

UNIVERSITATEA DE VEST „VASILE GOLDIȘ” DIN ARAD
FACULTATEA DE ȘTIINȚE SOCIO-UMANE ȘI EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
ANII UNIVERSITARI 2019/2020-2020/2021-2021/2022

Str. Liviu Rebreanu, Nr. 86
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 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 (2019-2020) | | | | | | | | |
| 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 | 1 | - | 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 | ETICĂ ȘI INTEGRITATE ACADEMICĂ | EFS.I.01.08 | DC | 2 | 1 | - | - | | 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 |

| Sem. | DISCIPLINELE DE STUDIU ANUL II (2020-2021) | 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 |

| Sem | DISCIPLINELE DE STUDIU | Cod | Tipul disciplinei | Credite | Ore / săptămână | | | | Forma de evaluare (EX, CV, VP) |
|-----|---|---------------|-------------------|--------------------------|-----------------|----------|-----------|-----------|--------------------------------|
| | | | | | Curs | Seminar | Laborator | Total ore | |
| | | | | | | | | | |
| V | ANUL III (2021-2022) 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 | PSIHOPELAGOGIE | 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 | 20 Din care: Proba I - Evaluarea cunoștințelor fundamentale și de specialitate – 10 credite; Proba II - Prezentarea și susținerea lucrării de licență - 10 credite. |

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. SPERANȚA MILANCOVICI



DIRECTOR DEPARTAMENT
CONF.UNIV.DR. MARIA SINACI