



|   |  |                         |
|---|--|-------------------------|
|  | <b>Universitatea de Stat „Alecu Russo” din Bălți</b>   | <b>Ediția: 1</b>        |
|   | <b>Indicații metodice cu privire la elaborarea Planului de activitate a tutorelui grupei academice, pentru programele de studii la ciclul I, licență, studii cu frecvență în Universitatea de Stat „Alecu Russo” din Bălți</b> | <b>Revizia: 0</b>       |
|   |  | <b>Data: 19.09.2023</b> |
|   |  | <b>Pag.1 din 7</b>      |

**Indicații metodice**  
**cu privire la elaborarea Planului de activitate al tutorelui grupei academice,**  
**pentru programele de studii la ciclul I, licență, studii cu frecvență în**  
**Universitatea de Stat „Alecu Russo” din Bălți**

|                 |  |   |   |
|-----------------|--|---|---|
| <b>APROBAT</b>  | <b>Senatul USARB</b><br><b>Proces-verbal nr. __</b>  | <b>RECTOR</b>                                   |   |
|                 |  |   | <b>conf. univ., dr.</b><br><b>Natalia GAȘIȚOI</b> |
| <b>ELABORAT</b> | <b>Grup de lucru</b><br><b>aprobat prin ordinul</b><br><b>rectorului din</b><br><b>25.09.2023 nr. 02-157</b> | <b>Președintele</b><br><b>grupului de lucru</b> |   |
|                 |  |   | <b>Victor GRIGOR</b>                              |

Prezentul document este proprietatea Universității de Stat „Alecu Russo” din Bălți.  
Este interzisă multiplicarea și difuzarea acestuia fără acordul conducerii Universității.


|   |  |                         |
|---|--|-------------------------|
|  | <b>Universitatea de Stat „Alecu Russo” din Bălți</b>   | <b>Ediția: 1</b>        |
|   | <b>Indicații metodice cu privire la elaborarea Planului de activitate a tutorelui grupei academice, pentru programele de studii la ciclul I, licență, studii cu frecvență în Universitatea de Stat „Alecu Russo” din Bălți</b> | <b>Revizia: 0</b>       |
|   |  | <b>Data: 19.09.2023</b> |
|   |  | <b>Pag.2 din 7</b>      |

## I. DISPOZIȚII GENERALE

- 1.1. Indicațiile metodice reprezintă un suport destinat tutorilor grupelor academice, care stabilesc cerințele de elaborare a Planului de activitate a tutorelui grupei academice pentru programele de studii la ciclul I licență, studii cu frecvență, anii de studiu I și II, în Universitatea de Stat „Alecu Russo” din Bălți (în continuare USARB).
- 1.2. Indicațiile metodice sunt elaborate în conformitate cu prevederile:
- Codului Educației nr. 152 din 17 iulie 2014;
  - Cartei Instituției publice Universitatea de Stat „Alecu Russo” din Bălți, aprobată prin Hotărârea Senatului din 24.06.2015, proces-verbal nr. 14
  - Regulamentului de organizare a studiilor superioare de licență (ciclul I) și integrate, aprobat prin ordinul Ministerului Educației, Culturii și Cercetării, aprobat prin Hotărârea Guvernului nr. 1625 din 12.12.2019;
  - Regulamentului de organizare a studiilor superioare de licență (Ciclul I) în Universitatea de Stat „Alecu Russo” din Bălți, aprobat prin Hotărârea Senatului Universității de Stat „Alecu Russo” din Bălți, proces-verbal nr. 1 din 26.08.2020;
  - Regulamentului cu privire la evaluarea rezultatelor academice ale studenților, ciclul I, studii superioare de licență, în Universitatea de Stat „Alecu Russo” din Bălți, aprobat prin Hotărârea Senatului Universității de Stat „Alecu Russo” din Bălți, proces-verbal nr. 1 din 29.08.2022.
  - Codului de etică al Universității de Stat „Alecu Russo” din Bălți, aprobat prin Hotărârea Senatului din 22.06.2022, proces-verbal nr. 14.
- 1.3. Planul de activitate a tutorelui grupei academice este elaborat de către tutorele grupei, fiind discutat și aprobat la Ședința Consiliului facultății.

## II. STRUCTURA ȘI CONȚINUTUL PLANULUI DE ACTIVITATE A TUTORELUI GRUPEI ACADEMICE

- 2.1. Planul de activitate a tutorelui grupei academice include două componente: 1. Activitățile auditoriale și 2. Activitățile extracurriculare.
- 2.2. Activitățile auditoriale includ 32 de ore anual (câte 16 ore pe semestru) dintre care 12 ore cu conținut obligatoriu reflectate în Anexa 2 (câte 6 ore pe semestru). 20 de ore se planifică în conformitate cu nevoile și interesele studenților.
- 2.3. Activitățile extracurriculare se planifică în funcție de interesele și posibilitățile grupei academice.
- 2.4. Planificarea activităților extracurriculare se realizează în baza Planului activităților extracurriculare elaborat la nivel de facultate și universitate.
- 2.5. Tutorele împreună cu studenții decide tipul, forma și numărul de ore pentru activitățile extracurriculare, având ca reper recomandările din Anexa 3.

|   |  |                         |
|---|--|-------------------------|
|  | <b>Universitatea de Stat „Alecu Russo” din Bălți</b>   | <b>Ediția: 1</b>        |
|   | <b>Indicații metodice cu privire la elaborarea Planului de activitate a tutorelui grupei academice, pentru programele de studii la ciclul I, licență, studii cu frecvență în Universitatea de Stat „Alecu Russo” din Bălți</b> | <b>Revizia: 0</b>       |
|   |  | <b>Data: 19.09.2023</b> |
|   |  | <b>Pag.3 din 7</b>      |


- 2.6. Activitățile extracurriculare se promovează prin implicarea partenerilor (agenți sociali, agenți economici, organizații culturale/ militare/ artistice/ sportive/ religioase, biblioteci/ mediateci, mass-media, cluburi/ cercuri pe interese etc.).
- 2.7. Planul poate conține și alte compartimente, la alegerea autorului.
- 2.8. Formatul acceptat al Planului este în conformitate cu Anexa 1.

### **III. DISPOZIȚII FINALE**

- 3.1. Prevederile Indicațiilor metodice sunt aduse la cunoștință tutorilor grupelor academice la începutul fiecărui semestru.
- 3.2. Planul trebuie să fie prezent în format hârtie la Decanatul facultății, cu toate semnăturile, care confirmă aprobarea acestuia.
- 3.3. La Decanatul facultății, planul se actualizează anual și se prezintă în format electronic (scanat de pe originalul aprobat). Prodecanul formează un portofoliu electronic al planurilor pentru toate grupele academice.
- 3.4. Planul constituie informație publică, fiind plasată în sistemul informațional USARB.
- 3.5. Prezentul document intră în vigoare din data aprobării de către Senatul USARB și este plasat pe pagina Web a instituției.



## Anexa 1. Structura Planului de activitate al tutorelui

|   |   |                  |
|---|---|------------------|
|  | UNIVERSITATEA DE STAT „ALECU RUSSO”<br>DIN BĂLȚI<br>FACULTATEA __ | Sigla facultății |
|---|---|------------------|

Aprobat

la ședința Consiliului Facultății de \_\_\_\_\_  
Proces-verbal nr. \_\_\_\_ din \_\_\_\_\_  
Președintele Consiliului \_\_\_\_\_ Numele, prenumele**PLANUL DE ACTIVITATE  
AL TUTORELUI GRUPEI ACADEMICE \_\_\_\_\_  
PENTRU ANUL UNIVERSITAR 20\_-20\_**

## Activități audioriale

| Nr.   | Unități de conținut | Numărul de ore |
|---|---------------------|----------------|
| <b>Semestrul I (pentru anul I) / Semestrul III (pentru anul II)</b> |                     |                |
| 1.  |                     | 2              |
| 2.  |                     | 2              |
| 3.  |                     | 2              |
| 4.  |                     | 2              |
| 5.  |                     | 2              |
| 6.  |                     | 2              |
| 7.  |                     | 2              |
| 8.  |                     | 2              |
| <b>Total</b>  |                     | <b>16 ore</b>  |
| <b>Semestrul II (pentru anul I) / Semestrul IV (pentru anul II)</b> |                     |                |
| 1.  |                     | 2              |
| 2.  |                     | 2              |
| 3.  |                     | 2              |
| 4.  |                     | 2              |
| 5.  |                     | 2              |
| 6.  |                     | 2              |
| 7.  |                     | 2              |
| 8.  |                     | 2              |
| <b>Total</b>  |                     | <b>16 ore</b>  |
| <b>TOTAL</b>  |                     | <b>32 ore</b>  |

## Activități extracurriculare

| Nr. | Tipul de activitate | Locul | Termen de realizare | Parteneri |
|-----|---------------------|-------|---------------------|-----------|
|     |                     |       |                     |           |
|     |                     |       |                     |           |
|     |                     |       |                     |           |


Data: \_\_\_\_\_ Tutore \_\_\_\_\_ Numele, Prenumele

**Anexa 2. Unități de conținut obligatorii**

|                               | <b>Unități de conținut</b>  | <b>Numărul de ore</b> |
|-------------------------------|---|-----------------------|
| <b>Anul I, Semestrul I</b>    |   |                       |
| 1.                            | <b>Procesul de studii la USARB</b><br>1.1. Istoricul universității, facultății, catedrei<br>1.2. Structura organizatorică a USARB<br>1.3. Cadrul normativ al USARB<br>1.4. Sursele de informare (abonarea la paginile web, de pe Facebook, Instagram a USARB, orar, date de contact)<br>1.5. Documentele studentului (dosar personal, carnet de student)  | 2                     |
| 2.                            | <b>Bazele culturii informației</b><br>2.1. Comunitatea utilizatorilor Bibliotecii Științifice a USARB<br>2.2. Spațiile Bibliotecii Științifice a USARB<br>2.3. Resurse, servicii și produse info-bibliotecare   | 2                     |
| 3.                            | <b>Succesul academic</b><br>3.1. Studiul individual<br>3.2. Admiterea la evaluarea finală<br>3.3. Pregătirea pentru examene<br>3.4. Lichidarea restanțelor<br>3.5. Bursa de studii și socială   | 2                     |
| <b>Anul I, Semestrul II</b>   |   |                       |
| 4.                            | <b>Implicarea în procesul decizional</b><br>4.1. Autogovernarea studentescă (Decanatul studentesc, Senatul studentesc)<br>4.2. Comisiile catedrei, facultății, senatului USARB<br>4.3. Evaluarea calității studiilor<br>4.4. Promovarea spiritului de guvernare participativă a studenților în cadrul Sistemului de Management al Calității<br>4.5. Participare în procesul electoral în instituție | 2                     |
| 5.                            | <b>Activitățile extracurriculare în formarea competențelor profesionale</b><br>5.1. Argumente pentru participarea activă la activitățile extracurriculare din USARB și alte instituții<br>5.2. Moduri de participare (direct, indirect, voluntariat)<br>5.3. Reguli de comportament   | 2                     |
| 6.                            | <b>Comunicarea în mediul academic</b><br>6.1. Reguli de comunicare orală și scrisă în comunitatea academică<br>6.2. Prevenirea și soluționare conflictelor<br>6.3. Relaționarea cu colegii  | 2                     |
| <b>Anul II, Semestrul III</b> |   |                       |
| 7.                            | <b>Fenomenul de bullying în rândul studenților</b><br>7.1. Trăsături, forme și cauze ale bullyingului   | 2                     |



|                              |   |   |
|------------------------------|---|---|
|                              | 7.2. Roluri în relația de bullying<br>7.3. Consecințele bullying-ului   |   |
| 8.                           | <b>Promovarea imaginii profesiei</b><br>8.1. Participarea la Campaniile de promovare a imaginii USARB<br>8.2. Oferirea de interviuri<br>8.3. Postarea inteligentă a conținutului pe rețele de socializare<br>8.4. Etica mesajelor personale<br>8.5. Participarea la sondaje   | 2 |
| 9.                           | <b>Dezvoltare personală și consiliere psihologică</b><br>9.1. Tehnici și metode pentru depășirea dificultăților emoționale, cognitive și de comportament;<br>9.2. Oferirea de sprijin pentru o mai bună autocunoaștere;<br>9.3. Gestionarea stresului în sesiune;<br>9.4. Modalități de dezvoltare a resurselor personale;<br>9.5. Dezvoltarea abilităților de stabilire a scopurilor și obiectivelor, a abilităților de planificare a timpului și activităților, de luare a deciziilor.  | 2 |
| <b>Anul II, Semestrul IV</b> |   |   |
| 10.                          | <b>Mobilitatea academică</b><br>10.1. Oportunități de mobilitate<br>10.2. Surse de informare<br>10.3. Proceduri specifice   | 2 |
| 11.                          | <b>Identificarea oportunităților de dezvoltare a abilităților și competențelor profesionale</b><br>11.1. Mijloacele de consiliere în carieră prin evaluarea intereselor și abilităților profesionale;<br>11.2. Instrumente de căutare a unui loc de muncă (CV, scrisoare de intenție/ motivație);<br>11.3. Promovarea ofertelor de internshipuri, stagii de practică, locuri de muncă;  | 2 |
| 12.                          | <b>Educația juridică în rândul tinerilor</b><br>12.1. să evidențieze drepturile, libertățile și îndatoririle fundamentale ale cetățenilor Republicii Moldova;<br>12.2. să determine rolul sistemului judecătoresc în realizarea drepturilor omului;<br>12.3. să identifice noțiunea, trăsăturile și importanța contractului individual de muncă;<br>12.4. să determine regulile privind executarea obligațiilor funcționale, timpul de muncă, timpul de odihnă și salarizarea;<br>12.5. să explice noțiunea de căsătorie, condițiile și procedura încheierii căsătoriei, precum și efectele căsătoriei;<br>12.6. să relateze despre noțiunea de infracțiune și răspundere penală. | 2 |

|   |  |  |
|---|--|--|
|  | <b>Universitatea de Stat „Alecu Russo” din Bălți</b>   | <b>Ediția: 1</b><br><b>Revizia: 0</b><br><b>Data:</b><br><b>19.09.2023</b><br><b>Pag.7 din 7</b> |
|   | <b>Indicații metodice cu privire la elaborarea Planului de activitate a tutorelui<br/> grupei academice, pentru programele de studii la ciclul I, licență, studii<br/> cu frecvență în Universitatea de Stat „Alecu Russo” din Bălți</b> |  |

### **Anexa 3. Activități extracurriculare recomandate**

1. Balul Bobocilor;
2. Ziua profesorului
3. Sărbătorile care promovează valorile culturii naționale;
4. Sărbătorile profesionale;
5. Ziua studentului;
6. Activități de voluntariat etc.