

FIȘA DISCIPLINEI

Managementul activității intelectuale. Teorii, metode și tehnici de învățare

Anul universitar 2025-2026

1. Date despre program

1.1 Instituția de învățământ superior	Universitatea Babeș-Bolyai Cluj-Napoca
1.2 Facultatea	Facultatea de Psihologie și Științele educației
1.3 Departamentul	Științe ale Educației
1.4 Domeniul de studii	Științe ale Educației
1.5 Ciclul de studii	Licență
1.6 Programul de studiu / Calificarea	Pedagogia învățământului primar și preșcolar Profesor pentru învățământul primar și preșcolar
1.7. Forma de învățământ	Învățământ cu frecvență

2. Date despre disciplină

2.1 Denumirea disciplinei		Managementul activității intelectuale. Teorii, metode și tehnici de învățare				Cod disciplina		PLR3102			
2.2 Titularul activităților de curs				Conf. univ. dr. Adina Elena Glava							
2.3 Titularul activităților de seminar				Conf. univ. dr. Adina Elena Glava							
2.4 Anul de studiu		I	2.5 Semestrul		1	2.6. Tipul de evaluare		E	2.7 Regimul disciplinei		DD

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

3.1 Număr de ore pe săptămână	3	Din care: 3.2 curs	2	3.3 seminar/laborator	1
3.4 Total ore din planul de învățământ	42	Din care: 3.5 curs	28	3.6 seminar/laborator	14
Distribuția fondului de timp pentru studiul individual (SI) și activități de autoinstruire (AI)					ore
3.5.1. Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe (AI)					42
3.5.2. Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren					6
3.5.3. Pregătire seminare/ laboratoare/ proiecte, teme, referate, portofolii și eseuri					6
3.5.4. Tutoriat (consiliere profesională)					2
3.5.5. Examinări					2
3.5.6. Alte activități					
3.7. Total ore studiu individual (SI) și activități de autoinstruire (AI)			58		
3.8. Total ore pe semestru			100		
3.9. Numărul de credite			4		

4. Precondiții (acolo unde este cazul) Nu este cazul.

4.1 de curriculum	☐
4.2 de competențe	☐

5. Condiții (acolo unde este cazul) Nu este cazul.

5.1 De desfășurare a cursului	☐
5.2 De desfășurare a seminarului/laboratorului	☐

6. Competențele specifice acumulate

Competențe profesionale	1. Managementul procesului instructiv-educativ și al activităților specifice acestuia în învățământul primar și preșcolar 1.4. Absolventul realizează managementul resurselor instruirii (valorice, umane, comunicaționale, curriculare, materiale), ținând cont de interinfluențarea lor reciprocă 1.5. Absolventul realizează demersuri de documentare, cyberdocumentare, selectare, prelucrare, adaptare și accesibilizare a conținuturilor curriculare, valorificând paradigmele educaționale actuale (centrarea pe educabil axarea pe competențe, abordarea curriculară, abordarea integrată, activizarea instruirii, diferențierea instruirii, paradigma educației virtuale ș.a.) 1.6. Absolventul aplică și adaptează strategiile didactice la particularitățile clasei de elevi/ grupei de preșcolari (particularități de vârstă și individuale, nivel general de pregătire, cunoștințe și competențe etc.) în vederea personalizării instruirii 2. Managementul clasei de elevi și al grupei de preșcolari 2.2. Absolventul sprijină preșcolarii și școlarii mici în procesul de învățare și mediază acest proces oferindu-le sprijin în interacțiunile cu obiectul cunoașterii, în dezvoltarea de competențe și în dobândirea independenței lor cognitive și educative 2.5. Absolventul utilizează strategii, metode, tehnici și instrumente de observare, monitorizare și evaluare a proceselor de învățare, a rezultatelor învățării și a progresului școlar al elevilor/ preșcolarilor în sens formativ, vederea optimizării proceselor educaționale
Competențe transversale	1. Comunicarea și cooperarea eficiente în contexte profesionale specifice domeniului științelor educației 1.1. Absolventul este capabil să se implice în procese de comunicare interpersonală în cadrul cărora se realizează schimburi interpersonale reciproce de mesaje, semnificații, decizii, judecăți de valoare, stări afective și influențări referitoare la procesele educaționale, cu ajutorul componentelor repertoriilor comunicaționale proprii 1.4. Absolventul este capabil să coopereze eficient în echipe de lucru profesionale, interdisciplinare, specifice desfășurării proiectelor și programelor din domeniul științelor educației, cu respectarea normelor de conduită proprii domeniului educației 2. Dezvoltarea în carieră și managementul carierei profesionale 2.1. Absolventul este capabil să identifice multiplele interdependențe funcționale dintre (auto)planificarea carierei individuale, planificarea carierei organizaționale și (auto)dezvoltarea carierei, pentru asigurarea succesului individual și organizațional 2.2. Absolventul poate utiliza metode și tehnici eficiente de învățare pe tot parcursul vieții, în vederea formării și dezvoltării profesionale și personale continue 2.4. Absolventul poate să valorifice în contexte formale achizițiile dobândite de în contexte nonformale și informale, aplicând principiul învățării pe parcursul întregii vieți și principiul transferabilității 2.5. Absolventul poate să îndeplinească atribuțiile profesiei didactice cu responsabilitate, cu respectarea valorilor, principiilor și normelor specifice, precum și cu respectarea eticii și deontologiei profesionale 2.6. Absolventul este capabil să își autoevalueze și amelioreze continuu practicilor profesionale și evoluția în carieră, pentru analiza critică a propriilor realizări, activități, performanțe, rezultate, competențe, comportamente, conduite, trăiri afective

7. Obiectivele disciplinei (reieșind din grila competențelor acumulate)

7.1 Obiectivul general al disciplinei	• Eficientizarea activității proprii de învățare academică prin sporirea repertoriului de strategii de învățare asociate diferitelor activități tipice de studiu în universitate
7.2 Obiectivele specifice	• Să opereze cu concepte din domeniul învățării academice și al managementului propriei activități de studiu. • Să exerseze programarea eficientă a ritmului propriu de studiu prin raportare la: timpul disponibil, experiențele de succes în domeniu, dispozitivele mintal-energetice, modelele psiho-igienice și ergonomice, factorii de mediu ș.a. ;

	• Să se automotiveze pentru studiul constant, intensiv și/sau distribuit, potrivit situației concrete; • Să-și cultive preocuparea pentru antrenamentul focalizat al proceselor, activităților și condițiilor psihologice personale (percepție, reprezentare, memorie, gândire critică, imaginar productiv, atenție, motivație, voință, caracter, creativitate ș.a.) • Să identifice relații explicite sau implicite între diferitele componente teoretice, metateoretice și procedural-metodologice ale studiului universitar, ale succesului (reușitei) academic ;
--	--

8. Conținuturi

8.1 Curs	Metode de predare	Observații
MODULUL 1 ÎNVĂȚAREA UMANĂ ȘI EFICIENȚA ÎNVĂȚĂRII 1. Învățarea umană și învățarea academică 2. Caracteristicile învățării academice eficiente 3. Teorii psihologice ale învățării 4. Diferențe interindividuale în învățare	Prelegere interactivă	Prelegerea interactivă se va construi pe baza cunoștințelor și experiențelor anterioare evocate de către studenți cu privire la învățarea școlară
MODULUL 2 PREDAREA/ ANTRENAREA EXPLICITĂ ȘI IMPLICITĂ A ABILITĂȚILOR COGNITIVE ȘI METACOGNITIVE ALE CELOR CARE ÎNVĂȚĂ 1. Implicit și explicit în învățarea abilităților cognitive și metacognitive 2. Programe de exersare explicită a comportamentelor cognitive și metacognitive eficiente	Prelegere interactivă Studiul de caz Introspecția Exercițiul	Prelegerea va fi punctată de scurte exerciții demonstrative în care studenții vor fi implicați direct
MODULUL 3 TEHNICI DE ÎNVĂȚARE ACADEMICĂ EFICIENTĂ 1. Dezvoltarea abilităților personale de studiu. Modelul expertului în învățare 2. Audierea prelegerii universitare. Schematizarea conținutului unei prelegeri	Prelegerea interactivă Exercițiul	
3. Utilizarea organizatorilor cognitivi în prelucrarea informației.	Prelegere interactivă Exercițiul	Valorificarea experienței școlare a studenților, în etapa de evocare a cunoștințelor anterioare
4. Tehnici de documentare	Prelegere interactivă Exercițiul	Se vor utiliza organizatori cognitivi pentru susținerea realizării aplicațiilor
5. Lectura critică a unui articol de specialitate	Prelegere interactivă Exercițiul	Se vor utiliza organizatori cognitivi pentru susținerea realizării aplicațiilor
6. Prezentarea de carte. Raportul de carte	Prelegere interactivă	Se vor utiliza organizatori cognitivi pentru susținerea realizării aplicațiilor
7. Cercetarea ca sursă de cunoaștere științifică	Prelegere interactivă Exercițiul	Se vor utiliza organizatori cognitivi pentru susținerea realizării aplicațiilor
8. Etica academică	Prelegere interactivă Exercițiul Studiul documentelor	

Bibliografie obligatorie:

American Psychological Association, *Publication style*, <http://apastyle.apa.org>

Bernat, S., E. (2003). *Tehnica învățării eficiente*, Ed. P.U.C., Cluj-Napoca

Gibă, R. (2007). *Cum să predăm pentru ca elevii să știe, să aplice, să explice*. Cluj-Napoca: Ed. Sinapsis

Glava, A. (2009). *Metacogniția și optimizarea învățării*. Cluj-Napoca: Casa Cărții de Știință

Glava, A., (2018). *Managementul activității intelectuale și al învățării eficiente*. Suport de curs elaborate în tehnologia ID. Platforma online a UBB

Graff, G & Bieknstein, C. (2015). *Ei spun/ Eu spun. Manual pentru scrierea academică*. Pitești: Paralela 45

Neacșu, I. (2015). *Metode și tehnici de învățare eficientă / fundamente și tactici de succes*. Iași: Editura Polirom

Paloș, R. (2009). *Abilități psihologice*. Timișoara: Editura Univ. de Vest

Bibliografie suplimentară:

Bogathy, Z. & Sulea, C. (coord.), (2008). *Manual de tehnici și abilități academice*. Timișoara: Editura Universității de Vest

De Bono, E. (2006). *Șase pălării gânditoare*, Ed. Curtea Veche, București

Doise, W. & Mugny, G. (1998). *Psihologie socială și dezvoltare cognitivă*, Polirom, Iași

Flueraș, V. (2008). *Gândirea laterală și scrisul creativ*. Cluj-Napoca: Ed. C.C.de Știință,

Gardner, H. (2007). *Mintea umană. Cinci ipostaze pentru viitor*. București: Ed. Sigma,

Glava, A. (2010). *Metacogniția și antrenamentul cognitiv în procesul învățării academice* în vol. Ghid metodologic de pedagogie universitară. Aeternitas Alba Iulia. Universitatea „1 Decembrie. 1918”, coord. Florea Voiculescu

Glava, A. (2009). *Învățarea eficientă și exersarea comportamentului metacognitiv al elevilor și studenților - date ale unei investigații constatative*, publicație în volumul colectiv „Tradiții, valori și perspective în științele educației”, volum coordonat de Chiș, V., Bocoș, M., Stan, C., Albulescu, I., Editura Casa Cărții de Știință, Cluj-Napoca

Glava, A. (2012). *Proiectul – cadru metodologic pentru predarea – învățarea – evaluarea disciplinelor psihopedagogice* în Perspective asupra problematichilor din domeniul educației. Cercetări și aplicații,

Dulamă Eliza Maria, Teodor Dumitru Vălcău, Maria Nicoleta Ciocian (coord.), Editura Presa Universitară Clujeană

Joița, E. (2002). *Educația cognitivă*. Cluj-Napoca: Ed.Polirom

Joița, E. (2006). *Instruirea constructivistă – o alternativă?*. București: Editura Aramis

Neacșu, I. (2006). *Învățarea academică independentă. Ghid metodologic*. Universitatea București, disponibil on line la adresa: http://www.unibuc.ro/uploads_ro/36833/Invatarea_academica_independenta.pdf

8.2 Seminar / laborator	Metode de predare	Observații
Reflecții asupra propriei activități de învățare: Ce mă ajută să învăț / Ce mă împiedică să învăț?	Dezbaterile Introspecția	Dezbaterile, reflecțiile individuale și de grup, exercițiilor se vor realiza cu ghidarea directă a cadrului didactic, pe baza unui set de organizatori grafici, pe baza unor materiale audio- video, a diverse fișe de lucru, articole științifice, cărți etc.
Reflecții asupra propriei activități de învățare: analiză SWOT , <i>Câmpul de forțe</i> referitor la factorii facilitatori și frenatori ai procesului de învățare	Dezbaterile Exercițiul	
Identificarea și formularea de obiective pentru optimizarea propriei activități de învățare.	Dezbaterile Exercițiul	
Planul individual de dezvoltare	Exercițiul Reflecția individuală	
Sistemul Cornell de luare a notițelor. Alte modele de luare a notițelor	Exercițiul	
Tehnici de lectură eficientă.	Exercițiul	
Mnemotehnici	Exercițiul	
Lectura și analiza critică a articolelor de specialitate (1)	Explicația Exercițiul Studiul documentelor	
Lectura și analiza critică a articolelor de specialitate (2)	Explicația Exercițiul Studiul documentelor	
Exigențe de citare a surselor de informare	Explicația Exercițiul	
Microcercetarea. Redactarea unui raport de microcercetare (1)	Explicația Exercițiul	
Microcercetarea. Redactarea unui raport de microcercetare (2)	Explicația Exercițiul	

Pregătirea pentru examene: exigențe și tehnici specifice	Explicația Reflecția Exercițiul
Managementul timpului	Reflecția Exercițiul

Bibliografie obligatorie:

American Psychological Association, *Publication style*, <http://apastyle.apa.org>
 Bernat, S., E. (2003). *Tehnica învățării eficiente*, Ed. P.U.C., Cluj-Napoca
 Gibă, R. (2007). *Cum să predăm pentru ca elevii să știe, să aplice, să explice*. Cluj-Napoca: Ed. Sinapsis
 Glava, A. (2009). *Metacogniția și optimizarea învățării*. Cluj-Napoca: Casa Cărții de Știință
 Glava, A., (2018). *Managementul activității intelectuale și al învățării eficiente*. Suport de curs elaborate în tehnologia ID. Platforma online a UBB
 Graff, G & Bieknstein, C. (2015). *Ei spun/ Eu spun. Manual pentru scrierea academică*. Pitești: Paralela 45
 Neacșu, I. (2015). *Metode și tehnici de învățare eficientă / fundamente și tactici de succes*. Iași: Editura Polirom
 Paloș, R. (2009). *Abilități psihologice*. Timișoara: Editura Univ. de Vest

Bibliografie suplimentară:

Bogathy, Z. & Sulea, C. (coord.), (2008). *Manual de tehnici și abilități academice*. Timișoara: Editura Universității de Vest
 De Bono, E. (2006). *Șase pălării gânditoare*, Ed. Curtea Veche, București
 Doise, W. & Mugny, G. (1998). *Psihologie socială și dezvoltare cognitivă*, Polirom, Iași
 Flueraș, V. (2008). *Gândirea laterală și scrisul creativ*. Cluj-Napoca: Ed. C.C.de Știință
 Gardner, H. (2007). *Mintea umană. Cinci ipostaze pentru viitor*. București: Ed. Sigma
 Glava, A. (2010). *Metacogniția și antrenamentul cognitiv în procesul învățării academice* în vol. Ghid metodologic de pedagogie universitară. Aeternitas Alba Iulia. Universitatea „1 Decembrie. 1918”, coord. Florea Voiculescu
 Glava, A. (2009). *Învățarea eficientă și exersarea comportamentului metacognitiv al elevilor și studenților - date ale unei investigații constatative*, publicație în volumul colectiv „Tradiții, valori și perspective în științele educației”, volum coordonat de Chiș, V., Bocoș, M., Stan, C., Albușescu, I., Editura Casa Cărții de Știință, Cluj-Napoca
 Glava, A. (2012). *Proiectul – cadru metodologic pentru predarea – învățarea – evaluarea disciplinelor psihopedagogice în Perspective asupra problematicilor din domeniul educației. Cercetări și aplicații*, Dulamă
 Eliza Maria, Teodor Dumitru Vâlcă, Maria Nicoleta Ciocian (coord.), Editura Presa Universitară Clujeană
 Joița, E. (2002). *Educația cognitivă*. Cluj-Napoca: Ed.Polirom
 Joița, E. (2006). *Înstruirea constructivistă – o alternativă?*. București: Editura Aramis
 Neacșu, I. (2006). *Învățarea academică independentă*. Ghid metodologic. Universitatea București, disponibil on line la adresa: http://www.unibuc.ro/uploads_ro/36833/Invatarea_academica_independenta.pdf

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

Ocupații posibile conform COR:

- 235902 mentor
- 235903 consilier școlar
- 235905 dezvoltator de e-learning
- 235102 asistent de cercetare în pedagogie
- 235103 consilier învățământ
- 235106 referent de specialitate învățământ
- 235920 Consilier pentru tineret
- 234101 profesor pt. invatamant primar
- 234201 profesor pt. invatamant prescolar

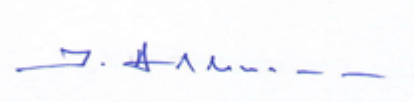
10. Evaluare

Tip activitate	10.1 Criterii de evaluare	10.2 metode de evaluare	10.3 Pondere din nota finală
10.4 Curs	Capacitatea de a reflecta critic asupra învățării școlare și academice și de a utiliza strategic abilitățile dobândite, pentru rezolvarea de probleme în contextul învățării academice	Evaluare scrisă	45%
10.5 Seminar/laborator	Implicarea activă în realizarea produselor de portofoliu care reflectă: • aprofundarea conținuturilor didactice predate • capacitatea de a utiliza flexibil conținuturile asimilate pentru realizarea pieselor de portofoliu	Evaluare prin portofoliu	45% Din oficiu: 10%

10.6 Standard minim de performanță
C1. Fișele de reflecție personală: se va urmări consistența reflecțiilor, autenticitatea acestora, caracterul aplicat, specific al lor, centrarea pe identificarea soluțiilor pentru probleme sau riscuri.
C2. Sarcinile de prelucrare sintetică a informațiilor: natura sintetică a informațiilor adnotate, logica internă a materialului, în ansamblul său.
C3. Lista bibliografică: respectarea criteriilor APA în redactarea listei bibliografice, respectarea cerințelor specifice cuprinse în formularea sarcinii de lucru, adecvarea surselor bibliografice pentru subiectul ales.
C4. Sarcinile de analiză critică a literaturii de specialitate: respectarea rigorilor și modelelor de analiză specifice prezentărilor de carte, analizei critice a articolelor de specialitate (reaction paper).

11. Etichete ODD (Obiective de Dezvoltare Durabilă / Sustainable Development Goals)¹

	Eticheta generală pentru Dezvoltare durabilă						
							

Data completării: Aprilie 2025	Semnătura titularului de curs	Semnătura titularului de seminar
Data avizării în departament: Aprilie 2025	Semnătura directorului de departament 	

¹ Păstrați doar etichetele care, în conformitate cu [Procedura de aplicare a etichetelor ODD în procesul academic](#), se potrivesc disciplinei și ștergeți-le pe celelalte, inclusiv eticheta generală pentru Dezvoltare durabilă - dacă nu se aplică. Dacă nicio etichetă nu descrie disciplina, ștergeți-le pe toate și scrieți "Nu se aplică".