



FIȘA DISCIPLINEI

1. Date despre program

1.1. Instituția de învățământ superior	Universitatea din Craiova
1.2. Facultatea	
1.3. Departamentul	Departamentul pentru Pregătirea Personalului Didactic
1.4. Domeniul de studii	Psihologie
1.5. Ciclu de studii	Licență
1.6. Programul de studii/Calificarea	Psihologie

2. Date despre disciplină

2.1. Denumirea disciplinei	Tehnici și abilități academice						
2.2. Titularul activităților de curs	Ștefan Mihaela Aurelia						
2.3. Titularul activităților de laborator	Ștefan Mihaela Aurelia						
2.4. Anul de studiu	I	2.5. Semestrul	I	2.6. Tipul de evaluare	C	2.7. Regimul disciplinei	DOP

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

3.1. Numărul de ore pe săptămână	2	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 - ore/sapt.					47 ore
Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe					15
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren					15
Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri					8
Tutoriat					7
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	• Psihologia învățării
4.2. de competențe	• Capacități de analiză, sinteză, gândire divergentă, gândire critică

5. Condiții (acolo unde este cazul)

5.1. de desfășurare a cursului	• On site
5.2. de desfășurare a seminarului/laboratorului	• On site

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

Cunoștințe	Studentul/Absolventul: 1. analizează critic conținuturile unor articole de specialitate, demonstrând o înțelegere aprofundată a conceptelor și metodologiilor din domeniul psihologiei. 2. demonstrează însușirea unor cunoștințe consistente despre diferențele interindividuale, prin operaționalizarea teoriilor despre personalitate, atunci când se află în relație cu beneficiarii serviciilor psihologice. 3. interpretează reglementările legale și instituționale privind integritatea academică și etica în cercetare.
Abilități	Studentul/Absolventul: 1. analizează informațiile dintr-o gamă largă de surse și medii, pentru a le valorifica în demersul psihologic. 2. aplică principiile și standardele deontologice în cercetarea și practica psihologică, utilizând proceduri și instrumente validate. 3. respectă normele de integritate academică în redactarea lucrărilor științifice și în activitatea de cercetare.
Responsabilitate și autonomie	Studentul/Absolventul: 1. activează o gândire critică, orientată asupra propriei activități de învățare, în vederea autoreglării acesteia. 2. demonstrează capacități de muncă riguroasă, eficientă și responsabilă, de punctualitate și răspundere personală față de rezultat, pe baza principiilor, normelor și valorilor codului de etică profesională.

7. Conținuturi

7.1. Curs	Metode de predare	Observații
1. Lucrările aplicative - modalități eficiente pentru îmbunătățirea continuă a tehnicilor și abilităților academice Invățarea academică eficientă - Specific. Etape. Caracteristici. Lucrări academice specifice psihologiei: eseu, articol științific, raport de cercetare, recenzie.	Prelegere Explicație Problematizare Conversația Dezbateră	2 ore <i>(Alte) resurse folosite: calculatorul (prezentarea în power – point) Resurse bibliografice</i>
2. Cercetarea academică Specific. Demersul unei cercetări Principii fundamentale ale cercetării academice Caracteristicile cercetării științifice Recomandări generale privind cercetarea	Conversația Dezbateră Prelegere Explicație Problematizare	1 oră <i>(Alte) resurse folosite: calculatorul (prezentarea în power – point) Resurse bibliografice</i>
3. Documentarea științifică. Documentarea bibliografică Cerințele unei activități de documentare corecte și eficiente Identificarea și utilizarea surselor științifice și citarea corectă Surse de documentare bibliografică Elaborarea bibliografiei Standardele internaționale de citare normele stilistice și de redactare utilizate în psihologie (stil APA).	Prelegerea Exercițiu de reflecție Conversația Problematizarea Dezbateră Problematizarea Metode de documentare Metode de documentare	2 ore <i>(Alte) resurse folosite: calculatorul (prezentarea în power – point) Resurse bibliografice</i>
4. Realizarea unui raport de cercetare Structura unui raport de cercetare Criterii, exigențe care trebuie respectate în realizarea unui raport de cercetare	Prelegerea Studiul de caz Problematizarea Exercițiul	2 ore <i>(Alte) resurse folosite: calculatorul (prezentarea în power – point) Resurse bibliografice</i>

5. Articolul științific Etape pentru realizarea unui articol științific Structura unui articol Reguli de redactare și prezentare a unui articol științific Citirea critică a unui articol Evaluarea sintetică și analitică a unui articol Prevenirea plagiatului	Conversația Explicație Dezbaterea Prelegere	2 ore <i>Fișa de lectură</i> Organizatori cognitivi: listele structurate, tabelele, matricea conceptuală, diagramele
6. Realizarea unui eseu Problematika și caracteristicile eseului Elaborarea unui eseu. Structură Exigențe care trebuie respectate în elaborarea unui eseu	Conversația Explicație Dezbaterea Prelegere Metoda RICAR Metoda SINELG	2 ore (Alte) resurse folosite: calculatorul (prezentarea în power – point) Resurse bibliografice
7. Recenzia de carte Structura unei recenzii de carte Criterii, exigențe care trebuie respectate în realizarea unei recenzii	Dezbaterea Prelegere Explicație Dezbaterea Metoda RICAR	1 oră (Alte) resurse folosite: calculatorul (prezentarea în power – point) Resurse bibliografice
8. Managementul timpului și a planului personal de studiu. Principii de bază. Tehnici de organizare și gestionare a timpului de studiu Abilități de utilizare eficientă a resurselor de timp	Exerciții și teme de reflecție Diagrama cauzelor și efectelor Autoanaliza	1 oră (Alte) resurse folosite: calculatorul (prezentarea în power – point) Resurse bibliografice
9. Rolul metacogniției, autocunoașterii în dezvoltarea tehnicilor și abilităților academice	Conversația Reflecția Dezbaterea Harta conceptuală	1 oră (Alte) resurse folosite: calculatorul (prezentarea în power – point) Resurse bibliografice

Bibliografie:

- Albulescu, I. (2023). *Învățarea flexibilă*. București: Didactica Publishing House
- Bîrleanu, A. (2015). *Tehnici și Abilități Academice*. Timișoara: Editura de Vest. Oakley, B., Rogowsky, B., Sejnowski, T. J. (2022). *Un alt fel de a învăța. Neuroștiința în slujba educației*. București: Editura Curtea Veche.
- Capotescu, R. (2019). Zoltan Bogathy, Coralia Sulea (2004). *Manual de tehnici și abilități academice*. Timișoara: Editura Universității de Vest.
- Crețu D. M. (2019). *Predarea și învățarea în învățământul superior. Aspecte teoretice și practice*. București: Editura Universitară.
- Graff, G., Birkenstein, C. (2015). *Manual pentru scrierea academică*. Pitești: Paralela 45.
- Johnson, A. B., & Smith, C. D. (2021). *Strategies for academic success: Essential skills for higher education*. Academic Press.
- Kim, E. J., & Lee, R. T. (2020). Enhancing academic skills through effective time management: A case study. *Journal of Educational Psychology*, 112(4), 789-802. <https://doi.org/10.1037/edu0000345>
- McMillan, K., & Weyers, J. (2020). *Study skills for international students: A practical guide*. Routledge.
- Mihai, A., Cojocaru, R., Bogdan, H. (2020). *Scurt manual pentru editarea lucrărilor științifice*. București: Tritonic.
- Neacșu I. (2019). *Neurodidactica învățării și psihologia cognitivă. Ipoteze. Conexiuni. Mecanisme. Iași*: Editura Polirom.
- Pérez, L., & Gonzalez, M. (2022). The impact of note-taking techniques on learning outcomes: A systematic review. *Educational Research Review*, 20, 22-35. <https://doi.org/10.1016/j.edurev.2022.100328>
- Petcu, I.E., Cojocă, M., Milășan, A.R., Rusu, M., Petcu, S. (2024). *Învățarea eficientă*

- – *de la teorie la practică*. București: Editura Book For LIFE. Disponibil: <https://www.edumi.ro/wp-content/uploads/2024/05/Carte-Simpozion-Invatarea-eficienta-%E2%80%93-de-la-teorie-la-practica.pdf>
- Thompson, R. A. (2019). Critical thinking skills in academic environments: The role of instruction. *International Journal of Teaching and Learning in Higher Education*, 31(2), 197-208. <https://www.isetl.org/ijtlhe/index.php/ILT/article/view/2019-13>
- Tran, H. T., & Lim, H. (2021). Digital literacy in higher education: Essential skills for the 21st century. *Computers & Education*, 165, 104143. <https://doi.org/10.1016/j.compedu.2021.104143>
- White, K., & Zhang, Y. (2023). Collaborative learning strategies: Enhancing student engagement and performance. *Journal of Higher Education Theory and Practice*, 23(1), 15-27. <https://doi.org/10.33423/jhetp.v23i1.1987>

7.2. Seminar/laborator	Metode de predare	Observații
1. Seminar introductiv Exerciții și discuții cu studenții pentru: facilitarea adaptării la noul mediu; dezvoltarea auto- și intercunoașterii Stiluri de învățare academică - Identificarea propriului stil de învățare	Studiul de caz Problematizarea Explicația Jocul de rol Exercițiul	2 ore
2. Cercetarea academică - Documentarea științifică Etapile unei cercetări. Recomandări generale privind cercetarea	Metode de documentare Exercițiu de reflecție Conversația Problematizarea Dezbateră Problematizarea	2 ore Studenții identifică și utilizează surse științifice relevante (baze de date, articole, cărți) în construirea argumentației academice.
3. Elaborarea și prezentarea unui eseu Elaborarea unui eseu. Structură Exigențe care trebuie respectate în elaborarea unui eseu	Dezbateră Conversația euristică Reflecția	2 ore
4. Elaborarea și prezentarea unui articol științific Elaborarea unui articol științific. Structură Exigențe care trebuie respectate în elaborarea unui articol	Exercițiu de reflecție Conversația Problematizarea Dezbateră Problematizarea	2 ore
5. Realizarea unei recenzii de carte Elaborarea unei recenzii. Structură Exigențe care trebuie respectate în elaborarea unei recenzii	Prelegerea Exercițiu de reflecție Conversația Problematizarea Dezbateră Problematizarea	2 ore
6. Plagiul și redactarea unui material academic - Standardele internaționale de citare Prevenirea plagiatului	Exercițiul Studiul de caz Conversația Problematizarea Dezbateră Problematizarea	2 ore Bibliografie: American Psychological Association. (2020). <i>Manual of the American Psychological Association</i> , 7th ed. Washington, DC: American Psychological https://www.mendeley.com/
7. Managementul timpului și al planului personal de studiu.	Prelegerea Exercițiu de reflecție Conversația	2 ore Aplică tehnici de organizare eficientă a învățării și gestionare

Tehnici de organizare si gestionare a timpului de studiu Calendarul de activitati săptămânale. Planul cadru si orarul zilei- aplicatii	Problematizarea Dezbaterea Problematizarea	a timpului pentru realizarea sarcinilor academice
Bibliografie:		
• Bîrneanu, A. (2015). <i>Tehnici și Abilități Academice</i>. Timișoara: Editura de Vest. • Oakley, B., Rogowsky, B., Sejnowski, T. J. (2022). <i>Un alt fel de a învăța. Neuroștiința în slujba educației</i>. București: Editura Curtea Veche. • Capotescu, R. (2019). Zoltan Bogathy, Coralia Sulea (2004). <i>Manual de tehnici și abilități academice</i>. Timișoara: Editura Universității de Vest. • Graff, G., Birkenstein, C. (2015). <i>Manual pentru scrierea academică</i>. Pitești: Paralela 45. • McMillan, K., & Weyers, J. (2020). <i>Study skills for international students: A practical guide</i>. Routledge. • Mihai, A., Cojocaru, R., Bogdan, H. (2020). <i>Scurt manual pentru editarea lucrărilor științifice</i>. București: Tritonic. • Neacșu I. (2019). <i>Neurodidactica învățării și psihologia cognitivă. Ipoteze. Conexiuni. Mecanisme</i>. Iași: Editura Polirom. • Pérez, L., & Gonzalez, M. (2022). The impact of note-taking techniques on learning outcomes: A systematic review. <i>Educational Research Review</i>, 20, 22-35. https://doi.org/10.1016/j.edurev.2022.100328 • Petcu, I.E., Cojocea, M., Milășan, A.R., Rusu, M., Petcu, S. (2024). <i>Învățarea eficientă – de la teorie la practică</i>. București: Editura Book For LIFE. Disponibil: https://www.edumi.ro/wp-content/uploads/2024/05/Carte-Simpozion-Invatarea-eficienta-%E2%80%93-de-la-teorie-la-practica.pdf • Sava, F. A. (2013). Raportarea rezultatelor în articole de specialitate. În Sava, F. (2013). <i>Psihologia validată științific</i>. București: Polirom. • Thompson, R. A. (2019). Critical thinking skills in academic environments: The role of instruction. <i>International Journal of Teaching and Learning in Higher Education</i>, 31(2), 197-208. https://www.isetl.org/ijtlhe/index.php/ILT/article/view/2019-13 • Tran, H. T., & Lim, H. (2021). Digital literacy in higher education: Essential skills for the 21st century. <i>Computers & Education</i>, 165, 104143. https://doi.org/10.1016/j.compedu.2021.104143 • White, K., & Zhang, Y. (2023). Collaborative learning strategies: Enhancing student engagement and performance. <i>Journal of Higher Education Theory and Practice</i>, 23(1), 15-27. https://doi.org/10.33423/jhetp.v23i1.1987 • Boghathy, Z., Sulea, C. (coord). (2008). <i>Manual de tehnici și abilități academice</i>. ediția a doua. Editura Universității de Vest, Timișoara		

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

Datele asimilate în urma parcurgerii acestei fișe pot fi folosite ca suport de către studenți în studiul disciplinelor din cadrul Programului de licență: Psihologie.

Conținutul cursului este în consens cu așteptările comunității academice, al angajatorilor din învățământul preuniversitar, cercetare; valorifică optim și creativ potențialul fiecărui student în cadrul orelor de seminar, chiar și pentru sistemul ”on line”.

9. Evaluare

Tip activitate	9.1. Criterii de evaluare	9.2. Metode de evaluare	9.3. Pondere din nota finală
9.4. Curs	-respectarea structurii recomandate -utilizarea corectă a noțiunilor, teoriilor și modelelor teoretice -originalitatea lucrării	Evaluare continuă pe parcursul semestrului: Realizarea și susținerea unei prezentări (cu suport PowerPoint) a unui articol de specialitate, pe parcursul semestrului.	20%

		Studentii vor căuta în bazele de date științifice articole din domeniul psihologiei și își vor selecta articolul pe care doresc să-l prezinte.	
	-capacitatea de a aplica în practică noțiunile, cunoștințele și modelele teoretice -capacitatea de a valorifica gândirea critică, reflexivă, creativă	Evaluare finală: examen scris	50%
9.5. Seminar/laborator	-corectitudinea și completitudinea rezolvării sarcinilor. -participare activă la discuții, dezbateri	Evaluare continuă, prin rezolvarea unor sarcini pe parcursul semestrului: teste rapide, lucrări individuale	10%
	-respectarea structurii recomandate -utilizarea corectă a noțiunilor, teoriilor și modelelor teoretice -originalitatea lucrării Participare activă	Lucrare/Eseu – bazat pe autocunoaștere	20%
9.6. Standard minim de performanță			
Obținerea notei 5			
• În cazul în care la punctul 9.4 studentul nu obține notă de trecere (5, 00), atunci examenul nu este promovat, chiar dacă s-a achitat de sarcinile prevăzute la activitățile trecute la pct. 9.5. • Predarea și prezentarea lucrării(lor) sunt obligatorii fiind precondiție de prezentare la examen. • Orice lucrare plagiată, copiată, identică, precum și orice inspirație, colaborare, copiere se consideră fraudă, caz în care persoana(ele) în cauză vor fi sancționate cu nota 1,00 (unu).			

Data completării

Semnătura titularului

. Semnătura directorului de departament,