

FIȘA DISCIPLINEI

Educația pentru sănătate a copiilor și adolescenților/ Gyermekes és serdülők egészségügyi nevelése, gyakorlat és módszertan

Anul universitar 2025-2026

1. Date despre program

1.1. Instituția de învățământ superior	Universitatea Babeș-Bolyai
1.2. Facultatea	Facultatea de Psihologie și Științele Educației
1.3. Departamentul	Departamentul pentru Pregătirea Personalului Didactic
1.4. Domeniul de studii	Științele educației
1.5. Ciclul de studii	Nivel II - Master
1.6. Programul de studii / Calificarea	Formarea psihopedagogică în vederea certificării competențelor pentru profesia didactică
1.7. Forma de învățământ	Cu frecvență

2. Date despre disciplină

2.1. Denumirea disciplinei	<i>Educația pentru sănătate a copiilor și adolescenților</i>	Codul disciplinei	XND1203
2.2. Titularul activităților de curs	Terza Balázs		
2.3. Titularul activităților de seminar	Terza Balázs		
2.4. Anul de studiu	1	2.5. Semestrul	2
		2.6. Tipul de evaluare	Examen
2.7. Regimul disciplinei	Obligatoriu	2.8. Tipul disciplinei	Disciplină de specializare (DS)

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

3.1. Număr de ore pe săptămână	3	din care: 3.2. curs	1	3.3. seminar/ laborator/ proiect	2
3.4. Total ore din planul de învățământ	42	din care: 3.5. curs	14	3.6 seminar/laborator	28
Distribuția fondului de timp pentru studiul individual (SI) și activități de autoinstruire (AI)					ore
Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe (AI)					31
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren					28
Pregătire seminare/ laboratoare/ proiecte, teme, referate, portofolii și eseuri					15
Tutoriat (consiliere profesională)					5
Examinări					2
Alte activități					2
3.7. Total ore studiu individual (SI) și activități de autoinstruire (AI)				83	
3.8. Total ore pe semestru				125	
3.9. Numărul de credite				5	

4. Precondiții (acolo unde este cazul)

4.1. de curriculum	
4.2. de competențe	

5. Condiții (acolo unde este cazul)

5.1. de desfășurare a cursului	
5.2. de desfășurare a seminarului/ laboratorului	

6.1. Competențele dobândite în urma absolvirii programului de studii (se preiau din planul de învățământ)¹

¹ Se vor prelua din Planul de învățământ al programului de studii acele competențe profesionale și/sau transversale la dezvoltarea cărora contribuie disciplina pentru care se elaborează fișa disciplinei. Pentru fiecare competență se va prelua întregul enunț, inclusiv codul competenței, cu formularea care apare în planul de

Competențe profesionale	
Codul competenței	Competență
CP1	Analiza și diagnosticarea nevoilor educaționale și psihosociale ale elevilor
CP2	Proiectarea și implementarea programelor educaționale
CP3	Utilizarea tehnicilor de comunicare și relaționare în activități educaționale
Competențe transversale	
Codul competenței	Competență
CT4	Lucrul eficient în echipe multidisciplinare
CT5	Dezvoltarea profesională continuă și adaptarea la contexte educaționale diverse

6.2. Rezultatele învățării specifice programului de studii (se preiau din planul de învățământ)²

Rezultatele învățării vizate prin disciplină		
Codul competenței	Cunoștințe și înțelegere (Knowledge and understanding)	Abilități academice specifice (Specific academic skills)
CP1	1. Explică principiile, modelele teoretice și instrumentele utilizate în evaluarea educațională și psihosocială a elevilor.	1. Realizează analize de caz și interpretează date obținute prin metode de evaluare (chestionare, interviuri, observație), formulând concluzii argumentate științific.
CP2	2. Descrie strategiile, modelele de intervenție și etapele de proiectare a programelor educaționale.	2. Elaborează și justifică un plan de intervenție educațională bazat pe evidențe, adaptat nevoilor identificate ale elevilor sau grupurilor-țintă.
CP3	3. Identifică și explică tehnicile de comunicare empatică, ascultare activă și gestionare a relațiilor în contexte educaționale.	3. Aplică tehnici de comunicare profesională în simulări educaționale, demonstrând capacitatea de a oferi feedback constructiv și de a gestiona situații sensibile.
CT4	4. Explică rolurile și responsabilitățile diferiților specialiști implicați în sprijinul educațional al elevilor.	4. Coordonează sau participă la activități colaborative, integrând perspective interdisciplinare în analiza unor situații educaționale complexe.
CT5	5. Analizează critic teorii, cercetări și bune practici din domeniul educațional pentru a fundamenta decizii profesionale.	5. Elaborează reflecții profesionale, portofolii sau studii de caz care demonstrează capacitatea de autoevaluare și adaptare la diversitatea educațională.

7. Rezultatele învățării specifice disciplinei

Cunoștințe și înțelegere (Knowledge and understanding)
1. Înțelegerea conceptelor fundamentale ale educației pentru sănătate și a rolului acesteia în dezvoltarea copilului și adolescentului.
2. Înțelegerea modelului biopsihosocial al sănătății și a aplicabilității acestuia în contexte educaționale.
3. Cunoașterea particularităților dezvoltării fizice, psihice și sociale specifice copilăriei și adolescenței.
4. Înțelegerea procesului de formare a comportamentului de sănătate și a factorilor care îl influențează.

învățământ, fără modificări. Dacă nu se preia nici o competență din oricare din cele două categorii, se șterge linia din tabel aferentă acelei categorii.

² Se menționează rezultatele învățării specifice programului de studiu la dezvoltarea cărora contribuie disciplina pentru care se elaborează fișa. Enunțurile, preluate fără modificări din Planul de învățământ în funcție de tipul disciplinei (DF/DS/DC) se trec în dreptul competenței asociate.

5. Cunoașterea principiilor de bază ale promovării sănătății și prevenirii problemelor de sănătate în mediul educațional.
Abilități academice specifice (Specific academic skills)
1. Aplicarea metodelor și strategiilor de educație pentru sănătate adaptate vârstei și contextului educațional.
2. Analizarea critică a situațiilor și problemelor legate de sănătatea copiilor și adolescenților.
3. Elaborarea unor activități și programe de educație pentru sănătate cu caracter preventiv.
4. Utilizarea tehnicilor de comunicare adecvate în abordarea temelor sensibile de sănătate.
5. Dezvoltarea capacității de colaborare cu părinți, cadre didactice și alți specialiști în domeniul sănătății și educației.

8. Conținuturi

8.1 Curs	Metode de predare - învățare	Observații ³
1. Conceptul, obiectivele și importanța educației pentru sănătate în copilărie și adolescență	Prezentare, discuții	
2. Aplicarea modelului biopsihosocial al sănătății în educație	Prezentare, discuții	
3. Particularități ale dezvoltării copilului și adolescentului din perspectiva educației pentru sănătate	Prezentare, discuții	
4. Formarea comportamentului de sănătate și factorii care îl influențează	Prezentare, discuții	
5. Obiceiuri alimentare și educația nutrițională în copilărie și adolescență	Prezentare, discuții	
6. Activitatea fizică, mișcarea și prevenirea stilului de viață sedentar	Prezentare, discuții	
7. Promovarea și protejarea sănătății mintale în copilărie și adolescență	Prezentare, discuții	
8. Stresul, anxietatea și dezvoltarea strategiilor de coping	Prezentare, discuții	
9. Prevenirea dependențelor (fumat, alcool, droguri) în rândul copiilor și adolescenților	Prezentare, discuții	
10. Educația pentru sănătatea sexuală și informarea adaptată vârstei	Prezentare, discuții	
11. Consecințele asupra sănătății ale violenței, bullying-ului și cyberbullying-ului	Prezentare, discuții	
12. Tehnici de comunicare în abordarea temelor sensibile de sănătate	Prezentare, discuții	
13. Cooperarea dintre părinți, cadre didactice și specialiști în educația pentru sănătate	Prezentare, discuții	
14. Sinteză, integrare și reflecție asupra educației pentru sănătate	Prezentare, discuții	

Bibliografie

Sarafino, E. P., & Smith, T. W. (2017). Health psychology : biopsychosocial interactions (9th ed.). John Wiley & Sons Inc.

Maddi, S. R. (2013). Hardiness: turning stressful circumstances into resilient growth. Springer; Dordrecht.

Korin, M. R. (Ed.). (2016). Health promotion for children and adolescents (pp. viii+ -397). Springer.

Rosalyn, H., Shute, S., & Slee, P. T. (2016). Mental health and wellbeing through schools: The way forward. Routledge.

³ De exemplu aspecte organizatorice, recomandări pentru studenți, aspecte specifice legate de curs/seminar cum ar fi invitarea unor practicieni în domeniu etc.

Neumark-Sztainer, Dianne. I'm, like, SO fat!: helping your teen make healthy choices about eating and exercise in a weight-obsessed world. Guilford Press, 2005.

Harris, R. H. (2021). It's Perfectly Normal: Changing Bodies, Growing Up, Sex, Gender, and Sexual Health. Candlewick.

Szilágyi, V. (2006). Szexuálpszichológia: tankönyv és dokumentáció. Medicina.

Pekrun, R., & Linnenbrink-Garcia, L. (2014). Introduction to emotions in education. In International handbook of emotions in education (pp. 1-10). Routledge.

Siegler, R. S., DeLoache, J. S., & Eisenberg, N. (2003). How children develop. Macmillan.

Shaffer, D. R. (1996). Developmental psychology: Childhood and adolescence. Thomson Brooks/Cole Publishing Co.

8.2 Seminar / laborator	Metode de predare - învățare	Observații
1. Conceptul, obiectivele și importanța educației pentru sănătate în copilărie și adolescență	Întrebări, brainstorming, muncă în echipă	
2. Aplicarea modelului biopsihosocial al sănătății în educație	Brainstorming, muncă în echipă	
3. Particularități ale dezvoltării copilului și adolescentului din perspectiva educației pentru sănătate	Brainstorming, muncă în echipă	
4. Formarea comportamentului de sănătate și factorii care îl influențează	Brainstorming, muncă în echipă	
5. Obiceiuri alimentare și educația nutrițională în copilărie și adolescență	Brainstorming, muncă în echipă	
6. Activitatea fizică, mișcarea și prevenirea stilului de viață sedentar	Brainstorming, muncă în echipă	
7. Promovarea și protejarea sănătății mintale în copilărie și adolescență	Brainstorming, muncă în echipă	
8. Stresul, anxietatea și dezvoltarea strategiilor de coping	Brainstorming, muncă în echipă	
9. Prevenirea dependențelor (fumat, alcool, droguri) în rândul copiilor și adolescenților	Brainstorming, muncă în echipă	
10. Educația pentru sănătatea sexuală și informarea adaptată vârstei	Brainstorming, muncă în echipă	
11. Consecințele asupra sănătății ale violenței, bullying-ului și cyberbullying-ului	Brainstorming, muncă în echipă	
12. Tehnici de comunicare în abordarea temelor sensibile de sănătate	Brainstorming, muncă în echipă	
13. Cooperarea dintre părinți, cadre didactice și specialiști în educația pentru sănătate	Brainstorming, muncă în echipă	
14. Sinteză, integrare și reflecție asupra educației pentru sănătate	Întrebări, brainstorming, muncă în echipă	

Bibliografie

Sarafino, E. P., & Smith, T. W. (2017). Health psychology : biopsychosocial interactions (9th ed.). John Wiley & Sons Inc.

Maddi, S. R. (2013). Hardiness: turning stressful circumstances into resilient growth. Springer; Dordrecht.

Korin, M. R. (Ed.). (2016). Health promotion for children and adolescents (pp. viii+-397). Springer.

Rosalyn, H., Shute, S., & Slee, P. T. (2016). Mental health and wellbeing through schools: The way forward. Routledge.

Neumark-Sztainer, Dianne. I'm, like, SO fat!: helping your teen make healthy choices about eating and exercise in a weight-obsessed world. Guilford Press, 2005.

Harris, R. H. (2021). It's Perfectly Normal: Changing Bodies, Growing Up, Sex, Gender, and Sexual Health. Candlewick.

Szilágyi, V. (2006). Szexuálpszichológia: tankönyv és dokumentáció. Medicina.

Pekrun, R., & Linnenbrink-Garcia, L. (2014). Introduction to emotions in education. In International handbook of emotions in education (pp. 1-10). Routledge.

Siegler, R. S., DeLoache, J. S., & Eisenberg, N. (2003). How children develop. Macmillan.

Shaffer, D. R. (1996). Developmental psychology: Childhood and adolescence. Thomson Brooks/Cole Publishing Co.

















9. Evaluare

Tip activitate	9.1 Criterii de evaluare ⁴	9.2 Metode de evaluare ⁵	9.3 Pondere din nota finală
9.4 Curs	- cunoasterea si definirea conceptelor de baza - cunoasterea si aplicarea limbajului profesional	Examen	60%
9.5 Seminar/laborator	Temă pe parcursul seminariilor	Proiect	20%
		Activitate seminar	20%
9.6 Standard minim de promovare			
<p>În situația în care studentul nu obține nota minimă de promovare (5,00) la proba de examen prevăzută la punctul 9.4 din fișa disciplinei, evaluarea finală nu este considerată promovată, chiar dacă sunt îndeplinite cerințele menționate la punctul 9.5.</p> <p>Participarea la cursuri, seminare și activități aplicative (laborator, lucrări practice, proiect etc.) este obligatorie. Numărul total al absențelor, motivate sau nemotivate, nu poate depăși 15% (3) din volumul total de ore al disciplinei. Depășirea procentului maxim admis de absențe conduce la neadmiterea studentului la examen.</p> <p>Predarea și susținerea lucrării/lucrărilor scrise prevăzute în cadrul disciplinei sunt obligatorii și constituie condiții cumulative pentru admiterea la examen. Punctajul maxim aferent acestor activități se acordă exclusiv lucrărilor predate în termenul stabilit.</p> <p>Lucrările predate după termenul-limită, care îndeplinesc cerințele minime de promovare, sunt punctate cu 0 (zero) puncte în calculul notei finale, dar asigură admiterea studentului la examen.</p> <p>Activitățile și sarcinile prevăzute pe parcursul semestrului pot fi recuperate și în perioada sesiunii de examene; acestea nu se includ în calculul notei finale, având exclusiv rolul de a asigura dreptul de prezentare la examen.</p> <p>Studenții care solicită susținerea examenului în sesiuni speciale (sesiune de restanțe, sesiune de reexaminare, sesiune deschisă) au obligația de a îndeplini integral toate cerințele disciplinei stabilite pe parcursul semestrului (prezență, activități aplicative, lucrări, proiecte etc.).</p> <p>Orice formă de plagiat, copiere, lucrări identice sau parțial identice, precum și orice formă de colaborare neautorizată, preluare necorespunzătoare sau utilizare de surse fără indicarea acestora constituie fraudă academică și se sancționează conform regulamentelor universitare în vigoare, prin acordarea notei 1,00 (unu).</p>			

⁴ Criteriile de evaluare trebuie să reflecte direct rezultatele învățării vizate la nivel de program de studii, respectiv la nivel de disciplină. Mai concret, se evaluează achizițiile de învățare menționate în rezultatele anticipate ale învățării.

⁵ Se recomandă stabilirea atât a metodelor de evaluare finală, cât și a strategiei de evaluare pe parcurs.

10. Etichete ODD (Obiective de Dezvoltare Durabilă / Sustainable Development Goals)⁶

	Eticheta generală pentru Dezvoltare durabilă							
								
<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
								Nu se aplică nici o etichetă
<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Data completării:

05.12.2025

Semnătura titularului de curs



Semnătura titularului de seminar



Data avizării în departament:

08.12.2025

Semnătura directorului de departament



⁶ Selectați o singură etichetă, cea care, în conformitate cu [Procedura de aplicare a etichetelor ODD în procesul academic](#), se potrivește cel mai bine disciplinei. Dacă disciplina tratează tema dezvoltării durabile la modul general (de ex. prin prezentarea/introducerea cadrului general al dezvoltării durabile etc.) atunci se poate alocă eticheta generală de Dezvoltare Durabilă. Dacă niciuna dintre etichete nu descrie disciplina, selectați ultima opțiune: „Nu se aplică nici o etichetă”.