

FIȘA DISCIPLINEI
pentru anul universitar 2025/26

1. Date despre program

1.1. Instituția de învățământ superior	Universitatea Sapienția din Cluj-Napoca
1.2. Facultatea/ DPPD	Facultatea de Științe ale Vieții și Sport din Sfântu Gheorghe
1.3. Domeniul de studii	Educație Fizică și Sport
1.4. Ciclul de studii	Licență (BSc)
1.5. Programul de studiu	Sport și performanță motrică
1.6. Calificarea	Licențiat în educație fizică și sport

2. Date despre disciplină

2.0. Departamentul				Științe ale Vieții			
2.1. Denumirea disciplinei				Elaborarea lucrării de licență			
2.2. Tipul activității				Asistat integral	Asistat parțial:		Neasistat
2.3. Titularul disciplinei /Titularul cursului				dr. Abod Éva			
2.4. Titularul(ii) activităților de			seminar				
			laborator				
			proiect				
2.5. Anul de studiu	III	2.6. Semestrul	6	2.7. Forma de verificare	VP	2.8. Tipul disciplinei	DI
2.9. Categoria formativă	DD	2.10 Categoria disciplinei	-	2.11. Codul disciplinei	SBSL0021		

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

3.1. Număr de ore pe săptămână	4	Din care: 3.2. curs	0	3.3. seminar / laborator/ proiect/ <u>practică</u>	4
3.4. Total ore din planul de învățământ	56	Din care: 3.5. curs	0	3.6. seminar/ laborator/ proiect/ practică	56
3.7. Numărul de puncte de credit conform planului de învățământ					5
3.8. Total ore pe semestru					125
3.9. Total ore studiu individual					69
3.10. Distribuția fondului de timp pentru studiu individual:					ore
a) Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe					30

b) Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren	10
c) Pregătire seminarii /laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri	10
d) Tutoriat	5
e) Examinări	4
f) Alte activități:	10

4. Precondiții (acolo unde este cazul)

4.1. de curriculum	Nu este cazul
4.2. de competențe	Nu este cazul

5. Condiții (acolo unde este cazul)

5.1. De desfășurare a cursului	
5.2. De desfășurare a seminarului/laboratorului/proiectului/practicii	Sală de curs cu minim 30 locuri, calculator și videoproiector

6. Competențele specifice acumulate

Cunoștințe	Studentul/Absolventul explică noțiunile generale ale domeniului, referitoare la formele de organizare ale activității de educație fizică și sport, principiile, metodele și mijloacele fundamentale aplicabile în forme diferite de organizare, conceptele de motricitate și activitate motrică, astfel încât să poată fi utilizate în context formativ și performanțial. Studentul/Absolventul explică procesele de creștere și dezvoltare, implicațiile lor asupra motricității, tipologia constituțională somatofuncțională, motrică și psihică, corelațiile dintre tipul constituțional și cerințele/particularitățile activității de educație fizică și sport, astfel încât să poată fi utilizate în context formativ și performanțial.
Aptitudini	Studentul/Absolventul: 1.1.Utilizează noțiunile fundamentale ale motricității umane în contexte variate. 1.2.Clasifică formele de organizare și practicare a activității de educație fizică și sport. 1.3.Analizează și înțelege dezvoltarea fizică și motrică a individului. 1.4.Identifică și interpretează tipologia constituțională (somatofuncțională, motrică și psihică). 1.5.Integrează conceptele de creștere și dezvoltare în strategii educaționale și de performanță. 1.6.Utilizează terminologia, în funcție de activitățile motrice.

Responsabilitate și autonomie	Studentul/Absolventul:
	1.1.1.Exemplifică acte, acțiuni și activități motrice.
	1.1.2.Oferă feedback constructiv pentru îmbunătățirea tehnicii și performanței în funcție de principiile și metodele învățate.
	1.2.1.Adaptează conținutul exercițiilor în funcție de forma de organizare și practicare a acestuia.
	1.3.1.Selectează și adaptează metodele și mijloacele în funcție de posibilitățile fizice și motrice ale indivizilor.
	1.4.1.Crează programe individualizate în funcție de nevoile și caracteristicile individuale și de grup.
	1.5.1.Adoptă decizii independente privind ritmul de asimilare a cunoștințelor și aptitudinilor motrice.
	1.6.1.Argumentează utilizarea terminologiei de specialitate în cadrul unor dezbateri din domeniu.

7. Obiectivele disciplinei (reieșind din grila competențelor acumulate)

7.1. Obiectivul general al disciplinei	• Însușirea metodologiei și cunoștințelor de organizare și etapizare pentru realizarea lucrării de licență.
7.2. Obiectivele specifice	• Cunoașterea etapelor în efectuarea unui demers științific; • Identificarea surselor bibliografice la tema aleasă; • Stabilirea elementelor de referință (scop, ipoteză, metode de cercetare) din cadrul studiului propus.

8. Conținuturi

8.2. Proiect	Metode de predare	Fond de timp alocat/ Observații
Identificarea titlului propus de îndrumător pentru realizarea lucrării de licență	prelegere interactivă	8 ore
Stabilirea bibliografiei utilizate și aprobate de către îndrumătorul științific; Realizarea planului cercetării	prelegere interactivă	8 ore
Determinarea și analiza ipotezei (ipotezelor), scopului și sarcinilor lucrării	prelegere interactivă	8 ore
Verificarea și studierea capitolului întâi din lucrarea de licență	prelegere interactivă	8 ore

Stabilirea direcțiilor de acționare pentru organizarea cercetării. Stabilirea măsurătorilor, testelor și probelor de control	prelegere interactivă	8 ore
Verificarea confirmării sau infirmării ipotezelor propuse în cadrul studiului	prelegere interactivă	8 ore
Stabilirea concluziilor, propunerilor și activităților de cercetare care se pot desprinde din studiul propriu zis; Acordul profesorului îndrumător pentru forma finală a lucrării de licență	prelegere interactivă	8 ore

Bibliografie

- Szép Sándor, Salamon Rozália Veronika, Máthé István, Miklóssy Ildikó: Îndrumar pentru elaborarea lucrării de diplomă. (2022).
https://drive.google.com/drive/folders/1F61fQiQLygC2xYG92_AVGzyNnaJmxF8l?usp=sharing
- Chelcea, S. (2010) Cum să redactăm o lucrare de licență, o teză de doctorat, un articol științific în domeniul științelor socioumane, Ediția a IV-a, Ed. Comunicare.ro, București;
- Chirazi, M. (2014) Elemente de cercetare aplicate în activitățile motrice, Ed. Universității "Alexandru Ioan Cuza", Iași;
- Epuran, M., Văjială, G.E. (2008) Metodologia cercetării în educație fizică și sport, Ed. Fundației România de Măine, București;
- Gagea, A. (1999) Metodologia cercetării științifice în educație fizică și sport, Ed. Fundației România de Măine, București;
- Turcu, I. (2007) Metodologia cercetării în educație fizică și sport, Ed. Universității Transilvania, Brașov.

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

La finalul disciplinei, studenții vor fi capabili să elaboreze studii și cercetări științifice conform standardelor de competență națională și internațională.

10. Evaluare

A. Condiții de îndeplinit pentru prezentarea la evaluare:

B. Criterii, metode și ponderi în evaluare:

Tip activitate		10.1. Criterii de evaluare	10.2. Metode de evaluare	10.3. Pondere din nota finală
10.4. Curs				
10.5.	Proiect	Prezentarea lucrării de licență	Evaluare orală	100%
10.6. Standard minim de performanță				
Prezentarea rezumatului temei de licență				

Data completării	Semnătura titularului disciplinei	Semnătura titularului/rilor de aplicații
29.08.2025	dr. Abod Éva	dr. Abod Éva

Data avizării în departament	Semnătura directorului de departament
03.09.2025	șef lucr. dr. Csiszér Levente

Semnătura responsabilului programului de studii
conf. univ. dr. Freyer Gyula - Tamás