



FACULTATEA de EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
Domeniul fundamental: ȘTIINȚA SPORTULUI ȘI EDUCAȚIEI FIZICE
Domeniul de licență: EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT

Programul de studii: **EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORTIVĂ**
Forma de învățământ: **cu frecvență redusă (IFR)**

Durata studiilor: **3 ani (6 semestre)**
Valabil: **începând cu ciclul de studii: 2023 – 2026**

PLAN DE ÎNVĂȚĂMÂNT
ANUL I

ANULAT DE AMIC/DAICIS

Nr. crt.	Discipline	Cod disciplină	Tip disciplină	Semestrul 1 (14 săptămâni)										Semestrul 2 (14 săptămâni)									
				SI	AI	SF	ST	L	P	FV	Cr	SI	AI	SF	ST	L	P	FV	Cr				
Discipline impuse																							
1.	Kinesiologie	EFS.DF.1.1.01	DF	58	28	14					C	4											
2.	Gimnastica de bază	EFS.DF.1.1.02	DF	69	28			28			E	5											
3.	Fundamente științifice ale jocurilor sportive: handbal și handbal pe plajă	EFS.DF.1.1.03	DF	80	28			42			E	6											
4.	Anatomie funcțională	EFS.DD.1.1.04	DD	94	28	28					E	6											
5.	Bazele generale ale atletismului	EFS.DF.1.1.05	DF	69	28			28			E	5											
6.	Limba străină(Engleză/Franceză) I	EFS.DC.1.1.06	DC	8	28	14					C	2											
7.	Fundamente științifice ale jocurilor sportive: fotbal și fotbal pe plajă	EFS.DF.1.2.07	DF										80	28		42	E	6					
8.	Teoria și practica în ramuri ale gimnasticii: gimnastică artistică, gimnastică ritmică	EFS.DD.1.2.08	DD										80	28		42	E	6					
9.	Teoria și practica în sporturile de iarnă	EFS.DD.1.2.09	DD										47	14		14	E	3					
10.	Aplicații practice discipline sportive de iarnă	EFS.DD.1.2.10	DD										36			14	C	2					
11.	Teoria și practica în alte ramuri sportive-Tenis și badminton	EFS.DD.1.2.11	DD										80	28		42	E	6					
12.	Limba străină(Engleză/Franceză) II	EFS.DC.1.2.12	DC										22			28	C	2					
Discipline opționale																							
13.	Istoria educației fizice și sportului	EFS.DOU.1.1.13	DOU	22	14	14					E	2											
	Etică și deontologie în Știința Sportului și Educației Fizice	EFS.DOU.1.1.14	DOU																				
	Teoria și practica în sporturile de combat – Judo, lupte;	EFS.DD.1.2.15	DD										69	28		28	C	5					
14.	Teoria și practica în sporturile de apă I (înot)																						
	Teoria și practica în sporturile de combat- Arte marțiale (Brazilian Jiu-Jitsu, Kickboxing)	EFS.DD.1.2.16	DD																				
Total ore, probe și credite pe semestru				400	182	70	98	168		5E/30	30	414	126	28	182	196	4E/30	30					

LEGENDA: SI – studiu individual; AI – Activități de autoinstruire; SF – seminar față în față; ST – seminar în sistem tutorial; L – activități de laborator; lucrări practice; P – proiect; practică; FV – forma de evaluare finală; Cr – număr credite transferabile ECTS; E – Examen; C – Colocviu; V – verificare; Tip disciplină: DI - Discipline impuse; DO – Discipline opționale

Tip disciplină: DJ- Discipline fundamentale; D - Discipline de dans; DS- Discipline de specialitate; IX - Discipline complementare

DISCIPLINE FACULTATIVE

1.	Sah	EFS.DFac.1.1.01	DF	36					14		C	2					
Total ore, probe și credite pe semestru				36					14		IC	2					

Conf.univ.dr. Dan-Marcel IJFSCU

DIRECTOR CENTRU ID-IFR,
Prof.univ.dr.ing. Adriana MANEA

DECAN,
Prof.univ.dr. Ionel MELENCO

COORDONATOR PROGRAM DE STUDII IFR,
Conf.univ.dr. Florin CAZAN