



MINISTERUL EDUCAȚIEI ȘI CERCETĂRII
UNIVERSITATEA OVIDIUS DIN CONSTANȚA

Aleea Universității, nr.1, Campus, Corp A, cod 900470 Constanta, România
Tel/Fax: +4 0241 606.407 / +4 0241 606.467
E-mail: rectorat@univ-ovidius.ro - Web page: www.univ-ovidius.ro

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 (IF)

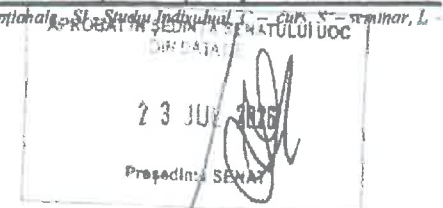
Durata studiilor: **3 ANI**
Valabil începând cu ciclul de studii: **2026-2029**

PLAN DE ÎNVĂȚĂMÂNT
ANUL I

Cod disciplină	*C1	**C2	Discipline	Semestrul 1 (14 săptămâni)							Semestrul 2 (14 săptămâni)							Nr. ore pe disciplină			
				SI	C	S	L	P	F.V.	CR	SI	C	S	L	P	F.V.	CR	Total	Curs	Aplicații	
Discipline impuse																					
EFS 1.1.01	DF	DOB	Bazele generale ale atletismului	58	1		2		E	4								42	14	28	
EFS 1.1.02	DF	DOB	Fundamente științifice ale fotbalului	69	1		3		E	5								56	14	42	
EFS 1.1.03	DF	DOB	Kinesiologie	47	1	1			E	3								28	14	14	
EFS 1.1.04	DF	DOB	Educație pentru sănătate, prim ajutor	47	1		1		E	3								28	14	14	
EFS 1.1.05	DF	DOB	Teoria și practica în alte ramuri sportive-Tenis	69	2		2		E	5								56	28	28	
EFS 1.1.06	DF	DOB	Teoria și practica în sporturi de expresie – Dans sportiv	58	1		2		V	4								42	14	28	
EFS 1.1.07	DC	DOB	Limbă străină I (Engleză/Franceză)	22	1	1			C	2								28	14	14	
EFS 1.2.08	DF	DOB	Bazele generale ale gimnasticii								58	1		2		E	4	42	14	28	
EFS 1.2.09	DF	DOB	Fundamente științifice ale baschetului								83	1		2		E	5	42	14	28	
EFS 1.2.10	DF	DOB	Teoria și practica în sporturile de apă I (înot)								47	1		1		V	3	28	14	14	
EFS 1.2.11	DF	DOB	Anatomie funcțională								58	1	2			E	4	42	14	28	
EFS 1.2.12	DF	DOB	Teoria și practica jocurilor sportive alternative								58	1		2		V	4	42	14	28	
EFS 1.2.13	DF	DOB	Aplicații practice discipline sportive de apă								47			2		V	3	28		28	
EFS 1.2.14	DC	DOB	Limbă străină II (Engleză/Franceză)								22	1	1			C	2	28	14	14	
Discipline optionale																					
EFS 1.1.15a	DC	DOP	Istoria educației fizice și sportului	22	1	1			V	2								28	14	14	
EFS 1.1.15b			Etică și integritate academică																		
EFS 1.1.16a	DF	DOP	Teoria și practica în sporturile de combat – Judo, lupte	22	1		1		E	2								28	14	14	
EFS 1.1.16b			Teoria și practica în sporturile de combat- Arte marțiale (Brazilian Jiu-Jitsu, Kickboxing)																		
EFS 1.2.17a	DF	DOP	Activități motrice de timp liber-jocuri sportive pe plajă								55	1		4		E	5	70	14	56	
EFS 1.2.17b			Jogging																		
al ore				414	10	3	11				428	7	3	13				658	238	420	
al ore pe săptămână /Total număr forme de verificare/ Total număr credite				24					6E/1C/2V		30	23					4E/1C/3V		30	Raport A/C =1,71	

ENDA: *C1 – categoria formativă: DF – discipline fundamentale, DS – discipline de specializare, DC – discipline complementare. **C2 – categoria opțională: DOB – discipline obligatorii, DOP – discipline optionale. SI – Studiu individual, C – Curs, S – seminar, L – laborator, P – Proiect, CR – Credite, FV – Forme de verificare: E – Examen, C – Colocvii.

Discipline facultative	C	S	L	P	F.V.	CR	Semestrul 2							Nr. ore pe disciplină		
							SI	C	S	L	P	F.V.	CR	Total	Curs	Aplicații
Sah			1		C	2								14		14
al ore discipline facultative/ Total număr credite	1				1C	2								14		14



Rector,
Conf.univ.dr. Iliescu Dan Marcu

Decan,
Prof.univ.dr.habil. Melenco Ionel

Director Departament,
Prof.univ.dr.habil. Popa Cristian

Coordonator program,
Conf. univ.dr. Cazan Florin



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 (IF)

Durata studiilor: 3 ANI

Valabil începând cu ciclul de studii: 2025-2028

**PLAN DE ÎNVĂȚĂMÂNT
ANUL II**

Nr. crt.	Cod disciplină	*C1	**C2	Discipline	Semestrul 1 (14 săptămâni)							Semestrul 2 (14 săptămâni)							Nr. ore pe disciplină			
					SI	C	S	L	P	F.V.	CR	SI	C	S	L	P	F.V.	CR	Total	Curs	Aplicații	
Discipline impuse																						
1.	EFS 2.3.01	DF	DOB	Teoria educației fizice și sportului	69	2	2			E	5								56	28	28	
2.	EFS 2.3.02	DF	DOB	Fundamente științifice ale handbalului	69	1		3		E	5								56	14	42	
3.	EFS 2.3.03	DF	DOB	Fundamente științifice ale voleiului	69	1		3		E	5								56	14	42	
4.	EFS 2.3.04	DF	DOB	Fiziologie	72	1	1			E	4								28	14	14	
5.	EFS 2.3.05	DF	DOB	Teoria și practica atletismului	69	1		3		E	5								56	14	42	
6.	EFS 2.3.06	DC	DOB	Metode de cercetare în educație fizică și sport	72	1	1			E	4								28	14	14	
7.	EFS 2.3.07	DC	DOB	Limbă străină III (Engleză/Franceză)	22		2			C	2								28		28	
8.	EFS 2.4.08	DF	DOB	Teoria și practica în ramuri ale gimnasticii								69	1		3		E	5	56	14	42	
9.	EFS 2.4.09	DF	DOB	Metodica educației fizice și sportului								47	1	1			E	3	28	14	14	
10.	EFS 2.4.10	DF	DOB	Teoria și practica în sporturile de apă II (yachting, caiac-canoe)								58	1		2		V	4	42	14	28	
11.	EFS 2.4.11	DS	DOB	Metodica predării handbalului în ciclul primar și gimnazial								69	2		2		E	5	56	28	28	
12.	EFS 2.4.12	DS	DOB	Metodica predării voleiului în ciclul primar și gimnazial								69	2		2		E	5	56	28	28	
13.	EFS 2.4.13	DC	DOB	Limbă străină IV (Engleză/Franceză)								22		2			C	2	28		28	
Discipline opționale																						
14.	EFS 2.4.14a	DC	DOP	Tenis de masă, Teqball								47			2		V	3	28		28	
	EFS 2.4.14b			Badminton																		
15.	EFS 2.4.15a	DF	DOP	Fitness în educație fizică și sportivă								47	1		2		V	3	42	14	28	
	EFS 2.4.15b			Amenajări baze, suprafețe, echipamente și instalații în educație fizică																		
Total ore					442	7	6	9				414	8	3	13				644	210	434	
Total ore pe săptămână /Total număr forme de verificare/ Total număr credite					22							6E/1C	30	24				4E/1C/3V	30	Raport A/C =2,06		

LEGENDA: *C1 = categoria formativă: DF – discipline fundamentale, DS – discipline de specializare, DC – discipline complementare. **C2 = categoria opționalității: DOB – discipline obligatorii, DOP – discipline opționale, SI - Studiu Individual, C – curs, S – seminar, L – Laborator, P – Proiect, CR – Credite, FV – forma de verificare, Ex - Examen, C – Colocviu

Nr. crt.	Discipline facultative	Cod disciplină	Semestrul 1							Semestrul 2							Nr. ore pe disciplină		
			SI	C	S	L	P	F.V.	CR	SI	C	S	L	P	F.V.	CR	Total	Curs	Aplicații
16.	Ciclism	EFS 2.4.16							22	1		1		C	2	28	14	14	
Total ore facultative/ Total număr credite									22		2			1C	2	28	14	14	

Rector,

Conf.univ.dr. Iliescu Dan Marcel

Decan,

Prof.univ.dr.habil. Melenco Ionel

Director Departament,

Prof.univ.dr.habil. Popa Cristian

Coordonator program,

Conf. univ.dr. Cazan Florin



MINISTERUL EDUCAȚIEI
UNIVERSITATEA „OVIDIUS” DIN CONSTANȚA
B-dul Mamaia 124, 900527 Constanța, România
Tel./Fax: +40 241 606407, +40 241 606467
E-mail: rectorat@univ-ovidius.ro
Webpage: www.univ-ovidius.ro

Universitatea „Ovidius” din Constanța

AVIZAT DSARC/DACIS

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 (IF)

Durata studiilor: 3 ANI
Valabil începând cu ciclul de studii: 2023-2026

PLAN DE ÎNVĂȚĂMÂNT ANUL III

Nr. crt.	Cod disciplină	*C1	**C2	Discipline	Semestrul 5 (14 săptămâni)								Semestrul 6 (14 săptămâni)								Nr. de ore pe disciplină		
					SI	C	S	L	P	F.V.	CR	SI	C	S	L	P	F.V.	CR	Total	Curs	Aplicații		
				Discipline impuse																			
1.	EFS.3.5.01	DD	DI	Evaluare motrică și somato-funcțională	33	2		1		E	3								42	28	14		
2.	EFS.3.5.02	DS	DI	Metodica predării atletismului în școală	105	2		3		E	7								70	28	42		
3.	EFS.3.5.03	DS	DI	Metodica predării voleiului în școală	105	2		3		E	7								70	28	42		
4.	EFS.3.5.04	DS	DI	Stagiu de practică în unități de învățământ	22			2		V	2								28		28		
5.	EFS.3.5.05	DS	DI	Activități motrice adaptate	36	1				C	2								14	14			
6.	EFS.3.5.06	DS	DI	Metodica predării gimnasticii în școală	105	2		3		E	7								70	28	42		
7.	EFS.3.6.07	DF	DI	Teoria și metodologia educației fizice și sportului II								83	2	1			E	5	42	28	14		
8.	EFS.3.6.08	DF	DI	Educație pentru sănătate, prim ajutor								83	2	1			E	5	42	28	14		
9.	EFS.3.6.09	DD	DI	Stagiu de pregătire și elaborare a lucrării de licență								22			2		C	2	28		28		
10.	EFS.3.6.10	DD	DI	Aplicații practice discipline sportive de apă								8			3		C	2	42		42		
11.	EFS.3.6.11	DS	DI	Metodica predării baschetului în școală								105	2		3		E	7	70	28	42		
12.	EFS.3.6.12	DS	DI	Expresie corporală și euristică								44	2		2		E	4	56	28	28		
13.	EFS.3.6.13	DC	DI	Management aplicat în educație fizică și sport								69	2	2			C	5	56	28	28		
				Discipline opționale																			
14.	EFS.3.5.14 EFS.3.5.15	DOU	DO	Rugby și rugby tag Oină	8	1		2		C	2								42	14	28		
Total ore pe săptămână					414	10		14				414	10	4	10				672	280	392		
Total general		Total ore fizice pe săptămână /Total număr forme de verificare/credite			24			4E/2C/1V			30	24			4E/3C			30	C/A=0,71				

LEGENDA: *C1 = categoria formativă: DF – discipline fundamentale, DD – discipline în domeniu, DS – discipline de specialitate, DC – discipline complementare. **C2 = categoria opțională: DI = discipline impuse, DO – discipline opționale. SI – Studiu Individual, C – curs, S – seminar, L – Laborator, P – Proiect, CR – Credite, FV – forma de verificare, Ex – Examen, C – Colocviu.

Nr. crt.	Discipline facultative	Cod	Semestrul 5							Semestrul 6							Nr. de ore pe disciplină		
			SI	C	S	L	P	F.V.	CR	SI	C	S	L	P	F.V.	CR	Total	Curs	Aplicații
15.	Amenajări baze sportive	EFS.3.5.03	22	1	1			C	2								28	14	14
Total ore facultative / credite pe săptămână			2					1C	2							28	14	14	

APROBAT ÎN
22 IUL 2023
reședința

Rector,
Conf.univ.dr. Dan Marcel Iliescu

Decan,
Prof.univ.dr. Ionel Melencu

Director Departament,
Conf.univ.dr. Cristian Popa

Coordonator program,
Conf.univ.dr. George Mușat