

FIȘA DISCIPLINEI
1. Date despre program

1.1. Instituția de învățământ superior	UNIVERSITATEA de Vest din Timișoara
1.2 Facultatea / Departamentul	FACULTATEA Sociologie și Psihologie
1.3 Catedra	DEPARTAMENTUL Științe ale Educației
1.4 Domeniul de studii	Științe ale educației
1.5 Ciclul de studii	Licență
1.6 Programul de studii / Calificarea	Psihopedagogie specială / Profesor pentru elevi cu nevoi speciale - COD ESCO 2352.1 Profesori pentru elevi cu aptitudini și performanțe excepționale - COD ESCO 2352.2 Psiholog în specializarea psihopedagogie specială - COD ESCO 2634.2 Logoped – COD ESCO 2266.2

2. Date despre disciplină

2.1 Denumirea disciplinei	TEORII, METODE ȘI TEHNICI DE ÎNVĂȚARE						
2.2 Titularul activităților de curs	Conf. univ.dr. Claudia Borca						
2.3 Titularul activităților de seminar							
2.4 Anul de studiu	I	2.5 Semestrul	I	2.6 Tipul de evaluare	E	2.7 Regimul disciplinei	DS

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

3.1 Număr de ore pe săptămână	1	din care: 3.2 curs	1	3.3 seminar/laborator	1
3.4 Total ore din planul de învățământ	28	din care: 3.5 curs	14	3.6 seminar/laborator	14
Distribuția fondului de timp:					47 ore
Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe					15
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate / pe teren					15
Pregătire seminarii / laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri					10
Tutoriat					5
Examinări					2
Alte activități.....					
3.7 Total ore studiu individual	47				
3.8 Total ore pe semestru	75				
3.9 Numărul de credite	3				

4. Precondiții (acolo unde este cazul)

4.1 de curriculum	
4.2 de competențe	

5. Condiții (acolo unde este cazul)

5.1 de desfășurare a seminarului/laboratorului	<p>Resursele de învățare, resursele bibliografice suplimentare în format digital vor fi încărcate pe Classroom înaintea fiecărui curs / seminar.</p> <p>De asemenea, tot pe Google Classroom, la codul indicat, va avea loc comunicarea permanentă cu studenții, asignarea sarcinilor de seminar, feedbackul în urma evaluării diferitelor sarcini etc.</p>
--	---

6. Obiectivele disciplinei - rezultate așteptate ale învățării la formarea cărora contribuie parcurgerea și promovarea disciplinei

Cunoștințe	Studentul va putea evalua critic noile teorii și practici din domeniul educației.
Abilități	<p>Studentul va putea utiliza eficient noi medii de învățare bazate pe tehnologie, inclusiv platforme de învățare sau realitate virtuală.</p> <p>Studentul va putea adapta conținuturi de învățare la noi medii de învățare.</p> <p>Studentul va asigura disponibilitatea materialelor în spațiul de învățare.</p> <p>Studentul va putea operaționaliza învățarea în rezultate specifice ale învățării.</p> <p>Studentul va putea derula programe individualizate de învățare bazate pe activități individuale adaptate.</p> <p>Studentul va putea concepe un plan de învățare personalizat în funcție de caracteristicile elevului.</p> <p>Studentul va putea aplica metode de identificare a nivelului aptitudinal al elevilor.</p> <p>Studentul va putea adapta activitatea de învățare a elevului la obiectivele programei școlare și reglementările în vigoare.</p>
Responsabilitate și autonomie	<p>Studentul va arăta respect pentru diversitate în proiectarea și derularea activităților didactice.</p> <p>Studentul va promova activ un climat bazat pe încredere și colaborare.</p> <p>Studentul va proteja demnitatea elevului în orice situație de feedback.</p> <p>Studentul va folosi responsabil resursele mediilor virtuale de învățare.</p>

7. Conținuturi

7.1 Curs	Metode de predare	Observații / conținuturi
<i>Curs introductiv: prezentarea Fișei disciplinei: obiective, tematică, modalități de organizare, forme și criterii de evaluare.</i> ½ ore <i>Mituri despre învățare ½ ore</i>	Expunerea Conversația	
Învățarea umană – abordări contemporane	Expunerea Dezbaterea	
Structura și procesualitatea învățării umane	Expunerea, conversația euristică, problematizarea	Tipuri și forme de învățare. Teorii ale învățării
Stiluri de gândire și stiluri de învățare	Expunerea, conversația euristică, problematizarea	Stilul de gândire: progresist, ierarhic, global, intern, executiv, conservator etc. Stilurile de învățare: acomodator, asimilator, divergent etc.
Învățarea transformatoare	Studiul de caz. Problematizarea. Exercițiul.	Învățarea transformativă și învățarea transformatoare. Teoria învățării transformatoare. Învățarea decontextualizată. Pedagogia critică. Cunoașterea la vârsta adultă.
Învățarea prin expansiune	Prelegerea Studiul de caz. Problematizarea. Exercițiul.	Învățarea bazată pe teoria activității
Pragmatismul	Studiul de caz. Problematizarea. Exercițiul.	Experiența. Învățarea experiențială după David Kolb Tranzacția și gândirea
Ciclurile vieții și ciclurile învățării	Expunerea, conversația euristică, problematizarea	

7.2 Seminar	Metode de predare	Observații / conținuturi
Cum învăț? De ce învăț? Motivația învățării? Condițiile învățării? Stilurile de învățare	Studiul de caz. Problematizarea. Exercițiul.	Analiză SWOT- Eu ca student Întrebări de autoevaluare pentru managementul resurselor de studiu Chestionarul auto-reglării formative în învățare Chestionarul abilităților de învățare independentă Stiluri de învățare - Modelul VAK Modelul VAK/VARK al lui Neil Fleming Modelul lui D. Kolb

		<p>Diagnoza stilului de învățare</p> <p>Diagnoza strategiei proprii de învățare</p> <p>Jurnalul reflexiv</p>
Facilitarea comunicării și a lucrului în grup. Autocunoașterea	<p>Studiul de caz.</p> <p>Problematizarea.</p> <p>Exercițiul.</p>	<p>Comunicarea de succes</p> <p>Feedback-ul în învățare</p> <p>Lucrul în grup</p> <p>Metode de lucru în grup</p>
Autocunoașterea Stimularea motivației și angajamentului academic	<p>Studiul de caz.</p> <p>Problematizarea.</p> <p>Exercițiul.</p>	<p>Metode de autocunoaștere și dezvoltare a stimei de sine (Copacul personalității, Frumusețea interioară, Explorează-ți interesele, Cunoaște-ți aptitudinile, Harta inimii etc.)</p> <p>Motivația pentru învățare</p> <p>Angajamentul academic</p> <p>Relația dintre motivație și angajament– învățarea de profunzime învățarea de suprafață</p>
Managementul timpului și al stresului Cum îmi organizez timpul? Oare de ce ne stresăm? Cum putem scăpa de stres?	<p>Studiul de caz.</p> <p>Problematizarea.</p> <p>Exercițiul.</p>	<p>Strategii de management al timpului</p> <p>Orarul zilei</p> <p>Matricea Eisenhower – matricea managementului timpului etc.</p> <p>Strategii de management al stresului</p> <p>Cu să am grijă de mine?</p> <p>Facem față anxietății</p> <p>Răspunsul la stres etc.</p>
Învățarea eficientă	<p>Studiul de caz.</p> <p>Problematizarea.</p> <p>Exercițiul.</p>	<p>Ce este învățarea, caracteristicile unei învățări eficiente, factorii care influențează învățarea academică. Fazele învățării eficiente. Stabilirea obiectivelor învățării. Faza de pregătire a învățării. Tehnici de învățare eficientă în mediul academic. Managementul spațiului. Realizarea propriu-zisă a învățării. Mnemotehnicile. Hărțile conceptuale.</p>
Training de învățare metacognitivă	<p>Studiul de caz.</p> <p>Problematizarea.</p> <p>Exercițiul.</p>	<p>Învățarea autoreglată. Învățare și transfer.</p> <p>Învățarea autodeterminată. Reglare emoțională.</p> <p>Strategii metacognitive de învățare.</p>
Planul de învățare	<p>Studiul de caz.</p> <p>Problematizarea.</p> <p>Exercițiul.</p>	<p>Proiectarea unui Plan de învățare.</p>

BIBLIOGRAFIE

- Bernat, S., E. (2003). *Tehnica învățării eficiente*. Cluj-Napoca: Editura Presa Universitară Clujeană.
- Dumitru, I. Al. (2000). *Dezvoltarea gândirii critice și învățarea eficientă*. Timișoara: Editura Universității de Vest.
- Glava, A. (2009). *Metacogniția și optimizarea învățării. Aplicații în învățământul superior*. Cluj-Napoca: Casa Cărții de Știință.
- Illeris, K. (coord.) (2014). *Teorii contemporane ale învățării. Autori de referință*. București: Editura Trei.
- Mih. V. (2010). *Psihologie educațională*. Cluj-Napoca: Editura ASCR.

- Neacșu, I., (2015). *Metode și tehnici de învățare eficientă. Fundamente și practici de succes*. Iași: Polirom.
- Paloș, R. (2012). *Teorii ale învățării și implicațiile lor educaționale*. Timișoara: Editura Universității de Vest.
- Paloș, R., Sava, S., Ungureanu, D. (2007). *Educația adulților. Baze teoretice și repere practice*. Iași: Polirom.
- Sălăvăstru, D. (2009). *Psihologia învățării. Teorii și aplicații educaționale*. Iași: Polirom.
- Petty, G. (2004). *Teaching today: A practical guide*. Nelson Thornes.
- Greenberg, J.S., (2006). *Your Personal Stress Profile And Activity Whorkbook*. New York:McGraw-Hill.

WEBOGRAFIE

- Bransford, J. D., Brown, A. L. & Cocking, R. R. (2000). *How People Learn. Brain, Mind, Experience, and School*. Washington, D.C.: National Academy Press.
- Gaumer-Erikson, A.S., Soukup, J.H., Noonan, P.M., & McGurn, L. (2018). Self-Regulation formative questionnaire technical report. Retrieved from <http://www.researchcollaboration.org/uploads/SelfRegulationQuestionnaireINFo.pff>.
- Boyatzis, R. & Kolb, D. A. (1995). From Learning Styles to Learning Skills. The Executive Skills Profile. *Journal of Managerial Psychology*, 10(5): 3-17.
- Cheon, S. H., Reeve, J., & Ntoumanis, N. (2018). A needs-supportive intervention to help PE teachers enhance students' prosocial behavior and diminish antisocial behavior. *Psychology of Sport and Exercise*, 35, 74-88.
- Martin, A. J. (2008). Enhancing student motivation and engagement: The effects of a multidimensional intervention. *Contemporary educational psychology*, 33(2), 239-269.
- Cromley, C. (2000). Learning to Think, Learning to Learn: What The Science Of Thinking And Learning Has To Offer Adult Education. Washington, D.C.: National Institute for Literacy (NIFL) disponibil la http://literacynet.org/lincs/resources/cromley_report.pdf accesat în 10.09.2020
- Hedin, B. & Kann, V. (2016). Improving Study Skills using Program Integrating Reflection Seminars. Disponibil la <https://arxiv.org/ftp/arxiv/papers/1608/1608.00633.pdf> accesat în 10.02.2018
- Index of Learning Styles Questionnaire disponibil la <https://www.engr.ncsu.edu/learningstyles/ilsweb.html> accesat în 10.09.2020
- The Learning Guide. Cardiff Centre for Lifelong Learning Canolfan Caerdydd ar gyfer Addysg Gydol Oes https://www.cardiff.ac.uk/_data/assets/pdf_file/0008/749492/The-learning-guide-for-Continuing-and-Professional-Development.pdf accesat in 15.09.2020
- O' Donoghue, R. (2006). *Study Skills: Managing Your Learning. A Guide for Students in Higher Education*. Disponibil la https://nanopdf.com/download/study-skills-managing-your-learning_pdf accesat in 15.09.2020
- *Study Skills and Time Management Ideas to Help you Become a Stronger Student*. disponibil la <http://nhs.needham.k12.ma.us/guidance/documents/Study-Skills.pdf> accesat în 15.09.2020
- *What's Your Learning Style?* disponibil la <http://www.educationplanner.org/students/self-assessments/learning-styles-quiz.shtml> accesat în 10.09.2020
- *Learning styles inventory*. disponibil la <https://www.learning-styles-online.com/inventory/> accesat în 10.09.2020
- *Which Study Habits Can You Improve?* disponibil la <http://www.educationplanner.org/students/self-assessments/improving-study-habits.shtml> accesat în 10.09.2020

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

9. Evaluare

Tip activitate	9.1 Criterii de evaluare	9.2 Metode de evaluare	9.3 Pondere din nota finală
9.4 Curs	Cunoașterea noțiunilor de specialitate	Examen scris tip grilă	70%
9.5 Seminar / laborator	Planul propriu de învățare (sarcina individuală)	Proiect	30%
9.6 Standard minim de performanță			
Atingerea a 50% din cerințele pentru curs și pentru seminar Audiagnoza stilului de învățare (sarcina individuală)			

Data completării:
16.09.2025

Semnătura titularului de curs:
Conf. univ. dr. Claudia Borca

Data avizării în departament:
17.09.2025

Semnătura directorului de departament:
Conf. univ. dr. Claudia Borca