

FIȘA DISCIPLINEI

Anul universitar 2024 - 2025

1. Date despre program

1.1. Instituția de învățământ superior	Universitatea Lucian Blaga din Sibiu
1.2. Facultatea	Științe
1.3. Departament	Departamentul de Științe ale Mediului, Fizică, Educație Fizică și Sport
1.4. Domeniul de studiu	Educație Fizică și Sport
1.5. Ciclul de studii ¹	Master
1.6. Specializarea	Educație fizică și sportivă școlară

2. Date despre disciplină

2.1. Denumirea disciplinei	Tehnici de comunicare în educație fizică și sport			Cod	FSTI.MFE.EFSS.M.RO.1.1100.C-5.4
2.2. Titular activități de curs	Conf. univ. dr. Pomohaci Puiu Marcel				
2.3. Titular activități practice	Conf. univ. dr. Pomohaci Puiu Marcel				
2.4. An de studiu ²	1	2.5. Semestrul ³	1	2.6. Tipul de evaluare ⁴	Examen
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 Alte	Total
1	1	-	-	-	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 Alte	Total ⁷
14	14	-	-	-	28
Distribuția fondului de timp pentru studiu individual ⁸					Nr. ore
Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe					12
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren					10
Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri					12
Tutoriat ⁹					10
Examinări ¹⁰					2
3.3. Total ore alocate studiului individual ¹¹ (NOSI _{sem})					40
3.4. Total ore din Planul de învățământ (NOAD _{sem})					80
3.5. Total ore pe semestru ¹² (NOAD _{sem} + NOSI _{sem})					125
3.6. Nr ore / ECTS					25
3.7. Număr de credite ¹³					5

4. Precondiții (acolo unde este cazul)

4.1. Discipline necesar a fi promovate anterior (de curriculum) ¹⁴	<i>Nu este cazul</i>
4.2. Competențe	<i>Nu este cazul</i>

5. Condiții (acolo unde este cazul)

5.1. De desfășurare a cursului ¹⁵	<i>Videoproiector, platforme on-line</i>
5.2. De desfășurare a activităților practice (lab/sem/pr/alte) ¹⁶	<i>Tablă, videoproiector, flipchart, materiale didactice specifice</i>

6. Competențe specifice acumulate¹⁷

Număr de credite alocate disciplinei ¹⁸			5	Repartizare credite pe competențe ¹⁹
6.1. Competențe profesionale	CP1	Utilizarea adecvată a limbajului specific în comunicarea cu medii profesionale specifice domeniului educației fizice.		4
6.2. Competențe transversale	CT1	Însușirea și aprofundarea problemelor legate de evoluția practicării exercițiilor fizice		4
6.3 Competențe digitale	CD1	Integrarea aplicațiilor multimedia/hypermedia pentru educația modernă.		4
	CD2	Utilizarea platformelor de tip e-learning.		4

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

7.1. Obiectivul general	Însușirea și aprofundarea cunoștințelor teoretice fundamentale ale comunicării și aplicarea lor în domeniul educației fizice și a sportului
7.2. Obiectivele specifice	Lărgirea bagajului de cunoștințe privind evoluția comunicării în fenomenul sportiv

8. Conținuturi

8.1. Curs²⁰	Metode de predare²¹	Nr. ore
Concepte de bază ale comunicării – istoric, psihologic și științific	Prelegere, utilizare videoproiector	1
Teorii ale comunicării	Prelegere, utilizare videoproiector	1
Scopul și obiectivele comunicării	Prelegere, utilizare videoproiector	1
Bariere și obstacole în calea comunicării eficiente, forme de comunicare	Prelegere, utilizare videoproiector	1
Modalități eficiente de comunicare	Prelegere, utilizare videoproiector	1
Feedback-ul ca instrument de comunicare	Prelegere, utilizare videoproiector	1
Marketing și sisteme de comunicație folosite în marketingul, realitatea comunicării	Prelegere, utilizare videoproiector	1
Distorsiunea comunicării	Prelegere, utilizare videoproiector	1
Procesul de comunicare în lecțiile de Educație fizică și sport	Prelegere, utilizare videoproiector	1



Integrarea socială și influența comunicării în sport și în Educație fizică	Prelegere, utilizare videoproiector	1
Sponsorizarea și importanța mass-mediei în sport	Prelegere, utilizare videoproiector	1
Tendențe și preocupări ale procesului comunicării în activitatea sportivă	Prelegere, utilizare videoproiector	1
Managementul informației și comunicării în sport	Prelegere, utilizare videoproiector	1
Ospitalitatea ca modalitate de comunicare	Prelegere, utilizare videoproiector	1
Total ore curs:		14

8.2. Activități practice (8.2.a. Seminar ²² / 8.2.b. Laborator ²³ / 8.2.c. Proiect ²⁴ / 8.2.d. Alte act.practice ²⁵)	Metode de predare	Nr. ore
Comunicarea și formele acesteia pe parcursul dezvoltării umanității	Expunere, discuții cu studenții	1
Procesul de comunicare	Expunere, discuții cu studenții	1
Direcția și conținutul comunicării	Expunere, discuții cu studenții	1
Forme ale comunicării	Expunere, discuții cu studenții	1
Tehnici de ascultare activă	Expunere, discuții cu studenții	1
Asertivitatea - între pasiv și agresiv, o cale spre armonie	Expunere, discuții cu studenții	1
Scopul comunicării	Expunere, discuții cu studenții	1
Grupul și status rolurile aferente acestuia	Expunere, discuții cu studenții	1
Valențele comunicaționale pe cele trei niveluri	Expunere, discuții cu studenții	1
Modalități clasice de propagare a formelor comunicării în sport și în educație fizică	Expunere, discuții cu studenții	1
Importanța publicității în sport	Expunere, discuții cu studenții	1
Licențele, instrument de promovare și comunicare a sportului	Expunere, discuții cu studenții	1
Total ore seminar/laborator		14

9. Bibliografie

9.1. Referințe bibliografice recomandate	Pomohaci, M. (2003). Comunicare în educație fizică și sport. Precurs pentru studenții specializării Educație Fizică și Management în sport. Editura Alma Mater, Sibiu, pag. 80.
	Pomohaci, M. (2009). Comunicare și integrare socială prin sport. Tehnici de comunicare, Editura „Alma Mater”, ISBN 978-973-632-531-1, Sibiu, pg. 231.
	Pomohaci, M., Sopa, S. (2016). Tehnics of communication and social integration through sport, LAP LAMBERT Academic Publishing, Saarbruchen, Deutschland/Germany, ISBN :978-3-659-86350-9, pag.286.
9.2. Referințe bibliografice suplimentare	Ene-Voiculescu, C. (2007). Jocurile Olimpice albe, Edit. Academiei Navale „Mircea cel Bătrân”.

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

Continuturile sunt coroborate cu problematica evoluției comunicării și a practicării exercițiilor fizice. Disciplina corespunde standardelor generale educației fizice și sportului, contribuind la formarea competențelor profesionale și transversale a absolvenților specific programului de studiu.

11. Evaluare

Tip activitate	11.1 Criterii de evaluare	11.2 Metode de evaluare		11.3 Pondere din nota finală	Obs. ²⁷
11.4a Examen / Colocviu	• Cunoștințe teoretice și practice însușite (cantitatea, corectitudinea, acuratețea)	Teste pe parcurs ²⁸ :	%	100% (minim 5)	
		Teme de casă:	%		
		Alte activități ²⁹ :	%		
		Evaluare finală:	100% (min. 5)		

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: 27 / 09 / 2024

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

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

$$\text{Nr. credite} = \frac{\text{NOCpSpD} \times C_C + \text{NOApSpD} \times C_A}{\text{TOCpSpD} \times C_C + \text{TOApSpD} \times C_A} \times 30 \text{ credite}$$

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
- TOCpSpD = Număr total ore curs/săptămână din plan
- TOApSpD = 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 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.