



MINISTERUL EDUCAȚIEI ȘI CERCETĂRII
UNIVERSITATEA „VALAHIA” DIN TÂRGOVIȘTE
FACULTATEA DE ȘTIINȚE UMANISTE
DEPARTAMENTUL DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT

FIȘA DISCIPLINEI

1.Date despre program

1.1 Instituția de învățământ superior	Universitatea „Valahia” din Târgoviște
1.2 Facultatea/Departamentul	Facultatea de Științe Umaniste
1.3 Departamentul	Educație Fizică și Sport
1.4 Domeniul de studii	Știința sportului și educației fizice
1.5 Ciclul de studii	Master
1.6 Programul de studii/Calificarea	Educație Fizică și Sport/Profesor

2.Date despre disciplină

2.1 Denumirea disciplinei	Proiectarea și conducerea activității sportive extracuriculare						
2.2 Titularul activităților de curs	Conf. univ. dr. Costantin Alexandrina Mihaela						
2.3 Titularul activităților de seminar	Conf. univ. dr. Costantin Alexandrina Mihaela						
2.4 Anul de studiu	I	2.5 Semestrul	I	2.6 Tipul de evaluare	E	2.7 Regimul disciplinei	DF

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

3.1 Număr de ore pe săptămână	3	din care: 3.2 curs	2	3.3 seminar/laborator/lucrări practice	1
3.4 Total ore din planul de învățământ	42	din care: 3.5 curs	28	3.6 seminar/laborator/lucrări practice	14
Distribuția fondului de timp					ore
Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe					24
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren					24
Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri					6
Tutoriat					7
Examinări					12
Alte activități					10
3.7 Total ore studiu individual					83
3.8 Total ore pe semestru					125
3.9 Numărul de credite					5

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	Sală de curs dotată cu aparatură de videoproiecție
5.2 de desfășurare a seminarului/laboratorului	Sala de gimnastică dotată cu aparatură specific (saltele, bănci, bastoane, mingii)

6. Rezultate așteptate ale învățării la formarea cărora contribuie parcurgerea și promovarea disciplinei

Cunoștințe	● Cursul are menirea de a completa activitatea practico-metodică cu date concrete despre importanța acesteia în activitatea sportivă oricare ar fi aceasta. ● Deprinderea de a executa din punct de vedere tehnic procedeele prevăzute în programa școlară extracurriculară. Seminarul urmărește formarea abilității de a demonstra, selecționa, concepe și preda mijloacele de bază, formarea și dezvoltarea capacității de organizare și conducere a colectivelor de elevi.
Abilități	● Să descrie elementele componente ale diferitelor exerciții; ● Să identifice importanța dezvoltării activităților extracuriculare; ● Să argumenteze importanța practicării ramurilor de sport la toate categoriile de populație; ● Să descrie caracteristicile principalelor elemente tehnice învățate; ● Să identifice importanța aplicării elementelor tehnice învățate; ● Să argumenteze importanța practicării unei tehnici corecte a elementelor tehnice învățate pentru comunitate sau societate; ● Să descrie principalele caracteristici ale managementului în activitățile sportive; ● Să prezinte importanța managementului în activitățile sportive și impactul acestora asupra societății și a mediului înconjurător;
Responsabilitate și autonomie	● Gestionarea de activități sau proiecte tehnice ori profesionale complexe, prin asumarea responsabilității pentru luarea deciziilor în situații de muncă sau de studiu imprevizibile. ● Asumarea responsabilității pentru gestionarea dezvoltării profesionale a indivizilor și grupurilor. ● Aplicarea strategiilor de muncă eficientă și responsabilă, pe baza principiilor, normelor și a valorilor codului de etică profesională. ● Aplicarea Technicilor de muncă eficientă în echipă multidisciplinară, atitudine etică față de grup, respect față de diversitate și multiculturalitate; acceptarea diversității de opinie. ● Autoevaluarea nevoii de formare profesională continuă în scopul inserției și adaptabilității la cerințele pieței muncii.

7. Obiectivele disciplinei (reieșind din grila competențelor specifice acumulate)

7.1 Obiectivul general al disciplinei	1. Formarea și dezvoltarea aptitudinilor și capacităților de a crea strategiile de lucru și de a le integra în sisteme dinamice, flexibile și eficiente folosind mijloacele educației fizice și sportului.
7.2 Obiectivele specifice	1. Formarea unei atitudini pozitive față de progres, față de elementele de noutate și introducerea acestora în propriile acțiuni; 2. Cunoașterea metodelor și tehnicilor de stimulare a creativității individuale și în grup; 3. Înlăturarea unor blocaje și dificultăți ce pot apărea la stimularea potențialului creativ în procesul instructiv-educativ; 4. Dezvoltarea abilității de rezolvare a problemelor într-un mod original, competent și adaptativ condițiilor, situațiilor și bazelor didactice existente.

8. Conținuturi

8.1 Curs	Metode de predare	Observații
1. Conceptul de creativitate, perspective și paradigme	Expunere orală, prezentare power-point	2 ore
2. Factorii creativității, factori de natură intelectuală, factori caracteriali, factori sociali.	Expunere orală, prezentare power-point, Exemplificare practică	2 ore
3. Elementele creativității, fluența, flexibilitatea, originalitatea	Expunere orală, prezentare power-point,	2 ore

4. Creativitatea și inteligența	Expunere orală, prezentare power-point, discuții, test rapid de evaluare	2 ore
5. Motivația și creativitatea	Expunere orală, prezentare power-point, discuții, exemplificare practică	2 ore
6. Niveluri și stadii ale creativității	Expunere orală, prezentare power-point, discuții	2 ore
7. Metode pentru stimularea creativității	Expunere orală, prezentare power-point, discuții	2 ore
8. Strategii de educare a creativității în școală și în afara ei prin mijloace ale educației fizice	Expunere orală, prezentare power-point,	2 ore
9. Factori inhibitori ai creativității în școală	discuții	2 ore
10. Dezvoltarea aptitudinilor psihomotrice prin exerciții și activități de natură creativă	Expunere orală, prezentare power-point,	2 ore
11. Dezvoltarea potențialului creativ prin mijloacele gimnasticii	discuții	2 ore
12. Dezvoltarea potențialului creativ prin mijloacele atletismului și a jocurilor sportive	Expunere orală, prezentare power-point,	2 ore
13. Dezvoltarea potențialului creativ în cadrul activităților în afara clasei și extrașcolare – serbări, cercuri, tabere, excursii – folosind mijloacele educației fizice	discuții	2 ore
14. Criterii de evaluare a potențialului creativ dobândit prin utilizarea mijloacelor educației fizice	Expunere orală, prezentare power-point,	2 ore
	Total	28 ore
Bibliografie		
Ionescu, M., 2000, Demersuri creative în predare și învățare, Ed Presa Universitară Clujeană, Cluj Napoca Stemberg, R.J., 2005, Manual de creativitate, Ed polirom, Iași.		
Lucrări practice	Metode de predare	Observații
1. Stimularea potențialului creativ utilizând exerciții pentru capacitatea de organizare și exerciții pentru dezvoltarea fizică generală	Explicația, demonstrația, exersarea	2 ore
2. Dezvoltarea aptitudinilor psihomotrice prin activități și exerciții de natură creativă	Explicația, demonstrația, exersarea	2 ore
3. Dezvoltarea potențialului creativ prin mijloacele gimnasticii acrobatice	Explicația, demonstrația, exersarea	4 ore
4. Stimularea capacității creatoare prin jocuri dinamice și trasee utilitar -aplicative	Explicația, demonstrația, exersarea	2 ore
5. . Dezvoltarea potențialului creativ prin mijloacele atletismului și a jocurilor sportive	Explicația, demonstrația, exersarea	2 ore
6. Dezvoltarea potențialului creativ în cadrul activităților în afara clasei și extrașcolare – serbări, cercuri, tabere, excursii – folosind mijloacele educației fizice	Explicația, demonstrația, exersarea	2 ore
	Total	14 ore
Bibliografie		
Ionescu, M., 2000, Demersuri creative în predare și învățare, Ed Presa Universitară Clujeană, Cluj Napoca Stemberg, R.J., 2005, Manual de creativitate, Ed polirom, Iași.		

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

Studentii vor demonstra activități creative utilizând mijloace ale educației fizice

10.Evaluare

Tip activitate	10.1 Criterii de evaluare	10.2 Metode de evaluare	10.3 Pondere din nota finală
10.4 Curs	- Cunoștințe teoretice din suportul de curs și din bibliografie	- Examen scris / oral	- 40 %
	- prezență	- participare la curs 80%	- 10 %
10.5 Lucrări practice	- Competențe (abilități) practice	- Evaluare practică / oral	- 40 %
	- Portofoliu	- prezentare proiect pe temă dată	- 10 %
10.6 Standard minim de performanță			
- Prezentarea unui complex de DFA + 1 traseu aplicativ			
- Prezentarea unei secvențe de activitate didactică			

Data completării
26.09.2025
Data avizării în
departament
0.2025

Data avizării în
Consiliul Facultății

Titular curs
Conf.univ.dr. Alexandrina Constantin
Semnătura directorului de departament
Conf.univ.dr. Cristian Savu

Titular aplicații practice
Conf.univ.dr. Alexandrina Constantin
Semnătura directorului de departament
Conf.univ.dr. Cristian Savu

Decan
Prof. univ.dr. Constantin Pehoiu



MINISTERUL EDUCAȚIEI ȘI CERCETĂRII
UNIVERSITATEA „VALAHIA” DIN TÂRGOVIȘTE
FACULTATEA DE ȘTIINȚE UMANISTE
DEPARTAMENTUL DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT

FIȘA DISCIPLINEI

1. Date despre program

1.1 Instituția de învățământ superior	Universitatea „Valahia” din Târgoviște
1.2 Facultatea/Departamentul	Facultatea de Științe Umaniste
1.3 Departamentul	Departamentul de Educație fizică și sport
1.4 Domeniul de studii	Știința sportului și educației fizice
1.5 Ciclul de studii	Master
1.6 Programul de studii/Calificarea	Educație fizică, turism și timp liber

2. Date despre disciplină

2.1 Denumirea disciplinei				Jocuri sportive. Modele de joc și pregătire			
2.2 Titularul activităților de curs				Conf. univ. dr. Cristian-Florian SAVU			
2.3 Titularul activităților de seminar				-			
2.4 Anul de studiu	I	2.5 Semestrul	I	2.6 Tipul de evaluare	E	2.7 Regimul disciplinei	DF

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

3.1 Număr de ore pe săptămână	4	din care: 3.2 curs	2	3.3 seminar/laborator	-
3.4 Total ore din planul de învățământ	28	din care: 3.5 curs	28	3.6 seminar/laborator	-
Distribuția fondului de timp					ore
Studiul 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
Tutoriat					5
Examinări					2
Alte activități					-
3.7 Total ore studiu individual					97
3.9 Total ore pe semestru					125
3.10 Numărul de credite					5

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	Laptop și tablă inteligentă pe care avem instalate aplicațiile Teams, Zoom, Skype și acces la internet
5.2 de desfășurare a seminarului/laboratorului	-

6. Rezultatele învățării

6.1 Cunoștințe specifice privind problematica predării jocurilor sportive în școală.
6.2 Aptitudini în ceea ce privește perfecționarea capacității de sinteză, alcătuire și aplicare a mijloacelor specifice jocurilor de baschet, handbal, volei și fotbal în învățământul gimnazial și liceal.
6.3 Responsabilitate și autonomie în utilizarea componentelor antrenamentului sportiv specific jocurilor sportive în lecțiile de educație fizică.

7. Obiectivele disciplinei (reieșind din grila competențelor specifice acumulate)

7.1 Obiectivul general al disciplinei	Cunoașterea principalelor aspecte cu privire la modelele de joc și pregătire în jocurile sportive.
7.2 Obiectivele specifice	1. Acumularea unor cunoștințe teoretice și metodice cu privire la antrenamentul în jocurile sportive. 2. Formarea competențelor teoretice și practice privind caracteristicile de aplicare și tipurile modelului de joc în baschet, handbal, volei, fotbal. 3. Formarea cunoștințelor necesare utilizării componentelor antrenamentului sportiv specific jocurilor sportive.

8. Conținuturi

8.1 Curs	Metode de predare	Observații
1.Noțiuni din terminologia de bază a jocurilor sportive.	Prelegere participativă, dezbateră, expunerea, exemplificarea, studiul de caz, problematizarea conversația euristică, metode intuitive de video proiectie - expunere PPT cu ajutorul aplicațiilor Teams, Zoom, Skype	2
2.Bazele tacticii în atac și în apărare.	Prelegere participativă, dezbateră, expunerea, exemplificarea, studiul de caz, problematizarea conversația euristică, metode intuitive de video proiectie - expunere PPT cu ajutorul aplicațiilor Teams, Zoom, Skype	2
3.Conceptul de joc și joc sportiv.	Prelegere participativă, dezbateră, expunerea, exemplificarea, studiul de caz, problematizarea conversația euristică, metode intuitive de video proiectie - expunere PPT cu ajutorul aplicațiilor Teams, Zoom, Skype	2
4.Formarea echipelor de performanță.	Prelegere participativă, dezbateră, expunerea, exemplificarea, studiul de caz, problematizarea conversația euristică, metode intuitive de video proiectie - expunere PPT cu ajutorul aplicațiilor Teams, Zoom, Skype	2
5.Pregătirea fizică în jocurile sportive.	Prelegere participativă, dezbateră, expunerea, exemplificarea, studiul de caz, problematizarea conversația euristică, metode intuitive de video proiectie - expunere PPT cu ajutorul aplicațiilor Teams, Zoom, Skype	2
6.Tehnica în jocurile sportive.	Prelegere participativă, dezbateră, expunerea, exemplificarea, studiul de caz, problematizarea conversația euristică, metode intuitive de video proiectie - expunere PPT cu ajutorul aplicațiilor Teams, Zoom, Skype	2
7.Tactica în jocurile sportive.	Prelegere participativă, dezbateră, expunerea, exemplificarea, studiul de caz, problematizarea conversația euristică, metode intuitive de video proiectie - expunere PPT cu ajutorul aplicațiilor Teams, Zoom, Skype	2
8.Capacitățile care condiționează învățarea și perfecționarea tehnicii.	Prelegere participativă, dezbateră, expunerea, exemplificarea, studiul de caz, problematizarea conversația euristică, metode intuitive de video proiectie - expunere PPT cu ajutorul aplicațiilor Teams, Zoom, Skype	2
9.Metodica pregătirii tactice.	Prelegere participativă, dezbateră, expunerea, exemplificarea, studiul de caz, problematizarea conversația euristică, metode intuitive de video proiectie - expunere PPT cu ajutorul aplicațiilor Teams, Zoom, Skype	2
10. Caracteristicile lecției de jocuri sportive.	Prelegere participativă, dezbateră, expunerea, exemplificarea, studiul de caz, problematizarea conversația euristică, metode intuitive de video proiectie - expunere PPT cu ajutorul aplicațiilor Teams, Zoom, Skype	2
11. Modelarea pregătirii în jocurile sportive.	Prelegere participativă, dezbateră, expunerea,	2

	exemplificarea, studiul de caz, problematizarea conversația euristică, metode intuitive de video proiecție - expunere PPT cu ajutorul aplicațiilor Teams, Zoom, Skype	
12. Modelul de pregătire.	Prelegere participativă, dezbateră, expunerea, exemplificarea, studiul de caz, problematizarea conversația euristică, metode intuitive de video proiecție - expunere PPT cu ajutorul aplicațiilor Teams, Zoom, Skype	2
13. Planificarea și programarea în jocurile sportive.	Prelegere participativă, dezbateră, expunerea, exemplificarea, studiul de caz, problematizarea conversația euristică, metode intuitive de video proiecție - expunere PPT cu ajutorul aplicațiilor Teams, Zoom, Skype	2
14. Metodica elaborării documentelor de planificare.	Prelegere participativă, dezbateră, expunerea, exemplificarea, studiul de caz, problematizarea conversația euristică, metode intuitive de video proiecție - expunere PPT cu ajutorul aplicațiilor Teams, Zoom, Skype	2
Total		28

Bibliografie

1. Alexe, N. (1993), Antrenamentul sportiv modern, Editura Editis, București.
2. Bompa, T. (2002), Teoria și metodologia antrenamentului, Editura Ex Ponto, București.
3. Demeter, A. (1983), Fiziologia și biochimia dezvoltării calităților motrice, Editura Sport – Turism București
4. Demeter, A. și colab. (1979), Fiziologia și biochimia educației fizice și sportului, Editura Sport – Turism, București.
5. Dragnea, A., Mate-Teodorescu, S. (2002), Teoria sportului, Editura FEST, București.
6. Drăgan, I. (1989), Selecția și orientarea medico – sportivă, Editura Sport – Turism, București.
7. Hahn, E. (1996), Antrenamentul sportiv la copii, CCPS, București.
8. Manno, R. (1994), Bazele teoretice ale antrenamentului sportiv, CCPS, București.
9. Mitra, Gh., Mogoș, A. (1980), Metodica educației fizice școlare, Editura Sport – Turism, București.
10. Pradet, M. (2001), Pregătirea fizică, CCPS, București.
11. Rață, G., Rață, B.C. (1999), Aptitudinile motrice de bază, Editura Plumb, Bacău.

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

Conținutul disciplinei este în concordanță cu conceptele teoretice și practice internaționale și naționale. Disciplina dezvoltă conținuturi noi față de alte centre universitare din țară.

10. Evaluare

Tip activitate	10.1 Criterii de evaluare	10.2 Metode de evaluare	10.3 Pondere din nota finală
10.4 Curs	Cunoștințe teoretice din suportul de curs și din bibliografie	Evaluare printr-un test scris	50%
	Susținerea unui referat din tematica studiată	Evaluare orală	50%
10.5 Seminar/laborator			
10.6 Standard minim de performanță			
➤ Acumularea unor cunoștințe teoretice și metodice cu privire la antrenamentul în jocurile sportive.			
➤ Formarea cunoștințelor necesare utilizării componentelor antrenamentului sportiv specific jocurilor sportive.			

Data completării
24.09.2025

Titularul de curs
Conf. univ. dr. Cristian-Florian SAVU

Titularul de aplicații

Data avizării în
departament
26.09.2025

Director de departament
Conf. univ. dr. Cristian-Florian SAVU

Data avizării în
Consiliul Facultății
29.09.2025

Decan
Prof.univ. dr. Constantin PEHOIU



MINISTERUL EDUCAȚIEI ȘI CERCETĂRII
UNIVERSITATEA „VALAHIA” DIN TÂRGOVIȘTE
FACULTATEA DE ȘTIINȚE UMANISTE
DEPARTAMENTUL DE EDUCATIE FIZICĂ ȘI SPORT

FIȘA DISCIPLINEI

1.Date despre program

1.1 Instituția de învățământ superior	Universitatea „Valahia” din Târgoviște
1.2 Facultatea/Departamentul	Facultatea de Științe Umaniste
1.3 Departamentul	Educație Fizică și Sport
1.4 Domeniul de studii	Știința sportului și educației fizice
1.5 Ciclul de studii	Post universitare
1.6 Programul de studii/Calificarea	Educație fizică, turism și timp liber / Profesor

2.Date despre disciplină

2.1 Denumirea disciplinei	Programe și ansambluri de gimnastică aerobică						
2.2 Titularul activităților de curs	Conf. univ. dr. Bianca Ferrario						
2.3 Titularul activităților de seminar	Conf. univ. dr. Bianca Ferrario						
2.4 Anul de studiu	I	2.5 Semestrul	I	2.6 Tipul de evaluare	E	2.7 Regimul disciplinei	DF

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

3.1 Număr de ore pe săptămână	3	din care: 3.2 curs	1	3.3 seminar/laborator/lucrări practice	2
3.4 Total ore din planul de învățământ	42	din care: 3.5 curs	14	3.6 seminar/laborator/lucrări practice	28
Distribuția fondului de timp					ore
Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe					25
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren					25
Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri					25
Tutoriat					5
Examinări					3
Alte activități: asistente la competiții, serbari, demonstrații					-
3.7 Total ore studiu individual					83
3.9 Total ore pe semestru					125
3.10 Numărul de credite					5

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	- Curs Online - Internet - platforma Moodle - Curs fizic - Sală de curs dotată cu aparatură de videoproiecție
5.2 de desfășurare a seminarului/laboratorului	- Lucrare practică online - Internet - platforma Teams - Lucrare practică fizic - Sala de gimnastică dotată cu combină muzicală

6.Rezultatele învățării

6.1.Cunoștințe	- Cunoașterea tehnicii și a metodicii elementelor acrobatice, aerobice, piramide, elemente artistice, specifice programei școlare; - Cunoașterea strategiei de alăturare a unui program coregrafic în funcție de nivelul de pregătire al subiecților;
6.2.Aptitudini	- Studenții sunt familiarizați cu mijloacele gimnasticii artistice, acrobatice, aerobice; - Studenții vor ști să utilizeze mijloacele gimnasticii în ansambluri diferite, în activități de timp liber; - Studenții au aptitudini de formare a simțului estetic al mișcării; - Studenții au aptitudini de evaluare corectă a condiției fizice subiecților.
6.3.Responsabilitate și autonomie	- Gestionarea de activități sau proiecte tehnice ori profesionale complexe, prin asumarea responsabilității pentru luarea deciziilor în situații de muncă sau de studiu imprevizibile. - Asumarea responsabilității pentru gestionarea dezvoltării profesionale a indivizilor și grupurilor. - Aplicarea strategiilor de muncă eficientă și responsabilă, pe baza principiilor, normelor și a valorilor codului de etică profesională. - Aplicarea tehnicilor de muncă eficientă în echipă multidisciplinară, atitudine etică față de grup, respect față de diversitate și multiculturalitate; acceptarea diversității de opinie. - Autoevaluarea nevoii de formare profesională continuă în scopul inserției și adaptabilității la cerințele pieței muncii.

7.Obiectivele disciplinei (reieșind din grila competențelor specifice acumulate)

7.1 Obiectivul general al disciplinei	- Formarea capacității de utilizare și aplicare a deprinderilor specifice gimnasticii în activități de timp liber; - Formarea capacității de a construi o coregrafie cu elemente specifice gimnasticii.
7.2 Obiectivele specifice	- Să demonstreze diferite acțiuni motrice specifice gimnasticii; - Să evalueze corect condiția fizică a elevilor; - Să construiască o coregrafie minimă cu diferite elemente specifice gimnasticii, adaptate capacităților motrice ale subiecților.

8.Conținuturi

8.1 Curs	Metode de predare	Observații
1. Gimnastica în viața socială.	Expunere orală, prezentare power-point, discuții	1 ora
2.Programe, ansambluri, conținut, obiective.	Expunere orală, prezentare power-point, discuții	1 ora
3.Programe de gimnastică aerobică – de masă	Expunere orală, prezentare power-point, discuții	1 ora
4. Gimnastica aerobică – particularități competiționale.	Expunere orală, prezentare power-point, discuții	1 ora
5. Programe de acrogym; conținut, obiective.	Expunere orală, prezentare power-point, discuții	1 ora
6. Noțiuni specifice acrogym: ridicări cu partener	Expunere orală, prezentare power-point, discuții	1 ora
7. Programe de aerobic dance; conținut, obiective	Expunere orală, prezentare power-point, discuții	1 ora
8. Aerobic dance – elemente accesibile în școala de masă	Expunere orală, prezentare power-point, discuții	1 ora
9. Organizarea competițiilor sportive; competiții de gimnastică.	Expunere orală, prezentare power-point, discuții	1 ora
10. Competiții și demonstrații.	Expunere orală, prezentare power-point, discuții	1 ora

11.Repere fiziologice specifice gimnasticii.	Expunere orala, prezentare power-point, discuții	1 ora
12. Noțiuni fiziologice în efortul ansamblului sportiv.	Expunere orala, prezentare power-point, discuții	1 ora
13. Particularități de vârstă; caracteristici și aspecte morfo-funcționale.	Expunere orala, prezentare power-point, discuții	1 ora
14.tipuri de ansambluri de gimnastică.	Expunere orala, prezentare power-point, discuții	1 ora
	Total	14 ore
Bibliografie		
1.Chera-Ferrario Bianca – Programe și ansambluri de gimnastică aerobică, Editura Bibliotheca, 2018. 2.Ferrario, Bianca – Optimizarea condiției fizice prin gimnastică aerobică, Editura Valahia University Press, 2010. 3.Popescu, Gabriel - Sport aerobic - ghid tehnic, elemente de dificultate, ANEFS, București, 2003; 4.Kulcsar, Ștefana - Gimnastica aerobică, Editura Clusium, Cluj-Napoca, 2000; 5. Dobrescu Tatiana – Gimnastica aerobică, o alternativă pentru un nou stil de viață al adolescenților, Editura Pim, Iași.		
Lucrări practice	Metode de predare	Observații
1.Inițiere în gimnastica aerobică.	Explicația, demonstrația, exersarea, analiza video și foto	4 ore
2.Inițiere în programe de acrogym.	Explicația, demonstrația, exersarea, analiza video și foto	4 ore
3.Inițiere în programe de aerobic-dance.	Explicația, demonstrația, exersarea, analiza video și foto	6 ore
4.Organizarea ansamblurilor de gimnastică aerobică.	Explicația, demonstrația, exersarea, analiza video și foto	6 ore
5.Activități de lucru în echipă.	Explicația, demonstrația, exersarea, analiza video și foto	4 ore
6.Alcătuire și prezentare ansamblu.	Explicația, demonstrația, exersarea, analiza video și foto	4 ore
	Total	28 ore
Bibliografie		
1.Chera-Ferrario Bianca – Programe și ansambluri de gimnastică aerobică, Editura Bibliotheca, 2018. 2.Ferrario, Bianca – Optimizarea condiției fizice prin gimnastică aerobică, Editura Valahia University Press, 2010. 3.Popescu, Gabriel - Sport aerobic - ghid tehnic, elemente de dificultate, ANEFS, București, 2003; 4.Kulcsar, Ștefana - Gimnastica aerobică, Editura Clusium, Cluj-Napoca, 2000; 5. Dobrescu Tatiana – Gimnastica aerobică, o alternativă pentru un nou stil de viață al adolescenților, Editura Pim, Iași.		

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

Studentii vor demonstra organizarea eficientă a colectivelor în orice activitate sportivă școlară și de timp liber.

10.Evaluare

Tip activitate	10.1 Criterii de evaluare	10.2 Metode de evaluare	10.3 Pondere din nota finală
10.4 Curs	- Cunoștințe teoretice din suportul de curs și din bibliografie	- Examen scris (platforma Moodle)	- 50 %
10.6 Lucrări practice	- Competențe (abilități) practice	- Evaluare practică (online Teams)	- 50 %
10.6 Standard minim de performanță			
- Prezentarea unui ansamblu sportiv și a conținutului acestuia.			

Data completării
24.09.2025

Titular curs
Conf.univ. dr. Bianca Ferrario

Titular aplicații practice
Conf.univ. dr. Bianca Ferrario

Data avizării în
departament
26.09.2025

Semnătura directorului de departament
Conf.univ.dr. Cristian Savu

Data avizării în
Consiliul Facultății
29.09.2025

Decan
Prof. univ.dr. Constantin Pehoiu



MINISTERUL EDUCAȚIEI ȘI CERCETĂRII
UNIVERSITATEA „VALAHIA” DIN TÂRGOVIȘTE
FACULTATEA DE ȘTIINȚE UMANISTE
DEPARTAMENTUL DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT

FIȘA DISCIPLINEI

1. Date despre program

1.1 Instituția de învățământ superior	Universitatea „Valahia” din Târgoviște
1.2 Facultatea/Departamentul	Facultatea de Științe Umaniste
1.3 Departamentul	Departamentul de Educație fizică și sport
1.4 Domeniul de studii	Știința sportului și educației fizice
1.5 Ciclu de studii	Master
1.6 Programul de studii/Calificarea	Educație fizică, turism și timp liber

2. Date despre disciplină

2.1 Denumirea disciplinei	etică și integritate academică						
2.2 Titularul activităților de curs	Prof. univ. dr. Constantin PEHOIU						
2.3 Titularul activităților de seminar	Conf. univ. dr. Alexandrina CONSTANTIN						
2.4 Anul de studiu	I	2.5 Semestrul	I	2.6 Tipul de evaluare	E	2.7 Regimul disciplinei	DF

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

3.1 Număr de ore pe săptămână	4	din care: 3.2 curs	1	3.3 seminar/laborator	1
3.4 Total ore din planul de învățământ	28	din care: 3.5 curs	14	3.6 seminar/laborator	14
Distribuția fondului de timp					ore
Studiul 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
Tutoriat					5
Examinări					2
Alte activități					-
3.7 Total ore studiu individual					97
3.9 Total ore pe semestru					125
3.10 Numărul de credite					5

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	Sală de curs dotată cu tablă inteligentă pe care avem instalate aplicațiile Teams, Zoom, Skype și acces la internet
5.2 de desfășurare a seminarului/laboratorului	Sală de seminar dotată cu tablă inteligentă pe care avem instalate aplicațiile Teams, Zoom, Skype și acces la internet

6. Rezultatele învățării

a.	Cunoștințe specifice privind problematica predării eticii și integrității academice în învățământul gimnazial și liceal..
b.	Aptitudini în ceea ce privește perfecționarea capacității de sinteză, alcătuire și aplicare a eticii și integrității academice în învățământul gimnazial și liceal.
c.	Responsabilitate și autonomie în utilizarea componentelor de etică și integrității academice în lecțiile de educație fizică.

7. Obiectivele disciplinei (reieșind din grila competențelor specifice acumulate)

7.1 Obiectivul general al disciplinei	1. Familiarizarea studenților cu metodologia și instrumentarul de lucru al sistemului și instrumentelor de asigurare a eticii și integrității academice
7.2 Obiectivele specifice	1. Formarea deprinderilor de utilizare a metodelor și tehnicilor de evaluare a fenomenului integrității în mediul universitar; 2. Cunoașterea de către studenți a problematicii eticii și integrității academice în cercetarea științifică și diseminarea rezultatelor activității lor profesionale

8. Conținuturi

8.1 Curs	Metode de predare	Observații
1. Fundamente ale eticii cercetării	Curs interactiv	2
2. Conduita etică a cercetătorului. Integritatea științifică	Curs interactiv	2
3. Standarde și reglementări. Legislația privind etica cercetării	Curs interactiv	2
4. Deontologia metodelor de cercetare	Curs interactiv	2
5. Plagiul și autoplagiatul	Curs interactiv	2
6. Redactarea corectă a unei lucrări academice	Curs interactiv	2
7. Mijloace electronice de verificare a lucrărilor științifice	Curs interactiv	2
Total		14
Bibliografie		
12. Drăgan N. (coord.), (2018), Etică și integritate academică		
13. Papadima, L., Deontologie academică, Curriculum-cadru, Universitatea din București		
14. Socaciu E., Vică C., Mihailov E., Gibea T., Mureșan V., Constantinescu M., (2028), Etică și integritate academică, București		
15. Șercan E., (2017), Deontologie academică. Ghid practic, București		
8.2 Seminar	Metode de predare	Observații
1. Etica cercetării și experimentele cu subiecți umani	Dezbateri, studiu de caz	2
2. Cazuri notorii de fraudă științifică	Dezbateri, studiu de caz	2
3. Autoplagiatul. Pro și contra	Dezbateri, studiu de caz	2
4. Cazuri de politicieni dovediți sau suspecti de plagiat	Dezbateri, studiu de caz	2
5. Dilema etică. Studii de caz	Dezbateri, studiu de caz	2
6. Utilizarea mijloacelor electronice de identificare a plagiatului	Dezbateri, studiu de caz	4
Total	Dezbateri, studiu de caz	14
Bibliografie		
1. Drăgan N. (coord.), (2018), Etică și integritate academică		
2. Papadima, L., Deontologie academică, Curriculum-cadru, Universitatea din București		
3. Socaciu E., Vică C., Mihailov E., Gibea T., Mureșan V., Constantinescu M., (2028), Etică și integritate academică, București		
4. Șercan E., (2017), Deontologie academică. Ghid practic, București		

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

Crearea deprinderilor și abilităților legate de buna practică în etică și integritate academică

10. Evaluare

Tip activitate	10.1 Criterii de evaluare	10.2 Metode de evaluare	10.3 Pondere din nota finală
10.4 Curs	Cunoștințe teoretice din suportul de curs și din bibliografie	Evaluare printr-un test scris	50%
10.5 Seminar/laborator	Prezentarea și susținerea publică a unui referat tematic	Notare currentă	30%
	Activitatea în cadrul seminarului	Notare currentă	20%
10.6 Standard minim de performanță			
Redactarea și susținerea unui referat, în baza notelor de curs și a bibliografiei recomandate			

Data completării
24.09.2025

Titularul de curs
Prof. univ. dr. Constantin PEHOIU

Titularul de aplicații
Conf. univ. dr. Alexandrina CONSTANTIN

Data avizării în
departament
26.09.2025

Director de departament
Conf. univ. dr. Cristian-Florian SAVU

Data avizării în
Consiliul Facultății
29.09.2025

Decan
Prof.univ. dr. Constantin PEHOIU



MINISTERUL EDUCAȚIEI ȘI CERCETĂRII
UNIVERSITATEA „VALAHIA” DIN TÂRGOVIȘTE
FACULTATEA de ȘTIINȚE UMANISTE
DEPARTAMENTUL: EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORTIVĂ

FIȘA DISCIPLINEI

1. Date despre program

1.1 Instituția de învățământ superior	Universitatea Valahia din Târgoviște
1.2 Facultatea/Departamentul	Științe Umaniste
1.3 Departamentul	Educație Fizică și Sport
1.4 Domeniul de studii	Educație Fizică și Sport
1.5 Ciclu de studii	Masterat
1.6 Programul de studii/Calificarea	Educație fizică, turism și timp liber

2. Date despre disciplină

2.1 Denumirea disciplinei	Legislație școlară și acte de studii						
2.2 Titularul activităților de curs	Conf. univ. dr. Bratu Sofia						
2.3 Titularul activităților de seminar	-						
2.4 Anul de studiu	I	2.5 Semestrul	1	2.6 Tipul de evaluare	C	2.7 Regimul disciplinei	DC

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

3.1 Număr de ore pe săptămână	1	din care: 3.2 curs	1	3.3 seminar/laborator	-
3.4 Total ore din planul de învățământ	14	din care: 3.5 curs	14	3.6 seminar/laborator	-
Distribuția fondului de timp					ore
Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe					28
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren					46
Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri					14
Tutoriat					2
Examinări					14
Alte activități: consultații					7
3.7 Total ore studiu individual					111
3.9 Total ore pe semestru					125
3.10 Numărul de credite					5

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	Sală de curs dotată cu videoproiector, tablă inteligentă.
5.2 de desfășurare a seminarului/laboratorului	Nu este cazul.

6. Rezultatele învățării

Cunoștințe: Studentul/Absolventul clasifică și operează cu noțiuni referitoare la tehnicile și mijloacele specifice managementului; Studentul/Absolventul clasifică și operează cu noțiuni referitoare la aspectele legislative care guvernează activitatea, în vederea realizării obiectivelor specifice structurilor din domeniul educației fizice și sportului; Studentul/Absolventul identifică elementele de legislație și politici naționale și ale Uniunii Europene în exercitarea profesiei.
Aptitudini: Studentul/Absolventul identifică elemente legislative de reglementare a organizării și funcționării structurilor din sistemul de educație fizică și sport și a sistemului de învățământ românesc; Aplică legislația internațională și națională care reglementează relațiile dintre furnizorii de servicii de reabilitare și beneficiarii; Distinge particularitățile exercitării profesiei în contextul legislativ.
Responsabilitate și autonomie: Studentul/Absolventul selectează și respectă prevederi legislative privind activitatea profesională; Studentul/Absolventul utilizează elemente de management organizațional și educațional în activitatea profesională; Respectă standardele juridice și profesionale în relația cu beneficiarii; Oferă servicii de reabilitare funcțională de calitate în conformitate cu standardele profesionale.

7. Obiectivele disciplinei (reieșind din grila competențelor specifice acumulate)

7.1 Obiectivul general al disciplinei	Formarea competențelor necesare cunoașterii legislației și aplicării acesteia, a principiilor și tehnicilor de conducere, a principiilor de relaționare la nivelul organizației școlare și a grupului/clasei de elevi prin asumarea profesională a rolurilor specifice ierarhiei organizaționale
7.2 Obiectivele specifice	Însușirea cunoștințelor de legislație privind organizarea sistemului de învățământ românesc; Creșterea nivelului de cunoaștere și înțelegere a paradigmelor sociale contemporane care direcționează noile principii și orientări în domeniul managementului juridic și al legislației școlare; Formarea capacității de a opera cu concepte specifice domeniului de intervenție școlară; Formarea capacității de a recunoaște și stabili un ansamblu de norme morale, juridice și profesionale specifice domeniului de intervenție; Promovarea conceptului de responsabilizare, ca finalitate majoră a responsabilității profesionale și sociale.

8. Conținuturi

8.1 Curs	Metode de predare	Observații
1. Conceptul de management al calității în învățământul preuniversitar. Cadrul european și național cu privire la calitate în învățământul preuniversitar; Principii și abordări privind asigurarea calității în învățământul preuniversitar; Management și leadership în asigurarea calității. (2 ore)	Prelegere interactivă, expunere PPT	Consultarea bibliografiei recomandate
2. Legislație în vigoare privind organizarea sistemului de învățământ românesc: Legea nr. 198/2023 a învățământului preuniversitar, Legea nr. 199/2023 a învățământului universitar	Prelegere interactivă, expunere PPT	Consultarea bibliografiei recomandate
3. Managementul activităților didactice din perspectiva respectării legislației. Parteneriatul social și dialogul educațional pentru prevenirea faptelor de corupție. (2 ore)	Prelegere interactivă, expunere PPT	Consultarea bibliografiei recomandate
4. Cunoașterea sistemică a managementului unității de învățământ, în cadrul general al fenomenelor anticorupție. Atributele și abilitățile specifice actului de conducere, din perspective politice și strategiilor oportune unui management optim al unității de învățământ. (2 ore)	Prelegere interactivă, expunere PPT	Consultarea bibliografiei recomandate
5. Acte normative privind funcțiile didactice și didactice auxiliare. Condiții de ocupare și evaluare. Funcțiile de conducere, de îndrumare și control. Norma didactică. Metodologia de mișcare a personalului didactic. Contractul colectiv de muncă și contractul individual de muncă. (2 ore)	Prelegere interactivă, expunere PPT	Consultarea bibliografiei recomandate
6. Acte de studii în învățământul preuniversitar și universitar. (2 ore)	Prelegere interactivă, expunere PPT	Consultarea bibliografiei recomandate
7. Legea 677/2001 pentru protecția persoanelor cu privire la	Prelegere interactivă,	Consultarea bibliografiei

prelucrarea datelor cu caracter personal și libera circulație a acestora, cu modificările ulterioare. Legea 544/2001 privind accesul la informațiile de interes public actualizată. (2 ore)	expunere PPT	recomandate
		TOTAL: 14 ore
Bibliografie 1. Legislație națională primară (legi, ordonanțe de urgență): ***., (2024), Legea GDPR 2024 actualizată. URL: https://www.legeagdpr.ro/ ***., (2023), <i>Legea nr. 198/2023 a învățământului preuniversitar</i>, URL https://www.iscj.ro/wp-content/uploads/2023/09/LEGEA-nr.-198-din-4-iulie-2023.pdf ***., (2023), <i>Legea nr. 199/2023 a învățământului universitar</i>, URL: https://www.aracis.ro/wp-content/uploads/2023/09/legea-invatamantului-superior-nr-199-2023.pdf; ***., (2023), <i>Legea nr. 76/2023-organizarea și funcționarea sistemului național de semnalări și participarea României la sistemul de informații Schengen, precum și pentru modificarea și completarea ordonanței de urgență a guvernului nr. 194/2002 privind regimul străinilor în România;</i> ***., (2023), <i>Legea nr. 76/2023-privind desfășurarea acțiunilor în reprezentare pentru protecția intereselor colective ale consumatorilor</i> ***., (2004), <i>Ghid privind mijloacele legale de combatere a faptelor de corupție în învățământ;</i> 2. Legislație secundară (hotărâri de guvern, ordine); Ordin nr. 4475/15.06.2023 pentru completarea metodologiei-cadru privind mobilitatea personalului didactic de predare în învățământul preuniversitar în anul școlar 2023-2024, aprobată prin ordinul ministrului educației nr. 6218/2022, URL: http://ismb.edu.ro/documente/personal/2023/Mobilitatea/ordin_4475_2023.pdf Ordin nr. 4478/2023 privind formarea continuă a personalului din învățământul preuniversitar, URL: http://ismb.edu.ro/documente/personal/2023/Mobilitatea/OME_4478.pdf Ordin nr. 6.877/2023 pentru completarea metodologiei-cadru privind mobilitatea personalului didactic de predare în învățământul preuniversitar în anul școlar 2024-2025 http://ismb.edu.ro/documente/proiecte/2023/PO_Mobilitatea_edu_intern_23_24.pdf Ordin nr. 3899/28.03.2023 pentru aprobarea Metodologiei privind organizarea și desfășurarea grupelor de acomodare pentru dobândirea noțiunii de limbă, cultură și civilizație românească Ordin nr. 4183 din 4 iulie 2022 pentru aprobarea Regulamentului-cadru de organizare și funcționare a unităților de învățământ preuniversitar Ordin nr. 4831/2018 din 30 august 2018 privind aprobarea Codului-cadru de etică al personalului didactic din învățământul preuniversitar Ordin nr. 1.054/2019 pentru aprobarea Normelor metodologice privind coordonarea și supravegherea prin misiuni de îndrumare metodologică a statutului implementării și dezvoltării sistemului de control intern managerial la entitățile publice, URL: https://legislatie.just.ro/Public/DetaliiDocument/218976 Ordinul secretarului general al Guvernului nr. 600/2018 pentru aprobarea Codului controlului intern/managerial al entităților publice; Medolologia de acordare a creditelor transferabile în învățarea pe tot parcursul vieții, publicată în Monitorul Oficial, partea I nr. 39/2024, URL: https://www.portalinvatamant.ro/articole/legi-25/acordarea-creditelor-transferabile-in-invatarea-pe-tot-parcursul-vietii-noua-metodologie-in-monitorul-oficial-12648.html Ordin nr. 3797/03.03.2023, Statutul elevului, URL: https://cdn.edupedu.ro/wp-content/uploads/2023/03/Statutul-Elevului-2023.pdf Contractul Colectiv de Muncă Unic la nivel de Sector de activitate Învățământ Preuniversitar 2023- Contract Colectiv de Muncă 1199 5.07.2023, URL: https://www.fsespriuharet.ro/contractul-colectiv-de-munca/ Fisa de evaluare a personalului didactic pentru anul școlar 2023-2024, URL: https://www.edu.ro/etichete/fi%C8%99e-de-post Fisa de evaluare a personalului didactic pentru anul școlar 2024-2025. URL: http://ismb.edu.ro/documente/personal/2024/Mobilitatea/Fisa_de_evaluare_personalului_didactic.pdf 3. Cărți rbu, L., (2010), <i>Managementul calității în învățământul preuniversitar</i>, Editura Sfântul Ierarh Nicolae, Galați; rzea, C., (1998), <i>Arta și știința educației</i>, E.D.P., București; terf, le Guy., (1998), <i>Le management des competences</i>, Conference au CIPF d'Aix-en Provence; le, G.A., (2000), <i>Managementul personalului</i>, CODECS, București; bbin, J., (1986), <i>Le leadership</i>, Les Édition de l'homme, Montréal; iță, M., (92009), <i>Auditul Intern</i>, Editura Economică, București; cu, R., (2000), <i>Managementul clasei de elevi - gestionarea situațiilor de criză educațională în clasa de elevi</i>, Editura Bolintineanu, București hns, G., (1998), <i>Comportament organizațional</i>, Ed. Economică, București; ievici, P., (1997), <i>Calitatea învățământului. Cadrul conceptual, evaluare și dezvoltare</i>, Editura Didactică și Pedagogică, București; aru, M., (1999), <i>Managementul calității</i>, ediția a II-a revizuită și adăugită, Editura Economică, București; Pehoiu, C., (2023) – <i>Curs de legislație școlară și acte de studii</i> – format CD și elctornic accesibil pe platforma Teams; anciu, St., Ionescu, M.A., Leovaridis, C., Stănescu, D., (2003), <i>Managementul resurselor umane</i>, Editura Comunicare.ro, Bucuresti;		

anciu, St., Ionescu, M.A., (2005), *Cultură și comportament organizațional*, Editura Comunicare.ro, București;
 ăiculescu C., (2011), *Școala și comunitatea locală. Parteneriat pentru educație*, rezumatul tezei de doctorat, Universitatea București;
 f, V., (2011), *De la evaluare la curriculum*, Editura Universității din București, București;
 asceanu, Mihaela, (1993()), *Psihosociologia educației și învățământului*, Editura Paideia, București;
 ate, M., (2004), *Leadership și management*, Ed. Polirom, Iași;

3. Webografie:

<https://lege5.ro/Gratuit/geztqmtgq2tm/legea-invatamantului-preuniversitar-nr-198-2023/3>
https://edu.ro/sites/default/files/_fi%C8%99iere/Minister/2023/Legi_educatie_Romania_educata/legi_monitor/Legea_invatamantului_preuniversitar_nr_198.pdf
https://www.edu.ro/sites/default/files/_fi%C8%99iere/Legislatie/2023/OM-3656-2023.pdf
<https://cdn.edupedu.ro/wp-content/uploads/2023/03/Statutul-Elevului-2023.pdf>
https://www.dataprotection.ro/?page=noua%20pagina_regulamentul_GDPR
<https://www.portalinvatamant.ro/articole/diverse-31/invoirea-cadrelor-didactice-conditii-si-model-de-cerere-pentru-invoirea-colegiala-8320.html>
<ps://www.portalinvatamant.ro/articole/legi-25/noutati-privind-actele-de-studii-cod-qr-si-supliment-europass-in-engleza-la-diplomele-absolventilor-de-studii-superioare-12639.html>
<p://eurx.europa.eu/LexUriServ/LexUriServ.do?uri=OJ:C:2007:311:0013:0015:RO:PDF>;
<p://eurlex.europa.eu/LexUriServ/LexUriServ.do?uri=COM:2010:2020:FIN:RO:PDF>
 comunicarea Comisiei Europa 2020. O strategie europeană pentru o creștere inteligentă, ecologică și favorabilă incluziunii. Bruxelles: 03.03.2010;
www.consilium.europa.eu/uedocs/cms_data/.../QC3210249ROC.pdf Proiectul Europa 2030- provocări și oportunități, Raportul către Consiliul European al Grupului de reflexie privind viitorul UE 2030;

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

Conținutul disciplinei este coroborat cu așteptările asociațiilor profesionale și ale angajatorilor;
 Conținutul disciplinei este discutat cu cadre didactice de la alte facultăți de profil din țară, cu specialiști din Domeniul Educației Fizice și Sportului, dar și cu specialiști din domenii complementare.

10. Evaluare

Tip activitate	10.1 Criterii de evaluare	10.2 Metode de evaluare	10.3 Pondere din nota finală
10.4 Curs	- Implicarea cu întrebări, comentarii, exemple.	Colocviu	60,00%
	- Cunoștințe teoretice asimilate; - Răspunsurile la evaluarea finală; - Predarea portofoliului cu lucrări.	Verificare pe parcurs	40,00%
10.5	-	-	-
Seminar/laborator	-	-	-
10.6 Standard minim de performanță			
Însușirea terminologiei specifice domeniului; Capacitatea de a prezenta și opera cu noțiunile de bază, specifice disciplinei; Parcurgerea bibliografiei; Participarea la cursuri și îndeplinirea sarcinilor de lucru.			

Data completării
24. 09. 2025

Titularul de curs
Conf. univ. dr. Bratu Sofia

Titularul de aplicații
Conf. univ. dr. Bratu Sofia

Data avizării în
departament
26. 09. 2025

Director de departament
Conf. univ. dr. Cristian-Florian SAVU

Data avizării în
Consiliul Facultății
29. 09. 2025

Decan
Prof. univ. dr. Pehoiu Constantin



UNIVERSITATEA VALAHIA DIN TÂRGOVIȘTE
FACULTATEA DE ȘTIINȚE UMANISTE
DEPARTAMENTUL DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
Master: EDUCAȚIE FIZICĂ, TURISM ȘI TIMP LIBER

FIȘA DISCIPLINEI

Anul universitar 2025-2026

1. Date despre program

1.1 Instituția de învățământ superior	Universitatea Valahia din Târgoviște
1.2 Facultatea/Departamentul	Facultatea de Științe Umaniste
1.3 Departamentul	Educație Fizică și Sportivă
1.4 Domeniul de studii	Știința Sportului și Educației Fizice
1.5 Ciclul de studii	Master
1.6 Programul de studii/Calificarea	Educație fizică, turism și timp liber

2. Date despre disciplină

2.1 Denumirea disciplinei	ECOLOGIE ȘI IGIENĂ ÎN ACTIVITĂȚILE TURISTICE ȘI DE AGREMENT SPORTIV						
2.2 Titularul activităților de curs	Conf. univ. dr. Gica Pehoiu						
2.3 Titularii activităților de lucrări practice	-						
2.4 Anul de studiu	I	2.5 Semestrul	II	2.6 Tipul de evaluare - Examen	E	2.7 Regimul disciplinei - obligatoriu	DF

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

3.1 Număr de ore pe săptămână -	2	din care: 3.2 curs	2	3.3 seminar/laborator	-
3.4 Total ore din planul de învățământ	28	din care: 3.5 curs	28	3.6 seminar/laborator	-
Distribuția fondului de timp					ore
Studiul 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
Tutoriat					2
Examinări					5
Alte activități					-
3.7 Total ore studiu individual					97
3.9 Total ore pe semestru					125
3.10 Numărul de credite					5

4. Precondiții (acolo unde este cazul)

4.1 de curriculum	Cunoștințe generale specifice ecologiei, mediului, igienei individuale și turismului achiziționate în domeniile interdisciplinare în anii anteriori.
4.2 de competențe	Achiziția de noțiuni, concepte, teorii, procese, specifice domeniului, din anii anteriori

5. Condiții (acolo unde este cazul)

5.1 de desfășurare a cursului	Sală de curs dotată cu: videoproiector/On line, platforma Moodle
5.2 de desfășurare a seminarului/laboratorului	Sală de curs dotată cu: videoproiector/On line, platforma Moodle

6. Rezultatele învățării

10.1	Cunoștințe specifice privind problematica ecologiei și igienei în activitățile turistice și de agrement sportiv
10.2	Aptitudini în ceea ce privește dobândirea și aprofundarea principiilor specifice ecologiei, igienei și turismului
10.3	Responsabilitate și autonomie prin participarea și organizarea de activități de informare și educație ecologică în comunități umane.

7. Obiectivele disciplinei

7.1 Obiectivul general al disciplinei	Formarea competențelor specifice ecologiei, igienei și turismului
7.2 Obiectivele specifice	- să definească noțiuni, concepte, termeni, principii specifice ecologiei, igienei și turismului. - să realizeze evaluarea impactului activităților turistice asupra mediului; - să cunoască factorii din mediul de viață și de activitate ale populației care ar putea reprezenta factori de risc pentru sănătate; - să dobândească și/sau să aprofundeze un mod de viață și activitate civilizat și sănătos. - să contribuie la educarea populației în sensul protejării mediului ambiant; - să participe la acțiuni de protecție și conservare a mediului; - să contribuie la educarea populației în sensul unei vieți sănătoase printr-un regim de viață, de activitate și de alimentație echilibrat și igienic. - să integreze inter/și transdisciplinar cunoștințele privitoare la ecologie, igienă și turism în rezolvarea unor situații educative complexe.

8. Conținuturi

8.1 Curs	Metode de predare	Observații
C1. Prezentarea generală a cursului: corelații cu discipline anterioare, scopul și importanța disciplinei, obiectivele generale ale disciplinei, competențele de format, lista de conținuturi, bibliografia minimală, forme și criterii de evaluare, planificarea evaluărilor. Noțiuni generale privind ecologia, igiena și turismul	expunerea, explicația, conversația, demonstrația	2 ore
C2. Noțiuni, concepte și elemente de conținut din domeniul ecologiei.	conversația, explicația, expunerea, problematizarea studii de caz	2 ore
C3. Noțiuni, concepte și elemente de conținut din domeniul medicinei/igienei.	expunerea, explicația, conversația, demonstrația problematizarea, studii de caz	2 ore
C4. Noțiuni, concepte și elemente de conținut din domeniul turismului/turismul de agrement sportiv	expunerea, explicația, conversația, demonstrația problematizarea studii de caz	2 ore
C5. Raporturile organismului uman cu diferiți factori de mediu. Relația om-factor de mediu - aerul. Poluarea și contaminarea aerului, influența asupra organismului, măsuri de prevenire și combatere.	expunerea, explicația, conversația, demonstrația, studii de caz	2 ore
C6. Raporturile organismului uman cu diferiți factori de mediu. Relația om-factor de mediu - apa. Calitatea apei, poluarea și contaminarea, influența asupra organismului, prevenire și combatere, sisteme de aprovizionare cu apă.	expunerea, explicația, conversația, demonstrația problematizarea, studii de caz	2 ore

C7. Raporturile organismului uman cu diferiți factori de mediu. Relația om-factor de mediu - solul, ariile protejate. Poluarea și contaminarea solului.	expunerea, explicația, conversația, problematizarea, demonstrația, studii de caz	2 ore
C8. Efectele activităților turistice asupra stării de sănătate a populației: igiena alimentației Relația om - aliment, comportamente alimentare, modelul unei alimentații sănătoase	expunerea, explicația, conversația, demonstrația, studii de caz	2 ore
C9. Condiții de impurificare și contaminare a alimentelor, intoxicații și toxinfecții alimentare, profilaxie.	expunerea, explicația, conversația, demonstrația	2 ore
C10. Efectele activităților turistice asupra stării de sănătate a populației: alegerea adecvată a echipamentului și igiena îmbrăcămintei cu privire la desfășurarea activităților turistice și sportive; igiena bazelor sportive.	expunerea, explicația, conversația, demonstrația	2 ore
C11. Impactul activității turistice asupra mediului	dezbateri, studii de caz	2 ore
C12. Cerințe privind atenuarea efectelor negative ale activității turistice asupra componentelor mediului. Reguli și măsuri de aplicat	expunerea, explicația, conversația, demonstrația, studii de caz	2 ore
C13. Noțiuni generale de prim ajutor	expunerea, explicația, conversația, problematizarea	2 ore
C14. Principalele tipuri de afecțiuni ce pot fi aplanate prin aplicarea regulilor primului ajutor	expunerea, explicația, conversația, demonstrația	2 ore
Bibliografie - Adriana Anca Cristea (2018), <i>Industria agrementului în turism</i> , Editura Pro Universitaria, București - Băltărețu Andreea Mihaela (2016) - <i>Economia industriei turistice</i> , Editura Universitară, București - Băbăț A.-F., Mazilu M., Niță A., Drăguleasa I.-A., Grigore M. (2023), <i>Tourism and Travel Competitiveness Index: From Theoretical Definition to Practical Analysis in Romania</i> . Sustainability 15, 10157. - Bogan E. (2019), <i>Turism urban</i> , Editura Universitară, București. - Balint Gheorghe (2007), <i>Activități sportive recreative și de timp liber: paintball, mountain bike, și escaladă</i> , Editura PIM, Iași - Bulin Daniel, (2017), <i>Turismul. Axă prioritară de creștere economică durabilă a României</i> , Editura Pro Universitaria București - Căndea M., Simion, T., Bogan E., <i>Patrimoniul turistic al României</i> , Editura Universitară, București, 2012. - Drăgan I. (coord.), <i>Medicina sportivă</i> , Editura Medicală, București, 2002. - Gabriela Monica Moacă (2015), <i>Educația pentru sănătate și prim ajutor</i> , Editura Bibliotheca, Târgoviște - Matei E., (2011), <i>Ecoturism</i> , Editura Universitară București - Michele D. (2008), <i>Igiena alimentației</i> , Editura Medicală, București - Leuciuc Florin Valentin (2009), <i>Activități turistice</i> , Editura Universității din Suceava - Gotelli, N.J., Ellison, A.M., (2013), <i>A primer of ecological statistics</i> , 2nd Edition, Sinauer Associates, Inc., Sunderland - Ion I. Dediu (2018), <i>Enciclopedia de ecologie</i> , Ed. Știința, București - Gica Pehoiu (2019) - <i>Percept of Teachers Regarding Integration of Education for Environment and Sustainable Development in Primary School</i> , Revista românească pentru educație multidimensională, Volume 11, Issue 2, p. 256-269 - Pehoiu Gica (2008), <i>Turism. Destinații și obiective principale</i> , Editura Valahia University Press, Târgoviște. - Pehoiu Gica (2015), <i>Noțiuni generale privind ecologia, igiena și turismul, Note de curs</i> , Universitatea Valahia din Târgoviște - Petruța Daniela Mihăilescu (2011), <i>Refacerea în sportul de performanță</i> , Editura Universității din Pitești - Ramona Pîrvu (2015), <i>Turism internațional. Aspecte economice și sociale</i> , Editura Universitaria, București - Vladu L., Marinescu A., Amzăr L., (2008), <i>Sănătate prin sport</i> , Editura Universitaria, Craiova - Cain, M. L., Bowman. W. D., și Hacker. S.D., (2011) <i>Ecology</i> . 2nd Ed., Sinauer Associates, Inc., Sunderland, MA - Cogălniceanu, D. (2007) <i>Ecologie și protecția mediului</i> , Ministerul Educației și Cercetării. Proiectul pentru Învățământul - Zamora E., Boroș Balint I. (2012), <i>Educația pentru sănătate, și prim ajutor</i> , Editura Risoprint, Cluj-Napoca - Wheeler, P.C., Bell, J.R., Cook, P.A., (2011) <i>Practical field ecology. A project guide</i> . Wiley-Blackwell		
8.2. Lucrări practice	Metode de predare	Observații
-	-	-

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

Cerințele exprimate în fișa de culegere a informațiilor (formular RNCIS):
- operarea cu noțiuni de specialitate;

- informarea, documentarea și prelucrarea informațiilor științifice din domeniul ecologiei, igienei și turismului;
- operarea cu principiile fundamentale specifice celor trei domenii și aplicarea lor în studii de caz;
- dezvoltarea strategiilor de îmbunătățire a pregătirii profesionale optime a studenților;
- comunicare eficientă cu studenții, părinții, colegii, conducerea instituției de învățământ și cu angajatorii din domeniu.

10. Evaluare

Tip activitate	10.1 Criterii de evaluare	10.2 Metode de evaluare	10.3 Pondere din nota finală
10.1. Curs	Corectitudinea cunoștințelor Aplicarea cunoștințelor specifice ecologiei și igienei în turism în diverse situații	Studiu de caz	80%
	Construirea conversației pe baza materialelor bibliografice specifice ecologiei, turismului și igienei.	Examinare orală/	20%
10.2. Seminar/laborator	Fișe de observație asupra studiilor de caz prezentate	Testarea continuă pe parcurs	-
	Activitatea desfășurată în vederea întocmirii referatelor	Evaluarea referatelor	-
10.6 Standard minim de performanță			
• parcurgerea bibliografiei minime: - obținerea notei minime 5 la activitățile de tip referat: • realizarea și susținerea unui referat de profil - obținerea notei minime 5 la testarea continuă pe parcursul semestrului: • să cunoască conceptele de bază din domeniile: ecologie, igienă și turism • - obținerea notei minime 5 la examinarea finală: - prezentarea la alegere a unui studiu de caz referitor la problematica cursului.			

Data completării
24.09.2025

Titularul de curs
Conf. univ. dr. Gica Pehoiu

Titularul de aplicații

Data avizării în
departament
26.09.2025

Director de departament
Conf. univ. dr. Cristian-Florian SAVU

Data avizării în
Consiliul Facultății
29.09.2025

Decan
Prof.univ. dr. Constantin PEHOIU



MINISTERUL EDUCAȚIEI ȘI CERCETĂRII
UNIVERSITATEA „VALAHIA” DIN TÂRGOVIȘTE
FACULTATEA ȘTIINȚE UMANISTE
DEPARTAMENTUL EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT

FIȘA DISCIPLINEI

1. Date despre program

1.1 Instituția de învățământ superior	UNIVERSITATEA VALAHIA DIN TÂRGOVIȘTE
1.2 Facultatea/Departamentul	FACULTATEA DE ȘTIINȚE UMANISTE
1.3 Departamentul	EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
1.4 Domeniul de studii	ȘTIINȚA SPORTULUI ȘI EDUCAȚIEI FIZICE
1.5 Ciclul de studii	MASTER
1.6 Programul de studii/Calificarea	EDUCAȚIE FIZICĂ, TURISM ȘI TIMP LIBER

2. Date despre disciplină

2.1 Denumirea disciplinei	NUTRIȚIE ȘI COMPOZIȚIE CORPORALĂ						
2.2 Titularul activităților de curs	Conf. univ. dr. Gabriela - Monica IONESCU						
2.3 Titularul activităților de seminar	-						
2.4 Anul de studiu	I	2.5 Semestrul	II	2.6 Tipul de evaluare	E	2.7 Regimul disciplinei	DF

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

3.1 Număr de ore pe săptămână	2	din care: 3.2 curs	2	3.3 seminar/laborator	-
3.4 Total ore din planul de învățământ	28	din care: 3.5 curs	28	3.6 seminar/laborator	-
Distribuția fondului de timp					ore
Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe					28
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren					21
Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri					14
Tutoriat					14
Examinări					10
Alte activități					10
3.7 Total ore studiu individual					97
3.9 Total ore pe semestru					125
3.10 Numărul de credite					5

4. Precondiții (acolo unde este cazul)

4.1 de curriculum	Competente specifice activitatilor medicale desfasurate in anii anteriori: Anatomie functionala, Educatie pentru sanatate si prim ajutor
4.2 de competențe	-

5. Condiții (acolo unde este cazul)

5.1 de desfășurare a cursului	Sală de curs dotată cu tablă inteligentă
5.2 de desfășurare a seminarului/laboratorului	-

6. Rezultatele învățării

a.	Cunoștințe (<i>Rezultatul asimilării de informații prin învățare. Cunoștințele reprezintă ansamblul de fapte, principii, teorii și practici legate de un anumit domeniu de muncă sau de studiu. Pot fi teoretice și/sau factice</i>)
b.	Aptitudini (<i>Capacitatea de a aplica cunoștințe și de a utiliza know-how pentru a duce la îndeplinire sarcini și a rezolva probleme. Aptitudinile sunt descrise ca fiind cognitive (implicând utilizarea gândirii logice, intuitive și creative) sau practice (implicând dexteritate manuală și utilizarea de metode, materiale, unelte și instrumente)</i>)
c.	Responsabilitate și autonomie (<i>Capacitatea cursantului de a aplica în mod autonom și responsabil cunoștințele și aptitudinile sale</i>)

7. Obiectivele disciplinei (reieșind din grila competențelor specifice acumulate)

7.1 Obiectivul general al disciplinei	➤ Intelegerea notiunilor legate de nutriție
7.2 Obiectivele specifice	➤ Importanța alimentației raționale în activitatea sportivă
	➤ Principiile alimentare necesare organismului
	➤ Principiile indicatori ai creșterii și dezvoltării organismului

8. Conținuturi

8.1 Curs	Metode de predare	Observații
Auxologia și antropometria în dinamica vârstelor Perioadele ontogenezei Creșterea și dezvoltarea corpului	Prelegere fizic / Videoproiecție PPT	8 ore
Înălțimea corpului - indicator al creșterii și dezvoltării fizice Evoluția înălțimii corporale Evaluarea înălțimii	Prelegere fizic / Videoproiecție PPT	4 ore
Greutatea corporală - indicator al creșterii și al dezvoltării fizice Evoluția greutății în ontogeneza Evaluarea greutății corporale	Prelegere fizic / Videoproiecție PPT	4 ore
Compoziția corporală Structura compoziției corporale și niveluri de organizare Metode de măsurare și evaluare a compoziției corporale	Prelegere fizic / Videoproiecție PPT	4 ore
Importanța alimentației raționale Alimentația rațională Principiile rației alimentare	Prelegere fizic / Videoproiecție PPT	4 ore
Reguli de bază în alimentație Principalele reguli în alimentație	Prelegere fizic / Videoproiecție PPT	4 ore
TOTAL		28 ore

Bibliografie

1. Mănescu S, *Tratat de igienă*, Editura Medicală, 2004, București.
2. Zamora E, Craciun D.D, *Igiena educației fizice și sportului*, Editura Risoprint, 1999, Cluj Napoca.
3. Zamora E, Popescu A, Zamora D.E, *Primul ajutor în educație fizică, sport și kinetoterapie*, Editura G.M.I, 2004, Cluj Napoca.
4. Mihele D., *Igiena alimentației*, Editura Medicală, 2008, București.
5. Prisăcaru V., Malai Emilia, *Optimizarea educației pentru sănătate*, 2006, Chișinău.
6. Norman V., *Epidemiology and public health in medicine*, 1999, Edinburgh.
7. Bach, Ph., *Nutriție (vol.1-4)*, 2009, București.
8. Drosescu Paula, *Igiena educației fizice și sportului*, Editura Universității "Al.I. Cuza", 2002, Iași.
9. Dumitrescu Carmen, Dumitrescu C., *Călimba organismului*, Editura Sport Turism, 1990, București.
10. Cordun, M., *Aspecte ale traumatismului și nevoia intervenției psihologice în recuperare*, Editura Fundației Humanitas, 2006, București.
11. Drăgan, I., *Medicină sportivă*, Editura Medicală, 2012, București.

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

10. Evaluare

Tip activitate	10.1 Criterii de evaluare	10.2 Metode de evaluare	10.3 Pondere din nota finală
10.4 Curs	Test grilă	Răspunsurile la examen / colocviu (evaluarea finală) – fizic /- grilă	60%
		Activitățile gen teme / referate / eseuri / proiecte – fizic	20%
		Alte activități (<i>prezență</i>)	20%
10.5 Seminar/laborator	Referat	-	-
10.6 Standard minim de performanță – Noțiuni de bază			

Data completării
24.09.2025

Titularul de curs
Conf. univ. dr. Gabriela Monica IONESCU

Titularul de aplicații

Data avizării în
departament
26.09.2025

Director de departament
Conf. univ. dr. Cristian-Florian SAVU

Data avizării în
Consiliul Facultății
29.09.2025

Decan
Prof.univ. dr. Constantin PEHOIU



MINISTERUL EDUCAȚIEI ȘI CERCETĂRII
UNIVERSITATEA „VALAHIA” DIN TÂRGOVIȘTE
FACULTATEA DE ȘTIINȚE UMANISTE
DEPARTAMENTUL DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT

FIȘA DISCIPLINEI

1. Date despre program

1.1 Instituția de învățământ superior	Universitatea Valahia din Târgoviște
1.2 Facultatea/Departamentul	Facultatea de Științe Umaniste
1.3 Departamentul	Educație fizică și sport
1.4 Domeniul de studii	Știința sportului și educației fizice
1.5 Ciclul de studii	Master
1.6 Programul de studii/Calificarea	Educație fizică, turism și timp liber

2. Date despre disciplină

2.1 Denumirea disciplinei	Tipuri clasice și moderne (neconvenționale) de turism						
2.2 Titularul activităților de curs	Conf. dr. Adrian Aurel Baltălungă						
2.3 Titularul activităților de seminar	-						
2.4 Anul de studiu	I	2.5 Semestrul	II	2.6 Tipul de evaluare	E	2.7 Regimul disciplinei	DF

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

3.1 Număr de ore pe săptămână	1	din care: 3.2 curs	1	3.3 seminar/laborator	-
3.4 Total ore din planul de învățământ	14	din care: 3.5 curs	14	3.6 seminar/laborator	-
Distribuția fondului de timp					ore
Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe					52
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren					52
Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri					0
Tutoriat					0
Examinări					7
Alte activități					0
3.7 Total ore studiu individual					111
3.8 Total ore pe semestru					125
3.9 Numărul de credite					5

4. Precondiții (acolo unde este cazul)

4.1 de curriculum	-
4.2 de competențe	-

5. Condiții (acolo unde este cazul)

5.1 de desfășurare a cursului	- față în față / în sistem on line, prin utilizarea platformei https://moodle.valahia.ro/ și a aplicației Microsoft Teams (instalare și conectare platforme digitale, adrese e-mail instituționale / - amfiteatru, videoproiector, PC, tablă / tablă inteligentă / PC, note curs format digital.
5.2 de desfășurare a seminarului/laboratorului	-

6. Rezultatele învățării

10.4 Cunoștințe
<i>Studentul/absolventul analizează, compară și diferențiază tipurile de turism și mecanismele lor de manifestare.</i>
<i>Studentul/absolventul explică, clasifică și evidențiază indicatorii de calitate a mediului și sursele de poluare.</i>
<i>Studentul/absolventul identifică, selectează și evidențiază modificările mediului, la nivel global și regional, precum și impactul lor asupra societății și mediului, respective asupra activităților</i>
10.5 Aptitudini
<i>Studentul/absolventul aplică metode de evaluare a fenomenului turistic în contexte teritoriale diverse.</i>
<i>Studentul/absolventul utilizează instrumente GIS și metode statistice pentru evaluarea calității mediului.</i>
<i>Studentul/absolventul interpretează date geografice și le corelează cu fenomenele legate de turism</i>
10.6 Responsabilitate și autonomie
<i>Studentul/absolventul propune soluții de gestionare a fluxurilor turistice în colaborare cu autorități și comunități locale.</i>
<i>Studentul/absolventul elaborează rapoarte și sugestii pentru politici publice.</i>
<i>Studentul/absolventul participă activ în cadrul unor proiecte de cercetare și educație privind problematica turismului.</i>

7. Obiectivele disciplinei (reieșind din grila competențelor specifice acumulate)

7.1 Obiectivul general al disciplinei	- Formarea competențelor specifice necesare desfășurării activității în domeniul turismului.
7.2 Obiectivele specifice	- Prezentarea într-o structură integrată a tipurilor clasice și moderne de turism; - Înțelegerea cauzelor apariției, evoluției și perspectivele de dezvoltare ale acestor tipuri de turism; - Cunoașterea repartiției teritoriale și a posibilităților de îmbinare dintre cele două categorii de tipuri de turism; - Rolul și impactul tipurilor clasice și moderne de turism în dezvoltarea generală a turismului; - Cunoașterea orientărilor actuale la nivel național și internațional în domeniul dezvoltării activităților turistice.

8. Conținuturi

8.1 Curs	Metode de predare	Observații
Prezentarea obiectului de studiu, concepte, definiții	expunerea, explicația, demonstrația	1 oră
Tipurile clasice de turism	<i>Platformă videoconferință Microsoft Teams;</i> expunerea, explicația	1 oră
Turismul montan	expunerea, explicația, demonstrația, problematizarea	1 oră
Turismul litoral	expunerea, explicația, conversația, tehnici de evocare a cunoștințelor anterioare/reflecție	1 oră
Turismul balnear	expunerea, explicația, conversația, studiul de caz	1 oră
Turismul cultural	expunerea, explicația, conversația, studiul de caz	1 oră
Tipurile moderne de turism – de la necesitate la riscuri	expunerea, explicația	1 oră

aumate. Particularități specifice tipurilor moderne de turism		
Turismul rural	expunerea, explicația, conversația, problematizarea	1 oră
Turismul de afaceri și congrese	expunerea, explicația, conversația, studiul de caz, problematizarea	1 oră
Turismul medical Turismul științific	expunerea, explicația, studiul de caz, problematizarea	1 oră
Turismul de vânătoare sau safari Turismul pentru sporturi extreme	expunerea, explicația, conversația. studiul de caz, problematizarea	1 oră
Turismul în ariile protejate	expunerea, explicația, conversația. studiul de caz	1 oră
Turismul expediționar Turismul spațial	expunerea, explicația, conversația. studiul de caz, problematizarea	1 oră
Ecoturismul – clasic sau modern ? Evoluția și perspectivele raporturilor dintre tipurile clasice și moderne de turism	expunerea, explicația	1 oră

Bibliografie

- Baltălungă A. A., (2001) – *Geografia turismului – note de curs*, Editura Macarie, Târgoviște;
- Baltălungă A. A., (2008) – *Turismul în România*, Valahia University Press, Târgoviște;
- Baltălungă A. A., Daniela Dumitrescu, Iancu A., (2014), *The Position of Business Tourism in the Tourism Demand of Romania*, în 14th GeoConference on Ecology, Economics, Education and Legislation, Conference Proceedings, pp. 867-874;
- Bastié J. (1990) – *Paris et Île-de-France, terres de rencontres, congrès, salons, tourisme d'affaires etc.*, « Cahiers du CREPIF », NR. 30;
- Boyer M. (1996) - *L'invention du tourisme*, Gallimard, Paris;
- Căndea Melinda, Erdeli G., Simon Tamara (2000) – *România. Potențial turistic și turism*, Edit. Univ. din București,
- Cocean P. (1996) – *Geografia turismului*, Edit. Carro, București;
- Cocean P., Dezsi Șt. (2001) – *Prospectare și geoinformare turistică*, Edit. Presa Universitară Clujeană, Cluj-Napoca;
- Cristureanu Cristina (1992) – *Economia și politica turismului internațional*, Editura Abeona, București;
- Erdeli G., Istate I. (1996) – *Amenajări turistice*, Edit. Univ. din București, București;
- Dumitrescu Daniela, Baltălungă A. A. (2006) – *Voyages de études en Roumanie*, Valahia University Press, Târgoviște;
- Dumitrescu Daniela, Baltălungă A. A., Billard G., Bailly G., (2010), *Bran-Rucar Corridor - Risk Versus Prosperity in the Sustainable Touristic Development*, Proceedings of the 5-th International Conference on Economy and Management Transformation, Timișoara, (EMT' 10) 2010, volume I, p. 92-97; ISSN 1792-5983, ISBN 978-960-474-240-0;
- Dumitrescu Daniela, Baltălungă A. A., Iancu A., (2012), *Niche Tourism in Dambovit County - Opportunities and Perspectives*, în International Journal of Energy and Environment, Issue 1, volume 6, pp. 134-143, North Atlantic University Union, ISSN 2308-1007;
- Goeldner C. R., Brent Ritchie J. R., (2003) - *Tourism. Principles, Practices, Philosophies*, John Wiley & Sons, Inc., New Jersey;
- Ionescu I., (2000) – *Turismul social-economic și cultural*, Editura Oscar Print, București;
- Istrate I., Bran Florina (1995) – *Amenajarea satelor turistice*, Tribuna Economică, nr. 51-52, București;
- Mazilu Mirela (2004) – *Ecoturism și amenajări turistice*, Edit. Scrisul Românesc, Craiova;
- Mirela Mazilu, Daniela Dumitrescu, Roxana Marinescu and Adrian Baltălungă, (2018), *New Trends in Romanian Tourism in 2018*, Journal of Tourism & Hospitality, Volume 7, Issue 4, 1000372, ISSN: 2167-0269, DOI: 10.4172/2167-0269.1000372;
- Morariu D., (2001) – *Concepte și politici de turism internațional*, Editura Alfabet, Deva;
- Muntele I., Iașu C. (2003) – *Geografia turismului*, Edit. Sedcom Libris, Iași;
- Reisinger Yvette, (2009) - *International Tourism: Cultures and Behavior*, Butterworth-Heinemann, Elsevier, Oxford, UK;
- Rotaru I., (2004) - *Globalizare și turism*, Editura Continent, Sibiu;
- Velcea I. (2004) – *Geografia economică și politică mondială*, Univ. Creștină Dimitrie Cantemir, Sibiu;
- Wackermann G. (1988) – *Le tourisme international*, Armand Colin, Paris;
- .M.T. (1981) – *Étude sur la saturation des destinations touristique*, Madrid;
- W.T.O. (2009) – *Yearbook of tourism statistics*;
- ***, (2010) - International Tourism Results and Prospects for 2011 - *UNWTO News Conference HQ*, Madrid, Spain;
- suport de curs în format electronic

[p://www.mdrt.ro/](http://www.mdrt.ro/)

[p://www.traveltechnology.com](http://www.traveltechnology.com)
www.unwto.org

8.2 Seminar/laborator	Metode de predare	Observații
-	-	Nu este cazul.
Bibliografie		

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

Se vor urmări cerințele potențialilor angajatori (ISJ, ANM, agenții de turism, centre de cercetare, primării, agenții de mediu etc.) exprimate în fișa de culegere a informațiilor (formular RNCIS):

- operarea cu noțiuni de specialitate;
- informarea, documentarea și prelucrarea informațiilor științifice din domeniul activităților turistice;
- operarea cu principiile fundamentale ale globalizării în turism, precum și aplicarea lor în studii de caz;
- dezvoltarea strategiilor de îmbunătățire a pregătirii profesionale optime a masteranzilor;
- comunicare eficientă cu comunitatea profesională și cu angajatorii din domeniu;
- posibilitatea realizării unui studiu de caz care să evidențieze capacități de analiză, sinteză, modelare și originalitate.

10. Evaluare

Tip activitate	10.1 Criterii de evaluare	10.2 Metode de evaluare	10.3 Pondere din nota finală
10.4 Curs	Construirea conversației pe baza materialelor bibliografice specifice	<i>Examinarea orală (față în față) /</i> Examinarea orală platformă videoconferință Microsoft Teams / Test platforma Moodle	40%
	Corectitudinea cunoștințelor și aplicarea acestora în diverse situații		60%
10.5 Seminar/laborator	-	-	-
	-	-	-
10.6 Standard minim de performanță			
- obținerea notei minime 5 la examinarea finală			

Data completării
24.09.2025

Titularul de curs
Conf. dr. Adrian Aurel Baltălungă

Titularul de aplicații
-

Data avizării în departament
26.09.2025

Semnătura directorului de departament
Conf. univ. dr. Cristian Savu

Data avizării în Consiliul Facultății
29.09.2025

Decan
Prof. univ. dr. Constantin Pehoiu



MINISTERUL EDUCAȚIEI ȘI CERCETĂRII
UNIVERSITATEA „VALAHIA” DIN TÂRGOVIȘTE
FACULTATEA DE ȘTIINȚE UMANISTE
DEPARTAMENTUL DE EDUCATIE FIZICĂ ȘI SPORT

FIȘA DISCIPLINEI

1. Date despre program

1.1 Instituția de învățământ superior	Universitatea „Valahia” din Târgoviște
1.2 Facultatea/Departamentul	Facultatea de Științe Umaniste
1.3 Departamentul	Educație Fizică și Sport
1.4 Domeniul de studii	Știința sportului și educației fizice
1.5 Ciclu de studii	Post universitare
1.6 Programul de studii/Calificarea	Educație Fizică, turism și timp liber/Profesor

2. Date despre disciplină

2.1 Denumirea disciplinei	Teorie și practică în sporturi de expresie – Dans popular						
2.2 Titularul activităților de curs	Conf. univ. dr. Bianca Ferrario						
2.3 Titularul activităților de seminar	Conf. univ. dr. Bianca Ferrario						
2.4 Anul de studiu	I	2.5 Semestrul	II	2.6 Tipul de evaluare	C	2.7 Regimul disciplinei	DC

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

3.1 Număr de ore pe săptămână	3	din care: 3.2 curs	1	3.3 seminar/laborator/lucrări practice	2
3.4 Total ore din planul de învățământ	42	din care: 3.5 curs	14	3.6 seminar/laborator/lucrări practice	28
Distribuția fondului de timp					ore
Studiul 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					24
Tutoriat					15
Examinări					4
Alte activități					-
3.7 Total ore studiu individual					83
3.9 Total ore pe semestru					125
3.10 Numărul de credite					5

4. Precondiții (acolo unde este cazul)

4.1 de curriculum	-
4.2 de competențe	-

5. Condiții (acolo unde este cazul)

5.1 de desfășurare a cursului	- Curs online - Internet, Platforma Teams, Platforma Moodle - Curs fizic - Sală de curs dotată cu aparatură de videoproiecție
5.2 de desfășurare a seminarului/laboratorului	- Activitate practică online - Internet, Platforma Teams - Activitate practică fizic - Sala de gimnastică dotată cu combină muzicală

6.Rezultatele învățării

6.1.Cunoștințe	- Cunoașterea tehnicii și a metodicii pașilor de dans popular care pot fi predați ca opțional în activitatea didactică; - Cunoașterea strategiei de alcătuire a unui program coregrafic de dans popular în funcție de nivelul de pregătire al subiecților;
6.2.Aptitudini	- Studenții sunt familiarizați cu pașii specifici dansului popular românesc; - Studenții vor ști să utilizeze mijloacele dansului popular în ansambluri diferite, în activități de timp liber; - Studenții au aptitudini de formare a simțului estetic al mișcării; - Studenții au aptitudini de evaluare corectă a condiției fizice subiecților.
6.3.Responsabilitate și autonomie	- Gestionarea de activități sau proiecte tehnice ori profesionale complexe, prin asumarea responsabilității pentru luarea deciziilor în situații de muncă sau de studiu imprevizibile. - Asumarea responsabilității pentru gestionarea dezvoltării profesionale a indivizilor și grupurilor. - Aplicarea strategiilor de muncă eficientă și responsabilă, pe baza principiilor, normelor și a valorilor codului de etică profesională. - Aplicarea tehnicilor de muncă eficientă în echipă multidisciplinară, atitudine etică față de grup, respect față de diversitate și multiculturalitate; acceptarea diversității de opinie. - Autoevaluarea nevoii de formare profesională continuă în scopul inserției și adaptabilității la cerințele pieței muncii.

7.Obiectivele disciplinei (reieșind din grila competențelor specifice acumulate)

7.2 Obiectivul general al disciplinei	- Formarea capacităților de utilizare a deprinderilor specifice dansului popular în activități de timp liber.
7.2 Obiectivele specifice	- Să demonstreze acțiuni specifice dansului popular; - să prezinte capacitatea de a construi un ansamblu coregrafic de dans popular.

8.Conținuturi

8.1 Curs	Metode de predare	Observații
1. Sporturi de expresie: clasificări, tipologie	Expunere orală, prezentare power-point, discuții	1 oră
2.Dansul popular; formă de expresie a emoțiilor specific românești	Expunere orală, prezentare power-point, discuții	1 oră
3.Comunicare motrică prin exercițiu fizic	Expunere orală, prezentare power-point, discuții	1 oră
4. Tipuri de comunicare motrică, clasificări, mijloace folosite	Expunere orală, prezentare power-point, discuții	1 oră
5. Coregrafia în activitățile motrice	Expunere orală, prezentare power-point, discuții	1 oră
6. Coregrafia în dansul popular; raportul între muzică și mișcare	Expunere orală, prezentare power-point, discuții	1 oră
7.Acompaniamentul muzical în lecție	Expunere orală, prezentare power-point, discuții	1 oră
8. Muzica dansului popular; semnificații, simboluri, povești	Expunere orală, prezentare power-point, discuții	1 oră
9.Principii didactice în dans popular	Expunere orală, prezentare power-point, discuții	1 oră
10.Particularitățile lecției de dans popular	Expunere orală, prezentare power-point, discuții	1 oră
11.Dansul popular; variante specifice unor zone geografice, utilizarea lor în lecția de educație fizică.	Expunere orală, prezentare power-point, discuții	1 oră
12.Hora, Sârba	Expunere orală, prezentare power-point, discuții	1 oră

13. Breaza, Brașoveanca,	Expunere orală, prezentare power-point, discuții	1 oră
14. Serbări, spectacole, reuniuni cu dans popular	Expunere orală, prezentare power-point, discuții	1 oră
	Total	14 ore
Bibliografie		
1. Ferrario Bianca, Marinescu Susana – Teorie și practică în sporturi de expresie, dans sportiv / dans popular, suport de curs. 2. Grosu, E. – Elemente de tehnică corporală, Cluj-Napoca, Univ. Babeș-Bolyai, Fac. Ed. Fiz. Si sport, 1999. 3. Macovei, S., Butu O. – Gimnastica ritmică în școală, Editura Tipografică, București, 2002. 4. Jeleascov, Cristina – Curs de dans sportiv, Editura Fundației România de Măine, București, 2006.		
Lucrări practice	Metode de predare	Observații
1. Mijloace tehnice specifice de acționare corporală	Explicația, demonstrația, exersarea Analiza video și foto	4 ore
2. Redarea expresiei corporale în diferite situații cerute - cu temă	Explicația, demonstrația, exersarea Analiza video și foto	4 ore
3. Expresia corporală în dans popular	Explicația, demonstrația, exersarea Analiza video și foto	6 ore
4. Comunicarea motrică prin dans	Explicația, demonstrația, exersarea Analiza video și foto	6 ore
5. Pașii specifici dansului popular	Explicația, demonstrația, exersarea Analiza video și foto	6 ore
6. Alcătuire ansamblu de dans popular.	Explicația, demonstrația, exersarea Analiza video și foto	2 ore
	Total	28 ore
Bibliografie		
1. Ferrario Bianca, Marinescu Susana – Teorie și practică în sporturi de expresie, dans sportiv / dans popular, suport de curs. 2. Grosu, E. – Elemente de tehnică corporală, Cluj-Napoca, Univ. Babeș-Bolyai, Fac. Ed. Fiz. Si sport, 1999. 3. Macovei, S., Butu O. – Gimnastica ritmică în școală, Editura Tipografică, București, 2002. 4. Jeleascov, Cristina – Curs de dans sportiv, Editura Fundației România de Măine, București, 2006.		

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

Studentii vor demonstra organizarea eficientă a colectivelor prin activități dansante de dans popular.

10. Evaluare

Tip activitate	10.1 Criterii de evaluare	10.2 Metode de evaluare	10.3 Pondere din nota finală
10.4 Curs	- Cunoștințe teoretice din suportul de curs și din bibliografie	- Colocviu fizic – oral, amfiteatru - Colocviu online – oral, platforma Teams	- 50 %
10.7 Lucrări practice	- Competențe (abilități) practice	- Evaluare practică fizic – prezentare dans popular minim 3 pași - Evaluare practică online – prezentare dans popular, Platforma Teams	- 50 %
10.6 Standard minim de performanță			
- Prezentarea unei coregrafii de dans popular, minim un minut.			

Data completării
24.09.2025

Titular curs
Conf.univ. dr. Bianca Ferrario

Titular aplicații practice
Conf.univ. dr. Bianca Ferrario

Data avizării în
departament
26.09.2025

Semnătura directorului de departament
Conf.univ.dr. Cristian Savu

Data avizării în
Consiliul Facultății
29.09.2025

Decan
Prof. univ.dr. Constantin Pehoiu