

## FIȘA DISCIPLINEI

### ***Psihopedagogie în educație fizică și sport***

Anul universitar 2026-2027

#### 1. Date despre program

|                                        |                                                                     |
|----------------------------------------|---------------------------------------------------------------------|
| 1.1. Instituția de învățământ superior | UNIVERSITATEA BABEȘ-BOLYAI                                          |
| 1.2. Facultatea                        | FACULTATEA DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT                              |
| 1.3. Departamentul                     | SPORTURI INDIVIDUALE                                                |
| 1.4. Domeniul de studii                | EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT                                            |
| 1.5. Ciclul de studii                  | LICENȚĂ                                                             |
| 1.6. Programul de studii / Calificarea | EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORTIVĂ / LICENȚIAT ÎN EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT |
| 1.7. Forma de învățământ               | ÎNVĂȚĂMÂNT CU FRECVENȚĂ                                             |

#### 2. Date despre disciplină

|                                         |   |                                            |                               |                        |   |                          |                              |
|-----------------------------------------|---|--------------------------------------------|-------------------------------|------------------------|---|--------------------------|------------------------------|
| 2.1. Denumirea disciplinei              |   | PSIHOPEDAGOGIE ÎN EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT |                               |                        |   | Codul disciplinei        | YLR0006                      |
| 2.2. Titularul activităților de curs    |   |                                            | CONF. UNIV. DR. PRODEA COSMIN |                        |   |                          |                              |
| 2.3. Titularul activităților de seminar |   |                                            | ASIST. UNIV. DR. ALBUȘ DENIS  |                        |   |                          |                              |
| 2.4. Anul de studiu                     | I | 2.5. Semestrul                             | II                            | 2.6. Tipul de evaluare | E | 2.7. Regimul disciplinei | Disciplina fundamentala (DF) |

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

|                                                                                                        |    |                     |    |                                  |            |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|---------------------|----|----------------------------------|------------|
| 3.1. Număr de ore pe săptămână                                                                         | 3  | din care: 3.2. curs | 1  | 3.3. seminar/ laborator/ proiect | 2          |
| 3.4. Total ore din planul de învățământ                                                                | 42 | din care: 3.5. curs | 14 | 3.6 seminar/laborator            | 28         |
| <b>Distribuția fondului de timp pentru studiul individual (SI) și activități de autoinstruire (AI)</b> |    |                     |    |                                  | <b>ore</b> |
| Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe (AI)                                       |    |                     |    |                                  | 15         |
| Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren         |    |                     |    |                                  | 15         |
| Pregătire seminare/ laboratoare/ proiecte, teme, referate, portofolii și eseuri                        |    |                     |    |                                  | 8          |
| Tutoriat (consiliere profesională)                                                                     |    |                     |    |                                  | 8          |
| Examinări                                                                                              |    |                     |    |                                  | 5          |
| Alte activități                                                                                        |    |                     |    |                                  | 5          |
| <b>3.7. Total ore studiu individual (SI) și activități de autoinstruire (AI)</b>                       |    |                     |    | <b>56</b>                        |            |
| <b>3.8. Total ore pe semestru</b>                                                                      |    |                     |    | <b>100</b>                       |            |
| <b>3.9. Numărul de credite</b>                                                                         |    |                     |    | <b>4</b>                         |            |

#### 4. Precondiții (acolo unde este cazul)

|                    |                                                                                |
|--------------------|--------------------------------------------------------------------------------|
| 4.1. de curriculum | Comportament academic si îndeplinirea cerințelor solicitate de cadrul didactic |
| 4.2. de competențe | Capacitatea de exprimare teoretico-științifică specifică psihopedagogiei       |

#### 5. Condiții (acolo unde este cazul)

|                                                  |                                                                                                                                                                                                                                          |
|--------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 5.1. de desfășurare a cursului                   | Studentii trebuie să respecte regulile de comunicare civilizată, să fie punctuali la fiecare curs și să participe activ. Colaborarea și respectul față de colegi și profesor sunt esențiale pentru a crea un mediu educațional productiv |
| 5.2. de desfășurare a seminarului/ laboratorului | Participarea la activitățile de seminar este obligatorie. Minimum de prezențe: 6 prezențe respectiv 4 prezențe sportive de performanță.                                                                                                  |

**6.1. Competențele dobândite în urma absolvirii programului de studii (se preiau din planul de învățământ)**

| Competențe profesionale |                                                                                                         |
|-------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Codul competenței       | Competență                                                                                              |
| CP2                     | Organizarea curriculumului integrat și a mediului de instruire și învățare, cu accent interdisciplinar; |

**6.2. Rezultatele învățării specifice programului de studii (se preiau din planul de învățământ)**

| Rezultatele învățării vizate prin disciplină |                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|----------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Codul competenței                            | Cunoștințe și înțelegere<br>(Knowledge and understanding)                                                                                                                                                                                                                       | Abilități academice specifice<br>(Specific academic skills)                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| CP2                                          | Studentul/Absolventul explică și interpretează concepte generale, principii și metode de bază din domeniul motricității umane, al organizării și conducerii activității specifice domeniului, în contexte formative, educative, competiționale, terapeutice și organizaționale. | Studentul/absolventul<br>-interpretează sensurile principale ale conceptelor de bază ale teoriei, ale metodicii și ale practicii educației fizice, ale sportului, ale kinetoterapiei și ale managementului;<br>-colectează, selectează și prelucrează date utilizate în scopul interpretării rezultatelor teoretice și experimentale. |

**7. Rezultatele învățării specifice disciplinei**

| Cunoștințe și înțelegere (Knowledge and understanding)   |                                                                                                                                                              |
|----------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1.                                                       | <b>Cunoaște și înțelege conceptele fundamentale din domeniul psihologiei și pedagogiei</b> , precum și aplicabilitatea acestora în educația fizică și sport. |
| 2.                                                       | <b>Înțelege mecanismele dezvoltării umane</b> , prin raportare la interacțiunea dintre ereditate, mediu și educație.                                         |
| 3.                                                       | <b>Cunoaște particularitățile psihologice ale diferitelor etape de vârstă</b> și implicațiile acestora în procesul instructiv-educativ.                      |
| 4.                                                       | <b>Înțelege structura și dinamica personalității</b> , precum și rolul factorilor educaționali în formarea acestora.                                         |
| 5.                                                       | <b>Cunoaște principiile și mecanismele procesului de predare-învățare</b> , precum și rolul comunicării în actul didactic.                                   |
| Abilități academice specifice (Specific academic skills) |                                                                                                                                                              |
| 1.                                                       | <b>Analizează și interpretează comportamentele elevilor în context educațional</b> , utilizând concepte psihopedagogice adecvate.                            |
| 2.                                                       | <b>Corelează particularitățile psihologice ale elevilor cu strategiile didactice utilizate în educația fizică și sport.</b>                                  |
| 3.                                                       | <b>Aplică principiile psihopedagogice în organizarea și conducerea activităților didactice.</b>                                                              |
| 4.                                                       | <b>Utilizează metode și tehnici de comunicare didactică eficiente</b> , adaptate contextului și caracteristicilor colectivului de elevi.                     |
| 5.                                                       | <b>Identifică și gestionează situațiile educaționale problematice</b> (conflicte, dificultăți de învățare, diferențe individuale) prin abordări adecvate.    |
| 6.                                                       | <b>Argumentează rolul dimensiunii psihopedagogice în eficientizarea procesului de predare-învățare în educația fizică și sport.</b>                          |

**8. Conținuturi**

| 8.1 Curs                                                                                                                                        | Metode de predare- învățare                   | Observații   |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------|--------------|
| 1. Abordarea unor concepte de bază (activitate fizică direcționată, psihologie, pedagogie, didactică)<br>Principii psihopedagogice și didactice | Prelegere interactivă<br>Discuții structurate | <b>2 ore</b> |
| 2. Factorii dezvoltării umane (ereditatea, mediul, educația)                                                                                    | Prelegere interactivă<br>Discuții structurate | <b>2 ore</b> |

|                                                                                                                                                                                                         |                                               |               |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------|---------------|
| Caracterul și personalitatea- noțiuni generale                                                                                                                                                          |                                               |               |
| 3. Predarea și învățarea în educație fizică și sport<br>Stilurile de predare                                                                                                                            | Prelegere interactivă<br>Discuții structurate | <b>2 ore</b>  |
| 4. Comunicarea în educație fizică și sport<br>Tipuri de conflicte în unitatea școlară                                                                                                                   | Prelegere interactivă<br>Discuții structurate | <b>2 ore</b>  |
| 5. Dinamica procesului de predare-învățare în educație fizică și sport (proiectarea conținuturilor, organizarea activității, conducerea activității de educație fizică și sport, evaluarea activității) | Prelegere interactivă<br>Discuții structurate | <b>2 ore</b>  |
| 6. Conținutul procesului de învățământ în educație fizică și sport                                                                                                                                      | Prelegere interactivă<br>Discuții structurate | <b>2 ore</b>  |
| 7. Proiectarea didactică la nivel micro (proiectul didactic în educație fizică și sport)                                                                                                                | Prelegere interactivă<br>Discuții structurate | <b>2 ore</b>  |
|                                                                                                                                                                                                         | <b>Total ore</b>                              | <b>14 ore</b> |

#### Bibliografie

1. Alexandrescu, I. (1988) – *Persoană, personalitate, personaj: insul în dinamica devenirii*, Editura Junimea, Iași,
2. Bocoș Mușata, Chiș V., Dancsuly A., Ionescu M. (1998) – *Educația și dinamica ei*, Editura Tribuna Învățământului, București,
3. Crăciun, M.(2008) – *Psihologia sportului*. Editura Risoprint, Cluj-Napoca,
4. Crăciun Marius (2009) - *Psihologia educației fizice*.: Editura RISOSPRINT Cluj-Napoca
5. Cucoș, C, (2006) - *Pedagogie*, Editura Polirom, Iași
6. Ionescu, M., Chiș V. (2001) - *Pedagogie, suporturi pentru formarea profesorilor*, Editura Presa Universitară Clujeană,
7. Panturu, S., (2002), *Elemente de psihopedagogie cu aplicații în educație fizică și sport*, Editura Universității „Alexandru Ioan Cuza” Iași
8. Prodea, C., (2019) - *Psihopedagogie în educație fizică și sport*, suport de curs, UBB
9. Roman, Gh., Batali F. C. (2007) – *Antrenamentul sportiv. Teorie și metodică*. Cluj-Napoca,

|                                                                                       |                                                                     |               |
|---------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------|---------------|
| 8.2 Seminar / laborator                                                               | Metode de predare                                                   | Observații    |
| Componentele principale ale procesului de învățământ                                  | Copacul ideilor                                                     | 2 ore         |
| Principii psihopedagogice și didactice                                                | Mozaic<br>Conferința de presă                                       | 4 ore         |
| Motivația și strategii motivaționale în actul didactic                                | Discuția dirijată                                                   | 2 ore         |
| Dificultăți ale învățării în educație fizică și sport                                 | Creioanele la mijloc                                                | 2 ore         |
| Predarea și învățarea – activitate psihopedagogică                                    | Jocul didactic<br>Fișe de lucru specifice                           | 4 ore         |
| Stilurile de predare ale antrenorului                                                 | Posterul<br>Creioane colorate                                       | 2 ore         |
| Conținutul procesului de învățământ în educație fizică și sport                       | Fișe de lucru                                                       | 4 ore         |
| Dinamica procesului de predare-învățare în educație fizică și sport                   | Discuția dirijată                                                   | 4 ore         |
| Proiectarea didactică la nivel micro (proiectul didactic în educație fizică și sport) | Puzzle, Fișe de lucru<br>Proiectul didactic pe fișă din trei bucăți | 4 ore         |
|                                                                                       | <b>Total</b>                                                        | <b>28 ore</b> |

#### Bibliografie

1. Alexandrescu, I. (1988) – *Persoană, personalitate, personaj: insul în dinamica devenirii*, Editura Junimea, Iași,
2. Bocoș Mușata, Chiș V., Dancsuly A., Ionescu M. (1998) – *Educația și dinamica ei*, Editura Tribuna Învățământului, București,
3. Crăciun, M.(2008) – *Psihologia sportului*. Editura Risoprint, Cluj-Napoca,
4. Crăciun Marius (2009) - *Psihologia educației fizice*.: Editura RISOSPRINT Cluj-Napoca
5. Cucoș, C, (2006) - *Pedagogie*, Editura Polirom, Iași

6. Ionescu, M., Chiș V. (2001) - Pedagogie, suporturi pentru formarea profesorilor, Editura Presa Universitară Clujeană,
7. Panturu, S., (2002), Elemente de psihopedagogie cu aplicații în educație fizică și sport, Editura Universității „Alexandru Ioan Cuza” Iași
8. Prodea, C., (2019) - Psihopedagogie în educație fizică și sport, suport de curs, UBB
9. Roman, Gh., Batali F. C. (2007) – Antrenamentul sportiv. Teorie și metodică. Cluj-Napoca,

## 9. Evaluare

| Tip activitate                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | 10.1 Criterii de evaluare                                                                                                                                                                          | 10.2 Metode de evaluare | 10.3 Pondere din nota finală |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------|------------------------------|
| 10.4 Curs                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | Dobândire cunoștințelor teoretice specifice psihopedagogiei                                                                                                                                        | Evaluare scrisă         | 60 puncte                    |
| 10.5 Seminar/laborator                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | Redarea sintetică a două referate cu teme primită la începutul semestrului, evidențiind contribuția autorilor din domeniu, incluzând elemente critice și păreri personale despre subiectul tratat. | Evaluare scrisă         | 30 puncte                    |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Operaționalizarea cunoștințelor specifice psihopedagogiei                                                                                                                                          | Evaluare pe parcurs     | 10 puncte                    |
| 10.6 Standard minim de performanță                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                    |                         |                              |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>Dobândirea unui pachet minimal de cunoștințe teoretice specifice psihopedagogiei</li> <li>Adoptarea propriului cod deontologic în concordanță cu spiritul valorilor educației moderne</li> <li>Notele acordate sunt între 1(unu)=10 puncte și 10 (zece)=100 puncte;</li> <li>Nota finală se realizează prin acumularea de de procente 100 puncte = 10 (zece)</li> <li>Minimul pentru promovarea examenului scris este de 20 puncte din 60 de puncte</li> <li>Minimul pentru promovarea disciplinei constă din acumularea de minimum de 50 de puncte; echivalentul notei 5 (cinci)</li> </ul> |                                                                                                                                                                                                    |                         |                              |

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

|                       |                                 |                                              |                        |                    |                           |                                           |                                                |                                         |
|-----------------------|---------------------------------|----------------------------------------------|------------------------|--------------------|---------------------------|-------------------------------------------|------------------------------------------------|-----------------------------------------|
|                       |                                 | Eticheta generală pentru Dezvoltare durabilă |                        |                    |                           |                                           |                                                |                                         |
| 1 FĂRĂ SĂRĂCIE        | 2 FOAMETE „ZERO”                | 3 SĂNĂTATE ȘI BUNĂSTARE                      | 4 EDUCAȚIE DE CALITATE | 5 EGALITATE DE GEN | 6 APĂ CURATĂ ȘI SANITATIE | 7 ENERGIE CURATĂ ȘI LA PREȚURI ACCESIBILE | 8 MUNCĂ DECENTĂ ȘI CREȘTERE ECONOMICĂ          | 9 INDUSTRIE, INOVAȚIE ȘI INFRASTRUCTURĂ |
|                       |                                 | X                                            | X                      |                    |                           |                                           |                                                |                                         |
| 10 INEGALITĂȚI REDUSE | 11 ORAȘE ȘI COMUNITĂȚI DURABILE | 12 CONSUM ȘI PRODUCȚIE RESPONSABILE          | 13 ACȚIUNE CLIMATICĂ   | 14 VIAȚĂ ACVATICĂ  | 15 VIAȚĂ TERESTRĂ         | 16 PACE, JUSTIȚIE ȘI INSTITUȚII EFICIENTE | 17 PARTENERIAȚE PENTRU REALIZAREA OBIECTIVELOR | Nu se aplică nici o etichetă            |
|                       |                                 |                                              |                        |                    |                           |                                           |                                                |                                         |

Data completării:

20-24.04.2026

Semnătura titularului de curs

Conf. univ. dr. Prodea Cosmin

Semnătura titularului de seminar

Asist. univ. dr. Albus Denis

Data avizării în departament:

29-30.04.2026

Semnătura directorului de departament

Lector univ. dr. Nuț Ancuța