UNIVERSITATEA *SPIRU HARET*

FACULTATEA DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT

DOMENIUL FUNDAMENTAL: ȘTIINȚA SPORTULUI ȘI EDUCAȚIEI FIZICE

DOMENIUL DE STUDII UNIVERSITARE DE LICENȚĂ: EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT

PROGRAMUL DE STUDII: EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORTIVĂ

FORMA DE ÎNVĂȚĂMÂNT: ÎNVĂȚĂMÂNT CU FRECVENȚĂ (IF)

DURATA STUDIILOR (nr. credite): 3 ANI (180 credite)

Aprobat în ședința Senatului din data de .....

PLAN DE ÎNVĂȚĂMÂNT

Anul universitar 2026-2027

Anul I

Nr. crt.	Denumirea disciplinei	Tipul disciplinei	Codul disciplinei	Semestrul 1 (14 săptămâni) Ore săptămână				Semestrul 2 (14 săptămâni) Ore săptămână				Nr. de ore pe disciplină					Forme de evaluare (E, Clv, Pv)		Credite	
				C	S	Lp/L	Total	C	S	Lp/L	Total	Curs ADOS	Sem/ Lp,L ADOS	Total ADOS	Inde-pen-dente	Total	Sem. 1	Sem. 2	Sem. 1	Sem. 2
	A. DISCIPLINE OBLIGATORII																			
1	Kinesiologie	DF	EFS1101	1	1		**2**					14	14	**28**	72	**100**	Clv		**4**	
2	Educație pentru sănătate și prim ajutor	DF	EFS1102	2		2	**4**					28	28	**56**	69	**125**	E		**5**	
3	Anatomie funcțională	DF	EFS1103	2		2	**4**					28	28	**56**	44	**100**	E		**4**	
4	Bazele generale ale atletismului	DS	EFS1104	1		2	**3**					14	28	**42**	83	**125**	E		**5**	
5	Fundamentele științifice ale jocurilor sportive-Baschet	DS	EFS1105	2		3	**5**					28	42	**70**	55	**125**	E		**5**	
6	Teorie și practica în sporturi de apă - Înot	DS	EFS1106	2		2	**4**					28	28	**56**	44	**100**	E		**4**	
7	Jocuri dinamice în educație fizică și sportivă	DS	EFS1107			2	**2**						28	**28**	47	**75**	Pv		**3**	
8	Teoria și metodica educației fizice și sportului	DF	EFS1208					2	2		**4**	28	28	**56**	69	**125**		E		**5**
9	Gimnastica de bază	DS	EFS1209					1		2	**3**	14	28	**42**	83	**125**		E		**5**
10	Fundamentele științifice ale jocurilor sportive-Fotbal	DS	EFS1210					2		3	**5**	28	42	**70**	55	**125**		E		**5**
11	Fundamentele științifice ale jocurilor sportive-Volei	DS	EFS1211					2		3	**5**	28	42	**70**	55	**125**		E		**5**
12	Teorie și practică - Tenis	DS	EFS1212					2		2	**4**	28	28	**56**	44	**100**		E		**4**
13	Istoria Educației fizice și sportului	DC	EFS1213					1	1		**2**	14	14	**28**	47	**75**		Clv		**3**
	B. DISCIPLINE OPȚIONALE: 1 DIN 2																			
14	Limbă străină (engleză)	DC	EFS1214						2		**2**		28	**28**	47	**75**		Pv		**3**
15	Limbă străină (franceză)	DC	EFS1215						2		**2**		28	**28**	47	**75**		Pv		**3**
	C. DISCIPLINE FACULTATIVE DIN PROGRAMUL UNITAR NAȚIONAL DE PREGĂTIRE PENTRU PROFESIA DIDACTICĂ (D.P.P.D.)																			
16	Psihologia educației	DF	EFS1116	2	2		**4**					28	28	**56**	69	**125**	E		**5**	
17	Pedagogie I: Fundamentele pedagogiei; Teoria și metodologia curriculumului	DF	EFS1217					2	2		**4**	28	28	**56**	69	**125**		E		**5**
Total ore pe săptămână (A + B)				**10**	**1**	**13**	**24**	**10**	**5**	**10**	**25**	**280**	**406**	**686**	**814**	**1500**				
Total ore pe săptămână (A + B + C)				**12**	**3**	**13**	**28**	**12**	**7**	**10**	**29**	**336**	**462**	**798**	**952**	**1750**				
Total credite																			**30**	**30**
TOTAL FORME DE EVALUARE SEMESTRIALE ȘI NUMĂR DE CREDITE (E, Clv, Pv)																	**5E,1 Clv, 1Pv**	**5E, 1Clv, 1Pv**		

Legendă: C = curs; S = seminar; Lp = lucrări practice; L = laborator; E = examen; Clv = colocviu; Pv = probă de verificare

ADOS = activități didactice online sincron

Director Departament
Conf.univ.dr. Gheorghe Daniel

DECAN,
Conf.univ.dr. Cojocaru Marilena

UNIVERSITATEA *SPIRU HARET*
FACULTATEA DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
DOMENIUL FUNDAMENTAL: ȘTIINȚA SPORTULUI ȘI EDUCAȚIEI FIZICE
PROGRAMUL DE STUDII: EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORTIVĂ
FORMA DE ÎNVĂȚĂMÂNT: ÎNVĂȚĂMÂNT CU FRECVENȚĂ (IF)
DURATA STUDIILOR (nr. credite): 3 ANI (180 credite)

Aprobat în ședința Senatului din data de .....

PLAN DE ÎNVĂȚĂMÂNT
Anul universitar 2027-2028
Anul II

Nr. crt.	Denumirea disciplinei	Tipul disciplinei	Codul disciplinei	Semestrul 3 (14 săptămâni) Ore săptămână				Semestrul 4 (14 săptămâni) Ore săptămână				Nr. de ore pe disciplină					Forme de evaluare (E, Clv, Pv)		Credite	
				C	S	Lp/L	Total	C	S	Lp/L	Total	Curs ADOS	Sem/ Lp,L ADOS	Total ADOS	Inde-pen-dente	Total	Sem. 3	Sem. 4	Sem. 3	Sem. 4
	A. DISCIPLINE OBLIGATORII																			
1	Psihopedagogie	DF	EFS2301	1	2		3					14	28	42	33	75	Clv		3	
2	Fundamentele științifice ale jocurilor sportive-Handbal	DS	EFS2302	2		3	5					28	42	70	55	125	E		5	
3	Fitness-ul în educație fizică și sportivă	DS	EFS2303	2		2	4					28	28	56	69	125	E		5	
4	Teorie și practică - Atletism	DS	EFS2304	1		2	3					14	28	42	83	125	E		5	
5	Teorie și practică - Gimnastică	DS	EFS2305	1		2	3					14	28	42	83	125	E		5	
6	Aplicații practice - Sporturi de apă	DS	EFS2306			2	2						28	28	22	50	Pv		2	
	B. DISCIPLINE OPȚIONALE: 1 DIN 2																			
7	Teorie și practică - Arte marțiale	DS	EFS2307	2		2	4					28	28	56	69	125	E		5	
8	Teorie și practică - Judo	DS	EFS2308	2		2	4					28	28	56	69	125	E		5	
	A. DISCIPLINE OBLIGATORII																			
9	Fiziologie	DF	EFS2409					1		2	3	14	28	42	83	125		E		5
10	Metodica predării atletismului în școală	DS	EFS2410					2		2	4	28	28	56	69	125		E		5
11	Metodica predării baschetului în școală	DS	EFS2411					2		2	4	28	28	56	69	125		E		5
12	Metodica predării handbalului în școală	DS	EFS2412					2		2	4	28	28	56	69	125		E		5
13	Stagiu de practică în activități de turism	DS	EFS2413							2	2		28	28	22	50		Pv		2
	B. DISCIPLINE OPȚIONALE: 2 DIN 3																			
14	Metode de cercetare în Știința Sportului și Educației Fizice	DC	EFS2414					2	1		3	28	14	42	58	100		Clv		4
15	Refacere în activitatea sportivă	DC	EFS2415					2	1		3	28	14	42	58	100		Clv		4
16	Comunicare în Știința Sportului și Educației Fizice	DC	EFS2416					2	1		3	28	14	42	58	100		Clv		4
	C. DISCIPLINE FACULTATIVE DIN PROGRAMUL UNITAR NAȚIONAL DE PREGĂTIRE PENTRU PROFESIA DIDACTICĂ (D.P.P.D.)																			
17	Pedagogie II: Teoria și metodologia curriculumului; Teoria si metodologia evaluării	DF	EFS2317	2	2		4					28	28	56	69	125	E		5	
18	Didactica specializării	DS	EFS2418					2	2		4	28	28	56	69	125		E		5
Total ore pe săptămână (A + B)				9	2	13	24	11	2	10	23	280	378	658	842	1500				
Total ore pe săptămână (A + B + C)				11	4	13	28	13	4	10	27	336	434	770	980	1750				
Total credite																			30	30
TOTAL FORME DE EVALUARE SEMESTRIALE ȘI NUMĂR DE CREDITE (E, Clv, Pv)																	5E,1Clv, 1Pv	4E,2Clv, 1Pv		

Legendă: C = curs; S = seminar; Lp = lucrări practice; L = laborator; E = examen; Clv = colocviu; Pv = probă de verificare
ADOS = activități didactice online sincron

Director Departament
Conf.univ.dr. Gheorghe Daniel

DECAN,
Conf.univ.dr. Cojocaru Marilena

UNIVERSITATEA SPIRU HARET
FACULTATEA DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
DOMENIUL FUNDAMENTAL: ȘTIINȚA SPORTULUI ȘI EDUCAȚIEI FIZICE
PROGRAMUL DE STUDII: EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORTIVĂ
FORMA DE ÎNVĂȚĂMÂNT: ÎNVĂȚĂMÂNT CU FRECVENȚĂ (IF)
DURATA STUDIILOR (nr. credite): 3 ANI (180 credite)

Aprobat în ședința Senatului din data de .....

PLAN DE ÎNVĂȚĂMÂNT

Anul universitar 2028-2029

Anul III

Nr. crt.	Denumirea disciplinei	Tipul disciplinei	Codul disciplinei	Semestrul 5 (14 săptămâni) Ore săptămână				Semestrul 6 (14 săptămâni) Ore săptămână				Nr. de ore pe disciplină					Forme de evaluare (E, Clv, Pv)		Credite	
				C	S	Lp/L	Total	C	S	Lp/L	Total	Curs ADOS	Sem/ Lp,L ADOS	Total ADOS	Indepen dente	Total	Sem. 5	Sem. 6	Sem.5	Sem.6
	A. DISCIPLINE OBLIGATORII																			
1	Teorie și practică în sporturi de expresie - Dans sportiv	DS	EFS3501	1		2	3					14	28	42	58	100	Clv		4	
2	Metodica predării fotbalului în școală	DS	EFS3502	2		2	4					28	28	56	69	125	E		5	
3	Metodica predării voleiului în școală	DS	EFS3503	2		2	4					28	28	56	69	125	E		5	
4	Activitati motrice adaptate	DS	EFS3504	1		2	3					14	28	42	58	100	E		4	
5	Practica și metodica activităților motrice pe grupe de vârstă	DS	EFS3505	1		2	3					14	28	42	83	125	E		5	
6	Stagiu de practică în unități de învățământ	DS	EFS3506			3	3						42	42	33	75	Pv		3	
	B. DISCIPLINE OPȚIONALE: 1 DIN 2																			
7	Gimnastică aerobică de întreținere	DS	EFS3507	1		2	3					14	28	42	58	100	Clv		4	
8	Expresie corporală și euritmie	DS	EFS3508	1		2	3					14	28	42	58	100	Clv		4	
	A. DISCIPLINE OBLIGATORII																			
9	Evaluare motrică și somato-funcțională	DS	EFS3609					1		2	3	14	28	42	58	100		Clv		4
10	Metodica predării gimnasticii în școală	DS	EFS3610					2		2	4	28	28	56	69	125		E		5
11	Activități motrice de timp liber	DS	EFS3611					1		2	3	14	28	42	58	100		E		4
12	Stagiu de practică în baze de agrement	DS	EFS3612							2	2		28	28	22	50		Pv		2
13	Stagiu de pregătire și elaborare a lucrării de licență	DS	EFS3613							4	4		56	56	19	75		Pv		3
14	Etică și integritate academică	DC	EFS3614					1	1		2	14	14	28	72	100		Clv		4
	B. DISCIPLINE OPȚIONALE: 2 DIN 3																			
15	Management aplicat în Știința Sportului și Educației Fizice	DC	EFS3615					1	2		3	14	28	42	58	100		E		4
16	Utilizarea soft-uri specializate în ȘSEF	DC	EFS3616					1		2	3	14	28	42	58	100		E		4
17	Biochimie	DC	EFS3617					1		2	3	14	28	42	58	100		E		4
	C. DISCIPLINE FACULTATIVE DIN PROGRAMUL UNITAR NAȚIONAL DE PREGĂTIRE PENTRU PROFESIA DIDACTICĂ (D.P.P.D.)																			
18	Instruire asistată de calculator	DS	EFS3518	1	1		2					14	14	28	22	50	Clv		2	
19	Practica pedagogică de specialitate în învățământul	DS	EFS3518			3	3						42	42	33	75	Clv		3	
20	Managementul clasei de elevi	DF	EFS3620					1	1		2	14	14	28	47	75		E		3
21	Practica pedagogică de specialitate în învățământul	DS	EFS3621							3	3		36	36	14	50		Clv		2
Total ore pe săptămână (A + B)				**8**	**0**	**15**	**23**	**7**	**3**	**14**	**24**	**210**	**448**	**658**	**842**	**1500**				
Total ore pe săptămână (A + B + C)				**9**	**1**	**18**	**28**	**8**	**4**	**17**	**29**	**238**	**554**	**792**	**958**	**1750**				
Total credite																			**30**	**30**
Susținerea examenului de licență																				**10**
TOTAL FORME DE EVALUARE SEMESTRIALE ȘI NUMĂR DE CREDITE (E, Clv, Pv)																	**4E,2Clv, 1Pv**	**4E,2Clv, 2Pv**		

Legendă: C = curs; S = seminar; Lp = lucrări practice; L = laborator; E = examen; Clv = colocviu; Pv = probă de verificare
ADOS = activități didactice online sincron

Examenul de licență constă din două probe (10 credite):
Proba 1 - Evaluarea cunoștințelor fundamentale și de specialitate
Proba 2 - Prezentarea și susținerea lucrării de licență

Director Departament
Conf.univ.dr. Gheorghe Daniel

DECAN,
Conf.univ.dr. Cojocaru Marilena

UNIVERSITATEA *SPIRU HARET* BUCUREŞTI
FACULTATEA DE EDUCAŢIE FIZICĂ ŞI SPORT
Şoseaua Berceni nr. 24, BUCUREŞTI sector 4
Tel./Fax 0213171900
E – mail: secretariat_efs@spiruharet.ro

ISO 9001 Certificat nr. 611C
ISO 37001 Certificat nr. 004AM
004AM

PLAN DE ÎNVĂŢĂMÂNT
Anul universitar 2026-2029

Programul de studii universitare de licenţă	**EDUCAŢIE FIZICĂ ŞI SPORTIVĂ**
Domeniul fundamental:	**ŞTIINŢA SPORTULUI ŞI EDUCAŢIEI FIZICE**
Domeniul de licenţă:	**EDUCAŢIE FIZICĂ ŞI SPORT**
Durata studiilor:	**3 ANI**
Forma de învăţământ:	**CU FRECVENŢĂ (IF)**

I. OBIECTIVE DE FORMARE

Obiectivul generale al programului de studii universitare de licenţă vizează:

- formarea specialistului cu studii de licenţă în domeniul Ştiinţa Sportului şi Educaţiei Fizice
- programul de studiu Educaţie fizică şi sportivă are misiunea didactică de a forma specialişti în educaţie fizică şi sportivă, precum şă în alte direcţii ale motricităţii umane formale şi nonformale abilitate cu competenţe pe direcţia proiectării, conducerii şi evaluării actului de predare/învăţare
- cercetarea ştiinţifică un obiectiv prioritar pentru asigurarea suportului ştiinţific necesar cunoaşterii şi dezvoltării domeniului.
- implicarea absolvenţilor în activităţi conexe domeniului de educaţie fizică şi sport
- conduită creativ-inovativă în domeniul educaţiei fizice şi sportului;

II. COMPETENŢE ŞI REZULTATE ALE ÎNVĂŢĂRII

Programul este înscris în Registrul Naţional al Calificărilor din Învăţământul Superior cu următoarele coordonate:
cod ocupaţie: 2330 – Profesor în învăţământul secundar; ocupaţia vizată: Profesor în învăţământul gimnazial (COR 233002); Profesor în învăţământul primar (COR/ESCO 2341).

Competenţe profesionale

C1 Proiectarea şi planificarea conţinuturilor de bază ale domeniului cu orientare interdisciplinară

Rezultatele învăţării

1.1. Cunoştinţe

Studentul/absolventul explică şi aplică concepte, teorii şi modele privind proiectarea şi planificarea în activităţile de educaţie fizică şi sport

1.2. Abilităţi

Studentul/absolventul proiectează şi planifică programe formative şi educative

1.3. Responsabilitate şi autonomie

Studentul/absolventul exercită diferite roluri în cadrul echipelor interdisciplinare

C2 Organizarea curriculumului integrat şi a mediului de instruire şi învăţare, cu accent interdisciplinar

Rezultatele învăţării

2.1.Cunoştinţe

Studentul/absolventul identifică şi implementează principiile de bază şi conduce activităţile de educaţie fizică şi sportive în procesul de predare-învăţare

Studentul/absolventul concepe şi prezentă sisteme şi mijloace specifice educaţiei fizice şi sportive

2.2.Abilităţi

Studentul/absolventul selectează metode de predare adecvate obiectivelor de instruire

Studentul/absolventul exemplifică diferite tipuri de exerciţii fizice

2.3. Responsabilitate şi autonomie

Studentul/absolventul alege variante de predare adecvate contextului educaţional

Studentul/absolventul selectează exerciţii fizice în funcţie de particularităţile practicanţilor

C3 Evaluarea creşterii şi dezvoltării fizice şi a calităţii motricităţii potrivit cerinţelor/ obiectivelor specifice educaţiei fizice si sportive, a atitudinii faţă de practicarea independentă a exerciţiului fizic

Rezultatele învăţării

3.1.Cunoştinţe

Studentul/absolventul explică noțiunile generale ale domeniului, referitoare la formele de organizare ale activității de educație fizică și sport, principiile, metodele și mijloacele fundamentale aplicabile în forme diferite de organizare, conceptele de motricitate și activitate motrică, astfel încât să poată fi utilizate în context formativ și performanțial
Studentul/absolventul cunoaște tipurile de exerciții și metodele de instruire motrică adaptate vârstei școlare

3.2.Abilități

Studentul/absolventul utilizează noțiunile fundamentale ale motricității umane în contexte variate
Studentul/absolventul propune exerciții în funcție de particularitățile individuale și obiectivele lecției

3.3. Responsabilitate și autonomie

Studentul/absolventul exemplifică acte, acțiuni și activități motrice
Studentul/absolventul propune exerciții în funcție de particularitățile individuale și obiectivele lecției

C4 Descrierea și demonstrarea sistemelor operaționale specifice Educației fizice și sportive, pe grupe de vârstă

Rezultatele învățării

4.1.Cunoștințe

Studentul/absolventul definește necesitățile dezvoltării motrice în funcție de vârstă, metodele de predare adaptate

4.2.Abilități

Studentul/absolventul creează activități motrice adecvate diferitelor grupe de vârstă
Studentul/absolventul realizează testele de evaluare motrică, interpretează rezultatele și stabilește planuri de intervenție

4.3. Responsabilitate și autonomie

Studentul/absolventul evaluează evoluția motrică a elevilor și adaptarea activităților în funcție de abilitățile lor
Studentul/absolventul are capacitatea de a proiecta un program de evaluare personalizat și de a urmări progresul individual al participanților

C5 Evaluarea nivelului de pregătire a practicanților activităților de educație fizică și sport

Rezultatele învățării

5.1.Cunoștințe

Studentul/absolventul explică diferite metode de predare în activitățile motrice, în vederea favorizării însușirii de cunoștințe și a creșterii eficienței actului educațional

5.2.Abilități

Studentul/absolventul selectează metode de predare adecvate obiectivelor de instruire
Studentul/absolventul utilizează metodele de predare în acord cu conținuturile programelor de instruire

5.3. Responsabilitate și autonomie

Studentul/absolventul alege variante de predare adecvate contextului educațional
Studentul/absolventul adaptează metodele de predare în funcție de particularitățile practicanților exercițiilor fizice

C6 Utilizarea elementelor de management și marketing specifice domeniului

Rezultatele învățării

5.1.Cunoștințe

Studentul/absolventul explică conceptele fundamentale de management și marketing de organizare și conducere în domeniul sportiv

Studentul/absolventul înțelege cadrului legal și organizațional privind utilizarea metodelor de management al activităților de educație fizică și sport în contextul general al cererii și ofertei

5.2.Abilități

Studentul/absolventul are abilitatea de a dezvolta strategii de management pentru organizații sportive și programe educație fizică

Studentul/absolventul identifică resursele umane, materiale, financiare, informaționale necesare managementului activităților de educație fizică și sport.

5.3. Responsabilitate și autonomie

Studentul/absolventul are capacitatea de a lua decizii eficiente și de a coordona echipe în activități sportive și educaționale

Studentul/absolventul utilizează elemente de management organizațional și educațional în activitatea profesională

Competențe transversale

CT1 Organizarea de activități de educație fizică și sportive pentru persoane de diferite vârste și niveluri de pregătire în condiții de asistență calificată, cu respectarea normelor de etică și deontologie profesională

Rezultatele învățării

1.1.Cunoștințe

Studentul/absolventul cunoaște principiile etice și normele de integritate academică relevante

1.2.Abilități

Studentul/absolventul are capacitatea de a aplica principiile etice în activități academice și profesionale

1.3. Responsabilitate și autonomie

Studentul/absolventul are abilitatea de a promova valori etice și de a gestiona dilemele morale în mediul sportiv și educațional

CT2 Îndeplinirea în condiții de eficiență și eficacitate a sarcinilor de lucru pentru organizarea și desfășurarea activităților sportive

Rezultatele învățării

2.1.Cunoștințe

Studentul/absolventul înțelege principiile colaborării eficiente în cadrul echipelor educaționale

Studentul/absolventul

2.2.Abilități

Studentul/absolventul comunică eficient și respectuos cu membrii echipei

Studentul/absolventul

2.3. Responsabilitate și autonomie

Studentul/absolventul își asumă sarcinile în cadrul echipei și sprijină atingerea obiectivelor comune

CT3 Operarea cu programe digitale, documentarea și comunicarea într-o limbă de circulație internațională

Rezultatele învățării

3.1.Cunoștințe

Studentul/absolventul explică și descrie principiile comunicării eficiente în contextul sportiv și educațional

Studentul/absolventul explică modul de utilizare a diferitelor soft-uri în analiza performanțelor sportive și gestionarea datelor

3.2.Abilităţi

Studentul/absolventul are abilitatea de a interacţiona eficient cu diferite persone din domeniul sportului

Studentul/absolventul are abilitatea de a utiliza software specializate pentru analiza statistică şi evaluarea performanţei

3.3. Responsabilitate şi autonomie

Studentul/absolventul promovează şi facilitează discuţii constructive în grupuri

Studentul/absolventul gestionează integrarea acestor aplicaţii în activităţile de învăţare şi dezvoltare personală în domeniul sportului

III. STRUCTURA ANULUI UNIVERSITAR

Număr de semestre: 6
Număr de credite pe semestru: 30
Număr de ore de activităţi didactice /săptămână: 22-28
Numărul total de credite: 180

STRUCTURA ANILOR UNIVERSITARI (în număr de săptămâni)

Ani de studiu	Activităţi didactice		Sesiuni de examene		
	Sem. I	Sem. II	Iarnă	Vară	Toamnă
I	14	14	3	4	2
II	14	14	3	4	2
III	14	14	3	2	2
TOTAL	**42**	**42**	**9**	**10**	**6**

IV. EXAMENUL DE FINALIZARE A STUDIILOR – 10 credite (în afara celor 180 de credite obligatorii)

Constă din două probe:
Proba 1 - Evaluarea cunoştinţelor fundamentale şi de specialitate
Proba 2 - Prezentarea şi susţinerea lucrării de licenţă

V. STRUCTURA DISCIPLINELOR CUPRINSE ÎN PLANUL DE ÎNVĂŢĂMÂNT

DISCIPLINE FUNDAMENTALE (DF)

Nr. crt.	Disciplina	An/semestru de studiu	Nr. credite
1.	Kinesiologie	I/1	4
2.	Educaţie pentru sănătate şi prim ajutor	I/1	5
3.	Anatomie funcţională	I/1	4
4.	Teoria şi metodica educaţiei fizice şi sportului	I/2	5
5.	Psihopedagogie	II/3	3
6.	Fiziologie	II/4	5

DISCIPLINE DE SPECIALIZARE (DS)

Nr. crt.	Disciplina	An/semestru de studiu	Nr. credite

1.	Bazele generale ale atletismului	I/1	5
2.	Fundamentele ştiinţifice ale jocurilor sportive - Baschet	I/I	5
3.	Teorie şi practică în sporturi de apă - Înot	I/1	4
4.	Jocuri dinamice în educaţie fizică şi sportivă	I/1	3
5.	Gimnastica de bază	I/2	5
6.	Fundamentele ştiinţifice ale jocurilor sportive - Fotbal	I/2	5
7.	Fundamentele ştiinţifice ale jocurilor sportive -Volei	I/2	5
8.	Teorie şi practică – Tenis	I/2	4
9.	Fundamentele ştiinţifice ale jocurilor sportive - Handbal	II/3	5
10.	Fitness-ul în educaţie fizică şi sportivă	II/3	5
11.	Teorie şi practică - Atletism	II/3	5
12.	Teorie şi practică - Gimnastică	II/3	5
13.	Aplicaţii practice – Sporturi de apă	II/3	2
14.	Metodica predării atletismului în şcoală	II/4	5
15.	Metodica predării baschetului în şcoală	II/4	5
16.	Metodica predării handbalului în şcoală	II/4	5
17.	Stagiu de practică în activităţi de turism	II/4	2
18.	Teorie şi practică în sporturi de expresie – Dans sportiv	III/5	4
19.	Metodica predării fotbalului în şcoală	III/5	5
20.	Metodica predării voleiului în şcoală	III/5	5
21.	Activităţi motrice adaptate	III/5	4
22.	Practica şi metodica activităţilor motrice pe grupe de vârstă	III/5	5
23.	Stagiu de practică în unităţi de învăţământ	III/5	3
24.	Evaluare motrică şi somato-funcţională	III/6	4
25.	Metodica predării gimnasticii în şcoală	III/6	5
26.	Activităţi motrice de timp liber	III/6	4
27.	Stagiu de practică în baze de agrement	III/6	2
28.	Stagiu de pregătire şi elaborare a lucrării de licenţă	III/6	3
29.	Teorie şi practică – Arte marţiale	II/3	5
30.	Teorie şi practică – Judo	II/3	5
31	Gimnastica aerobică de întreţinere	III/5	4
32.	Expresie corporală şi euritmie	III/5	4

DISCIPLINE COMPLEMENTARE (DC)

Nr. crt.	Disciplina	An/semestru de studiu	Nr. credite
1.	Istoria Educaţiei fizice şi sportului	I/2	3
2.	Limbă străină (engleză)	I/2	3
3.	Limbă străină (franceză)	I/2	3
4.	Metode de cercetare în Ştiinţa Sportului şi Educaţiei Fizice	II/4	4
5.	Refacere în activitatea sportivă	II/4	4
6.	Comunicare în Ştiinţa Sportului şi Educaţiei Fizice	II/4	4
7.	Etică şi integritate academică	III/6	4
8.	Management aplicat în Ştiinţa Sportului şi Educaţiei Fizice	III/6	4
9.	Utilizarea soft-uri specializate în ŞSEF	III/6	4
10.	Biochimie	III/6	4

TOTAL CREDITE 180

VI. NUMĂRUL DE ORE DE ACTIVITĂȚI PREVĂZUT ÎN PLANUL DE ÎNVĂTĂMÂNT

Tip activitate	Nr. ore	Pondere
Curs	770	38,5%
Seminar	182	9,09%
Lucrări practice	1050	52,4%
NUMĂR TOTAL ORE	**2002**	**100%**

VII. SITUAȚIE CENTRALIZATOARE

Nr crt	Disciplina	Nr de ore/an			Total	
		An I	An II	An III	ore	%
1	Discipline fundamentale	196	84	-	280	14,00%
2	Discipline de specialitate	434	490	546	1470	73,42%
3	Discipline complementare	56	84	112	252	12,58%
TOTAL		**686**	**658**	**658**	**2002**	**100%**

VIII. NUMĂR EVALUĂRI PE ÎNTREG CICLUL DE STUDII

	Tipul evaluării		
	Examen	**Colocviu**	**Verificare**
Semestrul 1	**5**	**1**	**1**
Semestrul 2	**5**	**1**	**1**
Semestrul 3	**5**	**1**	**1**
Semestrul 4	**4**	**2**	**1**
Semestrul 5	**4**	**2**	**1**
Semestrul 6	**5**	**1**	**2**
Total	**28**	**8**	**7**

Decan
Conf.univ.dr. Cojocaru Marilena