

# 1. Cerințe pentru obținerea diplomei / Verificarea normelor ARACIS

| Tip ore                         | Nr. ore             | %       |
|---------------------------------|---------------------|---------|
| Discipline obligatorii (OB)     | 1862 ore            | 92,36 % |
| Discipline opționale (OP)       | 154 ore             | 7,63 %  |
| Practică (OB)                   | 84 ore              | 4,16 %  |
| TOTAL                           | 2016 ore            | 100 %   |
| Ore studiu individual (OSI)     | 2484 ore            | 100 %   |
| Discipline fundamentale         | 476 ore             | 23,61 % |
| Raport ore curs / ore aplicații | 910 / 1106 = 0,8227 |         |

| Tip credite                                | Nr. Credite       | %       |
|--------------------------------------------|-------------------|---------|
| Credite discipline obligatorii             | 166 ECTS          | 92,22 % |
| Credite discipline opționale               | 14 ECTS           | 7,77 %  |
| TOTAL                                      | 180 ECTS          | 100 %   |
| Credite la discipline fundamentale         | 45 ECTS           | 25 %    |
| Raport Examine / Total forme de verificare | 30 / 46 = 65,21 % |         |

## 2. Structura anilor universitari (în săptămâni)

| Anul de studiu | Activități didactice |             | Sesiune examene |      |          |  | Practică |  | Vacanțe |           |
|----------------|----------------------|-------------|-----------------|------|----------|--|----------|--|---------|-----------|
|                | Semestrul 1          | Semestrul 2 | Iarnă           | Vară | Restanțe |  |          |  | Iarnă   | Primăvară |
| Anul 1         | 14                   | 14          | 3               | 3    | 2        |  | 2        |  | 2       | 2         |
| Anul 2         | 14                   | 14          | 3               | 3    | 2        |  | 2        |  | 2       | 2         |
| Anul 3         | 14                   | 14          | 3               | 3    | 2        |  | 1        |  | 2       | 2         |

## 3. Numărul orelor pe săptămână

| Anul | Semestrul I | Semestrul II |
|------|-------------|--------------|
| 1    | 24          | 24           |
| 2    | 24          | 24           |
| 3    | 24          | 24           |

## 4. Modul de alegere a cursurilor opționale. Condiționări

- Studentul va alege o disciplină opțională din pachetele propuse la sfârșitul anului de studii precedent.

## 5. Condiții de înscriere în anul de studii următor. Condiții de promovare a unui an de studii. Condiții de revenire

Rector  
 Prof. dr. ing. Anişa Gabriel Bîrnan

Decan  
 Conf. dr. ing. Nicolae Diaconu

Aprobat în ședința Senatului  
din data 16.01.2017

Conform regulamentului privind activitatea profesională a studenților.

## 6. Examenul de licență

- Perioada de elaborare a lucrării de licență: semestrele V-VI;
- Definitivarea lucrării de licență: ultimele 4 săptămâni ale semestrului al VI-lea;
- Perioada de susținere a examenului de licență: în funcție de structura anului universitar.
- Nr. credite pentru examenul de licență: 10.

## 7. Rezumatul referințelor la calificări:

Ocupații specifice: 235204 referent de specialitate învățământ, 232201 profesori în învățământul gimnazial; sport, asistent de cercetare în educație fizică și sport (255902),  
Ocupații posibile (conform COR): 122907 conducător tabără școlară; 131901 conducător de întreprindere mică patron (giran) învățământ, sănătate, sport, turism, informatică;  
244801 consilier pentru tineret; 244605 ofițer control doping; 245106 corespondent de presă, 245105 corespondent radio, 245113 redactor

### 7.1 Competențe profesionale:

- Cunoașterea, înțelegerea conceptelor, teoriilor și metodelor de bază ale domeniului și ale ariei de specializare; utilizarea lor adecvată în comunicarea profesională**
  - Identificarea și utilizarea conceptelor, teoriilor și a modelelor privind proiectarea și planificarea în activitățile de educație fizică și sport.
  - Definiția și utilizarea adecvată a terminologiei din programele specifice activităților de educație fizică și sportive specifice programului de studii.
  - Identificarea elementelor ambientale specifice aplicării tehnicilor și a metodelor de diagnosticare stadiului (primar) a nivelului creșterii, dezvoltării și a calității motricității activităților de educație fizică și sport.
  - Utilizarea adecvată a conceptelor de dezvoltare, sănătate, potențial biometric și de performanță.
  - Utilizarea în comunicarea profesională a principiilor, regulilor și sistemelor specifice pentru aprecierea nivelului stadiului al dezvoltării corporale armonioase, a condiției fizice și a motricității.
  - Identificarea cadrului legal și organizațional privind utilizarea metodelor de management al activităților de educație fizică și sport în contextul general al cererii și ofertei de servicii specifice.
- Utilizarea cunoștințelor de bază pentru explicarea și interpretarea unor variate tipuri de concepte, situații, procese, proiecte etc. asociate domeniului**
  - Utilizarea cunoștințelor privind evaluarea capacităților psiho-somato-funcționale ale elevilor și ale practicanților de activități de educație fizică și sport.
  - Argumentarea, interpretarea, operarea cu concepte privind omul – sistem bio-psiho-social hipercomplex și aplicarea metodologiei generale de organizare și desfășurare a procesului instructiv-educativ specific activităților de educație fizică și sportive.
  - Selectarea și introducerea conținuturilor specifice pe cicluri de învățământ/grad de pregătire/servicii sportive.
  - Explicarea mecanismelor motricității generale și a mijloacelor educației fizice și sportive.
  - Utilizarea metodelor proprii științelor înrudite pentru prelucrarea și interpretarea rezultatelor.
  - Identificarea și descrierea proceselor și relațiilor din cadrul grupului (practicanți de activități de educație fizică și sportive, echipa de specialiști și voluntari) din perspectiva managementului activităților specifice.
- Aplicarea unor principii și metode de bază pentru rezolvarea de probleme/situații bine definite, tipice domeniului în condiții de asistență calificată**
  - Aplicarea principiilor și metodelor de bază pentru elaborarea deciziilor privind activitățile de proiectare și planificare a conținuturilor specifice activităților de educație fizică și sportive.

Rector

Prof.dr. Ing. Iulian Gabriel Bărsan

Decan

Conf.dr.ing. Nicolae Diaconu

- 3.2. Identificarea modelelor și implementarea lor în procesul de predare-învățare pe baza definiției și utilizării principiilor de bază ale lecțiilor și conducerii activităților de educație fizică și sportive.
- 3.3. Folosirea feed-back-ului pentru optimizarea setului de mijloace aplicat pentru evaluarea diagnostică stadiului.
- 3.4. Abordarea procesului a motricității specifice mijloacelor educației fizice și sportive, prin folosirea legilor creșterii și dezvoltării/perfecționării fizice pentru optimizarea capacității biomotrice.
- 3.5. Aplicarea principiului imparțialității în apreciere și a egalității de șanse pentru pregătirea și valorificarea ei în activitățile specifice și viața socială.
- 3.6. Adaptarea structurii grupului de elevi și/sau a practicantilor de educație fizică și sport la cerințele, mijloacele și standardele specifice ale educației fizice și sportive.
4. *Utilizarea adecvată de criterii și metode standard de evaluare, pentru a aprecia calitatea, meritele și limitele unor procese, programe, proiecte, concepte, metode și teorii*
  - 4.1. Analizarea cantitativă și calitativă și interpretarea documentelor de planificare în unitățile școlare și în structurile sportive - lecții și activități de educație fizică și sportive.
  - 4.2. Conceperea, selectarea și aplicarea unor instrumente de evaluare corelate cu cerințele pe cicluri/grad de pregătire potrivit particularităților practicanților activităților de educație fizică și sportive.
  - 4.3. Aplicarea tehnicilor și metodelor de apreciere a rezultatelor evaluării lecțiilor și activităților de educație fizică și sportive.
  - 4.4. Utilizarea metodelor, tehnicilor și procedurilor de formare / perfecționare a deprinderilor de utilizare a spațiului și timpului în scop de relaționare în activități specifice/ lecții și activități de educație fizică și sportive.
  - 4.5. Desfășurarea de activități în scopul transmiterii cultivării și aprecierii spiritului sportiv, a fair-play-ului, a respectului față de valorile sportului, etica și legalitatea domeniului.
  - 4.6. Aplicarea metodelor de analiză specifice managementului și marketingului pentru evaluarea activității sportive și a acțiunilor grupurilor de practicanți ai activităților de educație fizică și sportive.
5. *Elaborarea de proiecte profesionale cu utilizarea unor principii și metode consacrate în domeniu*
  - 5.1. Elaborarea unor documente de planificare și evidență potrivit didacticei educației fizice și sportive.
  - 5.2. Conceperea și prezentarea unor sisteme de mijloace specifice educației fizice și sportive, programelor de timp liber și activităților extracurriculare cu specifice sportive.
  - 5.3. Elaborarea unui proiect de optimizare a desfășurării activităților de educație fizică și sportive.
  - 5.4. Formularea obiectivelor de instruire și de integrare socială pe cicluri de învățământ/nivel de vârstă și grad de pregătire /activități specifice.
  - 5.5. Conceperea unor probe de control corelate cu obiectivele specifice ale educației fizice și sportive.
  - 5.6. Folosirea principiilor consacrate pentru elaborarea unui proiect de optimizare a activității în mediul educațional specific și în afara lui.

## 7.2. Competențe transversale:

- CT1. Organizarea de activități de educație fizică și sportive 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 pentru organizarea și desfășurarea activităților sportive.
- CT3. Operarea cu programe digitale, documentarea și comunicarea într-o limbă de circulație internațională

Aprobat în ședința Servatului  
 din data 16.01.2017

## 8. 8. Discipline pe ani de studiu

| Anul de studiu I              |  | Disciplina                                         | Tip         | Cod | Semestrul I (14 săptămâni) |   |   |   |       |         | Semestrul II (14 săptămâni) |   |    |   |       |         | OSI             |
|-------------------------------|--|----------------------------------------------------|-------------|-----|----------------------------|---|---|---|-------|---------|-----------------------------|---|----|---|-------|---------|-----------------|
| Nr.crt.<br>(Nr.apr./Nr.disc.) |  |                                                    |             |     | C                          | S | L | P | E/V/P | Credite | C                           | S | L  | P | E/V/P | Credite |                 |
| 1.                            |  | Teoria și metodologia educației fizice             | Obligatorie |     | 2                          | 2 | - | - | E     | 3       | -                           | - | -  | - | -     | -       | 69              |
| 2.                            |  | Gimnastica de bază                                 | Obligatorie |     | 1                          | - | 2 | - | E     | 4       | -                           | - | -  | - | -     | -       | 58              |
| 3.                            |  | Anatomie funcțională                               | Obligatorie |     | 2                          | 2 | - | - | E     | 5       | -                           | - | -  | - | -     | -       | 69              |
| 4.                            |  | Bazele generale ale atletismului                   | Obligatorie |     | 1                          | - | 2 | - | E     | 4       | -                           | - | -  | - | -     | -       | 58              |
| 5.                            |  | Istoria educației fizice și sportului              | Obligatorie |     | 1                          | 1 | - | - | E     | 3       | -                           | - | -  | - | -     | -       | 47              |
| 6.                            |  | Psihopedagogie                                     | Obligatorie |     | 2                          | 1 | - | - | V     | 4       | -                           | - | -  | - | -     | -       | 58              |
| 7.                            |  | Limba străină                                      | Obligatorie |     | -                          | 2 | - | - | V     | 2       | -                           | - | -  | - | -     | -       | 22              |
| 8.                            |  | Aplicații practice în discipline sportive de iarnă | Obligatorie |     | 1                          | - | 2 | - | V     | 3       | -                           | - | -  | - | -     | -       | 33              |
| 9.                            |  | Fundamentele științifice ale handbalului           | Obligatorie |     | -                          | - | - | - | -     | -       | 2                           | - | 2  | - | -     | -       | 69              |
| 10.                           |  | Fundamentele științifice ale fotbalului            | Obligatorie |     | -                          | - | - | - | -     | -       | 2                           | - | 2  | - | -     | -       | 69              |
| 11.                           |  | Teoria și practica în sporturi de apă (înot)       | Obligatorie |     | -                          | - | - | - | -     | -       | 2                           | - | 2  | - | -     | -       | 69              |
| 12.                           |  | Teoria și practica tenisului de masă               | Obligatorie |     | -                          | - | - | - | -     | -       | 1                           | - | 1  | - | -     | -       | 47              |
| 13.                           |  | Kinesologie                                        | Obligatorie |     | -                          | - | - | - | -     | -       | 2                           | 1 | -  | - | -     | -       | 83              |
| 14.                           |  | Teoria și practica în dans sportiv                 | Opțională   |     | -                          | - | - | - | -     | -       | 1                           | - | 2  | - | -     | -       | 33              |
| (12)                          |  | Teoria și practica în dans folcloric               | Obligatorie |     | -                          | - | - | - | -     | -       | -                           | - | -  | - | -     | -       | 23              |
| 15.                           |  | Limba străină                                      | Obligatorie |     | -                          | - | - | - | -     | -       | -                           | - | -  | - | -     | -       | 22              |
| 16.                           |  | Stagiu de practică în turismul montan              | Obligatorie |     | -                          | - | - | - | -     | -       | -                           | - | -  | - | -     | -       | 22              |
| TOTAL                         |  |                                                    |             |     | 10                         | 8 | 6 | - | 5E+3V | 30      | 9                           | 3 | 9  | - | 5E+2V | 27      | 795<br>(ore/an) |
|                               |  |                                                    |             |     | -                          | - | - | - | -     | -       | 1                           | - | 2  | - | 1V    | 3       | 33<br>(ore/an)  |
|                               |  |                                                    |             |     | -                          | - | - | - | -     | -       | -                           | 3 | -  | - | -     | -       | 838<br>(ore/an) |
|                               |  |                                                    |             |     | 10                         | 8 | 6 | - | 5E+3V | 30      | 10                          | 3 | 11 | - | 5E+3V | 30      |                 |
|                               |  |                                                    |             |     | TOTAL                      |   |   |   |       |         | TOTAL                       |   |    |   |       |         |                 |
|                               |  |                                                    |             |     | (ora fizică pe săptămână)  |   |   |   |       |         | (ora fizică pe săptămână)   |   |    |   |       |         |                 |
|                               |  |                                                    |             |     | 24                         |   |   |   |       |         | 24                          |   |    |   |       |         |                 |



Decan  
 Conf.dr.ing. Nicolae Diaconu

*[Signature]*





Aprobat în ședința Senatului  
 din data 16.01.2017

## Anul de studiu III

| Nr.crt.<br>(Nr.opt. / Nr. disc.) | Disciplina                                                   | Tip         | Cod | Semestrul I (14 săptămâni) |   |   |   |       |         | Semestrul II (14 săptămâni) |   |   |   |       |         |
|----------------------------------|--------------------------------------------------------------|-------------|-----|----------------------------|---|---|---|-------|---------|-----------------------------|---|---|---|-------|---------|
|                                  |                                                              |             |     | C                          | S | L | P | E/V/P | Credite | C                           | S | L | P | E/V/P | Credite |
| 1.                               | Metodica predării baschetului în școală                      | Obligatorie |     | 2                          | 2 | - | - | E     | 5       | -                           | - | - | - | -     | -       |
| 2.                               | Tecnică și practica sporturilor de combat (lupte)            | Obligatorie |     | 2                          | 2 | - | 2 | E     | 5       | -                           | - | - | - | -     | -       |
| 3.                               | Metodica predării voleiului în școală                        | Obligatorie |     | 2                          | 2 | - | - | E     | 5       | -                           | - | - | - | -     | -       |
| 4.                               | Metodica predării gimnasticii în școală                      | Obligatorie |     | 2                          | 2 | - | - | E     | 5       | -                           | - | - | - | -     | -       |
| 5.                               | Metode de cercetare în Știința Sportului și Educației Fizice | Obligatorie |     | 2                          | 2 | - | - | E     | 4       | -                           | - | - | - | -     | -       |
| 6.                               | Management aplicat în Știința Sportului și Educației Fizice  | Obligatorie |     | 1                          | 1 | - | - | V     | 3       | -                           | - | - | - | -     | -       |
| 7.                               | Tehnici de supraveghere                                      | Opțională   |     | 1                          | - | 1 | - | V     | 3       | -                           | - | - | - | -     | -       |
| 8.                               | Tehnici de antrenament                                       | Obligatorie |     | -                          | - | - | - | -     | -       | 1                           | - | 2 | - | E     | 4       |
| 9.                               | Activități motrice adaptate                                  | Obligatorie |     | -                          | - | - | - | -     | -       | 2                           | 1 | - | - | E     | 4       |
| 10.                              | Metodica predării atletismului în școală                     | Obligatorie |     | -                          | - | - | - | -     | -       | 2                           | 2 | - | - | E     | 5       |
| 11.                              | Sociologie în Știința Sportului și Educației Fizice          | Obligatorie |     | -                          | - | - | - | -     | -       | 2                           | 1 | - | - | E     | 4       |
| 12.                              | Stagiu de practică în unități de învățământ                  | Obligatorie |     | -                          | - | - | - | -     | -       | -                           | - | 2 | - | V     | 2       |
| 13.                              | Stagiu de pregătire și elaborare a lucrării de licență       | Obligatorie |     | -                          | - | - | - | -     | -       | -                           | 3 | - | - | V     | 3       |
| 14.                              | Antrenament și competiție în sport adaptat                   | Obligatorie |     | -                          | - | - | - | -     | -       | 1                           | - | 1 | - | V     | 3       |
| 15.                              | Comunicare în EPS                                            | Opțională   |     | -                          | - | - | - | -     | -       | 2                           | 2 | - | - | E     | 5       |
| (1/2)                            | Utilizare de soft-uri specializate în EPS                    |             |     | -                          | - | - | - | -     | -       | -                           | - | - | - | -     | -       |
|                                  |                                                              |             |     | Discipline obligatorii     |   |   |   |       |         | Discipline obligatorii      |   |   |   |       |         |
|                                  |                                                              |             |     | 11                         | 9 | 2 | - | SE+1V | 27      | 8                           | 7 | 5 | - | 4E+3V | 25      |
|                                  |                                                              |             |     | (ore fizice pe săptămână)  |   |   |   |       |         | (ore fizice pe săptămână)   |   |   |   |       |         |
|                                  |                                                              |             |     | Discipline opționale       |   |   |   |       |         | Discipline opționale        |   |   |   |       |         |
|                                  |                                                              |             |     | 1                          | - | 1 | - | 1V    | 3       | 2                           | 2 | - | - | 1E    | 5       |
|                                  |                                                              |             |     | (ore fizice pe săptămână)  |   |   |   |       |         | (ore fizice pe săptămână)   |   |   |   |       |         |
|                                  |                                                              |             |     | 2                          | - | - | - | -     | 4       | -                           | - | - | - | -     | -       |
|                                  |                                                              |             |     | TOTAL                      |   |   |   |       |         | TOTAL                       |   |   |   |       |         |
|                                  |                                                              |             |     | 12                         | 9 | 3 | - | SE+2V | 30      | 10                          | 9 | 5 | - | SE+3V | 30      |
|                                  |                                                              |             |     | (ore fizice pe săptămână)  |   |   |   |       |         | (ore fizice pe săptămână)   |   |   |   |       |         |
|                                  |                                                              |             |     | 24                         |   |   |   |       |         | 24                          |   |   |   |       |         |
|                                  |                                                              |             |     | 712 (ore/an)               |   |   |   |       |         | 116 (ore/an)                |   |   |   |       |         |
|                                  |                                                              |             |     | 828 (ore/an)               |   |   |   |       |         | 828 (ore/an)                |   |   |   |       |         |

Recor  
 Prof.dr.ing. Ing. Gabriel Ibrănuș

Conf.dr.ing. Marcela Diaconu