



DOSAR INFORMAȚIONAL

Specialitatea: 1041.1 Sport și pregătire și fizică

Calificarea: Instructor sportiv/instructoare
sportivă

Discutat și aprobat la Consiliul Profesoral

Proces verbal **nr. 1** din **23.08.2024**

Director al Colegiului „Alexei Mateevici” mun. Chișinău



BERCU Victoria

Director adjunct pentru instruire și educație, Colegiul „Alexei Mateevici”, mun. Chișinău

SÎRBU Snejana

CUPRINS

PARTEA I: DATE GENERALE

- ✚ Denumirea instituției de învățământ profesional tehnic, adresa, date de contact;
- ✚ Descrierea generală a instituției (inclusiv tipul și statutul);
- ✚ Calendarului anului de învățământ;
- ✚ Lista programelor de studii oferite;
- ✚ Procedurile de admitere;
- ✚ Regulamentele de rigoare ale instituției;
- ✚ Coordonatorul instituțional ECVET;

PARTEA II: PROGRAMELE DE STUDII

Descrierea generală:

- ✚ Calificarea acordată;
- ✚ Condiții de admitere;
- ✚ Planul de învățământ;
- ✚ Reguli de examinare și evaluare

Descrierea unităților de curs incluse în planul de învățământ:

- ✚ Codul cursului;
- ✚ Denumirea cursului;
- ✚ Tipul cursului;
- ✚ Anul de studii;
- ✚ Semestrul, numărul de credite alocat;
- ✚ Numele, prenumele cadrului/elor didactic/e;
- ✚ Obiectivele cursului exprimate în finalități de studiu și competențe;
- ✚ Precondițiile;
- ✚ Conținutul cursului;
- ✚ Literatura recomandată;
- ✚ Metode de predare/învățare/ evaluare la fiecare unitate de învățare;
- ✚ Conținutul lucrului individual al elevului;

PARTEA III: INFORMAȚIE PENTRU ELEVI

-  Condiții de cazare și alimentație oferite;
-  Servicii medicale;
-  Servicii pentru elevi cu cerințe educaționale speciale;
-  Asigurarea socială;
-  Programe și proiecte în care este implicată instituția;
-  Informație cu privire la programe de mobilitate;
-  Cursuri de limbi străine;
-  Servicii speciale;
-  Secții sportive;
-  Activități extracurriculare și agrement;
-  Asociații ale elevilor.

PARTEA I: INFORMAȚIE CU PRIVIRE LA INSTITUȚIE

⇒ Denumirea și adresa :

Colegiul „Alexei Mateevici” din Chișinău

Pușkin, 54,

MD – 2005, Chișinău, Republica Moldova

tel/fax: (022) 220 241

e-mail: colegiulalexeimateevici@gmail.com



⇒ Descrierea generală a instituției:

Colegiul „Alexei Mateevici” din municipiul Chișinău este o instituție publică de învățământ profesional tehnic postsecundar, cu tradiție solidă în formarea cadrelor didactice pentru sistemul educațional național.

Instituția a fost fondată în baza Hotărârii și Ordinului Ministerului Învățământului Superior și Mediu de Specialitate al RSS Moldovenești nr. 190 din 19 iunie 1980, având ca obiectiv principal asigurarea grădinițelor din municipiul Chișinău cu personal pedagogic calificat. Activitatea educațională a început sub denumirea de Școala Pedagogică Orășenească, în localul școlii nr. 53 din sectorul Rîșcani, pe strada A. Russo (Fedco), nr. 10.

Începând cu anul de studii 1981–1982, instituția și-a extins oferta educațională prin inițierea pregătirii cadrelor pentru învățământul primar, cu un contingent inițial de 60 de elevi. Ca urmare a reformelor educaționale și a creșterii cererii de specialiști în domeniul pedagogic, admiterea a fost extinsă treptat, ajungând la circa 420 de elevi în anul de studii 1984–1985.

Din anul 1983, a fost deschisă secția fără frecvență la specialitatea „Educația preșcolară”, destinată absolvenților școlilor medii generale, cu un contingent de 120 de elevi. În anul 1990, instituția a fost transferată temporar pe strada Cubană nr. 5.

Prin Hotărârea Guvernului RSS Moldova nr. 245 din 8 mai 1991 și Ordinul Ministerului Științei și Învățământului nr. 195 din 21 mai 1991, Școala Pedagogică a fost reorganizată, începând cu 1 iunie 1991, în Școala Normală „Alexei Mateevici” din Chișinău, în cadrul procesului de constituire a colegiilor pedagogice din republică.

În perioada 1991–1995, instituția a beneficiat de investiții semnificative pentru dezvoltarea bazei materiale și didactice, fiind transferată în blocul de studii situat pe strada Pușkin nr. 54. Din anul de studii 1995–1996, au fost deschise grupe liceale cu profil umanist, diversificând oferta educațională.

Prin Ordinul Ministerului Educației al Republicii Moldova nr. 532 din 05 august 1998, instituția a fost reorganizată în Colegiul Pedagogic „Alexei Mateevici” din Chișinău, statut pe care îl deține până în prezent.

Colegiul „Alexei Mateevici” din Chișinău oferă programe de învățământ profesional tehnic postsecundar acreditate conform cerințelor de calitate ale Agenției Naționale de Asigurare a Calității în Educație și Cercetare și Ministerului Educației și Cercetării. Printre programele acreditate se regăsesc:

- **Educație timpurie** – calificările *educator/educatoare*
- **Învățământ primar** – calificarea *învățător/învățătoare*

- **Sport și pregătire fizică** – calificarea *instructor sportive/instructoare sportivă*
- **Asistență social** – calificarea *pedagog social/pedagogă socială*
- **Jurisprudența** – calificarea *grefier/grefieră*
- **Educație timpurie** – calificarea *conducător muzical/conducătoare muzicală*

În prezent, Colegiul „Alexei Mateevici” funcționează ca instituție publică non-profit, fiind înregistrat la I.P. „Agenția Servicii Publice” în baza deciziei nr. 127 din 16.05.2019.

Misiunea colegiului constă în formarea unor specialiști competenți, responsabili și adaptați cerințelor contemporane ale sistemului educațional, capabili de autodezvoltare profesională, gândire critică și inițiativă, purtători ai valorilor naționale și universale, deschiși dialogului intercultural și integrării active pe piața muncii.

⇒ Calendarul anului de învățământ

0112.1 Educația timpurie (*educator/educatoare în educație timpurie*)

Anul de studii	Activități didactice		Sesiune de examene		Stagii de practică	Vacanțe		
	sem. I	sem.II	sem. I	sem.II		iarnă	primăvară	Vară
I	15	15	2	4	2	2	1	10
II	15	15	2	4	3	2	1	10
III	15	15	2	4		2	1	13
IV	15	10	4	4	5	2	1	

0923.1 Asistența socială

Anul de studii	Activități didactice		Sesiune de examene		Stagii de practică	Vacanțe		
	sem. I	sem.II	sem. I	sem.II		iarnă	primăvară	Vară
I	15	15	2	4	2	2	1	10
II	15	15	2	4	3	2	1	10
III	15	15	2	4		2	1	12
IV	15	10	4	4	6	2	1	

0112.1.2 Educația timpurie (*conducător muzical/conducătoare muzicală*)

Anul de studii	Activități didactice		Sesiune de examene		Stagii de practică	Vacanțe		
	sem. I	sem.II	sem. I	sem.II		iarnă	primăvară	Vară
I	15	15	2	4	2	2	1	10
II	15	15	2	4	3	2	1	10
III	15	15	2	4		2	1	12
IV	15	10	4	4	6	2	1	

0113.1 Învățământ primar

Anul de studii	Activități didactice		Sesiune de examene		Stagii de practică	Vacanțe		
	sem. I	sem.II	sem. I	sem.II		iarnă	primăvară	Vară
I	15	15	2	4	2	2	1	10
II	15	15	2	4	3	2	1	10
III	15	15	3	4		2	1	12
IV	15	10	4	4	5	2	1	

0421.1 Jurisprudență

Anul de studii	Activități didactice		Sesiune de examene		Stagii de practică	Vacanțe		
	sem. I	sem.II	sem. I	sem.II		iarnă	primăvară	Vară
I	15	15	2	4	3	2	1	10
II	15	15	2	4	3	2	1	10
III	15	15	2	4		2	1	13
IV	15	10	4	4	5	2	1	

1014.1 Sport și pregătire fizică

Anul de studii	Activități didactice		Sesiune de examene		Stagii de practică	Vacanțe		
	sem. I	sem.II	sem. I	sem.II		iarnă	primăvară	Vară
I	15	15	2	4	2	2	1	10
II	15	15	2	4	3	2	1	10
III	15	15	3	4		2	1	12
IV	15	10	4	4	5	2	1	

⇒ **Lista specialităților oferite:**



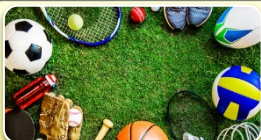
Educație timpurie



Învățământ primar



Asistență socială



Sport și pregătire fizică



Jurisprudență

⇒ **Procedurile de admitere:**

Admiterea în Colegiu se desfășoară conform *Regulamentului* de organizare și desfășurare a admiterii în instituțiile de învățământ mediu de specialitate din Republica Moldova, aprobat prin ordinul Ministrului Educației nr. 648 din 07.07.2022; (Modificat prin ordinul MEC nr. 981/2024) și a *Regulamentului Intern* de organizare și desfășurare a admiterii în Colegiul „Alexei Mateevici” din Chișinău, nr.12 din 14.06.2023.

Admiterea se efectuează în bază de concurs și are drept scop realizarea selecției candidaților pe criterii de cunoștințe și aptitudini pentru specialitatea pentru care optează. Concursul de admitere se organizează prin intermediul sistemului informațional e-Admitere SIME ÎPT, de către instituție, la programele de formare profesională autorizate provizoriu/acreditate, în funcție de limba de instruire și sursa de finanțare (de la bugetul de stat, taxe de studii), în limita planului de admitere aprobat în modul stabilit.

Concursul de admitere pe bază de contract cu taxă de studii se efectuează după aceleași criterii ca și admiterea pe locurile cu finanțare din bugetul de stat. În vederea înscrierii candidatului la concursul de admitere, acesta va depune dosarul în cadrul unei singure instituții de învățământ. Dosarul se depune fizic sau în format electronic pe pagina web <https://eadmitere.sime.md/>.

Desfășurarea concursului de admitere

Concursul de admitere se efectuează în baza mediei notelor anuale la 4 discipline de profil și mediei notelor de la examenele de absolvire din actul de studii.

Înmatricularea se efectuează în ordinea descreșterii mediei de concurs (MC), calculată cu rotunjire pînă la sutimi, constituită din media notelor anuale la 4 discipline de profil (MNDP) și media notelor de la examenele de absolvire (MNEA), după următoarea formulă :

$$MC = 0,6 * MNDP + 0,4 * MNEA$$

MC — media de concurs, calculată pînă la **sutimi, prin trunciere**;

MNDP — media notelor anuale la **4 discipline de profil**;

MNEA — media notelor de la **examele de absolvire** din actul de studii.

*Dacă programul de formare prevede **probă de aptitudini**, atunci formula pentru media de concurs se schimbă (punând o pondere mai mare notei la probă) după următoarea formulă :*

$$MC = 0,3 * MNEA + 0,2 * MNDP + 0,5 * NPA$$

MNEA — Media notelor de la examenele de absolvire din actul de studii;

MNDP — Media notelor anuale la disciplinele de profil;

NPA — **Nota la proba de aptitudini**.

După calculul mediei de concurs (MC), **înmatricularea se face în ordinea descrescătoare a MC**, adică de la cea mai mare medie spre cea mai mică, în limita locurilor aprobate în planul de admitere.

Candidații poartă răspundere pentru veridicitatea actelor prezentate pentru participarea la Concursul de admitere în conformitate cu legislație în vigoare.

Se rezervează - 15% din numărul total de locuri (la fiecare specialitate/ meserie), prevăzute în planul de admitere cu finanțare de la bugetul de stat, pentru următoarele categorii de candidați:

- a) cu dizabilitate severă, accentuată și medie;
- b) rămași fără ocrotire părintească;
- c) care au cel puțin un părinte cu dizabilitate severă;
- d) care au cel puțin un părinte care a participat la acțiunile militare pentru apărarea integrității și Independenței Republicii Moldova, la acțiunile de luptă din Afghanistan sau la lichidarea consecințelor avariei de la Cernobîl;
- e) proveniți din familii cu patru și mai mulți copii, aflați la întreținerea părinților;
- f) de etnie romă.

Candidații care nu au trecut concursul la cota de 15% participă la concursul general.

Actele necesare pentru înscriere sunt:

1. Fișa de înscriere la concursul de admitere ;
2. Actul de studii în original ;
3. Buletinul de identitate sau adeverința de naștere a candidatului ;
4. Copia buletinului de identitate a unui părinte (tutore) ;
5. Certificatul medical nr.086-U; (se exclude începând cu admiterea 2019);
6. 4 fotografii 3x4;
7. Dovada achitării taxei de înscriere.

Fișa de înscriere la concursul de admitere se completează electronic de către candidat sau în cazul în care candidatul depune fizic dosarul de concurs, aceasta se completează în prezența candidatului de către membrul comisiei de admitere desemnat în calitate de operator.

După depunerea cu succes a dosarului, membrii Comisiei de admitere confirmă media de concurs și atribuie dosarului statut de Verificat și admis la concurs, iar candidatului i se eliberează recipisa pe suport de hârtie cât și pe adresa de e-mail indicată în dosarul candidatului.

Retragerea dosarului din concurs se face printr-o cerere în care se indică eliminarea completă din eAdmitere SIME ÎPT, totodată fiind specificat faptul că achitarea privind depunerea dosarului nu se returnează și persoana a pierdut dreptul de candidat. 20. În cazul în care dosarul candidatului nu este complet instituția de învățământ indică statutul „Întors candidatului” unde menționează motivele. Candidatul are posibilitatea să lichideze neajunsurile indicate și să depună repetat dosarul pentru concurs.

⇒ **Regulamentele principale ale instituției:**

- Constituția Republicii Moldova, adoptată la 29.07.1994
- Codul educației al Republicii Moldova, nr. 152 din 17.07.2014
- Codul muncii al Republicii Moldova, publicat: 29.07.2003 în Monitorul Oficial Nr.159-162 art Nr:648, actualizat la 16.02.2018
- Hotărârea Guvernului Republicii Moldova nr.1016 din 23.11.2017, cu privire la aprobarea cadrului național al calificărilor din Republica Moldova Referențialul de corelare a programului de studii și calificării domeniilor de formare profesională și al meseriilor/profesiilor, aprobat prin OME nr. 769 din 30.05.2024
- Regulamentul – cadru de organizare și funcționare a instituțiilor de învățământ profesional tehnic postsecundar și postsecundar nonterțiar din Republica Moldova, aprobat prin OMEC nr. 824 din 11.06.2024.
- Regulamentul de organizare a studiilor în învățământul profesional tehnic postsecundar și postsecundar nonterțiar în baza Sistemului de credite de studii transferabile, aprobat prin OME, nr.234 din 25.03.2016
- Regulamentul privind organizarea și desfășurarea stagiilor de practică în învățământul profesional tehnic postsecundar și postsecundar nonterțiar, aprobat prin OME, nr.1086 din 29.12.2016
- Regulamentul de organizare și desfășurare a examenului de calificare, aprobat prin ordinul MECC nr.1127 din 23.07.2018
- Regulamentul de organizare și desfășurare a Concursului de admitere la programe de formare profesională tehnică postsecundară , aprobat prin ordinul MEC nr.648 din 07.07.2022

Acte normative interne

Acte normative interne

- Regulament de activitate al Consiliului de administrație IP Colegiul „Alexei Mateevici” din Chișinău, discutat și aprobat la Consiliul de administrație din 22.01.2025 proces verbal nr. 7.
 - Regulament de activitatei Catedrei metodice IP Colegiul „Alexei Mateevici” din Chișinău, discutat și aprobat la Consiliul de administrație din 22.01.2025 proces verbal nr. 7.
 - Regulament de activitate al Consiliului metodico-științific IP Colegiul „Alexei Mateevici” din Chișinău, discutat și aprobat la Consiliul de administrație din 22.01.2025 proces verbal nr. 7.
 - Regulament de activitate al Consiliului de profesoral IP Colegiul „Alexei Mateevici” din Chișinău, discutat și aprobat la Consiliul de administrație din 22.01.2025 proces verbal nr. 7.
 - Regulament cu privire la Activitatea de mentorat IP Colegiul „Alexei Mateevici” din Chișinău, discutat și aprobat la Consiliul de administrație din 22.01.2025 proces verbal nr. 7.
 - Regulament de activitate al Secției didactice IP Colegiul „Alexei Mateevici” din Chișinău, discutat și aprobat la Consiliul de administrație din 22.01.2025 proces verbal nr. 7.
 - Regulament de activitate al Secției educație IP Colegiul „Alexei Mateevici” din Chișinău, discutat și aprobat la Consiliul de administrație din 22.01.2025 proces verbal nr. 7.
 - Regulament cu privire la Organizarea și Desfășurarea Examenelor de Calificare IP Colegiul „Alexei Mateevici” din Chișinău, discutat și aprobat la Consiliul de administrație din 22.01.2025 proces verbal nr. 7.
 - Regulament intern privind organizarea mobilității academice a elevilor și a cadrelor didactice din IP Colegiul „Alexei Mateevici” din Chișinău, aprobat la Consiliul de administrație din 22.01.2025 proces verbal nr. 7.
- ⇒ **Coordonatorul instituțional ECVET:** Sîrbu Snejana, Director adjunct pentru instruire și educație.

PARTEA II: INFORMAȚIE CU PRIVIRE LA PROGRAMUL OFERIT

Descrierea generală:



1014.1 Sport și pregătire fizică

⇒ **Calificarea acordată:** *Instructor sportiv/ instructoare sportive*

⇒ **Condiții de admitere:**

La concursul de admitere se pot înscrie cetățenii Republicii Moldova, absolvenți de gimnaziu, cu Certificat de studii gimnaziale. Admiterea la programe de formare profesională postsecundară și postsecundară nonterțiară se efectuează pe bază de concurs. Concursul de admitere se organizează în baza *REGULAMENTUL - ului de organizare și desfășurare a Concursului de admitere la programe de formare profesională tehnică postsecundară și postsecundară nonterțiară (Ordinul Ministrului Educației nr. 423 din 29 mai 2017)*, în limba de instruire română și sursa de finanțare (buget, taxe de studii), în limita planurilor de înmatriculare aprobate în modul stabilit.

⇒ **Planul de învățământ:**

Cod	Denumirea unității de curs	Total ore	Ore de contact direct				SI	Forma de evaluare	Nr. credite
			Total	T	P	L			
G	Componenta de formare a competențelor profesionale generale	240	150	79	71	0	90		8
G.01.O.001	Decizii pentru un mod sănătos de viață	60	30	20	10	0	30	ex	2
G.03.O.002	Cultura comunicării	60	45	20	25	0	15	ex	2
G.06.O.003	Limba străină în domeniu	60	30	24	6	0	30	ex	2
G.02.O.004	Tehnologii informaționale	60	45	15	30	0	15	ex	2
U	Componenta de orientare socio-umanistică	300	160	120	40	0	140		10
U.03.O.005	Etica profesională	60	30	30		0	30	ex	2
U.07.O.006	Bazele antreprenoriatului	120	60	30	30	0	60	ex	4
U.07.O.007	Filozofia	60	30	30		0	30	ex	2
U.08.O.008	Bazele legislației în domeniu	60	40	30	10	0	20	ex	2
F	Componenta fundamentală	840	585	140	445	0	255		28
F.01.O.009	Pedagogie generală	60	30	30		0	30	ex	2
F.02.O.010	Psihologie generală	60	30	30		0	30	ex	2
F.04.O.011	Anatomie și fiziologia sportului	60	45	30	15	0	15	ex	2
F.05.O.012	Teoria și metodică culturii fizice I	60	45	25	20	0	15	ex	2
F.06.O.013	Teoria și metodică culturii fizice II	60	45	25	20	0	15	ex	2
F.01.O.014	PMS. Pregătirea fizică generală	60	45	0	45	0	15	ex	2
F.02.O.015	PMS. Pregătirea fizică specifică	60	45	0	45	0	15	ex	2
F.03.O.016	PMS. Pregătirea teoretică	60	45	0	45	0	15	ex	2
F.04.O.017	PMS. Pregătirea tehnică în apărare I	60	45	0	45	0	15	ex	2
F.05.O.018	PMS. Pregătirea tehnică în apărare II	60	45	0	45	0	15	ex	2
F.06.O.019	PMS. Pregătirea tehnică în atac	60	45	0	45	0	15	ex	2
F.07.O.020	PMS. Pregătirea psihologică	90	60	0	60	0	30	ex	3
F.08.O.021	PMS. Pregătirea integrală	90	60	0	60	0	30	ex	3

Cod	Denumirea unității de curs	Total ore	Ore de contact direct				SI	Forma de evaluare	Nr. credite
			Total	T	P	L			
S	Componenta de specialitate	1110	590	206	384	0	520		35
S.01.O.022	Jocurile dinamice	60	30	6	24	0	30	ex	2
S.02.O.023	Volei	60	30	4	26	0	30	ex	2
S.03.O.024	Baschet	60	30	4	26	0	30	ex	2
S.04.O.025	Atletism	60	30	4	26	0	30	ex	2
S.05.O.026	Fotbal	60	45	10	35	0	15	ex	2
S.07.O.027	Natația	90	45	6	39	0	45	ex	2
S.08.O.028	Luptele sportive	60	40	6	34	0	20	ex	2
S.04.O.029	Psihologia vârstelor	60	30	26	4	0	30	ex	2
S.07.O.030	Psihologia sportului	120	60	30	30	0	60	ex	4
S.08.O.031	Educația incluzivă	120	40	30	10	0	80	ex	4
S.07.O.032	Gimnastica	120	90	30	60	0	30	ex	4

S.08.O.033	Medicina sportivă și masajul	120	60	20	40	0	60	ex	4
S.08.O.034	Teoria și metodică antrenamentului sportiv	120	60	30	30	0	60	ex	3
P	Stagii de practică- Tabelul 3	600	600	30	570	0	0		20
G+U+F+S+P	Total ore pentru unități de curs obligatorii	3090	2085	575	1510	0	1005		101
A	Componenta opțională de specialitate	420	210	104	106	0	210		14
S.02.A.035 S.02.A.036	Organizarea taberelor și competițiilor // Educația fizică în familie	60	30	20	10	0	30	ex	2
S.05.A.037 S.05.A.038	Tenis de masă // Badminton	60	30	24	6	0	30	ex	2
S.06.A.039 S.06.A.040	Fitness-aerobică// Fitness-fortă	60	30	20	10	0	30	ex	2
S.07.A.041 S.07.A.042	Tehnica securității în situații de risc // Managementul situațiilor excepționale	120	60	30	30	0	60	ex	4
S.08.A.043 S.08.A.044	Handbal // Minifotbal	60	30	4	26	0	30	ex	2

Cod	Denumirea unității de curs	Total ore	Ore de contact direct				SI	Forma de evaluare	Nr. credite
			Total	T	P	L			
S.08.A.045 S.08.A.046	Orientare sportivă// Turism sportiv	60	30	6	24	0	30	ex	2
G+U+F+S+P+A	Total ore - unități de curs: obligatorii și opționale	3510	2295	679	1616	0	1215		115
L	Componenta la liberă alegere	240	150	35	115	0	90		8
S.03.L.047 S.03.L.048	Gimnastică ritmică și dansul // Ritmica	60	45	5	40	0	15	ex	2
S.04.L.049 S.04.L.050	Demonstrații serbări sportive // Preîntâmpinare traumatismului în activitățile motrice	60	30	20	10	0	30	ex	2
S.05.L.051 S.05.L.052	Metrologia// Edificii sportive	60	30	4	26	0	30	ex	2
S.07.L.053 S.07.L.054	Psihologia conflictelor// Psihologia comunicării	60	45	6	39	0	15	ex	2

Stagii de practică						
	Stagii de practică	Semestrul	Nr. de săptămâni	Nr. de ore	Perioada	Nr. de credite
	Total			600		20
1	Practica de inițiere în specialitate	2	2	60	luna ianuarie	2
2	Practica în instituții de educație timpurie	4	15	60	4 ore / o zi / săptămână	2
3	Practica de vară	4	3	60	iunie-iulie	2
4	Practica în gimnaziu	5	15	60	4 ore / o zi / săptămână	2
5	Practica de antrenor	6	15	60	4 ore / o zi / săptămână	2
6	Practica în structuri de organizare a activității sportive	7	15	90	6 ore / o zi / săptămână	3
7	Practica ce anticipează probele de absolvire	8	6	210	februarie-martie	7

⇒ Reguli de examinare și evaluare:

Regulile de examinare și evaluare sunt prevăzute în **Regulamentul** de organizare a studiilor în învățământul profesional tehnic postsecundar și postsecundar nonterțiar în baza Sistemului de Credite de Studii Transferabile, ordinul ME nr. 234 din 25 martie 2016.

Evaluarea curentă constituie circa 60 la sută din nota finală. Examenele orale se susțin în fața unei comisii constituite din cel puțin două cadre didactice: cadrul didactic care a predat cursul respectiv și un cadru didactic de la catedra de profil. La examene pot asista, în calitate de observatori, reprezentanți ai asociațiilor de elevi de diferite niveluri, agenți economici, părinți.

Elevul poate susține examen la o singură disciplină într-o zi, iar intervalul între examenele succesive trebuie să fie de minimum 2 zile.

Un examen repetat poate fi susținut gratuit cel mult de 3 ori. Neprezentarea fără motiv la examen se consideră prima încercare. În cazul în care elevul nu obține note de promovare și credite după cea de-a treia prezentare, este obligat să reia integral activitățile referitoare la unitatea de curs respectivă, în bază de taxă.

Nu este promovat elevul care a acumulat mai puțin de 70 la sută din credite la cursurile din planul de învățământ în două semestre succesive. În cazuri excepționale (concediu medical, participare la competiții, concursuri republicane și internaționale etc.), el este promovat cu condiția recuperării cursurilor în sesiunea următoare.

Elevii care nu obțin creditele necesare promovării în anul de studii următor și sînt reînmatriculați în același an trebuie să realizeze cerințele planului de învățământ al promoției respective.

Numai elevul care obține integral credite la toate cursurile obligatorii și la liberă alegere, prevăzute în planul de învățământ pentru fiecare semestru, poate candida pentru obținerea unei burse de studiu și respectiv poate susține probele de absolvire prevăzute în planul de învățământ:

Examinarea finală are loc în sesiunea stabilită prin structura anului de studii. Orarul sesiunii se stabilește pe formațiuni de studii și se aduce la cunoștință elevilor cu cel puțin o lună înainte de începerea sesiunii de examene. Toate unitățile de curs prevăzute în planul de învățământ pentru un semestru se evaluează prin examen scris, oral sau asistat de calculator.

⇒ Descrierea unităților de curs incluse în planul de învățământ:

Denumirea unității de curs	DECIZII PENTRU UN MOD SĂNĂTOS DE VIAȚĂ				
	Tipul cursului	Anul de studii	Semestrul	Numărul de credite	Numele, prenumele cadrului/elor didactic/e
G.01.0.001	Componenta de formare a competențelor profesionale generale	I	I	2	Moraru Liuda
Obiectivele cursului exprimate în	Competențe profesionale specifice modulului				

finalități de studiu și competențe	CS1. Competența de a procesa informație relevantă despre serviciile comunitare multisectoriale în dependență de necesitățile individuale pentru prevenire, tratament și/sau sprijin social-juridic. CS2. Competența de a analiza consecințele diferitor opțiuni comportamentale în situații de risc pentru sănătate. CS3. Competența de a corela deciziile cu valorile și scopurile personale. CS4. Competența de comunicare interpersonală pentru fortificarea sănătății personale. CS5. Competența de a reduce riscurile de sănătate pentru sine și pentru cei din jur.
Precondițiile	Ghiduri metodice; laptop; calculator, proiector, planșe, sală de curs, mape, carioci.
Conținutul cursului	• Introducere. Autoevaluarea propriului mod de sănătate. • Stereotipuri de gen și decizii • Rolul valorilor în luarea deciziilor • Decizii pentru prevenirea violenței • Abuzul sexual • Pubertatea și adolescența – vârsta schimbărilor • Igiena. Tipuri de igienă personală. • Sănătatea sexual-reproductivă. • Prevenirea infecțiilor cu transmitere sexuală • Prevenirea HIV/SIDA. • Pașii de luare a deciziilor în situații de risc. • HIV și SIDA – stigmatizare și discriminare • Stresul și luarea deciziilor • Tutunul, alcoolul și drogurile • Alimentația și activitatea fizică • Planificare pentru un mod sănătos de viață • Sistemul de referință în sprijinul unui mod sănătos de viață
Literatura recomandată	• Leșco G, Chirev L, Bordeianu N, Gandrabur N, Cuciuc V. Promovarea sănătății și dezvoltării adolescenților. Ghid pentru persoanele de resursă din comunitate. Chișinău, 2020 • Agenda 2030 pentru dezvoltare durabilă. https://mecc.gov.md/sites/default/files/obiectivele_de_dezvoltare_dura_bila • Programul național în sănătatea și drepturile sexuale și reproductive 2018-2022. • Bontaș, I., Pedagogie, București: Ed. ALL, 1996.pdf
Metode de predare/învățare/ evaluare la fiecare unitate de învățare	Studii de caz, scriere reflexivă, jocul de rol, fișe de observații, exerciții practice, proiecte individuale și de grup, argumentarea, linia valorilor, Analiza SWOT, lectura ghidată, graficul T, Dezbateri.

Conținutul lucrului individual al elevului	• Reportaj, articol, vox în baza interviului realizat. • Poster "Povestea unui om sănătos". • Panou informativ privind condițiile sănătoase la locul de muncă/de practică. • Desene "Emoțiile mele și sănătatea". • Elaborarea atributelor de Cultură organizațională : Postere, Pliante, Fluturași, Video. • Elaborarea Hărților Conceptuale cu referire la : Dimensiunile Clasei de elevi. Elaborarea regimului zilei și a planului de acțiuni săptămânal.

Denumirea unității de curs	PEDAGOGIE GENERALĂ				
Codul cursului	Tipul cursului	Anul de studii	Semestrul	Numărul de credite	Numele, prenumele cadrului/elor didactic/e
F.01.O.009	Componenta fundamentală	I	I	2	Cașu D.
Obiectivele cursului exprimate în finalități de studiu și competențe	Competențe profesionale specifice modului CS1. Operarea cu noțiunile și categoriile fundamentale în domeniul pedagogiei. CS2. Determinarea direcțiilor de dezvoltare din domeniul pedagogiei; CS3. Analiza fenomenelor și proceselor educaționale; CS4. Explicarea locului, rolului și formelor de activitate educațională; CS5. Utilizarea metodelor și procedeele de autocunoaștere în vederea autoreglării sferei emoționale și a orientării profesionale. CS6. Explicarea esenței fenomenelor pedagogice				
Precondițiile	Tablă; Calculatoare portabile (laptop, notebook); Proiector, Ecran.				
Conținutul cursului	• Pedagogie știință a educației. Educația obiectul de studiu al pedagogiei • Fundamente teoretice • Educabilitatea. Factorii formării și dezvoltării ființei umane. • Finalități educației. • Dimensiunile Educației. Noile educației				
Literatura recomandată	• I.Nicola, Pedagogie generală, Chișinău 1993 • I. Bontaș, Pedagogie, Editura: Motropol, Timișoara 1998. • Pălărie, V., Pedagogie. Chișinău: Editura Univers Pedagogic. 2007 • I. Bontoș, Tratat de pedagogie, Editura:ALL, București 2008 • Gabriela C. Cristea, Pedagogie generală. Editura didactică și pedagogie. București 2008				

	• Ioan Jinga, Elena Macovei, Manual de pedagogie, Editura:ALL, București 2008 • Silistraru N., Dinamica și funcționalitatea dimensiunilor educației. Chișinău: Universitatea de Stat din Moldova. 2001
Metode de predare/învățare/evaluare la fiecare unitate de învățare	Explicația, Demonstrația teoretică; Conversația euristică, Discuții sau dezbateri, Pălării gânditoare, Explozia stelară, Clusteringul;
Conținutul lucrului individual al elevului	• Personalitățile care s-au ocupat de dezvoltarea pedagogiei • Formele educației • Factorii dezvoltării , formării personalității umane • Operaționalizarea obiectivelor • Dimensiunile Educației

Denumirea unității de curs	PMS.PREGĂTIREA FIZICĂ GENERALĂ				
Codul cursului	Tipul cursului	Anul de studii	Semestrul	Numărul de credite	Numele, prenumele cadrului/elor didactic/e
F.01.O.014	Componenta fundamentală	I	I	2	
Obiectivele cursului exprimate în finalități de studiu și competențe	Competențe profesionale specifice modului CS1. Asigurarea pregătirii fizice generale optime pentru studierea celorlalte componente ale pregătirii integrale a jucătorului de volei; CS2. Dezvoltarea calităților motrice de bază necesare pentru practicarea jocului de volei; CS3. Formarea deprinderilor practico-metodice aplicabile în diferite forme de practicare a exercițiului fizic, cu posibilitatea de transfer în activitățile de timp liber; CS4. Educarea capacității de a folosi un limbaj de specialitate corect, cu aplicabilitate în activitățile de educație fizică, sport și activități de timp liber; CS5. Aplicarea regulamentului și a gesturilor de arbitraj în cadrul jocului bilateral.				
Precondițiile	Sala de sport, echipament sportiv				
Conținutul cursului	• Exerciții de dezvoltare fizică generală. • Dezvoltarea calităților motrice de bază. • Exerciții din școala alergărilor utilizate în cadrul antrenamentului la volei.				
Literatura recomandată	• Ghidul orientativ al antrenorului de volei. [Accesat 02.02.2025]				

	- Regulamentul jocului de volei. [Accesat 02.002.2025] Disponibil: https://www.frvolei.ro/pagini/5_oficiali/resurse_arbitri/2015/Regulamentul%20jocului%20de%20volei%202015.pdf - Regulamentul jocului de volei. [Accesat 02.002.2025] Disponibil: 3. https://www.frvolei.ro/pagini/5_oficiali/resurse_arbitri/2015/Regulamentul%20jocului%20de%20volei%202015.pdf - Curs volei. [Accesat 29.01.2025] Disponibil: http://efsusamvbt.ro/docs/st_1/Curs%202%20stagiul%20I.pdf - Volei. Tehnici și sisteme de joc. [Accesat 30.01.2025] Disponibil: https://intelteachep.wikispaces.com/file/view/Aplicatie_elev_Volei_DrocD.pdf
Metode de predare/învățare/evaluare la fiecare unitate de învățare	Procesul instructiv-educativ se va baza pe următoarele orientări metodologice: - Modelarea; - Instruirea programată; - Algoritmizarea; - Problematizarea; - Autonomia
Conținutul lucrului individual al elevului	- Regulile de igienă în cadrul antrenamentului sportiv. - Evoluția jocului de volei în Republica Moldova - Traumatismul în volei. - Regulamentul jocului de volei.

Denumirea unității de curs	JOCURILE DINAMICE				
Codul cursului	Tipul cursului	Anul de studii	Semestrul	Numărul de credite	Numele, prenumele cadrului/elor didactic/e
S.01.O.022	Componenta de specialitate	I	I	2	
Obiectivele cursului exprimate în finalități de studiu și competențe	Competențe profesionale specifice modului CS1. Formarea unui sistem de cunoștințe de specialitate necesare în selectarea, organizarea, desfășurarea și conducerea jocurilor dinamice; CS2. Abilitarea elevilor cu sistemul de cunoștințe aplicabile în cadrul activităților motrice și celor de agrement și timp liber; CS3. Dezvoltarea abilităților practico-metodice necesare în organizarea jocurilor dinamice la diferite categorii de vârstă și în cadrul diferitor forme de practicare a exercițiului fizic; CS4. Educarea capacității de a folosi un limbaj de specialitate corect, cu aplicabilitate în activitățile de educație fizică, sport și activități de timp liber;				

	CS5. Asigurarea nivelului optimal al pregătirii și dezvoltării fizice necesare în organizarea și practicarea jocurilor dinamice.
Precondițiile	Tablă interactivă sau proiector multimedia; Sală de sport/ teren de sport (inclusiv teren de volei). Mijloace de învățământ: • Bastoane de gimnastică, popice, cercuri de gimnastică, coarde de gimnastică, bănci de gimnastică, scări suedeze, etc. • Mingi de volei, mingi de baschet, mingi medicinale; • Cronometru, fluier, fișe și planșe ilustrative; • Fișe cu jocuri dinamice.
Conținutul cursului	• Originea, esența și importanța pedagogică a jocurilor dinamice. • Jocurile dinamice din programul zilei de învățământ. • Jocurile dinamice în cadrul activităților extracurriculare și extrașcolare. • Jocurile dinamice ca mijloc și metodă de dezvoltare a calităților motrice. • Jocurile dinamice în cadrul diferitor probe de sport.
Literatura recomandată	• Teoria și metodică educației fizice pentru instituțiile preșcolare, curs de prelegeri, capitolul Jocuri dinamice • 855 de jocuri și activități, Ghidul animatorului • Jocuri dinamice, suport de curs • Culegere de jocuri dinamice
Metode de predare/învățare/evaluare la fiecare unitate de învățare	Modelarea; Instruirea programată; Algoritmizarea; Problematizarea.
Conținutul lucrului individual al elevului	• Jocurile dinamice din cadrul curriculumului la educație fizică pentru diferite cicluri de învățământ. • Jocuri dinamice în cadrul recreațiilor organizate cu elevii ciclului primar. • Jocuri dinamice în cadrul lecțiilor de educație fizică. • Jocuri dinamice pentru dezvoltarea calităților motrice. • Jocuri pregătitoare pentru baschet, handbal.

Denumirea unității de curs	TEHNOLOGII INFORMAȚIONALE				
Codul cursului	Tipul cursului	Anul de studii	Semestrul	Numărul de credite	Numele, prenumele cadrului/elor didactic/e
U.02.O.004	Componenta de formare a competențelor	I	I	2	Curoș L.

	profesionale generale				
Obiectivele cursului exprimate în finalități de studiu și competențe	Competențele profesionale specifice disciplinei: CS1. Utilizarea și configurarea sistemelor de operare și a echipamentelor periferice; CS2. Colectarea, păstrarea și prelucrarea informației cu ajutorul aplicațiilor software specializate; CS3. Aplicarea tehnologiilor informaționale de comunicare pentru rezolvarea situațiilor din activitatea profesională. CS4. Aplicarea tehnologiilor informaționale de comunicare pentru rezolvarea situațiilor din activitatea profesională. CS5. Organizarea propriilor activități și respectarea prevederilor normativ-juridice și etice privind lucrul cu mijloacele digitale de colectare, stocare, transmitere și prelucrare a informației. CS6. Respectarea normelor de protecție a muncii în laborator și în utilizarea mijloacelor de colectare, stocare, transmitere și prelucrare digitală a informației.				
Precondițiile	Calculatoare personale de birou (desktop); Calculatoare portabile (laptop, notebook); Proiector; Suport de curs; Caiete; Tablă; Imprimantă; Materiale didactice; MS Office; Open Office; Kingsoft Office; Adobe Photoshop; Adobe Illustrator; Camtasia; MS PowerPoint; Impress; Prezi; GIMP; Tabla interactivă/proiector interactiv; Laborator cu acces la internet.				
Conținutul cursului	• Crearea și gestionarea documentelor. • Formatarea documentelor. • Crearea și editarea tabelelor. • Crearea și editarea diagramelor. • Inserarea și formatarea obiectelor. • Imprimarea documentelor. • Elaborarea prezentărilor electronice. • Crearea conținutului interactiv pentru produse multimedia.				
Literatura recomandată	• Cioroianu I., Tehnologia Informației și a Comunicațiilor, 2010. • Constantinescu J. L., Procesare de text. • Garabet M., Neascu I., Microsoft word, 2008. Ghid de utilizare Microsoft Office 2007, 2008. • Faulkner A., Chavez C., Adobe Photoshop CC Classroom in a Book, 2015. • Presentari - Microsoft PowerPoint 2013, Raluca Constantinescu, Ionut Danaila, editura Euroaptitudini (ECDL modulul VI).				
Metode de predare/învățare/evaluare la fiecare unitate de învățare	Studiul de caz, referatul, explicația, demonstrația, exersare, discuția dirijată, ș.a.				
Conținutul lucrului	• Formatarea caracterelor • Formatarea paragrafelor • Așezarea în pagină				

individual al elevului	• Liste • Stiluri și șabloane • Proprietățile de document. • Tehnici de imprimare a documentelor
-------------------------------	---

Denumirea unității de curs	PSIHOLOGIE GENERALĂ				
Codul cursului	Tipul cursului	Anul de studii	Semestrul	Numărul de credite	Numele, prenumele cadrului/elor didactic/e
F.02.O.010	Componenta fundamentală	I	II	2	Boaghi E., Covali A.
Obiectivele cursului exprimate în finalități de studiu și competențe	Competențe profesionale specifice modului CS1. Interpretarea fenomenelor psihice, a componentelor și trăsăturilor specifice umane, în scopul înțelegerii vieții subiective a omului. CS2. Utilizarea limbajului specific psihologiei în acțiuni de caracterizare și autocaracterizare a personalității umane. CS3. Explicarea ideilor și faptelor psihologice. CS4. Evaluarea psihologică a diferitor situații în activitatea sportivă. CS5. Interpretarea mecanismelor psihologice de autocunoaștere și reflexie, apărare psihologică, autoreglare a comportamentului uman. CS6. Determinarea direcțiilor prioritare de autoformare psihologică. CS7. Analiza raportului dintre nivelurile psihismului. CS8. Identificarea interacțiunilor fenomenelor psihice în conturarea sistemului de personalitate. CS9. Utilizarea tehnicilor de apreciere psihologică. CS10. Utilizarea conceptelor specifice psihologiei pentru organizarea demersurilor de cunoaștere și explicare a unor fapte, evenimente, procese din viața reală.				
Precondițiile	Manuale; Ghiduri metodice; Suport de curs; Laptop; Notebook; Proiector multimedia; Mape; Colaje; Caiete; Broșuri informative; Tablă; Panou; Postere				
Conținutul cursului	• Obiectul de studiu al psihologiei. Psihologia ca știință. • Procesele psihice cognitive: Senzațiile; Percepția; Reprezentările; Memoria; Imaginația și creativitatea; Gândirea; Limbajul și comunicarea; Atenția; • Personalitatea și relațiile interpersonale • Personalitatea; Voința; Temperamentul; Caracterul, Aptitudinile; Afectivitatea; Activitatea, Relațiile interpersonale.				
Literatura recomandată	• Bogoslovski V.V. „Psihologia generală”, Chișinău, 1999 • Cosmovici A, „Psihologia generală”, Iași, 1996 • Jelescu P., Raicu I. ș.a. „Psihologia generală”, Chișinău, 2007				

	• Savca L. „Psihologie”, Chișinău, 2009 • Negovan V. Fundamentele psihologiei, Credis, 2008 • Golu M. Fundamentele psihologiei, • Fundația România de Măine, 2007
Metode de predare/învățare/evaluare la fiecare unitate de învățare	Eseu, studiu de caz, rezumat studiat, referat, proiect elaborat, argumentare scrisă, argumentare orală.
Conținutul lucrului individual al elevului	• Deosebirile și asemănările între psihicul omului și animalelor. • Importanța studierii psihologiei pentru formarea personală. • Asemănările și deosebirile dintre senzație și percepție. • Rolul memoriei în viața și activitatea omului. • Rolul factorilor de mediu, ereditate și educație în formarea personalității. • Sfaturi părinților de formare a personalității copilului.

Denumirea unității de curs	PMS.PREGĂTIREA FIZICĂ SPECIFICĂ				
Codul cursului	Tipul cursului	Anul de studii	Semestrul	Numărul de credite	Numele, prenumele cadrului/elor didactic/e
F.02.O.015	Componenta fundamentală	I	II	2	
Obiectivele cursului exprimate în finalități de studiu și competențe	Competențe profesionale specifice modului CS1. Asigurarea pregătirii fizice generale optime pentru studierea celorlalte componente ale pregătirii integrale a jucătorului de volei; CS2. Dezvoltarea calităților motrice de bază necesare pentru practicarea jocului de volei; CS3 Formarea deprinderilor practico-metodice aplicabile în diferite forme de practicare a exercițiului fizic, cu posibilitatea de transfer în activitățile de timp liber; CS4. Educarea capacității de a folosi un limbaj de specialitate corect, cu aplicabilitate în activitățile de educație fizică, sport și activități de timp liber; CS5. Aplicarea regulamentului și a gesturilor de arbitraj în cadrul jocului bilateral.				
Precondițiile	Sala de sport, echipament sportiv				
Conținutul cursului	• Exerciții de dezvoltare fizică generală. • Dezvoltarea calităților motrice de bază. • Dezvoltarea calităților motrice specifice.				

Literatura recomandată	- Ghidul orientativ al antrenorului de volei. [Accesat 02.02.2025] Disponibil: https://www.frvolei.ro/pagini/6_antrenori/planuri_de_pregatire/Ghidul%20orientativ.pdf - Regulamentul jocului de volei. [Accesat 02.002.2025] Disponibil: https://www.frvolei.ro/pagini/5_oficiali/resurse_arbitri/2015/Regulamentul%20jocului%20de%20volei%202015.pdf - Volei. Suport de curs. [Accesat 31.01.2025] Disponibil: http://www.spiruharet.ro/facultati/sport-bucuresti/biblioteca/d4562554622d4722c66cfa727c7fe318.pdf - Curs volei. [Accesat 29.01.2025] Disponibil: http://efsusamvbt.ro/docs/st_1/Curs%202%20stagiul%20I.pdf - Volei. Tehnici și sisteme de joc. [Accesat 30.01.2025] Disponibil: https://intelteachep.wikispaces.com/file/view/Aplicatie_elev_Volei_DrocD.pdf
Metode de predare/învățare/evaluare la fiecare unitate de învățare	Procesul instructiv-educativ se va baza pe următoarele orientări metodologice: - Modelarea; - Instruirea programată; - Algoritmizarea; - Problematizarea; - Autonomia.
Conținutul lucrului individual al elevului	- Terenul de volei. - Inventarul și utilajul sportiv necesar pentru practicarea jocului de volei. - Regulamentul unei competiții la volei. - Arbitrajul în volei.

Denumirea unității de curs	VOLEI				
Codul cursului	Tipul cursului	Anul de studii	Semestrul	Numărul de credite	Numele, prenumele cadrului/elor didactic/e
S.02.O.023	Componenta de specialitate	I	II	2	
Obiectivele cursului exprimate în finalități de studiu și competențe	Competențe profesionale specifice modului CS1. Însușirea procedeele tehnice și a acțiunilor tactice fundamentale; CS2. Cunoașterea și aplicarea mijloacelor de rezolvare a obiectivelor instructiv-educative și a structurilor de exerciții specifice diferitor forme de practicare a exercițiului fizic; CS3. Dezvoltarea capacității elevilor cu deprinderi practico-metodice aplicabile în diferite forme de practicare a exercițiului fizic, cu posibilitatea de transfer în activitățile de timp liber;				

	CS4. Educarea capacității de a folosi un limbaj de specialitate corect, cu aplicabilitate în activitățile de educație fizică, sport și activități de timp liber; CS5. Aplicarea regulamentului și a gesturilor de arbitraj în cadrul jocului bilateral.
Precondițiile	Tablă interactivă sau proiector multimedia; Sală de sport/ teren de sport (inclusiv teren de volei). Mijloace de învățământ: Bastoane de gimnastică, popice, cercuri de gimnastică, coarde de gimnastică, bănci de gimnastică, scări suedeze, etc. • Mingi de volei, mingi de baschet, mingi medicinale; • Cronometru, fluier, fișe și planșe ilustrative; • Regulamentul jocului de volei.
Conținutul cursului	• Originea, esența și importanța pedagogică a jocului de volei. • Metodica organizării și desfășurării a jocului de volei în diferite activități de educație fizică și sport. • Pregătirea fizică generală și specifică jucătorului de volei. • Elemente tehnice specifice jocului de volei. • Tactica jocului de volei. Jocul bilateral și arbitrajul în volei.
Literatura recomandată	• Ghidul orientativ al antrenorului de volei. • Volei. Suport de curs. http://www.spiruharet.ro/facultati/sport-bucuresti/biblioteca/d4562554622d4722c66cfa727c7fe318.pdf • Curs volei. http://efs-usamvbt.ro/docs/st_1/Curs%202%20stagiul%20I.pdf Volei. • Tehnici și sisteme de joc. https://intelteachep.wikispaces.com/file/view/Aplicatie_elev_Volei_DrocD.pdf
Metode de predare/învățare/evaluare la fiecare unitate de învățare	Modelarea; Instruirea programată; Algoritmizarea; Problematizarea.
Conținutul lucrului individual al elevului	• Complexe de exerciții pentru dezvoltarea fizică generală a jucătorului de volei. • Complexe de exerciții de stretching. • Fazele în diferite variante ale serviciului. • Greșelile regulamentare specifice diferitor acțiuni tactice. • Joc bilateral cu efectiv diferit. • Colegiul de arbitri.

Denumirea unității de curs	ORGANIZAREA TABERELOR ȘI COMPETIȚIILOR				
Codul cursului	Tipul cursului	Anul de studii	Semestrul	Numărul de credite	Numele, prenumele cadrului/elor didactic/e

S.02.A.035	Componenta la libera alegere	I	II	2	
Obiectivele cursului exprimate în finalități de studiu și competențe	Competențe profesionale specifice modului CS1. Elaborarea programului de activitate sportivă în tabere. CS2. Desfășurarea complexelor de exerciții fizice. CS3. Organizarea și desfășurarea jocurilor și competițiilor sportive. CS4. Respectarea măsurilor ce trebuie luate în vederea eliminării accidentelor. CS5. Respectarea indicațiilor tehnico-metodice referitoare la executarea corectă a conținutului activității de educație fizică. CS6. Pomovarea modului sănătos de viață și practicarea sportului.				
Precondițiile	Manuale; Ghiduri metodice; Suport de curs; Laptop, Notebook, Proiector multimedia; Mape; Colaj; Caiete; Broșuri informative; Tablă; Panou; Postere.				
Conținutul cursului	• Organizarea taberelor • Metodica organizării și desfășurării activităților de educație fizică în tabără. • Activitatea instructorului de educație fizică în tabără. • Metodica organizării și desfășurării competițiilor sportive.				
Literatura recomandată	• Educația fizică școlară. Ghidul profesorului. Botoșani 2009 • Jocuri dinamice pentru toate anotimpurile. Iași 2011 • Методика проведения спортивных мероприятий				
Metode de predare/învățare/evaluare la fiecare unitate de învățare	Autochestionarea; Invatarea individuala; Comparatie si contrast; Fishbowl (tehnica acvariului); Interviu în trei trepte; Lucrare practică; Eseu; Diagrama wen; Studiul de caz; Harta conceptuală; Proiectul în grup; Cubul; Metoda Frisco; Metoda SINELG; Știu/Vreau să știu/Am învățat.				
Conținutul lucrului individual al elevului	• Metodica desfășurării exercițiilor pentru gimnastica de dimineață. • Metodica desfășurării ștafetelor sportive. • Cheia succesului implementării activităților sportive în tabere. • Personalitatea instructorului de educație fizică. • Etapele desfășurării unei competiții. • Întocmirea unui sistem de desfășurare a competiției.				

Denumirea unității de curs	EDUCAȚIA FIZICĂ ÎN FAMILIE				
Codul cursului	Tipul cursului	Anul de studii	Semestrul	Numărul de credite	Numele, prenumele cadrului/elor didactic/e
S.02.A.036	Componenta la libera alegere	I	II	2	

Obiectivele cursului exprimate în finalități de studiu și competențe	Competențe profesionale specifice modului CS1. Identificarea rolului familiei în adoptarea și menținerea unui mod de viață sănătos de către toți membrii ale acesteia; CS2. Formularea cerințelor pentru practicarea eficientă a exercițiilor fizice în familie; CS3. Delimitarea principalelor categorii de exerciții practicate în familie în vederea valorificării potențialului biologic a fiecărui membru a acesteia; CS4. Stabilirea cerințelor față de practicarea exercițiilor fizice în diverse forme de organizare; CS5. Alcătuirea complexelor de exerciții pentru diferite forme de practicare a exercițiilor fizice în familie; CS6. Argumentarea rolului familiei în formarea culturii fizice armonioase a fiecărui membru ale acesteia.
Precondițiile	Manuale; Ghiduri metodice; Suport de curs; Laptop, Notebook, Proiector multimedia; Mape; Colaj; Caiete; Broșuri informative; Tablă; Panou; Postere.
Conținutul cursului	• Rolul familiei în educația fizică a membrilor acesteia. • Cerințele față de practicarea exercițiilor în familie. • Categoriile de exerciții practicate în familie. • Formele de practicare a exercițiilor fizice în familie. • Competițiile și concursurile sportive în familie.
Literatura recomandată	• CÂRSTEA Gh., Teoria și metodică educației fizice și sportului, pentru examenele de definitivat și gradul didactic II, București: AN-DA. 2000. 172p. • ROTARU, A., VIZITIU, L., Bazele teoriei, metodică predării educației fizice în instituțiile preșcolare. Ch.: Lumina, 1994. 200 p. ISBN 5- 372-01532-2. • Educația fizică în familie, https://ru.scribd.com/doc/243575035/educatia-fizica-in-familiedocx • Educația în familie – baza unei dezvoltări sănătoase a copiilor și a succesului în viață, https://creeracord.com/2016/07/12/educatiain-familie-baza-unei-dezvoltari-sanatoase-a-copiilor-si-a-succesuluiin-viata/
Metode de predare/învățare/evaluare la fiecare unitate de învățare	Strategiile didactice aplicate în procesul instructiv educativ vor fi indicate explicit în proiectele didactice elaborate de fiecare profesor în funcție de nivelul de pregătire și progresul demonstrat atât de grupa de elevi în ansamblu, cât și de fiecare elev în parte, orientate la eficiență maximă în procesul de învățare, vor stimula gândirea logică, cauzală, analitică, cât și imaginația spațială și creativitatea elevilor . Procesul instructiv-educativ se va baza pe următoarele orientări metodologice: • Modelarea;

	• Instruirea programată; • Algoritmizarea; • Problematizarea.
Conținutul lucrului individual al elevului	• Practicarea exercițiilor fizice la mine în familie. • Familia – factor important în dezvoltarea multilaterală și armonioasă a tinerei generații • Exerciții pentru formarea ținutei corecte a corpului. • Gimnastica matinală. • Înotul ca factor de călire. • Exercițiile de fitness în familie. • Concurs sportiv în familie.

Denumirea unității de curs	CULTURA COMUNICĂRII				
Codul cursului	Tipul cursului	Anul de studii	Semestrul	Numărul de credite	Numele, prenumele cadrului/elor didactic/e
G.03.O.002	Componenta de formare a competențelor profesionale generale	II	III	2	
Obiectivele cursului exprimate în finalități de studiu și competențe	Competențe profesionale specifice modului CS1. Aplicarea strategiilor eficiente în comunicare. CS2. Utilizarea diferitelor tehnici de comunicare în funcție de rolul instanței comunicării în rețelele de comunicare; CS3. Aplicarea tehnicilor de negociere, persuasiune, seducere, sugestionare, tăcere etc. în funcție de situația de comunicare; CS4. Îmbunătățirea climatului comunicațional în activitatea profesională. CS5. Utilizarea metodelor și tehnicilor de comunicare eficientă în depășirea conflictului.				
Precondițiile	Manuale, Ghiduri metodice, Suport de curs, Laptop, Proiector multimedia, Mape, Colaje, Caiete, Broșuri informative, Tabla, Panou, Postere.				
Conținutul cursului	• Cultura comunicării • Comunicarea orală. Normele de etică în comunicarea orală. Normele de logică și normele de limbă în comunicarea orală • Aspecte psihologice ale comunicării • Performanțele stăpânirii limbajului pozitiv • Comunicarea în scris. Textul coerent ca formă a comunicării • Textul oficial. Tipuri de texte oficiale • Lucrări de corespondență oficială și neoficială				

Literatura recomandată	• Alexei Palii. <i>Cultura comunicării</i>. – Chișinău, 2005. • Alexei Palii. <i>Cuvântul și simțul măsurii</i>. – Chișinău, 1995. • Candea, Rodica M., Candea Dan. <i>Comunicare managerială: Concepte, deprinderi, strategie</i>. Editura EXPERT, Bucuresti, 1996 • Codoban A., <i>Teoria comunicării</i>, Cluj, 2011. • Dale Carnegie. <i>Secretele succesului. Cum să vă faceți prieteni și să deveniți influent</i>. – București, 1997. • Dinu, M. <i>Comunicarea – repere fundamentale</i>, Editura Algos, 2000. • Gavreliuc, A. <i>De la relațiile interpersonale la comunicarea socială: psihologia socială și stadiile progresive ale articulării sinelui</i>, Iași: Polirom, 2007. • George R. Walther. <i>Influența limbajului pozitiv</i>. – București, 2008. • Graur E., <i>Tehnici de comunicare</i>. Cluj: Ed. Mediamira, 2001.
Metode de predare/învățare/evaluare la fiecare unitate de învățare	Autochestionarea; Invatarea individuala; Comparatie si contrast; Fishbowl (tehnica acvariului); Interviuul în trei trepte; Lucrare practică; Eseul; Diagrama wen; Studiul de caz; Harta conceptuală; Proiectul în grup; Cubul; Metoda Frisco; Metoda SINELG; Știu/Vreau să știu/Am învățat; Tehnica ciorchinelui.
Conținutul lucrului individual al elevului	• Elaborarea unor comunicări științifice privind diferite aspecte ale comunicării eficiente • Pregătirea unei sesiuni de dezbateri • Elaborarea glosarului terminologic

Denumirea unității de curs	ETICA PROFESIONALĂ				
Codul cursului	Tipul cursului	Anul de studii	Semestrul	Numărul de credite	Numele, prenumele cadrului/elor didactic/e
U.03.O.005	Componenta de orientare socio-umanistică	II	III	2	
Obiectivele cursului exprimate în finalități de studiu și competențe	Competențe profesionale specifice CPS.1. Cunoașterea și înțelegerea conceptelor de bază, specifice eticii și deontologiei profesionale; CPS.2. Utilizarea și însușirea valorilor fundamentale în baza cărora se exercită profesia; CPS.3. Formarea și dezvoltarea capacității de a analiza comportamentul uman prin prisma normelor specifice deontologiei profesionale; CPS.4. Însușirea instrumentelor de investigare a realității comportamentale sub unghi deontologic;				

	CPS.5. Dezvoltarea conștiinței morale și comportamentului moral ca deziderate necesare fiecărui actor social. CPS.6. Aplicarea instrumentelor de investigare a realității comportamentale sub unghi deontologic;
Precondițiile	Manuale; Ghiduri metodice; iSuport de curs; Laptop; Notebook; Proiector multimedia; Mape; Colaje; Caiete; Broșuri informative; Tablă; Panou; Postere.
Conținutul cursului	• Etica și deontologie - delimitări conceptuale • Implicațiile educației morale în formarea eticii și deontologiei profesionale • Orientări axiologice în formarea profesionalului • Sistemul de autoreglare a comportamentului etic • Bazele teoretice ale Eticii profesionale • Deontologia profesională • Cultura profesională și rolul său în structurarea carierei.
Literatura recomandată	• Etica. Capcelea V., Chișinău, 2003. • Codul de Etică al cadrului didactic, 2016 • ORDIN Nr. 861 din 07.09.2015 pentru aprobarea Codului de etică al cadrului didactic • Etica pedagogică. Ioana Aurelia Axentii. Cahul, 2012 • Etica Profesională. Lungu V., CEP USM, Chișinău 2011. • Suport de curs Tratat de etică. Peter Singer (editor). Iași, 2006. • Etica pedagogică. Mîndîcanu V. Lyceum, Chișinău, 2001
Metode de predare/învățare/evaluare la fiecare unitate de învățare	Metode expositive: explicația, demonstrația teoretică; prelegerea; Metode interactive: conversația euristică, discuții sau dezbateri, pălării gînditoare, explozia stelară, clusteringul; Metode de instruire: prin problematizare, studiu de caz, rezolvarea de situații problemă.
Conținutul lucrului individual al elevului	• Concepțiile etice ale îndrumătorilor omenirii: Confucius, Buddha, Moise, Hristos, Mohomed • Morala și norma morală. Educația Morală. • Valori morale în orientarea personalității • Dimensiuni de bază ale personalității și caracteristici specifice ce influențează comportamentul etic. • Geneza eticii pedagogice ca știință și problematica ei de cercetare. • Consecințele unui comportament contrar eticii. • Determinări teoretice generale ale culturii comportării pedagogului. Nevoia de model profesional

Denumirea unității de curs	PMS.PREGĂTIREA TEORETICĂ				
Codul cursului	Tipul cursului	Anul de studii	Semestrul	Numărul de credite	Numele, prenumele

					cadrului/elor didactic/e
F.03.O.016	Componenta fundamentală	II	III	2	
Obiectivele cursului exprimate în finalități de studiu și competențe	Competențe profesionale specifice modului CS1. Identificarea principalelor aspecte teoretice cu privire la istoria și evoluția jocului de volei; CS2. Explicarea prevederilor regulamentului oficial al jocului de volei vis-à-vis de situațiile de joc; CS3 Asigurarea pregătirii fizice generale și specifice optime pentru studierea celorlalte componente ale pregătirii integrale a jucătorului de volei; CS4. Dezvoltarea calităților motrice de bază și specifice necesare pentru practicarea jocului de volei; CS5. Formarea deprinderilor practico-metodice aplicabile în diferite forme de practicare a exercițiului fizic, cu posibilitatea de transfer în activitățile de timp liber; CS6. Educarea capacității de a folosi un limbaj de specialitate corect, cu aplicabilitate în activitățile de educație fizică, sport și activități de timp liber; CS7. Aplicarea regulamentului și a gesturilor de arbitraj în cadrul jocului bilateral.				
Precondițiile	Sala de sport, echipament sportiv				
Conținutul cursului	• Exerciții de dezvoltare fizică generală. • Dezvoltarea calităților motrice de bază. • Dezvoltarea calităților motrice specifice. • Pregătirea teoretică și metodică în volei.				
Literatura recomandată	• Ghidul orientativ al antrenorului de volei. [Accesat 02.02.2025] • Regulamentul jocului de volei. [Accesat 02.002.2025] Disponibil: https://www.frvolei.ro/pagini/5_oficiali/resurse_arbitri/2015/Regulamentul%20jocului%20de%20volei%202015.pdf • Regulamentul jocului de volei. [Accesat 02.002.2025] Disponibil: 3. https://www.frvolei.ro/pagini/5_oficiali/resurse_arbitri/2015/Regulamentul%20jocului%20de%20volei%202015.pdf • Curs volei. [Accesat 29.01.2025] Disponibil: http://efsusamvbt.ro/docs/st_1/Curs%202%20stagiul%20I.pdf • Volei. Tehnici și sisteme de joc. [Accesat 30.01.2025] Disponibil: https://intelteachep.wikispaces.com/file/view/Aplicatie_elev_Volei_DrocD.pdf				
Metode de predare/învățare/evaluare la	Procesul instructiv-educativ se va baza pe următoarele orientări metodologice: • Instruirea programată; • Algoritmizarea;				

fiecare unitate de învățare	• Problematizarea; • Autonomia
Conținutul lucrului individual al elevului	• Protecția muncii în practicarea jocului de volei. • Cerințele standard față de echipamentele necesare pentru practicarea jocului de volei. • Tabelul competițiilor la volei. • Arbitrajul în volei.

Denumirea unității de curs	BASCHET				
Codul cursului	Tipul cursului	Anul de studii	Semestrul	Numărul de credite	Numele, prenumele cadrului/elor didactic/e
S.03.O.023	Componenta de specialitate	II	III	2	
Obiectivele cursului exprimate în finalități de studiu și competențe	Competențe profesionale specifice modului CS1. Dozarea efortului fizic și intelectual. CS2. Favorizarea dezvoltării calităților motrice utilizând elemente din jocul de baschet. CS3. Însușirea și perfecționarea de către copii a priceperilor și deprinderilor motrice în jocul de baschet. CS4. Creșterea motivației activității motrice independente la copii, adulți, tineret prin intermediul jocului de baschet. CS5. Elaborarea proiectelor de activități sportive cu copii de diferite vârste. CS6. Planificarea timpului necesar pentru desfășurarea activităților sportive. CS7. Intensificarea și îmbunătățirea proceselor psihologice (atenția, percepția, memoria vizuală și gândirea logică) a copiilor, tinerilor în timpul desfășurării ștafetelor cu elemente din jocul de baschet.				
Precondițiile	Suport de curs; Calculator portabil (notebook), Postere, Ghiduri metodice; Mingi de baschet; Coarde, Mingi medicinale, Bastoane de gimnastică, Bănci de gimnastică.				
Conținutul cursului	• Istoria jocului de baschet • Regulamentul jocului de baschet • Dezvoltarea fizică generală • Tehnica jocului de baschet • Tehnica cu mingea • Tehnica fără minge • Prigătirea tactică				
Literatura recomandată	• V.Zvezdin Baschetul în școală. Chișinău 1993 • Regulamentul oficial a jocului de basche. București 2006 FIBA • A.Grimalschi. V. Badia Dicționar sportiv școlar Chișinău 1993 • A.Gomelschi. Pregătirea special a baschetbaliștilor				

Metode de predare/învățare/evaluare la fiecare unitate de învățare	Poster; Studiu de caz; Autochestionarea; Demonstrarea; Explicarea; Metoda studiului de caz; Tehnica 3-2-1; Demonstrarea; Explicarea; Învățarea individuală; Prezintă-perechi-execută; Teste; Metoda practică; Exersarea; Instruirea programată.
Conținutul lucrului individual al elevului	• Etapele istorice ale jocului de baschet Baschetbolul la etapa actuală în Republica Moldova • Componenta colegiului de arbitraj • Rolul rezistenței în jocul de baschet • Clasificarea prinderilor mingii • Clasificarea paselor în jocul de baschet • Felurile de deplasări • Săriturile • Utilizarea tacticii în jocul de baschet

Denumirea unității de curs	GINNASTICA RITMICĂ ȘI DANSUL				
Codul cursului	Tipul cursului	Anul de studii	Semestrul	Numărul de credite	Numele, prenumele cadrului/elor didactic/e
S.03.L.047	Componenta la libera alegere	II	III	2	
Obiectivele cursului exprimate în finalități de studiu și competențe	Competențe profesionale specifice modulului CS1. Asocierea motivelor, a temelor și a structurilor ritmice cu semnificații adecvate. CS2. Analizarea modalităților de expresivizare a limbajului ritmic, în interpretarea partiturilor ritmice. CS3. Nuanțarea interpretării ritmice, după repere stilistice date. CS4. Identificarea de modalități de eficientizare a comunicării, în contextul ansamblului ritmic. CS5. Particularizarea interpretării, în funcție de dominantele proprii personalități și caracteristică a personajului prin mișcări muzical-ritmice. CS6. Utilizarea elementelor de limbaj (bară, mijloc e.c.t.) CS7. Utilizarea structurilor ritmice identificate pentru formarea studiilor ritmice. CS8. Corelarea elementelor de limbaj specific cu semnificația acestora.				
Precondițiile	Dotarea cu: Sală de dans amenajată conform cerințelor (oglinzi, bară); Concertmaistru; Laptop, proiector, boxe, fonotecă.				
Conținutul cursului	• Însemnătatea și rolul activității ritmice la dezvoltarea armonioasă a corpului • Mișcări gimnastico-ritmice de bază • Elementele dansului clasic				

	Dans popular, combinații.
Literatura recomandată	- Metoda Dalcroze https://dalcroze.ro/metoda-dalcroze/ Exerciții ritmice https://www.scribd.com/document/71746073/Exercitii-ritmice - Deprinderi musical-ritmice http://www.rasfoiesc.com/educatie/didactica/gradinita/DEPRINDERILE-MUZICALE-RITMICE-53.php - Coroi, E., Șevciuc, N. Exerciții muzical-ritmice, jocuri și dansuri pentru preșcolari. – Chișinău: Lumina, 1988 - Костровицкая, В. 100 уроков классического танца. – Ленинград, 1972.
Metode de predare/învățare / evaluare la fiecare unitate de învățare	Exercițiul, demonstrația, explicația, dramatizarea, discuția dirijată ș.a.
Conținutul lucrului individual al elevului	- Importanța ritmicii și sarcinile disciplinei. - Determinarea unor mijloace de expresivitate plastică în corespundere cu conținutul muzicii. - Dezvoltarea aparatului locomotor. - Combinarea elementelor pe propriul plac.

Denumirea unității de curs	RITMICA				
Codul cursului	Tipul cursului	Anul de studii	Semestrul	Numărul de credite	Numele, prenumele cadrului/elor didactic/e
S.03.L.048	Componenta la libera alegere	II	III	2	
Obiectivele cursului exprimate în finalități de studiu și competențe	Competențe profesionale specifice modului CS1. Asocierea motivelor, a temelor și a structurilor ritmice cu semnificații adecvate. CS2. Analizarea modalităților de expresivizare a limbajului ritmic, în interpretarea partiturilor ritmice. CS3. Nuanțarea interpretării ritmice, după repere stilistice date. CS4. Identificarea de modalități de eficientizare a comunicării, în contextul ansamblului ritmic. CS5. Particularizarea interpretării, în funcție de dominantele proprii personalității și caracteristică a personajului prin mișcări muzical-ritmice. CS6. Utilizarea elementelor de limbaj (bară, mijloc e.c.t.) CS7. Utilizarea structurilor ritmice identificate pentru formarea studiilor ritmice. CS8. Corelarea elementelor de limbaj specific cu semnificația acestora.				

	CS9. Competențe în elaborarea și punerea în practică a ideii coregrafice cu ajutorul mișcării, a muzicii, a tuturor elementelor necesare. CS10. Competențe în aplicarea metodelor și tehnicilor de refacere după efort, pentru creșterea performanței artistice și tehnice. CS11. Competențe privind aprecierea corectă, cu profesionalism a oricărei combinații ritmice. CS12. Aplicarea regulamentului și a gesturilor de arbitraj în cadrul jocului bilateral.
Precondițiile	Dotarea cu: Sală de dans amenajată conform cerințelor (oglinzi, bară); Concertmaistru; Laptop, proiector, boxe, fonotecă.
Conținutul cursului	• Însemnătatea și rolul activității ritmice la dezvoltarea armonioasă a corpului • Mișcări muzical ritmice de bază • Elementele dansului clasic • Jocul muzical-ritmic
Literatura recomandată	• Metoda Dalcroze https://dalcroze.ro/metoda-dalcroze/ • Exerciții ritmice https://www.scribd.com/document/71746073/Exercitii-ritmice • Deprinderi musical-ritmice http://www.rasfoiesc.com/educatie/didactica/gradinita/DEPRINDERILE-MUZICALE-RITMICE-53.php • Coroi, E., Șevciuc, N. Exerciții muzical-ritmice, jocuri și dansuri pentru preșcolari. – Chișinău: Lumina, 1988 • Костровицкая, В. 100 уроков классического танца. – Ленинград, 1972.a
Metode de predare/învățare / evaluare la fiecare unitate de învățare	Exercițiul, demonstrația, explicația, dramatizarea, discuția dirijată ș.a.
Conținutul lucrului individual al elevului	• Importanța ritmicii și sarcinile disciplinei. • Determinarea unor mijloace de expresivitate muzicală în corespundere cu conținutul muzicii. • Dezvoltarea aparatului locomotor. • Selectarea jocurilor cu elemente de competiție.

Denumirea unității de curs	ANATOMIE ȘI FIZIOLOGIA SPORTULUI				
Codul cursului	Tipul cursului	Anul de studii	Semestrul	Numărul de credite	Numele, prenumele cadrului/elor didactic/e
F.04.O.011	Componenta fundamentală	II	IV	2	Cotruța A.

Obiectivele cursului exprimate în finalități de studiu și competențe	Competențe profesionale specifice modului CS1. Utilizarea terminologiei specific anatomiei și fiziologiei omului în practica profesională. CS2. Identificarea și localizarea principalelor parti componente ale corpului uman . CS3. Identificarea nivelurilor de organizare anatomica si fiziologica. CS4. Analiza părților componente ale corpului uman . CS5. Determinarea principalelor functii ale organismului . CS6. Descrierea elementelor de fiziologie (pe aparate si sisteme) ale corpului uman. CS7. Specificarea modalităților de adaptare a organismului la variatiile de mediu. CS8. Lichidarea factorilor de risc ce provoacă diverse maladii. CS9. Implicarea în activități de menținere a sănătății beneficiarului.
Precondițiile	Lecții teoretice: Manuale; Ghiduri metodice; Suport de curs; Laptop; Notebook; Proiector multimedia; Mape; Colaje; Caiete; Broșuri informative; Tablă; Panou; Postere. Lecții practice: Eprubete, oase naturale,cuvă,microscop,ceasornic cu secundar,vase de sticlă, soluții, modele demontabile de encefal uman, ciocănaș chirurgical,stetoscop, sfigmomanometru.
Conținutul cursului	• Introducere. Niveluri de organizare, planuri și raporturi anatomice. • Celula unitate structurală a organismului. Țesuturile. Anatomia și fiziologia sistemului osos. • Anatomia și fiziologia sistemului muscular. Anatomia și fiziologia sistemului articular. • Anatomia și fiziologia sistemului respirator. Anatomia și fiziologia sistemului digestiv. Anatomia și fiziologia aparatului cardiovascular. • Sîngele. Sistemul renal. Sistemul endocrin. Sistemul nervos. Pielea - organ de protecție și de schimburi. Sistemul genital. Reproducerea.
Literatura recomandată	• Biologia cl-XI G.RudicBiologia în scheme și tabele pae III • Anatomia,fiziologia omului I L.Curguță • Biologia anului de P.Pulber • Biologia test cl X-XII L.Perciuleac • Anatomia si fiziologia omului compediu. C.Cioruei • Curriculum pentru educație timpurie,Aprobat la Consiliul Național pentru Curriculum (Ordinul Ministerului Educației, Culturii și Cercetării nr. 1699 din 15noiembrie 2018).
Metode de predare/învățare/evaluare la fiecare unitate de învățare	Metode de predare/ învățare; metodele de evaluare; Metoda R.A.I.; Tehnica 3-2-1; Eseul; Diagrama wen; Studiul de caz; Harta conceptuală; Metoda piramidei; Explozia stelară.
Conținutul lucrului	• Asemănări și deosebiri dintre diferite tipuri de țesuturi. • Primul ajutor în caz de traumatisme.

individual al elevului	• Compatibilitatea grupelor sangvine. • Igiena activității glandelor endocrine. • Patologii ale pielii și profilaxia lor. • Asemănări și deosebiri dintre sistemul sexual feminin și cel masculin.
-------------------------------	---

Denumirea unității de curs	PMS.PREGĂTIREA TEHNICĂ ÎN APĂRARE I				
Codul cursului	Tipul cursului	Anul de studii	Semestrul	Numărul de credite	Numele, prenumele cadrului/elor didactic/e
F.04.O.017	Componenta fundamentală	II	IV	2	
Obiectivele cursului exprimate în finalități de studiu și competențe	Competențe profesionale specifice modulului CS1. Identificarea principalelor aspecte teoretice cu privire la istoria și evoluția jocului de volei; CS2. Explicarea prevederilor regulamentului oficial al jocului de volei vis-à-vis de situațiile de joc; CS3. Asigurarea pregătirii fizice generale și specifice optime pentru studierea celorlalte componente ale pregătirii integrale a jucătorului de volei; CS4. Dezvoltarea calităților motrice de bază și specifice necesare pentru practicarea jocului de volei; CS5. Formarea deprinderilor practico-metodice aplicabile în diferite forme de practicare a exercițiului fizic, cu posibilitatea de transfer în activitățile de timp liber; CS6. Educarea capacității de a folosi un limbaj de specialitate corect, cu aplicabilitate în activitățile de educație fizică, sport și activități de timp liber; CS7. Aplicarea regulamentului și a gesturilor de arbitraj în cadrul jocului bilateral				
Precondițiile	Sala de sport, echipament sportiv				
Conținutul cursului	• Exerciții de dezvoltare fizică generală. • Dezvoltarea calităților motrice de bază. • Dezvoltarea calităților motrice specifice. • Pregătirea tehnică în apărare.				
Literatura recomandată	• Ghidul orientativ al antrenorului de volei. [Accesat 02.02.2025] • Regulamentul jocului de volei. [Accesat 02.002.2025] Disponibil: https://www.frvolei.ro/pagini/5_oficiali/resurse_arbitri/2015/Regulamentul%20jocului%20de%20volei%202015.pdf • Regulamentul jocului de volei. [Accesat 02.002.2025] Disponibil: 3. https://www.frvolei.ro/pagini/5_				

	oficiali/resurse_arbitri/2015/Regulamentul%20jocului%20de%20volei%202015.pdf • Curs volei. [Accesat 29.01.2025] Disponibil: http://efsusamvbt.ro/docs/st_1/Curs%202%20stagiul%20I.pdf • Volei. Tehnici și sisteme de joc. [Accesat 30.01.2025] Disponibil: https://intelteachep.wikispaces.com/file/view/Aplicatie_elev_Volei_DrocD.pdf
Metode de predare/învățare/evaluare la fiecare unitate de învățare	Procesul instructiv-educativ se va baza pe următoarele orientări metodologice: • Algoritmizarea; • Problematizarea; • Autonomia
Conținutul lucrului individual al elevului	• Clasificarea traumatismelor în volei. • Cerințele standard față de locurile de desfășurare ale competițiilor oficiale. • Fișa de arbitraj simplificată. • Arbitrajul în volei.

Denumirea unității de curs	ATLETISM				
Codul cursului	Tipul cursului	Anul de studii	Semestrul	Numărul de credite	Numele, prenumele cadrului/elor didactic/e
S.04.O.025	Componenta de specialitate	II	IV	2	
Obiectivele cursului exprimate în finalități de studiu și competențe	Competențe profesionale specifice modului CS1. Aplicarea metodelor, procedeele și tehnicilor moderne în activitatea de atletism CS2. Autoperfecționarea continuă în domeniul de atletism. CS3. Proiectarea și organizarea activităților de atletism conform de vîrstă ale participanților CS4. Dezvoltarea calităților fizice și deprinderilor motrice folosind elemente din atletism la copii și tineri CS5. Promovarea modului sănătos de viață prin practicarea probelor de atletism CS6. Elaborarea programei de activități sportive în tabără de odihnă, școli sportive, cluburi, și asociații sportive, utilizând probe din atletism				
Precondițiile	Suport de curs; Calculator portabil (notebook), Postere, Ghiduri metodice; Mingi de baschet; Coarde, Mingi medicinale, Bastoane de gimnastică, Bănci de gimnastică.				
Conținutul cursului	• Istoria atletismului • Bazele tehnicii exercițiilor de atletism • Tehnica alergărilor la distanțe scurte • Tehnica alergărilor de semifond și fond				

	• Tehnica săriturilor on lungime cu elan • Tehnica săriturilor on onrlțime cu elan Organizarea și desfășurarea competițiilor la atletism
Literatura recomandată	• Mruț I., Povestea L. Organizarea și desfășurarea concursurilor de atletism în instituțiile de învățământ. Chișinău 2014 • Andreev L. Atletismul. Chișinău 1992 Chicu V. Jocuri de mișcare. Chișinău 2006 • Lazari Povestea - Atletism, Recomandări metodice pentru studenți : INEFS Chișinru 1998
Metode de predare/învățare/evaluare la fiecare unitate de învățare	Poster; Studiu de caz; Autochestionarea; Demonstrarea; Explicarea; Metoda studiului de caz; Tehnica 3-2-1; Demonstrarea; Explicarea; Învățarea individuală; Prezintă-perechi-execută; Teste; Metoda practică; Exersarea; Instruirea programată.
Conținutul lucrului individual al elevului	• Etapele de dezvoltare a atletismului • Regulamentul în probele de atletism. • Caracteristica distanțelor de viteză • Exerciții pentru dezvoltarea vitezei • Fazele alergărilor de rezistență • Procedeele alergărilor de rezistență • Tehnica săriturilor

Denumirea unității de curs	PSIHOLOGIA VÂRSTELOR				
Codul cursului	Tipul cursului	Anul de studii	Semestrul	Numărul de credite	Numele, prenumele cadrului/elor didactic/e
S.04.O.029	Componenta de specialitate	II	IV	2	Boaghi E., Covali A.
Obiectivele cursului exprimate în finalități de studiu și competențe	Competențe profesionale specifice modului CS1. Utilizarea noțiunilor specifice psihologiei vârstelor și dezvoltarea unui vocabular de specialitate. CS2. Identificarea trăsăturilor psihologice fundamentale care definesc etapele vieții umane. CS3. Aplicarea informațiilor specifice psihologiei vârstelor în construirea demersurilor instruirii sportive. CS4. Recunoașterea diferențelor individuale în construirea și manifestarea vieții psihice în mediul sportiv . CS5. Interpretarea comportamentului uman prin analiza proceselor psihice implicate în realizarea lui. CS6. Aplanarea și rezolvarea constructivă a problemelor psiho-sociale, ce pot surveni la diferite vârste. CS7. Abordarea psihologică eficientă a individului în activitatea sportivă.				

Precondițiile	Manuale, Ghiduri metodice, Suport de curs, Laptop, Notebook, Proiector multimedia, Mape, Colaje, Caiete, Broșuri informative, Tablă, Panou, Postere
Conținutul cursului	• Psihologia vîrstelor ca știință. Metodele de cercetare în psihologia vîrstelor. • Legitățile generale ale dezvoltării psihice. Conceptul de dezvoltare psihică. Particularitățile dezvoltării psihice • Factorii dezvoltării psihice. Legile dezvoltării psihice • Periodizarea dezvoltării psihice. Crizele de vîrstă. • Activitatea și dezvoltarea. Dezvoltarea prenatală a copilului • Dezvoltarea psihică a copilului în primul an de viață. • Dezvoltarea psihică a copilului antepreșcolar (1-3 ani). • Dezvoltarea psihică a copilului preșcolar(3-6/7 ani). • Dezvoltarea psihică a copilului de vîrstă școlară mică • Dezvoltarea psihică a preadolescentului. • Dezvoltarea psihică a adolescentului. • Dezvoltarea psihică a omului în perioadele tinereții (dela 21ani pîna la 31-35 ani) • Dezvoltarea psihică a omului în perioadele vîrstei adulte. • Caracteristicile psihice a omului în perioada bătrîneții.
Literatura recomandată	• Racu, IG, Racu, Iuu., <i>Psihologia dezvoltării</i>. Chișinău, Editura Lumina, 1991. • Racu, I., Perjan, C., <i>Psihologia dezvoltării și psihologia pedagogică</i>. Chișinău, 2007 • Ursula, Ș., <i>Psihologia vîrstelor, Ciclurile vieții</i>, București, Ed.Didactică și Pedagogică,1995. • Vlas,V., <i>Psihologia vîrstelor și pedagogică</i>, Chișinău,1992. • Zlate,M, Verza, E., <i>Psihologia copilului</i>, București, 1997. • Albu Emilia ,<i>Psihologia vîrstelor</i>, 2007
Metode de predare/învățare/evaluare la fiecare unitate de învățare	Prezentare PPT; Proiectul; Diagrama wen; Studiul de caz; Analiza/sinteze a lucrărilor științifice; Comunicări științifice; Teste psihodiagnostice; Joc de rol; Cercetarea idividuala; Învățarea deschisă la distanță; Tehnica 6/3/5 (brainwriting-ul); Cubul; Metoda Frisco.
Conținutul lucrului individual al elevului	• Intercorelarea psihologiei vîrstelor cu alte ramuri ale științei psihologice. • Autocunoaștere. Efectuați un test psihologic la psihologul școlar, analizați rezultatele. • Influența factorilor ereditar, de mediu și i educațional în dezvoltarea psihică. • Prezentarea mai multe periodizări de vîrstă, după mai mulți autori. • Recomandări pentru depășirea crizelor de vîrstă.

	Semnificația omului adult apropiat (mama) în viața și dezvoltarea pruncului.
--	--

Denumirea unității de curs	DEMONSTRAȚII SERBĂRI SPORTIVE				
Codul cursului	Tipul cursului	Anul de studii	Semestrul	Numărul de credite	Numele, prenumele cadrului/elor didactic/e
S.04.L.049	Componenta de specialitate	II	IV	2	
Obiectivele cursului exprimate în finalități de studiu și competențe	Competențe profesionale specifice modului CS1. Identificarea principalelor categorii de manifestații sportive de masă. CS2. Formularea scopului și obiectivelor în concordanță cu viziunea și misiunea manifestațiilor sportive de masă. CS3 Identificarea obiectivelor și conținutului manifestațiilor sportive de masă în educație fizică școlară. CS4. Elaborarea documentelor de planificare a manifestațiilor sportive de masă CS5. Aplicarea etapelor de organizare și desfășurare în cadrul unei manifestații sportive de masă. CS6. Argumentarea rolului tehnologiilor informaționale în mediatizarea manifestațiilor sportive de masă.				
Precondițiile	Suport de curs; Calculator portabil (notebook), Postere, Ghiduri metodice; Mingi de baschet; Coarde, Mingi medicinale, Bastoane de gimnastică, Bănci de gimnastică.				
Conținutul cursului	- Principalele categorii de organizare și desfășurare a manifestațiilor sportive de masa. - Formularea obiectivelor, prognozare, viziunea, misiunea și scopul ca elemente indispensabile pentru organizarea cu succes a manifestațiilor sportive de masa. - Planificarea manifestațiilor sportive de masa. - Organizarea manifestațiilor sportive de masa.				
Literatura recomandată	- MOLDOVANU, I., și a., 855 de jocuri și activități, ghidul animatorului, Ch.: Unicef, 2005 - TRIBOI, V., Metodologia sportului pentru toți, Chișinău, 2018 - РЕПНИКОВА, Е. А., ОСНОВЫ ТЕХНОЛОГИИ ОРГАНИЗАЦИИ, СПОРТИВНО-ЗРЕЛИЩНЫХ МЕРОПРИЯТИЙ, Учебно-методическое пособие, Владимир, 2015 http://op.vlsu.ru/fileadmin/Programmy/Bacalavr_academ/49.03.01/Metod_doc/Metod_dok_Osnovy_tekhnologii_organizacii_sportivnozrelischnykh_meroprijatii_Uchmetod._posobie_Repnikova_i_dr..pdf				
Metode de predare/învățare / evaluare la	Utilizarea unor metode active (de exemplu, învățarea prin descoperire, învățarea prin cooperare, studiul de caz, asaltul de idei, jocuri pe roluri, analiză de text etc.), care pot contribui la crearea cadrului educațional care încurajează interacțiunea socială pozitivă, motivația intrinsecă și				

fiecare unitate de învățare	angajarea elevului în procesul de învățare, formarea capacității de autoanaliză și analiză ; • Crearea de situații problemă în contextul cărora elevii să participe la exerciții de cunoaștere și de autocunoaștere, de ameliorare a propriilor trăsături de personalitate și a relațiilor cu ceilalți; • Realizarea unor observații, elaborarea de proiecte și portofolii, individual și în grupuri de lucru; • Utilizarea calculatorului, a tehnologiilor informaționale și comunicării, a resurselor internet în activitatea didactică, în calitatea lor de mijloace moderne de instruire.
Conținutul lucrului individual al elevului	• Clasificarea manifestațiilor sportive de masă și a competițiilor sportive. • Manifestații și serbări sportive în educația fizică școlară. • Elaborarea setului de documente necesare pentru organizarea și desfășurarea unei manifestații sportive de masă. • Publicitatea și mediatizarea manifestațiilor sportive de masa

Denumirea unității de curs	PREÎNTÂMPINARE TRAUMATISMULUI ÎN ACTIVITĂȚILE MOTRICE				
Codul cursului	Tipul cursului	Anul de studii	Semestrul	Numărul de credite	Numele, prenumele cadrului/elor didactic/e
S.04.L.050	Componenta de specialitate	II	IV	2	
Obiectivele cursului exprimate în finalități de studiu și competențe	<i>Competențe profesionale specifice modului</i> CS1. Identificarea problemelor generale ale preîntâmpinării traumatismului în activitățile motrice ca obiect de studiu; CS2. Descrierea principalelor categorii de traumatisme în activitățile motrice conform particularităților diferitor categorii de țesuturi; CS3. Elaborarea complexelor de exerciții speciale pentru preîntâmpinarea accidentelor și traumatismelor în activitățile motrice; CS4. Aplicarea tehnicilor de îndeplinire a exercițiilor care ajută la prevenirea accidentelor; CS5. Utilizarea tehnicilor de masaj , folosite în activitățile motrice cu scop de prevenire a accidentelor; CS6. Acordarea primului ajutor în caz de traumatism în conformitate cu regulile stabilite; CS7. Selectarea indicațiilor tehnico-metodice referitoare la executarea corectă a conținutului activității de educație fizică.				
Precondițiile	Suport de curs; Calculator portabil (notebook), Postere, Ghiduri metodice; Mingi de baschet; Coarde, Mingi medicinale, Bastoane de gimnastică, Bânci de gimnastică.				

Conținutul cursului	• Traumatisme în activități mortice. • Acordarea primului ajutor în caz de traumatisme • Mijloace și metode de preîntâmpinare a traumatismelor în activități mortice. • Traumatisme și accidente specifice diferitor ramuri de sport.
Literatura recomandată	• BALINT, N.T., Kinetoprofilaxie, curs studii de licență, Editura Alma Mater, Bacău, 2010 http://cadredidactice.ub.ro/balinttatiana/files/2011/03/curskinetoprofilaxie-lucru-dobrescu.pdf • Traumatologie sportivă, https://ru.scribd.com/doc/140568686/TraumatologieSportiv%C4%83 • Kinetoprofilaxia în patologia sportivă, https://www.academia.edu/9608665/KINETOPROFILAXIA_IN_PATOLOGIA_SPORTIVA?auto=download • SMÎDU, N., Importanța cunoașterii factorilor de risc în traumatologia sportivă, http://www.marathon.ase.ro/pdf/vol3/1/NelutaSmidu.pdf • MÎRZA-DĂNILĂ, D., Bazele masajului igienic, Universitatea „Vasile Alecsandri” din Bacău, 2010, file:///D:/D/Documente/Pdf/bazelemasajului-igienic.pdf • Manual de prim ajutor, Crucea Roșie din România, https://www.academia.edu/7042095/Crucea_Rosie_Manual_de_PRIM_AJUTOR
Metode de predare/învățare/ evaluare la fiecare unitate de învățare	• Metodele recomandate la disciplina preîntâmpinarea traumatismului în activitățile motrice sunt: expunerea de material teoretic, explicația, conversația, lucrul în grup, etc. • Aspectul aplicativ al competenței formează la elevi atitudini și comportament în contextul condițiilor sociale bine determinate. • Axarea procesului de învățare–predare–evaluare pe competențe generează o structură continuă a evaluării, realizată prin evaluare formativă și testări sumative (finale).
Conținutul lucrului individual al elevului	• Traumatisme în activități mortice. • Acordarea primului ajutor în caz de traumatisme. • Mijloace și metode de preîntâmpinare a traumatismelor în activități mortice. • Traumatisme și accidente specifice anumitor ramuri de sport.

Denumirea unității de curs	TEORIA ȘI METODODICA CULTURII FIZICE I				
Codul cursului	Tipul cursului	Anul de studii	Semestrul	Numărul de credite	Numele, prenumele cadrului/elor didactic/e
F.05.O.012	Componenta fundamentală	III	V	2	

Obiectivele cursului exprimate în finalități de studiu și competențe	Competențe profesionale specifice modului CS1. Utilizarea eficientă a mijloacelor educației fizice în activitatea profesională; CS2. Utilizarea termenilor sportivi în procesul de comunicare eficientă în domeniul educației fizice; CS3. Diferențierea tehnicii sportive în practicarea diverselor probe de sport; CS4. Aplicarea metodelor specifice domeniului în tratarea modului sănătos de viață.				
Precondițiile	Tablă; Calculatoare portabile (laptop, notebook); Proiector, ecran.				
Conținutul cursului	• Teoria și metodică educației fizice - disciplină de studiu. Noțiuni de bază • Sistemul de educație fizică • Mijloacele educației fizice • Metodele de instruire în educația fizică • Formele de practicare a exercițiilor fizice • Educația fizică cu divers contingent de vârstă				
Literatura recomandată	• http://www.usefs.md/PDF/Cursuri_electronice/TMEF/ Teoria și metodică educației fizice. • Dragnea A., Bota A. Teoria activităților motrice. Editura didactică și pedagogică. R.A. București, 1999. - 283 p. • Carp I. Noțiuni de bază ale educației fizice și sportului. Chișinău, I.N.E.F.S., 2000. – 31 p. • Rață G. Didactica educației fizice și sportului. Editura „Alma Mater”, Bacău, 2004. – 337 p.				
Metode de predare/învățare/evaluare la fiecare unitate de învățare	Metode de predare/ învățare; metodele de evaluare; Metoda R.A.I.; Tehnica 3-2-1; Eseul; Diagrama wen; Studiul de caz; Harta conceptuală; Metoda piramidei; Explozia stelară.				
Conținutul lucrului individual al elevului	• Caracterizați rolul „Culturii fizice” în procesul de socializare a sportivilor • Elaborarea unui model de instruire: succesiunea instruirii unui element tehnic • Selectarea modelului preferat de exerciții în regimul zilei • Exemplificarea conținuturilor de exerciții specifice grupelor de vârstă.				

Denumirea unității de curs	PMS. PREGĂTIREA TEHNICĂ ÎN APĂRARE II				
Codul cursului	Tipul cursului	Anul de studii	Semestrul	Numărul de credite	Numele, prenumele cadrului/elor didac /e

F.05.O.018	Componenta de formare a competențelor profesionale generale	III	V	2	Moraru Liuda
Obiectivele cursului exprimate în finalități de studiu și competențe	Competențe profesionale specifice modului CS1. Identificarea principalelor aspecte teoretice cu privire la istoria și evoluția jocului de volei; CS2. Explicarea prevederilor regulamentului oficial al jocului de volei vis-à-vis de situațiile de joc; CS3. Asigurarea pregătirii fizice generale și specifice optime pentru studierea celorlalte componente ale pregătirii integrale ale jucătorului de volei; CS4. Dezvoltarea calităților motrice de bază și specifice necesare pentru practicarea jocului de volei; CS5. Formarea tehnicii principalelor elemente și procedee tehnice în apărare specifice jocului de volei; CS6. Formarea deprinderilor practico-metodice aplicabile în diferite forme de practicare a exercițiului fizic, cu posibilitatea de transfer în activitățile de timp liber; CS7. Educarea capacității de a folosi un limbaj de specialitate corect, cu aplicabilitate în activitățile de educație fizică, sport și activități de timp liber; CS8. Aplicarea regulamentului și a gesturilor de arbitraj în cadrul jocului bilateral.				
Precondițiile	Calculator, proiector, planșe, sală de curs, mape, carioci.				
Conținutul cursului	• Exerciții de dezvoltare fizică generală. • Dezvoltarea calităților motrice de bază. • Dezvoltarea calităților motrice specifice. • Pregătirea tehnică în apărare.				
Literatura recomandată	• Ghidul orientativ al antrenorului de volei. [Accesat 02.02.2025] Disponibil: https://www.frvolei.ro/pagini/6_antrenori/planuri_de_pregatire/Ghidul%20orientativ.pdf • Regulamentul jocului de volei. [Accesat 02.02.2025] Disponibil: https://www.frvolei.ro/pagini/5_oficiali/resurse_arbitri/2015/Regulamentul%20jocului%20de%20volei%202015.pdf • Volei. Suport de curs. [Accesat 31.01.2025] Disponibil: http://www.spiruharet.ro/facultati/sport-bucuresti/biblioteca/49d4562554622d4722c66cfa727c7fe318.pdf • Curs volei. [Accesat 29.01.2025] Disponibil: http://efsusamvbt.ro/docs/st_1/Curs%202%20stagiul%20I.pdf • Volei. Tehnici și sisteme de joc. [Accesat 30.01.2025] Disponibil: https://intelteachep.wikispaces.com/file/view/Aplicatie_elev_Volei_DrocD.pdf				

Metode de predare/învățare/evaluare la fiecare unitate de învățare	Procesul instructiv-educativ se va baza pe următoarele orientări metodologice: • Modelarea; • Instruirea programată; • Algoritmizarea; • Problematizarea; • Autonomia.
Conținutul lucrului individual al elevului	• Particularitățile dezvoltării morfo-funcționale ale jucătorilor de volei. • Cerințele standard față de mijloacele necesare practicării jocului de volei. • Testele motrice specifice jocului de volei. • Arbitrajul în volei.

Denumirea unității de curs	FOTBAL				
Codul cursului	Tipul cursului	Anul de studii	Semestrul	Numărul de credite	Numele, prenumele cadrului/elor didactic/e
S.05.O.026	Componenta de specialitate	IV	V	2	
Obiectivele cursului exprimate în finalități de studiu și competențe	Competențe profesionale specifice modului CS1. Utilizarea procedeele tehnice și a acțiunilor tactice fundamentale. CS2. Aplicarea mijloacelor de rezolvare a obiectivelor instructiv-educative și a structurilor de exerciții specifice diferitor forme de practicare a exercițiului fizic. CS3. Dezvoltarea capacității elevilor cu deprinderi practico-metodice aplicabile în diferite forme de practicare a exercițiului fizic, cu posibilitatea de transfer în activitățile de timp liber. CS4. Utilizarea limbajului de specialitate corect, cu aplicabilitate în activitățile de educație fizică, sport și activități de timp liber. CS5. Aplicarea regulamentului și a gesturilor de arbitraj în cadrul fotbalului.				
Precondițiile	Manuale; Ghiduri metodice; Suport de curs; Laptop, Notebook, Proiector multimedia; Postere. Mingi de fotbal, mingi medicinale, jaloane, fluier, bastoane, corzi de gimnastică.				
Conținutul cursului	• Istoria, apariția și dezvoltarea jocului de fotbal. • Tehnica jocului și metodica de instruire a elementelor tehnice. • Tactica jocului și metodica de instruire a acțiunilor tactice. • Regulamentul jocului de fotbal și organizarea competițiilor.				
Literatura recomandată	• Balint G. Bazele jocului de fotbal. Bacău: Alma Mater, 2002. 252 p. • Cernăianu C. Fotbal. Manualul antrenorului profesionist. București: Roteck Pro, 2000. 224 p. • Ciolcă, S. Fotbal-curs aprofundare. București: ANEFS, 2008. 173 p.				

	• Grimalschi T., Sîrghi S. și colaboratorii. Culegere de proiecte didactice. Suport de curs. Chișinău: Tipografia Reclama, 2014, 140 p. ISBN 978-9975-58-016-8. • Miu S. Fotbal. Curs de specializare. Univ. Spiru Haret. București: Fundației România de Măine, 2001. 200 p. • Sîrghi S. Istoria și evoluția jocului de fotbal -1. Revista științifico-metodică „Teoria și arta educației fizice în școală”, Chișinău: Nr. 1, 2008, p.62-65. ISSN 1857-0615. • Sîrghi S.,Stepanov V.,Crăciun N.,Rusu Corneliu și alți colaboratori. Jocuri Sportive ghid metodic. Chișinău: Valinex, 2016, 99 p. ISBN 978-9975-68-298-5.
Metode de predare/învățare/evaluare la fiecare unitate de învățare	Explicația, exercițiu, conversația, demonstrația.
Conținutul lucrului individual al elevului	• Evoluția și tendințele de dezvoltare a fotbalului în țară și peste hotare. • Selectarea mijloacelor pentru pregătirea tehnică în jocul de fotbal. • Mijloace de instruire a acțiunilor tehnice cu și fără minge în jocul de fotbal. • Modelarea acțiunilor tactice individuale în grup și pe echipă. • Regulamentul de desfășurare a competițiilor în jocul de fotbal.

Denumirea unității de curs	TENIS DE MASĂ				
Codul cursului	Tipul cursului	Anul de studii	Semestrul	Numărul de credite	Numele, prenumele cadrului/elor didactic/e
S.05.A.037	Componenta de specialitate	IV	V	2	
Obiectivele cursului exprimate în finalități de studiu și competențe	Competențe profesionale specifice modului CS1. Utilizarea procedeele tehnice și a acțiunilor tactice fundamentale; CS2. Aplicarea mijloacelor de rezolvare a obiectivelor instructive - educative și a structurilor de exerciții specifice diferitor forme de practicare a exercițiului fizic; CS3. Dezvoltarea capacității elevilor cu deprinderi practico-metodice aplicabile în diferite forme de practicare a exercițiului fizic,cu posibilitatea de transfer în activități de timp liber; CS4. Utilizarea limbajului de specialitate corect,cu aplicabilitate în activități de educație fizică,sport și activități de timp liber; CS5. Aplicarea regulamentului în cadrul jocului de tenis				
Precondițiile	Sala de sport, echipament sportiv				

Conținutul cursului	• Originea, esența și importanța pedagogică și socială jocului de tenis de masă. • Metodica organizării și desfășurării a jocului de tenis de masă în diferite activități de educație fizică și sport. • Elemente tehnice specifice jocului de tenis de masa. • Tactica jocului de tenis de masă. • Noțiuni de regulament și organizarea competițiilor de tenis de masă.
Literatura recomandată	• Suport decurs: Teoria și practica „Apostu Paula”;(Accesat 08.08.2019). Disponibil: https://ro.scribd.com/document/374609923/Tenis-de-Masa-Teorie-Si-Practica • Regulamentul jocului de tenis de masă. [Accesat 12.08.2019] Disponibil: http://specialolympics.ro/wp-content/uploads/2016/01/Regulamentla-tenis-de-masa_Special-Olympics.pdf • Tenis de masa. Suport de curs(Accesat 12.08.19) Disponibil: https://ro.scribd.com/document/99415954/Curs-Baza-Tenis-de-Masa2009 • Tenis de masă - ABC îndrumar pentru pregătirea începătorilor. [Accesat 21.10.2018] Disponibil: https://ro.scribd.com/document/204816259/Tenis-de-mas%C4%83-ABC-indrumar-pentru-preg%C4%83tirea-incep%C4%83torilor • Tenis de Masa. Tehnici și sisteme de joc. Disponibil: https://ro.scribd.com/doc/309674998/Tenis-de-Masa
Metode de predare/învățare/evaluare la fiecare unitate de învățare	Strategiile didactice aplicate în procesul instructiv educativ vor fi indicate explicit în proiectele didactice elaborate de fiecare profesor în funcție de nivelul de pregătire și progresul demonstrat atât de grupa de elevi în ansamblu, cât și de fiecare elev în parte, orientate la eficiență maximă în procesul de învățare, vor stimula gândirea logică, cauzală, analitică, cât și imaginația spațială și creativitatea elevilor .Procesul instructiv-educativ se va baza pe următoarele orientări metodologice: • Modelarea; • Instruirea programată; • Algoritmizarea; • Problematizarea.
Conținutul lucrului individual al elevului	• Evoluția și tendințele de dezvoltare a tenisului de masă în țară și peste hotare. • Impactul mass-media asupra tenisului de masă. • Organizarea competițiilor de tenis de masă. • Complexe de exerciții pentru dezvoltarea fizică generală a jucătorului de tenis de masă. • Selectarea exercițiilor specifice dezvoltării procedeele tehnice în cadrul jocului de tenis de masă.

	• Selectarea mijloacelor pentru pregătirea tehnică în jocul de tenis de masă. • Greșelile regulamentare specifice diferitor acțiuni tactice. • Colegiul de arbitri.
--	---

Denumirea unității de curs	BADMENTON				
Codul cursului	Tipul cursului	Anul de studii	Semestrul	Numărul de credite	Numele, prenumele cadrului/elor didactic/e
S.05.A.038	Componenta de specialitate	IV	V	2	
Obiectivele cursului exprimate în finalități de studiu și competențe	Competențe profesionale specifice modului CS1. Identificarea echipamentului specific jocului de badminton. CS2. Aplicarea regulilor elementare de siguranță în activități motrice. CS3. Organizarea jocurilor de mișcare cu palete și mingi ușoare pentru preșcolari. CS4. Demonstrarea tehnicilor de bază adaptate nivelului copiilor.				
Precondițiile	• Echipament: paletă, fluturaș, fileu adaptat • Poziția corpului • Prinderea paletii • Jocuri motrice pregătitoare				
Conținutul cursului	• Istoricul și evoluția badmintonului • Rolul badmintonului în educația fizică și sport • Regulamentul oficial de joc • Dimensiunile terenului și marcajele • Echipamentul sportiv: tipuri de palete și fluturași • Norme de securitate și prevenirea accidentărilor • Organizarea spațiului de joc				
Literatura recomandată	• Grice, T. — <i>Badminton: Steps to Success</i>. 2012 • BWF (Badminton World Federation) — <i>Coaching Manual – Level 1 & 2</i>. 2018 • Subar, R. — <i>Teoria și metodologia jocurilor sportive</i>. 2015 • Dragnea, A., Teodorescu, S. — <i>Teoria educației fizice și sportului</i>. 2017 • Bompa, T. — <i>Teoria și metodologia antrenamentului sportiv</i>. 2009 • Platonov, V. — <i>Sistemul pregătirii sportive</i>. 2013 • Grosu, E. — <i>Educația fizică: metodica predării</i>. 2020				

Metode de predare/învățare/evaluare la fiecare unitate de învățare	• Expunerea explicativă (prezentarea regulilor și a echipamentului) • Demonstrația frontală a pozițiilor și mișcărilor de bază • Observația dirijată • Învățarea prin imitație • Conversația euristică
Conținutul lucrului individual al elevului	• Studierea regulamentului oficial al jocului de badminton • Însușirea terminologiei de specialitate • Analiza dimensiunilor terenului și a organizării spațiului de joc • Vizionarea și analiza meciurilor demonstrative • Exersarea individuală a tehnicilor de bază și avansate • Autoevaluarea execuțiilor tehnice pe baza criteriilor stabilite

Denumirea unității de curs	METROLOGIA				
Codul cursului	Tipul cursului	Anul de studii	Semestrul	Numărul de credite	Numele, prenumele cadrului/elor didactic/e
S.05.L.051	Componenta de specialitate	IV	V	2	
Obiectivele cursului exprimate în finalități de studiu și competențe	Competențe profesionale specifice modului CS1. Aplicarea fundamentelor metrologiei CS2. Executarea măsurărilor dimensionale și funcționale CS3. Analiza și interpretarea rezultatelor de măsurare CS4. Asigurarea calității și controlul metrologic CS5. Respectarea legislației și eticii profesionale				
Precondițiile	• Măsurători, unități de măsură, proporții, procentaje. • Mărimi fizice fundamentale (lungime, masă, timp, temperatură).				
Conținutul cursului	• Unități de măsură și sistemul SI • Toleranțe și erori de măsurare • Instrumente de măsură și utilizarea lor • Tehnici de măsurători practice • Analiza și interpretarea rezultatelor • Controlul calității și documentarea măsurătorilor • Legislație și etică profesională în metrologie				
Literatura recomandată	• Ilioiu, N., & Ivanovici, Gh. — <i>Memorator de metrologie, Volumul I</i>. Editura Tehnică, 1965 (Română). • Ilioiu, N., & Ivanovici, Gh. — <i>Memorator de metrologie, Volumul II</i>. Editura Tehnică, 1966 (Română).				

	• Colectiv — <i>Metrologie generală și aplicată. Manual pentru școlile tehnice de metrologie</i>. Editura Didactică și Pedagogică, 1962 (Română). • Raicu, R. D., Sandu, I., Dragomir, L., Niculescu, A., & Popa, G. F. — <i>Metrology. Practical Works</i>. Editura Universității din București, 2007 (Română). • Millea, Aurel — <i>Cartea metrologului. Metrologie generală</i>. Editura Tehnică, 1985 (Română).
Metode de predare/învățare/evaluare la fiecare unitate de învățare	• Expunerea explicativă • Demonstrația practică • Problematizarea și simularea • Învățarea prin proiecte și cercetare • Exercițiul aplicativ individual și în grup
Conținutul lucrului individual al elevului	• Studiul conceptelor fundamentale – <i>unități de măsură, sistemul SI, mărimi fizice, toleranțe și precizie</i>. • Exerciții de citire și interpretare a instrumentelor – <i>rigle, șublere, micrometre, cântare și aparate digitale</i>. • Realizarea măsurărilor practice – <i>efectuarea de măsurători directe și indirecte, aplicarea normelor de securitate și protecție</i>. • Calcularea erorilor și a incertitudinii de măsurare – <i>analizarea rezultatelor, compararea cu valorile standard și corectarea greșelilor</i>. • Întocmirea fișelor de control și a rapoartelor – <i>documentarea valorilor măsurate și redactarea concluziilor tehnice</i>.

Denumirea unității de curs	EDIFICII SPORTIVE				
Codul cursului	Tipul cursului	Anul de studii	Semestrul	Numărul de credite	Numele, prenumele cadrului/elor didactic/e
S.05.L.052	Componenta de specialitate	IV	V	2	
Obiectivele cursului exprimate în finalități de studiu și competențe	Competențe profesionale specifice modului CS1. Identificarea diferitelor tipuri de clădiri sportive: săli polivalente, stadioane, piscine, terenuri exterioare. CS2. Planificarea și proiectarea construcțiilor sportive CS3. Aplicarea principiilor de rezistență și durabilitate în realizarea edificiilor.				

	CS4. Planificarea etapelor de construcție și verificarea respectării standardelor. CS5. Aplicarea normelor de securitate și prevenire a accidentelor în edificiile sportive.
Precondițiile	• planurilor și schițelor constructive • instrumente de măsură și verificare • laboratoarele sau atelierele de construcții.
Conținutul cursului	• Tipuri de edificii sportive • Cerinte funcționale și normative • Materiale de construcție • Structuri și rezistență – principiile ingineriei construcțiilor, calculul forțelor, stabilitatea și durabilitatea edificiilor. • Planificarea și proiectarea edificiilor sportive
Literatura recomandată	• Ilie, G., & Popescu, M. (2015). <i>Construcții sportive – proiectare și execuție</i>. București: Editura Tehnică. • Ionescu, A., & Marinescu, D. (2012). <i>Tehnologia materialelor de construcții în edificii sportive</i>. București: Editura Matrix Rom. • Stan, V. (2018). <i>Structuri și rezistența clădirilor</i>. Cluj-Napoca: Editura Casa Cărții de Știință. • Popa, C., & Radu, L. (2016). <i>Planificarea și întreținerea clădirilor sportive</i>. București: Editura Didactică și Pedagogică. • Munteanu, I. (2014). <i>Normative și standarde în construcții sportive</i>. București: Editura Universitară. • Colectiv (2010). <i>Manual de construcții și exploatare a edificiilor sportive</i>. București: Editura Tehnică. • Dumitrescu, F., & Enescu, P. (2017). <i>Evaluarea riscurilor și controlul calității în construcții</i>. Iași: Editura Polirom. • Niculescu, R. (2013). <i>Edificii sportive – întreținere și securitate</i>. București: Editura Printech.
Metode de predare/învățare/evaluare la fiecare unitate de învățare	• Expunerea explicativă • Demonstrația practică • Problematizarea și simularea • Învățarea prin proiecte și cercetare • Exercițiul aplicativ individual și în grup
Conținutul lucrului individual al elevului	• Studiul tipurilor de edificii sportive – <i>analiza sălilor polivalente, stadioanelor, piscinelor, terenurilor exterioare și a centrelor de fitness</i>. • Analiza cerințelor funcționale și normative – <i>identificarea capacității, accesibilității și a standardelor de siguranță</i>.

	• Studiul materialelor de construcție – <i>caracteristici și utilizare: beton, oțel, lemn, materiale compozite.</i> • Planificarea și proiectarea edificiilor sportive – <i>realizarea schițelor și planurilor constructive, respectarea etapelor de proiectare.</i> • Execuția lucrărilor – <i>simularea etapelor de construcție, organizarea șantierului și respectarea tehnologiilor de execuție.</i> • Întreținerea și exploatarea clădirilor sportive – <i>verificarea periodică, mentenanța și asigurarea siguranței utilizatorilor.</i> • Controlul calității și evaluarea riscurilor – <i>verificarea materialelor, analiza posibilelor riscuri și propunerea de soluții pentru prevenirea accidentelor.</i>
--	--

Denumirea unității de curs	LIMBA STRĂINĂ ÎN DOMENIU				
Codul cursului	Tipul cursului	Anul de studii	Semestrul	Numărul de credite	Numele, prenumele cadrului/elor didactic/e
G.06.O.003	Componenta de formare a competențelor profesionale generale	III	VI	2	
Obiectivele cursului exprimate în finalități de studiu și competențe	Competențe profesionale specifice modului CS1. Utilizarea corectă a limbii străine în comunicarea profesională cu colegii, beneficiarii și alte instituții. CS2. Înțelegerea și explicarea terminologiei specifice asistenței sociale și protecției copilului în limba străină. CS3. Citirea și interpretarea documentelor, legislației și ghidurilor de specialitate redactate în limba străină. CS4. Redactarea de note, rapoarte, fișe și proiecte în limba străină, folosind un limbaj profesional adecvat. CS5. Participarea la discuții, prezentări și dezbateri profesionale în limba străină, demonstrând abilități de exprimare clară și argumentare. CS6. Aplicarea limbii străine pentru consilierea, informarea și instruirea beneficiarilor în contexte profesionale. CS7. Dezvoltarea competențelor de traducere și interpretare pentru materiale profesionale specifice domeniului social. CS8. Evaluarea și adaptarea comunicării în funcție de nivelul de înțelegere al interlocutorului și contextul profesional.				
Precondițiile	suport de curs, caiete, alte rechizite școlare după necesitate, mijloace didactice: tablă, proiector, computer și alte mijloace în conformitate cu activitățile și cerințele de moment.				

Conținutul cursului	• Terminologia de bază a asistenței sociale și protecției copilului. • Comunicarea profesională scrisă • Comunicarea profesională orală • Citirea și înțelegerea documentelor de specialitate • Traducere și interpretare profesională • Evaluarea impactului limbajului profesional asupra comunicării.
Literatura recomandată	• Mihăilescu I., 2003, Sociologia generală, Polirom. • Bulgaru M., 2003, Sociologie vol. I și II, Chișinău, USM. • Richard, J. C., & Schmidt, R., 2010, Longman Dictionary of Language Teaching and Applied Linguistics, Pearson. • Council of Europe, 2001, Common European Framework of Reference for Languages, Cambridge University Press. • Neamțu G., 1999, Elemente de asistență socială, Iași, Polirom.
Metode de predare/învățare/evaluare la fiecare unitate de învățare	Explicația și demonstrația teoretică ; Conversația euristică și discuții dirijate ; Jocuri de rol și simulări profesionale ; Brainstorming, hărți conceptuale, tehnica 3–2–1.
Conținutul lucrului individual al elevului	• Exerciții de vocabular și terminologie – fișe de lucru pentru termeni de specialitate. • Redactarea unui raport sau fișe de caz în limba străină. • Traducerea unui text profesional (document legislativ sau ghid social) în limba maternă. • Prezentare individuală pe un subiect profesional, folosind limba străină.

Denumirea unității de curs	TEORIA ȘI METODICA CULTURII FIZICE II				
Codul cursului	Tipul cursului	Anul de studii	Semestrul	Numărul de credite	Numele, prenumele cadrului/elor didactic/e
F.06.O.013	Componenta fundamentală	IV	VI	2	
Obiectivele cursului exprimate în finalități de studiu și competențe	Competențe profesionale specifice modului CS1. Utilizarea eficientă a mijloacelor educației fizice în activitatea profesională; CS2. Utilizarea termenilor sportivi în procesul de comunicare eficientă în domeniul educației fizice; CS3. Diferențierea tehnicii sportive în practicarea diverselor probe de sport; CS4. Aplicarea metodelor specifice domeniului în tratarea modului sănătos de viață.				
Precondițiile	Tablă; Calculatoare portabile (laptop, notebook); Proiector, ecran.				

Conținutul cursului	• Metodele de formare a culturii fizice și personalității • Principiile metodice specifice procesului de practicare a exercițiilor fizice • Bazele teoretico-metodice ale învățării mișcărilor în procesul de educație fizică. • Metodele de instruire în educația fizică • Formele de practicare a exercițiilor fizice • Teoria și metodică dezvoltării calităților motrice • Metodologia dezvoltării capacităților de viteză • Metodologia dezvoltării capacităților de rezistență • Metodologia dezvoltării capacităților de forță • Metodologia dezvoltării capacităților de mobilitate • Metodologia dezvoltării îndemânării • Cultura fizică adaptivă
Literatura recomandată	• Ciorbă C. Teoria și metodică educației fizice. Editura Valinex SRL,, Chisinau, 2016.-139 p • Rață G. Didactica educației fizice și sportului. Editura „Alma Mater”, Bacău, 2004. – 337 p. • http://www.usefs.md/PDF/Cursuri_electronice/TMEF/Teoria_si_metodica_educației_fizice.
Metode de predare/învățare/evaluare la fiecare unitate de învățare	Metode de predare/ învățare; metodele de evaluare; Metoda R.A.I.; Tehnica 3-2-1; Eseul; Diagrama wen; Studiul de caz; Harta conceptuală; Metoda piramidei; Explozia stelară.
Conținutul lucrului individual al elevului	• Metodele de formare a culturii fizice și personalității • Caracterizați un principiu didactic utilizat în procesul instructiv la educația fizică • Analizați conținuturile specifice utilizate la o anumită etapă de instruire • Exemplificarea calităților motrice în dependență de activitatea sportivă

Denumirea unității de curs	PMS. PREGĂTIREA TEHNICĂ ÎN ATAC				
Codul cursului	Tipul cursului	Anul de studii	Semestrul	Numărul de credite	Numele, prenumele cadrului/elor didactic/e
F.06.O.019	Componenta fundamentală	IV	VI	2	
Obiectivele cursului	Competențe profesionale specifice modului				

exprimate în finalități de studiu și competențe	CS1. Identificarea principalelor aspecte teoretice cu privire la istoria și evoluția jocului de volei; CS2. Explicarea prevederilor regulamentului oficial al jocului de volei vis-à-vis de situațiile de joc; CS3. Asigurarea pregătirii fizice generale și specifice optime pentru studierea celorlalte componente ale pregătirii integrale ale jucătorului de volei; CS4. Dezvoltarea calităților motrice de bază și specifice necesare pentru practicarea jocului de volei; CS5. Consolidarea tehnicii principalelor elemente și procedee tehnice în apărare specifice jocului de volei.
Precondițiile	Sala de sport, echipament sportiv
Conținutul cursului	• Exerciții de dezvoltare fizică generală. • Dezvoltarea calităților motrice de bază. • Dezvoltarea calităților motrice specifice. • Pregătirea tehnică în apărare. • Pregătirea tehnică în atac.
Literatura recomandată	• Ghidul orientativ al antrenorului de volei. [Accesat 02.02.2025] Disponibil: https://www.frvolei.ro/pagini/6_antrenori/planuri_de_pregatire/Ghidul%20orientativ.pdf • Regulamentul jocului de volei. [Accesat 02.02.2025] Disponibil: https://www.frvolei.ro/pagini/5_oficiali/resurse_arbitri/2015/Regulamentul%20jocului%20de%20volei%202015.pdf • Volei. Suport de curs. [Accesat 31.01.2025] Disponibil: http://www.spiruharet.ro/facultati/sport-bucuresti/biblioteca/d4562554622d4722c66cfa727c7fe318.pdf
Metode de predare/învățare/evaluare la fiecare unitate de învățare	Procesul instructiv-educativ se va baza pe următoarele orientări metodologice: • Modelarea; • Instruirea programată; • Algoritmizarea; • Problematizarea; • Autonomia.
Conținutul lucrului individual al elevului	• Jocul de volei în Republica Moldova. • Codul deontologic al antrenorului de volei. • Lovitura de atac de mare performanță în jocul de volei actual. • Arbitrajul în volei.

Denumirea unității de curs	FITNESS - AEROBICĂ				
Codul cursului	Tipul cursului	Anul de studii	Semestrul	Numărul de credite	Numele, prenumele cadrului/elor didactic/e
S.06.A.039	Componenta opțională de specialitate	IV	VI	2	
Obiectivele cursului exprimate în finalități de studiu și competențe	<i>Competențe profesionale specifice modului</i> CS1. Executarea corectă și eficientă a elementelor tehnice de fitness–aerobică CS2. Proiectarea programelor de antrenament de tip fitness–aerobic CS3. Conducerea și gestionarea activităților de grup în fitness–aerobic CS4. Controlul efortului și evaluarea parametrilor funcționali în timpul antrenamentului CS5. Integrarea fitness–aerobicii în programele de pregătire fizică generală și specifică				
Precondițiile	Greutăți, gantele, mingi de diferite dimensiuni,mingi medicinale,aparate pentru fitness ,bastoane, corzi de gimnastică ș.a.				
Conținutul cursului	• Introducere în fitness–aerobică • Anatomie și fiziologie aplicată în fitness–aerobică • Elemente de coordonare, ritm și amplitudine a mișcărilor. • Structura și planificarea unei ședințe de fitness–aerobică • Tehnici avansate și combinații de exerciții • Monitorizarea efortului și evaluarea progresului • Integrarea fitness–aerobicii în pregătirea fizică generală și specifică				
Literatura recomandată	• O. Aftimiciuc, V. Aftimiciuc : Teoria și metodologia Fitness-ului. • Anatomia antrenamentului fizic: Ghid de specialitate pentru exercițiile tale. București Litera 2015				
Metode de predare/învățare/evaluare la fiecare unitate de învățare	Interviul în trei trepte; Metoda Frisco; Metoda SINELG; Știu/Vreau să știu/Am învățat; Explozia stelară; Metoda pălăriilor gânditoare; Proiectul.				
Conținutul lucrului individual al elevului	• Documentarea istorică și evoluția fitness–aerobicii. • Realizarea unui scurt jurnal de activitate fizică monitorizând pulsul și senzațiile de efort. • Elaborarea unui mini-program de antrenament individual sau pentru grup mic. • Notarea dificultăților întâmpinate și modalități de corectare. • Redactarea unui raport de autoanaliză privind eficiența comunicării și motivarea grupului.				

Denumirea unității de curs	FITNESS FORȚĂ				
Codul cursului	Tipul cursului	Anul de studii	Semestrul	Numărul de credite	Numele, prenumele cadrului/elor didactic/e
S.06.A.040	Componenta opțională de specialitate	IV	VI	2	
Obiectivele cursului exprimate în finalități de studiu și competențe	<i>Competențe profesionale specifice modului</i> CS1. Deținerea cunoștințelor și competențelor profesionale specializate, axate pe teoria și metodică Fitness-ului de forță. CS2. Aprecierea rolului și semnificației fitness-ului de forță asupra musculaturii corpului uman. CS3. Utilizarea formelor și mijloacelor de organizare a ședințelor de fitness-forță. CS4. Crearea programelor alimentare corecte. CS5. Cunoașterea și aplicarea mijloacelor de rezolvare a obiectivelor instructiv-educative și a structurilor de exerciții specifice diferitor forme de practicare a exercițiului fizic. CS6. Dezvoltarea capacității elevilor cu deprinderi practico-metodice aplicabile în diferite forme de practicare a exercițiului fizic, cu posibilitatea de transfer în activitățile de timp liber. CS7. Educarea capacității de a folosi un limbaj de specialitate corect, cu aplicabilitate în activitățile de educație fizică, sport și activități de timp liber. CS8. Promovarea modului sănătos de viață.				
Precondițiile	Manuale; Ghiduri metodice; Suport de curs; Laptop, Notebook, Proiector multimedia; Postere. Greutăți, gantele, mingi de diferite dimensiuni, mingi medicinale, aparate pentru fitness, bastoane, corzi de gimnastică ș.a.				
Conținutul cursului	• Antrenamentele de forță în sistemul fitness-forță. • Particularitățile anatomo-fiziologice ale activității musculare. • Alimentația în sistemul Fitness-forță. • Adaptarea musculară și febra musculară în fitnessul de forță. • Caracteristica leziunilor și traumatismelor în fitness-forță. • Particularitățile părții pregătitoare și stretching-ului în fitness-ul de forță. • Metodică desfășurării exercițiilor de forță pentru diferite grupe de mușchi.				
Literatura recomandată	• O. Aftimiciuc, V. Aftimiciuc : Teoria și metodologia Fitness-ului. • Anatomia antrenamentului fizic: Ghid de specialitate pentru exercițiile tale. București Litera 2015				
Metode de predare/învățare/evaluare la	Interviul în trei trepte; Metoda Frisco; Metoda SINELG; Știu/Vreau să știu/Am învățat; Explozia stelară; Metoda pălăriilor gânditoare; Proiectul.				

fiecare unitate de învățare	
Conținutul lucrului individual al elevului	• Factorii ce determină calitatea fizică – forța. • Caracteristica purtătorilor de energie întrebuințați în fitness-forță. • Factorii care influențiază asupra activității musculare. • Traumatismul și prevenirea traumelor la ședințele de fitness-forță. • Formele organizării antrenamentelor de Exerciții pentru mușchii pectorali. • Exerciții pentru mușchii deltoizi. • Exerciții pentru mușchii biceps.

Denumirea unității de curs	BAZELE ANTREPRENORIATULUI				
Codul cursului	Tipul cursului	Anul de studii	Semestrul	Numărul de credite	Numele, prenumele cadrului/elor didactic/e
F.07.O.006	Componenta de orientare socio-umanistică	IV	VII	2	Garbatovschi V. Curoș L.
Obiectivele cursului exprimate în finalități de studiu și competențe	Competențele profesionale specifice disciplinei CS1. Identificarea ideilor de afaceri pentru valorificarea oportunităților de dezvoltare personală și profesională CS2. Aplicarea elementelor de management în planificarea activităților antreprenoriale CS3. Estimarea resurselor financiare necesare inițierii și dezvoltării unei activități antreprenoriale CS4. Dezvoltarea unei strategii de marketing, axate pe propria idee de afacere CS5. Elaborarea unui plan de afaceri pentru inițierea și dezvoltarea unei activități antreprenoriale.				
Precondițiile	Manuale și suporturi de curs la diferite module, însoțite de prezentări PPT, studii de caz, sală de calculatoare.				
Conținutul cursului	• Antreprenoriatul - opțiune de carieră • Elemente de management ale activității antreprenoriale • Finanțarea și evidența activității antreprenoriale • Marketingul activității antreprenoriale • Planificarea activității antreprenoriale				
Literatura recomandată	• Anghel L., Florescu C., Zaharia R. <i>Marketing. Probleme, cazuri, teste</i>. București, 1994 • <i>Antreprenoriat - inițierea afacerii</i>, coord. Bugaian L., Editura „Levința Angela”, Chișinău, 2010. • Butler D., <i>Planificarea afacerii</i>. Ghid de start. București: Editura All, 2006.				

	• Bîrcă Alic, <i>Managementul Resurselor Umane</i>, ASEM, Chişinău, 2005. • Bugaian Larisa, Roşcovan Mihail, Solcan Angela, Todiraşcu Ştefan. <i>Ghid practic pentru antreprenori</i>, Editura „MultiArt-SV”, Chişinău, 2010. • Catîşev Elena, Jumiga Diana, <i>Ghidul antreprenorului</i>, CONTACT, 2012. • Cojuhari A. <i>Cercetări de marketing</i>, Editura Evrica, Chişinău, 2006. • Cole A. Gerald. <i>Management. Teorie şi practică</i>, Editura Ştiinţa, Chişinău, 2004. • Cotelnic A., <i>Managementul activităţii de producţie</i>. Editura „Evrica”, Chişinău, 2003. • <i>Ghid Metodologic</i>. Sprijin pentru profesori la Bazele Antreprenoriatului. Chişinău, 2014. • <i>Ghidul carierei mele</i>. Colecţia Educaţia 2000+. Humanitas Educaţional. Bucureşti, 2003. • Olaru D., Soare C., <i>Managementul relaţiilor cu publicul şi maniere în management</i>, Editura „Lumina”, 2001. • Popescu D., <i>Eficienţa comunicării în afaceri</i>, Editura „Luceafărul”, Bucureşti, 2003. • Organizaţia pentru Dezvoltarea Sectorului Întreprinderilor Mici şi Mijlocii, „<i>Ghid legislativ în domeniul activităţii antreprenoriale</i>”, Chişinău, 2007.
Metode de predare/învăţare/evaluare la fiecare unitate de învăţare	Explozia stelară, brainstorming, scriere reflexivă, graficul T, masa rotundă, discuţie dirijată, tehnica pixuri în pahar, studiu de caz, problematizarea, argumentul în 4 paşi, organizatori grafici, ş.a.
Conţinutul lucrului individual al elevului	• Portretul propriei personalităţi şi comparaţia prin diagrama Venn cu cel al unui antreprenor. • Cadrul legal cu referire la procesul de lansare şi înregistrare a afaceri proprii. • Elaborarea strategiei de motivare a personalului pentru propria afacere. • Necesarul de capital pentru propria afacere. • Prognoza veniturilor şi cheltuielilor. Fluxul de numerar. • Metodele şi instrumentele de promovare a afacerii • Aplicaţii IT pentru realizarea unei prezentări

Denumirea unității de curs	FILOSOFIA				
Codul cursului	Tipul cursului	Anul de studii	Semestrul	Numărul de credite	Numele, prenumele cadrului/elor didactic/e
U.07.O.007	Componenta de orientare socio-umanistică	IV	VII	2	
Obiectivele cursului exprimate în finalități de studiu și competențe	Competențe profesionale specifice modului CS1. Înțelegerea și utilizarea adecvată a limbajului de specialitate. CS2. Recunoașterea înțelesurilor filosofiei. CS3. Determinarea conceptului de „idee filosofică”. CS4. Recunoașterea principalelor momente ale dezvoltării gândirii filosofice din antichitate, evul mediu, epocile modernă și contemporană. CS5. Determinarea surselor ideatice-filosofice ale dezvoltării diferitelor forme de manifestare ale spiritului uman (religie, artă, știință, politică). CS6. Evaluarea filosofică a diferitor situații în activitatea profesională. CS7. Precizarea posibilităților de idei ale filosofiei în raport cu alte activități culturale. CS8. Utilizarea conceptelor specifice filosofiei pentru organizarea demersurilor de cunoaștere și explicare a unor fapte, evenimente, procese din viața reală.				
Precondițiile	Manuale; Ghiduri metodice; iSuport de curs; Laptop; Notebook; Proiector multimedia; Mape; Colaje; Caiete; Broșuri informative; Tablă; Panou; Postere.				
Conținutul cursului	• Introducere în studiul filosofiei • Elemente de istorie a filosofiei • Ontologia • Gnoseologia • Antropologia și axiologia				
Literatura recomandată	• Curs de lecții la Filosofie. Chișinău: Editura Universitas, 1991. • Filosofie. Manual pentru licee și școli normale. București: Editura Didactică și Pedagogică, 1992. 224 p. • Boboc Alexandru. Istoria Filosofiei. Note de curs. Chișinău, 1993. • Iliescu, Adrian-Paul. Filosofie. Pentru licee și școli normale. București: Editura Didactică și Pedagogică, 1993. 290 p. • Ioan N. Roșca ș.a. Filosofie. Manual pentru clasa a XII-a. Chișinău: Editura Prut Internațional, 2001. 224 p. • Codoban Aurel. Introducere în filosofie.http://comunicare.codoban.ro/if.pdf Ștefănescu Doina-Olga, ș.a. • Manual de filozofie. București: Humanitas Educațional, 2003. http://admitere.politice.ro/sites/default/files/proba_concurs/Manual_de_fi_lozofie.pdf				

Metode de predare/învățare/ evaluare la fiecare unitate de învățare	Utilizarea unor metode active (de exemplu, învățarea prin descoperire, învățarea prin cooperare, studiul de caz, asaltul de idei (braistormingul), jocuri pe roluri, analiză de text etc.), care pot contribui la crearea cadrului educațional care încurajează interacțiunea socială pozitivă, motivația intrinsecă și angajarea elevului în procesul de învățare, formarea capacității de autoanaliză și de analiză a celorlalți;
Conținutul lucrului individual al elevului	• Specificul filosofiei • Aristotel. Viața și activitatea • Constatin Noica. Viața și activitatea • Umanismul românesc • Spațiul și timpul – substanță sau relație? • Determinism și indeterminism • Problemele comunicării în secolul al XXI-lea • Libertatea și problema constrângerilor interioare • Concepția filosofică despre Dumnezeu

Denumirea unității de curs	PMS. PREGĂTIREA PSIHOLOGICĂ				
Codul cursului	Tipul cursului	Anul de studii	Semestrul	Numărul de credite	Numele, prenumele cadrului/elor didactic/e
F.07.O.020	Componenta de orientare socio-umanistică	IV	VII	3	
Obiectivele cursului exprimate în finalități de studiu și competențe	<i>Competențe profesionale specifice modului</i> CS1. Asigurarea pregătirii fizice generale și specifice optime pentru studierea celorlalte componente ale pregătirii integrale ale jucătorului de volei; CS2. Dezvoltarea calităților motrice de bază și specifice necesare pentru practicarea jocului de volei; CS3. Perfecționarea tehnicii principalelor elemente și procedee tehnice în apărare specifice jocului de volei; CS4. Consolidarea tehnicii principalelor elemente și procedee tehnice în atac specifice jocului de volei; CS5. Formarea deprinderilor practico-metodice aplicabile în diferite forme de practicare a exercițiului fizic, cu posibilitatea de transfer în activitățile de timp liber; CS6. Asigurarea pregătirii psihologice ale jucătorului de volei în vederea pregătirii și participării la competițiile de volei; CS7. Aplicarea tuturor laturilor ale pregătirii integrale în cadrul situațiilor de joc competițional;				

	CS8. Educarea capacității de a folosi un limbaj de specialitate corect, cu aplicabilitate în activitățile de educație fizică, sport și activități de timp liber.
Precondițiile	Sala de sport, echipament sportiv
Conținutul cursului	• Exerciții de dezvoltare fizică generală. • Dezvoltarea calităților motrice de bază. • Dezvoltarea calităților motrice specifice. • Pregătirea tehnică în apărare. • Pregătirea tehnică în atac. • Pregătirea psihologică și competițională.
Literatura recomandată	• Ghidul orientativ al antrenorului de volei. [Accesat 02.02.2025] Disponibil: https://www.frvolei.ro/pagini/6_antrenori/planuri_de_pregatire/Ghidul%20orientativ.pdf • Regulamentul jocului de volei. [Accesat 02.02.2025] Disponibil: https://www.frvolei.ro/pagini/5_oficiali/resurse_arbitri/2015/Regulamentul%20jocului%20de%20volei%202015.pdf • Volei. Suport de curs. [Accesat 31.01.2025] Disponibil: http://www.spiruharet.ro/facultati/sport-bucuresti/biblioteca/d4562554622d4722c66cfa727c7fe318.pdf • Curs volei. [Accesat 29.01.2025] Disponibil: http://efsusamvbt.ro/docs/st_1/Curs%20202%20stagiul%20I.pdf
Metode de predare/învățare/evaluare la fiecare unitate de învățare	Procesul instructiv-educativ se va baza pe următoarele orientări metodologice: • Modelarea; • Instruirea programată; • Algoritmizarea; • Problematizarea; • Autonomia.
Conținutul lucrului individual al elevului	• Tabelul competițional. • Oferta de participare la competiții. • Regulamentul unei competiții la volei. • Arbitrajul în volei.

Denumirea unității de curs	NATAȚIA				
Codul cursului	Tipul cursului	Anul de studii	Semestrul	Numărul de credite	Numele, prenumele cadrului/elor didactic/e
S.05.O.027	Componenta de specialitate	III	V	2	Cotolupenco Maria
Obiectivele cursului	Competențe profesionale specifice modului CS1.Deprinderea cu echilibrul și respirația specifică mediului acvatic;				

exprimate în finalități de studiu și competențe	CS2. Formarea cunoștințelor specifice procedeele specifice înotului sportiv; CS3. Cunoașterea și aplicarea mijloacelor de rezolvare a obiectivelor instructiv-educative și a structurilor de exerciții specifice diferitor forme de practicare a exercițiului fizic; CS4. Dezvoltarea capacității elevilor cu deprinderi practico-metodice aplicabile în diferite forme de practicare a exercițiului fizic, cu posibilitatea de transfer în activitățile de timp liber; CS5. Educarea capacității de a folosi un limbaj de specialitate corect, cu aplicabilitate în activitățile de educație fizică, sport și activități de timp liber; CS6. Aplicarea stilurilor de înot studiate în condiții variate.
Precondițiile	Tablă interactivă sau proiector multimedia; Bazin de înot; Mijloace de învățământ: Plute, plutitor monobloc; Mingi de cauciuc; Cronometru, fluier, fișe și planșe ilustrative.
Conținutul cursului	• Istoria activităților nautice. • Ramurile natației. • Tehnica înotului. • Procedul craul. • Procedul pe spate. • Procedeele bras și fluture. • Metodica predării înotului.
Literatura recomandată	• Curs de înot, ediția II, Elena Mureșan, https://www.academia.edu/7130907/ • ELENA_MUREȘAN_CURS_DE_ÎNOT_ediția_a_II-a Natație, suport de curs https://ru.scribd.com/doc/82675744/Curs-Natație-2012-01-25 • Să nu ne temem de apă, Mircea Olaru https://ru.scribd.com/document/65803804/Mircea-Olaru-Sa-nu-ne-temem-de-apa • Înot, Georgeta Kari / http://www.spiruharet.ro/facultati/sport-bucuresti/biblioteca/aa9e0da93742a048ba3049eee449e9de.pdf
Metode de predare/învățare/evaluare la fiecare unitate de învățare	Poster; Studiu de caz; Autochestionarea; Demonstrarea; Explicarea; Metoda studiului de caz; Tehnica 3-2-1; Demonstrarea; Explicarea; Învățarea individuală; Prezintă-perechi-execută; Teste; Metoda practică; Exersarea; Instruirea programată.
Conținutul lucrului individual al elevului	• Înotul ca factor de călire. • Bazinele de înot. • Echiparea unui bazin modern. • Greșelile tehnice specifice procedului craul. • Greșelile tehnice specifice procedului pe spate. • Greșelile tehnice specifice procedeele bras și fluture. • Înotul aplicativ.

Denumirea unității de curs	PSIHOLOGIA SPORTULUI				
Codul cursului	Tipul cursului	Anul de studii	Semestrul	Numărul de credite	Numele, prenumele cadrului/elor didactic/e
S.07.O.030	Componenta de specialitate	IV	VII	4	Boaghi E.,
Obiectivele cursului exprimate în finalități de studiu și competențe	Competențe profesionale specifice modului CS1. Utilizarea noțiunilor specifice psihologiei sportului și dezvoltarea unui vocabular de specialitate. CS2. Utilizarea conceptelor specifice psihologiei sportului pentru organizarea demersurilor de cunoaștere și explicare a unor fapte, evenimente, procese din viața și activitatea sportivă. CS3. Identificarea legăturilor între mecanismele psihice în activitatea sportivă. CS4. Interpretarea comportamentului sportivului în antrenamente și competiții prin analiza proceselor psihice implicate în realizarea lui. CS5. Elaborarea programului de refacere psihică a sportivilor. CS6. Interpretarea factorilor mintali ce influențează participarea și performanța în sport, în exercițiul și activitatea fizică. CS7. Recunoașterea diferențelor individuale în construirea și manifestarea vieții psihice a sportivilor în mediul educațional. CS8. Deducerea unor fenomene psihosociologice ce apar în dinamica grupurilor sportive. CS9. Analiza proceselor cognitiv-afective și educaționale ale omului angajat în activitatea fizică și sportivă, comportamentul acestuia, precum și descrierea manifestării motrice a sportivului în contextul antrenamentului. CS10. Exersarea unor strategii de optimizare a activităților sportive prin diverse mijloace și tehnici de intervenție: relaxare, antrenament mintal, tehnici experiențiale etc.,				
Precondițiile	Manuale, Ghiduri metodice, Suport de curs, Laptop, Notebook, Proiector multimedia, Mape, Colaje, Caiete, Broșuri informative, Tablă, Panou, Postere.				
Conținutul cursului	• Psihologia sportului ca știință. • Psihologia performanței sportive. • Pregătirea psihică a sportivului. • Părțile componente ale pregătirii psihice a sportivului. • Activitatea sportivă. Factori de personalitate în activitatea sportivă. • Fenomenele psihosociale în sport Refacerea psihică a sportivului.				
Literatura recomandată	• Epuran M., Modelarea conduitei sportive, Editura Sport–Turism, București, 2007 • Holdevici, I. și Vasilescu, I.P. Autodepășirea în sport, Editura Sport-Turism, București, 1988 • Holdevici I., Barbara Cr., Psihologia sportului, Suport de curs, 2013 anatolbasarab.ro/wp-content/uploads/				

	Bogdan Cezar-Ion, Psihologia sportului, Suport de curs, 2008 xa.yimg.com/kq/groups/24339999
Metode de predare/învățare/evaluare la fiecare unitate de învățare	Autochestionarea; Învatarea individuala; Comparatie si contrast; Fishbowl (tehnica acvariului); Interviu în trei trepte; Metoda Frisco; Metoda SINELG; Știu/Vreau să știu/Am învățat; Explozia stelară; Metoda pălăriilor gânditoare.
Conținutul lucrului individual al elevului	- Alegerea a doi factori infrastructurali și demonstrarea rolului lor în atingerea performanței sportive. - Rolul suplimentelor sportive pentru performanța sportivă. - Rolul pregătirii psihice a sportivului în atingerea performanței sportive. - Rolul primordial al educației fizice și sportului în formarea personalității copilului. - Modalități de motivarea a elevilor pentru a practica sportul. - Rolul specialistului în sport și educație fizică în formarea motivației la sportiv.

Denumirea unității de curs	GIMNASTICA				
Codul cursului	Tipul cursului	Anul de studii	Semestrul	Numărul de credite	Numele, prenumele cadrului/elor didactic/e
S.07.O.032	Componenta de specialitate	IV	VII	4	
Obiectivele cursului exprimate în finalități de studiu și competențe	Competențe profesionale specifice modului CS1. Deținerea cunoștințelor și competențelor profesionale specializate, axate pe teoria și metodică gimnasticii contemporane. CS2. Cunoașterea și aplicarea mijloacelor de rezolvare a obiectivelor instructiv-educative și a structurilor de exerciții specifice diferitor forme de practicare a exercițiului fizic. CS3. Dezvoltarea capacității elevilor cu deprinderi practico-metodice aplicabile în diferite forme de practicare a exercițiului fizic, cu posibilitatea de transfer în activitățile de timp liber. CS4. Educarea capacității de a folosi un limbaj de specialitate corect, cu aplicabilitate în activitățile de educație fizică, sport și activități de timp liber. CS5. Promovarea modului sănătos de viață.				
Precondițiile	Manuale; Ghiduri metodice; Suport de curs; Laptop, Notebook, Proiector multimedia; Sală de sport dotată cu aparate de gimnastică. Mingi medicinale, corzi, cercuri, bastoane, bănci de gimnastică, saltele ș.a.				
Conținutul cursului	- Bazele generale ale teoriei și metodicii gimnasticii. - Bazele tehnicii și metodica însușirii exercițiilor de gimnastică. - Bazele generale ale tehnicii exercițiilor la aparatele de gimnastică.				

Literatura recomandată	- Educația fizică școlară. Ghidul profesorului. Botoșani, 2009. - Gimnastica. Chișinău Lumina 1993.
Metode de predare/învățare/evaluare la fiecare unitate de învățare	Explicația, demonstrația, exercițiul, conversația.
Conținutul lucrului individual al elevului	- Istoria gimnasticii: apariția gimnasticii, dezvoltarea gimnasticii în Europa, gimnastica în Republica Moldova. - Descrierea grafică a variațiilor de aranjări și regrupări. - Elaborarea complexelor de exerciții cu obiect(minge, baston, coardă, cerc, spalier, banca de gimnastică.) - Tehnica executării și metodică însușirii exercițiilor la aparate. - Elaborarea complexelor de exerciții în perechi.

Denumirea unității de curs	TEHNICA SECURITĂȚII ÎN SITUAȚII DE RISC				
Codul cursului	Tipul cursului	Anul de studii	Semestrul	Numărul de credite	Numele, prenumele cadrului/elor didactic/e
S.07.A.041	Componenta de specialitate	IV	VII	4	
Obiectivele cursului exprimate în finalități de studiu și competențe	Competențe profesionale specifice modului CS1. Identificarea viziunilor științifice generale la disciplina „Protecția civilă”; CS2. Aplicarea mijloacelor și metodelor de protecție împotriva diferitor forme ale situațiilor excepționale CS3. Cunoașterea mijloacelor și metodelor de protecție împotriva diferitor forme ale situațiilor excepționale și de acordare a primului ajutor medical.				
Precondițiile	Manuale; Ghiduri metodice; Suport de curs; Laptop, Notebook, Proiector multimedia.				
Conținutul cursului	- Protecția civilă a Republicii Moldova - Clasificarea și caracteristica situațiilor excepționale posibile pe teritoriul Republicii Moldova. - Primul ajutor medical				
Literatura recomandată	- Legea „Cu privire la protecția civilă” nr. 271 din 09.11.1994 - Suport de curs ”Protecția civilă, elaborate de DSE, Chișinău,2002 - Ghid la protecția civilă, DSE, Chișinău,2002 4. Enciclopedia situațiilor excepționale – 2002 - Enciclopedia medicală – 1995. Ghid la protecția civilă. Chișinău – 1996				

	GHID METODOLOGIC: APLICAȚII PRACTICE, STUDIUL INDIVIDUAL LA ”PROTECȚIA CIVILĂ ”,2020
Metode de predare/învățare/evaluare la fiecare unitate de învățare	Acțiunile educaționale propuse în curriculumul dat, sînt construite în baza cadrului de învățare Evocare – Realizare a sensului – Reflecție (ERR) și în cheia dezvoltării gândirii critice. Pentru a manevra bine informațiile, elevii trebuie să știe să aplice operații de gândire, să învețe în mod critic, să trieze eficient datele, să le ofere sensuri care, la rîndul lor, vor fi materializate în anumite comportamente. Elevii vor fi obișnuiți să identifice, să proceseze, să însușească și să utilizeze informații și idei, de asemenea li se va forma abilitatea de analiză și reflecție critică. În procesul de predare-învățare-evaluare se vor utiliza o serie de metode moderne ca: conversația euristică, observări, generalizări, discuții de grup, brainstorming, bulgăr de zăpadă, etc.
Conținutul lucrului individual al elevului	- Istoricul protecției civile Legislația protecției civile. - Conducerea și forțele protecției civile. - Drepturile și obligațiile cetățenilor la protecția civilă. - Cutremurul de pămînt. - Catastrofe condiționate de condițiile climaterice. - Incendiile - semnificații și criterii de selectare. - Căile de evacuare a colegiului și a căminului studentesc. - Indicatoare și panouri de avertizare pentru prevenirea incendiilor. - Hemoragiile. - Fracturile. - Arsuri, traume de fulger, insolație și șoc termic. - Mușcături de șarpe, înțepături de insecte, intoxicații cu ciuperci. - Înecul.

Denumirea unității de curs	MANAGEMENTUL SITUAȚIILOR EXCEPȚIONALE				
Codul cursului	Tipul cursului	Anul de studii	Semestrul	Numărul de credite	Numele, prenumele cadrului/elor didactic/e
S.07.A.042	Componenta de specialitate	IV	VII	4	
Obiectivele cursului exprimate în finalități de studiu și competențe	Competențe profesionale specifice modului CS1. Însușirea viziunilor științifice și generale despre disciplina „Managementul situațiilor excepționale; CS2. Formarea reprezentărilor generale despre rezolvarea problemelor intervenite în diferite situații excepționale. CS3. Modalități de acționarea practică în acordarea primului ajutor medical. CS4. obândirea abilităților practice de a acorda primul ajutor medical în situații de urgență, prin aplicarea corectă a tehnicilor de evaluare, stabilizare și intervenție rapidă asupra persoanelor afectate.				

Precondițiile	Manuale; Ghiduri metodice; Suport de curs; Laptop, Notebook, Proiector multimedia.
Conținutul cursului	• Managementul situațiilor excepționale și Protecția civilă în Republica Moldova • Clasificarea și caracteristica situațiilor excepționale posibile pe teritoriul Republicii Moldova • Primul ajutor medical
Literatura recomandată	• Legea „Cu privire la protecția civilă” nr. 271 din 09.11.1994 • Suport de curs ”Protecția civilă, elaborate de DSE, Chișinău, 2002 • Ghid la protecția civilă, DSE, Chișinău, 2002 4. Enciclopedia situațiilor excepționale – 2002 • Enciclopedia medicală – 1995. Ghid la protecția civilă. Chișinău – 1996 • GHID METODOLOGIC: APLICAȚII PRACTICE, STUDIUL INDIVIDUAL LA ”PROTECȚIA CIVILĂ ”, 2020
Metode de predare/învățare/evaluare la fiecare unitate de învățare	În procesul de predare- învățare- evaluare se vor utiliza metode participativactive. • Învățarea bazată pe studiul de caz– analiza unor situații excepționale reale din RM sau din lume și identificarea măsurilor de răspuns. • Învățarea prin experiment – utilizarea mijloacelor de protecție civilă și aplicarea tehnicilor de prim ajutor. Metode interactivă- dezbateri și brainstorming, discutarea soluțiilor pentru reducerea riscurilor și îmbunătățirea, simularea și jocul de rol, exersarea comportamentului corect în caz de cutremur, incendiu, inundație sau alte riscuri
Conținutul lucrului individual al elevului	• Semnalele protecției civile. • Legislația protecției civile. • Conducerea și forțele protecției civile. • Drepturile și obligațiile cetățenilor la protecția civilă. • Cutremurul de pământ. • Catastrofe condiționate de condițiile climaterice. • Catastrofe hidrologice. Inundațiile. • Incendiile - semnificații și criterii de selectare. • Căile de evacuare din colegiu și din căminele de elevi. • Indicatoare și panouri de avertizare pentru prevenirea incendiilor. • Hemoragiile. • Fracturile. • Arsuri, traume de fulger, insolație și șoc termic. • Mușcături de șarpe, înțepături de insecte, intoxicație cu ciuperci. • Înecul.

Denumirea unității de curs	PSIHOLOGIA CONFLICTELOR				
Codul cursului	Tipul cursului	Anul de studii	Semestrul	Numărul de credite	Numele, prenumele cadrului/elor didactic/e
S.07.L.053	Componenta la libera alegere	IV	VII	2	
Obiectivele cursului exprimate în finalități de studiu și competențe	Competențe profesionale specifice modului CS1. Determinarea spectelor psihologice ale conflictului în activitatea sportivă. CS2. Analiza naturii conflictului, cauzelor și manifestărilor specifice. CS3. Interpretarea corectă a situațiilor conflictuale cu care se confruntă individul uman în activitatea sportivă. CS4. Utilizarea metodelor eficiente în gestionarea conflictelor în grupul sportiv. CS5. Utilizarea metodelor și tehnicilor de depășire a conflictului. CS6. Monitorizarea și soluționarea problemelor personale de natură socio-relațională. CS7. Diminuarea efectelor emoționale negative ale conflictului în activitatea sportivă. CS8. Aplicarea strategiilor eficiente în managementul conflictelor				
Precondițiile	Manuale, Ghiduri metodice, Suport de curs, Laptop, Notebook, Proiector multimedia, Mape, Colaje, Caiete, Broșuri informative, Tablă, Panou, Postere.				
Conținutul cursului	• Conflictul ca obiect de studiu al psihologiei conflictelor • Comportamente în conflict • Comunicare și conflict Personalitatea în conflict • Fundamentele afective ale conflictului • Managementul conflictelor				
Literatura recomandată	• Ana Stoica-Constantin, Adrian Neculau, „Psihologia rezolvării conflictului”, București, 1998. • Ana Stoica-Constantin, „Conflictul interpersonal”, Polirom, 2004. • Ciocan Tudor Cosmin, Psihologia conflictului. Tehnici de negociere în managementul conflictului, EUROPOLIS , 2007 • http://documents.tips/documents/118249728 Psihologia rezolvării de conflicte. https://www.slideshare.net/.../p27701090				
Metode de predare/învățare/evaluare la fiecare unitate de învățare	Autochestionarea; Învatarea individuală; Comparatie si contrast; Fishbowl (tehnica acvariului); Interviu în trei trepte; Lucrare practică; Eseul; Diagrama wen; Studiul de caz; Harta conceptuală; Proiectul în grup; Cubul; Metoda Frisco; Metoda SINELG; Știu/Vreau să știu/Am învățat.				
Conținutul lucrului	• Descrierea în câteva rânduri un conflict din experiența personală.				

individual al elevului	• Identificarea apoi celor trei componente, după Galtung, arătând și genurile fiecăruia. • Cazuri din comunitate, școală, familii de diferite tipuri de conflicte. Teoriile agresivității. • Impactul comportamentului agresiv asupra relațiilor umane. • Exemplificarea printr-un conflict funcțiile proceselor afective. • Exemplificarea emoțiilor pozitiv și negative în conflicte.
-------------------------------	---

Denumirea unității de curs	PSIHOLOGIA COMUNICĂRII				
Codul cursului	Tipul cursului	Anul de studii	Semestrul	Numărul de credite	Numele, prenumele cadrului/elor didactic/e
S.07.L.054	Componenta la libera alegere	IV	VII	2	
Obiectivele cursului exprimate în finalități de studiu și competențe	Competențe profesionale specifice modului CS1. Depășirea barierelor în comunicare. CS2. Utilizarea adecvată a conceptelor comunicării. CS3. Analiza fenomenelor de comunicare în relațiile membrilor diferitor echipe de sport. CS4. ComuniBAZELE carea interactivă cu sportivii, antrenorul și publicul. CS5. Ascultarea activă și expimarea asertivă în comunicare. CS6. Aplicarea strategiilor de comunicare cu persoanele cu comportamente dificile în activitatea sportivă. CS7. Interpretarea semnificației comportamentului nonverbal al interlocutorului. CS8. Respectarea regulilor comunicării eficiente. CS9. Dezvoltarea continuă a aptitudinilor și competențelor comunicative. CS10. Aplicarea tehnicilor de comunicare verbală.				
Precondițiile	Manuale; Ghiduri metodice; Suport de curs; Laptop, Notebook, Proiector multimedia; Mape; colaje; Caiet; Broșuri informative; Tablă; Panou; Postere.				
Conținutul cursului	• Aspecte psihologice ale comunicării • Formele comunicării • Comunicarea ca abiliatate • Comunicarea verbală • Comunicarea nonverbală • Comunicarea scrisă • Comunicarea și relațiile interpersonale				
Literatura recomandată	• Roxana Cioclov ,<i>Ghid de comunicare și discurs public</i> Artpress Timișoara, 2013. • Ion Ovidiu Panioara, <i>Comunicare eficienta, Polirom, 2008.</i> http://www.academia.edu.				

Metode de predare/învățare/evaluare la fiecare unitate de învățare	Autochestionarea; Învățarea individuală; Comparatie si contrast; Fishbowl (tehnica acvariului); Interviu în trei trepte; Lucrare practică; Eseul; Diagrama wen; Studiul de caz; Harta conceptuală; Proiectul în grup; Cubul; Metoda Frisco; Metoda SINELG; Știu/Vreau să știu/Am învățat.
Conținutul lucrului individual al elevului	• Rolul comunicării eficiente. • Tehnici de comunicare verbală. • Elementele comunicării nonverbale. • Reguli de limbaj nonverbal (cînd vorbim și cînd ascultăm). • Recomandări pentru redactarea mesajelor E-mail. • Tipuri de personalitate și tipologii conversaționale. • Secretul empatiei. • Expresii și cuvinte din lista capcanelor.

Denumirea unității de curs	BAZELE LEGISLAȚIEI ÎN DOMENIU				
Codul cursului	Tipul cursului	Anul de studii	Semestrul	Numărul de credite	Numele, prenumele cadrului/elor didactic/e
U.08.O.008	Componenta de orientare socio-umanistică	IV	VIII	2	Cașu D.
Obiectivele cursului exprimate în finalități de studiu și competențe	Competențele specifice a disciplinei CS1. Aplicarea achizițiilor intelectuale specific domeniului juridic pentru investigarea\aprecierea unor fapte, evenimente, procese din viața profesională și cotidiană; CS2. Valorificarea oportunităților de creștere personală, dezvoltare pentru carieră și de încadrare în câmpul muncii. CS3. Soluționarea legală și civilizată a situațiilor de conflict individuale, de grup, comunitare. CS4. Valorificarea principalelor categorii de drepturi (civile, politice, economice, sociale și culturale) libertăți și responsabilități. CS5. Valorificarea în activitatea profesională de formare a respectului față de legislația Republicii Moldova a discipolilor săi. CS6. Utilizarea adecvată a terminologiei juridice.				
Precondițiile	Tablă; Calculatoare portabile (laptop, notebook); Proiector, Ecran.				
Conținutul cursului	• Statul și Dreptul instituție și concept • Drept constituțional ca ramură de drept. • Drept Civil ramură de drept • Dreptul Muncii. • Dreptul Familiei. • Dreptul Fiscal				

	• Dreptul Protecției sociale • Dreptul penal și contravențional
Literatura recomandată	• Teoria generală a Dreptului. Note de curs Oleg PANTEA dr. în drept, conf. univ. interim. Chișinău 2013 • Bazele statului, dreptului și legislația muncii: Manual Ion. Mihai Moroșan; Univ. Agrară de Stat din Moldova. Chișinău, 2014 (CE UASM). • Teoria generală a dreptului Note de curs. Chișinău 2013 • Bazele legislației în sistemul sănătății publice(partea generală) Tatiana Novac-Hreplenco Ion Dodon Chișinău, 2006 • Constituția Republicii Moldova
Metode de predare/învățare/evaluare la fiecare unitate de învățare	Metode expositive: explicația, demonstrația teoretică; prelegerea; Metode interactive: conversația euristică, discuții sau dezbateri, pălării gânditoare, explozia stelară, clusteringul; Metode de instruire: prin problematizare: studiu de caz, rezolvarea de situații problemă.
Conținutul lucrului individual al elevului	• Hartă conceptuală - Statul de drept • Prezențați o analiză comparativă evidențiind drepturile, libertățile și obligațiile a cetățenilor RM și cetățenilor străini/apatrizilor. • Eseu structurat ”Constituția documentul temeinic într-un stat de drept” Constituția garanția democrației • Tipuri de contracte civile și caracteristicile lor. • Elaborarea glasering: Tipuri de concedii garantate de Codul Muncii • Lista de drepturi și obligații a angajatorului și salariatului conform Codului Muncii • Regimul legal al bunurilor soților Proprietatea personală și proprietatea în devălmășie

Denumirea unității de curs	PMS. PREGĂTIREA INTEGRALĂ				
Codul cursului	Tipul cursului	Anul de studii	Semestrul	Numărul de credite	Numele, prenumele cadrului/elor didactic/e
F.08.O.021	Componenta de orientare socio-umanistică	IV	VIII	3	Cașu D.
Obiectivele cursului exprimate în finalități de studiu și competențe	Competențele specifice a disciplinei CS1. Asigurarea pregătirii fizice generale și specifice optime pentru studierea celorlalte componente ale pregătirii integrale ale jucătorului de volei; CS2. Dezvoltarea calităților motrice de bază și specifice necesare pentru practicarea jocului de volei; CS3. Perfecționarea tehnicii principalelor elemente și procedee tehnice în apărare specifice jocului de volei;				

	CS4. Perfecționarea tehnicii principalelor elemente și procedee tehnice în atac specifice jocului de volei; CS5. Aplicarea deprinderilor practico-metodice în diferite forme de practicare a exercițiului fizic, cu posibilitatea de transfer în activitățile de timp liber; CS6. Asigurarea pregătirii psiholo CS7. Aplicarea tuturor laturilor ale pregătirii integrale în cadrul situațiilor de joc competiționa CS8. Educarea capacității de a folosi un limbaj de specialitate corect, cu aplicabilitate în activitățile de educație fizică, sport și activități de timp liber CS9. Aplicarea regulamentului și a gesturilor de arbitraj în cadrul jocului bilaterala.
Precondițiile	Sala de sport, echipament sportiv
Conținutul cursului	• Exerciții de dezvoltare fizică generală. • Dezvoltarea calităților motrice de bază. • Dezvoltarea calităților motrice specifice. • Pregătirea tehnică în apărare. • Pregătirea tehnică în atac. • Pregătirea psihologică și competițională.
Literatura recomandată	• Ghidul orientativ al antrenorului de volei. [Accesat 02.02.2025] Disponibil: https://www.frvolei.ro/pagini/6_antrenori/planuri_de_pregatire/Ghidul%20orientativ.pdf • Regulamentul jocului de volei. [Accesat 02.002.2025] https://www.frvolei.ro/pagini/5_oficiali/resurse_arbitri/2015/Regulamentul%20jocului%20de%20volei%202015.pdf • Volei. Suport de curs. [Accesat 31.01.2025] Disponibil: http://www.spiruharet.ro/facultati/sport-bucuresti/biblioteca/d4562554622d4722c66cfa727c7fe318.pdf • Curs volei. [Accesat 29.01.2025] Disponibil: http://efsusamvbt.ro/docs/st_1/Curs%202%20stagiul%20I.pdf
Metode de predare/învățare/evaluare la fiecare unitate de învățare	Procesul instructiv-educativ se va baza pe următoarele orientări metodologice: • Modelarea; • Instruirea programată; • Algoritmizarea; • Problematizarea; • Autonomia.
Conținutul lucrului individual al elevului	• Foaia de arbitraj la volei. • Organizarea unei competiții la volei. • Arbitrajul în volei.

Denumirea unității de curs	LUPTELE SPORTIVE				
Codul cursului	Tipul cursului	Anul de studii	Semestrul	Numărul de credite	Numele, prenumele cadrului/elor didactic/e
S.08.O.029	Componenta de specialitate	IV	VIII	2	
Obiectivele cursului exprimate în finalități de studiu și competențe	Competențe profesionale specifice modului CS1. Aplicarea metodelor, procedeele și tehnicilor moderne în activitatea de lupte sportive (judo). CS2. Autoperfecționarea continuă în domeniul luptelor sportive (judo). CS3. Proiectarea și organizarea activităților de lupte sportive (judo) conform particularităților de vîrstă ale participanților. CS4. Dezvoltarea calităților fizice și deprinderilor motrice folosind elemente din luptele sportive (judo) CS5. Promovarea modului sănătos de viață prin practicarea probelor de lupte sportive (judo) CS6. Elaborarea programei de activități în tabără de odihnă, școli sportive, cluburi, și asociații sportive, utilizând probe din luptele sportive (judo)				
Precondițiile	Suport de curs, Calculator portabil (notebook), Postere, Protocolul, Manuale, Giduri Metodice; Coarde, Mingi medicinale, Broșuri informative, saltea, tatami, bănci de gimnastică, haltere.				
Conținutul cursului	• Istoria luptei sportive judo • Bazele tehnicii exercițiilor de judo • Tehnica pozițiilor fundamentale în lupta judo • Tehnica caderilor • Tehnica dezechilibrării • Tehnica aruncărilor • Organizarea și desfășurarea competițiilor la lupta sportivă judo				
Literatura recomandată	• G. Parhomovic Judo classic Permi 1993 • V. Manolachi Metodica judoka Chișinău 1993 • P. Matusciac 100 exerciții lupte. Alma-Ata 1968 • Lazari Povestea - Recomandări metodice pentru studenți: INEFS Chișinău 1998 • Federația lupta Judo (IJF și EJU) Regulamentul lupta Judo 2016				
Metode de predare/învățare/evaluare la fiecare unitate de învățare	Poster; Prezentarea PPT; Studiu de caz; Autochestionarea; Învățarea individuală; Metoda studiului de caz; Tehnica 3-2-1; Diagrama WEN; Explicarea stelară; Metoda studiului de caz; Metoda predării – învățării reciproce; Învățarea individuală; Discuția dirijată.				
Conținutul lucrului	• Caracterizarea luptei sportive judo • Clasificarea exercițiilor în lupta sportivă judo • Regulamentul în lupta sportivă judo				

individual al elevului	• Caracteristica elementelor tehnice a dezechilibrării • Exerciții specifice aruncărilor în lupta judo • Elementele tehnice în lupta judo
-------------------------------	---

Denumirea unității de curs	EDUCAȚIA INCLUZIVĂ				
Codul cursului	Tipul cursului	Anul de studii	Semestrul	Numărul de credite	Numele, prenumele cadrului/elor didactic/e
S.08.O.031	Componenta de specialitate	IV	VIII	4	
Obiectivele cursului exprimate în finalități de studiu și competențe	Competențe profesionale specifice modulului CS1. Aplicarea în practica sportivă a principalelor documente de politici și acte legislative, concepții, principii din domeniul educației incluzive. CS2. Identificarea particularităților de dezvoltare a copilului cu cerințe educaționale speciale și ale persoanelor cu deficiență. CS3. Aplicarea principiilor abordării individualizate în toate activitățile ce vizează procesul educațional-sportiv. CS4. Abordarea principiilor de dezvoltare a parteneriatului socio-educational și ale managementului educației incluzive. CS5. Valorizarea copilului/persoanei cu cerințe educaționale speciale privind evidențierea potențialului acestuia în activitatea sportivă. CS6. Adaptarea activităților sportive specific dizabilităților sau particularităților CES a beneficiarului. CS7. Adoptarea atitudinilor pozitive și relaționale despre structurile, procesele și valorile sistemului educațional aplicate în dezvoltarea și susținerea practicilor inclusive.				
Precondițiile	Manuale, Ghiduri metodice; Suport de curs; Laptop, Notebook, Proiector multimedia; Mape, Colaje; Caiete; Broșuri informative; Tablă; Panou; Postere				
Conținutul cursului	• Educația incluzivă în contextul drepturilor omului și a copilului. • Cadrul legislativ internațional și național în domeniul educației incluzive. • Perspectivă istorică cu privire la integrare și incluziune. • Practici incluzive în Republica Moldova • Parteneriatul educațional în școala incluzivă • Particularitățile dezvoltării copiilor/persoanelor cu Cerințe Educative Speciale. • Terapii ocupaționale în recuperarea copiilor cu CES/persoanelor cu dizabilități • Evaluarea și abordarea individualizată în contextual educației incluzive				

Literatura recomandată	- Coman, S. (coordonator), Parteneriat în educația integrată a copiilor cu cerințe educative speciale, Editura Spiru Haret, Iași, 2001 - Danii A, Popovici D, Racu A. Intervenția psihopedagogică în școala incluzivă. Chișinău, 2007 - Educație incluzivă, Fundația Lumos Moldova. Chișinău, 2012 - Verza E. Psihopedagogie specială. București, 1999 - Vrăjmaș T. Învățământul integrat și/sau incluziv. București, 2001 - Neamțu C, Gherguț A. Psihopedagogie specială. Polirom 2000
Metode de predare/învățare/evaluare la fiecare unitate de învățare	Eseul; Diagrama wen; Studiul de caz; Harta conceptuală; "Bulgare de zapada"; Referatul; Postere; Diagrama wen; Studiul de caz; Harta conceptuală; Proiectul în grup; Linia timpului; Discuția dirijată; Hărțile conceptuale; Metoda R.A.I.; Tehnica 3-2-1; Știu/Vreau să știu/Am învățat; Tehnica ciorchinelui; Ghidul de anticipație; Metoda asocierii libere a ideilor (Sinectica); Metoda piramidei.
Conținutul lucrului individual al elevului	- Analiza comparativă: deficiența vizuală, auditivă și locomotoră. - Avantajele și dezavantajele instruirii copiilor cu CES în școlile/grădinițele de masă. - Integrarea profesională a diferitor categorii de persoane cu dizabilități. - Particularitățile dezvoltării copiilor cu CES. - Clasa diferențială v/s clasa tradițională. - Principii care fundamentează evaluarea și abordarea individualizată.

Denumirea unității de curs	MEDICINA SPORTIVĂ ȘI MASAJUL				
Codul cursului	Tipul cursului	Anul de studii	Semestrul	Numărul de credite	Numele, prenumele cadrului/elor didactic/e
S.08.O.036	Componenta de specialitate	IV	VIII	4	
Obiectivele cursului exprimate în finalități de studiu și competențe	Competențe profesionale specifice modului CS1. Diferențierea bolilor frecvent întâlnite în practica sportivă. CS2. Aplicarea metodelor de reabilitare a bolnavilor cu traume și boli ale sistemului locomotor, cardiovascular, respirator, digestiv și metabolic. CS3. Desfășurarea complexelor de exerciții speciale din gimnastica medicală pentru tratamentul și profilaxia bolilor frecvent întâlnite. CS4. Recomandarea indicațiilor tehnico-metodice în timpul efectuării gimnasticii curative. CS5. Aplicarea procedeele de bază a masajului curativ și masajului sportiv.				
Precondițiile	Manuale, Ghiduri metodice, Suport de curs, Laptop, Notebook, Proiector multimedia, Mape, Colaje, Caiete, Broșuri informative, Tablă, Panou, Postere; inventar sportiv, masă pentru masaj.				
Conținutul cursului	- Bazele generale ale gimnasticii medicale. - Gimnastica medicală pentru bolile sistemului cardiovascular.				

	• Gimnastica medicală pentru bolile organelor respiratorii. • Gimnastica medicală în tratamentul bolilor sistemului digestiv. • Gimnastica medicală în ortopedie. • Gimnastica medicală în bolile articulațiilor. • Gimnastica medicală în caz de traume ale aparatului locomotor sau de amputări ale membrelor. Masajul
Literatura recomandată	• Gimnastica medicală. Zavalîșca Aurica. Chișinău 2016. • Mijloacele gimnasticii medicale folosite în profilaxia și recuperarea sănătății copiilor de vârstă școlară. Chișinău 2013. • Gimnastica medicală la domiciliu. București 1989
Metode de predare/învățare/evaluare la fiecare unitate de învățare	Autochestionarea; Învățarea individuală; Comparatie si contrast; Fishbowl (tehnica acvariului); Interviu în trei trepte; Metoda Frisco; Metoda SINELG; Știu/Vreau să știu/Am învățat; Explozia stelară; Metoda pălăriilor gânditoare.
Conținutul lucrului individual al elevului	• Cerințele generale față de metodică de aplicare a exercițiilor fizice în gimnastica medicală. • Epidemiologia și simptomele de bază ale bolilor sistemului cardiovascular. • Gimnastica medicală în afecțiuni ale aparatului respirator: pneumonii; bronșite; astm bronșic; pleurite ș.a. • Efectul terapeutic al exercițiilor fizice. • Gimnastica medicală în deficiențele de atitudine ale corpului.

Denumirea unității de curs	TEORIA ȘI METODICA ANTRENAMENTULUI SPORTIV				
Codul cursului	Tipul cursului	Anul de studii	Semestrul	Numărul de credite	Numele, prenumele cadrului/elor didactic/e
S.08.O.034	Componenta de specialitate	IV	VIII	3	
Obiectivele cursului exprimate în finalități de studiu și competențe	Competențe profesionale specifice modului CS1. Utilizarea eficientă a mijloacelor procesului de antrenament în activitatea profesională; CS2. Aprecierea termenilor sportivi în procesul de comunicare eficientă în domeniul antrenamentului sportiv; CS3. Diferențierea tehnicii sportive în practicarea diverselor probe de sport; CS4. Delimitarea structurii antrenamentului sportiv. CS5. Utilizarea eficientă a mijloacelor și metodelor antrenamentului sportiv; CS6. Aplicarea metodelor specifice domeniului în tratarea modului sănătos de viață.				
Precondițiile	Manuale; Ghiduri metodice; Suport de curs; Laptop, Notebook, Proiector multimedia;				

Conținutul cursului	• Antrenamentul sportiv – proces de pregătire stadial • Principiile antrenamentului sportiv • Mijloacele și metodele antrenamentului sportiv • Componentele și conținutul antrenamentului sportiv • Forma sportivă. Periodizarea antrenamentului sportiv • Structura antrenamentului sportiv • Sistemul competițional
Literatura recomandată	• CÂRSTEA Gh., Teoria și metodică educației fizice și sportului, pentru examenele de definitivat și gradul didactic II, București: AN-DA. 2000. 172p. • DRAGNEA A., și a., Educație fizică și sport, teorie și didactică, București: Fest. 2006. 309p. • ROTARU, A., VIZITIU, L., Bazele teoriei, metodică predării educației fizice în instituțiile preșcolare. Ch.: Lumina, 1994. 200 p. ISBN 5-372-01532-2. • ROTARU, A., și a., Jocuri dinamice. Ch.: Lumina. 1993. 108 p. ISBN 5-372-01361-3
Metode de predare/învățare/evaluare la fiecare unitate de învățare	Conversația; Explicația; Demonstrația; Interviu în trei trepte; Metoda Frisco; Metoda SINELG; Știu/Vreau să știu/Am învățat; Explozia stelară; Metoda pălăriilor gânditoare.
Conținutul lucrului individual al elevului	• Principiile antrenamentului sportiv • Mijloacele antrenamentului sportiv • Pregătire fizică, tehnică, tactică, psihologică • Macro ciclul de antrenament • Mezociclul de antrenament • Micociclul de antrenament

Denumirea unității de curs	HANDBAL				
Codul cursului	Tipul cursului	Anul de studii	Semestrul	Numărul de credite	Numele, prenumele cadrului/elor didactic/e
S.08.A.043	Componenta de specialitate	IV	VIII	2	
Obiectivele cursului exprimate în finalități de studiu și competențe	Competențe profesionale specifice modului CS1. Însușirea procedeele tehnice și a acțiunilor tactice fundamentale specifice jocului de handbal. CS2. Aplicarea mijloacelor de rezolvare a obiectivelor instructiv-educative și a structurilor de exerciții specifice diferitor forme de practicare a exercițiului fizic în cadrul jocului de handbal.				

	CS3. Formarea deprinderilor practico-metodice aplicabile în diferite forme de practicare a exercițiului fizic, cu posibilitatea de transfer în activitățile de timp liber CS4. Educarea capacității de a folosi un limbaj de specialitate corect, specific jocului de handbal, cu aplicabilitate în activitățile de educație fizică, sport și activități de timp liber. CS5. Aplicarea regulamentului și a gesturilor de arbitraj în cadrul jocului bilateral și situații competiționale. CS6. Elaborarea complexelor de exerciții cu elemente de handbal pentru lecția educație fizică și de antrenament.
Precondițiile	Sala de sport, echipament sportiv.
Conținutul cursului	• Istoria, apariția și dezvoltarea jocului de handbal. • Tehnica jocului de handbal și metodica de instruire a procedeelor tehnice. • Tactica jocului și metodica de instruire a acțiunilor tactice. • Organizarea și desfășurarea competițiilor la handbal.
Literatura recomandată	• PARASCHIV, P., Curs de handbal pentru studenții din învățământul cu profil tehnic, https://www.cmmi.tuiasi.ro/docs/cursuri/handbal%203.pdf • GOMBOȘ, L., ZAMFIR, G., Handbal. Teorie și metodică, https://ru.scribd.com/document/57215273/Curs-Electronic-Handbal • CÂRSTEA Gh., Teoria și metodică educației fizice și sportului, pentru examenele de definitivat și gradul didactic II, București: AN-DA. 2000. 172p.
Metode de predare/învățare/evaluare la fiecare unitate de învățare	Strategiile didactice aplicate în procesul instructiv educativ vor fi indicate explicit în proiectele didactice elaborate de fiecare profesor în funcție de nivelul de pregătire și progresul demonstrat atât de grupa de elevi în ansamblu, cât și de fiecare elev în parte, orientate la eficiență maximă în procesul de învățare, vor stimula gândirea logică, cauzală, analitică, cât și imaginația spațială și creativitatea elevilor Procesul instructiv-educativ se va baza pe următoarele orientări metodologice: Modelarea; Instruirea programată; Algoritmizarea; Problematizarea
Conținutul lucrului individual al elevului	• Analiza perioadei moderne de dezvoltare a jocului de handbal în țară și peste hotare. • Selectarea mijloacelor pentru pregătirea tehnică în jocul de handbal. • Mijloace de instruire a acțiunilor tehnice cu și fără minge în jocul de handbal • Modelarea acțiunilor tactice individuale în grup și pe echipă. • Regulamentul de desfășurare a competițiilor în jocul de fotbal.

Denumirea unității de curs	MINIFOTBAL				
Codul cursului	Tipul cursului	Anul de studii	Semestrul	Numărul de credite	Numele, prenumele cadrului/elor didactic/e
S.08.A.044	Componenta de specialitate	IV	VIII	2	
Obiectivele cursului exprimate în finalități de studiu și competențe	Competențe profesionale specifice modului CS1. Însușirea procedeelor tehnice și a acțiunilor tactice fundamentale; CS2. Aplicarea mijloacelor de rezolvare a obiectivelor instructiv-educative și a structurilor de exerciții specifice diferitor forme de practicare a exercițiului fizic CS3. Dezvoltarea capacității elevilor cu deprinderi practico-metodice aplicabile diferite forme de practicare a exercițiului fizic, cu posibilitatea de transfer în activitățile de timp liber; CS4. Educarea capacității de a folosi un limbaj de specialitate corect, cu aplicabilitate în activitățile de educație fizică, sport și activități de timp liber; CS5. Aplicarea regulamentului și a gesturilor de arbitraj în cadrul jocului bilater				
Precondițiile	Sala de sport, echipament sportiv.				
Conținutul cursului	• Istoria, apariția și dezvoltarea jocului de minifotbal. • Tehnica jocului și metodica de instruire a elementelor tehnice. • Tactica jocului și metodica de instruire a acțiunilor tactice, pregătirea fizică generală specifică. • Regulamentul jocului de minifotbal și organizarea competițiilor				
Literatura recomandată	• Regulamentul jocului de minifotbal. [Accesat 02.11.2019] Disponibil: https://ro.scribd.com/doc/284185593/Regulament-mini-fotbal. • Fotbal – Tehnica și tactica jocului de fotbal. [Accesat 12.11.2019] Disponibil: https://www.academia.edu/6470734/Fotbal_Tehnica_si_tactica_jocului_de_fotbal_Curs_de_baza • METODA SI MIJLOACE DE IMBUNATATIRE A TEHNICII IN JOCUL DE FOTBAL. [Accesat 12.11.2019] Disponibil: https://www.academia.edu/37143340/METODE http://cmfb.ro/stiri-campionatul-de-minifotbal-bucuresti/site-nou-pentru-federatia-europeana-de/ • OBIECTIVE DE INSTRUIRE, OBIECTIVE DE PERFORMANȚĂ ȘI MODELE DE JOC PE GRUPE DE VÂRSTĂ ÎN JOCUL DE FOTBAL [Accesat 21.11.2019] Disponibil: http://www.conferinte-defs.ase.ro/2010/pdf/39.pdf • Mijloace pentru instruirea tehnicii și tacticii în minifotbal. [Accesat 13.11.2019] Disponibil: https://www.google.com/search?q=mijloace+pentru+instruirea+tehnici+si+tacticii+jocului+de+minifotbal&oq=mi&aqs=chrome.1.69i57j69i59l3j0j69i60l3.4149j0j7&sourceid=chrome&ie=UTF-8				

Metode de predare/învățare / evaluare la fiecare unitate de învățare	Cadrului didactic se propun următoarele metode și procedee de predare: 1. Explicația-argumentarea riguroasă a cunoștințelor prin lămurire și clasificarea unor noțiuni, principii; 2. Conversația- convorbire sau dialog ce se desfășoară între profesor și elev, prin care stimulează și se dirijează activitatea de învățare. În cadrul lecției poate fi prezentată sub diferite forme: • Conversația introductivă-la început de lecție; • Conversația euristică-explicativă- pentru aprofundarea cunoștințelor și aprofundarea lor; • Conversație de verificare a cunoștințelor. 3. Demonstrația- prezentarea unor machete, obiecte portative, fișe, scheme, filme. 4. Exercițiul- acțiune practică, operațională, repetarea unei acțiuni, activități, urmărind formarea cunoștințelor, priceperilor și deprinderilor motrice. Metodologia predării învățării prevede utilizarea altor metode obligatorii: • Trainingul Pedagogic; • Problematizarea; • Modelarea; • Algoritmizarea; • Jocul didactic.
Conținutul lucrului individual al elevului	• Istoria apariției jocului de minifotbal • Evoluția minifotbalului în RM. • Selectarea mijloacelor pentru pregătirea tehnică a jucătorilor de minifotbal. • Mijloace de instruire a acțiunilor tehnice cu și fără minge în jocul de minifotbal. • Scheme tactice de joc specifice jocului de atac, jocului de apărare. • Modelarea acțiunilor tactice individual și de echipă. • Regulamentul de desfășurare și organizarea competiției de minifotbal.

Denumirea unității de curs	ORIENTARE SPORTIVĂ				
Codul cursului	Tipul cursului	Anul de studii	Semestrul	Numărul de credite	Numele, prenumele cadrului/elor didactic/e
S.08.A.045	Componenta de specialitate	IV	VIII	2	
Obiectivele cursului exprimate în finalități de	Competențe profesionale specifice modulului CS1. Însușirea procedeelor tehnice și a acțiunilor fundamentale specifice orientării sportive;				

studiu și competențe	CS2. Aplicarea mijloacelor de rezolvare a obiectivelor instructiv-educative și a structurilor de exerciții specifice diferitor forme de practicare a exercițiului fizic; CS3. Dezvoltarea capacității elevilor cu deprinderi practico-metodice aplicabile în diferite forme de practicare a exercițiului fizic, cu posibilitatea de transfer în activitățile de timp liber; CS4. Educarea capacității de a folosi un limbaj de specialitate corect, cu aplicabilitate în activitățile de educație fizică, sport și activități de timp liber; CS5. Gestionarea abilităților specifice orientării sportive în cadrul activităților competitive și recreative, demonstrând reziliență, integritate și implicare pentru succesul comun. CS6. Aplicarea regulamentului de organizare și desfășurare a competițiilor de orientare sportivă.
Precondițiile	Sala de sport, echipament sportiv.
Conținutul cursului	• Istoria, apariția și dezvoltarea orientării ca sport. • Tehnici de orientare și traversare a obstacolelor naturale. • Pregătirea fizică specifică orientării sportive. • Organizarea activităților și concursurilor de orientare sportivă.
Literatura recomandată	• Curs de Orientare CRISTI CONSTANTIN https://www.academia.edu/38345790/Curs_orientare • Bazele activității de turism [Accesat 25.11.2019] Disponibil: https://usem.md/uploads/files/Facultatea_Stiinte_Economice/Note_de_curs/Ciclul_I/Bazele_activitatii_de_turism.PDF • Turismul rural [Accesat 21.11.2019] Disponibil: https://crestcenter.org/pdf/PACHET_INSTRUIRE_RO.pdf • Turismul sportiv. [Accesat 13.11.2019] Disponibil: https://biblioteca.regielive.ro/referate/turism/turismul-sportiv305699.html
Metode de predare/învățare/evaluare la fiecare unitate de învățare	Materialele de instruire vor fi structurate și organizate în formatul creșterii capacității de învățare a elevilor. Se va utiliza în procesul predării strategii care să sprijine înțelegerea și reținerea noilor informații. Se va recurge la cunoașterea senzorială și la gândirea critică, solicitând argumentarea. Se va combina diverse strategii didactice pentru a cuprinde elementele din cât mai multe stiluri de învățare, luându-se în considerație Teoria inteligențelor multiple. Prin strategia aplicată se va asigura un echilibru dintre aspectul teoretic și practice al formării competențelor.
Conținutul lucrului individual al elevului	• Istoricul orientării ca sport. Beneficiile practicării orientării turistice pentru copii. • Orientarea în teren fără hartă și fără busolă. • Organizarea excursiilor și conducerea grupului. • Complex de exerciții specifice dezvoltării calităților motrice. • Organizarea unei marș turistice în Republica Moldova. • Desfășurarea concursurilor de orientare sportivă.

Denumirea unității de curs	TURISM SPORTIV				
Codul cursului	Tipul cursului	Anul de studii	Semestrul	Numărul de credite	Numele, prenumele cadrului/elor didactic/e
S.08.A.046	Componenta opțională de specialitate	IV	VIII	2	
Obiectivele cursului exprimate în finalități de studiu și competențe	Competențe profesionale specifice modului CS1. Deținerea competențelor profesionale specializate, axate pe teoria și metodică Turismului sportiv. CS2. Aprecierea rolului și semnificației Turismului sportiv asupra corpului uman. CS3. Utilizarea formelor și mijloacelor de organizare a antrenamentelor de turism sportiv. CS4. Crearea programelor alimentării în marș turistic. CS5. Aplicarea mijloacelor de rezolvare a obiectivelor instructiv-educative și a structurilor de exerciții specifice diferitor forme de practicare a turismului sportiv. CS6. Aprecierea obiectivă a situațiilor, faptelor și proceselor în timpul unui antrenament de turism. CS7. Educarea capacității de a folosi un limbaj de specialitate corect, cu aplicabilitate în activitățile de educație fizică, sport și activități de timp liber. CS8. Promovarea modului sănătos de viață.				
Precondițiile	Manuale; Ghiduri metodice; Suport de curs; Laptop, Notebook, Proiector multimedia; Sisteme turistice, carabine, funii (diam. 10), funii (diam. 6), „opt” pentru asigurare, mănuși, căști, „jumar”; Rucsac, cort; Busola.				
Conținutul cursului	• Genuri și forme turismului. • Pregătirea topografică. • Orientarea sportivă • Echipamentul turistului • Alimentarea în marș turistic • Concepte generale a turismului pedestru, montan.				
Literatura recomandată	• Crăciun Grigore, Berlinschii Iurie: Tehnica turismului pedestru (restricții regulamentare față de inventar și de executarea unor procedee tehnice), 2007 – Ch.: Valinex SA. • Crăciun Grigore, Cogan Vadim, Berlinschii Iurie: Tehnica turismului montan (concretizări și sugestii vis-a-vis de arbitraj), 2011 – Ch.: „Maxtipar” SRL.				

	• Crăciun Grigore, Berlinschii Iurie, Șendrea Marina: Tehnica turismului montan (documentația de secretariat), 2015 – Ch. Tipografia „Peclama”. Crăciun • Grigore, Berlinschii Iurie, Hâncu Ala: Noduri, 2012 - Ch.: „Maxtipar” SRL.
Metode de predare/învățare/evaluare la fiecare unitate de învățare	Exercițiul, demonstrația, explicația, discuția dirijată, SINELG, proiecte individuale, ș.a.
Conținutul lucrului individual al elevului	• Orientarea sportivă în marș turistic. • Busola, tipuri de busole, construcții. Lucru cu busola. • Determinarea principalelor puncte de utilizare a semnelor pe busolă • Determinarea azimutului. • Determinarea distanței pe hartă și pe teren. • Compararea hărții cu relieful. • Păstrarea produselor alimentare în marș și în tabără turistică. • Tehnica turismului pedestru și montan. Pregătirea tehnică. • Noduri turistice.

PARTEA III: INFORMAȚIE GENERALĂ PENTRU ELEVI

⇒ Condiții de cazare și alimentație:

Colegiul „Alexei Mateevici” nu dispune, la moment, de un cămin funcțional pentru cazarea elevilor. Totuși, instituția a primit în gestiune un cămin amplasat pe str. Bogdan Voievod, care necesită reparație capitală pentru a putea fi utilizat în condiții de siguranță și conform standardelor actuale de confort și igienă. Reabilitarea acestui cămin reprezintă o prioritate strategică pentru asigurarea, pe termen mediu, a cazării proprii a elevilor proveniți din alte localități.

Până la finalizarea lucrărilor de reabilitare, Colegiul încheie anual acorduri de colaborare cu alte instituții de învățământ din municipiul Chișinău și din zona limitrofă, pentru asigurarea locurilor de cazare pentru elevi, după cum urmează:

- Universitatea de Stat din Moldova – Căminul nr. 15, situat pe str. Pușkin, unde sunt repartizați elevi ai Colegiului în limita locurilor disponibile;
- Centrul de Excelență în Viticultură și Vinificație din Chișinău, amplasat pe str. Grățiești 1, or. Stăuceni, care oferă spații de cazare în baza parteneriatului instituțional.

Prin aceste parteneriate, Colegiul asigură elevilor:

- acces la condiții de trai sigure și regulamentare;
- sprijin informațional și administrativ în procesul de repartizare în cămine;
- monitorizarea respectării drepturilor și a condițiilor de cazare ale elevilor.

Cantina studențească este plasată pe teritoriul Colegiului și are capacitatea de 150 de locuri, cu o suprafață de 280 m2, unde se asigură meniuri variate, echilibrate nutrițional și adaptate cerințelor unei diete sănătoase.

Instituția promovează obiceiuri alimentare corecte și, în măsura posibilului, susține programe cu parteneri locali pentru acces la produse proaspete și de calitate.

În colaborare cu furnizorii externi de servicii alimentare, se urmărește respectarea normelor sanitare, precum și oferta unor prețuri accesibile pentru elevi.

⇒ Servicii medicale:

În sediul colegiului există în permanență un asistent medical care se ocupă de toate aspectele de ordin medical iar elevii beneficiază de aceste servicii medicale. Scopul asistentei medicale este de a promova bunăstarea fizică și psihică a elevilor. Deasemenea, asistenta medicală în fiecare an încheie contracte cu medicii de familie din cadrul CMF.

✓ Servicii pentru elevii cu cerințe educaționale speciale

✓ Asigurarea socială

⇒ Programe și proiecte în care este implicată instituția

Nr.o.	Denumire proiect	Perioada	Detalii
1.	Proiectul „ <i>Digitalizarea și dezvoltarea Învățământului Profesional Tehnic dual în pedagogie</i> ”	15 iulie 2021-30 iunie 2022	Desfășurat cu suportul proiectului „Promovarea învățământului profesional tehnic pentru o Economie Verde” implementat de Agenția de Cooperare Internațională a Germaniei (GIZ) în cadrul cooperării germane și co-finanțat de Agenția de Cooperare și Dezvoltare a Elveției. În cadrul au fost realizate următoarele acțiuni: - Un program de instruire privind utilizarea platformelor educaționale în procesul de predare-învățare-evaluare a 60 de cadre didactice din sistemul de educație timpurie; - 30 de filme educaționale plasate pe pagina de youtube a Colegiului: https://bit.ly/3OlpRPk - 2 programe duale specialitatea Educație Timpurie, calificările: Educator și Asistent al Educatorului; - Un ghid methodologic: “Utilizarea platformelor educaționale în procesul de predare-învățare-evaluare”. Versiunea în română https://bit.ly/3Obd5Dm Versiunea în rusă https://bit.ly/3OhKZpJ
2.	Proiectul „ <i>Dezvoltarea abilităților de viață și a comportamentelor sănătoase în rândul</i> ”	2020 -2022	realizat cu suportul Austrian Development Cooperation, UNFPA, MECC

	<i>elevilor din învățământul profesional tehnic pentru o mai bună pregătire de angajare în câmpul muncii”</i>		
3.	Proiect SHIFT EDU „Competențe digitale pentru angajare în economia modernă”	2019-2021	Realizat cu suportul Austrian Development Cooperation
4.	Proiectul ÎNVĂȚĂMÂNTUL SUPERIOR DIN MOLDOVA, Subproiect: PROGRAM DE ASIGURARE A CALITĂȚII ÎN ÎNVĂȚĂMÂNTUL PEDAGOGIC (PACÎP) Implementat în Colegiul „Alexei Mateevici” din Chișinău prin Acordul de subfinanțare nr. MD-MOED-6542-ASF-C-01	24 octombrie 2022	Proiectul a fost implementat cu suportul Ministerului Educației și Cercetării al Republicii Moldova și a Băncii Mondiale. În urma acestui proiect au fost realizate: Un spațiu educațional deschis multifuncțional (Open Spation Education); Aleia huburilor educaționale (6 laboratoare) dotate cu mobilă, echipament IT și materiale didactice; 5 programe de instruire la care au participat profesori și elevi; 22 suporturi de curs cu unități de curs digitalizate; Promovarea imaginii Colegiului „Alexei Mateevici” în 3 tabere de vară, la care au participat 270 de copii din țară; Procurate instrumente TIC: 12 display, 44 stații de lucru, 15 calculatoare AIO, 44 laptop-uri, 25 tablete, 20 Zspace, 15 tablete grafice, 41 ochelari virtuali, 1 pupitru, 3 sisteme videoconferințe, 2 printere 3D, 6 multifuncționale, 1 multifuncțional A3, 1 plotter, 20 căști funcție noise, 5 video proiectoare, 2 laboratoare virtuale...
5.	Proiectul „Dezvoltarea culturii utilizării datelor statistice în sistemul asistenței sociale” implementat cu suportul Proiectului Global Date pentru Impact (D4I) și Misiunea Agenției Statelor Unite pentru Dezvoltare Internațională în Republica Moldova	2023-2024	Proiectul a avut un impact semnificativ asupra cadrelor didactice și studenților, facilitând integrarea și utilizarea datelor statistice în procesele educaționale și de asistență socială. Acțiuni: Dezvoltarea unui curriculum, materialelor educaționale și a cursului Organizarea și analiza datelor statistice, cu 15 lecții digitale, pe platforma epedagogie.md. Prin această inițiativă, colegiul nostru a contribuit la formarea unei generații de specialiști capabili să utilizeze datele în luarea deciziilor informate, îmbunătățind astfel calitatea serviciilor sociale oferite.
6.	Pilotare a Programului „Bugetarea Participativă în Școli” finanțat de Promo-LEX cu suportul	2023-2024	Bugetarea Participativă în Școli este o metodă de implicare a elevilor în procesul de luare a deciziilor democratice care dezvoltă înțelegerea bugetelor școlare și

	financiar al Agenției Statelor Unite pentru Dezvoltare Internațională (USAID Moldova), în colaborare cu Ministerul Educației și Cercetării al Republicii Moldova și CICDE – Centrul de Instruire Continuă în Domeniul Electoral.		repartizarea unei părți din bugetul școlar pentru problemele identificate de către elevi în propria instituție, contribuie la dezvoltarea liderismului la elevi și îi ajută să învețe democrația și implicarea civică.
7.	Proiectul <i>„Ofertarea de servicii de consiliere și ghidare în carieră pentru elevii din clasele gimnaziale în cadrul taberelor de vară, cu scopul de a îmbunătăți dezvoltarea personală a acestora și de a-i ajuta să ia decizii informate cu privire la parcursul lor educațional și profesional”</i>	1. Aprilie 2024 – decembrie 2024 2. Iunie 2025 – octombrie 2025	Implementat de Colegiul „Alexei Mateevici” din Chișinău cu susținerea Ministerului Educației și Cercetării al Republicii Moldova. Această activitate are loc cu sprijinul proiectului „Întreprinderi și Comune Puternice pentru Moldova”, finanțat de Ministerul German pentru Cooperare Economică și Dezvoltare (BMZ) și Guvernul Elveției, implementat de Agenția de Cooperare Internațională a Germaniei (GIZ).
8.	Proiectul <i>„INSPIRE”</i> (Inițiativa pentru dezvoltarea infrastructurii publice durabile prin renovări pentru eficiență energetică)	Acord semnat în data de 18 septembrie 2025	Proiectul are ca scop renovarea energetică a 30 de clădiri publice din sectoarele sănătății și învățământului superior și mediu de specialitate, în special spitale regionale/districtuale, universități și instituții de formare profesională, inclusiv cămine. Proiectul este structurat în două componente: 1. O componentă de investiții fizice pentru renovarea clădirilor publice și 2. O componentă de asistență tehnică, care va fi realizată de un consultant pentru implementarea proiectului, ce va oferi sprijin UCIPE pentru finalizarea cu succes a proiectului precum și suport instituțional menit să maximizeze și să asigure sustenabilitatea impactului Proiectului pe termen lung. La 25 martie 2025 a fost încheiat Acordul de Grant și proiect între Republica Moldova reprezentată de Ministerul Energiei și Agenția Franceză de Dezvoltare prin care pune la dispoziția RM suma de 30000000 EUR pentru finanțarea măsurilor de eficiență energetică în clădirile publice din sectorul învățământului superior și sănătății din mai multe orașe din Republica Moldova.

9.	Proiect de grant „Apă curată, fără plastic”	Perioadă de implementare: august 2024-ianuarie	Proiectul este relevant într-un context educațional care dorește să adopte practici sustenabile și să educe elevii în spirit ecologic. Comunitatea școlară va beneficia direct de acces la apă potabilă sigură, iar indirect, va contribui la reducerea poluării locale și la formarea unei culturi a responsabilității față de mediu. Reducerea consumului de plastic de unică folosință și promovarea unui comportament sustenabil prin asigurarea accesului permanent la apă potabilă în colegiu. Proiectul propus vine cu o soluție practică și fezabilă: achiziționarea și instalarea stațiilor moderne de apă potabilă, dotată cu sistem de filtrare și răcire, care să ofere permanent apă sigură, rece și de calitate. Acest echipament va fi amplasat într-o zonă accesibilă tuturor elevilor (de exemplu cantină) și una mai mică în punctul medical iar costurile de întreținere vor fi reduse. În paralel, vor fi distribuite sticle reutilizabile personalizate pentru elevi și va fi desfășurată o campanie de informare și educare privind consumul responsabil de apă și reducerea plasticului.
----	---	--	--

⇒ Informație cu privire la programe de mobilitate

Conform rigorilor din cadrul *Regulamentului intern privind organizarea mobilității academice a elevilor și cadrelor didactice*, atât elevii, cât și cadrele didactice au dreptul să se implice și să participe în programe compacte de mobilitate la nivel național și internațional.

Mobilitatea este organizată la inițiativa elevilor din instituția de învățământ profesional tehnic, în scopul perfecționării procesului de formare în conformitate cu traseul educațional ales. Este posibilă mobilitatea elevilor în cadrul instituției de învățământ între domenii/specialități înrudite, cu respectarea reglementărilor specifice, existente la nivel de instituție de învățământ, fără a fi afectate formațiunile de studii.

⇒ Ajutor financiar pentru elevi:

Ajutor financiar sub formă de burse sociale este acordat elevilor care au o situație financiară sau socială precară, tipic celor din familii în care venitul nu depășește salariul minim pe economie.

În general, la acordarea burselor sociale au prioritate studenții cu dizabilități (dosar medical) și cu situație materială precară, cei care provin din centrele de plasament, cei care provin din familii cu 3 și mai mulți copii minori sau cei cu unul sau ambii părinți decedați.

⇒ Facilități de studiu:

Facilitățile oferite studenților sunt:

FACILITATEA	OBSERVAȚII
Facilități financiare	⇒ Burse de studiu - se acordă BURSĂ de studiu în funcție de media de admitere (concurs de dosare), în urma încheierii contractului de școlarizare cu colegiul. Pe lângă bursele de studiu se mai acordă și burse de merit în funcție de performanțele demonstrate pe parcursului anilor de studii; ⇒ Burse sociale;
Proces de învățare modern	⇒ Activitatea didactică se desfășoară în sistem modular – <i>contact direct și studiu individual</i> care urmărește pregătirea corespunzătoare a elevilor; ⇒ Cadrele didactice folosesc resursele noilor tehnologii (ex. e-mail, bibliografie, resurse în format electronic și dialog cu studenții), și materiale auxiliare: tablă, video-proiector; ⇒ Cadrele didactice au ore (program) de permanență (consultație) la dispoziția elevilor și personalizează îndrumarea (întâlnirea) la cererea elevului; ⇒ Acces nelimitat la bibliotecă, sală de lectură, Internet; ⇒ Serviciu împrumut la domiciliu; ⇒ Posibilitatea organizării unor activități culturale, mese rotunde, seminarii.
Baza sportive	⇒ Sala de sport, teren sportiv, sala de ritmică și două vestiare auxiliare.
Baza academică	⇒ Colegiul dispune de 2 blocuri de studii, 7 săli de clasă renovate și dotate cu mobilier nou, materiale didactice și echipamente digitale de ultimă generație, unele dintre care sunt unice în Republica Moldova, 17 laboratoare muzicale pentru lucru individual, 1 sală de festivități, 1 sală de ședințe, laborator de chimie, istorie, biologie, 1 cabinet metodic, laborator pentru clasa corală. ⇒ În ultimii ani s-a efectuat modernizarea bazei materiale a instituției cu : calculatoare și laptopuri pentru cadre didactice și elevi ; table interactive și panouri digitale ; videoproiectoare și ecrane de proiecție ; conexiune internet de mare viteză și rețea internă (Wi-Fi) ; platforme educaționale digitale și software licențiat ; sisteme VR pentru simulări educaționale (achiziționate prin proiectul Băncii Mondiale) ; imprimante multifuncționale, scanere și echipamente periferice; sisteme audio-video pentru prezentări și instruire.

--	--

⇒ **Secții sportive:**

Elevii au posibilitatea de a beneficia de serviciile sportive încadrându-se activ în cadrul cercurilor sportive (baschet/volei/fitness) desfășurate în instituție.

⇒ **Activități extracurriculare și agrement:**

În cadrul Colegiului „Alexei Mateevici”, Chișinău sunt desfășurate o serie de activități extracurriculare: concursuri, olimpiade, competiții, festivaluri, seminare, ore demonstrative, acțiuni de caritate, mese rotunde, întâlniri cu personalități care fac parte din segmentul educațional.

În instituție se desfășoară o gamă largă de activități extracurriculare, conform specificului disciplinar, precum:

DENUMIREA CERCURILOR	
○ EuroClub ○ Ansamblul vocal „Gaudeamus” ○ Ansamblu Folcloric „Mlădițele” ○ Canto „Tinere Talente”	○ Revista ICAM ○ Clubul sănătăți ○ Job Club

În cadrul Colegiului „Alexei Mateevici” din Chișinău, activitatea extrașcolară constituie o componentă strategică a procesului educațional, asigurând transferul eficient al cunoștințelor și competențelor dobândite de elevi în cadrul curriculumului formal către situații concrete de aplicare practică. Prin diversitatea activităților educative, culturale, artistice, sportive și comunitare, elevii își consolidează deprinderile practice, își dezvoltă spiritul de inițiativă și capacitatea de implicare activă în viața socială și profesională.

Activitățile extrașcolare sunt orientate spre valorificarea aptitudinilor individuale ale elevilor, stimularea creativității, formarea responsabilității civice și dezvoltarea competențelor sociale și emoționale. Acestea contribuie la realizarea unei educații armonioase și multilaterale, la consolidarea culturii generale și la formarea unei personalități autonome, adaptabile și orientate spre performanță.

Prin implicarea constantă a elevilor în proiecte educaționale, parteneriate comunitare, activități de voluntariat, concursuri și evenimente culturale, Colegiul „Alexei Mateevici” promovează excelența educațională, incluziunea, spiritul de echipă și respectul față de valorile autentice, sprijinind integrarea socio-profesională de succes a absolvenților și dezvoltarea durabilă a comunității.

⇒ **Asociații ale elevilor:**

În cadrul Colegiului „Alexei Mateevici” funcționează Asociația **Consiliul Elevilor**, structură reprezentativă a beneficiarilor direcți ai educației, cu rol activ în viața instituțională.

Consiliul Elevilor constituie un factor esențial al democratizării relațiilor dintre elevi și cadrele didactice, oferind un cadru organizat pentru exprimarea opiniilor, alegerea reprezentanților și formularea propunerilor orientate spre îmbunătățirea calității vieții școlare și a climatului educațional. Prin implicarea activă în procesele decizionale consultative, elevii își dezvoltă competențele civice, spiritul de responsabilitate și capacitatea de leadership.

Modalitatea de funcționare și eficiența activităților Consiliului Elevilor sunt determinate de cultura organizațională a colegiului, de nivelul de comunicare instituțională și de gradul de cooperare dintre elevi, cadre didactice și management, contribuind la consolidarea unui mediu educațional participativ, transparent și orientat spre dezvoltare durabilă.

