



MINISTERUL EDUCAȚIEI ȘI CERCETĂRII
ROMÂNIA
UNIVERSITATEA DE MEDICINĂ,
FARMACIE, ȘTIINȚE ȘI TEHNOLOGIE
„GEORGE EMIL PALADE”
DIN TÂRGU MUREȘ

Fișa disciplinei

an academic: 2027 - 2028

1. Date despre program

1.1 Instituția de învățământ superior: Universitatea de Medicină, Farmacie, Științe și Tehnologie 'George Emil Palade' din Târgu Mureș
1.2 Facultatea de: Științe și Litere 'Petru Maior'
1.3 Departamentul: SL2 - Științe sociale și sportive
1.4 Domeniul de studii: Știința sportului și educației fizice
1.5 Ciclu de studii: master
1.6 Programul de studii: Educație fizică și consiliere sportivă

2. Date despre disciplină

2.1 Denumirea disciplinei: Didactica sporturilor cu racheta				
2.2 Titularul activităților de curs: Conf dr Țurcanu Florin				
2.3 Titularul activităților practice: Lect. dr. Steff Zakarias				
2.4 Anul de studii: II	2.5 Semestrul: 1	2.6 Tipul de evaluare: E	2.7 Regimul disciplinei	categoria formativă: DS statut: Obl

3. Timpul total estimat (ore pe semestru activități didactice)

3.1 Număr de ore pe săptămână: 8	3.2 din care curs: 4	3.3 activități practice: 4
3.4 Total ore din planul de învățământ: 56	3.5 din care curs: 28	3.6 activități practice: 28
3.7 Distribuția fondului de timp pe semestru		
- studiu după manual, suport de curs, bibliografie și notițe		20
- documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren		20
- pregătire seminarii / laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri		20
- tutorial		0
- examinări		4
- alte activități		10
3.8 Total ore de studiu individual		74
3.9 Total ore pe semestru		130
3.10 Număr de credite		5

4. Precondiții (acolo unde este cazul)

4.1 de curriculum: Instrumente curriculare (cărți de specialitate, note de curs, caiete și îndrumare de lucrări practice, ghiduri metodologice etc.) Sinteze și selecții bibliografice în specialitatea disciplinei (obligatorii și facultative), Fișa disciplinei, Suporturi digitale, instrumente e-learning și multimedia Link-uri spre open sources în domeniu.
4.2 de competențe: Pentru disciplinele teoretico-practice (sporturile cu racheta), în principiu, vor avea ca precondiție specializarea respectivă a cadrului didactic. În situația în care nu există cadre didactice cu specializarea în disciplina respectivă, ele vor fi predate de cadre didactice care au în foaia matricolă / suplimentul la diplomă promovarea prin examen a disciplinei predate sau echivalentul acesteia. Competențe de predare dobândite în cariera didactică proprie, prin experiența acumulată și prin elaborarea unor instrumente curriculare personale. Toate cadrele didactice, titulare de curs, trebuie să dețină titlul științific de doctor.

5. Condiții de desfășurare

5.1 a cursului: Explicitate în Regulamentul didactic al studenților UMFST
5.2 a activităților practice: Explicitate în Regulamentul didactic al studenților UMFST

6. Corelarea disciplinei cu recomandările ESCO (European Skills, Competences, Qualifications and Occupations)

Disciplina Didactica sporturilor cu racheta contribuie la dezvoltarea competențelor ESCO din aria competențelor profesionale (capacitatea de a acorda sprijin elevilor, respectarea disciplinei, corectarea execuțiilor greșite, evaluarea progresului școlar) și a competențelor transversale (comunicare profesională, lucru în echipă, profesionalism, folosirea terminologiei specifice, cunoașterea regulamentelor jocurilor sportive), prin activități de predare și aplicative specifice domeniului Știința sportului.

7. Obiectivele disciplinei

7.1 Obiectivul general: Înșușirea noțiunilor și cunoștințelor de bază privind domeniul sporturilor cu racheta, reunite într-o disciplină

integratoare, practic-aplicativă, care vine să completeze fondul de cunoștințe teoretice acumulate în anii anteriori de studii (licență).

7.2 Obiective specifice:

Extinderea posibilităților de interpretare și integrare a cunoștințelor teoretice cu cele practice, operaționale.
Generalizarea și sinteza, urmate de aplicarea practică, a conceptelor și valorilor teoretice rezultate din alte științe.
Fundamentarea statutului epistemologic al domeniului practicii educației fizice și sportului în ciclul liceal.

8. Rezultatele învățării

8.1 Cunoștințe:

Studentul/absolventul explică și aplică creativ achizițiile teoretice și practice din domeniul educației fizice și sportului școlar, adaptând și particularizând intervențiile specifice.
Studentul/absolventul cunoaște concepte avansate de instruire motrică și diferențiere didactică.
Studentul/absolventul identifică strategiile motivaționale și stilurile de învățare aplicabile elevilor din ciclul liceal și postliceal.
Studentul/absolventul explică structura și funcțiile curriculumului pentru educație fizică și activități motrice.
Studentul/absolventul identifică principii și modele avansate de proiectare a conținuturilor educaționale pe termen mediu și lung.
Studentul/absolventul cunoaște criterii de selecție și adaptare a resurselor curriculare în funcție de obiectivele propuse.
Studentul/absolventul cunoaște metode moderne de evaluare formativă și sumativă.
Studentul/absolventul înțelege indicatorii de progres cognitiv, motric și comportamental.

8.2 Aptitudini:

Studentul/absolventul proiectează, planifică și evaluează programe formative, educative, precum și strategii de dezvoltare organizațională.
Studentul/absolventul organizează și conduce activități specifice domeniului pentru diverse categorii de beneficiari.
Studentul/absolventul selectează și aplică metode de predare avansate și diferențiate.
Studentul/absolventul proiectează secvențe de instruire adaptate la profilul psihomotric al elevilor.
Studentul/absolventul elaborează unități de învățare și planuri de lecție în concordanță cu obiectivele educaționale și profilul de vârstă al practicanților.
Studentul/absolventul adaptează structura curriculară la resursele existente și nevoile grupului țintă.
Studentul/absolventul formulează demersuri didactice integrate, care includ obiective transversale și competențe complementare.
Studentul/absolventul elaborează și aplică instrumente complexe de evaluare.
Studentul/absolventul utilizează datele obținute pentru reconfigurarea instruirii.

8.3 Responsabilitate și autonomie:

Studentul/absolventul identifică și rezolvă probleme specifice aplicând tehnici de lucru și cercetare adaptate condițiilor și scopului activităților desfășurate.
Studentul/absolventul exercită diferite roluri în echipe interdisciplinare, inclusiv rolul de coordonator.
Studentul/absolventul ajustează în mod autonom demersul didactic în funcție de evaluarea progresului.
Studentul/absolventul formulează decizii metodologice responsabile, cu respectarea principiilor incluziunii.
Studentul/absolventul fundamentează deciziile de selecție curriculară în raport cu finalitățile educaționale și strategia instituțională.
Studentul/absolventul asumă responsabilitatea construirii unui parcurs educațional coerent și adaptat.
Studentul/absolventul evaluează și optimizează conținuturile curriculare în funcție de impactul educațional.
Studentul/absolventul furnizează feedback adaptat elevilor.
Studentul/absolventul comunică rezultatele evaluării în echipa educațională.

9. Competențe specifice acumulate

9.1 profesionale:

CPDF2. Aplică și adaptează creativ cunoștințele teoretice și practice specifice educației fizice și sportului școlar
CPSP1. Aplicarea strategiilor didactice avansate în educația fizică și sport
CPSP2. Elaborarea și adaptarea programei analitice în funcție de obiectivele educaționale și contextul instructiv
CPSP5. Evaluarea integrată a progresului elevilor

9.2 transversale:

-

9.3 program de studiu:

10.1 Conținutul orelor de curs, semestrul 1

No	Tema	Metode de predare	Nr ore	Observații	Corelare cu ICS
1	Noțiuni generale privind conținutul și caracteristicile de bază ale sporturilor cu racheta - particularizare pentru tenis	Prezentare power-point, prezentare multimedia	4	nu e cazul	nu e cazul
2	Particularitățile morfo-funcționale ale elevilor de liceu	Prezentare power-point, prezentare multimedia	4	nu e cazul	nu e cazul
3	Conținutul predării tehnicii tenisului: prizele rachetei, deplasările în teren	Prezentare power-point, prezentare multimedia	4	nu e cazul	nu e cazul
4	Conținutul predării tehnicii tenisului: lovitura de dreapta, returul	Prezentare power-point, prezentare multimedia	4	nu e cazul	nu e cazul
5	Conținutul predării tehnicii tenisului: lovitura de rever, returul	Prezentare power-point, prezentare multimedia	4	nu e cazul	nu e cazul
6	Conținutul predării tehnicii tenisului: serviciul, voleul, smeciul, lobul, stopul - particularizare pe ani de studiu	Prezentare power-point, prezentare multimedia	4	nu e cazul	nu e cazul

7	Raportul între antrenament și competiție la echipa reprezentativă școlară	Prezentare power-point, prezentare multimedia	4	nu e cazul	nu e cazul
Bibliografie 1. International Tennis Federation. (2025). JTI guidance document 2025. International Tennis Federation. 2. McBroom, I., & Gray, R. (2026). A constraints-led approach to coaching tennis. Routledge. Deng, N., Soh, K. G., Xu, F., & Yang, X. (2024). The effects of strength and conditioning interventions on serve speed in tennis players: A systematic review and meta-analysis. <i>Frontiers in Physiology</i>, 15, Article 1469965. https://doi.org/10.3389/fphys.2024.1469965 3. Guo, Y., Xie, J., Dong, G., & Bao, D. (2024). A comprehensive review of training methods for physical demands in adolescent tennis players: A systematic review. <i>Frontiers in Physiology</i>, 15, Article 1449149. https://doi.org/10.3389/fphys.2024.1449149 Oliveira, V., Ribeiro, J., Araújo, D., Travassos, B., & Vilar, L. (2024). Training tennis through induced variability and specific practice: Effects on performance in the forehand approach shot. <i>Applied Sciences</i>, 14(8), Article 3287. https://doi.org/10.3390/app14083287 4. Yalcin, I., Genc, H., Bayram, A., Sezer, B. S., Isik, O., Gumus, H., & Novak, D. (2026). The effect of an 8-week mental training program on ITN test performances of tennis players. <i>BMC Sports Science, Medicine and Rehabilitation</i>, 18, Article 23. https://doi.org/10.1186/s13102-025-01463-1 5. Layouni, S., Dergaa, I., Ghali, H., Ceylan, H. İ., Stefanica, V., Neguez, M., Loubiri, I., Dhahbi, W., Rjiba, C., & Ben Saad, H. (2025). Epidemiology of tennis-related injuries among competitive youth players in Tunisia: Frequency, characteristics, and management patterns. <i>Medicina</i>, 61(8), 1478. https://doi.org/10.3390/medicina61081478 6. Catană, C., Alistarh, A., Ocheșel, L., & Ene-Voiculescu, V. (2023). Methods and means of learning the basic shots of the game of tennis at the 8–10 years age category. <i>Annals of “Dunarea de Jos” University of Galati. Fascicle XV, Physical Education and Sport Management</i>, 2, 32–37. https://doi.org/10.35219/efms.2023.2.04 7. Ciuntea, M. L., Sava, M. A., & Zăhău, M. (2022). Study on the perception of tennis coaches in the northeastern region of Romania regarding serve learning in children. <i>Journal of Sport and Kinetic Movement</i>, 39(1), 29–37. 8. Florin, M., Monea, D., & Ștefănescu, H. (2024). The influence of physical exercises carried out in the aquatic environment on physiological parameters for 10–12 year tennis players. <i>GYMNASIUM</i>, 25(1), 124–144. https://doi.org/10.29081/gsjesh.2024.25.1.09					

10.2 Conținutul orelor de lucrări, semestrul 1

No	Tema	Metode de predare	Nr ore	Observații	Corelare cu ICS
1	Metodica învățării prizelor rachetei și a deplasărilor în teren	Explicația, demonstrația	2	Accent pe corectitudinea execuțiilor	-
2	Metodica învățării loviturii de dreapta - liftată cu deplasare la minge	Explicația, demonstrația	2	Accent pe corectitudinea execuțiilor	-
3	Metodica învățării loviturii de dreapta - procedeu tăiat	Explicația, demonstrația	2	Accent pe corectitudinea execuțiilor	-
4	Metodica învățării loviturii de dreapta - procedeu plat	Explicația, demonstrația	2	Accent pe corectitudinea execuțiilor	-
5	Metodica învățării loviturii de stânga - cu o mână liftată, cu deplasare la minge	Explicația, demonstrația	2	Accent pe corectitudinea execuțiilor	-
6	Metodica învățării loviturii de stânga - procedeu plat	Explicația, demonstrația	2	Accent pe corectitudinea execuțiilor	-
7	Metodica învățării loviturii de stânga - procedeu tăiat	Explicația, demonstrația	2	Accent pe corectitudinea execuțiilor	-
8	Metodica învățării loviturii de stânga cu două mâini	Explicația, demonstrația	2	Accent pe corectitudinea execuțiilor	-
9	Metodica învățării voleului	Explicația, demonstrația	2	Accent pe corectitudinea execuțiilor	-
10	Metodica învățării smeciului - executat direct de pe loc	Explicația, demonstrația	2	Accent pe corectitudinea execuțiilor	-
11	Metodica învățării voleului - executat direct din săritură cu forfecarea picioarelor	Explicația, demonstrația	2	Accent pe corectitudinea execuțiilor	-
12	Metodica învățării voleului - executat după contactul mingii cu solul	Explicația, demonstrația	2	Accent pe corectitudinea execuțiilor	-
13	Metodica învățării stopului și demivoleului	Explicația, demonstrația	2	Accent pe corectitudinea execuțiilor	-
14	Metodica învățării lobului și passingului	Explicația, demonstrația	2	Accent pe corectitudinea execuțiilor	-

Bibliografie 1. International Tennis Federation. (2025). JTI guidance document 2025. International Tennis Federation. 2. McBroom, I., & Gray, R. (2026). A constraints-led approach to coaching tennis. Routledge. Deng, N., Soh, K. G., Xu, F., & Yang, X. (2024). The effects of strength and conditioning interventions on serve speed in tennis players: A systematic review and meta-analysis. <i>Frontiers in Physiology</i>, 15, Article 1469965. https://doi.org/10.3389/fphys.2024.1469965 3. Guo, Y., Xie, J., Dong, G., & Bao, D. (2024). A comprehensive review of training methods for physical demands in adolescent tennis players: A systematic review. <i>Frontiers in Physiology</i>, 15, Article 1449149. https://doi.org/10.3389/fphys.2024.1449149 Oliveira, V., Ribeiro, J., Araújo, D., Travassos, B., & Vilar, L. (2024). Training tennis through induced variability and specific practice: Effects on performance in the forehand approach shot. <i>Applied Sciences</i>, 14(8), Article 3287. https://doi.org/10.3390/app14083287 4. Yalcin, I., Genc, H., Bayram, A., Sezer, B. S., Isik, O., Gumus, H., & Novak, D. (2026). The effect of an 8-week mental training program on ITN test performances of tennis players. <i>BMC Sports Science, Medicine and Rehabilitation</i>, 18, Article 23. https://doi.org/10.1186/s13102-025-01463-1					
--	--	--	--	--	--

5. Layouni, S., Dergaa, I., Ghali, H., Ceylan, H. İ., Stefanica, V., Neguez, M., Loubiri, I., Dhahbi, W., Rjiba, C., & Ben Saad, H. (2025). Epidemiology of tennis-related injuries among competitive youth players in Tunisia: Frequency, characteristics, and management patterns. *Medicina*, 61(8), 1478. <https://doi.org/10.3390/medicina61081478>
6. Catană, C., Alistarh, A., Ocheșel, L., & Ene-Voiculescu, V. (2023). Methods and means of learning the basic shots of the game of tennis at the 8–10 years age category. *Annals of "Dunarea de Jos" University of Galati. Fascicle XV, Physical Education and Sport Management*, 2, 32–37. <https://doi.org/10.35219/efms.2023.2.04>
7. Ciuntea, M. L., Sava, M. A., & Zahiu, M. (2022). Study on the perception of tennis coaches in the northeastern region of Romania regarding serve learning in children. *Journal of Sport and Kinetic Movement*, 39(1), 29–37.
8. Florin, M., Monea, D., & Ștefănescu, H. (2024). The influence of physical exercises carried out in the aquatic environment on physiological parameters for 10–12 year tennis players. *GYMNASIUM*, 25(1), 124–144. <https://doi.org/10.29081/gsjesh.2024.25.1.09>

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

Valorificare teoriilor, metodologiilor și practicilor asimilate în rezolvarea unor situații teoretico-practice educaționale prin abordări interdisciplinare. Utilizarea unui limbaj de specialitate în comunicarea cu medii profesionale diferite, cu specialiștii domeniului și din domeniile conexe. Aplicarea teoriilor și practicilor asimilate în conceperea și elaborarea de proiecte educaționale și de cercetare specifice educației fizice și sportului și interdisciplinare. Consilierea, orientarea și medierea elevilor în vederea integrării socio-psiho-pedagogice.

12. Evaluare

Tip activitate	Criterii de evaluare	Metode de evaluare	Pondere din nota finală
Evaluare pe parcursul semestrului			
- în timpul activității practice	nu este cazul	nu este cazul	0
- la curs	Implicare la activitățile de predare, prezentarea unui referat cu temă stabilită anterior, prezentare power-point	prezentare referat	10
Evaluare finală			
- examen practic final	Evaluarea activităților practice va fi în conformitate cu Regulamentul didactic și se va nota cu note de la 1-10. Nota minimă de promovare este 5.	Proba practico-metodică.	30
- examen teoretic final	Examen redactional - rezolvarea de subiecte din tematica disciplinei. Nota minimă de promovare este 5.	Test redactional	60
Standard minim de performanță: Evaluarea teoretică-obținerea notei minime 5. Evaluarea practică-obținerea notei minime 5			

13. Orar consultații studenți

Conf dr Țurcanu Florin	Luni 10-12
------------------------	------------

Director departament

Titular(i) curs

Titular(i) aplicații practice



MINISTERUL EDUCAȚIEI ȘI CERCETĂRII
ROMÂNIA
UNIVERSITATEA DE MEDICINĂ,
FARMACIE, ȘTIINȚE ȘI TEHNOLOGIE
„GEORGE EMIL PALADE”
DIN TÂRGU MUREȘ

Fișa disciplinei

an academic: 2027 - 2028

1. Date despre program

1.1 Instituția de învățământ superior: Universitatea de Medicină, Farmacie, Științe și Tehnologie 'George Emil Palade' din Târgu Mureș
1.2 Facultatea de: Științe și Litere 'Petru Maior'
1.3 Departamentul: M2 - Științe funcționale complementare
1.4 Domeniul de studii: Știința sportului și educației fizice
1.5 Ciclul de studii: master
1.6 Programul de studii: Educație fizică și consiliere sportivă

2. Date despre disciplină

2.1 Denumirea disciplinei: Didactica jocului de handbal în liceu				
2.2 Titularul activităților de curs: Conf dr Făgăraș Pia-Simona				
2.3 Titularul activităților practice: Conf. dr. Făgăraș Pia-Simona				
2.4 Anul de studii: II	2.5 Semestrul: 1	2.6 Tipul de evaluare: E	2.7 Regimul disciplinei	categoria formativă: DS statut: Obl

3. Timpul total estimat (ore pe semestru activități didactice)

3.1 Număr de ore pe săptămână: 4	3.2 din care curs: 2	3.3 activități practice: 2
3.4 Total ore din planul de învățământ: 28	3.5 din care curs: 14	3.6 activități practice: 14
3.7 Distribuția fondului de timp pe semestru		
- studiu după manual, suport de curs, bibliografie și notițe		30
- documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren		30
- pregătire seminarii / laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri		30
- tutorial		0
- examinări		2
- alte activități		10
3.8 Total ore de studiu individual		102
3.9 Total ore pe semestru		130
3.10 Număr de credite		5

4. Precondiții (acolo unde este cazul)

4.1 de curriculum:
-
4.2 de competențe:
-

5. Condiții de desfășurare

5.1 a cursului:
Sală de curs, platforma multimedia, videoproietor
5.2 a activităților practice:
Sală de jocuri sportive dotată cu poarta handbal, mingi, jaloane

6. Corelarea disciplinei cu recomandările ESCO (European Skills, Competences, Qualifications and Occupations)

DDisciplina Didactica jocului de baschet în liceu contribuie la dezvoltarea competențelor ESCO din aria competențelor profesionale (capacitatea de a acorda sprijin elevilor, respectarea disciplinei, corectarea execuțiilor greșite, evaluarea progresului școlar) și a competențelor transversale (comunicare profesională, lucru în echipă, profesionalism, folosirea terminologiei specifice, cunoașterea regulamentelor jocurilor sportive), prin activități de predare și aplicative specifice domeniului Știința sportului.

7. Obiectivele disciplinei

7.1 Obiectivul general:
Formarea competențelor didactice esențiale pentru predarea handbalului în școală, prin utilizarea unor metode și strategii adaptate dezvoltării fizice și motrice ale elevilor.
7.2 Obiective specifice:
- Dezvoltarea capacității de a aplica metodic structura unei lecții de handbal, inclusiv selectarea și adaptarea exercițiilor de bază (dribling, pase, aruncări, deplasări) pentru diverse niveluri de dezvoltare fizică.
- Dobândirea competenței de a proiecta planuri de lecție și unități didactice care includ progresii de învățare a tehnicilor fundamentale de handbal adaptate nevoilor și abilităților elevilor.
- Capacitatea de a evalua performanța motrică și de a adapta metodele de predare, prin utilizarea unor tehnici de

feedback constructiv și evaluare continuă pentru a încuraja progresul și a dezvolta încrederea elevilor.
 - Stimularea abilităților de management și organizare a clasei, astfel încât să poată coordona eficient activități de handbal și să mențină motivația și implicarea elevilor prin activități motrice și jocuri organizate.
 - Dezvoltarea capacității de a integra valorile de echipă și fair-play în predarea handbalului, prin organizarea de activități și jocuri care încurajează cooperarea, respectul reciproc și spiritul de echipă.

8. Rezultatele învățării

8.1 Cunoștințe:

Studentul/absolventul cunoaște concepte avansate de instruire motrică și diferențiere didactică.
 Studentul/absolventul identifică strategiile motivaționale și stilurile de învățare aplicabile elevilor din ciclul liceal și postliceal.
 Studentul/absolventul explică structura și funcțiile curriculumului pentru educație fizică și activități motrice.
 Studentul/absolventul identifică principii și modele avansate de proiectare a conținuturilor educaționale pe termen mediu și lung. Studentul/absolventul cunoaște criterii de selecție și adaptare a resurselor curriculare în funcție de obiectivele propuse.
 Studentul/absolventul cunoaște metode moderne de evaluare formativă și sumativă.
 Studentul/absolventul înțelege indicatorii de progres cognitiv, motric și comportamental.

8.2 Aptitudini:

Studentul/absolventul selectează și aplică metode de predare avansate și diferențiate. Studentul/absolventul proiectează secvențe de instruire adaptate la profilul psihomotric al elevilor.
 Studentul/absolventul elaborează unități de învățare și planuri de lecție în concordanță cu obiectivele educaționale și profilul de vârstă al practicanților.
 Studentul/absolventul adaptează structura curriculară la resursele existente și nevoile grupului țintă.
 Studentul/absolventul elaborează și aplică instrumente complexe de evaluare.
 Studentul/absolventul utilizează datele obținute pentru reconfigurarea instruirii.
 Studentul/absolventul participă activ în echipe educaționale și în proiecte comune.
 Studentul/absolventul exprimă puncte de vedere și valorifică perspective diferite. Studentul/absolventul mediază opinii și promovează cooperarea între colegi.

8.3 Responsabilitate și autonomie:

Studentul/absolventul ajustează în mod autonom demersul didactic în funcție de evaluarea progresului.
 Studentul/absolventul formulează decizii metodologice responsabile, cu respectarea principiilor incluziunii.
 Studentul/absolventul fundamentează deciziile de selecție curriculară în raport cu finalitățile educaționale și strategia instituțională.
 Studentul/absolventul asumă responsabilitatea construirii unui parcurs educațional coerent și adaptat.
 Studentul/absolventul evaluează și optimizează continuu conținuturile curriculare în funcție de impactul educațional.
 Studentul/absolventul furnizează feedback adaptat elevilor.
 Studentul/absolventul comunică rezultatele evaluării în echipa educațională.
 Studentul/absolventul contribuie la luarea deciziilor în echipe multidisciplinare.
 Studentul/absolventul respectă responsabilitățile asumate în cadrul colaborărilor.

9. Competențe specifice acumulate

9.1 profesionale:

CPSP1 Aplicarea strategiilor didactice avansate în educația fizică și sport
 CPSP 2 Elaborarea adaptarea programei analitice în funcție de obiectivele educaționale și contextul instructiv
 CPSP 5 Evaluarea integrată a progresului elevilor

9.2 transversale:

CT1. Colaborează eficient în echipe multidisciplinare

9.3 program de studiu:

10.1 Conținutul orelor de curs, semestrul 1

No	Tema	Metode de predare	Nr ore	Observații	Corelare cu ICS
1	Jocului de handbal în liceu - rol, caracteristici, delimitări conceptuale	Explicatia, demonstratia, exersarea, prezentari multimedia	2	-	-
2	Aparitia si dezvoltarea jocului de handbal	Explicatia, demonstratia, exersarea, prezentari multimedia	2	-	-
3	Tehnica jocului de handbal în liceu	Explicatia, demonstratia, exersarea, prezentari multimedia	2	-	-
4	Tactica jocului de handbal în liceu	Prelegerea, prezentarea powerpoint, prezentari multimedia	2	-	-
5	Conținutul pregătirii elevilor din clasele IX-XII - modalități de predare	Prelegerea, prezentarea powerpoint, prezentari multimedia	2	-	-
6	Evaluare în handbal la nivel liceal	Prelegerea, prezentarea powerpoint, prezentari multimedia	2	-	-
7	Forme de desfășurare a jocului de handbal la nivel liceal	Prelegerea, prezentarea powerpoint, prezentari multimedia	2	-	-

Bibliografie

Bibliografie obligatorie:

Cazan, F. (Coord.). (2023). Metodica predării handbalului în școală. Caiet de studiu individual. Învățământ cu frecvență redusă (IFR). Programul de studii: Educație Fizică și Sportivă. Ovidius University Press.
 Stănescu, S., Oltean, A., Stănescu, A., & Lupu, E. (2023). Handbal: Sisteme de acțiune în apărare la nivel

juniori II. Ovidius University Press.

Abalasei B -introducere in antrenamentul jocului de handbal, Edit. Lumen, 2013

Cazan F - Metodica jocurilor sportive - handbal, Edit. Universitaria Craiova, 2018

Igorov Boso M, Hantau C - Fundamente științifice ale jocurilor sportive - Handbal : Curs universitar, Edit. Bren,Bucuresti, 2014

Rizescu C - Didactica handbalului, Edit. Ovidius University press, Constanta, 2013

Bibliografie facultativa:

Binnenbruck, A., Fasold, F., Hamann, F., & Knobloch, I. (2026). Handball: Das Praxisbuch für Studium, Training und Freizeitsport. Springer Spektrum.

Wagner, H., & Radic, V. (2022). Handball TAKT: Moderne Methoden für spielnahes Training. Meyer & Meyer.

10.2 Conținutul orelor de lucrări, semestrul 1

No	Tema	Metode de predare	Nr ore	Observații	Corelare cu ICS
1	Metodica predării elementelor tehnice de baza: poziția fundamentală în atac și în apărare, deplasarea în teren	Explicatia, demonstratia, exersarea, prezentari multimedia	2	-	-
2	Metodica predării tehnicii în jocul de handbal: prinderea și pasarea mingii de handbal de pe loc și din deplasare.	Explicatia, demonstratia, exersarea, prezentari multimedia	2	-	-
3	Metodica predării tehnicii în jocul de handbal: driblingul, fentele, schimbările de direcție.	Explicatia, demonstratia, exersarea, prezentari multimedia	2	-	-
4	Metodica predării tehnicii în jocul de handbal: aruncarea la poartă, scoaterea mingii de la adversar, interceptia, atacarea adversarului aflat în posesia mingii	Explicatia, demonstratia, exersarea, prezentari multimedia	2	-	-
5	Metodica predării fazelor de atac.	Explicatia, demonstratia, exersarea, prezentari multimedia	2	-	-
6	Metodica predării fazelor de apărare.	Explicatia, demonstratia, exersarea, prezentari multimedia	2	-	-
7	Evaluare practico-metodica.	Explicatia, demonstratia, exersarea, prezentari multimedia	2	-	-

Bibliografie

Bibliografie obligatorie:

Catuna G.M, Alupoae M - Handbal, Edit. Fundatiei Roamaniei de maine, bucuresti, 2012 Abalasei B -introducere in antrenamentul jocului de handbal, Edit. Lumen, 2013

Cazan F - Metodica jocurilor sportive - handbal, Edit. Universitaria Craiova, 2018

Igorov Boso M, Hantau C - Fundamente științifice ale jocurilor sportive - Handbal : Curs universitar, Edit. Bren,Bucuresti, 2014

Rizescu C - Didactica handbalului, Edit. Ovidius University press, Constanta, 2013

Cazan, F. (Coord.). (2023). Metodica predării handbalului în școală. Caiet de studiu individual. Învățământ cu frecvență redusă (IFR). Programul de studii: Educație Fizică și Sportivă. Ovidius University Press.

Fasold, F., & Nicklas, A. (2023). Handball spielerisch vermitteln: Eine Einführung für Lehrkräfte, Coaches und Studierende. Springer Spektrum. <https://doi.org/10.1007/978-3-662-67325-6>

König, S., & Husz, A. (2022). Doppelstunde Handball: Unterrichtseinheiten und Stundenbeispiele für Schule und Verein (3. Aufl.). Hofmann-Verlag.

Stănescu, S., Oltean, A., Stănescu, A., & Lupu, E. (2023). Handbal: Sisteme de acțiune în apărare la nivel juniori II. Ovidius University Press.

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

Conținuturile disciplinei sunt corelate cu cerințele curriculare și cu așteptările angajatorilor, asociațiilor profesionale și comunității sportive privind formarea competențelor de predare, organizare și evaluare a handbalului la nivel liceal.

12. Evaluare

Tip activitate	Criterii de evaluare	Metode de evaluare	Pondere din nota finală
Evaluare pe parcursul semestrului			
- în timpul activității practice	Evaluarea abilităților practico-metodice specifice disciplinei	Test practico-metodic	10
- la curs	Evaluarea cunoștințelor teoretice specifice disciplinei	Referate	20
Evaluare finală			

- examen practic final	Formele principale de evaluare - evaluare practico-metodica, prezentari power-point pe tematica specifica.	Sustinerea unor secvente de lectie din tematica disciplinei. Evaluarea portofoliului. Note de la 1-10.	40
- examen teoretic final	Proba de verificare va fi cea scrisă, pe baza rezolvării unor subiecte, având ca scop verificarea cunoștințelor acumulate pe parcursul semestrului. Portofoliu pe tematica disciplinei	Lucrare scrisă. Notarea va fi de la 1 la 10. Se acordă un punct din oficiu. Prezența la cursuri va fi în conformitate cu Regulamentul didactic .	30
Standard minim de performanță: Evaluarea cu calificativ minim promovabil a nivelului de cunoștințe, competențe profesionale și abilități practice, care să îi permită studentului, viitor specialist, să integreze aceste cunoștințe în portofoliul profesional personal, cu efecte benefice asupra componentei practic aplicative, specifică profesiei.			

13. Orar consultații studenți

Conf dr Făgăraș Pia-Simona	30 de minute după fiecare lucrare practică
----------------------------	--

Director departament

Titular(i) curs

Titular(i) aplicații practice



MINISTERUL EDUCAȚIEI ȘI CERCETĂRII
ROMÂNIA
UNIVERSITATEA DE MEDICINĂ,
FARMACIE, ȘTIINȚE ȘI TEHNOLOGIE
„GEORGE EMIL PALADE”
DIN TÂRGU MUREȘ

Fișa disciplinei

an academic: 2027 - 2028

1. Date despre program

1.1 Instituția de învățământ superior: Universitatea de Medicină, Farmacie, Științe și Tehnologie 'George Emil Palade' din Târgu Mureș
1.2 Facultatea de: Științe și Litere 'Petru Maior'
1.3 Departamentul: SL2 - Științe sociale și sportive
1.4 Domeniul de studii: Știința sportului și educației fizice
1.5 Ciclul de studii: master
1.6 Programul de studii: Educație fizică și consiliere sportivă

2. Date despre disciplină

2.1 Denumirea disciplinei: Amenajări baze sportive și recreative				
2.2 Titularul activităților de curs: Conf dr Țurcanu Florin				
2.3 Titularul activităților practice: Conf. dr. Țurcanu Florin				
2.4 Anul de studii: II	2.5 Semestrul: 1	2.6 Tipul de evaluare: V	2.7 Regimul disciplinei	categoria formativă: DC statut: Obl

3. Timpul total estimat (ore pe semestru activități didactice)

3.1 Număr de ore pe săptămână: 4	3.2 din care curs: 2	3.3 activități practice: 2
3.4 Total ore din planul de învățământ: 28	3.5 din care curs: 14	3.6 activități practice: 14
3.7 Distribuția fondului de timp pe semestru		
- studiu după manual, suport de curs, bibliografie și notițe		20
- documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren		20
- pregătire seminarii / laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri		20
- tutorial		0
- examinări		6
- alte activități		10
3.8 Total ore de studiu individual		76
3.9 Total ore pe semestru		104
3.10 Număr de credite		4

4. Precondiții (acolo unde este cazul)

4.1 de curriculum: Elaborare de instrumente curriculare (cărți de specialitate, note de curs, caiete și îndrumare de lucrări practice, ghiduri metodologice etc.) Sinteze și selecții bibliografice în specialitatea disciplinei (obligatorii și facultative) Fișa disciplinei Suporturi digitale, instrumente e-learning și multimedia Link-uri spre open sources sau alte resurse web, în domeniu.
4.2 de competențe: Pentru disciplinele teoretico-practice, în principiu vor avea ca precondiție specializarea respectivă a cadrului didactic. În situația în care nu există cadre didactice cu specializarea în disciplina respectivă, ele vor fi predate de cadre didactice care au în foaia matricolă / suplimentul la diplomă promovarea prin examen a disciplinei predate. Competențe de predare dobândite în cariera didactică proprie, prin experiența acumulată și prin elaborarea unor suporturi curriculare personale Toate cadrele didactice, titulare de curs, trebuie să dețină titlul științific de doctor.

5. Condiții de desfășurare

5.1 a cursului: -
5.2 a activităților practice: Explicite în Regulamentul didactic al studenților din UMFST.

6. Corelarea disciplinei cu recomandările ESCO (European Skills, Competences, Qualifications and Occupations)

Disciplina Amenajări baze sportive contribuie la dezvoltarea competențelor ESCO din aria competențelor profesionale (gândirea analitică, aplicarea strategiilor didactice, dobândirea de cunoștințe, formarea de abilități) și a competențelor transversale (comunicare profesională, lucru în echipă, profesionalism), prin activități de predare și aplicative specifice domeniului Știința sportului.
--

7. Obiectivele disciplinei

7.1 Obiectivul general: Însușirea noțiunilor și cunoștințelor de bază privind amenajările bazelor sportive, reunite într-o disciplină
--

integratoare, practic- aplicativă, care vine să completeze fondul de cunoștințe teoretice acumulate în anii anteriori de studii

7.2 Obiective specifice:

Extinderea posibilităților de interpretare și integrare a cunoștințelor teoretice cu cele practice, operaționale. Generalizarea și sinteza urmate de aplicarea practică, a conceptelor și valorilor teoretice rezultate din alte științe.

8. Rezultatele învățării

8.1 Cunoștințe:

Studentul/absolventul explică și aplică creativ achizițiile teoretice și practice din domeniul educației fizice și sportului școlar, adaptând și particularizând intervențiile specifice.

Studentul/absolventul recunoaște tipologii de nevoi educaționale speciale și bariere de acces.

Studentul/absolventul înțelege importanța mișcării în dezvoltarea psiho-socio-motrică.

Studentul/absolventul cunoaște principiile colaborării profesionale în contexte educaționale.

Studentul/absolventul înțelege dinamica relațiilor interprofesionale și rolurile în echipă.

Studentul/absolventul cunoaște conceptele de echitate, incluziune și protecție în educație.

Studentul/absolventul înțelege mecanismele psihosociale ale comportamentului școlar.

8.2 Aptitudini:

Studentul/absolventul proiectează, planifică și evaluează programe formative, educative, precum și strategii de dezvoltare organizațională.

Studentul/absolventul organizează și conduce activități specifice domeniului pentru diverse categorii de beneficiari.

Studentul/absolventul proiectează activități incluzive în educația fizică.

Studentul/absolventul adaptează exercițiile și metodele în funcție de diversitatea grupului.

Studentul/absolventul participă activ în echipe educaționale și în proiecte comune.

Studentul/absolventul exprimă puncte de vedere și valorifică perspective diferite.

Studentul/absolventul mediază opinii și promovează cooperarea între colegi.

Studentul/absolventul previne comportamentele negative prin intervenții educaționale adecvate.

Studentul/absolventul aplică principii de echitate în relațiile educaționale.

Studentul/absolventul construiește relații de încredere și respect cu elevii.

8.3 Responsabilitate și autonomie:

Studentul/absolventul identifică și rezolvă probleme specifice aplicând tehnici de lucru și cercetare adaptate condițiilor și scopului activităților desfășurate.

Studentul/absolventul exercită diferite roluri în echipe interdisciplinare, inclusiv rolul de coordonator.

Studentul/absolventul promovează valori incluzive în activitatea educațională.

Studentul/absolventul colaborează cu specialiști pentru integrarea elevilor cu CES.

Studentul/absolventul contribuie la luarea deciziilor în echipe multidisciplinare.

Studentul/absolventul respectă responsabilitățile asumate în cadrul colaborărilor.

Studentul/absolventul susține crearea unui mediu sigur, incluziv și empatic.

Studentul/absolventul acționează cu responsabilitate pentru menținerea unui climat educațional pozitiv.

9. Competențe specifice acumulate

9.1 profesionale:

CPDF2. Aplică și adaptează creativ cunoștințele teoretice și practice specifice educației fizice și sportului școlar
CPSP4. Promovarea incluziunii educaționale prin activități fizice structurate

9.2 transversale:

CT1. Colaborează eficient în echipe multidisciplinare

CT3. Promovează un climat educațional echitabil și sigur

9.3 program de studiu:

10.1 Conținutul orelor de curs, semestrul 1

No	Tema	Metode de predare	Nr ore	Observații	Corelare cu ICS
1	Norme metodologice privind sistematizarea și funcționarea bazelor sportive.	Prelegere + multimedia	2	-	-
2	Sistematizarea și întreținerea suprafețelor folosite în construcția terenurilor de sport	Prelegere + multimedia	2	-	-
3	Norme ergonomice privind construcția bazelor sportive deschise.	Prelegere + multimedia	2	-	-
4	Norme ergonomice privind construcția bazelor sportive închise.	Prelegere + multimedia	2	-	-
5	Taxonomia descriptivă a terenurilor, instalațiilor și materialelor necesare reuniunilor atletice.	Prelegere + multimedia	2	-	-
6	Taxonomia descriptivă a terenurilor, instalațiilor și materialelor necesare jocurilor sportive (1)	Prelegere + multimedia	2	-	-
7	Taxonomia descriptivă a terenurilor, instalațiilor și materialelor necesare jocurilor sportive (2)	Prelegere + multimedia	2	-	-

Bibliografie

1. Gregori-Faus, C., Crespo, J., Calabuig, F., & Parra-Camacho, D. (2025). State-of-the-art of sustainability in sports facilities: A systematic review. Environment, Development and Sustainability.

<https://doi.org/10.1007/s10668-024-05854-1>

2. Santos, I. L., & Miragaia, D. A. M. (2025). Challenges and opportunities to improve environmental sustainability in sport: Systematic literature review. Managing Sport and Leisure.

<https://doi.org/10.1080/23750472.2025.2561983>

3. Wang, W., Cai, Y., Xiong, X., & Xu, G. (2025). Evaluating accessibility and equity of multi-level urban public sports facilities at the residential neighborhood scale. Buildings, 15(10), 1640.

<https://doi.org/10.3390/buildings15101640>

4. Pestrea, C.-D., Constantinescu, M., Neacșu, A.-R.-C., & Botezatu, F. (2025). Sports sustainability in Romania: How sports clubs in Romania's football 1st division communicate about sustainability. Journal of Emerging Trends in Marketing and Management, 1(1). etimm.ase.ro

10.2 Conținutul orelor de lucrări, semestrul 1

No	Tema	Metode de predare	Nr ore	Observații	Corelare cu ICS
1	Norme ergonomice privind construcția bazelor sportive deschise	Explicatia, demonstratia, exersarea	2	-	-
2	Norme ergonomice privind construcția bazelor sportive inchise	Explicatia, demonstratia, exersarea	2	-	-
3	Amenajarea bazelor sportive specifice atletismului (sectorul de aruncări)	Explicatia, demonstratia, exersarea	2	-	-
4	Amenajarea bazelor sportive specifice atletismului (sectorul de sărituri)	Explicatia, demonstratia, exersarea	2	-	-
5	Amenajarea bazelor sportive specifice jocurilor cu mingea (1)	Explicatia, demonstratia, exersarea	2	-	-
6	Amenajarea bazelor sportive specifice jocurilor cu mingea (2)	Explicatia, demonstratia, exersarea	2	-	-
7	Amenajarea bazelor sportive specifice jocurilor cu mingea (3)	Explicatia, demonstratia, exersarea	2	-	-

Bibliografie

1. Gregori-Faus, C., Crespo, J., Calabuig, F., & Parra-Camacho, D. (2025). State-of-the-art of sustainability in sports facilities: A systematic review. Environment, Development and Sustainability. <https://doi.org/10.1007/s10668-024-05854-1>

2. Santos, I. L., & Miragaia, D. A. M. (2025). Challenges and opportunities to improve environmental sustainability in sport: Systematic literature review. Managing Sport and Leisure. <https://doi.org/10.1080/23750472.2025.2561983>

3. Wang, W., Cai, Y., Xiong, X., & Xu, G. (2025). Evaluating accessibility and equity of multi-level urban public sports facilities at the residential neighborhood scale. Buildings, 15(10), 1640. <https://doi.org/10.3390/buildings15101640>

4. Pestrea, C.-D., Constantinescu, M., Neacșu, A.-R.-C., & Botezatu, F. (2025). Sports sustainability in Romania: How sports clubs in Romania's football 1st division communicate about sustainability. Journal of Emerging Trends in Marketing and Management, 1(1). etimm.ase.ro

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

Înșușirea temeinică a cunoștințelor teoretice rezultate din parcurgerea cursului, poate reprezenta o premisă importantă în începerea unei activități în domeniul cercetării domeniului referitor la amenajarea bazelor sportive.

12. Evaluare

Tip activitate	Criterii de evaluare	Metode de evaluare	Pondere din nota finală
Evaluare pe parcursul semestrului			
- în timpul activității practice	nu e cazul	nu e cazul	0
- la curs	Implicarea la activitățile de predare, prezentarea unui referat cu temă stabilită anterior cu prezentare power-point.	prezentare referat	10
Evaluare finală			
- examen practic final	Evaluarea activităților practice va fi în conformitate cu Regulamentul didactic și se va nota cu note de la 1-10. Nota minimă de promovare este 5.	Probă practico-metodică	30
- examen teoretic final	Examen redactional - rezolvarea de subiecte din tematica disciplinei. Nota minimă de promovare este 5.	Test redacțional	60
Standard minim de performanță: Evaluarea teoretică-obținerea notei minime 5. Evaluarea practica-obținerea notei minime 5.			

13. Orar consultații studenți

Conf dr Țurcanu Florin	Luni 10-12
------------------------	------------

Director departament

Titular(i) curs

Titular(i) aplicații practice



MINISTERUL EDUCAȚIEI ȘI CERCETĂRII
ROMÂNIA
UNIVERSITATEA DE MEDICINĂ,
FARMACIE, ȘTIINȚE ȘI TEHNOLOGIE
„GEORGE EMIL PALADE”
DIN TÂRGU MUREȘ

Fișa disciplinei

an academic: 2027 - 2028

1. Date despre program

1.1 Instituția de învățământ superior: Universitatea de Medicină, Farmacie, Științe și Tehnologie 'George Emil Palade' din Târgu Mureș
1.2 Facultatea de: Științe și Litere 'Petru Maior'
1.3 Departamentul: SL2 - Științe sociale și sportive
1.4 Domeniul de studii: Știința sportului și educației fizice
1.5 Ciclul de studii: master
1.6 Programul de studii: Educație fizică și consiliere sportivă

2. Date despre disciplină

2.1 Denumirea disciplinei: Practică de specialitate				
2.2 Titularul activităților de curs: -				
2.3 Titularul activităților practice: Șef I dr Țurcanu Dana-Simona				
2.4 Anul de studii: II	2.5 Semestrul: 1	2.6 Tipul de evaluare: V	2.7 Regimul disciplinei	categoria formativă: DF statut: Obl

3. Timpul total estimat (ore pe semestru activități didactice)

3.1 Număr de ore pe săptămână: 6	3.2 din care curs: 6	3.3 activități practice: 6
3.4 Total ore din planul de învățământ: 42	3.5 din care curs: 0	3.6 activități practice: 42
3.7 Distribuția fondului de timp pe semestru		
- studiu după manual, suport de curs, bibliografie și notițe		20
- documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren		20
- pregătire seminarii / laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri		20
- tutorial		0
- examinări		2
- alte activități		0
3.8 Total ore de studiu individual		62
3.9 Total ore pe semestru		104
3.10 Număr de credite		4

4. Precondiții (acolo unde este cazul)

4.1 de curriculum: Elaborare de instrumente curriculare (cărți de specialitate, note de curs, caiete și îndrumare de lucrări practice, ghiduri metodologice etc.) Sinteze și selecții bibliografice în specialitatea disciplinei (obligatorii și facultative) Fișa disciplinei Suporturi digitale, instrumente e-learning și multimedia Link-uri spre open sources sau alte resurse web, în domeniu
4.2 de competențe: Pentru disciplinele teoretico-practice, în principiu vor avea ca precondiție specializarea respectivă a cadrului didactic. În situația în care nu există cadre didactice cu specializarea în disciplina respectivă, ele vor fi predate de cadre didactice care au în foaia matricolă / suplimentul la diplomă promovarea prin examen a disciplinei predate. Competențe de predare dobândite în cariera didactică proprie, prin experiența acumulată și prin elaborarea unor suporturi curriculare personale Toate cadrele didactice, titulare de curs, trebuie să dețină titlul științific de doctor.

5. Condiții de desfășurare

5.1 a cursului: -
5.2 a activităților practice: Explicite în Regulamentul didactic al studenților din UMFST. Unitati de invatamant.

6. Corelarea disciplinei cu recomandările ESCO (European Skills, Competences, Qualifications and Occupations)

Disciplina Practica de specialitate contribuie la dezvoltarea competențelor ESCO din aria competențelor profesionale (capacitatea de a acorda sprijin elevilor, respectarea disciplinei, corectarea execuțiilor greșite, evaluarea progresului școlar) și a competențelor transversale (comunicare profesională, lucru în echipă, profesionalism, folosirea terminologiei specifice, cunoașterea regulamentelor jocurilor sportive), prin activități de predare și aplicative specifice domeniului Știința sportului.

7. Obiectivele disciplinei

7.1 Obiectivul general: Înșușirea noțiunilor și cunoștințelor de bază privind domeniul practicii la catedră, reunite într-o disciplină

integratoare, practic- aplicativă, care vine să completeze fondul de cunoștințe teoretice acumulate în anii anteriori de studii

7.2 Obiective specifice:

Extinderea posibilităților de interpretare și integrare a cunoștințelor teoretice cu cele practice, operaționale
Generalizarea și sinteza urmate de aplicarea practică, a conceptelor și valorilor teoretice rezultate din alte științe
Fundamentarea statului epistemologic al domeniului practicii educației fizice și sportului în ciclul liceal.

8. Rezultatele învățării

8.1 Cunoștințe:

Studentul/absolventul explică și interpretează concepte generale, principii și metode fundamentale din domeniul motricității umane, al organizării și conducerii activității specifice domeniului, în contexte formative, educative, competiționale, terapeutice și organizaționale.

Studentul/absolventul explică și aplică creativ achizițiile teoretice și practice din domeniul educației fizice și sportului școlar, adaptând și particularizând intervențiile specifice.

Studentul cunoaște tehnici de consiliere utilizate în diferite medii și cu diferite grupuri și persoane, în special în ceea ce privește metodele de supraveghere și mediere în procesul de consiliere.

Studentul/absolventul explică elementele fundamentale ale psihologiei sportului relevante pentru starea de bine, motivația și dezvoltarea performanței sportivilor și practicanților activităților fizice.

Studentul/absolventul cunoaște principiile eticii sportive și ale muncii în echipă, precum și rolul motivației, feedbackului, odihnei și recuperării în dezvoltarea și menținerea performanței sportive.

Studentul/absolventul cunoaște metode moderne de evaluare formativă și sumativă.

Studentul/absolventul înțelege indicatorii de progres cognitiv, motric și comportamental.

Studentul/absolventul cunoaște modelele de formare profesională continuă.

Studentul/absolventul identifică nevoile de dezvoltare ale colegilor de catedră.

8.2 Aptitudini:

Studentul/absolventul interpretează sensurile principale ale conceptelor de bază din teoria, metodică și practica educației fizice și sportului școlar.

Studentul/absolventul colectează, selectează și prelucrează date relevante pentru interpretarea rezultatelor teoretice și experimentale

Studentul/absolventul proiectează, planifică și evaluează programe formative, educative, precum și strategii de dezvoltare organizațională.

Studentul/absolventul organizează și conduce activități specifice domeniului pentru diverse categorii de beneficiari.

Studentul/absolventul aplică tehnici de ascultare activă și consiliere pentru sprijinirea sportivilor și practicanților în clarificarea nevoilor, obiectivelor și deciziilor referitoare la participarea și dezvoltarea sportivă.

Studentul/absolventul analizează informațiile referitoare la condiția fizică și performanța sportivă, identifică punctele forte și aspectele care necesită îmbunătățire și oferă feedback constructiv.

Studentul/absolventul motivează sportivii și practicanții în vederea atingerii obiectivelor și depășirii nivelului actual de pregătire și înțelegere.

Studentul/absolventul personalizează recomandările și programele sportive în funcție de capacitățile, nevoile, nivelul de pregătire și obiectivele beneficiarilor.

Studentul/absolventul promovează echilibrul dintre antrenament, competiție, odihnă și recuperare și sprijină sportivii în menținerea condiției fizice.

Studentul/absolventul adaptează comunicarea și sprijinul oferit în funcție de caracteristicile diferitelor grupuri-țintă.

Studentul/absolventul elaborează și aplică instrumente complexe de evaluare.

Studentul/absolventul utilizează datele obținute pentru reconfigurarea instruirii.

Studentul/absolventul organizează workshopuri și activități de formare.

Studentul/absolventul facilitează schimbul de bune practici.

8.3 Responsabilitate și autonomie:

Studentul/absolventul argumentează autonom și responsabil aplicarea cunoștințelor teoretice și practice.

Studentul/absolventul demonstrează autonomie în analiza și caracterizarea problematicii specifice domeniului.

Studentul/absolventul realizează lucrări, rapoarte și prezentări de specialitate în format digital.

Studentul/absolventul identifică și rezolvă probleme specifice aplicând tehnici de lucru și cercetare adaptate condițiilor și scopului activităților desfășurate.

Studentul/absolventul exercită diferite roluri în echipe interdisciplinare, inclusiv rolul de coordonator.

Studentul/absolventul selectează și adaptează în mod autonom modalitățile de consiliere și sprijin în funcție de nevoile, capacitățile și obiectivele sportivului sau practicanțului.

Studentul/absolventul își asumă responsabilitatea pentru oferirea unui feedback constructiv, respectuos, clar și coerent, în conformitate cu principiile eticii sportive.

Studentul/absolventul monitorizează evoluția beneficiarilor și formulează recomandări privind ajustarea activităților sportive, a obiectivelor și a raportului dintre pregătire și recuperare.

Studentul/absolventul colaborează responsabil cu antrenorii și cu membrii echipei de sprijin pentru îmbunătățirea dezvoltării și performanței sportivului.

Studentul/absolventul furnizează feedback adaptat elevilor.

Studentul/absolventul comunică rezultatele evaluării în echipa educațională.

Studentul/absolventul contribuie la dezvoltarea comunității profesionale.

Studentul/absolventul susține cultura reflecției și a autoevaluării.

9. Competențe specifice acumulate

9.1 profesionale:

CPDF1. Analizează și interpretează critic conceptele fundamentale, principiile și metodele specifice Științei sportului și educației fizice

CPDF2. Aplică și adaptează creativ cunoștințele teoretice și practice specifice educației fizice și sportului școlar

CPSP3. Oferirea consilierii sportive și a sprijinului individualizat

CPSP5. Evaluarea integrată a progresului elevilor

CPSP8. Conducerea de activități de formare continuă pentru profesori

9.2 transversale:

-

9.3 program de studiu:

10.1 Conținutul orelor de practică, semestrul 1

No	Tema	Metode de predare	Nr ore	Observații	Corelare cu ICS
1	Activitate informativă în licee vizând curriculum, orele, documentele de planificare	Documentare	4	-	-
2	Asistența la orele de educație fizică și la activitățile extracurriculare	Documentare, vizionare	14	-	-
3	Organizarea și conducerea a verigilor lecției de educație fizică	Explicatia, demonstratia, exersarea	14	-	-
4	Organizarea și conducerea de lecții de educație fizică	Explicatia, demonstratia, exersarea	8	-	-
5	Prezentarea și susținerea portofoliului de practică de specialitate	Explicatia, dezbateri interactive.	2	-	-

Bibliografie

1. Programa școlară 2025 Clasele IX-XII -

https://www.edu.ro/sites/default/files/_fi%C8%99iere/Minister/2025/programe_scolare_cons_pub/Educatie_fizica_si_sport_TC_IX_XII.pdf

2. Olaru, B. S., Talaghir, L.-G., Iconomescu, T. M. (2024). Cunoștințele teoretice de specialitate în Educația Fizică Școlară. Partea I: Aspecte teoretice. Editura Universității „Dunărea de Jos” din Galați.

3. Olaru, B. S., Talaghir, L.-G., Iconomescu, T. M. (2024). Cunoștințele teoretice de specialitate în Educația Fizică Școlară. Partea a II-a: Aplicații practice. Editura Universității „Dunărea de Jos” din Galați.

4. Dragnea, A., Bota, A., Șerbănoiu, S., Stănescu, M., Teodorescu, S., Tudor, V. (2006). Educație fizică și sport – teorie și didactică. Editura FEST, București.

5. Ministerul Educației (2023). Programe pentru examenul de specialitate – Educație fizică și sport. Portalul Legislativ.

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

Valorificare teoriilor, metodologiilor și practicilor asimilate în rezolvarea unor situații teoretico- practice educaționale prin abordări interdisciplinare

Utilizarea unui limbaj de specialitate în comunicarea cu medii profesionale diferite, cu specialiștii domeniului și din domeniile conexe

Aplicarea teoriilor și practicilor asimilate în conceperea și elaborarea de proiecte educaționale și de cercetare specifice educației fizice și sportului și interdisciplinare

Consilierea, orientarea și medierea elevilor în vederea integrării socio-psihipedagogice

12. Evaluare

Tip activitate	Criterii de evaluare	Metode de evaluare	Pondere din nota finală
Evaluare pe parcursul semestrului			
- în timpul activității practice	--	-	0
- la curs	-	-	0
Evaluare finală			
- examen practic final	Evaluare sumativă - practico - metodică, apreciată cu note de la 1-10. Prezentarea și susținerea portofoliului de practică de specialitate apreciată cu note de la 1-10.	Examinare practico- metodică . Examinare orală vizând prezentarea portofoliului de practică de specialitate.	100
- examen teoretic final	-	-	0

Standard minim de performanță:

Punctajul la evaluare să reprezinte o notă de promovare (minim 5). Participarea regulamentară la activitățile de practică.

13. Orar consultații studenți

Șef I dr Țurcanu Dana-Simona	Luni 10-12
------------------------------	------------

Director departament

Titular(i) curs

Titular(i) aplicații practice



MINISTERUL EDUCAȚIEI ȘI CERCETĂRII
ROMÂNIA
UNIVERSITATEA DE MEDICINĂ,
FARMACIE, ȘTIINȚE ȘI TEHNOLOGIE
„GEORGE EMIL PALADE”
DIN TÂRGU MUREȘ

Fișa disciplinei

an academic: 2027 - 2028

1. Date despre program

1.1 Instituția de învățământ superior: Universitatea de Medicină, Farmacie, Științe și Tehnologie 'George Emil Palade' din Târgu Mureș
1.2 Facultatea de: Științe și Litere 'Petru Maior'
1.3 Departamentul: M2 - Științe funcționale complementare
1.4 Domeniul de studii: Știința sportului și educației fizice
1.5 Ciclul de studii: master
1.6 Programul de studii: Educație fizică și consiliere sportivă

2. Date despre disciplină

2.1 Denumirea disciplinei: Didactica jocului de baschet în liceu				
2.2 Titularul activităților de curs: Conf dr Făgăraș Pia-Simona				
2.3 Titularul activităților practice: Lect. dr. Steff Zakarias				
2.4 Anul de studii: II	2.5 Semestrul: 1	2.6 Tipul de evaluare: E	2.7 Regimul disciplinei	categoria formativă: DS statut: Obl

3. Timpul total estimat (ore pe semestru activități didactice)

3.1 Număr de ore pe săptămână: 8	3.2 din care curs: 4	3.3 activități practice: 4
3.4 Total ore din planul de învățământ: 56	3.5 din care curs: 28	3.6 activități practice: 28
3.7 Distribuția fondului de timp pe semestru		
- studiu după manual, suport de curs, bibliografie și notițe		20
- documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren		20
- pregătire seminarii / laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri		20
- tutorial		0
- examinări		4
- alte activități		10
3.8 Total ore de studiu individual		74
3.9 Total ore pe semestru		130
3.10 Număr de credite		5

4. Precondiții (acolo unde este cazul)

4.1 de curriculum: --
4.2 de competențe: --

5. Condiții de desfășurare

5.1 a cursului: Sală de curs, platforma multimedia, videoproietor
5.2 a activităților practice: Sală de jocuri sportive dotată cu panouri de baschet, mingi, jaloane

6. Corelarea disciplinei cu recomandările ESCO (European Skills, Competences, Qualifications and Occupations)

Disciplina Didactica jocului de baschet în liceu contribuie la dezvoltarea competențelor ESCO din aria competențelor profesionale (capacitatea de a acorda sprijin elevilor, respectarea disciplinei, corectarea execuțiilor greșite, evaluarea progresului școlar) și a competențelor transversale (comunicare profesională, lucru în echipă, profesionalism, folosirea terminologiei specifice, cunoașterea regulamentelor jocurilor sportive), prin activități de predare și aplicative specifice domeniului Știința sportului.

7. Obiectivele disciplinei

7.1 Obiectivul general: Formarea competențelor didactice esențiale pentru predarea baschetului în școală, prin utilizarea unor metode și strategii adaptate dezvoltării fizice și motrice ale elevilor.
7.2 Obiective specifice: - Dezvoltarea capacității de a aplica metodic structura unei lecții de baschet, inclusiv selectarea și adaptarea exercițiilor de bază (dribling, pase, aruncări, deplasări) pentru diverse niveluri de dezvoltare fizică. - Dobândirea competenței de a proiecta planuri de lecție și unități didactice care includ progresii de învățare a tehnicilor fundamentale de baschet, adaptate nevoilor și abilităților elevilor. - Capacitatea de a evalua performanța motrică și de a adapta metodele de predare, prin utilizarea unor tehnici de

feedback constructiv și evaluare continuă pentru a încuraja progresul și a dezvolta încrederea elevilor.

- Stimularea abilităților de management și organizare a clasei, astfel încât să poată coordona eficient activități de baschet și să mențină motivația și implicarea elevilor prin activități motrice și jocuri organizate.
- Dezvoltarea capacității de a integra valorile de echipă și fair-play în predarea baschetului, prin organizarea de activități și jocuri care încurajează cooperarea, respectul reciproc și spiritul de echipă.

8. Rezultatele învățării

8.1 Cunoștințe:

Studentul/absolventul cunoaște concepte avansate de instruire motrică și diferențiere didactică.

Studentul/absolventul identifică strategiile motivaționale și stilurile de învățare aplicabile elevilor din ciclul liceal și postliceal.

Studentul/absolventul explică structura și funcțiile curriculumului pentru educație fizică și activități motrice.

Studentul/absolventul identifică principii și modele avansate de proiectare a conținuturilor educaționale pe termen mediu și lung. Studentul/absolventul cunoaște criterii de selecție și adaptare a resurselor curriculare în funcție de obiectivele propuse.

Studentul/absolventul recunoaște tipologii de nevoi educaționale

speciale și bariere de acces. Studentul/absolventul înțelege importanța mișcării în dezvoltarea psiho-socio-motrică.

Studentul/absolventul cunoaște metode moderne de evaluare formativă și sumativă.

Studentul/absolventul înțelege indicatorii de progres cognitiv, motric și comportamental.

8.2 Aptitudini:

Studentul/absolventul selectează și aplică metode de predare avansate și diferențiate. Studentul/absolventul proiectează secvențe de instruire adaptate la profilul psihomotric al elevilor.

Studentul/absolventul elaborează unități de învățare și planuri de lecție în concordanță cu obiectivele educaționale și profilul de vârstă al practicanților.

Studentul/absolventul adaptează structura curriculară la resursele existente și nevoile grupului țintă.

Studentul/absolventul formulează demersuri didactice integrate, care includ obiective transversale și competențe complementare.

Studentul/absolventul proiectează activități incluzive în educația fizică. Studentul/absolventul adaptează exercițiile și metodele în funcție de diversitatea grupului.

Studentul/absolventul elaborează și aplică instrumente complexe de evaluare.

Studentul/absolventul utilizează datele obținute pentru reconfigurarea instruirii.

8.3 Responsabilitate și autonomie:

Studentul/absolventul ajustează în mod autonom demersul didactic în funcție de evaluarea progresului.

Studentul/absolventul formulează decizii metodologice responsabile, cu respectarea principiilor incluziunii

Studentul/absolventul fundamentează deciziile de selecție curriculară în raport cu finalitățile educaționale și strategia instituțională.

Studentul/absolventul asumă responsabilitatea construirii unui parcurs educațional coerent și adaptat.

Studentul/absolventul evaluează și optimizează continuu conținuturile curriculare în funcție de impactul educațional.

Studentul/absolventul promovează valori incluzive în activitatea educațională.

Studentul/absolventul colaborează cu specialiști pentru integrarea elevilor cu CES.

Studentul/absolventul furnizează feedback adaptat elevilor. Studentul/absolventul comunică rezultatele evaluării în echipa educațională.

9. Competențe specifice acumulate

9.1 profesionale:

CPSP1 Aplicarea strategiilor didactice avansate în educația fizică și sport

CPSP 2 Elaborarea adaptarea programei analitice în funcție de obiectivele educaționale și contextul instructiv

CPSP 4 IPromovarea incluziunii educaționale prin activități fizice structurate

CPSP 5 Evaluarea integrată a progresului elevilor

9.2 transversale:

CT1 Colaborează eficient în echipe multidisciplinare

9.3 program de studiu:

10.1 Conținutul orelor de curs, semestrul 1

No	Tema	Metode de predare	Nr ore	Observații	Corelare cu ICS
1	CURS INTRODUCȚIV - CONSIDERAȚII GENERALE PRIVIND PRACTICAREA BASCHETULUI ÎN LICEU	prelegere + prezentare multimedia	2	-	NA
2	PRINCIPIILE PROCESULUI INSTRUCTIV-EDUCATIV ÎN PREDAREA BASCHETULUI LA LICEU	prelegere + prezentare multimedia	2	-	NA
3	METODE SPECIFICE PREDĂRII BASCHETULUI ÎN LICEU	prelegere + prezentare multimedia	2	-	NA
4	EVALUAREA COMPONENTELOR TEHNICO-TACTICE DIN JOUL DE BASCHET LA ÎNVĂȚĂMÂNTUL LICEAL	prelegere + prezentare multimedia	2	-	NA
5	CONȚINUTUL JOCULUI DE BASCHET ÎN CLASELE IX-X	prelegere + prezentare multimedia	2	-	NA

6	CONȚINUTUL JOCULUI DE BASCHET ÎN CLASELE XI-XII	prelegere + prezentare multimedia	2	-	NA
7	TEHNICA JOCULUI DE BASCHET ÎN LICEU	prelegere + prezentare multimedia	2	-	NA
8	TACTICA JOCULUI DE BASCHET ÎN LICEU	prelegere + prezentare multimedia	2	Nu este cazul	-
9	ANALIZA METODICĂ A CONȚINUTULUI TEHNICOTACTIC DIN JOCUL DE BASCHET CONFORM CERINȚELOR PROGRAMEI ÎNVĂȚĂMÂNTULUI LICEAL	prelegere + prezentare multimedia	2	Nu este cazul	-
10	ECHIPA REPREZENTATIVĂ DE BASCHET ÎN LICEU	prelegere + prezentare multimedia	2	Nu este cazul	-
11	PROIECTAREA DIDACTICĂ A CONȚINUTULUI JOCULUI DE BASCHET LA ÎNVĂȚĂMÂNTUL LICEAL	prelegere + prezentare multimedia	2	Nu este cazul	-
12	VARIANTE DE PRACTICARE A JOCULUI DE BASCHET	prelegere + prezentare multimedia	2	Nu este cazul	-
13	TERMENII SPECIFICI UTILIZAȚI ÎN CONTEXTUL EDUCAȚIONAL	prelegere + prezentare multimedia	2	Nu este cazul	-
14	ORGANIZAREA COMPETIȚIILOR SPORTIVE LA NIVEL LICEAL	prelegere + prezentare multimedia	2	Nu este cazul	-

Bibliografie

- 1.Cole, M. B. (2023). Basketball: The Ultimate Guide to Basketball Skills, Strategies, and Performance. Spain: Shuttle Systems.
2. Dr. Brian Cole, Rob Panariello - Anatomia baschetului, ISBN 9786067891997, Lifestyle Publishing 2021
3. Cazan F, Gidu DV, Musat GC. The Game Model of Players Positions Point Guard (Position 1), Shooting Guard or Small Forward (Positions 2 and 3) in the Competitive Year 2018-2019 of the Romanian National Women's Basketball League. Bulletin of the Transilvania University of Braşov. Series IX: Sciences of Human Kinetics. 2021 Jun 15:11-6.
4. FIBA - Coaches manual - <https://wabc.fiba.com/download-start-coaching/> (data accesării 25.11.2024)
5. Rasulovna SN. The Mechanism of Improving the Primary Training Methods of Basketball Sports, Training Skilled Basketball Players.
6. Radu, A., Nini, F. (2023). Basketball: Skills, Drills and Session Plans. United Kingdom: Crowood Press.
7. Powell, G. (2021). Basketball Skills for Kids. Australia: Wellington Australia Pty, Limited.
- 8.Cole, M. B. (2023). Full Court Success: The Essential Basketball Skills Guide. Spain: Shuttle Systems.
- 9.Pinholster, G. F. (2021). Encyclopedia of Basketball Drills. (n.p.): HASSELL STREET Press.
- 10.Wilson, J. (2023). Beginners Guide to Basketball: Novice Guide To Tips And Techniques For Basketball Excellence. (n.p.): Amazon Digital Services LLC - Kdp.

10.2 Conținutul orelor de lucrări, semestrul 1

No	Tema	Metode de predare	Nr ore	Observații	Corelare cu ICS
1	Jocuri dinamice specifice baschetului	explicații demonstrații practice	4	-	NA
2	Consolidarea acțiunilor tehnice de baza in atac I - elemente fara minge	explicații demonstrații practice	4	-	NA
3	Consolidarea acțiunilor tehnice de baza in atac II - scoala mingii	explicații demonstrații practice	4	-	NA
4	Consolidarea aruncarilor (de pe loc, din deplasare)	explicații demonstrații practice	4	-	NA
5	Invatarea aruncarii la cos din saritura	explicații demonstrații practice	4	-	NA
6	Consolidarea acțiunilor tehnice de baza in aparare I	explicații demonstrații practice	4	-	NA
7	Consolidarea acțiunilor tehnice de baza in aparare II	explicații demonstrații practice	4	-	NA

Bibliografie

- 1.Cole, M. B. (2023). Basketball: The Ultimate Guide to Basketball Skills, Strategies, and Performance. Spain: Shuttle Systems.
2. Dr. Brian Cole, Rob Panariello - Anatomia baschetului, ISBN 9786067891997, Lifestyle Publishing 2021
3. Cazan F, Gidu DV, Musat GC. The Game Model of Players Positions Point Guard (Position 1), Shooting Guard or Small Forward (Positions 2 and 3) in the Competitive Year 2018-2019 of the Romanian National Women's Basketball League. Bulletin of the Transilvania University of Braşov. Series IX: Sciences of Human Kinetics. 2021 Jun 15:11-6.
4. FIBA - Coaches manual - <https://wabc.fiba.com/download-start-coaching/> (data accesării 25.11.2024)
5. Rasulovna SN. The Mechanism of Improving the Primary Training Methods of Basketball Sports, Training Skilled Basketball Players.
6. Radu, A., Nini, F. (2023). Basketball: Skills, Drills and Session Plans. United Kingdom: Crowood Press.
7. Powell, G. (2021). Basketball Skills for Kids. Australia: Wellington Australia Pty, Limited.
- 8.Cole, M. B. (2023). Full Court Success: The Essential Basketball Skills Guide. Spain: Shuttle Systems.

9. Pinholster, G. F. (2021). Encyclopedia of Basketball Drills. (n.p.): HASSELL STREET Press.
 10. Wilson, J. (2023). Beginners Guide to Basketball: Novice Guide To Tips And Techniques For Basketball Excellence. (n.p.): Amazon Digital Services LLC - Kdp.

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

Valorificare teoriilor, metodologiilor și practicilor asimilate în rezolvarea unor situații teoretic-practice educaționale prin abordări interdisciplinare
 Utilizarea unui limbaj de specialitate în comunicarea cu medii profesionale diferite, cu specialiștii domeniului și din domeniile conexe
 Aplicarea teoriilor și practicilor asimilate în conceperea și elaborarea de proiecte educaționale și de cercetare specifice educație fizice și sportului

12. Evaluare

Tip activitate	Criterii de evaluare	Metode de evaluare	Pondere din nota finală
Evaluare pe parcursul semestrului			
- în timpul activității practice	Executarea elementelor tehnico-tactice	Test practico-metodic	20
- la curs	Obligativitatea prezentării unui proiect de organizare al unei competiții de baschet	Evaluarea proiectului de organizare a unei competiții de baschet include analiza scrisă a detaliilor propuse, susținerea unei prezentări orale în care sunt justificate deciziile luate, simularea unui plan operațional pentru desfășurarea competiției, utilizarea unei grile de evaluare bazată pe criterii precum logistică, regulament, buget și promovare, precum și o sesiune de întrebări și răspunsuri pentru verificarea cunoștințelor și fezabilității proiectului.	10
Evaluare finală			
- examen practic final	Executarea elementelor tehnico-tactice	Test practico metodic	40
- examen teoretic final	Însusirea noțiunilor teoretice predate	test grila cu întrebări simple și compuse, întrebări de tip redacțional	30

Standard minim de performanță:
 Criterii pentru admiterea la examen:
 Prezență obligatorie conform regulamentului universității
 Evaluare pe parcursul semestrului:
 Proiect de organizare a unei competiții de baschet:
 Prezentarea unui proiect complet, care să includă analiza scrisă a detaliilor propuse (logistică, regulament, buget și promovare).
 Susținerea unei prezentări orale în care sunt justificate deciziile luate.
 Obținerea unei note minime de 5 (din 10) pentru proiect.
 Activități practice:
 Executarea elementelor tehnico-tactice evaluate printr-un test practico-metodic, cu un punctaj minim de 5 (din 10).
 Condiții pentru promovarea activităților pe parcursul semestrului:
 Realizarea și prezentarea proiectului de organizare.
 Participarea și performarea la testul practico-metodic, cu obținerea unei note minime de 5 (din 10).
 Accesul la examenul final:
 Este condiționat de promovarea evaluărilor pe parcurs (proiect și test practic).
 Nota finală minimă:
 Media ponderată minimă pentru promovare este de 5 (ponderate: 10% evaluare pe parcurs la curs, 20% activități practice, 30% examen teoretic, 40% examen practic).
 Observații:
 Toate componentele evaluării pe parcurs trebuie finalizate și promovate pentru admiterea la examen.

13. Orar consultații studenți

Conf dr Făgăraș Pia-Simona	30 de minute după fiecare lucrare practică
----------------------------	--

Director departament

Titular(i) curs

Titular(i) aplicații practice



MINISTERUL EDUCAȚIEI ȘI CERCETĂRII
ROMÂNIA
UNIVERSITATEA DE MEDICINĂ,
FARMACIE, ȘTIINȚE ȘI TEHNOLOGIE
„GEORGE EMIL PALADE”
DIN TÂRGU MUREȘ

Fișa disciplinei

an academic: 2027 - 2028

1. Date despre program

1.1 Instituția de învățământ superior: Universitatea de Medicină, Farmacie, Științe și Tehnologie 'George Emil Palade' din Târgu Mureș
1.2 Facultatea de: Științe și Litere 'Petru Maior'
1.3 Departamentul: M2 - Științe funcționale complementare
1.4 Domeniul de studii: Știința sportului și educației fizice
1.5 Ciclul de studii: master
1.6 Programul de studii: Educație fizică și consiliere sportivă

2. Date despre disciplină

2.1 Denumirea disciplinei: Elemente fundamentale de informatică și prelucrare statistică a datelor sportive				
2.2 Titularul activităților de curs: Conf dr Avram Călin				
2.3 Titularul activităților practice:				
2.2 Titularul activităților de curs: Conf dr Țurcanu Florin				
2.3 Titularul activităților practice: Conf. dr. Avram Călin				
2.4 Anul de studii: II	2.5 Semestrul: 1	2.6 Tipul de evaluare: E	2.7 Regimul disciplinei	categoria formativă: DC statut: Obl

3. Timpul total estimat (ore pe semestru activități didactice)

3.1 Număr de ore pe săptămână: 6	3.2 din care curs: 2	3.3 activități practice: 4
3.4 Total ore din planul de învățământ: 42	3.5 din care curs: 14	3.6 activități practice: 28
3.7 Distribuția fondului de timp pe semestru		
- studiu după manual, suport de curs, bibliografie și notițe		20
- documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren		20
- pregătire seminarii / laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri		20
- tutorial		0
- examinări		8
- alte activități		20
3.8 Total ore de studiu individual		88
3.9 Total ore pe semestru		130
3.10 Număr de credite		5

4. Precondiții (acolo unde este cazul)

4.1 de curriculum: Nu e cazul
4.2 de competențe: Nu e cazul

5. Condiții de desfășurare

5.1 a cursului: Nu e cazul
5.2 a activităților practice: Nu e cazul

6. Corelarea disciplinei cu recomandările ESCO (European Skills, Competences, Qualifications and Occupations)

Disciplina Elemente fundamentale de informatică și prelucrare statistică a datelor sportive contribuie la dezvoltarea competențelor digitale și analitice necesare în domeniul sportului și educației fizice. Conținutul acesteia vizează utilizarea tehnologiilor informaționale de bază, gestionarea și prelucrarea datelor, precum și aplicarea metodelor statistice în analiza performanței sportive, competențe esențiale pentru ocupații precum profesor de educație fizică, antrenor sau specialist în activități sportive. Prin dobândirea de cunoștințe fundamentale de informatică aplicată și statistică, studenții dezvoltă capacitatea de a interpreta date, de a formula concluzii bazate pe evidențe și de a utiliza instrumente digitale în scop profesional, ceea ce contribuie la creșterea adaptabilității acestora la cerințele actuale ale pieței muncii.

7. Obiectivele disciplinei

7.1 Obiectivul general:
- Progresele medicinei și farmaciei moderne devin tot mai dependente de modalitățile de asistare de către calculator a domeniului medical. Ca atare, obiectivul principal al disciplinei îl constituie familiarizarea studenților

din domeniul biomedical cu cerințele și abilitățile specifice Erei Digitale, cu vocabularul specific domeniului Tehnologiei Informației, cu principalele tehnologii legate de asistarea de către calculator a practicii și cercetării biomedicale.

- În contextul actual al medicinei și farmaciei bazate pe dovezi, Biostatistica a devenit unul din instrumentele esențiale de lucru pentru practicianul sau cercetătorul din domeniul biomedical. Ca atare, obiectivul principal al acestei discipline îl constituie familiarizarea studenților din domeniul biomedical, cu glosarul de termeni de specialitate din domeniul statisticii matematice, în scopul însușirii noțiunilor legate aplicarea corectă a unui protocol statistic, în funcție de tipul de studiu clinic/experiment științific;

7.2 Obiective specifice:

- demonstrarea capacității studenților de a înțelege și folosi principalele instrumente hardware (PC) și software utilizate în domeniul informaticii în general și a informaticii medicale, în particular
 - însușirea principalelor aspecte legate de utilizarea serviciilor de indexare și căutare online a informației
 - dobândirea unor abilități practice de utilizare a soluțiilor avansate de birotică pentru editarea unor documente cu format impus, gestionarea și organizarea informațiilor exportate din baze de date medicale în programe de calcul tabelar, pregătirea de prezentări electronice
 - înțelegerea glosarului de termeni de specialitate utilizat în acest domeniul biostatisticii
 - demonstrarea, în contextul medicinei bazate pe dovezi, a fundamentelor statistice ale homeostaziei umane, respectiv a necesității furnizării de instrumente statistice adecvate pentru orice studiu sau experiment biomedical
 - cunoașterea principalelor tipuri de teste statistice, a pașilor necesari aplicării lor și a algoritmilor de selecție a unui anumit test statistic, în funcție de tipul de studiu/experiment
 - înțelegerea și aplicarea corectă a unui protocol statistic specific unui anumit tip de studiu clinic sau epidemiologic

8. Rezultatele învățării

8.1 Cunoștințe:

Studentul/absolventul explică și interpretează concepte generale, principii și metode fundamentale din domeniul motricității umane, al organizării și conducerii activității specifice domeniului, în contexte formative, educative, competiționale, terapeutice și organizaționale.

Studentul/absolventul explică și aplică creativ achizițiile teoretice și practice din domeniul educației fizice și sportului școlar, adaptând și particularizând intervențiile specifice.

Studentul/absolventul identifică platforme și resurse digitale educaționale relevante.

Studentul/absolventul cunoaște modalitățile de digitalizare a evaluării.

Studentul/absolventul analizează conceptele, metodele și instrumentele informatice utilizate în colectarea, gestionarea și prelucrarea statistică a datelor sportive, în contextul cercetării și al optimizării performanței sportive.

Studentul/absolventul explică relațiile dintre metodele statistice aplicate, structura seturilor de date și interpretarea rezultatelor obținute, în vederea fundamentării deciziilor profesionale și a demersurilor de cercetare din domeniul activităților fizice și sportive.

Studentul/absolventul evaluează și clasifică tipurile de date sportive, indicatorii statistici și tehnicile de analiză în funcție de obiectivele cercetării, specificul activității sportive și caracteristicile grupului analizat.

8.2 Aptitudini:

Studentul/absolventul interpretează sensurile principale ale conceptelor de bază din teoria, metodică și practica educației fizice și sportului școlar.

Studentul/absolventul colectează, selectează și prelucrează date relevante pentru interpretarea rezultatelor teoretice și experimentale

Studentul/absolventul proiectează, planifică și evaluează programe formative, educative, precum și strategii de dezvoltare organizațională.

Studentul/absolventul organizează și conduce activități specifice domeniului pentru diverse categorii de beneficiari.

Studentul/absolventul creează conținuturi digitale interactive.

Studentul/absolventul integrează evaluarea digitală în activitatea curentă.

Studentul/absolventul analizează seturi de date sportive (indicatori de performanță, parametri ai efortului și date funcționale) utilizând metode informatice și statistice adecvate, în raport cu obiectivele evaluării și optimizării procesului de antrenament.

Studentul/absolventul interpretează relațiile și asocierile dintre variabilele analizate statistic și modificările funcționale observate la sportivi, în contextul evaluării performanței și al monitorizării stării de pregătire.

Studentul/absolventul utilizează instrumente informatice și tehnici statistice pentru colectarea, prelucrarea, analiza și vizualizarea datelor sportive, în vederea susținerii procesului decizional și a activităților de cercetare.

Studentul/absolventul integrează conceptele specifice informaticii aplicate și analizei statistice în evaluarea studiilor de caz din domeniul activităților fizice și sportive, formulând interpretări argumentate pe baza datelor disponibile.

Studentul/absolventul formulează concluzii și recomandări fundamentate pe analiza statistică a datelor sportive, adaptate contextului de pregătire, nivelului de performanță și obiectivelor evaluării.

8.3 Responsabilitate și autonomie:

Studentul/absolventul argumentează autonom și responsabil aplicarea cunoștințelor teoretice și practice.

Studentul/absolventul demonstrează autonomie în analiza și caracterizarea problematicii specifice domeniului.

Studentul/absolventul realizează lucrări, rapoarte și prezentări de specialitate în format digital.

Studentul/absolventul identifică și rezolvă probleme specifice aplicând tehnici de lucru și cercetare adaptate condițiilor și scopului activităților desfășurate.

Studentul/absolventul exercită diferite roluri în echipe interdisciplinare, inclusiv rolul de coordonator.

Studentul/absolventul demonstrează autonomie în utilizarea resurselor academice și științifice (articole de specialitate, baze de date și resurse digitale) pentru aprofundarea cunoștințelor specifice informaticii aplicate și prelucrării statistice a datelor sportive.

Studentul/absolventul evaluează critic informațiile de specialitate și rezultatele obținute prin analiza și prelucrarea datelor sportive, gestionând eficient propriul proces de învățare și dezvoltare profesională continuă.

Studentul/absolventul respectă principiile etice, normele de integritate academică și bunele practici privind colectarea, prelucrarea, analiza și raportarea datelor, în cadrul activităților aplicative și de cercetare specifice domeniului activităților fizice și sportive.

9. Competențe specifice acumulate

9.1 profesionale:
CPDF1. Analizează și interpretează critic conceptele fundamentale, principiile și metodele specifice Științei sportului și educației fizice
CPDF2. Aplică și adaptează creativ cunoștințele teoretice și practice specifice educației fizice și sportului școlar
CPSP6. Integrarea platformelor digitale în procesul de instruire și evaluare
9.2 transversale:
-
9.3 program de studiu:

10.1 Conținutul orelor de curs, semestrul 1

No	Tema	Metode de predare	Nr ore	Observații	Corelare cu ICS
1	Arhitectura unui calculator numeric. Structura software a unui calculator numeric: Software de bază. Limbaje de programare. Sisteme de operare (MS Windows, Linux). Conceptul de fișier. Organizarea fișierelor. Software aplicativ. Introducere în domeniul rețelelor de calculatoare. Generalități. Rețele LAN (Local Area Network) - conceptul de Intranet; WAN (World Area Network) – Internet.	Prezentare orală + multimedia	2	Electroni Medical Records (EMR)	Nu este cazul
2	Arhitectura unui calculator numeric. Structura software a unui calculator numeric: Software de bază. Limbaje de programare. Sisteme de operare (MS Windows, Linux). Conceptul de fișier. Organizarea fișierelor. Software aplicativ. Introducere în domeniul rețelelor de calculatoare. Generalități. Rețele LAN (Local Area Network) - conceptul de Intranet; WAN (World Area Network) – Internet.	Prezentare orală + multimedia	2	Electroni Medical Records (EMR)	Nu este cazul
3	Documentare online. Căutarea informației pe internet (II) Modalități de utilizare motoarelor de căutare (Google) și a serviciilor de directoare (Yahoo Directories) pentru căutarea informațiilor din domeniul biomedical. Servicii de documentare medicală automată (Medline). Evaluarea calității informațiilor publicate pe Internet/World Wide Web.	Prezentare orală + multimedia	2	Electroni Medical Records (EMR)	Nu este cazul
4	Populații statistice. Eșantioane. Tehnici de eșantionare. Eșantioane randomizate/nerandomizate și importanța lor în cercetarea și practica biomedicală. Tipuri de date. Variabilitatea biologică. Factori de eroare în cercetarea biomedicală. Distribuții de frecvență. Teorema limitei centrale. Distribuția normală (Gaussiană) și importanța ei în analiza statistică. Distribuții non-Gaussiene (Poisson, Bernoulli etc) în cercetarea biomedicală.	Prezentare orală + multimedia	2	Biologica variability	Nu este cazul
5	Noțiuni avansate de statistică descriptivă. Indicatori statistici. Intervale de încredere și importanța lor în cercetarea și practica biomedicală. Date lipsă (missing data). Rezultatele aberante (outliers) și importanța lor în analiza datelor biomedicale. Tehnici de detecție și criterii de eliminare a rezultatelor aberante din seriile de date.	Prezentare orală + multimedia	2	Biologica variability	Nu este cazul
6	Normalitatea datelor unui experiment. Teste de concordanță (goodness-of-fit). Teste de normalitate. Protocoale avansate de analiză statistică parametrică și neparametrică. Statistică inferențială. Principalele scopuri ale statisticii inferențiale. Testarea ipotezelor statistice. Statistică inferențială „de bază” versus statistică inferențială „avansată”. Criterii primare de alegere a unui anumit protocol/test statistic.	Prezentare orală + multimedia TBL	2	Biologica variability	Nu este cazul
7	Teste de comparare a tendințelor centrale (medii, mediane). De la testul „t” al lui Student la analiza de varianță (Anova). Teste parametrice/ neparametrice pentru compararea de tendințe centrale (medii/mediane). Criterii de alegere a celui mai potrivit test statistic pentru compararea de tendințe centrale. Tabele de contingență. Problematika analizei tabelor de contingență rezultate în urma studiilor clinice sau epidemiologice. Testul Chi pătrat și variantele lui. Indicatori ai asocierii factor de risc-boală utilizați în studii epidemiologice și clinice (Odds Ratio -OR, Relativ Risk -RR).	Prezentare orală + multimedia	2	Biologica variability	Nu este cazul

Bibliografie

1. Tigan S., Achimaș A., Drugan T.: Curs de Informatică și Statistică Medicală, ed. SRIMA, Cluj-Napoca 2001
2. Mărușteri M.: Documentare online, manual disponibil online pe serverele UMFST Tg. Mures http://www.umfst.ro/info/doconline_ROV2.pdf
3. Marius Mărușteri – Documentare online – prezent și perspective, disponibil online pe serverele UMFS Tg. Mures <https://www.umfst.ro/info/english/doconline.pdf>
4. Data.Information.Knowledge - material didactic disponibil online pe serverele UMFST Tg. Mures https://www.umfst.ro/info/english/Data_info_know.pdf
5. Blachman N. – Googleguide, disponibil online la <http://www.googleguide.com/contents/>
6. Gari D Clifford, Joaquin A Blaya, Rachel Hall-Clifford and Hamish SF Fraser: Medical information systems: A foundation for healthcare technologies in developing countries, Biomedical Engineering Online, 2008 <https://biomedical-engineering-online.biomedcentral.com/articles/10.1186/1475-925X-7-18>

7. van Bommel J., Musen M.A., Musen Mark A.: Handbook of Medical Informatics, Springer Publishing House, 2002, online book la https://web.archive.org/web/20080321131249/http://www.mieur.nl/mihandbook/r_3_3/handbook/home.h
8. Brooker K. - Tim Berners-Lee, the Man Who Created the World Wide Web, Has Some Regrets, 2018 articol online disponibil la <https://www.vanityfair.com/news/2018/07/the-man-who-created-the-world-wide-web-has-some-regrets>
9. Mărușteri M.: Noțiuni fundamentale de biostatistică: note de curs, University Press Tg.-Mureș, 2006
10. Oláh Péter, Avram Călin, Mărușteri Marius, Introducere în biostatistică : aplicații practice, University Press, 2016, Târgu Mureș, Disponibil online la adresa www.umfst.ro/info/
11. Bacărea Vladimir, Ghiga Dana, Mărușteri Marius, Oláh Péter, Petrișor Marius - A Primer in Research Methodology and Biostatistics, University Press Targu Mures, 2014
12. Marius Mărușteri, Vladimir Bacărea, Comparing groups for statistical differences: how to choose the right statistical test?, Biochemia Medica 2010;20(1):15–32, disponibil online la adresa <http://www.biochemia-medica.com/content/comparing-groups-statistical-differences-how-choose-rightstatistical-test>
13. Drugan T., Bolboacă S., Leucuța D., Bondor C., Călinici T., Văleanu M., Colosi H., Iancu M., Istrate D. Biostatistică Medicală, Editura Medicală Universitară "Iuliu Hațieganu" Cluj-Napoca, 2018 Disponibil online la adresa www.umfst.ro/info/
14. Motulsky H., – Intuitive Biostatistics - A Nonmathematical Guide to Statistical Thinking , Fourth Edition, Oxford Univ. Press, 2018
15. Motulsky H., – Intuitive Biostatistics - A Nonmathematical Guide to Statistical Thinking , Fourth Edition, Oxford Univ. Press, 2018
16. Mărușteri M., – Noțiuni fundamentale de biostatistică, Univ. Press Tg. Mureș, 2006. Disponibil online la adresa www.umfst.ro/info/
17. Drugan T., Bolboacă S., Leucuța D., Bondor C., Călinici T., Văleanu M., Colosi H., Iancu M., Istrate D. Biostatistică Medicală, Editura Medicală Universitară "Iuliu Hațieganu" Cluj-Napoca, 2018.
18. Oláh Péter, Avram Călin, Mărușteri Marius, Introducere în biostatistică : aplicații practice, University Press, 2016, Târgu Mureș, Disponibil online la adresa www.umfst.ro/info/

10.2 Conținutul orelor de lucrări, semestrul 1

No	Tema	Metode de predare	Nr ore	Observații	Corelare cu ICS
1	Programe de calcul tabelar (MS Excel, OO Calc). MS Excel (I) MS Excel - Concepte generale; formatarea paginii; foaia de calcul tabelar; conținutul unei celule; formatarea celulelor. Programe de calcul tabelar. MS Excel (II): MS Excel: inserarea obiectelor; introducerea unei formule; copierea formulelor; folosirea adreselor relative și absolute. inserarea unor funcții; folosirea funcțiilor matematice, statistice și logice.	Demonstratii practice, Metode de elearning sincron	4	Electronic Medical Records (EMR)	Nu este cazul
2	Programe de calcul tabelar. MS Excel (III): Folosirea funcțiilor; cum se introduc funcțiile; butonul Autosum; funcții mai des utilizate. Programe de calcul tabelar. MS Excel (IV): Lucrul cu diagrame; ce este o diagramă; elementele de bază ale unei diagrame; tipuri de diagrame; crearea unei diagrame; Formatarea diagramelor; inserarea de obiecte.	Demonstratii practice, Metode de elearning sincron	4	Electronic Medical Records (EMR)	Nu este cazul
3	Populații statistice. Eșantioane. Tehnici de eșantionare. Esantioane randomizate/nerandomizate și importanța lor în cercetarea și practica biomedicală. Tipuri de date. Variabilitatea biologică. Factori de eroare în cercetarea biomedicală. Aplicații practice Distribuții de frecvență. Teorema limitei centrale. Distribuția normală (Gaussiană) și importanța ei în analiza statistică. Distribuții non-Gaussiene (Poisson, Bernoulli etc) în cercetarea biomedicală. Aplicații practice	Demonstratii practice, Metode de elearning sincron	4	Electronic Medical Records (EMR)	Nu este cazul
4	Noțiuni avansate de statistică descriptivă. Indicatori statistici. Intervale de încredere și importanța lor în cercetarea și practica biomedicală. Date lipsă (missing data). Aplicații practice	Demonstratii practice, Metode de elearning sincron	4	Biologica variability	Nu este cazul
5	Rezultatele aberante (outliers) și importanța lor în analiza datelor biomedicale. Tehnici de detecție și criterii de eliminare a rezultatelor aberante din seriile de date. Aplicații practice Normalitatea datelor unui experiment. Teste de concordanță (goodness-of-fit). Teste de normalitate. Protocoale avansate de analiză statistică parametrică și neparametrică. Aplicații practice	Demonstratii practice, Metode de elearning sincron	4	Biologica variability	Nu este cazul
6	Statistică inferențială. Principalele scopuri ale statisticii inferențiale. Testarea ipotezelor statistice. Statistică inferențială "de bază" versus statistică inferențială „avansată”. Criterii primare de alegere a unui anumit protocol/test statistic. Aplicații practice Teste de comparare a tendințelor centrale (medii, mediane). De la testul „t” al lui Student la analiza de varianță (Anova). Teste parametrice/ neparametrice pentru compararea de tendințe centrale (medii/mediane). Criterii de alegere a celui mai potrivit test statistic pentru compararea de tendințe centrale. Aplicații practice	Demonstratii practice, Metode de elearning sincron	4	Biologica variability	Nu este cazul
7	Tabele de contingență. Problematika analizei tabelor de contingență rezultate în urma studiilor clinice sau epidemiologice. Testul Chi pătrat și variantele lui. Aplicații practice	Demonstratii practice, Metode de	4	Biologica variability	Nu este cazul

Indicatori ai asocierii factor de risc-boală utilizați în studii epidemiologice și clinice (Odds Ratio -OR, Relativ Risk -RR). Aplicații practice	elearning sincron			
Bibliografie 1. Oláh Péter, Avram Călin, Mărușteri Marius, Introducere în biostatistică : aplicații practice, University Press, 2016, Târgu Mureș, Disponibil online la adresa www.umftgm.ro/info/ 2. Marius Mărușteri, Marius Petrișor: Biostatistică. Îndrumător de activități practice- manual digital - (filme didactice adnotate cu activitățile de la LP), 2014, disponibil online pe platforma de e-learning RoELME - Guest login), http://roelme.umftgm.ro/moodle/course/view.php?id=5 3. Marusteri M. Notiuni fundamentale de biostatistica:note de curs/Fundamentals in biostatistics:lecture notes. University Press Targu Mures, 2006. (in Romanian, with Powerpoint slides in English). Disponibil online la adresa www.umftgm.ro/info/ 4. Drugan T., Bondor C., Bolboacă S., Călinici T., Colosi H., Gălătuș R., Istrate D., Văleanu M., Achimaș A., Tigan S.: Aplicații practice de informatică și statistică medicală, ed. Alma Mater, Cluj-Napoca, 2002 5. Bacărea Vladimir, Ghiga Dana, Mărușteri Marius, Oláh Péter, Petrișor Marius - A Primer in Research Methodology and Biostatistics, University Press Targu Mures, 2014 Bibliografie opțională: 6. Motulsky HJ. GraphPad Prism - Statistics Guide. GraphPad Software Inc., San Diego California USA, 2007, disponibilă la: www.graphpad.com. 7. Motulsky HJ. The InStat Guide to Choosing and Interpreting Statistical Tests, GraphPad Software Inc., San Diego California USA, 2001, disponibilă la: www.graphpad.com 8. Marius Mărușteri, Vladimir Bacărea, Comparing groups for statistical differences: how to choose the right statistical test?, Biochemia Medica 2010;20(1):15–32, disponibil online la adresa http://www.biochemia-medica.com/content/comparing-groups-statistical-differences-how-chooserright-statistical-test				

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

Înțelegerea conceptelor și terminologiei fundamentale din domeniul tehnologiei informației și al prelucrării statistice a datelor sportive. Capacitatea de a utiliza eficient resurse digitale și instrumente de documentare științifică pentru identificarea și valorificarea informațiilor relevante din domeniul activităților fizice și sportive. Capacitatea de a utiliza aplicații informatice și soluții digitale pentru colectarea, organizarea, prelucrarea și prezentarea datelor sportive. Capacitatea de a redacta și prezenta rapoarte, lucrări și materiale de specialitate utilizând instrumente informatice moderne. Înțelegerea noțiunilor fundamentale de statistică aplicată în domeniul educației fizice și sportului. Capacitatea de a selecta și aplica metode și teste statistice adecvate în funcție de obiectivele evaluării sau ale cercetării sportive. Capacitatea de a interpreta rezultatele analizelor statistice și de a formula concluzii fundamentate pe dovezi privind performanța și activitatea sportivă. Capacitatea de a utiliza platforme și tehnologii digitale pentru evaluarea, monitorizarea și managementul activităților educaționale și sportive.
--

12. Evaluare

Tip activitate	Criterii de evaluare	Metode de evaluare	Pondere din nota finală
Evaluare pe parcursul semestrului			
- în timpul activității practice	Verificări pe parcursul semestrului a abilitatilor practice, prin testarea capacitatii de a aplica corect un anumit tip de test statistic.	Verificare cunostinte si abilitati practice	25
- la curs	-cunoașterea materialului bibliografic -înțelegerea conceptelor de bază și integrarea lor	Teste grila	5
Evaluare finală			
- examen practic final	-corelarea notiunilor teoretice cu cele practice	Examen practic la sfârșitul perioadei de pregătire	25
- examen teoretic final	-cunoașterea materialului bibliografic -înțelegerea conceptelor de bază și integrarea lor	Test grilă pe calculator, folosind serverul de testare al disciplinei	45
Standard minim de performanță: Studentul demonstrează cunoașterea noțiunilor fundamentale de informatică și statistică aplicată în domeniul sportului, este capabil să utilizeze instrumente informatice pentru prelucrarea și analiza datelor sportive, să selecteze și să aplice metode statistice de bază și să interpreteze corect rezultatele obținute			

13. Orar consultații studenți

Conf dr Avram Călin	
Conf dr Țurcanu Florin	Luni 10-12

Director departament

Titular(i) curs

Titular(i) aplicații practice



MINISTERUL EDUCAȚIEI ȘI CERCETĂRII
ROMÂNIA
UNIVERSITATEA DE MEDICINĂ,
FARMACIE, ȘTIINȚE ȘI TEHNOLOGIE
„GEORGE EMIL PALADE”
DIN TÂRGU MUREȘ

Fișa disciplinei

an academic: 2027 - 2028

1. Date despre program

1.1 Instituția de învățământ superior: Universitatea de Medicină, Farmacie, Științe și Tehnologie 'George Emil Palade' din Târgu Mureș
1.2 Facultatea de: Științe și Litere 'Petru Maior'
1.3 Departamentul: SL2 - Științe sociale și sportive
1.4 Domeniul de studii: Știința sportului și educației fizice
1.5 Ciclul de studii: master
1.6 Programul de studii: Educație fizică și consiliere sportivă

2. Date despre disciplină

2.1 Denumirea disciplinei: Practică de specialitate				
2.2 Titularul activităților de curs: -				
2.3 Titularul activităților practice: Șef I dr Țurcanu Dana-Simona				
2.4 Anul de studii: II	2.5 Semestrul: 1	2.6 Tipul de evaluare: V	2.7 Regimul disciplinei	categoria formativă: DF statut: Obl

3. Timpul total estimat (ore pe semestru activități didactice)

3.1 Număr de ore pe săptămână: 6	3.2 din care curs: 6	3.3 activități practice: 6
3.4 Total ore din planul de învățământ: 42	3.5 din care curs: 0	3.6 activități practice: 42
3.7 Distribuția fondului de timp pe semestru		
- studiu după manual, suport de curs, bibliografie și notițe		20
- documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren		20
- pregătire seminarii / laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri		20
- tutorial		0
- examinări		2
- alte activități		0
3.8 Total ore de studiu individual		62
3.9 Total ore pe semestru		104
3.10 Număr de credite		4

4. Precondiții (acolo unde este cazul)

4.1 de curriculum: Elaborare de instrumente curriculare (cărți de specialitate, note de curs, caiete și îndrumare de lucrări practice, ghiduri metodologice etc.) Sinteze și selecții bibliografice în specialitatea disciplinei (obligatorii și facultative) Fișa disciplinei Suporturi digitale, instrumente e-learning și multimedia Link-uri spre open sources sau alte resurse web, în domeniu
4.2 de competențe: Pentru disciplinele teoretico-practice, în principiu vor avea ca precondiție specializarea respectivă a cadrului didactic. În situația în care nu există cadre didactice cu specializarea în disciplina respectivă, ele vor fi predate de cadre didactice care au în foaia matricolă / suplimentul la diplomă promovarea prin examen a disciplinei predate. Competențe de predare dobândite în cariera didactică proprie, prin experiența acumulată și prin elaborarea unor suporturi curriculare personale Toate cadrele didactice, titulare de curs, trebuie să dețină titlul științific de doctor.

5. Condiții de desfășurare

5.1 a cursului: -
5.2 a activităților practice: Explicite în Regulamentul didactic al studenților din UMFST și din unitati de invatamant

6. Corelarea disciplinei cu recomandările ESCO (European Skills, Competences, Qualifications and Occupations)

Disciplina Practica de specialitate contribuie la dezvoltarea competențelor ESCO din aria competențelor profesionale (capacitatea de a acorda sprijin elevilor, respectarea disciplinei, corectarea execuțiilor greșite, evaluarea progresului școlar) și a competențelor transversale (comunicare profesională, lucru în echipă, profesionalism, folosirea terminologiei specifice, cunoașterea regulamentelor jocurilor sportive), prin activități de predare și aplicative specifice domeniului Știința sportului.

7. Obiectivele disciplinei

7.1 Obiectivul general: Înșușirea noțiunilor și cunoștințelor de bază privind domeniul practicii la catedră, reunite într-o disciplină

integratoare, practic- aplicativă, care vine să completeze fondul de cunoștințe teoretice acumulate în anii anteriori de studii

7.2 Obiective specifice:

Extinderea posibilităților de interpretare și integrare a cunoștințelor teoretice cu cele practice, operaționale
Generalizarea și sinteza urmate de aplicarea practică, a conceptelor și valorilor teoretice rezultate din alte științe
Fundamentarea statului epistemologic al domeniului practicii educației fizice și sportului în ciclul liceal

8. Rezultatele învățării

8.1 Cunoștințe:

Studentul/absolventul explică și interpretează concepte generale, principii și metode fundamentale din domeniul motricității umane, al organizării și conducerii activității specifice domeniului, în contexte formative, educative, competiționale, terapeutice și organizaționale.

Studentul/absolventul explică și aplică creativ achizițiile teoretice și practice din domeniul educației fizice și sportului școlar, adaptând și particularizând intervențiile specifice.

Studentul cunoaște tehnici de consiliere utilizate în diferite medii și cu diferite grupuri și persoane, în special în ceea ce privește metodele de supraveghere și mediere în procesul de consiliere.

Studentul/absolventul explică elementele fundamentale ale psihologiei sportului relevante pentru starea de bine, motivația și dezvoltarea performanței sportivilor și practicanților activităților fizice.

Studentul/absolventul cunoaște principiile eticii sportive și ale muncii în echipă, precum și rolul motivației, feedbackului, odihnei și recuperării în dezvoltarea și menținerea performanței sportive.

Studentul/absolventul cunoaște metode moderne de evaluare formativă și sumativă.

Studentul/absolventul înțelege indicatorii de progres cognitiv, motric și comportamental.

Studentul/absolventul cunoaște modelele de formare profesională continuă.

Studentul/absolventul identifică nevoile de dezvoltare ale colegilor de catedră.

8.2 Aptitudini:

Studentul/absolventul interpretează sensurile principale ale conceptelor de bază din teoria, metodică și practica educației fizice și sportului școlar.

Studentul/absolventul colectează, selectează și prelucrează date relevante pentru interpretarea rezultatelor teoretice și experimentale

Studentul/absolventul proiectează, planifică și evaluează programe formative, educative, precum și strategii de dezvoltare organizațională.

Studentul/absolventul organizează și conduce activități specifice domeniului pentru diverse categorii de beneficiari.

Studentul/absolventul aplică tehnici de ascultare activă și consiliere pentru sprijinirea sportivilor și practicanților în clarificarea nevoilor, obiectivelor și deciziilor referitoare la participarea și dezvoltarea sportivă.

Studentul/absolventul analizează informațiile referitoare la condiția fizică și performanța sportivă, identifică punctele forte și aspectele care necesită îmbunătățire și oferă feedback constructiv.

Studentul/absolventul motivează sportivii și practicanții în vederea atingerii obiectivelor și depășirii nivelului actual de pregătire și înțelegere.

Studentul/absolventul personalizează recomandările și programele sportive în funcție de capacitățile, nevoile, nivelul de pregătire și obiectivele beneficiarilor.

Studentul/absolventul promovează echilibrul dintre antrenament, competiție, odihnă și recuperare și sprijină sportivii în menținerea condiției fizice.

Studentul/absolventul adaptează comunicarea și sprijinul oferit în funcție de caracteristicile diferitelor grupuri-țintă.

Studentul/absolventul elaborează și aplică instrumente complexe de evaluare.

Studentul/absolventul utilizează datele obținute pentru reconfigurarea instruirii.

Studentul/absolventul organizează workshopuri și activități de formare.

Studentul/absolventul facilitează schimbul de bune practici.

8.3 Responsabilitate și autonomie:

Studentul/absolventul argumentează autonom și responsabil aplicarea cunoștințelor teoretice și practice.

Studentul/absolventul demonstrează autonomie în analiza și caracterizarea problematicii specifice domeniului.

Studentul/absolventul realizează lucrări, rapoarte și prezentări de specialitate în format digital.

Studentul/absolventul identifică și rezolvă probleme specifice aplicând tehnici de lucru și cercetare adaptate condițiilor și scopului activităților desfășurate.

Studentul/absolventul exercită diferite roluri în echipe interdisciplinare, inclusiv rolul de coordonator.

Studentul/absolventul selectează și adaptează în mod autonom modalitățile de consiliere și sprijin în funcție de nevoile, capacitățile și obiectivele sportivului sau practicanțului.

Studentul/absolventul își asumă responsabilitatea pentru oferirea unui feedback constructiv, respectuos, clar și coerent, în conformitate cu principiile eticii sportive.

Studentul/absolventul monitorizează evoluția beneficiarilor și formulează recomandări privind ajustarea activităților sportive, a obiectivelor și a raportului dintre pregătire și recuperare.

Studentul/absolventul colaborează responsabil cu antrenorii și cu membrii echipei de sprijin pentru îmbunătățirea dezvoltării și performanței sportivului.

Studentul/absolventul furnizează feedback adaptat elevilor.

Studentul/absolventul comunică rezultatele evaluării în echipa educațională.

Studentul/absolventul contribuie la dezvoltarea comunității profesionale.

Studentul/absolventul susține cultura reflecției și a autoevaluării.

9. Competențe specifice acumulate

9.1 profesionale:

CPDF1. Analizează și interpretează critic conceptele fundamentale, principiile și metodele specifice Științei sportului și educației fizice

CPDF2. Aplică și adaptează creativ cunoștințele teoretice și practice specifice educației fizice și sportului școlar

CPSP3. Oferirea consilierii sportive și a sprijinului individualizat

CPSP5. Evaluarea integrată a progresului elevilor

CPSP8. Conducerea de activități de formare continuă pentru profesori

9.2 transversale:

-

9.3 program de studiu:

10.1 Conținutul orelor de practică, semestrul 1

No	Tema	Metode de predare	Nr ore	Observații	Corelare cu ICS
1	Organizarea si conducerea a verigilor lectiei de educatie fizica	Explicatia, demonstratia, exersarea	20	-	-
2	Organizarea si conducerea de lectii de educatie fizica	Explicatia, demonstratia, exersarea	20	-	-
3	Prezentarea si susținerea portofoliului de practica de specialitate	Explicatia, demonstratia, exersarea	2	-	-

Bibliografie

1. Programa școlară 2025 Clasele IX-XIIă -

https://www.edu.ro/sites/default/files/_fi%C8%99iere/Minister/2025/programe_scolare_cons_pub/Educatie_fizica_si_sport_TC_IX_XII.pdf

2. Olaru, B. S., Talaghir, L.-G., Iconomescu, T. M. (2024). Cunoștințele teoretice de specialitate în Educația Fizică Școlară. Partea I: Aspecte teoretice. Editura Universității „Dunărea de Jos” din Galați.

3. Olaru, B. S., Talaghir, L.-G., Iconomescu, T. M. (2024). Cunoștințele teoretice de specialitate în Educația Fizică Școlară. Partea a II-a: Aplicații practice. Editura Universității

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

Valorificare teoriilor, metodologiilor si practicilor asimilate in rezolvarea unor situatii teoretico- practice educationale prin abordari interdisciplinare

Utilizarea unui limbaj de specialitate in comunicarea cu medii profesionale diferite, cu specialistii domeniului si din domeniile conexe

Aplicarea teoriilor si practicilor asimilate in conceperea si elaborarea de proiecte educationale si de cercetare specifice educatiei fizice si sportului si interdisciplinare

Consilierea, orientarea si medierea elevilor in vederea integrarii socio-psiopedagogice

12. Evaluare

Tip activitate	Criterii de evaluare	Metode de evaluare	Pondere din nota finală
Evaluare pe parcursul semestrului			
- în timpul activității practice	-	-	0
- la curs	-	-	0
Evaluare finală			
- examen practic final	Evaluare sumativa - practico - metodica, apreciata cu note de la 1-10. Prezentarea sis sustinerea portofoliului de practica de specialitate apreciata cu note de la 1-10.	Examinare practico- metodica . Examinare orala vizand prezentarea portofoliului de practica de specialitate.	100
- examen teoretic final	-	-	0
Standard minim de performanță: Punctajul la evaluare să reprezinte o notă de promovare (minim 5). Participarea regulamentară la activitățile de practică.			

13. Orar consultații studenți

Șef I dr Țurcanu Dana-Simona	Luni 10-12
------------------------------	------------

Director departament

Titular(i) curs

Titular(i) aplicații practice



MINISTERUL EDUCAȚIEI ȘI CERCETĂRII
ROMÂNIA
UNIVERSITATEA DE MEDICINĂ,
FARMACIE, ȘTIINȚE ȘI TEHNOLOGIE
„GEORGE EMIL PALADE”
DIN TÂRGU MUREȘ

Fișa disciplinei

an academic: 2027 - 2028

1. Date despre program

1.1 Instituția de învățământ superior: Universitatea de Medicină, Farmacie, Științe și Tehnologie 'George Emil Palade' din Târgu Mureș
1.2 Facultatea de: Științe și Litere 'Petru Maior'
1.3 Departamentul: SL2 - Științe sociale și sportive
1.4 Domeniul de studii: Știința sportului și educației fizice
1.5 Ciclul de studii: master
1.6 Programul de studii: Educație fizică și consiliere sportivă

2. Date despre disciplină

2.1 Denumirea disciplinei: Fitness și gimnastică aerobică				
2.2 Titularul activităților de curs: Conf dr Ciulea Laura-Edit				
2.3 Titularul activităților practice: Conf. dr. Ciulea Laura				
2.4 Anul de studii: II	2.5 Semestrul: 2	2.6 Tipul de evaluare: E	2.7 Regimul disciplinei	categoria formativă: DS statut: Obl

3. Timpul total estimat (ore pe semestru activități didactice)

3.1 Număr de ore pe săptămână: 6	3.2 din care curs: 2	3.3 activități practice: 4
3.4 Total ore din planul de învățământ: 42	3.5 din care curs: 14	3.6 activități practice: 28
3.7 Distribuția fondului de timp pe semestru		
- studiu după manual, suport de curs, bibliografie și notițe		20
- documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren		20
- pregătire seminarii / laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri		20
- tutorial		0
- examinări		2
- alte activități		0
3.8 Total ore de studiu individual		62
3.9 Total ore pe semestru		104
3.10 Număr de credite		4

4. Precondiții (acolo unde este cazul)

4.1 de curriculum: Instrumente curriculare (cărți de specialitate, note de curs, caiete și îndrumare de lucrări practice, ghiduri metodologice etc.) Sinteze și selecții bibliografice în specialitatea disciplinei (obligatorii și facultative), Fișa disciplinei, Suporturi digitale, instrumente e-learning și multimedia Link-uri spre open sources în domeniu.
4.2 de competențe: Pentru disciplinele teoretico-practice care au mențiunea TMDS, în principiu, vor avea ca precondiție specializarea respectivă a cadrului didactic. În situația în care nu există cadre didactice cu specializarea în disciplina respectivă, ele vor fi predate de cadre didactice care au în foaia matricolă / suplimentul la diplomă promovarea prin examen a disciplinei predate sau echivalentul acestora. Competențe de predare dobândite în cariera didactică proprie, prin experiența acumulată și prin elaborarea unor instrumente curriculare personale. Toate cadrele didactice, titulare de curs, trebuie să dețină titlul științific de doctor.

5. Condiții de desfășurare

5.1 a cursului: Sală de curs cu sistem de proiecție.
5.2 a activităților practice: Explicitate în Regulamentul didactic al studenților UMFST

6. Corelarea disciplinei cu recomandările ESCO (European Skills, Competences, Qualifications and Occupations)

Disciplina Fitness și gimnastică aerobă contribuie la dezvoltarea competențelor ESCO din aria competențelor profesionale (gândirea analitică, aplicarea strategiilor didactice, dobândirea de cunoștințe, formarea de abilități) și a competențelor transversale (comunicare profesională, lucru în echipă, profesionalism), prin activități de predare și aplicative specifice domeniului Știința sportului.

7. Obiectivele disciplinei

7.1 Obiectivul general: Însușirea noțiunilor și cunoștințelor de bază privind domeniul Fitness și gimnastică aerobă, reunite într-o
--

disciplină integratoare, practic-aplicativă, care vine să completeze fondul de cunoștințe teoretice acumulate în anii anteriori de studii.

7.2 Obiective specifice:

Extinderea posibilităților de interpretare și integrare a cunoștințelor teoretice cu cele practice, operaționale. Generalizarea și sinteza, urmate de aplicarea practică, a conceptelor și valorilor teoretice rezultate din alte științe. Fundamentarea statului epistemologic al domeniului practicii educației fizice și sportului în ciclul gimnazial.

8. Rezultatele învățării

8.1 Cunoștințe:

Studentul/absolventul:

1. Cunoaște concepte avansate de instruire motrică și diferențiere didactică.
2. Identifică strategiile motivaționale și stilurile de învățare aplicabile elevilor din ciclul liceal și postliceal
3. Cunoaște tehnici de consiliere utilizate în diferite medii și cu diferite grupuri și persoane, în special în ceea ce privește metodele de supraveghere și mediere în procesul de consiliere.
4. Explică elementele fundamentale ale psihologiei sportului relevante pentru starea de bine, motivația și dezvoltarea performanței sportivilor și practicanților activităților fizice.
5. Cunoaște principiile eticii sportive și ale muncii în echipă, precum și rolul motivației, feedbackului, odihnei și recuperării în dezvoltarea și menținerea performanței sportive.
6. Recunoaște tipologii de nevoi educaționale speciale și bariere de acces.
7. Înțelege importanța mișcării în dezvoltarea psiho-socio-motrică.
8. Cunoaște metode moderne de evaluare formativă și sumativă.
9. Înțelege indicatorii de progres cognitiv, motric și comportamental.

8.2 Aptitudini:

Studentul/absolventul:

1. Selectează și aplică metode de predare avansate și diferențiate.
2. Proiectează secvențe de instruire adaptate la profilul psihomotric al elevilor.
3. Aplică tehnici de ascultare activă și consiliere pentru sprijinirea sportivilor și practicanților în clarificarea nevoilor, obiectivelor și deciziilor referitoare la participarea și dezvoltarea sportivă.
4. Analizează informațiile referitoare la condiția fizică și performanța sportivă,
5. Identifică punctele forte și aspectele care necesită îmbunătățire și oferă feedback constructiv.
6. Motivează sportivii și practicanții în vederea atingerii obiectivelor și depășirii nivelului actual de pregătire și înțelegere.
7. Personalizează recomandările și programele sportive în funcție de capacitățile, nevoile, nivelul de pregătire și obiectivele beneficiarilor.
8. Promovează echilibrul dintre antrenament, competiție, odihnă și recuperare și sprijină sportivii în menținerea condiției fizice.
9. Adaptează comunicarea și sprijinul oferit în funcție de caracteristicile diferitelor grupuri țintă
10. Proiectează activități incluzive în educația fizică.
11. Adaptează exercițiile și metodele în funcție de diversitatea grupului.
12. Studentul/absolventul elaborează și aplică instrumente complexe de evaluare.
13. Utilizează datele obținute pentru reconfigurarea instruirii.

8.3 Responsabilitate și autonomie:

Studentul/absolventul:

1. Ajustează în mod autonom demersul didactic în funcție de evaluarea progresului.
2. Formulează decizii metodologice responsabile, cu respectarea principiilor incluziunii.
3. Selectează și adaptează în mod autonom modalitățile de consiliere și sprijin în funcție de nevoile, capacitățile și obiectivele sportivului sau practicanțului.
4. Își asumă responsabilitatea pentru oferirea unui feedback constructiv, respectuos, clar și coerent, în conformitate cu principiile eticii sportive.
5. Monitorizează evoluția beneficiarilor și formulează recomandări privind ajustarea activităților sportive, a obiectivelor și a raportului dintre pregătire și recuperare.
6. Colaborează responsabil cu antrenorii și cu membrii echipei de sprijin pentru îmbunătățirea dezvoltării și performanței sportivului.
7. Promovează valori incluzive în activitatea educațională.
8. Colaborează cu specialiști pentru integrarea elevilor cu CES
9. Furnizează feedback adaptat elevilor.
10. Comunică rezultatele evaluării în echipa educațională

9. Competențe specifice acumulate

9.1 profesionale:

CPSP1. Aplicarea strategiilor didactice avansate în educația fizică și sport
CPSP3. Oferirea consilierii sportive și a sprijinului individualizat
CPSP4. Promovarea incluziunii educaționale prin activități fizice structurate
CPSP5. Evaluarea integrată a progresului elevilor

9.2 transversale:

-

9.3 program de studiu:

10.1 Conținutul orelor de curs, semestrul 2

No	Tema	Metode de predare	Nr ore	Observații	Corelare cu ICS
1	Fitness-ul - gimnastica aerobică. Noțiuni introductive, delimitări conceptuale	Prelegerea, prezentarea powerpoint, prezentari multimedia.	2	-	-nu este cazul
2	Scopul, sarcinile și caracteristicile fitnessului si gimnasticii aerobice	Prelegerea, prezentarea powerpoint, prezentari multimedia	2	-	- nu este cazul

3	Terminologia fitness-ului si a gimnasticii aerobice	Prelegerea, prezentarea powerpoint, prezentari multimedia	2	-	- nu este cazul
4	Mijloace si aparate folosite in antrenamentul de fitness si gimnastică aerobica	Prelegerea, prezentarea powerpoint, prezentari multimedia	2	-	- nu este cazul
5	Principiile antrenamentului în fitness si gimnastică aerobica	Prelegerea, prezentarea powerpoint, prezentari multimedia	2	-	-nu este cazul
6	Efortul fizic în antrenamentul de forță specific fitness-ului si culturismului. Tipologie, parametrii, dirijarea efortului	Prelegerea, prezentarea powerpoint, prezentari multimedia	2	-	- nu este cazul
7	Calitatea motrică forță – elemente definitorii, tipologie, forme de manifestare, factori de influență - specifice fitness-ului si culturismului	Prelegerea, prezentarea powerpoint, prezentari multimedia	2	-	- nu este cazul
Bibliografie Badau D, Badau A, Grancea M - Fitness. Miscare is postura, Edit Univ. Transivania din Brasov, 2017. Laura Edit Ciulea- Fitness și gimnastică aerobica, Editura RISOPRINT, Cluj Napoca, 2020, pg. 90, ISBN:, 978-973-53-2499-5, cod CNCIS 178 Haff, G. G., & Triplett, N. T. (eds.). Essentials of Strength Training and Conditioning. Champaign, IL: Human Kinetics, 2016. Jenkins, N., & Brandon, L. Anatomy of Yoga for Posture and Health. Fox Chapel Publishing, 2016. Mudge, B. Fitness Without Limits. London: Little, Brown Book Group, 2024.					

10.2 Conținutul orelor de lucrări, semestrul 2

No	Tema	Metode de predare	Nr ore	Observații	Corelare cu ICS
1	Descrierea topografică a grupelor musculare, a acțiunii acestora și a pârghiilor dintre segmentele corporale și solicitările specifice din fitness- I	Explicatia, demonstrarea, exersarea	2	-	-
2	Descrierea topografică a grupelor musculare, a acțiunii acestora și a pârghiilor dintre segmentele corporale și solicitările specifice din fitness- II.	Explicatia, demonstrarea, exersarea	2	-	-
3	Principalele tipuri de mișcări și elemente de terminologie specifică din fitness - I	Explicatia, demonstrarea, exersarea	2	-	-
4	Principalele tipuri de mișcări și elemente de terminologie specifică din fitness - II.	Explicatia, demonstrarea, exersarea	2	-	-
5	Dirijarea efortului în antrenamentul de forță adaptat elevilor prin prisma raportului dintre principalii parametri ai acestuia: volum, intensitate și densitate	Explicatia, demonstrarea, exersarea	2	-	-
6	Elemente de proiectare și planificare în antrenamentul fitness pentru elev	Explicatia, demonstrarea, exersarea	2	-	-
7	Exerciții pentru tonifiere, mobilitate, corectare și dezvoltare a forței pe grupe musculare: brațe și centura scapulară	Explicatia, demonstrarea, exersarea	2	-	-
8	Exerciții pentru tonifiere, mobilitate, corectare și dezvoltare a forței pe grupe musculare: trunchi, membre inferioare	Explicatia, demonstrarea, exersarea	2	-	-
9	Fundamentele exercițiilor aerobice: pași, mișcări ale brațelor și picioarelor	Explicatia, demonstrarea, exersarea	2	-	-
10	Activități aerobice de tip combat	Explicatia, demonstrarea, exersarea	2	-	-
11	Metodologia construirii block-urilor de aerobic	Explicatia, demonstrarea, exersarea	2	-	-
12	Exerciții funcționale, multiarticulare și aplicative	Explicatia, demonstrarea, exersarea	2	-	-
13	Construirea creativă și adaptată la diverse variabile a programelor de lucru în regim individual si de grup	Explicatia, demonstrarea, exersarea	2	-	-
14	Evaluare finală	Explicare, demonstrare	2	-	-
Bibliografie Laura- Edit Ciulea- Fitness și gimnastică aerobica, Editura RISOPRINT, Cluj Napoca, 2020, Badau D, Badau A, Grancea M - Fitness. Miscare is postura, Edit Univ. Transivania din Brasov, 2017. Neagu, Nicolae (2012) – Culturism și fitness, Întreținere și performanță. Editura University Press, Tîrgu Mureș. Aftimiu O. (2012). Fitness – teorie și metodică. Editura Bren. București Benedek F. (2013). Echipamente și aparate din sălile de forță și fitness. Editura Universității Ștefan cel Mare. Suceava Constantin I.C. (2012). Fitness – Ghid pentru începători. Editura PIM. Iași Bibliografie facultativă Albu, Constantin (2004) – coord, Kinetoterapia pasivă, Editura Polirom, Iași, 2004 2. Chirazi, Marin (2007) – Culturism –întreținere și competiție, Editura Polirom, Iași					

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

Valorificare teoriilor, metodologiilor si practicilor asimilate in rezolvarea unor situatii teoretic- practice educationale prin abordari interdisciplinare
 Utilizarea unui limbaj de specialitate in comunicarea cu medii profesionale diferite, cu specialistii domeniului si din domeniile conexe
 Aplicarea teoriilor si practicilor asimilate in conceperea si elaborarea de proiecte educationale si de cercetare specifice educatie fizice si sportului si interdisciplinare
 Consilierea, orientarea si medierea elevilor in vederea integrarii socio-psiho-pedagogice

12. Evaluare

Tip activitate	Criterii de evaluare	Metode de evaluare	Pondere din nota finală
Evaluare pe parcursul semestrului			
- în timpul activității practice	Evaluarea activităților practice pe parcurs va fi în conformitate cu specificul disciplinei. Nota minimă de promovare este 5	- probe practico metodice	10
- la curs	Evaluare teoretică pe parcurs în conformitate cu specificul disciplinei. Nota minimă de promovare este 5	- teste redacționale	20
Evaluare finală			
- examen practic final	conceperea si conducerea unui program de fitness și a unui de gimnastica aerobica din tematica disciplinei	Evaluarea activităților practice și verificărilor curente vor fi realizate pe parcursul semestrului. Notarea va fi de la 1 la 10	20
- examen teoretic final	Proba de verificare va fi cea scrisă, pe baza rezolvării unor subiecte, având ca scop verificarea cunoștințelor acumulate pe parcursul semestrului.	Lucrare scrisă din tematica disciplinei. Notarea va fi de la 1 la 10. Se acordă un punct din oficiu	50
Standard minim de performanță: Evaluarea cu calificativ minim promovabil a nivelului de cunoștințe, competențe profesionale și abilități practice, care să îi permită studentului, viitor profesor de educație fizică, să integreze aceste cunoștințe în portofoliul profesional personal, cu efecte benefice asupra componentei practic aplicative, specifică profesiei			

13. Orar consultații studenți

Conf dr Ciulea Laura-Edit	30 de minute după fiecare lucrare practică
---------------------------	--

Director departament

Titular(i) curs

Titular(i) aplicații practice



MINISTERUL EDUCAȚIEI ȘI CERCETĂRII
ROMÂNIA
UNIVERSITATEA DE MEDICINĂ,
FARMACIE, ȘTIINȚE ȘI TEHNOLOGIE
„GEORGE EMIL PALADE”
DIN TÂRGU MUREȘ

Fișa disciplinei

an academic: 2027 - 2028

1. Date despre program

1.1 Instituția de învățământ superior: Universitatea de Medicină, Farmacie, Științe și Tehnologie 'George Emil Palade' din Târgu Mureș
1.2 Facultatea de: Științe și Litere 'Petru Maior'
1.3 Departamentul: M2 - Științe funcționale complementare
1.4 Domeniul de studii: Știința sportului și educației fizice
1.5 Ciclul de studii: master
1.6 Programul de studii: Educație fizică și consiliere sportivă

2. Date despre disciplină

2.1 Denumirea disciplinei: Echipamente și tehnologii specifice activităților fizice				
2.2 Titularul activităților de curs: -				
2.3 Titularul activităților practice: -				
2.4 Anul de studii: II	2.5 Semestrul: 2	2.6 Tipul de evaluare: V	2.7 Regimul disciplinei	categoria formativă: DF statut: Obl

3. Timpul total estimat (ore pe semestru activități didactice)

3.1 Număr de ore pe săptămână: 2	3.2 din care curs:	3.3 activități practice: 2
3.4 Total ore din planul de învățământ: 14	3.5 din care curs: 0	3.6 activități practice: 14
3.7 Distribuția fondului de timp pe semestru		
- studiu după manual, suport de curs, bibliografie și notițe		20
- documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren		20
- pregătire seminarii / laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri		20
- tutorial		0
- examinări		4
- alte activități		26
3.8 Total ore de studiu individual		90
3.9 Total ore pe semestru		104
3.10 Număr de credite		4

4. Precondiții (acolo unde este cazul)

4.1 de curriculum: Elaborare de instrumente curriculare (cărți de specialitate, note de curs, caiete și îndrumare de lucrări practice, ghiduri metodologice etc.) Sinteze și selecții bibliografice în specialitatea disciplinei (obligatorii și facultative) Fișă disciplinei Suporturi digitale, instrumente e-learning și multimedia Link-uri spre open sources sau alte resurse web, în domeniu.
4.2 de competențe: Pentru disciplinele teoretico-practice, în principiu, vor avea ca precondiție specializarea respectivă a cadrului didactic. În situația în care nu există cadre didactice cu specializarea în disciplina respectivă, ele vor fi predate de cadre didactice care au în foaia matricolă / suplimentul la diplomă promovarea prin examen a disciplinei predate. Competențe de predare dobândite în cariera didactică proprie, prin experiență acumulată și prin elaborarea unor suporturi curriculare personale. Toate cadrele didactice, titulare de curs, trebuie să dețină titlul științific de doctor.

5. Condiții de desfășurare

5.1 a cursului: -
5.2 a activităților practice: -

6. Corelarea disciplinei cu recomandările ESCO (European Skills, Competences, Qualifications and Occupations)

Disciplina Echipamente și tehnologii specifice activităților fizice contribuie la dezvoltarea competențelor ESCO din aria competențelor profesionale (gândirea analitică, aplicarea strategiilor didactice, dobândirea de cunoștințe, formarea de abilități) și a competențelor transversale (comunicare profesională, lucru în echipă, profesionalism), prin activități de predare și aplicative specifice domeniului Știința sportului

7. Obiectivele disciplinei

7.1 Obiectivul general:

Cursul vizează transmiterea modalităților de utilizare și monitorizare a instalațiilor aparatelor și tehnologiilor informaționale specifice activităților motrice.

7.2 Obiective specifice:

- cunoașterea modalităților de utilizare a aparatelor și tehnologiilor informaționale de pregătire și monitorizare a activităților sportive
- utilizarea diferitelor aparate, instalații și tehnologii pentru evaluarea parametrilor de efort și de efort.
- însușirea modalităților de utilizare și manipulare a aparatelor și tehnologiilor specifice activităților fizice.

8. Rezultatele învățării**8.1 Cunoștințe:**

Studentul/absolventul explică și interpretează concepte generale, principii și metode fundamentale din domeniul motricității umane, al organizării și conducerii activității specifice domeniului, în contexte formative, educative, competiționale, terapeutice și organizaționale.

Studentul/absolventul explică și aplică creativ achizițiile teoretice și practice din domeniul educației fizice și sportului școlar, adaptând și particularizând intervențiile specifice.

Studentul/absolventul identifică platforme și resurse digitale educaționale relevante.

Studentul/absolventul cunoaște modalitățile de digitalizare a evaluării.

8.2 Aptitudini:

Studentul/absolventul interpretează sensurile principale ale conceptelor de bază din teoria, metodică și practica educației fizice și sportului școlar.

Studentul/absolventul colectează, selectează și prelucerează date relevante pentru interpretarea rezultatelor teoretice și experimentale

Studentul/absolventul proiectează, planifică și evaluează programe formative, educative, precum și strategii de dezvoltare organizațională.

Studentul/absolventul organizează și conduce activități specifice domeniului pentru diverse categorii de beneficiari.

Studentul/absolventul creează conținuturi digitale interactive.

Studentul/absolventul integrează evaluarea digitală în activitatea curentă.

8.3 Responsabilitate și autonomie:

Studentul/absolventul argumentează autonom și responsabil aplicarea cunoștințelor teoretice și practice.

Studentul/absolventul demonstrează autonomie în analiza și caracterizarea problematicei specifice domeniului.

Studentul/absolventul realizează lucrări, rapoarte și prezentări de specialitate în format digital.

Studentul/absolventul identifică și rezolvă probleme specifice aplicând tehnici de lucru și cercetare adaptate condițiilor și scopului activităților desfășurate.

Studentul/absolventul exercită diferite roluri în echipe interdisciplinare, inclusiv rolul de coordonator.

Studentul/absolventul își asumă responsabilitatea formării digitale continue.

Studentul/absolventul contribuie la inovarea practicii pedagogice prin digitalizare.

9. Competențe specifice acumulate**9.1 profesionale:**

CPDF1. Analizează și interpretează critic conceptele fundamentale, principiile și metodele specifice Științei sportului și educației fizice

CPDF2. Aplică și adaptează creativ cunoștințele teoretice și practice specifice educației fizice și sportului școlar

CPSP6. Integrarea platformelor digitale în procesul de instruire și evaluare

9.2 transversale:

-

9.3 program de studiu:**10.1 Conținutul orelor de lucrări, semestrul 2**

No	Tema	Metode de predare	Nr ore	Observații	Corelare cu ICS
1	Prezentarea și utilizarea echipamentelor specifice activităților fizice și sportive	explicația, demonstrația practică, exercițiul,	2	-	-
2	Echipamente pentru evaluarea parametrilor antropometrici și a compoziției corporale	explicația, demonstrația practică, exercițiul,	2	-	-
3	Dispozitive și tehnologii pentru monitorizarea frecvenței cardiace și a efortului fizic	explicația, demonstrația practică, exercițiul,	2	-	-
4	Tehnologii wearable și aplicații digitale pentru monitorizarea activității fizice	explicația, demonstrația practică, exercițiul,	2	-	-
5	Echipamente și tehnologii pentru evaluarea forței, puterii și capacității neuromusculare	explicația, demonstrația practică, exercițiul,	2	-	-
6	Tehnologii pentru analiza mișcării și evaluarea performanței motrice	explicația, demonstrația practică, exercițiul,	2	-	-
7	1. Utilizarea și interpretarea datelor furnizate de echipamentele și tehnologiile aplicate în activitățile fizice	explicația, demonstrația practică, exercițiul,	2	-	-

Bibliografie

1. Memmert, D. (Ed.). (2024). Sports Technology: Technologies, Fields of Application, Sports Equipment and Materials for Sport. Springer Spektrum. <https://doi.org/10.1007/978-3-662-68703-1>. Springer
2. Lee, J., Wheeler, K., & James, D. A. (2019). Wearable Sensors in Sport: A Practical Guide to Usage and Implementation. Springer. <https://doi.org/10.1007/978-981-13-3777-2>. Springer
3. Toner, J. (2024). Wearable Technology in Elite Sport: A Critical Examination. Routledge. Routledge
4. Ash, G. I., Stults-Kolehmainen, M., Busa, M. A., et al. (2021). Establishing a global standard for wearable devices in sport and exercise medicine: Perspectives from academic and industry stakeholders. Sports Medicine, 51, 2237–2250. <https://doi.org/10.1007/s40279-021-01543-5>. PubMed Central (PMC)

5. Çelik, Y., et al. (2023). Review on wearable technology in sports: Concepts, challenges and opportunities. Applied Sciences, 13(18), 10399. <https://doi.org/10.3390/app131810399>. MDPI
6. Rebelo, A., Martinho, D. V., Valente-dos-Santos, J., Coelho-e-Silva, M. J., et al. (2023). From data to action: A scoping review of wearable technologies and biomechanical assessments informing injury prevention strategies in sport. BMC Sports Science, Medicine and Rehabilitation, 15, 169. Springer
7. Pekas, D., Radaš, J., Baić, M., Barković, I., & Čolakovac, I. (2023). The use of wearable monitoring devices in sports sciences: A systematic review. Applied Sciences, 13(22), 12212. <https://doi.org/10.3390/app132212212>. MDPI
8. Olsen, et al. (2025). The fundamentals and applications of wearable sensor devices in sports medicine: A scoping review. Arthroscopy: The Journal of Arthroscopic & Related Surgery, 41(2), 473–492. <https://doi.org/10.1016/j.arthro.2024.01.042>.

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

La finalul cursului masteranzii vor fi capabili :

- să explice tendințele și orientările contemporane în domeniul didacticii educației fizice specifice ciclului liceal
- să utilizeze corect și flexibil terminologia generală și specifică domeniului;
- să însușească operațional unele concepte și problematice ale didacticii educației fizice
- să aplice achizițiile teoretice în proiectarea și derularea unor situații practice efective
- să dezvolte competențe, abilități și atitudini specifice, necesare completării portofoliului profesional personal

12. Evaluare

Tip activitate	Criterii de evaluare	Metode de evaluare	Pondere din nota finală
Evaluare pe parcursul semestrului			
- în timpul activității practice	-	-	0
- la curs	-	-	0
Evaluare finală			
- examen practic final	Formele principale de evaluare - evaluare practico-metodica, prezentari power-point pe tematică specifică.	Sustinerea unor secvențe de lecție din tematica disciplinei. Evaluarea portofoliului. Note de la 1-10.	50
- examen teoretic final	Proba de verificare va fi cea scrisă, pe bază rezolvării unor subiecte, având ca scop verificarea cunoștințelor acumulate pe parcursul semestrului. Portofoliu pe tematica disciplinei. Lucrare scrisă. Notarea va fi de la 1 la 10. Se acordă un punct din oficiu. Prezența la cursuri va fi în conformitate cu Regulamentul didactic . 50 - examen practic final Formele principale de evaluare - evaluare	Lucrare scrisă. Notarea va fi de la 1 la 10. Se acordă un punct din oficiu. Prezența la cursuri va fi în conformitate cu Regulamentul didactic .	50
Standard minim de performanță: Evaluarea cu calificativ minim promovabil a nivelului de cunoștințe, competențe profesionale și abilități practice, care să îi permită studentului, viitor specialist, să integreze aceste cunoștințe în portofoliul profesional personal, cu efecte benefice asupra componentei practice aplicative, specifică profesiei			

13. Orar consultații studenți

Conf dr Făgăraș Pia-Simona	30 de minute după fiecare lucrare practică
----------------------------	--

Director departament

Titular(i) curs

Titular(i) aplicații practice



MINISTERUL EDUCAȚIEI ȘI CERCETĂRII
ROMÂNIA
UNIVERSITATEA DE MEDICINĂ,
FARMACIE, ȘTIINȚE ȘI TEHNOLOGIE
„GEORGE EMIL PALADE”
DIN TÂRGU MUREȘ

Fișa disciplinei

an academic: 2027 - 2028

1. Date despre program

1.1 Instituția de învățământ superior: Universitatea de Medicină, Farmacie, Științe și Tehnologie 'George Emil Palade' din Târgu Mureș
1.2 Facultatea de: Științe și Litere 'Petru Maior'
1.3 Departamentul: M2 - Științe funcționale complementare
1.4 Domeniul de studii: Știința sportului și educației fizice
1.5 Ciclul de studii: master
1.6 Programul de studii: Educație fizică și consiliere sportivă

2. Date despre disciplină

2.1 Denumirea disciplinei: Evaluări cantitative și calitative în activitățile motrice				
2.2 Titularul activităților de curs: Conf dr Făgăraș Pia-Simona				
2.3 Titularul activităților practice: -				
2.4 Anul de studii: II	2.5 Semestrul: 2	2.6 Tipul de evaluare: E	2.7 Regimul disciplinei	categoria formativă: DF statut: Obl

3. Timpul total estimat (ore pe semestru activități didactice)

3.1 Număr de ore pe săptămână: 4	3.2 din care curs: 2	3.3 activități practice: 2
3.4 Total ore din planul de învățământ: 28	3.5 din care curs: 14	3.6 activități practice: 14
3.7 Distribuția fondului de timp pe semestru		
- studiu după manual, suport de curs, bibliografie și notițe		30
- documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren		30
- pregătire seminarii / laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri		30
- tutorial		0
- examinări		2
- alte activități		10
3.8 Total ore de studiu individual		102
3.9 Total ore pe semestru		130
3.10 Număr de credite		5

4. Precondiții (acolo unde este cazul)

4.1 de curriculum: Instrumente curriculare (cărți de specialitate, note de curs, caiete și îndrumare de lucrări practice, ghiduri metodologice etc.) Sinteze și selecții bibliografice în specialitatea disciplinei (obligatorii și facultative), Fișa disciplinei, Suporturi digitale, instrumente e-learning și multimedia Link-uri spre open sources în domeniu.
4.2 de competențe: Competențe de predare dobândite în cariera didactică proprie, prin experiența acumulată și prin elaborarea unor instrumente curriculare personale. Toate cadrele didactice, titulare de curs, trebuie să dețină titlul științific de doctor.

5. Condiții de desfășurare

5.1 a cursului: on-line pe platforma Blackboard Explicitate în Regulamentul didactic al studenților UMFST
5.2 a activităților practice: -

6. Corelarea disciplinei cu recomandările ESCO (European Skills, Competences, Qualifications and Occupations)

Disciplina Evaluări cantitative și calitative în activitățile motrice contribuie la dezvoltarea competențelor ESCO din aria competențelor profesionale (gândirea analitică, aplicarea strategiilor didactice, dobândirea de cunoștințe, formarea de abilități) și a competențelor transversale (comunicare profesională, lucru în echipă, profesionalism), prin activități de predare și aplicative specifice domeniului Știința sportului.

7. Obiectivele disciplinei

7.1 Obiectivul general: Înșușirea noțiunilor și cunoștințelor de bază privind domeniul activităților de evaluare motrică și funcțională specifice educației fizice și consilierii sportive, reunite într-o disciplină integratoare, practic-aplicativă, care vine să completeze fondul de cunoștințe teoretice acumulate în anii anteriori de studii.
--

7.2 Obiective specifice:

Extinderea posibilităților de interpretare și integrare a cunoștințelor teoretice cu cele practice, operaționale

Generalizarea și sinteza, urmate de aplicarea practică, a conceptelor și valorilor teoretice rezultate din alte științe

Fundamentarea metodelor de evaluare motrice și funcționale specific domeniului practicii educației fizice și sportului în ciclul liceal și al educației adulților.

8. Rezultatele învățării**8.1 Cunoștințe:**

Studentul/absolventul explică și interpretează concepte generale, principii și metode fundamentale din domeniul motricității umane, al organizării și conducerii activității specifice domeniului, în contexte formative, educative, competiționale, terapeutice și organizaționale.

Studentul/absolventul explică și aplică creativ achizițiile teoretice și practice din domeniul educației fizice și sportului școlar, adaptând și particularizând intervențiile specifice.

Studentul/absolventul cunoaște metode moderne de evaluare formativă și sumativă.

Studentul/absolventul înțelege indicatorii de progres cognitiv, motric și comportamental.

8.2 Aptitudini:

Studentul/absolventul interpretează sensurile principale ale conceptelor de bază din teoria, metodică și practica educației fizice și sportului școlar.

Studentul/absolventul colectează, selectează și prelucerează date relevante pentru interpretarea rezultatelor teoretice și experimentale

Studentul/absolventul proiectează, planifică și evaluează programe formative, educative, precum și strategii de dezvoltare organizațională.

Studentul/absolventul organizează și conduce activități specifice domeniului pentru diverse categorii de beneficiari.

Studentul/absolventul elaborează și aplică instrumente complexe de evaluare.

Studentul/absolventul utilizează datele obținute pentru reconfigurarea instruirii.

8.3 Responsabilitate și autonomie:

Studentul/absolventul argumentează autonom și responsabil aplicarea cunoștințelor teoretice și practice.

Studentul/absolventul demonstrează autonomie în analiza și caracterizarea problematicii specifice domeniului.

Studentul/absolventul realizează lucrări, rapoarte și prezentări de specialitate în format digital.

Studentul/absolventul identifică și rezolvă probleme specifice aplicând tehnici de lucru și cercetare adaptate condițiilor și scopului activităților desfășurate.

Studentul/absolventul exercită diferite roluri în echipe interdisciplinare, inclusiv rolul de coordonator.

Studentul/absolventul furnizează feedback adaptat elevilor.

Studentul/absolventul comunică rezultatele evaluării în echipa educațională.

9. Competențe specifice acumulate**9.1 profesionale:**

CPDF1. Analizează și interpretează critic conceptele fundamentale, principiile și metodele specifice Științei sportului și educației fizice

CPDF2. Aplică și adaptează creativ cunoștințele teoretice și practice specifice educației fizice și sportului școlar

CPSP5. Evaluarea integrată a progresului elevilor

9.2 transversale:

-

9.3 program de studiu:**10.1 Conținutul orelor de curs, semestrul 2**

No	Tema	Metode de predare	Nr ore	Observații	Corelare cu ICS
1	Considerații generale privind măsurarea și evaluarea în activitatea motrică umană. Aspecte teoretice referitoare la metrologie și docimologie. Particularități specifice a activității motrice	prelegere, prezentare ppt, materiale multimedia	2	-	-
2	Măsurarea în activitățile motrice. Elemente, componente, funcții, rezultate, erori, tipuri și scale de măsurare.	prelegere, prezentare ppt, materiale multimedia	2	-	-
3	Instrumente de măsurare și de evaluare în activitățile motrice. Testul, chestionarul și utilizarea computerului în activitățile de măsurare	prelegere, prezentare ppt, materiale multimedia	2	-	-
4	Tipuri de evaluare. Relația dintre evaluare și obiective în activitățile motrice Relația dintre măsurare, apreciere și evaluare.	prelegere, prezentare ppt, materiale multimedia	2	-	-
5	Analiza sistemelor de evaluare utilizate în educația fizică școlară.	prelegere, prezentare ppt, materiale multimedia	2	-	-
6	Aspecte teoretico-metodologice specifice evaluării deprinderilor și priceperilor motrice în educația fizică școlară.	prelegere, prezentare ppt, materiale multimedia	2	-	-
7	Evaluarea inițială, continuă și formativă. Obiective generale și specifice. Aspecte cu caracter formativ. Evaluarea în	prelegere, prezentare ppt,	2	-	-

jocurile sportive	materiale multimedia			
-------------------	----------------------	--	--	--

Bibliografie

1. Bădău, A., & Bădău, D. (2021). Evaluări cantitative și calitative în activitățile motrice. Note de curs, University Press, Târgu Mureș. Arhiva
2. Bădău, D., & Bădău, A. (2022). Optimizing reaction time in relation to manual and foot laterality in children using the Fitlight technological systems. *Sensors*, 22(22), 8785. DOI: 10.3390/s22228785. Este foarte potrivit pentru evaluarea motrică obiectivă și utilizarea testelor instrumentale. PubMed
3. Kyrychenko, V., Deak, G.-F., Pop, N. H., Gomboș, L., Andrieieva, O., & Khrypko, I. (2023). Comparative analysis of physical fitness of physical education major Romanian and Ukrainian students. *Studia Universitatis Babeș-Bolyai Educatio Artis Gymnasticae*, 68(3), 5–19. DOI: 10.24193/subbeag.68(3).19. Studia Universitatis Babeș-Bolyai
4. Geantă, V. A., Ardelean, V. P., Dulceanu, C., Bulzan, C., Forț, P. R., Katanic, B., et al. (2025). Health-related physical fitness of Romanian university students: The European Fitness Badge approach. *Healthcare*, 13(16), 1966. DOI: 10.3390/healthcare13161966. Foarte bună pentru evaluarea standardizată a rezistenței, forței, flexibilității și coordonării. MDPI
5. Wen, X., Silva, R. M., Xu, Q., González-Fernández, F. T., Silva, A. F., Badicu, G., Guo, X., & Clemente, F. M. (2024). Current practices in physical fitness assessment and monitoring among coaches of individual and team sports: A survey in Portugal, Spain, and Romania. *Biology of Sport*, 41(4), 219–230. DOI: 10.5114/biolsport.2024.139074.
- Williams, S. M., & Lacy, A. C. (2026). *Measurement and Evaluation in Physical Education and Exercise Science* (9th ed.). Routledge. Aș pune-o neapărat: este practic exact pe profilul disciplinei și este ediția actualizată din 2026. Routledge
7. Morrow, J. R., Mood, D. P., Zhu, W., & Kang, M. (2022). *Measurement and Evaluation in Human Performance* (6th ed.). Human Kinetics. Acoperă validitate, fidelitate, măsurare, analiză cantitativă și interpretarea datelor în activitatea motrică. Google Books
8. Richards, K. A., Hemphill, M. A., & Wright, P. M. (2024). *Qualitative Research and Evaluation in Physical Education and Sport Pedagogy*. Jones & Bartlett Learning. Este foarte utilă deoarece completează partea calitativă: observație, interviu, analiză calitativă, proiectarea evaluării și interpretarea datelor. Illinois Experts
9. Thomas, J. R., Martin, P., Etnier, J. L., & Silverman, S. J. (2022). *Research Methods in Physical Activity* (8th ed.). Human Kinetics. Include metode cantitative, calitative și mixte, măsurare, statistică și designul cercetării în activitate fizică. Human Kinetics
10. Burton, A. M., Cowburn, I., Thompson, F., et al. (2023). Associations between motor competence and physical activity, physical fitness and psychosocial characteristics in adolescents: A systematic review and meta-analysis. *Sports Medicine*, 53, 2191–2256. DOI: 10.1007/s40279-023-01886-1. Este utilă mai ales pentru alegerea și interpretarea instrumentelor de evaluare a competenței motrice. Springer
11. Ortega, F. B., Zhang, K., Cadenas-Sanchez, C., et al. (2025). The Youth Fitness International Test (YFIT) battery for monitoring and surveillance among children and adolescents: A modified Delphi consensus project with 169 experts from 50 countries and territories. *Journal of Sport and Health Science*, 14, 101012. DOI: 10.1016/j.jshs.2024.101012. Este una dintre cele mai actuale surse pentru standardizarea evaluării condiției fizice.

10.2 Conținutul orelor de lucrări, semestrul 2

No	Tema	Metode de predare	Nr ore	Observații	Corelare cu ICS
1	Selectarea și aplicarea testelor pentru evaluarea capacităților motrice	explicația, demonstrația, exercițiul practic, observația sistematică	2	-	-
2	Evaluarea forței, vitezei, rezistenței și mobilității	explicația, demonstrația, exercițiul practic, observația sistematică	2	-	-
3	Evaluarea coordonării, echilibrului și îndemânării	explicația, demonstrația, exercițiul practic, observația sistematică	2	-	-
4	Înregistrarea, prelucrarea și interpretarea rezultatelor evaluărilor motrice	explicația, demonstrația, exercițiul practic, observația sistematică	2	-	-
5	Utilizarea scalelor, grilelor și fișelor de observație în evaluarea calitativă	explicația, demonstrația, exercițiul practic, observația sistematică	2	-	-
6	Analiza comparativă a rezultatelor și raportarea la criterii și bareme	explicația, demonstrația, exercițiul practic, observația sistematică	2	-	-
7	Realizarea unei evaluări integrate cantitative și calitative a activității motrice	explicația, demonstrația, exercițiul practic, observația sistematică	2	-	-

Bibliografie

1. Bădău, A., & Bădău, D. (2021). Evaluări cantitative și calitative în activitățile motrice. Note de curs, University Press, Târgu Mureș. Arhiva
2. Bădău, D., & Bădău, A. (2022). Optimizing reaction time in relation to manual and foot laterality in children using the Fitlight technological systems. *Sensors*, 22(22), 8785. DOI: 10.3390/s22228785. Este foarte potrivit pentru evaluarea motrică obiectivă și utilizarea testelor instrumentale. PubMed
3. Kyrychenko, V., Deak, G.-F., Pop, N. H., Gomboș, L., Andrieieva, O., & Khrypko, I. (2023). Comparative analysis of physical fitness of physical education major Romanian and Ukrainian students. *Studia Universitatis Babeș-Bolyai Educatio Artis Gymnasticae*, 68(3), 5–19. DOI: 10.24193/subbeag.68(3).19. Studia Universitatis Babeș-Bolyai
4. Geantă, V. A., Ardelean, V. P., Dulceanu, C., Bulzan, C., Forț, P. R., Katanic, B., et al. (2025). Health-related physical fitness of Romanian university students: The European Fitness Badge approach. *Healthcare*, 13(16), 1966. DOI: 10.3390/healthcare13161966. Foarte bună pentru evaluarea standardizată a rezistenței, forței, flexibilității și coordonării. MDPI
5. Wen, X., Silva, R. M., Xu, Q., González-Fernández, F. T., Silva, A. F., Badicu, G., Guo, X., & Clemente, F. M. (2024). Current practices in physical fitness assessment and monitoring among coaches of individual and team

sports: A survey in Portugal, Spain, and Romania. *Biology of Sport*, 41(4), 219–230. DOI: 10.5114/biolSport.2024.139074.

Williams, S. M., & Lacy, A. C. (2026). *Measurement and Evaluation in Physical Education and Exercise Science* (9th ed.). Routledge. Aș pune-o neapărat: este practic exact pe profilul disciplinei și este ediția actualizată din 2026. Routledge

7. Morrow, J. R., Mood, D. P., Zhu, W., & Kang, M. (2022). *Measurement and Evaluation in Human Performance* (6th ed.). Human Kinetics. Acoperă validitate, fidelitate, măsurare, analiză cantitativă și interpretarea datelor în activitatea motrică. Google Books

8. Richards, K. A., Hemphill, M. A., & Wright, P. M. (2024). *Qualitative Research and Evaluation in Physical Education and Sport Pedagogy*. Jones & Bartlett Learning. Este foarte utilă deoarece completează partea calitativă: observație, interviu, analiză calitativă, proiectarea evaluării și interpretarea datelor. Illinois Experts

9. Thomas, J. R., Martin, P., Etnier, J. L., & Silverman, S. J. (2022). *Research Methods in Physical Activity* (8th ed.). Human Kinetics. Include metode cantitative, calitative și mixte, măsurare, statistică și designul cercetării în activitate fizică. Human Kinetics

10. Burton, A. M., Cowburn, I., Thompson, F., et al. (2023). Associations between motor competence and physical activity, physical fitness and psychosocial characteristics in adolescents: A systematic review and meta-analysis. *Sports Medicine*, 53, 2191–2256. DOI: 10.1007/s40279-023-01886-1. Este utilă mai ales pentru alegerea și interpretarea instrumentelor de evaluare a competenței motrice. Springer

11. Ortega, F. B., Zhang, K., Cadenas-Sanchez, C., et al. (2025). The Youth Fitness International Test (YFIT) battery for monitoring and surveillance among children and adolescents: A modified Delphi consensus project with 169 experts from 50 countries and territories. *Journal of Sport and Health Science*, 14, 101012. DOI: 10.1016/j.jshs.2024.101012. Este una dintre cele mai actuale surse pentru standardizarea evaluării condiției fizice.

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

Valorificare teoriilor, metodologiilor și practicilor asimilate în rezolvarea unor situații teoretico- practice educationale prin abordări interdisciplinare.

Utilizarea unui limbaj de specialitate în comunicarea cu medii profesionale diferite, cu specialiștii domeniului și din domeniile conexe.

Aplicarea teoriilor și practicilor asimilate în conceperea și elaborarea de proiecte educationale și de cercetare specifice educație fizice și sportului și interdisciplinare.

Consilierea, orientarea și medierea elevilor în vederea integrării socio-psiho-pedagogice.

12. Evaluare

Tip activitate	Criterii de evaluare	Metode de evaluare	Pondere din nota finală
Evaluare pe parcursul semestrului			
- în timpul activității practice	-	-	0
- la curs	Evaluare teoretică pe parcurs în conformitate cu specificul disciplinei. Nota minimă de promovare este 5.	Teste redactionale, Quiz-uri	20
Evaluare finală			
- examen practic final	Evaluarea activităților practice - realizarea unui portofoliu cu aplicațiile practice specifice disciplinei. Nota minimă de promovare este 5.	Probe practico-metodice.	30
- examen teoretic final	Examen redactional - rezolvarea de subiecte din tematica disciplinei. Nota minimă de promovare este 5.	Test scris/grila	50
Standard minim de performanță: Evaluarea teoretică - obținerea notei minime 5. Evaluarea practică - obținerea notei minime 5			

13. Orar consultații studenți

Conf dr Făgăraș Pia-Simona	30 de minute după fiecare lucrare practică
----------------------------	--

Director departament

Titular(i) curs

Titular(i) aplicații practice



MINISTERUL EDUCAȚIEI ȘI CERCETĂRII
ROMÂNIA
UNIVERSITATEA DE MEDICINĂ,
FARMACIE, ȘTIINȚE ȘI TEHNOLOGIE
„GEORGE EMIL PALADE”
DIN TÂRGU MUREȘ

Fișa disciplinei

an academic: 2027 - 2028

1. Date despre program

1.1 Instituția de învățământ superior: Universitatea de Medicină, Farmacie, Științe și Tehnologie 'George Emil Palade' din Târgu Mureș
1.2 Facultatea de: Științe și Litere 'Petru Maior'
1.3 Departamentul: SL2 - Științe sociale și sportive
1.4 Domeniul de studii: Știința sportului și educației fizice
1.5 Ciclul de studii: master
1.6 Programul de studii: Educație fizică și consiliere sportivă

2. Date despre disciplină

2.1 Denumirea disciplinei: Comunicare și relaționare în sport				
2.2 Titularul activităților de curs: Conf dr Turcanu Florin				
2.3 Titularul activităților practice: Lect. dr. Dana Turcanu				
2.4 Anul de studii: II	2.5 Semestrul: 2	2.6 Tipul de evaluare: E	2.7 Regimul disciplinei	categoria formativă: DS statut: Obl

3. Timpul total estimat (ore pe semestru activități didactice)

3.1 Număr de ore pe săptămână: 4	3.2 din care curs: 2	3.3 activități practice: 2
3.4 Total ore din planul de învățământ: 28	3.5 din care curs: 14	3.6 activități practice: 14
3.7 Distribuția fondului de timp pe semestru		
- studiu după manual, suport de curs, bibliografie și notițe		30
- documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren		30
- pregătire seminarii / laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri		20
- tutorial		0
- examinări		2
- alte activități		20
3.8 Total ore de studiu individual		102
3.9 Total ore pe semestru		130
3.10 Număr de credite		5

4. Precondiții (acolo unde este cazul)

4.1 de curriculum: Elaborare de instrumente curriculare (cărți de specialitate, note de curs, caiete și îndrumare de lucrări practice, ghiduri metodologice etc.). Sinteze și selecții bibliografice în specialitatea disciplinei (obligatorii și facultative). Fișa disciplinei Suporturi digitale, instrumente e-learning și multimedia Link-uri spre open sources sau alte resurse web în domeniu.
4.2 de competențe: Pentru disciplinele teoretico-practice, în principiu, vor avea ca precondiție specializarea respectivă a cadrului didactic. În situația în care nu există cadre didactice cu specializarea în disciplina respectivă, ele vor fi predate de cadre didactice care au în foaia matricolă / suplimentul la diplomă promovarea prin examen a disciplinei predate. Competențe de predare dobândite în cariera didactică proprie, prin experiența acumulată și prin elaborarea unor suporturi curriculare personale. Toate cadrele didactice, titulare de curs, trebuie să dețină titlul științific de doctor.

5. Condiții de desfășurare

5.1 a cursului: Sală de curs cu sistem de proiecție.
5.2 a activităților practice: Sală de curs cu sistem de proiecție, sală de sport cu tribune.

6. Corelarea disciplinei cu recomandările ESCO (European Skills, Competences, Qualifications and Occupations)

Disciplina Comunicarea în Educația fizică contribuie la dezvoltarea competențelor ESCO din aria competențelor profesionale (gândirea analitică, aplicarea strategiilor didactice, dobândirea de cunoștințe, formarea de abilități) și a competențelor transversale (comunicare profesională, lucru în echipă, profesionalism), prin activități de predare și aplicative specifice domeniului Știința sportului.

7. Obiectivele disciplinei

7.1 Obiectivul general: Cursul vizează transmiterea conceptelor, principiilor, metodelor și mijloacelor de comunicare în educație fizică și sportivă specifică învățământului liceal.
--

7.2 Obiective specifice:

Extinderea posibilităților de interpretare și integrare a cunoștințelor teoretice în activitățile fizice. Generalizarea și sinteza conceptelor și valorilor teoretice specifice educației fizice și sportului în învățământul liceal

8. Rezultatele învățării**8.1 Cunoștințe:**

Studentul/absolventul explică și interpretează concepte generale, principii și metode fundamentale din domeniul motricității umane, al organizării și conducerii activității specifice domeniului, în contexte formative, educative, competiționale, terapeutice și organizaționale.

Studentul/absolventul explică și aplică creativ achizițiile teoretice și practice din domeniul educației fizice și sportului școlar, adaptând și particularizând intervențiile specifice.

Studentul/absolventul cunoaște tehnici de comunicare didactică și evaluare formativă.

Studentul/absolventul înțelege rolul feedback-ului în sprijinirea dezvoltării personale și profesionale.

8.2 Aptitudini:

Studentul/absolventul interpretează sensurile principale ale conceptelor de bază din teoria, metodică și practica educației fizice și sportului școlar.

Studentul/absolventul colectează, selectează și prelucrează date relevante pentru interpretarea rezultatelor teoretice și experimentale

Studentul/absolventul proiectează, planifică și evaluează programe formative, educative, precum și strategii de dezvoltare organizațională.

Studentul/absolventul organizează și conduce activități specifice domeniului pentru diverse categorii de beneficiari.

Studentul/absolventul formulează recomandări relevante și argumentate pentru progresul educațional.

Studentul/absolventul susține reflecția și învățarea autonomă.

Studentul/absolventul adaptează comunicarea în funcție de interlocutor.

8.3 Responsabilitate și autonomie:

Studentul/absolventul argumentează autonom și responsabil aplicarea cunoștințelor teoretice și practice.

Studentul/absolventul demonstrează autonomie în analiza și caracterizarea problematicei specifice domeniului.

Studentul/absolventul realizează lucrări, rapoarte și prezentări de specialitate în format digital.

Studentul/absolventul identifică și rezolvă probleme specifice aplicând tehnici de lucru și cercetare adaptate condițiilor și scopului activităților desfășurate.

Studentul/absolventul exercită diferite roluri în echipe interdisciplinare, inclusiv rolul de coordonator.

Studentul/absolventul contribuie activ la motivarea colegilor și a elevilor.

Studentul/absolventul integrează în activitatea proprie feedback-ul primit.

9. Competențe specifice acumulate**9.1 profesionale:**

CPDF1. Analizează și interpretează critic conceptele fundamentale, principiile și metodele specifice Științei sportului și educației fizice

CPDF2. Aplică și adaptează creativ cunoștințele teoretice și practice specifice educației fizice și sportului școlar

9.2 transversale:

CT2. Oferă feedback constructiv și susține învățarea continuă

9.3 program de studiu:**10.1 Conținutul orelor de curs, semestrul 2**

No	Tema	Metode de predare	Nr ore	Observații	Corelare cu ICS
1	Comunicarea in educatia fizica si sport – delimitari conceptuale, caracteristici, roluri, etape, nivele de comunicare , decalogul comunicarii	Prelegerea, prezentarea powerpoint, prezentari multimedia	2	-	-
2	Particularitatile si formele comunicarii in educatia fizica si sport	Prelegerea, prezentarea powerpoint, prezentari multimedia	2	-	-
3	Componentele comunicarii verbale, paraverbale si nonverbale	Prelegerea, prezentarea powerpoint, prezentari multimedia	2	-	-
4	Bariere de comunicare si modalitati de evitare a acestora	Prelegerea, prezentarea powerpoint, prezentari multimedia	2	-	-
5	Stiluri de comunicare, conditii de comunicare verbala eficienta	Prelegerea, prezentarea powerpoint, prezentari multimedia	2	-	-
6	Instrumentele comunicarii, particularitatile comunicarii si factori determinati in comunicare	Prelegerea, prezentarea powerpoint, prezentari multimedia	2	-	-
7	Elemente ale limbajului corpului si zonele personale ale comunicarii	Prelegerea, prezentarea powerpoint, prezentari multimedia	2	-	-

Bibliografie

1. Pop, C. L., & Filip, C. (2025). Multimodal communication in physical education classes. Pedagogy/Pedagogika, 97(5), 644–652. <https://doi.org/10.53656/ped2025-5.04>

2. Frunză, G. (2014). Communicative competence of physical education teacher – A decisive factor of professional success. The Annals of the “Ștefan cel Mare” University of Suceava, Physical Education and Sport Section, 7(1), 52–60.

3. Grosu, B.-M. (2013). Preliminary study on improving the relationship between teacher and student in physical education and sports at high school. Annals of "Dunarea de Jos" University of Galati, Fascicle XV, Physical Education and Sport Management, 2, 55–61. GUP Ugal
4. Gidei, M. (2019). Training and development of communication skills to future specialists in physical education and sports. Annals of "Dunarea de Jos" University of Galati, Fascicle XV, Physical Education and Sport Management. <https://doi.org/10.35219/efms.2019.2.05>
5. Moreno-Casado, H., Leo, F. M., López-Gajardo, M. A., García-Calvo, T., & Pulido, J. J. (2023). Teachers' verbal and nonverbal communication, students' psychological needs, and positive and negative outcomes in physical education. Journal of Sport & Exercise Psychology, 45(5), 269–278. <https://doi.org/10.1123/jsep.2022-0240>

10.2 Conținutul orelor de lucrări, semestrul 2

No	Tema	Metode de predare	Nr ore	Observații	Corelare cu ICS
1	Comunicarea specifică verigii: organizarea colectivului de elevi	demonstrații, prezentări multimedia	2	-	-
2	Comunicarea specifică verigii: pregătirea organismului pentru efort	demonstrații, prezentări multimedia	2	-	-
3	Comunicarea specifică verigii: influențarea selectivă a marilor funcțiuni	demonstrații, prezentări multimedia	2	-	-
4	Comunicarea specifică verigii: dezvoltarea CM îndemânarea	demonstrații, prezentări multimedia	2	-	-
5	Comunicarea specifică verigii: dezvoltarea CM viteza	demonstrații, prezentări multimedia	2	-	-
6	Comunicarea specifică verigii: dezvoltarea CM forța	demonstrații, prezentări multimedia	2	-	-
7	Comunicarea specifică verigii: dezvoltarea CM rezistența	demonstrații, prezentări multimedia	2	-	-

Bibliografie

1. Pop, C. L., & Filip, C. (2025). Multimodal communication in physical education classes. Pedagogy/Pedagogika, 97(5), 644–652. <https://doi.org/10.53656/ped2025-5.04>
2. Frunză, G. (2014). Communicative competence of physical education teacher – A decisive factor of professional success. The Annals of the "Ștefan cel Mare" University of Suceava, Physical Education and Sport Section, 7(1), 52–60.
3. Grosu, B.-M. (2013). Preliminary study on improving the relationship between teacher and student in physical education and sports at high school. Annals of "Dunarea de Jos" University of Galati, Fascicle XV, Physical Education and Sport Management, 2, 55–61. GUP Ugal
4. Gidei, M. (2019). Training and development of communication skills to future specialists in physical education and sports. Annals of "Dunarea de Jos" University of Galati, Fascicle XV, Physical Education and Sport Management. <https://doi.org/10.35219/efms.2019.2.05>
5. Moreno-Casado, H., Leo, F. M., López-Gajardo, M. A., García-Calvo, T., & Pulido, J. J. (2023). Teachers' verbal and nonverbal communication, students' psychological needs, and positive and negative outcomes in physical education. Journal of Sport & Exercise Psychology, 45(5), 269–278. <https://doi.org/10.1123/jsep.2022-0240>

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

Disciplina Comunicarea în Educația fizică contribuie la dezvoltarea competențelor ESCO din aria competențelor profesionale (gândirea analitică, aplicarea strategiilor didactice, dobândirea de cunoștințe, formarea de abilități) și a competențelor transversale (comunicare profesională, lucru în echipă, profesionalism), prin activități de predare și aplicative specifice domeniului Știința sportului.

12. Evaluare

Tip activitate	Criterii de evaluare	Metode de evaluare	Pondere din nota finală
Evaluare pe parcursul semestrului			
- în timpul activității practice	Evaluarea abilităților practico-metodice specifice disciplinei	Testare teoretică și practică	20
- la curs	Evaluarea cunoștințelor teoretice specifice disciplinei	Referate	10
Evaluare finală			
- examen practic final	Formele principale de evaluare - evaluare practico-metodica, prezentări power-point pe tematica specifică.	Susținerea unor secvențe de lecție din tematica disciplinei. Evaluarea portofoliului. Note de la 1 la 10.	20
- examen teoretic final	Proba de verificare va fi cea scrisă, pe baza rezolvării unor subiecte, având ca scop verificarea cunoștințelor acumulate pe parcursul semestrului. Portofoliu pe tematica disciplinei.	Lucrare scrisă. Notarea va fi de la 1 la 10. Se acordă un punct din oficiu. Prezența la cursuri va fi în conformitate cu Regulamentul didactic.	50
Standard minim de performanță: Evaluarea cu calificativ minim promovabil a nivelului de cunoștințe, competențe profesionale și abilități practice, care să îi permită masterandului, viitor specialist, să integreze aceste cunoștințe în portofoliul profesional personal, cu efecte benefice asupra componentei practico aplicative, specifică profesiei.			

13. Orar consultații studenți

Conf dr Țurcanu Florin	Luni 10-12
------------------------	------------

Director departament

Titular(i) curs

Titular(i) aplicații practice



MINISTERUL EDUCAȚIEI ȘI CERCETĂRII
ROMÂNIA
UNIVERSITATEA DE MEDICINĂ,
FARMACIE, ȘTIINȚE ȘI TEHNOLOGIE
„GEORGE EMIL PALADE”
DIN TÂRGU MUREȘ

Fișa disciplinei

an academic: 2027 - 2028

1. Date despre program

1.1 Instituția de învățământ superior: Universitatea de Medicină, Farmacie, Științe și Tehnologie 'George Emil Palade' din Târgu Mureș
1.2 Facultatea de: Științe și Litere 'Petru Maior'
1.3 Departamentul: M2 - Științe funcționale complementare
1.4 Domeniul de studii: Știința sportului și educației fizice
1.5 Ciclul de studii: master
1.6 Programul de studii: Educație fizică și consiliere sportivă

2. Date despre disciplină

2.1 Denumirea disciplinei: Elemente de kinetoterapie aplicată în consilierea sportivă				
2.2 Titularul activităților de curs: Conf dr Făgăraș Pia-Simona				
2.3 Titularul activităților practice: Conf. dr. Făgăraș Pia-Simona				
2.4 Anul de studii: II	2.5 Semestrul: 2	2.6 Tipul de evaluare: E	2.7 Regimul disciplinei	categoria formativă: DC statut: Obl

3. Timpul total estimat (ore pe semestru activități didactice)

3.1 Număr de ore pe săptămână: 4	3.2 din care curs: 2	3.3 activități practice: 2
3.4 Total ore din planul de învățământ: 28	3.5 din care curs: 14	3.6 activități practice: 14
3.7 Distribuția fondului de timp pe semestru		
- studiu după manual, suport de curs, bibliografie și notițe		20
- documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren		20
- pregătire seminarii / laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri		20
- tutorial		0
- examinări		6
- alte activități		10
3.8 Total ore de studiu individual		76
3.9 Total ore pe semestru		104
3.10 Număr de credite		4

4. Precondiții (acolo unde este cazul)

4.1 de curriculum: Elaborare de instrumente curriculare (cărți de specialitate, note de curs, caiete și îndrumare de lucrări practice, ghiduri metodologice etc.). Sinteze și selecții bibliografice în specialitatea disciplinei (obligatorii și facultative). Fișa disciplinei Suporturi digitale, instrumente e-learning și multimedia Link-uri spre open sources sau alte resurse web în domeniu.
4.2 de competențe: Pentru disciplinele teoretico-practice, în principiu, vor avea ca precondiție specializarea respectivă a cadrului didactic. În situația în care nu există cadre didactice cu specializarea în disciplina respectivă, ele vor fi predate de cadre didactice care au în foaia matricolă / suplimentul la diplomă promovarea prin examen a disciplinei predate sau echivalentul acesteia. Competențe de predare dobândite în cariera didactică proprie, prin experiența acumulată și prin elaborarea unor instrumente curriculare personale. Toate cadrele didactice, titulare de curs, trebuie să dețină titlul științific de doctor.

5. Condiții de desfășurare

5.1 a cursului: Sală de curs dotată cu videoproiector.
5.2 a activităților practice: Sală de gimnastică cu materiale specifice

6. Corelarea disciplinei cu recomandările ESCO (European Skills, Competences, Qualifications and Occupations)

Disciplina contribuie la dezvoltarea competențelor privind evaluarea funcțională de bază, aplicarea principiilor de kinetoterapie în activitățile fizice și sportive, prevenirea accidentărilor, susținerea recuperării funcționale și adaptarea exercițiilor la particularitățile individuale, precum și colaborarea interdisciplinară cu specialiștii din domeniul sănătății și sportului.
--

7. Obiectivele disciplinei

7.1 Obiectivul general:

Dobândirea cunoștințelor și deprinderilor necesare integrării principiilor de bază ale kinetoterapiei în consilierea sportivă, pentru promovarea mișcării corecte, prevenirea accidentărilor și susținerea participării în siguranță la activități fizice, în limitele competențelor profesionale.

7.2 Obiective specifice:

- Explicarea principiilor kinetoterapiei și a relevanței acestora pentru activitățile fizice și sportive.
- Identificarea factorilor posturali și funcționali care pot influența practicarea exercițiului fizic.
- Aplicarea exercițiilor de bază pentru mobilitate, stabilitate, coordonare și control postural, în scop preventiv.
- Adaptarea recomandărilor privind activitatea fizică la particularitățile individuale și la indicațiile specialiștilor.
- Recunoașterea situațiilor care necesită îndrumarea către medic sau fizioterapeut.
- Colaborarea cu specialiștii în recuperare pentru susținerea revenirii progresive la activitățile sportive.

8. Rezultatele învățării**8.1 Cunoștințe:**

Studentul/absolventul explică și interpretează concepte generale, principii și metode fundamentale din domeniul motricității umane, al organizării și conducerii activității specifice domeniului, în contexte formative, educative, competiționale, terapeutice și organizaționale.

Studentul cunoaște tehnici de consiliere utilizate în diferite medii și cu diferite grupuri și persoane, în special în ceea ce privește metodele de supraveghere și mediere în procesul de consiliere.

Studentul/absolventul explică elementele fundamentale ale psihologiei sportului relevante pentru starea de bine, motivația și dezvoltarea performanței sportivilor și practicanților activităților fizice.

Studentul/absolventul cunoaște principiile eticii sportive și ale muncii în echipă, precum și rolul motivației, feedbackului, odihnei și recuperării în dezvoltarea și menținerea performanței sportive.

Studentul/absolventul cunoaște principiile colaborării profesionale în contexte educaționale.

Studentul/absolventul înțelege dinamica relațiilor interprofesionale și rolurile în echipă.

8.2 Aptitudini:

Studentul/absolventul interpretează sensurile principale ale conceptelor de bază din teoria, metodică și practica educației fizice și sportului școlar.

Studentul/absolventul colectează, selectează și prelucerează date relevante pentru interpretarea rezultatelor teoretice și experimentale

Studentul/absolventul aplică tehnici de ascultare activă și consiliere pentru sprijinirea sportivilor și practicanților în clarificarea nevoilor, obiectivelor și deciziilor referitoare la participarea și dezvoltarea sportivă.

Studentul/absolventul analizează informațiile referitoare la condiția fizică și performanța sportivă, identifică punctele forte și aspectele care necesită îmbunătățire și oferă feedback constructiv.

Studentul/absolventul motivează sportivii și practicanții în vederea atingerii obiectivelor și depășirii nivelului actual de pregătire și înțelegere.

Studentul/absolventul personalizează recomandările și programele sportive în funcție de capacitățile, nevoile, nivelul de pregătire și obiectivele beneficiarilor.

Studentul/absolventul promovează echilibrul dintre antrenament, competiție, odihnă și recuperare și sprijină sportivii în menținerea condiției fizice.

Studentul/absolventul adaptează comunicarea și sprijinul oferit în funcție de caracteristicile diferitelor grupuri-țintă.

Studentul/absolventul participă activ în echipe educaționale și în proiecte comune.

Studentul/absolventul exprimă puncte de vedere și valorifică perspective diferite.

Studentul/absolventul mediază opinii și promovează cooperarea între colegi.

8.3 Responsabilitate și autonomie:

Studentul/absolventul argumentează autonom și responsabil aplicarea cunoștințelor teoretice și practice.

Studentul/absolventul demonstrează autonomie în analiza și caracterizarea problematicii specifice domeniului.

Studentul/absolventul realizează lucrări, rapoarte și prezentări de specialitate în format digital.

Studentul/absolventul selectează și adaptează în mod autonom modalitățile de consiliere și sprijin în funcție de nevoile, capacitățile și obiectivele sportivului sau practicanțului.

Studentul/absolventul își asumă responsabilitatea pentru oferirea unui feedback constructiv, respectuos, clar și coerent, în conformitate cu principiile eticii sportive.

Studentul/absolventul monitorizează evoluția beneficiarilor și formulează recomandări privind ajustarea activităților sportive, a obiectivelor și a raportului dintre pregătire și recuperare.

Studentul/absolventul colaborează responsabil cu antrenorii și cu membrii echipei de sprijin pentru îmbunătățirea dezvoltării și performanței sportivului.

Studentul/absolventul contribuie la luarea deciziilor în echipe multidisciplinare.

Studentul/absolventul respectă responsabilitățile asumate în cadrul colaborărilor.

9. Competențe specifice acumulate**9.1 profesionale:**

CPDF1. Analizează și interpretează critic conceptele fundamentale, principiile și metodele specifice Științei sportului și educației fizice

CPSP3. Oferirea consilierii sportive și a sprijinului individualizat

9.2 transversale:

CT1. Colaborează eficient în echipe multidisciplinare

9.3 program de studiu:**10.1 Conținutul orelor de curs, semestrul 2**

No	Tema	Metode de predare	Nr ore	Observații	Corelare cu ICS
1	Fundamentele kinetoterapiei și rolul acesteia în consilierea sportivă	prelegerea, explicația, conversația euristică, problematizarea, studiul de caz, prezentarea multimedia, dezbaterea	2	-	-
2	Principii de evaluare funcțională și identificarea dezechilibrelor musculo-scheletale	prelegerea, explicația, conversația euristică, problematizarea, studiul de caz, prezentarea multimedia, dezbaterea	2	-	-

3	Bazele exercițiului terapeutic: mobilitate, flexibilitate, forță și stabilitate	prelegerea, explicația, conversația euristică, problematizarea, studiul de caz, prezentarea multimedia, dezbaterea	2	-	-
4	Prevenirea accidentărilor în activitățile fizice și sportive	prelegerea, explicația, conversația euristică, problematizarea, studiul de caz, prezentarea multimedia, dezbaterea	2	-	-
5	Principii de recuperare funcțională după traumatismele sportive frecvente	prelegerea, explicația, conversația euristică, problematizarea, studiul de caz, prezentarea multimedia, dezbaterea	2	-	-
6	Reeducarea posturală și managementul dezechilibrelor musculare	prelegerea, explicația, conversația euristică, problematizarea, studiul de caz, prezentarea multimedia, dezbaterea	2	-	-
7	1. Adaptarea programelor de exerciții și colaborarea interdisciplinară în consilierea sportivă	prelegerea, explicația, conversația euristică, problematizarea, studiul de caz, prezentarea multimedia, dezbaterea	2	-	-

Bibliografie
1. Balint, N. T. (2024). Kinetoprofilaxie. Ediția a II-a, revizuită și adăugită. Editura Alma Mater, Bacău. Editura Alma Mater
2. Popescu, A., & Niculescu, B. (2026). Intervenția kinetoterapeutică în recuperarea funcțională: teorie aplicată și practică clinică. Editura Universitaria. Editura Universitaria
3. Kisner, C., Borstad, J., & Colby, L. A. (2023). Therapeutic Exercise: Foundations and Techniques. 8th ed. F.A. Davis Company. Google Books
4. Brukner, P., & Khan, K. (2024). Clinical Sports Medicine: Foundations of Clinical Practice. 6th ed. McGraw-Hill Education. Google Books
5. Fulk, G. D., & Chui, K. K. (Eds.). (2024). O'Sullivan & Schmitz's Physical Rehabilitation. 8th ed. F.A. Davis Company. Google Books
6. Magee, D. J., & Manske, R. C. (2021). Orthopedic Physical Assessment. 7th ed. Elsevier. Elsevier Shop
7. Prentice, W. E. (2020). Rehabilitation Techniques for Sports Medicine and Athletic Training. 7th ed. Routledge. Routledge Resource Centre
8. American College of Sports Medicine. (2025). ACSM's Guidelines for Exercise Testing and Prescription. 12th ed. Wolters Kluwer. LWW Official Store

10.2 Conținutul orelor de lucrări, semestrul 2

No	Tema	Metode de predare	Nr ore	Observații	Corelare cu ICS
1	Evaluarea posturii și a alinamentului corporal	demonstrația, explicația, exercițiul practic,	2	-	-
2	Evaluarea mobilității articulare și a flexibilității musculare	demonstrația, explicația, exercițiul practic,	2	-	-
3	Evaluarea forței musculare și a stabilității segmentare	demonstrația, explicația, exercițiul practic,	2	-	-
4	Exerciții kinetoterapeutice pentru mobilitate și flexibilitate	demonstrația, explicația, exercițiul practic,	2	-	-
5	Exerciții pentru stabilizare, control neuromuscular și corectarea dezechilibrelor musculare	demonstrația, explicația, exercițiul practic,	2	-	-
6	Programe practice de prevenire a accidentărilor în activitatea sportivă	demonstrația, explicația, exercițiul practic,	2	-	-
7	1. Elaborarea și aplicarea unui program individualizat de exerciții cu caracter recuperator și preventiv	demonstrația, explicația, exercițiul practic,	2	-	-

Bibliografie
1. Balint, N. T. (2024). Kinetoprofilaxie. Ediția a II-a, revizuită și adăugită. Editura Alma Mater, Bacău. Editura Alma Mater
2. Popescu, A., & Niculescu, B. (2026). Intervenția kinetoterapeutică în recuperarea funcțională: teorie aplicată și practică clinică. Editura Universitaria. Editura Universitaria
3. Kisner, C., Borstad, J., & Colby, L. A. (2023). Therapeutic Exercise: Foundations and Techniques. 8th ed. F.A. Davis Company. Google Books
4. Brukner, P., & Khan, K. (2024). Clinical Sports Medicine: Foundations of Clinical Practice. 6th ed. McGraw-Hill Education. Google Books
5. Fulk, G. D., & Chui, K. K. (Eds.). (2024). O'Sullivan & Schmitz's Physical Rehabilitation. 8th ed. F.A. Davis Company. Google Books
6. Magee, D. J., & Manske, R. C. (2021). Orthopedic Physical Assessment. 7th ed. Elsevier. Elsevier Shop
7. Prentice, W. E. (2020). Rehabilitation Techniques for Sports Medicine and Athletic Training. 7th ed. Routledge. Routledge Resource Centre
8. American College of Sports Medicine. (2025). ACSM's Guidelines for Exercise Testing and Prescription. 12th ed. Wolters Kluwer. LWW Official Store

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

Conținuturile disciplinei sunt corelate cu cerințele actuale ale mediului profesional din domeniul activităților fizice și sportive, prin dezvoltarea competențelor privind prevenirea accidentărilor, evaluarea funcțională de bază, aplicarea exercițiilor cu caracter recuperator și adaptarea activității fizice la particularitățile individuale, în concordanță cu nevoile exprimate de angajatori, specialiști și organizații profesionale din domeniu.

12. Evaluare

Tip activitate	Criterii de evaluare	Metode de evaluare	Pondere din nota
----------------	----------------------	--------------------	------------------

			finală
Evaluare pe parcursul semestrului			
- în timpul activității practice	Participarea activă; corectitudinea executării exercițiilor și tehnicilor; capacitatea de evaluare funcțională și de selectare a exercițiilor adecvate situației prezentate.	Observarea sistematică a activității practice, evaluarea execuțiilor și rezolvarea unor sarcini/studii de caz practice.	20
- la curs	Participarea activă și însușirea progresivă a noțiunilor teoretice prezentate.	Evaluare formativă prin întrebări, discuții și feedback pe parcursul activităților de curs.	10
Evaluare finală			
- examen practic final	Capacitatea de realizare a unei evaluări funcționale de bază, selectarea și demonstrarea corectă a exercițiilor kinetoterapeutice și adaptarea acestora la cazul prezentat.	Probă practică individuală: demonstrarea și aplicarea unor exerciții/tehnici kinetoterapeutice pe baza unei situații date.	20
- examen teoretic final	Cunoașterea și înțelegerea conceptelor fundamentale de kinetoterapie; capacitatea de explicare și aplicare a principiilor de prevenire, evaluare funcțională și recuperare în context sportiv.	Examen scris – itemi obiectivi și/sau întrebări cu răspuns deschis.	50
Standard minim de performanță: Însușirea noțiunilor fundamentale de kinetoterapie și capacitatea de aplicare corectă a acestora în contexte de consiliere sportivă; identificarea principalelor dezechilibre funcționale și selectarea unor exerciții adecvate pentru prevenire și recuperare; demonstrarea corectă și în condiții de siguranță a exercițiilor kinetoterapeutice de bază. Pentru promovarea disciplinei este necesară obținerea notei finale minimum 5.			

13. Orar consultații studenți

Conf dr Făgăraș Pia-Simona	30 de minute după fiecare lucrare practică
----------------------------	--

Director departament

Titular(i) curs

Titular(i) aplicații practice



MINISTERUL EDUCAȚIEI ȘI CERCETĂRII
ROMÂNIA
UNIVERSITATEA DE MEDICINĂ,
FARMACIE, ȘTIINȚE ȘI TEHNOLOGIE
„GEORGE EMIL PALADE”
DIN TÂRGU MUREȘ

Fișa disciplinei

an academic: 2027 - 2028

1. Date despre program

1.1 Instituția de învățământ superior: Universitatea de Medicină, Farmacie, Științe și Tehnologie 'George Emil Palade' din Târgu Mureș
1.2 Facultatea de: Științe și Litere 'Petru Maior'
1.3 Departamentul: SL2 - Științe sociale și sportive
1.4 Domeniul de studii: Știința sportului și educației fizice
1.5 Ciclul de studii: master
1.6 Programul de studii: Educație fizică și consiliere sportivă

2. Date despre disciplină

2.1 Denumirea disciplinei: Pregătirea și elaborarea lucrării de disertație				
2.2 Titularul activităților de curs: -				
2.3 Titularul activităților practice: Conf dr Turcanu Florin				
2.4 Anul de studii: II	2.5 Semestrul: 2	2.6 Tipul de evaluare: V	2.7 Regimul disciplinei	categoria formativă: DS statut: Obl

3. Timpul total estimat (ore pe semestru activități didactice)

3.1 Număr de ore pe săptămână: 8	3.2 din care curs: 8	3.3 activități practice: 8
3.4 Total ore din planul de învățământ: 56	3.5 din care curs: 0	3.6 activități practice: 56
3.7 Distribuția fondului de timp pe semestru		
- studiu după manual, suport de curs, bibliografie și notițe		16
- documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren		16
- pregătire seminarii / laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri		15
- tutorial		0
- examinări		1
- alte activități		0
3.8 Total ore de studiu individual		48
3.9 Total ore pe semestru		104
3.10 Număr de credite		4

4. Precondiții (acolo unde este cazul)

4.1 de curriculum: Elaborare de instrumente curriculare (cărți de specialitate, note de curs, caiete și îndrumare de lucrări practice, ghiduri metodologice etc.). Sinteze și selecții bibliografice în specialitatea disciplinei (obligatorii și facultative). Fișa disciplinei Suporturi digitale, instrumente e-learning și multimedia Link-uri spre open sources sau alte resurse web în domeniu.
4.2 de competențe: Pentru disciplinele teoretico-practice, în principiu, vor avea ca precondiție specializarea respectivă a cadrului didactic. În situația în care nu există cadre didactice cu specializarea în disciplina respectivă, ele vor fi predate de cadre didactice care au în foaia matricolă / suplimentul la diplomă promovarea prin examen a disciplinei predate. Competențe de predare dobândite în cariera didactică proprie, prin experiența acumulată și prin elaborarea unor suporturi curriculare personale. Toate cadrele didactice, titulare de curs, trebuie să dețină titlul științific de doctor.

5. Condiții de desfășurare

5.1 a cursului: -
5.2 a activităților practice: Explicitate în Regulamentul didactic al studenților UMFST.

6. Corelarea disciplinei cu recomandările ESCO (European Skills, Competences, Qualifications and Occupations)

Disciplina Pregătirea și elaborarea lucrării de disertație contribuie la dezvoltarea competențelor ESCO din aria competențelor profesionale (gândirea analitică, aplicarea strategiilor didactice, dobândirea de cunoștințe, formarea de abilități) și a competențelor transversale (comunicare profesională, lucru în echipă, profesionalism), prin activități de predare și aplicative specifice domeniului Știința sportului.
--

7. Obiectivele disciplinei

7.1 Obiectivul general: Însușirea noțiunilor și cunoștințelor de bază privind domeniul educației fizice și a consilierii sportive, în vederea elaborării lucrării de disertație.

7.2 Obiective specifice:

Extinderea posibilităților de concepere, organizare și desfășurare a cercetării specifice pentru elaborarea lucrării de disertație.

Extinderea cunoștințelor teoretice, a celor practice cât și a celor operaționale.

Sintetizarea conceptelor și valorilor teoretice rezultate din alte științe urmată de aplicarea lor practică.

8. Rezultatele învățării**8.1 Cunoștințe:**

Studentul/absolventul explică și interpretează concepte generale, principii și metode fundamentale din domeniul motricității umane, al organizării și conducerii activității specifice domeniului, în contexte formative, educative, competiționale, terapeutice și organizaționale.

Studentul/absolventul cunoaște metode moderne de evaluare formativă și sumativă.

Studentul/absolventul înțelege indicatorii de progres cognitiv, motric și comportamental.

Studentul/absolventul cunoaște modelele de formare profesională continuă.

Studentul/absolventul identifică nevoile de dezvoltare ale colegilor de catedră.

Studentul/absolventul cunoaște tehnici de comunicare didactică și evaluare formativă.

Studentul/absolventul înțelege rolul feedback-ului în sprijinirea dezvoltării personale și profesionale.

8.2 Aptitudini:

Studentul/absolventul interpretează sensurile principale ale conceptelor de bază din teoria, metodică și practica educației fizice și sportului școlar.

Studentul/absolventul colectează, selectează și prelucrează date relevante pentru interpretarea rezultatelor teoretice și experimentale

Studentul/absolventul elaborează și aplică instrumente complexe de evaluare.

Studentul/absolventul utilizează datele obținute pentru reconfigurarea instruirii.

Studentul/absolventul organizează workshopuri și activități de formare.

Studentul/absolventul facilitează schimbul de bune practici.

Studentul/absolventul formulează recomandări relevante și argumentate pentru progresul educațional.

Studentul/absolventul susține reflecția și învățarea autonomă.

Studentul/absolventul adaptează comunicarea în funcție de interlocutor.

8.3 Responsabilitate și autonomie:

Studentul/absolventul argumentează autonom și responsabil aplicarea cunoștințelor teoretice și practice.

Studentul/absolventul demonstrează autonomie în analiza și caracterizarea problematicii specifice domeniului.

Studentul/absolventul realizează lucrări, rapoarte și prezentări de specialitate în format digital.

Studentul/absolventul furnizează feedback adaptat elevilor.

Studentul/absolventul comunică rezultatele evaluării în echipa educațională.

Studentul/absolventul contribuie la dezvoltarea comunității profesionale.

Studentul/absolventul susține cultura reflecției și a autoevaluării.

Studentul/absolventul contribuie activ la motivarea colegilor și a elevilor.

Studentul/absolventul integrează în activitatea proprie feedback-ul primit.

9. Competențe specifice acumulate**9.1 profesionale:**

CPDF1. Analizează și interpretează critic conceptele fundamentale, principiile și metodele specifice Științei sportului și educației fizice

CPSP5. Evaluarea integrată a progresului elevilor

CPSP8. Conducerea de activități de formare continuă pentru profesori

9.2 transversale:

CT2. Oferă feedback constructiv și susține învățarea continuă

9.3 program de studiu:**10.1 Conținutul orelor de practică, semestrul 2**

No	Tema	Metode de predare	Nr ore	Observații	Corelare cu ICS
1	Alegerea materialului bibliografic specific temei alese și introducerea acestuia în partea fundamentală a lucrării de disertație.	Explicare, dezbateri, prezentări media.	6	Nu e cazul.	-
2	Elaborarea fundamentării teoretice a lucrării de disertație.	Explicare, dezbateri, prezentări media.	8	Nu e cazul.	-
3	Demers operațional metodologic al studiului preliminar	Explicare, dezbateri, prezentări media.	4	Nu e cazul.	-
4	Organizarea conținutului și desfășurarea cercetării preliminare	Explicare, dezbateri, prezentări media.	4	Nu e cazul.	-
5	Organizarea și desfășurarea cercetării de bază	Explicare, dezbateri, prezentări media.	6	Nu e cazul.	-
6	Prezentarea metodologiei experimentale aplicate în cercetarea de bază	Explicare, dezbateri, prezentări media.	6	Nu e cazul.	-
7	Rezultatele obținute în cadrul cercetării de bază	Explicare, dezbateri, prezentări media.	6	Nu e cazul.	-
8	Analiza rezultatelor obținute în cadrul cercetării de bază	Explicare, dezbateri, prezentări media.	6	Nu e cazul.	-
9	Elaborarea concluziilor și propunerilor desprinse din cercetarea de bază	Explicare, dezbateri, prezentări media.	4	Nu e cazul.	-
10	Diseminarea rezultatelor cercetării de bază	Explicare, dezbateri, prezentări media.	2	Nu e cazul.	-

11	Prezentarea lucrării de disertație în format Power Point	Explicare, dezbateri, prezentări media.	4	Nu e cazul.	-
Bibliografie 1. Adu, P., & Miles, D. A. (Eds.). (2024). Dissertation research methods: A step-by-step guide to writing up your research in the social sciences. Routledge. 2. Creswell, J. W., & Creswell, J. D. (2023). Research design: Qualitative, quantitative, and mixed methods approaches (6th ed.). SAGE Publications. 3. Cooper, H., Coutanche, M. N., McMullen, L. M., Panter, A. T., Rindskopf, D., & Sher, K. J. (Eds.). (2023). APA handbook of research methods in psychology (2nd ed., Vols. 1–3). American Psychological Association. 4. Cohen, L., Manion, L., & Morrison, K. (2018). Research methods in education (8th ed.). Routledge. 5. Tonis, R. B. M. (2024). Metodologia cercetării științifice în educație fizică și sport. Editura Economică.					

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

Valorificarea teoriilor, metodologiilor și practicilor asimilate în rezolvarea unor situații teoretico-practice educaționale prin abordări interdisciplinare. Utilizarea unui limbaj de specialitate folosind terminologia specifică domeniului studiat, în comunicarea cu medii profesionale diferite, cu specialiștii domeniului și din domeniile conexe. Aplicarea teoriilor și practicilor asimilate în conceperea și elaborarea de proiecte educaționale și de cercetare, specifice educație fizice și sportului și interdisciplinare. Consilierea, orientarea și medierea subiecților în vederea integrării socio-psiho-pedagogice.
--

12. Evaluare

Tip activitate	Criterii de evaluare	Metode de evaluare	Pondere din nota finală
Evaluare pe parcursul semestrului			
- în timpul activității practice	Evaluarea activităților practice se va face în conformitate cu Regulamentul Didactic și se va nota cu note de la 1-10. Nota minimă de promovare este 5.	Referate	30
- la curs	-	-	0
Evaluare finală			
- examen practic final	-	-	0
- examen teoretic final	Evaluarea activităților practice se va face în conformitate cu Regulamentul Didactic și se va nota cu note de la 1-10. Nota minimă de promovare este 5.	Referat lucrare de disertație și prezentare Power Point	70
Standard minim de performanță: Nota minimă de promovare este 5.			

13. Orar consultații studenți

Conf dr Țurcanu Florin	Luni 10-12
------------------------	------------

Director departament

Titular(i) curs

Titular(i) aplicații practice



MINISTERUL EDUCAȚIEI ȘI CERCETĂRII
ROMÂNIA
UNIVERSITATEA DE MEDICINĂ,
FARMACIE, ȘTIINȚE ȘI TEHNOLOGIE
„GEORGE EMIL PALADE”
DIN TÂRGU MUREȘ

Fișa disciplinei

an academic: 2027 - 2028

1. Date despre program

1.1 Instituția de învățământ superior: Universitatea de Medicină, Farmacie, Științe și Tehnologie 'George Emil Palade' din Târgu Mureș
1.2 Facultatea de: Științe și Litere 'Petru Maior'
1.3 Departamentul: SL2 - Științe sociale și sportive
1.4 Domeniul de studii: Știința sportului și educației fizice
1.5 Ciclul de studii: master
1.6 Programul de studii: Educație fizică și consiliere sportivă

2. Date despre disciplină

2.1 Denumirea disciplinei: Jocuri sportive asociate jocului de volei - Volei pe plajă, Teqvolley				
2.2 Titularul activităților de curs: -				
2.3 Titularul activităților practice: -				
2.4 Anul de studii: II	2.5 Semestrul: 2	2.6 Tipul de evaluare: V	2.7 Regimul disciplinei	categoria formativă: DC statut: Opt

3. Timpul total estimat (ore pe semestru activități didactice)

3.1 Număr de ore pe săptămână: 2	3.2 din care curs: 2	3.3 activități practice: 2
3.4 Total ore din planul de învățământ: 14	3.5 din care curs: 0	3.6 activități practice: 14
3.7 Distribuția fondului de timp pe semestru		
- studiu după manual, suport de curs, bibliografie și notițe		10
- documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren		10
- pregătire seminarii / laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri		10
- tutorial		0
- examinări		4
- alte activități		4
3.8 Total ore de studiu individual		38
3.9 Total ore pe semestru		52
3.10 Număr de credite		2

4. Precondiții (acolo unde este cazul)

4.1 de curriculum: Elaborare de instrumente curriculare (cărți de specialitate, note de curs, caiete și îndrumare de lucrări practice, ghiduri metodologice etc.). Sinteze și selecții bibliografice în specialitatea disciplinei (obligatorii și facultative). Fișa disciplinei Suporturi digitale, instrumente e-learning și multimedia Link-uri spre open sources sau alte resurse web în domeniu.
4.2 de competențe: Pentru disciplinele teoretico-practice, în principiu, vor avea ca precondiție specializarea respectivă a cadrului didactic. În situația în care nu există cadre didactice cu specializarea în disciplina respectivă, ele vor fi predate de cadre didactice care au în foaia matricolă / suplimentul la diplomă promovarea prin examen a disciplinei predate sau echivalentul acesteia. Competențe de predare dobândite în cariera didactică proprie, prin experiența acumulată și prin elaborarea unor instrumente curriculare personale. Toate cadrele didactice, titulare de curs, trebuie să dețină titlul științific de doctor.

5. Condiții de desfășurare

5.1 a cursului: -
5.2 a activităților practice: -

6. Corelarea disciplinei cu recomandările ESCO (European Skills, Competences, Qualifications and Occupations)

Disciplina Jocuri sportive asociate jocului de volei - Volei pe plajă, Teqvolley, contribuie la dezvoltarea competențelor ESCO din aria competențelor profesionale (capacitatea de a acorda sprijin elevilor, respectarea disciplinei, corectarea execuțiilor greșite, evaluarea progresului școlar) și a competențelor transversale (comunicare profesională, lucru în echipă, profesionalism, folosirea terminologiei specifice, cunoașterea regulamentelor jocurilor sportive), prin activități de predare și aplicative specifice domeniului Știința sportului.

7. Obiectivele disciplinei

7.1 Obiectivul general:

Înșușirea noțiunilor și cunoștințelor de bază privind domeniul educației fizice cu specific volei pe plajă și Teqvolley, reunite într-o disciplină integratoare, practic-aplicativă, care vine să completeze fondul de cunoștințe teoretice acumulate în anii anteriori de studii (licență).

7.2 Obiective specifice:

Extinderea posibilităților de interpretare și integrare a cunoștințelor teoretice cu cele practice, operaționale. Generalizarea și sinteza, urmate de aplicarea practică, a conceptelor și valorilor teoretice rezultate din alte științe. Fundamentarea statutului epistemologic al domeniului practicii educației fizice și sportului în ciclul liceal.

8. Rezultatele învățării**8.1 Cunoștințe:**

Studentul/absolventul cunoaște principiile colaborării profesionale în contexte educaționale.

Studentul/absolventul înțelege dinamica relațiilor interprofesionale și rolurile în echipă.

Studentul/absolventul cunoaște tehnici de comunicare didactică și evaluare formativă.

Studentul/absolventul înțelege rolul feedback-ului în sprijinirea dezvoltării personale și profesionale.

8.2 Aptitudini:

Studentul/absolventul participă activ în echipe educaționale și în proiecte comune.

Studentul/absolventul exprimă puncte de vedere și valorifică perspective diferite.

Studentul/absolventul mediază opinii și promovează cooperarea între colegi.

Studentul/absolventul formulează recomandări relevante și argumentate pentru progresul educațional.

Studentul/absolventul susține reflecția și învățarea autonomă.

Studentul/absolventul adaptează comunicarea în funcție de interlocutor.

8.3 Responsabilitate și autonomie:

Studentul/absolventul contribuie la luarea deciziilor în echipe multidisciplinare.

Studentul/absolventul respectă responsabilitățile asumate în cadrul colaborărilor.

Studentul/absolventul contribuie activ la motivarea colegilor și a elevilor.

Studentul/absolventul integrează în activitatea proprie feedback-ul primit.

9. Competențe specifice acumulate**9.1 profesionale:**

-

9.2 transversale:

CT1. Colaborează eficient în echipe multidisciplinare

CT2. Oferă feedback constructiv și susține învățarea continuă

9.3 program de studiu:**10.1 Conținutul orelor de lucrări, semestrul 2**

No	Tema	Metode de predare	Nr ore	Observații	Corelare cu ICS
1	Elemente tehnico-tactice de bază în voleiul pe plajă	explicația, demonstrația, exercițiul practic, exersarea individuală și în perechi	2	-	-
2	Preluarea, pasa și serviciul în voleiul pe plajă	explicația, demonstrația, exercițiul practic, exersarea individuală și în perechi	2	-	-
3	Atacul, blocajul și organizarea apărării în voleiul pe plajă	explicația, demonstrația, exercițiul practic, exersarea individuală și în perechi	2	-	-
4	Regulamentul și organizarea jocului de volei pe plajă	explicația, demonstrația, exercițiul practic, exersarea individuală și în perechi	2	-	-
5	Elemente tehnice fundamentale și reguli specifice jocului de Teqvolley	explicația, demonstrația, exercițiul practic, exersarea individuală și în perechi	2	-	-
6	Exerciții și structuri tactice individuale și în perechi în Teqvolley	explicația, demonstrația, exercițiul practic, exersarea individuală și în perechi	2	-	-
7	1. Organizarea și desfășurarea jocurilor aplicative și a competițiilor de volei pe plajă și Teqvolley	explicația, demonstrația, exercițiul practic, exersarea individuală și în perechi	2	-	-

Bibliografie

1. Țurcanu DS, Țurcanu F., Volei - fundamente științifice, Editura Riso Print, Cluj Napoca, 2019;
2. Țurcanu DS., Țurcanu F., Eficientizarea jocului de volei la studenți, Editura Riso Print, Cluj Napoca, 2019;
3. Cojocar, A., Volei – Antrenament și performanță, Editura Bren, București, 2019;
4. Țurcanu, F., Repere investigative privind dezvoltarea capacităților psihomotrice prin jocul de volei, University Press, Tîrgu Mureș, 2023

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

Valorificare teoriilor, metodologiilor și practicilor asimilate în rezolvarea unor situații teoretico- practice educaționale prin abordări interdisciplinare.

Utilizarea unui limbaj de specialitate în comunicarea cu medii profesionale diferite, cu specialiștii domeniului și din

domeniile conexe.

Aplicarea teoriilor si practicilor asimilate in conceperea si elaborarea de proiecte educationale si de cercetare specifice educatie fizice si sportului si interdisciplinare.

Consilierea, orientarea si medierea masteranzilor in vederea integrarii socio-psiho-pedagogice.

12. Evaluare

Tip activitate	Criterii de evaluare	Metode de evaluare	Pondere din nota finală
Evaluare pe parcursul semestrului			
- în timpul activității practice	-Participarea activă la activitățile practice, însușirea și execuția corectă a procedeelor tehnico-tactice specifice voleiului pe plajă și Teqvolley, aplicarea regulilor de joc și progresul individual.	Observare sistematică, evaluare practică continuă și verificări practice pe parcursul semestrului.	20
- la curs	-	-	0
Evaluare finală			
- examen practic final	Evaluarea activităților practice va fi în conformitate cu Regulamentul Didactic si se va nota cu note de la 1-10. Nota minima de promovare este 5.	Probă practico-metodică.	30
- examen teoretic final	Rezolvarea de subiecte din tematica disciplinei. Nota minima de promovare este 5.	Test redacțional.	50
Standard minim de performanță: Evaluare teoretică: obținerea notei minime 5. Evaluarea practică: obținerea notei minime 5			

13. Orar consultații studenți

Conf dr Ciulea Laura-Edit	30 de minute după fiecare lucrare practică
---------------------------	--

Director departament

Titular(i) curs

Titular(i) aplicații practice



MINISTERUL EDUCAȚIEI ȘI CERCETĂRII
ROMÂNIA
UNIVERSITATEA DE MEDICINĂ,
FARMACIE, ȘTIINȚE ȘI TEHNOLOGIE
„GEORGE EMIL PALADE”
DIN TÂRGU MUREȘ

Fișa disciplinei

an academic: 2027 - 2028

1. Date despre program

1.1 Instituția de învățământ superior: Universitatea de Medicină, Farmacie, Științe și Tehnologie 'George Emil Palade' din Târgu Mureș
1.2 Facultatea de: Științe și Litere 'Petru Maior'
1.3 Departamentul: SL2 - Științe sociale și sportive
1.4 Domeniul de studii: Știința sportului și educației fizice
1.5 Ciclul de studii: master
1.6 Programul de studii: Educație fizică și consiliere sportivă

2. Date despre disciplină

2.1 Denumirea disciplinei: Jocuri sportive asociate jocului de fotbal - Teqball				
2.2 Titularul activităților de curs: -				
2.3 Titularul activităților practice: -				
2.4 Anul de studii: II	2.5 Semestrul: 2	2.6 Tipul de evaluare: V	2.7 Regimul disciplinei	categoria formativă: DS statut: Opt

3. Timpul total estimat (ore pe semestru activități didactice)

3.1 Număr de ore pe săptămână: 2	3.2 din care curs:	3.3 activități practice: 2
3.4 Total ore din planul de învățământ: 14	3.5 din care curs: 0	3.6 activități practice: 14
3.7 Distribuția fondului de timp pe semestru		
- studiu după manual, suport de curs, bibliografie și notițe		10
- documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren		10
- pregătire seminarii / laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri		10
- tutorial		0
- examinări		2
- alte activități		6
3.8 Total ore de studiu individual		38
3.9 Total ore pe semestru		52
3.10 Număr de credite		2

4. Precondiții (acolo unde este cazul)

4.1 de curriculum: Elaborare de instrumente curriculare (cărți de specialitate, note de curs, caiete și îndrumare de lucrări practice, ghiduri metodologice etc.). Sinteze și selecții bibliografice în specialitatea disciplinei (obligatorii și facultative). Fișa disciplinei Suporturi digitale, instrumente e-learning și multimedia Link-uri spre open sources sau alte resurse web în domeniu.
4.2 de competențe: Pentru disciplinele teoretico-practice, în principiu, vor avea ca precondiție specializarea respectivă a cadrului didactic. În situația în care nu există cadre didactice cu specializarea în disciplina respectivă, ele vor fi predate de cadre didactice care au în foaia matricolă / suplimentul la diplomă promovarea prin examen a disciplinei predate. Competențe de predare dobândite în cariera didactică proprie, prin experiența acumulată și prin elaborarea unor suporturi curriculare personale. Toate cadrele didactice, titulare de curs, trebuie să dețină titlul științific de doctor.

5. Condiții de desfășurare

5.1 a cursului: -
5.2 a activităților practice: -

6. Corelarea disciplinei cu recomandările ESCO (European Skills, Competences, Qualifications and Occupations)

Disciplina Jocuri sportive asociate jocului de fotbal - Teqball contribuie la dezvoltarea competențelor ESCO din aria competențelor profesionale (capacitatea de a acorda sprijin elevilor, respectarea disciplinei, corectarea execuțiilor greșite, evaluarea progresului școlar) și a competențelor transversale (comunicare profesională, lucru în echipă, profesionalism, folosirea terminologiei specifice, cunoașterea regulamentelor jocurilor sportive), prin activități de predare și aplicative specifice domeniului Știința sportului.

7. Obiectivele disciplinei

7.1 Obiectivul general: Însușirea noțiunilor și cunoștințelor de bază privind Teqballul, reunite într-o disciplină integratoare, practic-
--

aplicativă, care vine să completeze fondul de cunoștințe teoretice de specialitate.

7.2 Obiective specifice:

Extinderea posibilităților de interpretare și integrare a cunoștințelor teoretice cu cele practice, operaționale.
Generalizarea și sinteza urmate de aplicarea practică, a conceptelor și valorilor teoretice rezultate din alte științe.

8. Rezultatele învățării

8.1 Cunoștințe:

Studentul/absolventul cunoaște principiile colaborării profesionale în contexte educaționale.
Studentul/absolventul înțelege dinamica relațiilor interprofesionale și rolurile în echipă.
Studentul/absolventul cunoaște tehnici de comunicare didactică și evaluare formativă.
Studentul/absolventul înțelege rolul feedback-ului în sprijinirea dezvoltării personale și profesionale.

8.2 Aptitudini:

Studentul/absolventul participă activ în echipe educaționale și în proiecte comune.
Studentul/absolventul exprimă puncte de vedere și valorifică perspective diferite.
Studentul/absolventul mediază opinii și promovează cooperarea între colegi.
Studentul/absolventul formulează recomandări relevante și argumentate pentru progresul educațional.
Studentul/absolventul susține reflecția și învățarea autonomă.
Studentul/absolventul adaptează comunicarea în funcție de interlocutor.

8.3 Responsabilitate și autonomie:

Studentul/absolventul contribuie la luarea deciziilor în echipe multidisciplinare.
Studentul/absolventul respectă responsabilitățile asumate în cadrul colaborărilor.
Studentul/absolventul contribuie activ la motivarea colegilor și a elevilor.
Studentul/absolventul integrează în activitatea proprie feedback-ul primit.

9. Competențe specifice acumulate

9.1 profesionale:

-

9.2 transversale:

CT1. Colaborează eficient în echipe multidisciplinare
CT2. Oferă feedback constructiv și susține învățarea continuă

9.3 program de studiu:

10.1 Conținutul orelor de lucrări, semestrul 2

No	Tema	Metode de predare	Nr ore	Observații	Corelare cu ICS
1	Tehnica specifică teqballului, poziționare simplu	Prelegere, exercițiu, demonstrație	2	-	-
2	Tehnica specifică teqballului, poziționare dublu	Prelegere, exercițiu, demonstrație	2	-	-
3	Tehnica specifică Teqball-ului: transmiterea mingii (1).	Prelegere, exercițiu, demonstrație	2	-	-
4	Tehnica specifică Teqball-ului: transmiterea mingii (2).	Prelegere, exercițiu, demonstrație	2	-	-
5	Tehnica specifică Teqball-ului: pasarea mingii coechipierului. (1)	Prelegere, exercițiu, demonstrație	2	-	-
6	Tehnica specifică Teqball-ului: pasarea mingii coechipierului. (2)	Prelegere, exercițiu, demonstrație	2	Prelegere, exercițiu, demonstrație	-
7	Evaluare	Prelegere, exercițiu	2	-	-

Bibliografie

1. Balint, A. Fotbal, Tehnoredactare computerizată: Ing. Maghiari Elena, București, 2020;
2. Drăgan, A., Turcanu, F. Fotbal, teorie și metodică, Editura Fundația Universitară Dunărea de Jos, Galați, 2019;
3. Turcanu, F., Drăgan, A., Fotbal - fundamente științifice, Editura Fundația Universitară Dunărea de Jos, Galați, 2019;
4. Turcanu, F. Fotbal. Fundamente științifice, Note de curs, University Press, 2019.
5. Drăgan, A. Concepte privind aprofundarea pregătirii în fotbal, Editura Fundația Universitară Dunărea de Jos, Galați, 2019.

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

Valorificare teoriilor, metodologiilor și practicilor asimilate în rezolvarea unor situații teoretic-practice educaționale prin abordări interdisciplinare. Utilizarea unui limbaj de specialitate în comunicarea cu mediile profesionale diferite, cu specialiștii domeniului și din domeniile conexe. Aplicarea teoriilor și practicilor asimilate în conceperea și elaborarea de proiecte educaționale și de cercetare specifice educației fizice și sportului. Consilierea, orientarea și medierea masteranzilor în vederea integrării socio-psiho-pedagogice.

12. Evaluare

Tip activitate	Criterii de evaluare	Metode de evaluare	Pondere din nota finală
Evaluare pe parcursul semestrului			
- în timpul activității practice	Participare proactivă la lucrări practice	Cuantificarea prezențelor și prezentarea unui referat cu o temă specifică	20
- la curs	-	-	0
Evaluare finală			

- examen practic final	Joc bilateral	Notarea, observatia	30
- examen teoretic final	Examen redacțional - rezolvarea de subiecte din tematica disciplinei. Nota minima de promovare este 5.	Test redacțional.	50
Standard minim de performanță: Obligativ se va elabora și preda un referat cu temă anunțată.			

13. Orar consultații studenți

Conf dr Țurcanu Florin	Luni 10-12
------------------------	------------

Director departament

Titular(i) curs

Titular(i) aplicații practice