

Sem. I	Sem. II
Nr. sapt./sem. daca ≠ 14	

PLAN DE ÎNVĂȚĂMÂNT – Anul I (2021-2022)

Disciplina	Cod	DF DD DS DC DOU	DOB DO DF	Opt. 0/≥1	C1	S1	L1	P1	CT1	FV1	C2	S2	L2	P2	CT2	FV2	SI
DISCIPLINE OBLIGATORII SI OPTIONALE																	
Anatomie funcțională	D05ESSL101	DD	DOB	1	2		2		4	E							
Bazele generale ale atletismului	D05ESSL102	DF	DOB	1	2		2		5	E							
Fundamentele științifice ale jocurilor sportive-baschet	D05ESSL103	DF	DOB	1	2		2		5	E							
Fundamentele științifice ale jocurilor sportive-volei	D05ESSL104	DF	DOB	1	2		2		5	E							
Fundamentele științifice ale jocurilor sportive-fotbal	D05ESSL105	DF	DOB	1	2		2		5	E							
Limbă străină	D05ESSL106	DC	DOB	1		2			2	C							
Teorie și practică în sporturile de iarnă - schi	D05ESSL107	DD	DOB	1	2				2	C							
Aplicații practice discipline sportive de iarnă (28 ore compact)	D05ESSL108	DD	DOB	1				2	2	V							
Kinesiologie	D05ESSL209	DF	DOB	1							2		1		4	E	
Fiziologie	D05ESSL210	DD	DOB	1							2		1		3	E	
Educație pentru sănătate și prim ajutor	D05ESSL211	DF	DOB	1							1		2		3	C	
Teoria și metodică educației fizice și sportului	D05ESSL212	DF	DOB	1							2		2		5	E	
Gimnastică de bază	D05ESSL213	DF	DOB	1							2		2		5	E	
Fundamentele științifice ale jocurilor sportive-handbal	D05ESSL214	DF	DOB	1							2		2		5	E	
Activități motrice de timp liber - orientare	D05ESSL215	DS	DOB	1							2		2		3	C	
Stagiu de practică în activități de turism (42 ore)	D05ESSL216	DS	DOB	1										3	2	V	
TOTAL					12	2	10	2	30		13	0	12	3	30		
DISCIPLINE FACULTATIVE																	
Psihologia educației. (DPPD)	D14MP1L101	DF	DF	1	2	2			5	E							
Pedagogie I: Fundamentele pedagogiei. Teoria și metodologia curriculumului. (DPPD)	D14MP1L202	DF	DF	1							2	2			5	E	
TOTAL					2	2	0	0	5		2	2	0	0	5		

Sem. I		Sem. II
	Nr. sapt./sem. dacă ≠ 14	

PLAN DE ÎNVĂȚĂMÂNT – Anul II (2022-2023)

Disciplina	Cod	DF DD DS DC DOU	DOB DO DF	Opt. 0/≥1	C1	S1	L1	P1	CT1	FV1	C2	S2	L2	P2	CT2	FV2	SI
DISCIPLINE OBLIGATORII SI OPTIONALE																	
Teoria și practica atletismului	D05ESSL317	DD	DOB	1	2		2		4	E							
Teoria și practica în ramuri sportive - tenis de masă	D05ESSL318	DD	DOB	1	2		2		4	E							
Metodica predării voleiului în școală	D05ESSL319	DS	DOB	1	2		2		5	E							
Metodica predării handbalului în școală	D05ESSL320	DS	DOB	1	2		2		5	E							
Metodica predării gimnasticii în școală	D05ESSL321	DS	DOB	1	2		2		5	E							
Teoria și practica în ramuri sportive - tenis	D05ESSL322	DD	DO	1	2		2		2	C							
Teoria și practica în ramuri sportive - culturism/fitness	D05ESSL323	DD	DO	0	2		2		2	C							
Practica și metodica activităților motrice pe grupe de vârstă	D05ESSL324	DS	DOB	1	1		1		3	C							
Stagiu de practică în organizarea de activități sportive-recreative (28 ore compact)	D05ESSL325	DS	DOB	2				2	2	V							
Metodica predării atletismului în școală	D05ESSL426	DS	DOB	1							2		2		5	E	
Metodica predării fotbalului în școală	D05ESSL427	DS	DOB	1							2		2		5	E	
Metodica predării baschetului în școală	D05ESSL428	DS	DOB	1							2		2		5	E	
Teoria și practica în ramuri ale gimnasticii - artistică	D05ESSL429	DD	DOB	1							2		2		4	E	
Teoria și practica în ramuri ale gimnasticii - ritmică	D05ESSL430	DD	DOB	1							2		2		4	E	
Teoria și practica în sporturi de apă - înot	D05ESSL431	DD	DOB	1							2				2	C	
Aplicații practice discipline sportive de apă - înot (42 ore compact)	D05ESSL432	DD	DOB	1										3	2	V	
Management aplicat în SSEF	D05ESSL433	DC	DO	1							1		1		3	C	
Istoria educației fizice	D05ESSL540	DOU	DO	0							1		1		3	C	
TOTAL					13	0	13	2	30		13	0	11	3	30		
DISCIPLINE FACULTATIVE																	
Pedagogie II. Teoria și metodologia instruirii. Teoria și metodologia evaluării.(DPPD)	D14MP1CL103	DF	DF	1	2	2			5	E							
Didactica specializării (DPPD)	D14MP1CL204	DS	DF	1							2	2			5	E	
Practică în activități motrice	D14MP1CL205	DOU	DF	1			2		3	A/R			2		3	A/R	
TOTAL					2	2	2	0	8		2	2	2	0	8		

Departamentul: TEORIE ȘI METODICĂ A ACTIVITĂȚILOR MOTRICE (D05)
 Domeniul de ierarhizare: EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
 Programul de studii: EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORTIVĂ (ESS)
 Durata studiilor : 3 ani
 Forma de învățământ : ZI

Sem. I	Sem. II
Nr. sapt./sem. daca ≠ 14	

PLAN DE ÎNVĂȚĂMÂNT – Anul III (2023-2024)

Disciplina	Cod	DF DD DS DC DOU	DOB DO DF	Opt. 0/≥1	C1	S1	L1	P1	CT1	FV1	C2	S2	L2	P2	CT2	FV2	SI
DISCIPLINE OBLIGATORII SI OPTIONALE																	
Evaluare motrică și somato-funcțională	D05ESSL535	DD	DOB	1	2		2		5	E							
Bazele generale ale antrenamentului sportiv	D05ESSL536	DC	DOB	1	2		2		4	E							
Metode de cercetare	D05ESSL537	DC	DOB	1	2		1		3	C							
Teoria și practica în sporturi de expresie - dans sportiv	D05ESSL538	DD	DOB	1	2		2		4	E							
Teoria și practica în sporturile de combat - judo, lupte	D05ESSL539	DD	DOB	1	2		2		4	E							
Organizarea competițiilor sportive	D05ESSL434	DOU	DO	1	1		1		3	C							
Marketing în EFS	D05ESSL641	DOU	DO	0	1		2		3	C							
Metodica antrenamentului pe ramură de sport (atletism, gimnastică, baschet, handbal, fotbal, volei, scrimă, tenis de masă, culturism/fitness, dans, judo, tenis)	D05ESSL542	DOU	DO	1	2		2		5	E							
Stagiu de practică în baze de agrement (42 ore compact)	D05ESSL643	DS	DOB	2				3	2	V							
Activități motrice adaptate	D05ESSL644	DS	DOB	1							2		2		5	E	
Expresie corporală și euritmie	D05ESSL646	DS	DOB	1							1		2		5	E	
Activități motrice de timp liber - badminton	D05ESSL647	DS	DO	1							1		2		5	E	
Gimnastică aerobică de întreținere	D05ESSL648	DS	DO	0							1		2		5	E	
Etică și integritate academică	D05ESSL649	DC	DOB	1							2		1		5	C	
Teoria și practica în ramuri sportive - scrimă	D05ESSL651	DD	DOB	1							2		2		5	E	
Stagiu de pregătire și elaborare a lucrării de licență (56 ore compact)	D05ESSL652	DD	DOB	1										4.6	5	A/R	
Susținerea lucrării de licența	D05ESSL653			0											10	E	
TOTAL					13	0	12	3	30		8	0	9	4.6	30		
DISCIPLINE FACULTATIVE																	
Instruire asistată de calculator (DPPD)	D14MP1CL107	DS	DF	1	1		1		2	C							
Practică pedagogică în învățământul preuniversitar obligatoriu (DPPD)	D14MP1CL109	DS	DF	1				3	3	C							
Managementul clasei de elevi (DPPD)	D14MP1CL208	DF	DF	1							1	1			3	E	
Practică pedagogică în învățământul preuniversitar obligatoriu (DPPD)	D14MP1CL209	DS	DF	1										3	2	C	
TOTAL					1	0	1	3	5		1	1	0	3	5		