

FIȘA DISCIPLINEI

STAGIU DE APLICAȚII PRACTICE ÎN MEDIUL MONTAN

Anul universitar 2025-2026

1. Date despre program

1.1. Instituția de învățământ superior	UNIVERSITATEA BABEȘ-BOLYAI DIN CLUJ-NAPOCA
1.2. Facultatea	FACULTATEA DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
1.3. Departamentul	DISCIPLINE TEORETICE ȘI KINETOTERAPIE
1.4. Domeniul de studii	EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
1.5. Ciclul de studii	LICENȚĂ
1.6. Programul de studii / Calificarea	KINETOTERAPIE ȘI MOTRICITATE SPECIALĂ/Kinetoterapeut
1.7. Forma de învățământ	Învățământ cu frecvență

2. Date despre disciplină

2.1. Denumirea disciplinei		STAGIU DE APLICAȚII PRACTICE ÎN MEDIUL MONTAN					Codul disciplinei	YLR3041
2.2. Titularul activităților de curs								
2.3. Titularul activităților de seminar			Lect. Dr. Pop Gabriela Maria Prof., cadru did. specialist Pop Horea					
2.4. Anul de studiu	III	2.5. Semestrul	5	2.6. Tipul de evaluare	C	2.7. Regimul disciplinei		OB

3. Timpul total estimat (ore pe semestru al activităților didactice)

3.1. Număr de ore pe săptămână	4	din care: 3.2. curs	-	3.3. seminar/ laborator/ proiect	4
3.4. Total ore din planul de învățământ	56	din care: 3.5. curs	-	3.6 seminar/laborator	56
Distribuția fondului de timp pentru studiul individual (SI) și activități de autoinstruire (AI)					ore
Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe (AI)					10
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren					5
Pregătire seminare/ laboratoare/ proiecte, teme, referate, portofolii și eseuri					
Tutoriat (consiliere profesională)					2
Examinări					
Alte activități					2
3.7. Total ore studiu individual (SI) și activități de autoinstruire (AI)				19	
3.8. Total ore pe semestru				75	
3.9. Numărul de credite				3	

4. Precondiții (acolo unde este cazul)

4.1. de curriculum	Comportament academic și îndeplinirea cerințelor solicitate de cadrul didactic.
4.2. de competențe	Capacitate de exprimare motrică.

5. Condiții (acolo unde este cazul)

5.1. de desfășurare a cursului	Nu este cazul.
5.2. de desfășurare a seminarului/ laboratorului	• Pregătire fizică generală bună; • Fără probleme medicale care să limiteze activitățile fizice; • Activitățile se vor desfășura în zonele: Cheile-Turzii, Cheile Turenilor, Pădurea Făget, conform orarului;

	• Deplasarea în respectiva zona se efectuează individual, sau în grup, fără implicarea din punct de vedere financiar a FEFS C-N; • Activitățile se vor desfășura la datele anunțate de către cadrul didactic, în funcție de condițiile atmosferice; • Cerințele specifice vor fi prezentate la prima lucrare practică.
--	--

6.1. Competențele specifice acumulate

Competențe profesionale/esențiale	• Proiectarea modulară și planificarea conținuturilor de bază ale domeniului cu orientare interdisciplinară; • Organizarea curriculumului integrat și a mediului de instruire și învățare, cu accent interdisciplinar ; • Utilizarea elementelor de management și marketing specifice domeniului.
Competențe transversale	• Organizarea de programe kinetoterapeutice în condiții de asistență calificată, cu respectarea normelor de etică și deontologie profesională; • Îndeplinirea în condiții de eficiență și eficacitate a sarcinilor de lucru pentru organizarea și desfășurarea activităților specifice intervențiilor kinetoterapeutice; • Autoevaluarea obiectivă a nevoii de formare profesională în scopul inserției și adaptabilității la cerințele pieței muncii, potrivit propriului proiect de dezvoltare personală;

6.2. Rezultatele învățării

Cunoștințe	Studentii vor putea identifica și descrie elementele esențiale ale turismului montan, inclusiv tipurile de activități de turism recreativ și sportive, echipamentele și resursele necesare. Vor explica impactul turismului montan asupra sănătății și dezvoltării personale, subliniind beneficiile fizice, mentale și sociale ale participării în activități recreative. Vor analiza aspectele logistice și de organizare specifice turismului montan, incluzând siguranța, planificarea traseelor și adaptarea activităților la diferite grupuri de participanți.
Aptitudini	Studentii vor demonstra și aplica tehnici de planificare și gestionare a excursiilor și activităților turistice, asigurând o desfășurare sigură și organizată a aplicațiilor practice. Vor crea și personaliza itinerarii pentru activități de turism montan, adaptate obiectivelor de recreere și nevoilor participanților, asigurând integrarea unor elemente de educație fizică și sportivă. Studentii vor putea descrie și explica aspectele fundamentale ale organizării activităților de turism activ, incluzând planificarea traseelor, securitatea participanților și pregătirea logistică.
Responsabilități și autonomie	Studentii vor promova valorile de responsabilitate față de mediu și siguranță în timpul excursiilor și activităților de turism sportiv, respectând normele de conservare a naturii și bunăstarea grupurilor participante. Vor reflecta asupra execuției activităților și vor implementa îmbunătățiri pentru a crește eficiența organizatorică și comunicarea în activitățile desfășurate în mediul montan.

7. Obiectivele disciplinei (reieșind din grila competențelor acumulate)

7.1 Obiectivul general al disciplinei	• Descrierea conceptelor de bază în turismul montan. • Explicarea rolului turismului montan în promovarea sănătății și recreerii. • Analizarea cerințelor și provocărilor logistice în turismul montan.
7.2 Obiectivele specifice	• Aplicarea tehnicilor de organizare a excursiilor montane. • Dezvoltarea de itinerarii și activități de turism recreativ. • Evaluarea impactului activităților turistice asupra participanților. • Promovarea comportamentului responsabil în activitățile de turism montan.

8. Conținuturi

8.1 Curs	Metode de predare	Observații
Bibliografie		
8.2 Seminar / laborator	Metode de predare	Observații
1. Prezentarea cerințelor stabilite pentru disciplina studiată. Noțiuni de bază: Modele specifice de activitate în turismul montan	Explicație, Demonstrație, repetare	8 ore
2. Parcurgerea unui traseu turistic reprezentativ (geologic, speologic, floră, carstic), crescând progresiv lungimea și diferența de nivel parcursă (ex: parcurgerea defileului Cheilor Turzii și a versantului stâng a acestora).	Explicație, demonstrație, repetare	20 ore
3. Parcurgerea unui alt traseu turistic reprezentativ (geologic, speologic, floră, carstic), crescând progresiv lungimea și diferența de nivel parcursă (ex: parcurgerea defileului Crisul Repede și a traseului de via ferrata „Peretele Zânelor”)	Explicație, demonstrație, repetare	24 ore
4. Lecție de verificare a cunoștințelor acumulate		4 ore
		Total 56
Bibliografie		
1. Balint, G., (2007), Activități sportiv-recreative și de timp liber, mountain bike și escaladă, Editura Sport-Turism, București;		
2. Ganea V., Pop G.M., Pop H., (2006): Îndrumar metodic pentru organizarea unui curs practic de turism și orientare sportivă;		
3. Kargel, V., (1981), Tehnica sportului pe munte, Editura Sport-Turism București;		
4. Kargel, V., (1988), Trasee alpine în Carpați, Editura Sport-Turism București;		
5. Vasilescu, S. D., (2009), Lucru la înălțime prin tehnici de alpinism.		

9. Coroborarea conținuturilor disciplinei cu așteptările reprezentanților comunității epistemice, asociațiilor profesionale și angajatori reprezentativi din domeniul aferent programului

Abordarea modelelor specifice ale activităților în turism și a principiilor de organizare a acestora, din cadrul conținuturilor **DISCIPLINEI STAGIU DE PRACTICĂ ÎN MEDIUL MONTAN**, incluzând planificarea traseelor, securitatea participanților și pregătirea logistică, răspund cerințelor actuale ale comunității profesionale și ale angajatorilor. Structura disciplinei a fost gândită pentru a satisface standardele de formare profesională și pentru a sprijini studenții în dezvoltarea abilităților relevante în carierele din domeniul aferent programului.

10. Evaluare

Tip activitate	10.1 Criterii de evaluare	10.2 Metode de evaluare	10.3 Pondere din nota finală
10.4 Curs			
10.5 Seminar/laborator	Participarea și implicarea în activitățile specifice	Evaluare practică	100%
10.6 Standard minim de performanță			
Datorită unei succesiuni graduale a temelor disciplinei, prezența este obligatorie de la prima zi și până la ultima. Lungimea și gradul de dificultate a traseelor turistice, impune o bună pregătire fizică precum și o stare de sănătate optimă.			

11. Etichete ODD (Obiective de Dezvoltare Durabilă / Sustainable Development Goals)

	Eticheta generală pentru Dezvoltare durabilă							
								

Data completării:
10.03.2025

Semnătura titularului de curs

Semnătura titularului de seminar

Lect.dr.Pop Gabriela Maria
Prof., cadru did. Specialist Pop Horea

Data avizării în departament:
15.03.2025

Semnătura directorului de departament

Lect. Dr. Nuț ramona Ancuța