

APROBAT începând cu
anul universitar 2025-2026

Sem. I		Sem. II
	Nr. sapt./sem. data = 14	

PLAN DE ÎNVĂȚĂMÂNT – Anul I (2025-2026)

Disciplina	Cod	DF DS DC	DOB DOP DFA	Opt. 0/21	C1	S1	L1	P1	CT1	FV1	C2	S2	L2	P2	CT2	FV2	S1
DISCIPLINE OBLIGATORII SI OPTIONALE																	
Anatomie funcțională	D05ESCL101	DF	DOB	1	1		2		4	E							58
Fundamentele științifice ale jocurilor sportive-handbal	D05ESCL102	DS	DOB	1	1		2		4	E							58
Fundamentele științifice ale jocurilor sportive-volei	D05ESCL103	DS	DOB	1	1		2		4	E							58
Fundamentele științifice ale jocurilor sportive-fotbal	D05ESCL104	DS	DOB	1	1		2		4	E							58
Kinesiologie	D05ESCL105	DF	DOB	1	1	2			4	E							58
Limbă străină	D05ESCL106	DC	DOB	1		2			2	C							22
Teoria și metodică educației fizice și sportului	D05ESCL107	DF	DOB	1	2	2			4	E							44
Teoria și practică în sporturi de iarnă	D05ESCL108	DS	DOB	1	1				2	C							36
Opțional 1. Aplicații sporturi de iarnă (28 ore compact)	D05ESCL109	DS	DOP	1				2	2	V							50
Opțional 1. Practică în centre de agrement și aventură (28 ore compact)	D05ESCL110	DS	DOP	0				2	2	V							50
Fundamentele învățării în activitățile motrice	D05ESCL111	DF	DOB	1							1		2		4	E	58
Fiziologie	D05ESCL112	DF	DOB	1							1		2		3	E	33
Educație pentru sănătate și prim ajutor	D05ESCL113	DF	DOB	1							1		2		3	C	33
Bazele generale ale gimnasticii	D05ESCL114	DF	DOB	1							2		2		5	E	69
Bazele generale ale atletismului	D05ESCL115	DF	DOB	1							2		2		5	E	69
Fundamentele științifice ale jocurilor sportive-baschet	D05ESCL116	DS	DOB	1							1		2		4	E	58
Opțional 2. Management aplicat în SSEF	D05ESCL117	DC	DOP	1							1	2			3	C	33
Opțional 2. Istoria educației fizice	D05ESCL118	DC	DOP	1							1	2			3	C	33
Opțional 2. Comunicare în educație fizică	D05ESCL119	DC	DOP	0							1	2			3	C	33



DECAN,
Prof.univ.dr. Mircea DĂNDIU

DIRECTOR DEPARTMENT,
Conf. univ. dr. Marian-Costin NANU

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

PLAN DE ÎNVĂȚĂMÂNT – Anul II (2025-2026)

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 ȘI 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							
Istoria educației fizice	D05ESSL540	DOU	DO	1	1		2		2	C							
Teoria și practica în ramuri sportive - culturism/fitness	D05ESSL323	DD	DO	0	1		2		2	C							
Practica și metodica activităților motrice pe grupe de vârstă	D05ESSL324	DS	DOB	1	1		2		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		2		3	C	
Teoria și practica în ramuri sportive - tenis	D05ESSL322	DD	DO	0							1		2		3	C	
TOTAL					12	0	14	2	30		13	0	12	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		



DECAN,
Prof.univ.dr. Mircea DĂNOIU

DIRECTOR DEPARTAMENT,
Prof.univ.dr. Germina COSMA

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

PLAN DE ÎNVĂȚĂMÂNT – Anul III (2025-2026)

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 EPS	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							
Stăgiu 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 euristică	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	
Stăgiu de pregătire și elaborare a lucrării de licență (56 ore compact)	D05ESSL652	DD	DOB	1										4,6	5	A/R	
Susținerea lucrării de licență	D05ESSL653			0											10	E	
TOTAL					13	0	12	3	30		8	0	9	4,6	30		
DISCIPLINE FACULTATIVE																	
Înstruire 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		



DECAN,
 Prof.univ.dr. Mircea DÂNDU

DIRECTOR DEPARTAMENT,
 Prof.univ.dr. Germina COSMA