

PLAN DE ÎNVĂȚĂMÂNT valabil începând din anul universitar 2025-2026

UNIVERSITATEA BABEȘ-BOLYAI CLUJ-NAPOCA

FACULTATEA : DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT

Domeniul de licență: EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT

Programul de studiu: EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORTIVĂ / PHYSICAL EDUCATION AND SPORTS

Limba de predare: ROMÂNĂ

Titlul absolventului: LICENȚIAT ÎN EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT

Durata studiilor: **6 semestre**

Forma de învățământ: **IFR**

Promoția: 2025-2028

I. CERINȚE PENTRU OBTINEREA DIPLOMEI DE LICENȚĂ

180 de credite din care:

- 166 credite la disciplinele obligatorii
inclusiv 6 credite pentru o limbă străină (2 semestre)
- 14 credite la disciplinele opționale.

Și:

10 credite pentru examenul de licență

II. DESFĂȘURAREA STUDIILOR (în număr de săptămâni)

	Activități didactice		Sesiune de examene			L.P comasate	Stagii de practică/ Licență	Vacanță		
	Sem I	Sem II	I	V	R			iarna	prim	vara
Anul I	14	14	3	3	2			3	1	12
Anul II	14	14	3	3	2			3	1	12
Anul III	14	14	3	3	2			3	1	12

III. EXAMENUL DE LICENȚĂ – perioada iunie- iulie (1 săptămână)

Proba 1: Evaluarea cunoștințelor fundamentale și de specialitate - 5 credite

Proba 2: Prezentarea și susținerea lucrării de licență - 5 credite

IV. MODUL DE ALEGERE A DISCIPLINELOR OPȚIONALE

Sem. 3: Se alege o disciplină din pachetul opțional 1 (YLX4001)

Sem. 4: Se alege o disciplină din pachetul opțional 2 (YLX4002)

Sem. 5: Se alege o disciplină din pachetul opțional 3 (YLX4003)

Sem. 6: Se alege o disciplină din pachetul opțional 4 (YLX4004)

În contul a cel mult 3 discipline opționale generale, studentul are dreptul să aleagă 3 discipline de la alte specializări/programe de studii ale facultăților din Universitatea Babeș-Bolyai, respectând condiționările din planurile de învățământ ale respectivelor specializări.

V. UNIVERSITĂȚI DE REFERINȚĂ /CERTIFICĂRI/ACREDITĂRI

Université Catholique de Louvain, Belgium
University of Granada, Spain
University of Coimbra, Portugal

RECTOR,
Prof. univ. dr. Adrian-Olimpiu PETRUȘEL

DIRECTOR GENERAL
Conf.univ.dr. Vicențiu-Andrei

DECAN,
Prof. univ. dr. Leon GOMBOȘ






RESPONSABIL DE STUDIIL,
Lect.univ.dr. Almos ANDRAS

VI. COMPETENȚE ȘI/SAU REZULTATE ALE ÎNVĂȚĂRII ÎNSCRISE ÎN SUPLIMENTUL LA DIPLOMĂ

<p>COMPETENȚE PROFESIONALE/ESENȚIALE:</p> <ul style="list-style-type: none"> •Proiectarea modulară și planificarea conținuturilor de bază ale domeniului, cu orientare interdisciplinară; -Absolventul are cunoștințele necesare pentru a planifica, a pregăti și a oferi programe și lecții în cadrul activităților de educație fizică și sport pentru elevi. •Organizarea curriculumului integrat și a mediului de instruire și învățare, cu accent interdisciplinar; -Absolventul demonstrează că are capacitatea de a selecta, de a combina și de a utiliza cunoștințele și competențele dobândite la proiectarea, la organizarea și la realizarea demersurilor educaționale prin metode specifice educației fizice și sportului; -Absolventul are capacitatea de a elabora unități/secvențe didactice, specifice domeniului, bazate pe conexiuni interdisciplinare. •Evaluarea dezvoltării fizice și a motricității potrivit cerințelor/ obiectivelor specifice Educației fizice și sportive; -Absolventul dispune de cunoștințele necesare pentru a evalua corect și eficient, atât dezvoltarea fizică, cât motricitatea, în cadrul procesului ținând cont de cerințele specifice Educației fizice și sportului. •Descrierea și demonstrarea sistemelor operaționale specifice Educației fizice și sportive, pe grupe de vârstă; -Absolventul poate descrie coerent și demonstra corect sistemele operaționale specifice Educației fizice și sportive, ținând cont de diferitele grupe de vârstă. •Evaluarea nivelului de pregătire a participanților la activitățile de educație fizică și sport; -Absolventul demonstrează că are capacitatea de a evalua corespunzător nivelul de pregătire a participanților la activitățile propuse de educație fizică și sport. •Utilizarea elementelor de management și marketing specifice domeniului; -Absolventul este capabil să explice principalele procedee și metodologii din domeniul educației, prin educație fizică și sport, contribuind astfel la eficientizarea procesului didactic și a managementului situațiilor de învățare; -Absolventul aplică managementul riscurilor în domeniul sportului; -Absolventul poate să aplice măsuri țintite de marketing al căror rezultat să se concretizeze prin creșterea numărului de persoane implicate în activitățile specifice domeniului. 	<p>PROFESSIONAL COMPETENCES:</p> <ul style="list-style-type: none"> •Interdisciplinary-oriented modular design and planning of the core contents specific to the field; -The graduate has the necessary knowledge to plan, develop, and offer various programmes and lessons within pupil-oriented physical education and sports activities. •Implementation of the integrated curriculum, as well as of the teaching and learning environment, with an interdisciplinary focus; -The graduate demonstrates the ability to select, combine, and use the knowledge and skills acquired in designing, organising, and implementing educational approaches through methods specific to physical education and sport; -The graduate has the ability to develop field-specific teaching units/topics based on interdisciplinary connections. •Assessment of physical development and motor skills in compliance with the requirements/objectives specific to the Physical and Sports Education; -The graduate has the necessary knowledge in order to correctly and effectively assess both physical and motor development, while taking into account the specific requirements of Physical Education and Sport. •Description and illustration of operational systems specific to Physical and Sports Education by age group; -The graduate can coherently describe and correctly demonstrate operational systems specific to Physical Education and Sport, taking into account the different age groups. •Training level assessment for participants in physical education and sport activities; -The graduate demonstrates the ability to adequately assess the level of preparedness of participants in the proposed physical education and sport activities. •Use of management and marketing elements specific to the field; -The graduate is able to explain the main educational procedures and methodologies through physical education and sport, thus making teaching and management of learning situations more effective; -The graduate applies risk management in sport; -The graduate is able to apply targeted marketing measures, the results of which materialise in an increased number of people involved in field-specific activities.
<p>COMPETENȚE TRANSVERSALE:</p> <ul style="list-style-type: none"> •Organizarea de activități sportive și de educație fizică pentru persoane de diferite 	<p>TRANSVERSAL COMPETENCES:</p> <ul style="list-style-type: none"> •Organisation of sports and physical education activities for individuals of various ages and

<p>vârste și niveluri de pregătire în condiții de asistență calificată, cu respectarea normelor de etică și deontologie profesională;</p> <p>-Absolventul are cunoștințele necesare organizării activității în structuri sportive și de agrement, astfel încât persoanele implicate în activitățile specifice domeniului să fie motivate și satisfăcute de modul de petrecere a timpului în structurile menționate.</p> <p>•Cooperarea - în condiții de eficiență și eficacitate - în echipe profesionale interdisciplinare pentru organizarea și desfășurarea proiectelor și a programelor în domeniul Educației fizice și sportului;</p> <p>-Absolventul, prin cunoștințele manageriale dobândite, știe să coordoneze și să gestioneze proiecte, folosindu-se de capacitatea de decizie, de gândirea critică și inovatoare, precum și de calitățile de lider, de munca în echipă și de competențele digitale în domeniul activităților sportive.</p> <p>•Operarea cu programe informatice; documentarea și comunicarea într-o limbă de circulație internațională;</p> <p>-Absolventul aplică strategii didactice interculturale;</p> <p>-Absolventul are capacitatea de a înțelege și de a explica procesele, fenomenele și tendințele din educație, utilizându-le în propriile activități și demersuri instructiv-educative specifice educației fizice și sportului;</p> <p>-Absolventul este capabil să gestioneze relațiile dintre elevi, precum și pe acelea dintre elevi și profesor;</p> <p>-Absolventul reușește să gestioneze eventualele probleme de comunicare și de comportament, creând un mediu activ de lucru benefic dezvoltării biopsihosociale a elevilor;</p> <p>- Absolventul poate comunica eficient într-o limbă de circulație internațională în mediul profesional.</p>	<p>levels of training under qualified assistance, in compliance with the rules of professional ethics;</p> <p>-The graduate has the necessary knowledge to organise activities in sports and leisure facilities, so that people involved in field-specific activities are motivated and satisfied with the way they spend their time in these facilities.</p> <p>•Efficient and effective cooperation within interdisciplinary professional teams for the implementation and development of projects and programmes in Physical Education and Sport;</p> <p>-The graduate, through the acquired managerial knowledge, knows how to coordinate and manage projects, using decision-making ability, critical and innovative thinking, as well as leadership, teamwork, and digital skills in sports activities.</p> <p>•Familiarity with software programmes; documentation and communication skills in an international language;</p> <p>-The graduate applies intercultural teaching strategies;</p> <p>-The graduate has the ability to understand and explain educational processes, phenomena, and trends, using them in his/her activities and instructional approaches specific to physical education and sport;</p> <p>-The graduate is able to manage relationships between pupils, as well as between pupils and teacher;</p> <p>-The graduate is able to manage possible communication and behavioural problems, creating an active working environment beneficial to the biopsychosocial development of pupils.</p> <p>-The graduate can communicate effectively in an international language in a professional environment.</p>
---	--

VII. ETICHETE ODD (OBIECTIVE DE DEZVOLTARE DURABILĂ / SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS)

				
	Eticheta generală pentru Dezvoltare durabilă			
Picture				

UNIVERSITATEA BABEȘ-BOLYAI
 FACULTATEA :DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
 Domeniul: EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
 Programul de studii: EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORTIVĂ
 Durata programului de studii: 6 semestre
 Forma de învățământ: cu frecvență redusă
 Anul universitar: 2025-2026

PLAN DE ÎNVĂȚĂMÂNT

Anul de studiu: I

Nr. crt.	Denumirea disciplinei	Codul disciplinei	Tip disciplina	Categorie disciplina	Semestrul: 1						Semestrul: 2							
					Nr.ore/sem					FV	Cr.	Nr.ore/sem					FV	Cr.
					AI	SF	ST	L	P			AI	SF	ST	L	P		
1	Anatomie funcțională/Functional Anatomy	YLR0004	DOb	DD	28	0	0	28	0	E	5							
2	Kinesiologie /Kinesiology	YLR0005	DOb	DF	28	28	0	0	0	E	4							
3	Psihopedagogie în educație fizică și sport/Psychopedagogy in Physical Education and Sport	YLR0006	DOb	DF	28	14	0	0	0	E	5							
4	Handbal - bazele generale/Fundamentals of Handball	YLR0007	DOb	DF	28	0	0	28	0	E	5							
5	Gimnastică de bază/Fundamental Gymnastics	YLR0008	DOb	DF	28	0	0	28	0	E	5							
6	Bazele generale ale atletismului/Fundamentals of Athletics	YLR0009	DOb	DF	14	0	0	28	0	E	3							
7	Limba străină 1 / Foreign Language 1	YLR0001	DOb	DC	0	28	0	0	0	C	3							
8	Teoria și metodică educației fizice și sportului/Physical Education and Sport: Theory and Methods	YLR0010	DOb	DF								28	28	0	0	0	E	5
9	Educație pentru sănătate și prim ajutor/Health Education and First Aid	YLR0011	DOb	DF								28	0	0	28	0	E	5
10	Istoria educației fizice și sportului/History of Physical Education and Sport	YLR0012	DOb	DOU								28	28	0	0	0	E	4
11	Fotbal - bazele generale/Fundamentals of Football	YLR0013	DOb	DF								28	0	0	28	0	E	5

12	Judo - teorie și practică/Judo: Theory and Practice	YLR0014	DOb	DD								28	0	0	28	0	E	4
13	Schi - teorie și practică/Skiing: Theory and Practice	YLR0015	DOb	DD								28	0	0	28	0	E	4
14	Limba străină 2 / Foreign Language 2	YLR0002	DOb	DC								0	28	0	0	0	C	3
Total ore pe semestru, total probe pe semestru și total credite pe semestru					154	70	0	112		6E+	30	168	84	0	112		6E+	30
					336					1C		364					1C	

Anul de studiu: II

Nr. crt.	Denumirea disciplinei	Codul disciplinei	Tip disciplina	Categorie disciplină	Semestrul: 3						Semestrul: 4							
					Nr. ore/sem					FV	Cr.	Nr. ore/sem					FV	Cr.
					AI	SF	ST	L	P			AI	SF	ST	L	P		
1	Fiziologie generală/General Physiology	YLR0027	DOb	DD	28	0	0	28	0	C	4							
2	Metode de cercetare științifică utilizate în studiul motricității umane/Research Methods Used in Analysing Human Motor Skills	YLR0028	DOb	DC	28	14	0	0	0	E	4							
3	Tenis - teorie și practică/Tennis: Theory and Practice	YLR0026	DOb	DD	28	0	0	28	0	E	5							
4	Volei - bazele generale/Fundamentals of Volleyball	YLR0019	DOb	DF	28	0	0	28	0	E	5							
5	Atletism - teorie și practică/Athletics: Theory and Practice	YLR0020	DOb	DD	28	0	0	28	0	E	4							
6	Înot - teorie și practică/Swimming: Theory and Practice	YLR0021	DOb	DD	28	0	0	28	0	E	5							
7	Curs opțional 1/Optional Course 1	YLX4001	DOp	DS	14	0	0	28	0	C	3							
8	Evaluare motrică și somatofuncțională/Evaluation of Motor and Functional Somatic Skills	YLR0022	DOb	DD								28	28	0	0	0	E	5
9	Comunicare în educație fizică și sport/Communication in Physical Education and Sport	YLR0023	DOb	DC								28	28	0	0	0	E	5
10	Baschet - bazele generale/Fundamentals of Basketball	YLR0024	DOb	DF								28	0	0	28	0	E	5
11	Gimnastică artistică - teorie și practică/Artistic Gymnastics: Theory and Practice	YLR0025	DOb	DD								28	0	0	28	0	E	4
12	Dansuri - teorie și practică/Dancing - Theory and Practice	YLR1014	DOb	DD								28	0	0	28	0	C	3
13	Stagiu de practică în activități de turism/Traineeship in Tourism Activities	YLR1002	DOb	DD								0	0	0	56	0	VP	5
14	Curs opțional 2/Optional Course 2	YLX4002	DOp	DS								14	0	0	28	0	C	3
Total ore pe semestru, total probe pe semestru și total credite pe semestru					182	14	0	168		5E+2	30	154	56	0	168		4E+2	30
					364					C	378					C+1	VP	

PACHET OPȚIONAL 1 (an. II, Sem. 3)																		
1	Gimnastică ritmică - teorie și practică/Rhythmic Gymnastics: Theory and Practice	YLX0002	DOp	DD	14	0	0	28	0	C	3							
2	Echipamente, aparate și instalații folosite în sport/Sports Equipment, Devices and Facilities	YLX0016	DOp	DS	14	0	0	28	0	C	3							
3	Culturism - fitness/Bodybuilding - Fitness	YLX0017	DOp	DS	14	0	0	28	0	C	3							
PACHET OPȚIONAL 2 (an. II, Sem. 4)																		
1	Rugby - teorie și practică/Rugby: Theory and Practice	YLX0001	DOp	DD								14	0	0	28	0	C	3
2	Tenis de masă - teorie și practică/Table Tennis: Theory and Practice	YLX0003	DOp	DD								14	0	0	28	0	C	3
3	Utilizare SOFT-uri specializate în EFS/Specialised Software Used in Physical Education and Sport	YLX0018	DOp	DC								14	0	0	28	0	C	3

Anul de studiu: III

Nr. crt.	Denumirea disciplinei	Codul disciplinei	Tip disciplină	Categorie disciplină	Semestrul: 5						Semestrul: 6							
					Nr. ore/sem					FV	Cr.	Nr. ore/sem					FV	Cr.
					AI	SF	ST	L	P			AI	SF	ST	L	P		
1	Practica și metodică activităților motrice pe grupe de vârstă/Age-Group-Tailored Motor Activities: Theory and Methods	YLR1003	DOb	DS	28	0	0	28	0	E	5							
2	Activități motrice de timp liber - Badminton/Leisure Motor Activities - Badminton	YLR1016	DOb	DS	14	0	0	28	0	E	4							
3	Metodica predării gimnasticii în școală/Methods of Coaching Gymnastics in Schools	YLR1005	DOb	DS	28	0	0	28	0	E	5							
4	Metodica predării voleiului în școală/Methods of Coaching Volleyball in Schools	YLR1006	DOb	DS	28	0	0	28	0	E	5							
5	Metodica predării baschetului în școală/Methods of Coaching Basketball in Schools	YLR1007	DOb	DS	28	0	0	28	0	E	5							
6	Stagiu de practică în baze de agrement/Traineeship in Leisure Centres	YLR1008	DOb	DS	0	0	0	56	0	VP	3							
7	Curs opțional 3/Optional Course 3	YLX4003	DOp	DS	14	0	0	28	0	C	3							
8	Activități motrice adaptate /Motor Activities Tailored	YLR1009	DOb	DS								28	0	0	28	0	E	4
9	Metodica predării atletismului în școală/Methods of Coaching Athletics in Schools	YLR1010	DOb	DS								28	0	0	28	0	E	5
10	Metodica predării handbalului în școală/Methods of Coaching Handball in Schools	YLR1011	DOb	DS								28	0	0	28	0	E	5
11	Metodica predării fotbalului în școală/Methods of Coaching Football in Schools	YLR1012	DOb	DS								28	0	0	28	0	E	5
12	Stagiu de pregătire și elaborare a lucrării de licență/Undergraduate dissertation: preparation and	YLR0003	DOb	DD								0	28	0	0	0	VP	3
13	Stagiu de practică în unități de învățământ/Traineeship in Educational	YLR1013	DOb	DS								0	0	0	56	0	VP	3
14	Curs opțional 4/Optional Course 4	YLX4004	DOp	DOU								28	14	0	0	0	E	5
Total ore pe semestru, total probe pe semestru și total credite pe semestru					140	0	0	224		5E+1	30	140	42	0	168		5E+2	30
					364					C+1		350					VP	

PACHET OPȚIONAL 3 (an. III, Sem. 5)																		
1	Gimnastică aerobică de întreținere/Aerobic Exercise	YLX0005	DOp	DS	14	0	0	28	0	C	3							
2	Tehnici de autoapărare/Self-Defense Techniques	YLX0019	DOp	DS	14	0	0	28	0	C	3							
3	Escaladă/Climbing	YLX0007	DOp	DS	14	0	0	28	0	C	3							
PACHET OPȚIONAL 4 (an. III, Sem. 6)																		
1	Sociologia educației fizice și sportului/Sociology of Physical Education and Sports	YLX0008	DOp	DOU								28	14	0	0	0	E	5
2	Management și marketing în EFS/Management and Marketing in Physical Education and Sport	YLX0009	DOp	DC								28	14	0	0	0	E	5
3	Etică și integritate academică/Ethics and academic integrity	YLX0021	DOp	DOU								28	14	0	0	0	E	5

DISCIPLINE FACULTATIVE (I)																		
An I, Semestrul 2																		
1	Turism - aplicație practică/Tourism: Practical Applications	YLX0011	DFc	DS								0	0	0	28	0	VP	3
An II, Semestrul 3																		
1	Sporturi de iarnă - aplicație practică/Winter Sports: Practical Applications	YLX0012	DFc	DD	0	0	0	28	0	VP	3							
An II, Semestrul 4																		
1	Înot - competiție și utilitate/Swimming - Competition and Usefulness	YLX0020	DFc	DD								0	0	0	28	0	VP	3
2	Sporturi nautice - aplicație practică/Water Sports: Practical Applications	YLX0013	DFc	DD								0	0	0	28	0	VP	3
DISCIPLINE FACULTATIVE TRANSVERSALE (II)																		
Semestrul 1 / Semestrul 2 / Semestrul 3 / Semestrul 4 / Semestrul 5 / Semestrul 6																		
1	Fundamente de antreprenoriat / Fundamentals of Entrepreneurship	FAU000X	DFc	DC	28	0	0	0	0	VP	3							
2	Fundamente de educație umanistă (Teoria argumentării) / Fundamentals of humanities (Argumentation theory)	FEU000X	DFc	DC								28	0	0	0	0	VP	3

Se poate alege o disciplină facultativă transversală o singură dată pe parcursul unui ciclu de studii, în oricare din semestrele în care aceasta este predată. Atunci când se alege o disciplină facultativă transversală în Contractul anual de studii, se trece codul disciplinei aferent semestrului în care disciplina este studiată.

Tip disciplină: DF-Disciplină fundamentale, DD-Disciplină de domeniu, DS-Disciplină de specialitate, DC-Disciplină complementară

Categorie disciplină: DOb – discipline obligatorii; DOp – discipline opționale, DFc- Discipline facultative

Forma de evaluare: E-examen, Clv-colocviu, V-verificare pe parcurs

Observații: AI = nr. ore de curs de la IF x nr. săptămâni aferente semestrului.

