



Str.Mihai Eminescu , Nr. 15
Telefon: 0257/ 282324
Fax: 0257/ 250599
Website [http/ www.socioumane.efs@uvvg.ro](http://www.socioumane.efs@uvvg.ro)

Domeniul: **EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT**
Specializarea: **EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT (anii I-III)**
Titlul absolventului: **Licențiat în Educație Fizică și Sport**
Durata studiilor: **6 semestre**
Forma de învățământ: **I.F.**

I. CERINȚE PENTRU OBTINEREA DIPLOMEI DE LICENȚĂ

180 credite pentru pentru absolvirea anilor de studii din care:

167 credite la disciplinele obligatorii

13 credite la disciplinele opționale

4 credite pentru limba modernă –engleză franceză sau germană(2 semestre – 2ore/săptămână)

Obiectivul general al programului de studiu Educație fizică și sportivă este acela de a forma specialiști în domeniu, competitivi pe piața națională și internațională a muncii, asigurându-le cunoștințele și deprinderile necesare soluționării eficiente a problemelor specifice diferitelor ramuri de sport. De asemenea, se promovează cercetarea științifică de profil, competitivă pe plan național și internațional, urmărindu-se în permanență realizarea transferului de cunoștințe de specialitate spre comunitate și mediul profesional.

Obiective specifice:

- identificarea de termeni, relații, procese, perceperea unor relații și conexiuni în cadrul domeniului instruirii
- utilizarea și aplicarea corectă a termenilor de specialitate din domeniul instruirii
- capacitatea de adaptare la noi situații apărute pe parcursul activității de predare-învățare-evaluare , prin aplicarea cunoștințelor acumulate

- capacitatea de a transpune în practică cunoștințele dobândite
- cunoașterea mecanismelor de bază ale probelor sportive.
- deprinderea unor strategii de predare a sportului în școală în funcție de baza materială concretă a unității de învățământ
- învățarea acțiunilor tehnico-tactice individuale și colective specifice ramurilor de sport

Competențe profesionale

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

C2. Organizarea curriculumului integrat și a mediului de instruire și învățare, cu accent interdisciplinar (Educație fizică și sportivă, Sport și performanță motrică, Kinetoterapie și motricitate specială)

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 sport

C6. Utilizarea elementelor de management și marketing specifice domeniului

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

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

Compatibilitatea cu planurile și programele de studii similare din țări ale Uniunii Europene și din alte țări ale lumii:

- Universitatea din Koln <https://www.dshs-koeln.de/studium/studienorganisation/studienunterlagen/studienplaene/>

II. DESFĂȘURAREA STUDIILOR (în număr de săptămâni)

	Activități didactice		Sesiuni de examene			Vacanța		
	Sem. I	Sem. II	Iarna	Vara	Restanțe	Iarna	Primăvara	Vara
Anul I	14	14	3	3	2	3	1	9
Anul II	14	14	3	3	2	3	1	9
Anul III	14	12	3	3	2	3	1	-

III. NUMĂRUL ORELOR PE SĂPTĂMÂNI

	Sem. I	Sem. II
Anul I	24	24
Anul II	26	26
Anul III	24	24

IV. EXAMENUL DE LICENȚĂ

1. Perioada de întocmire a lucrării de licență: **semestrele 3-6**
2. Perioada de definitivare a lucrării de licență: **2 săpt. din sem. 6**
3. Perioada de susținere a examenului de licență: **01-10 iulie**
4. Conținutul examenului de licență:
 - a. Evaluarea cunoștințelor fundamentale și de specialitate
 - b. Susținerea lucrării de diplomă

V. MODUL DE ALEGERE A CURSURILOR OPȚIONALE

SEM.1: Se alege 1 disciplină dintre: EFS.I.01.08, EFS.I.01.09

SEM.2: Se alege 1 disciplină dintre: EFS.I.02.08, EFS.I.02.09

SEM.3: Se alege 1 disciplină dintre: EFS.II.01.07, EFS.II.01.08

SEM.4: Se alege 1 disciplină dintre: EFS.II.02.08, EFS.II.02.09

SEM.5: Se alege 1 disciplină dintre: EFS.III.01.07, EFS.III.01.08

SEM.6: Se alege 1 disciplină dintre: EFS.III.02.08, EFS.III.02.09

VI. PONDEREA (ÎN PROCENTE) A DISCIPLINELOR DE STUDIU

DISCIPLINE	Nr. de ore			Total		Standard ARACIS
	An I	An II	An III	Ore	%	
Fundamentale	266	224	36	526	24,53	20-25%
De domeniu	296	254	104	654	30,50%	30-35%
Specialitate	30	238	436	704	32,84%	30-35%
Complementare	56	42	78	176	8,21%	5-10%
La opțiunea universității	84	-	-	84	3,92	3-5%
Total	732	758	654	2144	100%	

DISCIPLINE	Nr. de ore			Total		Standard ARACIS
	An I	An II	An III	Ore	%	
Obligatorii	648	688	576	1912	89,18%	85-90%
Opționale	84	70	78	232	10,82%	5-10%
Total	732	758	654	2144	100%	

Total ore pe durata ciclului: 2144, din care curs_862_ seminar și activități practice_1282_. Din totalul de ore 59,79% reprezintă orele de seminar, laborator și activități practice, iar 40,21% ore de curs.

**VII. TABELUL DISCIPLINELOR
A. DISCIPLINELE OBLIGATORII**

Sem.	DISCIPLINELE DE STUDIU	Cod	Tipul disciplinei	Credite	Ore / săptămână				Forma de evaluare (EX, CV, VP)
					Curs	Seminar	Laborator	Total ore	
	ANUL I (2017-2018)								
I	TEORIA ȘI METODICA EDUCAȚIEI FIZICE ȘI A SPORTULUI	EFS.I.01.01	DF	5	2	-	2		EX
I	BAZELE GENERALE ALE ATLETISMULUI	EFS.I.01.02	DF	4	1	-	2		EX
I	GIMNASTICĂ DE BAZĂ	EFS.I.01.03	DF	5	2	-	2		EX
I	ANATOMIE FUNCȚIONALĂ	EFS.I.01.04	DD	5	2	-	2		EX
I	TEORIA ȘI PRACTICA ÎN SPORTURILE DE IARNĂ	EFS.I.01.05	DD	5	2	-	2		EX
I	APLICAȚII PRACTICE – DISCIPLINE SPORTIVE DE IARNĂ (ÎN TABERE DE PREGĂTIRE) – 1 SĂPTĂMÂNĂ – 6 ZILEX5 ORE=30 ORE	EFS.I.01.06	DD	2	-	-	-		CV
I	LIMBĂ STRĂINĂ (ENGLEZĂ /FRANCEZĂ /GERMANĂ)	EFS.I.01.07	DC	2	-	2	-		CV
I	CURS OPȚIONAL 1		DOU	2	2	1	-		CV
	SEMESTRUL 1 (ANUL I)			Total credite: 30	11	3	10	24	5EX+3CV
II	FUNDAMENTELE ȘTIINȚIFICE ALE JOCURILOR SPORTIVE: BASCHET	EFS.I.02.01	DF	5	2	-	2		EX
II	FUNDAMENTELE ȘTIINȚIFICE ALE JOCURILOR SPORTIVE: FOTBAL	EFS.I.02.02	DF	5	2	-	2		EX
II	TEORIA ȘI PRACTICA ATLETISMULUI	EFS.I.02.03	DD	5	2	-	2		EX
II	TEORIA ȘI PRACTICA ÎN GIMNASTICA RITMICĂ	EFS.I.02.04	DD	5	2	-	2		EX
II	EVALUARE MOTRICĂ ȘI SOMATO-FUNCȚIONALĂ	EFS.I.02.05	DD	4	1	-	2		EX
II	STAGIU DE PRACTICĂ ÎN ACTIVITĂȚI DE TURISM- 1 SĂPTĂMÂNĂ – 6 ZILEX5 ORE=30 ORE	EFS.I.02.06	DS	2	-	-	-		VP
II	LIMBĂ STRĂINĂ (ENGLEZĂ /FRANCEZĂ /GERMANĂ)	EFS.I.02.07	DC	2	-	2	-		CV
II	CURS OPȚIONAL 2		DOU	2	1	2	-		CV
	SEMESTRUL 2 (ANUL I)			Total credite: 30	10	4	10	24	5EX+2CV+1 VP

Sem.	DISCIPLINELE DE STUDIU ANUL II (2018-2019)	Cod	Tipul disciplinei	Credite	Ore / săptămână				Forma de evaluare (EX, CV, VP)
					Curs	Seminar	Labo rator	Total ore	
III	KINESEOLOGIE	EFS.II.01.01	DF	5	2	-	2		EX
III	FIZIOLOGIE	EFS.II.01.02	DD	5	2	-	2		EX
III	TEORIA ȘI PRACTICA ÎN SPORTURI DE APĂ - ÎNOT	EFS.II.01.03	DD	5	2	-	2		EX
III	METODICA PREDĂRII ATLETISMULUI ÎN ȘCOALĂ	EFS.II.01.04	DS	4	2	-	2		EX
III	METODICA PREDĂRII GIMNASTICII ÎN ȘCOALĂ	EFS.II.01.05	DS	4	2	-	2		EX
III	EDUCAȚIE PENTRU SĂNĂTATE ȘI PRIM- AJUTOR	EFS.II.01.06	DF	5	2	2	-		EX
III	CURS OPȚIONAL 3		DS	2	-	-	2		CV
	SEMESTRUL 3 (ANUL II)			Total credite: 30	12	2	12	26	6EX+1CV
IV	FUNDAMENTELE ȘTIINȚIFICE ALE JOCURILOR SPORTIVE: VOLEI	EFS.II.02.01	DF	5	2	-	2		EX
IV	FUNDAMENTELE ȘTIINȚIFICE ALE JOCURILOR SPORTIVE: HANDBAL	EFS.II.02.02	DF	5	2	-	2		EX
IV	TEORIA ȘI PRACTICĂ ÎN TENIS DE MASĂ	EFS.II.02.03	DD	5	2	-	2		EX
IV	METODICA PREDĂRII BASCHETULUI ÎN ȘCOALĂ	EFS.II.02.04	DS	5	2	-	2		EX
IV	METODE DE CERCETARE ÎN ȘTIINȚA SPORTULUI ȘI EDUCAȚIEI FIZICE	EFS.II.02.05	DC	4	1	2	-		EX
IV	APLICAȚII PRACTICE – DISCIPLINE SPORTIVE DE APĂ (ÎN TABERE DE PREGĂTIRE) – 1 SĂPTĂMÂNĂ – 6 ZILEX5 ORE=30 ORE	EFS.II.02.06	DD	2	-	-	-		VP
IV	STAGIU DE PREGĂTIRE ȘI ELABORARE A LUCRĂRII DE LICENȚĂ	EFS.II.02.07	DD	2	-	-	4		CV
IV	CURS OPȚIONAL 4		DS	2	1	-	2		CV
	SEMESTRUL 4 (ANUL II)			Total credite: 30	10	2	14	26	5EX+2CV+1 VP

Sem	DISCIPLINELE DE STUDIU ANUL III (2019-2020)	Cod	Tipul disciplinei	Credite	Ore / săptămână				Forma de evaluare (EX, CV, VP)
					Curs	Seminar	Labo rator	Total ore	
V	EXPRESIE CORPORALĂ ȘI EURITMIE	EFS.III.01.01	DS	3		-	2		EX
V	TEORIA ȘI PRACTICA ÎN SPORTURILE DE COMBAT-LUPTE	EFS.III.01.02	DD	5	2	-	2		EX
V	METODICA PREDĂRII HANDBALULUI ÎN ȘCOALĂ	EFS.III.01.03	DS	5	2	-	2		EX
V	METODICA PREDĂRII VOLEIULUI ÎN ȘCOALĂ	EFS.III.01.04	DS	5	2	-	2		EX
V	STAGIU DE PRACTICĂ ÎN UNITĂȚI DE ÎNVĂȚĂMÂNT	EFS.III.01.05	DS	4	-	-	3		CV
V	METODICA PREDĂRII FOTBALULUI ÎN ȘCOALĂ	EFS.III.01.06	DS	5	2	-	2		EX
V	CURS OPȚIONAL 5		DC	3	1	2			CV
	SEMESTRUL 5 (ANUL III)			Total credite: 30	9	2	13	24	5EX+2CV
VI	TEORIA ȘI PRACTICA ÎN SPORTURILE DE EXPRESIE – DANS FOLCLORIC	EFS.III.02.01	DD	5	2	-	2		EX
VI	PRACTICA ȘI METODICA ACTIVITĂȚILOR METODICE PE GRUPE DE VÂRSTĂ	EFS.III.02.02	DS	5	2	-	2		EX
VI	PSIHOPEDAGOGIE	EFS.III.02.03	DF	4	2	1	-		EX
VI	ACTIVITĂȚI MOTRICE ADAPTATE	EFS.III.02.04	DS	5	2	-	2		EX
VI	ACTIVITĂȚI MOTRICE DE TIMP LIBER - FUTSAL	EFS.III.02.05	DS	4	1	-	2		EX
VI	FITNESS	EFS.III.02.06	DS	3	-	-	3		CV
VI	STAGIU DE PRACTICĂ ÎN BAZE DE AGREMENT- 1 SĂPTĂMÂNĂ – 6 ZILEX5 ORE=30 ORE	EFS.III.02.07	DS	2	-	-	-		VP
VI	CURS OPȚIONAL 6		DC	2	1	-	2		CV
	SEMESTRUL 6 (ANUL III)			Total credite: 30	10	3	11	24	5EX+2CV+1 VP

B. DISCIPLINELE OPȚIONALE (SE ALEGE 1 DISCIPLINĂ DIN 2)

DISCIPLINELE DE STUDIU	Cod	Tipul disciplinei	Credite	Ore / săptămână			Forma de evaluare (EX, CV, VP)
				Curs	Seminar	Laborator	
SEMESTRUL 1 (ANUL I)							
ISTORIA EDUCAȚIE FIZICE ȘI SPORTULUI	EFS.I.01.08	DOU	2	2	1	-	CV
SOCIOLOGIA ÎN ȘTIINȚA SPORTULUI ȘI EDUCAȚIEI FIZICE	EFS.I.01.09	DOU	2	2	1	-	CV
SEMESTRUL 2 (ANUL I)							
ETICĂ ȘI DEONTOLOGIE ÎN ȘTIINȚA SPORTULUI ȘI EDUCAȚIEI FIZICE	EFS.I.02.08	DOU	2	1	2	-	CV
ȘAH	EFS.I.02.09	DOU	2	1	2	-	CV
SEMESTRUL 3 (ANUL II)							
TEHNICI DE SUPRAVEȚUIRE	EFS.II.01.07	DS	2	-	-	2	CV
ANTRENAMENT ȘI COMPETIȚIE ÎN SPORT ADAPTAT	EFS.II.01.08	DS	2	-	-	2	CV
SEMESTRUL 4 (ANUL II)							
OINĂ	EFS.II.02.08	DS	2	1	-	2	CV
VOLEI PE PLAJĂ	EFS.II.02.09	DS	2	1	-	2	CV
SEMESTRUL 5 (ANUL III)							
COMUNICARE ÎN ȘTIINȚA SPORTULUI ȘI EDUCAȚIEI FIZICE	EFS.III.01.07	DC	3	1	2	-	CV
MANAGEMENT APLICAT ÎN ȘTIINȚA SPORTULUI ȘI EDUCAȚIEI FIZICE	EFS.III.01.08	DC	3	1	2	-	CV
SEMESTRUL 6 (ANUL III)							
UTILIZAREA SOFT-URI SPECIALIZATE ÎN ȘTIINȚA SPORTULUI ȘI EDUCAȚIEI FIZICE	EFS.III.02.08	DC	2	1	-	2	CV
TEHNICI DE MASAJ	EFS.III.02.09	DC	2	1	-	2	CV

C. DISCIPLINELE FACULTATIVE

DISCIPLINELE DE STUDIU	Cod	Tipul disciplinei	Credite	Ore / săptămână			Forma de evaluare (EX, CV, VP)
				Curs	Seminar	Laborator	
SEMESTRUL 2 (ANUL I)							
PSIHOLOGIA SPORTULUI	EFS.I.02.10	DC	3	2	1	-	CV
SEMESTRUL 3 (ANUL II)							
GIMNASTICĂ AEROBICĂ DE ÎNTREȚINERE	EFS.II.01.09	DC	3	-	-	3	CV
SEMESTRUL 4 (ANUL II)							
ECHIPAMENTE, APARATE ȘI INSTALAȚII FOLOSITE ÎN SPORT	EFS.II.02.10	DC	3	1	-	2	CV
SEMESTRUL 5 (ANUL III)							
REFACAREREA ȘI RECUPERAREA ÎN SPORTUL DE PERFORMANȚĂ	EFS.III.01.09	DC	3	1	-	2	CV
SEMESTRUL 6 (ANUL III)							
AMENAJARE BAZE SPORTIVE	EFS.III.02.10	DC	3	1	-	2	CV

D. DISCIPLINE PENTRU EXAMENUL DE LICENȚĂ:

Cod	Discipline	Credite
EFS.III.02.11	Susținerea examenului de licență	10

NOTĂ: Curricula fiecărui program de studii va fi întocmită în concordanță cu legislația actuală, cu Standardele specifice stabilite de comisiile de specialitate ale A.R.A.C.I.S.

DECAN
CONF.UNIV.DR. CRISTIAN MĂDUȚA



DIRECTOR DEPARTAMENT
PROF.UNIV.DR. MIRELA CARMEN DAN