

PLAN DE ÎNVĂȚĂMÂNT  
 ÎN SISTEMUL CREDITELOR TRANSFERABILE  
 CICLUL I - STUDII UNIVERSITARE DE LICENȚĂ

ANUL I - SEMESTRUL I (14 săptămâni)										
NR. CRT	CODUL DISCIPLINEI	DISCIPLINA	NUMĂR CREDITE	NUMĂR ORE SĂPTĂMÂNAL				FORMA DE VERIFICARE	CATEGORIA FORMATIVĂ	OPȚIONALITATE A DISCIPLINEI
				CURS	SEM.	LP	P			
<b>DISCIPLINE OBLIGATORII</b>										
1	E 1101	Anatomie funcțională	4	2	0	1	0	E1	DD	DOB
2	E 1102	Teoria și metodică EFS	5	2	2	0	0	E2	DF	DOB
3	E 1103	Baschet - bazele generale	5	2	0	4	0	E3	DF	DOB
4	E 1104	Fotbal - bazele generale	5	2	0	4	0	E4	DF	DOB
5	E 1105	Schi - teorie și practică	4	1	0	1	0	C1	DD	DOB
6	E 1106	Limba străină I/1 (Engleză)	3	0	2	0	0	C2	DC	DOB
<b>TOTAL DISCIPLINE OBLIGATORII</b>			<b>26</b>	<b>9</b>	<b>4</b>	<b>10</b>	<b>0</b>	<b>4E/2C</b>		
<b>DISCIPLINE OPȚIONALE</b>										
7	E 1107	Istoria educației fizice și sportului	4	2	2	0	0	E5	DOU	DA
		Sociologia educației fizice și sportului								
<b>TOTAL DISCIPLINE OPȚIONALE</b>			<b>4</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>1</b>		
<b>TOTAL DISCIPLINE OBLIGATORII ȘI OPȚIONALE</b>			<b>30</b>	<b>11</b>	<b>6</b>	<b>10</b>	<b>0</b>	<b>5E/2C</b>		

Notă: DD - disciplină din domeniu  
 DOU - disciplină la opțiunea universității

DF - disciplina fundamentală;  
 DC -disciplină complementară;  
 DD - disciplină din domeniu

DOB - disciplină obligatorie;  
 DA - disciplină opțională la alegere  
 DS - disciplină de specialitate

DECAN  
 Lect.univ.dr. Petru GRIGORAȘ

DIRECTOR DEPARTAMENT  
 Lect.univ.dr. Gheorghe SABĂU

PLAN DE ÎNVĂȚĂMÂNT  
 ÎN SISTEMUL CREDITELOR TRANSFERABILE  
 CICLUL I - STUDII UNIVERSITARE DE LICENȚĂ

ANUL I - SEMESTRUL II (14 săptămâni)										
NR. CRT	CODUL DISCIPLINEI	DISCIPLINA	NUMĂR CREDITE	NUMĂR ORE SĂPTĂMÂNAL				FORMA DE VERIFICARE	CATEGORIA FORMATIVĂ	TIPUL DISCIPLINEI
				CURS	SEM.	LP	P			
<b>DISCIPLINE OBLIGATORII</b>										
1	E 1201	Educație pentru sănătate și prim ajutor	5	2	0	2	0	E1	DF	DOB
2	E 1102	Kinesiologie	4	1	2	0	0	E2	DF	DOB
3	E 1203	Psihopedagogie	5	2	2	0	0	E3	DF	DOB
4	E 1204	Gimnastica de bază	5	2	0	2	0	E4	DF	DOB
5	E 1205	Bazele generale ale atletismului	4	1	0	2	0	E5	DF	DOB
6	E 1206	Limba străină I/2 (Engleză)	3	1	2	0	0	C1	DC	DOB
<b>TOTAL DISCIPLINE OBLIGATORII</b>			<b>26</b>	<b>9</b>	<b>6</b>	<b>6</b>	<b>0</b>	<b>E5/C1</b>		
<b>DISCIPLINE OPȚIONALE</b>										
7	E 1207	Comunicare în știința sportului și educației fizice	4	2	2	0	0	E6	DC	DO (DA)
		Management aplicat în știința sportului și educației fizice								
<b>TOTAL DISCIPLINE OPȚIONALE</b>			<b>4</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>1</b>		
<b>TOTAL DISCIPLINE OBLIGATORII ȘI OPȚIONALE</b>			<b>30</b>	<b>11</b>	<b>8</b>	<b>6</b>	<b>0</b>	<b>E6/C1</b>		

Notă: DD - disciplină din domeniu  
 DOU - disciplină la opțiunea universității

DF - disciplina fundamentală;  
 DC -disciplină complementară;  
 DD - disciplină din domeniu

DOB - disciplină obligatorie;  
 DA - disciplină opțională la alegere  
 DS - disciplină de specialitate

DECAN  
 Lect.univ.Dr. Petru GRIGORAȘ

DIRECTOR DEPARTAMENT  
 Lect.univ.dr. Gheorghe SABĂU

PLAN DE ÎNVĂȚĂMÂNT  
 CICLUL I - STUDII UNIVERSITARE DE LICENȚĂ

ANUL II - SEMESTRUL I (14 săptămâni)										
NR. CRT	CODUL DISCIPLINEI	DISCIPLINA	NUMĂR CREDITE	NUMĂR ORE SĂPTĂMÂNAL				FORMA DE VERIFICARE	CATEGORIA FORMATIVĂ	TIPUL DISCIPLINEI
				CURS	SEM.	LP	P			
<b>DISCIPLINE OBLIGATORII</b>										
1	E 2101	Fiziologie	3	1	0	1	0	C1	DD	DOB
2	E 2102	Metode de cercetare în educație fizică și sport	5	2	2	0	0	E1	DC	DOB
3	E 2103	Volei - bazele generale	6	2	0	4	0	E2	DF	DOB
4	E 2104	Atletism - teorie și practică	4	1	0	2	0	E3	DD	DOB
5	E 2105	Tenis - teorie și practică	4	1	0	2	0	E4	DD	DOB
6	E 2106	Înot - teorie și practică	5	2	0	4	0	E5	DD	DOB
<b>TOTAL DISCIPLINE OBLIGATORII</b>			<b>27</b>	<b>9</b>	<b>2</b>	<b>13</b>	<b>0</b>	<b>5E/1C</b>		
<b>DISCIPLINE OPȚIONALE</b>										
7	E 2107	Dans sportiv - teorie și practică	3	1	0	2	0	C2	DD	DA
		Gimnastică ritmică - teorie și practică								
<b>TOTAL DISCIPLINE OPȚIONALE</b>			<b>3</b>	<b>1</b>	<b>0</b>	<b>2</b>	<b>0</b>	<b>1</b>		
<b>TOTAL DISCIPLINE OBLIGATORII ȘI OPȚIONALE</b>			<b>30</b>	<b>10</b>	<b>2</b>	<b>15</b>	<b>0</b>	<b>5E/2C</b>		
<b>DISCIPLINE FACULTATIVE</b>										
8	E 2108	Pedagogie I: Teoria și metodologia curriculumului	5	2	2	0	0	E	DF	
<b>TOTAL DISCIPLINE FACULTATIVE</b>			<b>5</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>E</b>		

Notă: DD - disciplină din domeniu  
 DOU - disciplină la opțiunea universității

DF - disciplina fundamentală;  
 DC -disciplină complementară;  
 DD - disciplină din domeniu

DOB - disciplină obligatorie;  
 DA - disciplină opțională la alegere  
 DS - disciplină de specialitate

DECAN  
 Lect.univ.Dr. Petru GRIGORAȘ

DIRECTOR DEPARTAMENT  
 Lect.univ.dr. Gheorghe SABĂU

PLAN DE ÎNVĂȚĂMÂNT  
 CICLUL I - STUDII UNIVERSITARE DE LICENȚĂ

ANUL II - SEMESTRUL II (14 săptămâni)										
NR. CRT	CODUL DISCIPLINEI	DISCIPLINA	NUMĂR CREDITE	NUMĂR ORE SĂPTĂMÂNAL				FORMA DE VERIFICARE	CATEGORIA FORMATIVĂ	TIPUL DISCIPLINEI
				CURS	SEM.	LP	P			
<b>DISCIPLINE OBLIGATORII</b>										
1	E 2201	Evaluarea motrică și somato-funcțională	5	2	2	0	0	E1	DD	DOB
2	E 2202	Handbal - bazele generale	6	2	0	4	0	E2	DF	DOB
3	E 2203	Gimnastică artistică - teorie și practică	4	1	0	2	0	E3	DD	DOB
4	E 2204	Arte marțiale - teorie și practică	4	1	0	2	0	E4	DD	DOB
5	E 2205	Stagiu de pregătire și elaborare a lucrării de licență	3	0	2	0	0	Vp.1	DD	DOB
6	E 2206	Stagiu de practică în activități de turism	4	0	0	3	0	Vp.2	DS	DOB
<b>TOTAL DISCIPLINE OBLIGATORII</b>			<b>26</b>	<b>6</b>	<b>4</b>	<b>11</b>	<b>0</b>	<b>4E / 6Vp</b>		
<b>DISCIPLINE OPȚIONALE</b>										
7	E 2207	Rugby - teorie și practică	4	1	0	2	0	C1	DD	DA
		Tenis de masă - teorie și practică								
<b>TOTAL DISCIPLINE OPȚIONALE</b>			<b>4</b>	<b>1</b>	<b>0</b>	<b>2</b>	<b>0</b>	<b>1</b>		
<b>TOTAL DISCIPLINE OBLIGATORII ȘI OPȚIONALE</b>			<b>30</b>	<b>7</b>	<b>4</b>	<b>13</b>	<b>0</b>	<b>4E/1C/Vp</b>		
<b>DISCIPLINE FACULTATIVE</b>										
8	E 2208	Pedagogie II: Teoria și metodică evaluării	5	2	2	0	0	E	DF	
9	E 2209	Înstruire asistată de calculator	2	1	0	1	0	C	DP	
<b>TOTAL ORE FACULTATIVE</b>			<b>7</b>	<b>3</b>	<b>2</b>	<b>1</b>	<b>0</b>	<b>1E / 1C</b>		

Notă: DD - disciplină din domeniu  
 DOU - disciplină la opțiunea universității

DF - disciplina fundamentală;  
 DC -disciplină complementară;  
 DD - disciplină din domeniu

DOB - disciplină obligatorie;  
 DA - disciplină opțională la alegere  
 DS - disciplină de specialitate

DECAN  
 Lect.univ.Dr. Petru GRIGORAȘ

DIRECTOR DEPARTAMENT  
 Lect.univ.dr. Gheorghe SABĂU

PLAN DE ÎNVĂȚĂMÂNT  
 CICLUL I - STUDII UNIVERSITARE DE LICENȚĂ

ANUL III - SEMESTRUL I (14 săptămâni)										
NR. CRT	CODUL DISCIPLINEI	DISCIPLINA	NUMĂR CREDITE	NUMĂR ORE SĂPTĂMÂNAL				FORMA DE VERIFICARE	CATEGORIA FORMATIVĂ	TIPUL DISCIPLINEI
				CURS	SEM.	LP	P			
<b>DISCIPLINE OBLIGATORII</b>										
1	E 3101	Practica și metodică activităților motrice pe grupe de vârstă	5	2	0	2	0	E1	DS	DOB
2	E 3102	Gimnastică aerobă de întreținere	5	1	0	2	0	E2	DS	DOB
3	E 3103	Metodica predării handbalului în școală	5	2	0	2	0	E3	DS	DOB
4	E 3104	Metodica predării atletismului în școală	5	2	0	2	0	E4	DS	DOB
5	E 3105	Tehnici de autoapărare - teorie și practică	3	1	0	2	0	C1	DS	DOB
6	E 3106	Stagiu de practică în baze de agrement	3	0	0	3	0	Vp.1	DS	DOB
7	E 3107	Etică și integritate academică	4	2	2	0	0	C2	DOU	DOB
<b>TOTAL DISCIPLINE OBLIGATORII</b>			<b>30</b>	<b>10</b>	<b>2</b>	<b>13</b>	<b>0</b>	<b>4E/2C/1Vp</b>		
<b>DISCIPLINE OPȚIONALE</b>										
<b>TOTAL DISCIPLINE OPȚIONALE</b>			<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>		
<b>TOTAL ORE OBLIGATORII ȘI OPȚIONALE</b>			<b>30</b>	<b>10</b>	<b>2</b>	<b>13</b>	<b>0</b>	<b>4E/2C/1Vp</b>		
<b>DISCIPLINE FACULTATIVE</b>										
8	E 3108	Practică pedagogică I	3	0	0	0	3	C	DS	
<b>TOTAL ORE FACULTATIVE</b>			<b>3</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>3</b>	<b>1C</b>		

Notă: DD - disciplină din domeniu  
 DOU - disciplină la opțiunea universității

DF - disciplina fundamentală;  
 DC -disciplină complementară;  
 DD - disciplină din domeniu

DOB - disciplină obligatorie;  
 DA - disciplină opțională la alegere  
 DS - disciplină de specialitate

DECAN  
 Lect.univ.Dr. Petru GRIGORAȘ

DIRECTOR DEPARTAMENT  
 Lect.univ.dr. Gheorghe SABĂU

PLAN DE ÎNVĂȚĂMÂNT  
 CICLUL I - STUDII UNIVERSITARE DE LICENȚĂ

ANUL III - SEMESTRUL II (14 săptămâni)										
NR. CRT	CODUL DISCIPLINEI	DISCIPLINA	NUMĂR CREDITE	NUMĂR ORE SĂPTĂMÂNAL				FORMA DE VERIFICARE	CATEGORIA FORMATIVĂ	TIPUL DISCIPLINEI
				CURS	SEM.	LP	P			
<b>DISCIPLINE OBLIGATORII</b>										
1	E 3201	Activități motrice adaptate	4	2	0	2	0	E1	DS	DOB
2	E 3202	Metodica predării fotbalului în școală	5	2	0	2	0	E2	DS	DOB
3	E 3203	Metodica predării baschetului în școală	5	2	0	2	0	E3	DS	DOB
4	E 3204	Metodica predării voleiului în școală	5	2	0	2	0	E4	DS	DOB
5	E 3205	Metodica predării gimnasticii în școală	4	2	0	2	0	E5	DS	DOB
6	E 3206	Activități motrice de timp liber pe teren redus	4	2	2	0	0	C1	DS	DOB
7	E 3207	Stagiu de practică în unități de învățământ	3	0	0	3	0	Vp1	DS	DOB
<b>TOTAL ORE OBLIGATORII</b>			<b>30</b>	<b>12</b>	<b>2</b>	<b>13</b>	<b>0</b>	<b>5E/1C/1Vp</b>		
<b>DISCIPLINE OPȚIONALE</b>										
TOTAL DISCIPLINE OPȚIONALE			<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>		
<b>TOTAL DISCIPLINE OBLIGATORII ȘI OPȚIONALE</b>			<b>30</b>	<b>12</b>	<b>2</b>	<b>13</b>	<b>0</b>	<b>5E/1C/1Vp</b>		
<b>DISCIPLINE FACULTATIVE</b>										
8	E 3208	Managementul clasei de elevi	3	1	1	0	0	E	DF	
9	E 3209	Practică pedagogică II	2	0	0	0	3	C	DS	
<b>TOTAL ORE FACULTATIVE</b>			<b>5</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>0</b>	<b>3</b>	<b>1E/1C</b>		

Notă: DD - disciplină din domeniu  
 DOU - disciplină la opțiunea universității

DF - disciplina fundamentală;  
 DC -disciplină complementară;  
 DD - disciplină din domeniu

DOB - disciplină obligatorie;  
 DA - disciplină opțională la alegere  
 DS - disciplină de specialitate

DECAN  
 Lect.univ.Dr. Petru GRIGORAȘ

DIRECTOR DEPARTAMENT  
 Lect.univ.dr. Gheorghe SABĂU