

FIȘA DISCIPLINEI

Anul universitar 2024 - 2025

1. Date despre program

1.1. Instituția de învățământ superior	Universitatea Lucian Blaga din Sibiu
1.2. Facultatea	Facultatea de Științe
1.3. Departament	Departamentul de Știința mediului, Fizică, Educație fizică și Sport
1.4. Domeniul de studiu	Educație fizică și Sport
1.5. Ciclul de studii ¹	Licență
1.6. Specializarea	Sport și Performanță motrică

2. Date despre disciplină

2.1. Denumirea disciplinei	Pregătirea și elaborarea lucrării de licență	Cod	FSTI.MFE.SPM.L.DU.4.1000.C-2.38		
2.2. Titular activități de curs	Conf. Univ. Dr. Pomohaci Marcel				
2.3. Titular activități practice	Conf. Univ. Dr. Pomohaci Marcel				
2.4. An de studiu ²	3	2.5. Semestrul ³	1	2.6. Tipul de evaluare ⁴	C
2.7. Regimul disciplinei ⁵	O	2.8. Categoria formativă a disciplinei ⁶	S		

3. Timpul total estimat

3.1. Extinderea disciplinei în planul de învățământ – număr de ore pe săptămână					
3.1.a.Curs	3.1.b. Seminar	3.1.c. Laborator	3.1.d. Proiect	3.1.e Lucrări practice	Total
-	2	-	-	-	2
3.2. Extinderea disciplinei în planul de învățământ – total ore din planul de învățământ					
3.2.a.Curs	3.2.b. Seminar	3.2.c. Laborator	3.2.d. Proiect	3.2.e Lucrări practice	Total ⁷
-	14	-	-	-	14
Distribuția fondului de timp pentru studiu individual⁸					Nr. ore
Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe					14
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe te en					5
Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri					5
Tutoriat ⁹					7
¹⁰ Examinări					2
3.3. Total ore alocate studiului individual¹¹ (NOS_{sem})					33
3.4. Total ore din Planul de învățământ (NOAD_{sem})					42



3.5. Total ore pe semestru¹² (NOAD_{sem} + NOSI_{sem})	75
3.6. Nr ore / ECTS	25
3.7. Număr de credite¹³	3

4. Precondiții (acolo unde este cazul)

4.1. Discipline necesar a fi promovate anterior (de curriculum) ¹⁴	-
4.2. Competențe	-

5. Condiții (acolo unde este cazul)

5.1. De desfășurare a cursului ¹⁵	Sală de curs cu tablă și videoproiector; platforme on-line
5.2. De desfășurare a activităților practice (lab/sem/pr/alte) ¹⁶	Sală de curs cu tablă și videoproiector; platforme on-line

6. Competențe specifice acumulate¹⁷

Număr de credite alocate disciplinei ¹⁸		3	Repartizare credite pe competențe ¹⁹
6.1. Competențe profesionale	CP1	- Aplicarea principiilor și metodelor de elaborare a lucrării de licență	1
	CP2	- Capacitatea de a elabora o lucrare de licență	0,5
	CP3	- Capacitatea de a formula ipoteze de lucru	0,5
6.2. Competențe transversale	CT1	- Utilizarea metodelor de cercetare prezente în toate domeniile de cercetare	0,5
	CT2	- Capacitatea de a formula concluzii și propuneri	0,5
6.3. Competențe digitale	CD1	Integrarea aplicațiilor multimedia/hypermedia pentru educația modernă.	0,5
	CD2	Utilizarea platformelor de tip e-learning.	0,5

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

7.1. Obiectivul general	Înșușirea cunoștințelor teoretice, metodice și tehnice de bază privind procesul de elaborare a lucrării de licență
7.2. Obiectivele specifice	<ul style="list-style-type: none"> - Cunoașterea cerințelor specifice de elaborare a lucrării de licență - Dezvoltarea capacității de elaborare a unui plan al lucrării - Elaborarea ipotezelor - Utilizarea principalelor metode de cercetare în sport - Realizarea studiului experimental - Elaborarea concluziilor și propunerilor lucrării

8. Conținuturi

8.1. Curs	Metode de predare	Nr. ore
	Total ore curs:	0

8.2. Activități practice (8.2.a. Seminarii ²² /8.2.b. Laborator ²³ /8.2.c. Proiect ²⁴ /8.2.d. Alte act. practice ²⁵)		Metode de predare ²¹	Nr. ore
Seminar 1	Seminar introductiv privind elaborarea lucrării de licență	Prelegere, expunere, utilizare videoproiector, conversație euristică, dezbateri frontală și în grup	2
Seminar 2	Elaborarea planului de licență	Prelegere, expunere, utilizare videoproiector, conversație euristică, dezbateri frontală și în grup	2
Seminar 3	Elaborarea părții introductive (capitolul I)	Prelegere, expunere, utilizare videoproiector, conversație euristică, dezbateri frontală și în grup	2
Seminar 4	Elaborarea părții de fundamentare teoretică (capitolul II)	Prelegere, expunere, utilizare videoproiector, conversație euristică, dezbateri frontală	2

20

21

Seminar 5	Elaborarea capitolului III privind scopul, obiectivele, ipotezele, etapele, metodele utilizate în partea de cercetare a lucrării de licență	Prelegere, expunere, utilizare videoproiector, conversație euristică, dezbateri frontală și în grup	2
Seminar 6	Realizarea studiului sau experimentului (capitolul IV)	Prelegere, expunere, utilizare videoproiector, conversație euristică, dezbateri frontală și în grup	2
Seminar 7	Elaborarea concluziilor, propunerilor, bibliografiei și anexelor (capitolul V)	Prelegere, expunere, utilizare videoproiector, conversație euristică, dezbateri frontală și în grup	2
Total ore seminar/laborator:			14

9. Bibliografie

9.1. Referințe bibliografice recomandate	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, Editura Comunicare.ro, București.
	Eco, U. (2000), Cum se face o teză de licență. Disciplinele umaniste, Editura Pontică, Constanța.
9.2. Referințe bibliografice suplimentare	

10. Coroborarea conținuturilor disciplinei cu așteptările reprezentanților comunității epistemice, asociațiilor profesionale și angajatorilor reprezentativi din domeniul aferent programului²⁶

Se realizează prin contacte periodice cu aceștia, în vederea analizării criteriilor de selecție și angajare a absolvenților, a exigențelor impuse de practica didactică și a problemelor întâmpinate în aplicarea cunoștințelor teoretice și metodice.

11. Evaluare

Tip activitate	11.1 Criterii de evaluare	11.2 Metode de evaluare		11.3 Pondere din nota finală	Obs.
11.4a Examen / Colocviu	□ Cunoștințe teoretice și practice însușite (cantitatea, corectitudinea, acuratețea)	Teste pe parcurs ²⁸ :	%	65% (minim 5)	
		Teme de casă:	%		
		²⁹ Alte activități sau prezență în proporție de 25% din totalul cursurilor:	5%		
		Evaluare finală:	60% (min. 5)		
11.4b Seminar	<ul style="list-style-type: none"> Frecvența/relevanța intervențiilor sau răspunsurilor Prezența în proporție de 50 % 	Evidența intervențiilor		10%	CEF
				5%	
11.4c Laborator	□ Cunoașterea aparatului, a modului de utilizare a instrumentelor specifice; evaluarea unor instrumente sau realizări, prelucrarea și interpretarea unor rezultate	<ul style="list-style-type: none"> Chestionar scris Răspuns oral Caiet de laborator, lucrări experimentale, referate etc. Demonstrație practică 			Nu e cazul
11.4d Proiect	□ Calitatea proiectului realizat, corectitudinea documentației proiectului, justificarea soluțiilor alese	<ul style="list-style-type: none"> Autoevaluarea, prezentarea și/sau susținerea proiectului Evaluarea critică a unui proiect 		10% (minim 5)	
Oficiu				10%	



30	11.5 Standard minim de performanță	
	<ul style="list-style-type: none">● 25% prezență la cursuri● 50% prezență la seminari● Nivel minimal (nota 5) de însușire a principalelor concepte, noțiuni, metode și mijloace de monitorizare a performanței sportive	

Fișa disciplinei cuprinde componente adaptate persoanelor cu CES (persoane cu dizabilități și persoane cu potențial înalt), în funcție de tipul și gradul acestora, la nivelul tuturor elementelor curriculare (competențe, obiective, conținuturi, metode de predare, evaluare alternativă), pentru a asigura șanse echitabile în pregătirea academică a tuturor studenților, acordând atenție sporită nevoilor individuale de învățare.

Data completării: | 2 | 7 | / | 0 | 9 | / | 2 | 0 | 2 | 4 |

Data avizării în Departament: | 0 | 2 | / | 1 | 0 | / | 2 | 0 | 2 | 4 |

	Grad didactic, titlul, prenume, numele	Semnătura
Titular disciplină	Conf. Univ. Dr. Pomohaci Marcel	
Responsabil program de studii	Lector univ. dr. Ioan Hășmășan	
Director Departament	Lector univ. dr. Ioan Tausan	

1

Licență / Master

2

1-4 pentru licență, 1-2 pentru master

3

1-8 pentru licență, 1-3 pentru master

4

Examen, colocviu sau VP A/R – din planul de învățământ

5

Regim disciplină: O=Disciplină obligatorie; A=Disciplină opțională; U=Facultativă

6 Categoria formativă: S=Specialitate; F=Fundamentală; C=Complementară; I=Asistată integral; P=Asistată parțial; N=Neasistată

7 Este egal cu 14 săptămâni x numărul de ore de la punctul 3.1 (similar pentru 3.2.a.b.c.d.e.)

8

Liniile de mai jos se referă la studiul individual; totalul se completează la punctul 3.37. 9

Între 7 și 14 ore

10

Între 2 și 6 ore

11

Suma valorilor de pe liniile anterioare, care se referă la studiul individual.

12

Suma (3.5.) dintre numărul de ore de activitate didactică directă (NOAD) și numărul de ore de studiu individual (NOSI) trebuie să fie egală cu numărul de credite alocate disciplinei (punctul 3.7) x nr. ore pe credit (3.6.)

13

Numărul de credit se calculează după formula următoare și se rotunjește la valori vecine întregi (fie prin micșorare fie prin majorare)

$$Nr. \text{ credite} = \frac{NOcPspD \times C_c + NOApSpD \times C_A}{TOcPsdP \times C_c + TOApSdP \times C_A} \times 30 \text{ credite}$$

Unde:

- NOcPspD = Număr ore curs/săptămână/disciplina pentru care se calculează creditele
- NOApSpD = Număr ore aplicații (sem./lab./pro.)/săptămână/disciplina pentru care se calculează creditele
- TOcPsdP = Număr total ore curs/săptămână din plan
- TOApSdP = Număr total ore aplicații (sem./lab./pro.)/săptămână din plan
- C_c/C_A = Coeficienți curs/aplicații calculate conform tabelului

Coeficienți	Curs	Aplicații (S/L/P)
Licență	2	1
Master	2,5	1,5
Licență lb. străină	2,5	1,25

14

Se menționează disciplinele obligatoriu a fi promovate anterior sau echivalente

15 Tablă, videoproiector, flipchart, materiale didactice specifice, platforme on-line etc.

16

Tehnică de calcul, pachete software, standuri experimentale, platforme on-line etc.

17

Competențele din Grilele aferente descrierii programului de studii, adaptate la specificul disciplinei

18

Din planul de învățământ 19

Creditele alocate disciplinei se distribuie pe competențe profesionale și transversale în funcție de specificul disciplinei 20

21

Titluri de capitole și paragrafe 21

Expunere, prelegere, prezentare la tablă a problematicii studiate, utilizare videoproiector, discuții cu studenții (pentru fiecare capitol, dacă este cazul)

22

Discuții, dezbateri, prezentare și/sau analiză de lucrări, rezolvare de exerciții și probleme etc.

23

Demonstrație practică, exercițiu, experiment etc.

24

Studiu de caz, demonstrație, exercițiu, analiza erorilor etc.

25

Alte tipuri de activități practice specifice

26

Legătura cu alte discipline, utilitatea disciplinei pe piața muncii

27

CPE – condiționează participarea la examen; nCPE – nu condiționează participarea la examen; CEF - condiționează evaluarea finală; N/A – nu se aplică

28

Se va preciza numărul de teste și săptămânile în care vor fi susținute.



²⁹

Cercuri științifice, concursuri profesionale etc. ³⁰

Se particularizează la specificul disciplinei standardul minim de performanță din grila de competențe a programului de studii, dacă este cazul.