



Se aplică pentru anul I de studiu
începând cu anul
universitar 2022-2023

Facultatea de Științe Umaniste

Domeniul fundamental: Știința sportului și Educației fizice

Domeniul pentru studii universitare de licență: Educație Fizică și Sport

Program de studii: Educație Fizică și Sportivă

Durata studiilor: 3 ani

Forma de învățământ: IF

Cod:LEF

PLAN DE ÎNVĂȚĂMÂNT

CICLUL LICENȚĂ

I. Misiunea programului de studiu

Misiunea programului de studiu „Educație fizică și sportivă” deriva din misiunea Universității Valahia din Târgoviște, și din cea a Facultății de Științe Umaniste structură instituțională din componența căreia face parte, fiind una didactică și de cercetare.

Astfel, misiunea programului de studii „Educație fizică și sportivă” vizează:

- asigurarea și satisfacerea transferului de informație specializată, stimularea și susținerea creației și performanței sportive în domeniul educație fizică, sport și motricitate umană pentru a fi compatibil în mod continuu cu cel practicat în Uniunea Europeană, astfel încât absolvenții universității să fie recunoscuți ca specialiști europeni;
- din perspectivă didactică formarea de specialiști în domeniul Educației fizice, sportului precum și altor direcții ale motricității umane.
- din perspectiva cercetării științifice asigurarea înnoirii fondului de date științifice pentru suportul necesar cunoașterii aprofundate, dezvoltării și evoluției atât a domeniului cât și a omului în general, prin promovarea cercetărilor fundamentale și aplicative în domeniu, a studiilor și proiectelor interdisciplinare asimilate cercetării științifice inclusiv prin atragerea studenților în acest gen de activitate;

II. Obiective de formare și competențe

A. Obiective generale

1. Formarea de specialiști cu pregătire superioară bună și foarte bună în conformitate cu tradiția universitară și cu cerințele de pe piața forței de muncă calificată.

Strategii

- adaptarea structurii programelor de studii pe cele trei cicluri - licență, masterat, doctorat - în funcție de provocările datorate unui context economic și cultural complex, cu scopul de a crește, astfel, şansele de angajare ale studenților oriunde în Europa;
- dimensionarea rațională a cifrei de școlarizare în funcție de orientările strategice privind



F 010.2010.Ed.2

Rector,

Conf.univ.dr. Laura Monica GORGHEIU

Decan,

Prof.univ.dr. Mircea ANGHELINU

Director Departament,

Conf.univ.dr. Cristian-Florin SAVU

Document de uz inter

- dezvoltarea economico-socială și culturală a României, coroborat cu cerințele pieței forței de muncă europene, numărul solicitărilor și dimensionarea resurselor;
- completarea, dezvoltarea și perfecționarea pregătirii profesionale a absolvenților învățământului universitar prin studii aprofundate, masterat și doctorat;

2. Îmbunătățirea activităților privind perfecționarea continuă

Strategii

- creșterea gradului de acoperire cu cadre didactice titulare a posturilor din statele de funcțiuni.
- perfecționarea cadrelor didactice și de cercetare prin studii de doctorat, stagii de documentare și schimburi de experiență la alte unități de învățământ superior din țară și străinătate;
- perfecționarea procedurilor de evaluare periodică a cadrelor didactice.

3. Analiza periodică a performanțelor programelor de studii.

Strategii

- auditarea periodică a calității programelor de studii;
- adaptarea planurilor de învățământ și a programelor analitice în funcție de modificările care apar în domeniu.
- dezvoltarea unor baze de date care să furnizeze informații relevante despre calitatea programului de studii.
- dezvoltarea de structuri care să asigure orientarea în carieră a studenților.

4. Dezvoltarea activității de cercetare științifică .

Strategii

- încurajarea și stimularea activităților de cercetare științifică, prin atragerea studenților în colective mixte de cercetare (cadre didactice – studenți);
- cunoașterea activităților și performanțelor studenților și masteranzilor din cadrul altor universități și institute de cercetare naționale și internaționale prin participarea acestora la sesiuni științifice, simpozioane, colocvii etc.

B. Obiective cognitive: să cunoască aparatul național specific domeniului Educație fizică și sport; să cunoască implicațiile biologice și sociale ale practicării activităților de educație fizică și sportivă; să cunoască sistemul de mijloace cu care se operează în activitățile de educație fizică și sportivă; să cunoască componentele procesului instructiv-educativ de educație fizică și sportivă; să cunoască cele mai importante teorii despre învățarea/educarea motrică; să cunoască formele de organizare, programare – planificare, evidență și evaluare a activităților de educație fizică și sportivă.

C. Obiective aplicativ-practice (instrumental-operational): să fie capabil a analiza interdisciplinar diferențele forme de manifestare a motricității umane; să aibă capacitatea de a se exprima motric la un compatibil cu cerințele profesionale ulterioare și de a conștientiza parametrii de mișcare și efort realizați; să-și aibă capacitatea de a corela diversitatea cunoștințelor dobândite pe parcursul traseului de studii; să fie capabil a identifica și utiliza noi surse de informație necesare pentru rezolvarea unor probleme noi; să fie capabil a aplica creativ cunoștințele dobândite în facultate, în situații profesionale diverse; să aibă capacitatea de a-și organiza eficient activitatea profesională.

D. Obiective pentru formarea competențelor de comunicare și relaționare: să dobândească abilitatea de a comunica eficient, utilizând o terminologie specifică și adecvată nivelului de pregătire a subiecților angrenați într-o gamă variată de activități de educație fizică și sportivă; să fie capabil a utiliza moduri și stiluri de comunicare motrică/amotrică adecvate situațiilor specifice; să dobândească o atitudine flexibilă și adaptabilă la munca de echipă.



Decan,
Prof.univ.v.șr. Mircea ANGHELEANU

Director Departament,
Conf.univ.dr. Cristian-Florian SAVU

Document de uz inter

III Competențe

A. Competențe profesionale:

C1. Proiectarea modulară și planificarea conținuturilor de bază ale domeniului, cu orientare interdisciplinară;

C2. Organizarea curriculumului integrat și a mediului de instruire și învățare, cu accent interdisciplinar;

C3. Evaluarea creșterii și dezvoltării fizice și a calității motricității potrivit cerințelor/obiectivelor specifice educației fizice și sportive, a atitudinii față de practicarea independentă a exercițiului fizic;

C4. Descrierea și demonstrarea sistemelor operaționale specifice educației fizice și sportive, pe grupe de vârstă;

C5. Evaluarea nivelului de pregătire a practicanților activităților de educație fizică și sportivă;

C6. Utilizarea elementelor de management și marketing specifice domeniului Educației fizice și sportive.

B. Competențe transversale:

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

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

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

IV. Distribuirea creditelor pe competențe - Programul de studii de licență *Educație fizică și sportivă*

Nr. Crt.	Disciplina	Semestrul	Număr credite	Competențe profesionale						Competențe transversale		
				C1	C2	C3	C4	C5	C6	CT1	CT2	CT3
1.	Kinesiologie	I	4	2	2	2						
2.	Bazele generale ale atletismului	I	4	2	2							
3.	Gimnastică de bază	I	4	2	2							
4.	Fundamente științifice ale jocului de fotbal	I	5	1	1	1	1					
5.	Anatomie funcțională	I	5	3	1	1	1					
6.	Limă străină engl/franceză	I,II	3/2									6
7.	Comunicare în řSSEF	I	5						1	1	1	1
	Management aplicat în řSSEF											
	Utilizare soft-uri specializate în řSSEF											
8.	Psihopedagogie EFS	II	4	1	1	1	1			1		
9.	Fundamente științifice ale jocului de baschet	II	5	1	1	1	1					
10.	Fiziologie	II	5	3		2						
11.	Teorie și practică în ramuri ale gimnasticii	II	5	1	1	1	2					

Rector,
Conf.univ.dr. Laura Monica GORCHIU Prof.univ.dr. Mircea ANGHELINU

F 010.2010.Ed.2



Decan,
Director Departament,
Conf.univ.dr. Cristian-Florian SAVU

Document de uz inter

12.	Teoria și practica atletismului	II	5	1	1	1	2					
13.	Sociologia în Știința Sportului și Educației Fizice	II	4	1	1	1	1					
	Istoria educației fizice și sportului											
14.	Teoria și metodica EFS	III	5	1	1	1	1		1			
15.	Fundamente științifice ale jocului de handbal	III	5	1	1	1	1					
16.	Fundamente științifice ale jocului de volei	III	5	1	1	1	1					
17.	Teori și practică în sporturi de expresie – dans sportiv	III	5	1	1	1	1					
18.	Teoria și practică în sporturile de iarnă – schi aplin	III	4	1	2	1	2					
	Aplicații practice – discipline sporturi de iarnă		2									
19.	Etică și integritate academică	III	4					1	1	1	1	
	Etică și deontologie în ȘSEF											
20.	Educație pentru sănătate	IV	3	1	1	1		1				
21.	Teorie și practică în sporturi de combat – Judo, Arte martiale	IV	5	1	1			1	2			
22.	Teoria și practica sporturi de apă - înot	IV	4	1	2			1	2			
	Aplicații practice – discipline sporturi de apă		2									
23.	Expresie corporală și euritmie	IV	4	1	1	1	1					
24.	Metodica predării atletismului în școală	IV	4	1	1	1	1	1	1			
25.	Metodica predării baschetului în școală	IV	4	1	1			1	2			
	în școală											
26.	Metodica predării fotbalului în școală	IV	4	1	1			1	2			
27.	Evaluare motrică și somato-funcțională	V	5	1		2			2			
28.	Teorie și practică în alte ramuri sportive - culturism	V	5	1	1	1	1	1	1			
29.	Metodica predării handbalului în școală	V	4	1	1			1	2			
30.	Metodica predării voleiului în școală	V	4	1	1			1	2			
31.	Practica și metodica	V	5	1	1	1	1	1	1			

Rector,
Conf.univ.dr. Laura Monica GORGHIU Prof.univ.ct. Mircea ANGHELINU

F 010.20 10.Ed.2



Director Departament,
Conf.univ.dr. Cristian-Florian SAVU

Document de uz inter

	activităților motrice pe grupe de vârstă										
32.	Stagiu de practică în unități de învățământ	V	2	1	1	1	1	1	1		
33.	Tehnici de autoapărare	V	5	1		1	1	1			
	Tehnici de supraviețuire										
34.	Stagiu de pregătire și elaborare a lucrării de licență	VI	4	2	1	2	2	2	1		
35.	Metodica predării gimnasticii în școală	VI	4	1	1		1	2			
36.	Activități motrice adaptate	VI	4	1		1	1	1			
37.	Fitness	VI	5	1		1	2				
38.	Activități motrice de timp liber	VI	5	1	2		2			1	
39.	Gimnastică aerobică de întreținere/ Step aerobic	VI	4	1	1	1	1				
40.	Metode de cercetare în Știința Sportului și Educației Fizice	VI	4	1					1	2	

V. Statutul profesional

- **Ocupații specifice:** 234101 profesor în învățământul primar, 226910 asistent de cercetare în educație fizică și sport, 233002 profesor în învățământul gimnazial.
- **Ocupații posibile (conform COR):** 134501 conducător tabăra școlară; 134506 conducător de întreprindere mică patron (girant) învățământ, 134402 conducător de întreprindere mică patron (girant) sănătate, 143114 conducător de întreprindere mică patron (girant) sport, 143907 conducător de întreprindere mică patron (girant) turism; 233002 profesor în învățământul gimnazial; 234201 profesor în învățământul preșcolar; 235920 consilier pentru tineret; 342202 instructor sportiv; 342206 instructor (monitor) schi/ călărie/ golf/ tenis/ înot/ sporturi extreme; 342301 animator sportiv; 342302 instructor de fitness; 342214 monitor de schi, snowboard și sporturi de alunecare pe zăpadă; 342304 instructor de aerobic-fitness; 349401 ghid de animație; 511317 animator de hotel; 342305 instructor Educație Fizică.

VI. Cerințe pentru absolvirea ciclului

- Credite pentru discipline obligatorii/opționale - 180
- Susținerea examenului de licență - 10

Proba I – examen oral și probă practico-metodică (testarea cunoștințelor în domeniul de licență și specializarea studiată) – 5 credite

Proba II – elaborarea și susținerea lucrării de licență – 5 credite.

Media minimă de promovare a fiecărei probe este 5,00 iar media minimă de promovare a examenului de licență este 6,00.

VII. Structura anului universitar (în săptămâni):

Anul de studii	Activități didactice			Sesiunea de examene			Practică	Vacanțe		
	Sem. I	Sem. II	Iarnă	Vară	Refaceri credite	Iarnă		Primăvară	Vară	



Director Departament,
Conf.univ.dr. Cristian-Florian SAVU

Document de uz inter

I	14	14	3	3	2	-	2+1*	1	12
II	14	14	3	3	2	2 stagii	2+1*	1	10
III	14	14	3	3	2	2 stagii	2+1*	1	10

*Vacanță intersemestrială

** 2 săptămâni stagiu de elaborare și pregătire a lucrării de licență

V III. Nr. de ore pe săptămână

Anul de studii	Sem. I	Sem. II
I	24	24
II	24	24
III	24	24

IX. Asigurarea flexibilizării instruirii, condiționări.

Opțiunea pentru una din discipline optionale este condiționată de:

- numărul minim de studenți admis pentru constituirea formațiilor de studiu, în conformitate cu prevederile Legii nr. 1/2011, respectiv cu Standardele ARACIS pentru domeniul;
- pentru o disciplină optională sau un modul optional nu se pot înscrie mai mulți studenți decât numărul maxim care se stabilește de Consiliul Facultății.
- dacă există mai multe cereri decât numărul maxim stabilit, departajarea pe discipline și module optionale se va realiza în funcție de media anului de studiu anterior.

Procedura de desfășurare a activităților didactice la disciplinele facultative și de înscriere a notelor/calificativelor, obținute în urma formelor de evaluare, în suplimentul la diplomă este prezentată în Regulamentul de activitate profesională a studenților. Creditele obținute la disciplinele facultative nu le înlocuiesc pe cele destinate disciplinelor obligatorii și optionale. Dreptul de a susține un examen este condiționat de îndeplinirea cerințelor de la orele de lucrări practice precum și de disciplinele condiționate.

X. Condiții de înscriere în anul de studii următor.

- condițiile de înscriere în anul următor, condițiile de a urma module de curs în avans, condițiile de promovare sunt cuprinse în Regulamentul privind activitatea profesională a studenților din UVT.
- pe parcursul studiilor, este obligatoriu avizul medical anual privind starea de sănătate a tuturor studenților, în vederea practicării educației fizice și sportului.

Rector,
Conf.univ.dr. Laura Monica GORGHIU Decan,
Prof.univ.dr. Mircea ANGHELINU

F 010.2010.Ed.2



Director Departament,
Conf.univ.dr. Cristian-Florian SAVU

Document de uz inter

XI. Discipline pe ani de studiu
Domeniul: Educație Fizică și Sport
Program de studii de licență: Educație Fizică și Sportivă

Se aplică pentru anul I de studiu
începând cu anul
universitar 2022-2023

Anul I
Semestrul I

Nr.crt.	COD	Disciplina	Nr. Credite	Estimarea activității studentului (ore)	Număr ore:					Forma de verif.
					C	S	L	P	Total ore	
0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Discipline obligatorii										
1.	LEF1DF01	Kinesiologie	4	100	2	-	1	-	42	E
2.	LEF1DF02	Bazele generale ale atletismului	4	100	2	-	2	-	56	E
3.	LEF1DF03	Gimnastică de bază	4	100	2	-	2	-	56	E
4.	LEF1DF04	Fundamente științifice ale jocului de fotbal	5	125	2	-	2	-	56	E
5.	LEF1DD01	Anatomie funcțională	5	125	2	-	2	-	56	E
6.	LEF1DC01	Limbă străină* Engleză Franceză	3	75	-	2	-	-	28	V
Total discipline obligatorii				25	650	10	2	9	-	294
									21	6
Discipline optionale										
7.	LEF1DC02	Comunicare în §SEF*	5	125	1	-	2	-	42	V
	LEF2DC03	Management aplicat în §SEF	5	125	1	-	2	-	42	V
	LEF2DC04	Utilizare soft-uri specializate în §SEF*	5	125	1	-	2	-	42	V
Total discipline optionale				5	125	1	-	2	-	42
									3	1
Discipline facultative aferente DPPD										
9	PP11BF01	Psihologia educației	5	125	2	2	-	-	56	E
Total discipline facultative aferente DPPD				5	125	2	2	-	-	56
									4	1

Nota:

E – examen

C – colocviu

V - verificare

* O disciplină la alegere;

§SEF - Știința Sportului și Educației Fizice

DF - disciplină fundamentală

DD - disciplină din domeniul de licență

DS - disciplină de specialitate

DC - disciplină complementară

DU - disciplină la dispoziția universității

Rector,
Conf.univ.dr. Laura Monica GORGHIU

Decan,
Prof.univ.dr. Mircea ANGHELINU

F 010.2010.Ed.2


Director Departament,
Conf.univ.dr. Cristian-Florian SAVU

Document de uz inter

Se aplică pentru anul I de studiu
începând cu anul
universitar 2022-2023

Domeniul: Educație Fizică și Sport
Program de studii de licență: Educație Fizică și Sportivă

Anul I

Semestrul II

Nr.crt.	COD	Disciplina	Nr. Credite	Estimarea activității studentului (ore)	Număr ore:					Forma de verif.
					C	S	L	P	Total ore	
0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Discipline obligatorii										
1.	LEF1DF05	Psihopedagogie	4	100	2	1	-	-	42	E
2.	LEF1DF06	Fundamente științifice ale jocului de baschet	5	125	2	-	2	-	56	E
3.	LEF1DD02	Fiziologie	5	125	2	-	2	-	56	E
4.	LEF1DD03	Teoria și practica în ramuri ale gimnasticii - gimnastică artistică și acrobatică	5	125	2	-	2	-	56	E
5.	LEF1DD04	Teoria și practica atletismului	5	125	2	-	2	-	56	E
6.	LEF1DC01	Limbi străine*	Engleză Franceză	2	50	-	2	-	28	V
Total discipline obligatorii									294	5E/IV
									21	6
Discipline optionale										
7.	LEF1DU01	Sociologia în Știința Sportului și Educației Fizice*	4	100	1	-	2	-	42	C
	LEF1DU02	Istoria educației fizice și sportului*	4	100	1	-	2	-	42	
Total discipline optionale			4	100	1	-	2	-	336	1C
									3	1
Discipline facultative aferente domeniului de licență										
8.	LEF2DF01	Orientare turistică și sportivă	3	75	1	-	2	-	42	V
Total discipline facultative aferente domeniului de licență			3	75	1	-	2	-	42	1V
									3	1
Discipline facultative aferente DPPD										
9.	PP11BF02	Pedagogie I: Fundamentele pedagogiei. Teoria și metodologia curriculum-ului	5	125	2	2	-	-	56	E
Total discipline facultative aferente DPPD			5	125	2	2	-	-	56	1E
									4	1

Nota:

E – examen

C – colocviu

V - verificare

* O disciplină la alegere;

ŞSEF - Știința Sportului și Educației Fizice

DF - disciplină fundamentală

DD - disciplină din domeniul de licență

DS - disciplină de specialitate

DC - disciplină complementară

DU - disciplină la dispoziția universității

Rector,
Conf.univ.dr. Laura Monica GORGHIU Prof.univ.dr. Mircea ANGHELINU

F 010.2010.Ed.2



Decan,
Director Departament,
Conf.univ.dr. Cristian-Florin SAVU

Document de uz-int.er

Să aplică pentru anul II de studiu
începând cu anul
universitar 2023-2024

Domeniul: Educație Fizică și Sport
Program de studii de licență: Educație Fizică și Sportivă

Anul II

Semestrul III

Nr.crt.	COD	Disciplina	Nr. Credite	Estimarea activității studentului (ore)	Număr ore:					Forma de verif.
					C	S	L	P	Total ore	
0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Discipline obligatorii										
1.	LEF2DF07	Teoria și metoda educației fizice și sportului	5	125	2	2	-	-	56	E
2.	LEF2DF08	Fundamente științifice ale jocului de handbal	5	125	2	-	2	-	56	E
3.	LEF2DF09	Fundamente științifice ale jocului de volei	5	125	2	-	2	-	56	E
4.	LEF2DD05	Teoria și practica în sporturi de expresie – dans sportiv	5	125	2	-	2	-	56	E
5.	LEF2DD06	Teorie și practică în sporturi de iarnă - schi alpin	4	100	2	-	1	-	42	E
	LEF2DD07	Aplicații practice - discipline sporturi de iarnă (în tabere de pregătire)	2	50	1 săpt x 28 ore pe săpt.				28	Cond. LEF2DD06
Total discipline obligatorii			26	700	10	2	9	-	294	5E
									21	5
Discipline opționale										
6.	LEF2DU03	Etică și integritate academică**	4	100	2	-	1	-	42	C
	LEF2DU04	Etică și deontologie în řSEF**	4	100	2	-	1	-	42	
Total discipline opționale			4	100	2	-	1	-	42	1C
									3	1
Discipline facultative aferente programului										
7.	LEF2DF02	Limbă străină* Engleză Franceză	2	50	-	2	-	-	28	C
Total discipline facultative			2	50	-	2	-	-	28	1C
									2	1C
Discipline facultative aferente DPPD										
8.	PP12BF01	Pedagogie I: Fundamentele pedagogiei. Teoria și metodologia curriculum-ului	5	125	2	2	-	-	56	E
Total discipline facultative aferente DPPD			5	125	2	2	-	-	56	1E
									4	1E

Nota:

E – examen

C – colocviu

V - verificare

** O disciplină la alegere;

řSEF - Știința Sportului și Educației Fizice

DF - disciplină fundamentală

DD - disciplină din domeniul de licență

DS - disciplină de specialitate

DC - disciplină complementară

DU - disciplină la dispoziția universității



Rector,
Conf.univ.dr. Liana Monica GIORGHIU Decan,
Prof.univ.dr. Mircea ANGHELINU

F 010.2010.Ed.2

Director Departament,
Conf.univ.dr. Cristian-Florian SAVU

Document de uz inter

Domeniul: Educație Fizică și Sport
Program de studii de licență: Educație Fizică și Sportivă

Se aplică pentru anul II de studiu
 începând cu anul
 universitar 2023-2024

Anul II

Semestrul IV

Nr. crt.	COD	Disciplina	Nr. Credite	Estimarea activității studentului (ore)	Număr ore:					Forma de verif.	
					C	S	L	P	Total ore		
0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
Discipline obligatorii											
1.	LEF2DF10	Educație pentru sănătate și prim ajutor	3	75	2	-	-	-	28	E	
2.	LEF2DD08	Teorie și practică în sporturi de combat - (judo, arte marțiale)	5	125	2	-	2	-	56	E	
3.	LEF2DD09	Teorie și practică în sporturi de apă - înot	4	100	2	-	1	-	42	E	
	LEF2DD10	Aplicații practice-discipline sporturi de apă (în tabere de pregătire)	2	50	î săpt x 28 ore pe săpt.				28	Cond. LEF2DD09	
4.	LEF2DS01	Expresie corporală și euritmie	4	100	2	-	2	-	56	V	
5.	LEF2DS02	Metodica predării atletismului în școală	4	100	1	-	2	-	42	E	
6.	LEF2DS03	Metodica predării baschetului în școală	4	100	1	-	2	-	42	E	
7.	LEF2DS04	Metodica predării fotbalului în școală	4	100	1	-	2	-	42	E	
Total discipline obligatorii			30	750	11	-	13	-	336	6E/IV	
					24					7	
Discipline facultative aferente domeniului de licență											
7.	LEF2DF03	Limbă străină	Engleză	3	75	-	2	-	-	28	C
			Franceză	3	75	-	2	-	-	28	C
8.	LEF2DF04	Tenis de câmp		2	50	1	2	-	-	42	E
Total discipline facultative domeniului de licență			5	125	1	4	-	-	70	1E/1C	
					5					2	
Discipline facultative aferente DPPD											
9.	PP12BD02	Didactica specialității	5	125	2	2	-	-	56	E	
Total discipline facultative aferente DPPD			5	125	2	2	-	-	56	1E	
					4					1	

Nota:

E – examen

C – colocviu

V - verificare

DF - disciplină fundamentală

DD - disciplină din domeniul de licență

DS - disciplină de specialitate

DC - disciplină complementară

DU - disciplină la dispoziția universității



Rector,
 Conf.univ.dr. Laura Monica GORGHIU Prof.univ.dr. Mircea ANGHELINU

F 010.20.0.Ed.2

Decan,

Director Departament,
 Conf.univ.dr. Cristian-Florin SAVU

Document de uz inter

Se aplică pentru anul III de studiu

începând cu anul

universitar 2024-2025

Domeniul: Educație Fizică și Sport
Program de studii de licență: Educație Fizică și Sportivă

Anul III

Semestrul V

Nr.crt.	COD	Disciplina	Nr. Credit e	Estimarea activității studentului (ore)	Număr ore:					Forma de verif.
					C	S	L	P	Total ore	
0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Discipline obligatorii										
1.	LEF3DD11	Evaluare motrică și somato-funcțională	5	125	2	-	2	-	56	E
2.	LEF3DD12	Teorie și practică în alte ramuri sportive - culturism	5	125	2	-	2	-	56	E
3.	LEF3DS05	Metodica predării handbalului în școală	4	100	1	-	2	-	42	E
4.	LEF3DS06	Metodica predării voleiului în școală	4	100	1	-	2	-	42	E
5.	LEF3DS07	Practica și metodica activităților motrice pe grupe de vârstă	5	125	2	-	2	-	56	V
6.	LEF3DS08	Stagiu de practică în unități de învățământ	2	50	-	-	-	2	28	V
Total discipline obligatorii			25	650	8	-	10	2	280	4E//2V
								20		6
Discipline optionale										
7.	LEF3DS09	Tehnici de autoapărare***	5	125	2	-	2	-	56	E
	LEF3DS10	Tehnici de supraviețuire***	5	125	2	-	2	-	56	
Total discipline optionale			5	100	2	-	2	-	56	1E
								4		1
Discipline facultative aferente DPPD										
7.	PP13BD02	Instruire asistată de calculator	2	50	1	-	1	-	28	C
	PP13BD01	Practică pedagogică în învățământul preuniversitar obligatoriu (1)	3	75	-	-	3	-	42	
Total discipline facultative aferente DPPD			5	125	1	-	4	-	70	2 C
								5		2

Nota:

E – examen

C – colocviu

V - verificare

*** o disciplină la alegere

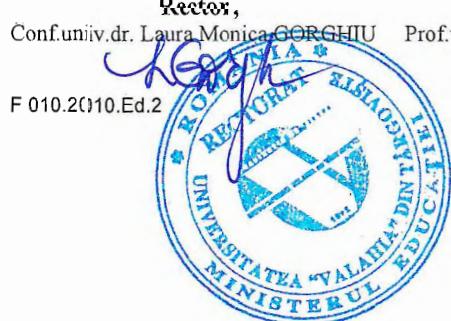
DF - disciplină fundamentală

DD - disciplină din domeniul de licență

DS - disciplină de specialitate

DC - disciplină complementară

DU - disciplină la dispoziția universității



Decan,

Prof.un.v. dr. Mircea ANGHELINU

Director Departament,

Con.f.univ.dr. Cristian-Florian SAVU

Document de uz inter

F 010.2010.Ed.2

Se aplică pentru anul III de studiu

începând cu anul

universitar 2024-2025

Domeniul: Educație Fizică și Sport
Program de studii de licență: Educație Fizică și Sportivă

Anul III

Semestrul VI

Nr.crt.	COD	Disciplina	Nr. Credite	Estimarea activității studentului (ore)	Număr ore:					Forma de verif.
					C	S	L	P	Total ore	
0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Discipline obligatorii										
1.	LEF3DD13	Stagiu de pregătire și elaborare a lucrării de licență	4	100	1 săpt x 28 ore pe săpt.				28	C
2.	LEF3DS11	Metodica predării gimnasticiei în școală	4	100	1	-	2	-	42	E
3.	LEF3DS12	Activități motrice adaptate	4	100	2	-	1	-	42	C
4.	LEF3DS13	Fitness	5	125	2	-	2	-	56	E
5.	LEF3DS14	Activități motrice de timp liber	5	125	2	-	2	-	56	E
6.	LEF3DS15	Gimnastică aerobică de întreținere/ Step aerobic	4	100	2	-	2	-	56	E
7.	LEF3DC05	Metode de cercetare în Știința Sportului și Educației Fizice	4	100	2	-	2	-	56	E
Total discipline obligatorii			30	750	11	-	13	-	336	5E/2C
					24					7
Discipline facultative aferente DPPD										
7.	PP13BD04	Practică pedagogică în învățământul preuniversitar obligatoriu (2)	3	75	-	-	3	-	42	C
Total discipline facultative aferente DPPD			3	75	-	-	3	-	42	1C
					3					1

Nota:

E – examen

C – colocviu

V - verificare

*** o disciplină la alegere

DF - disciplină fundamentală

DD - disciplină din domeniul de licență

DS - disciplină de specialitate

DC - disciplină complementară

DU - disciplină la dispoziția universității

Rector,
Conf.univ.dr. Laura Monica GORGHIU Decan,
Prof.univ.dr. Mircea ANGHELINU

F 010.20.10.Ed.2



Director Departament,
Conf.univ.dr. Cristian-Florian SAVU

Document de uz inter

CENTRALIZATOR DATE

Tipuri de discipline

Tip disciplină	Nr.	%
Discipline fundamentale	10	23.81
Discipline de domeniul licenței	13	30.95
Discipline de specialitate	14	33.33
Discipline complementare	3	7.14
Discipline la dispoziția universității	2	4.77
TOTAL	42	100

Credite pe discipline

Tip disciplină	ECTS	%
Discipline fundamentale	44	24.44
Discipline de domeniul licenței	56	31.11
Discipline de specialitate	58	32.22
Discipline complementare	14	7.78
Discipline la dispoziția universității	8	4.45
TOTAL	180	100
Discipline obligatorii	162	90
Discipline optionale	18	10
Discipline facultative	10	-
TOTAL	180+10	100

Forme de verificare

Semestrul	E	C	V
1	5	-	2
2	5	1	1
3	5	1	-
4	6	-	1
5	5	-	2
6	5	2	-
TOTAL	31	4	6
41 forme de evaluare			

Raport ore curs/seminar, aplicatii

Semestrul	Volum ore curs	Volum ore seminar	Volum ore practică de specialitate	C/A
1	154	182	-	0.85
2	154	182	-	0.85
3	168	140	28	1.00
4	154	154	28	0.85
5	140	168	28	0.71
6	154	154	28	0.85
TOTAL	924	980	112	0.85

Numar total de ore conventionale: 6 semestre x 750 ore = 4500 ore

Numar total de ore fizice la o încarcatura de 24 / saptamana = 2016 ore

Numar de ore luate în calcul pentru 1 punct credit - 25 de ore

Rector,

Conf.univ.dr. Laura Monica GORGHIU Decan,
Prof.univ.dr. Mircea ANGHELINU

F 010.2010.Ed.2



Director Departament,

Conf.univ.dr. Cristian-Florian SAVU

Document de uz inter