

UNIVERSITATEA ECOLOGICĂ DIN BUCUREȘTI  
FACULTATEA DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT  
Domeniul de licență: **EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT**  
Specializarea: **EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORTIVĂ**  
Durata programului de studiu: **3 ANI**  
Forma de învățământ: **CU FRECVENȚĂ**  
Titlul și calificarea obținute: **Licențiat în educație fizică și sport**  
Cod calificare: **cod RNCIS L40801001020**

**APROB,**  
**Rector,**  
**Conf. Univ. Dr. Giuliano TEVI**

## **PLAN DE ÎNVĂȚĂMÂNT** **valabil începând din anul universitar 2020-2021**

### **I. CERINȚE PENTRU OBTINEREA DIPLOMEI DE LICENȚĂ**

**180 de credite din care:**

- **162** de credite la disciplinele obligatorii;
- **18** credite la disciplinele opționale;

### **II. DESFĂȘURAREA STUDIILOR (în număr de săptămâni)**

	Activități didactice		Sesiune de examene			L.P comasate	Stagii de practică	Vacanță		
	Sem I	Sem II	I	V	R			iarna	prim	vara
<b>Anul I</b>	14	14	3	3	2			2+1	1	10
<b>Anul II</b>	14	14	3	3	2		1	2+1	1	10
<b>Anul III</b>	14	14	3	3	2		2	2+1	1	10

### **III. NUMĂRUL ORELOR PE SĂPTĂMANĂ**

	Semestrul I	Semestrul II
<b>Anul I</b>	23	24
<b>Anul II</b>	24	25
<b>Anul III</b>	25	25

### **V. EXAMENUL DE LICENȚĂ**

Proba 1: Evaluarea cunoștințelor fundamentale și de specialitate - 6 credite

Proba 2: Prezentarea și susținerea lucrării de licență - 4 credite

### **V. MODUL DE ALEGERE A DISCIPLINELOR OPȚIONALE**

Sem. 2: Se alege o disciplină din pachetul: Curs opțional 1

Sem. 3: Se alege o disciplină din pachetul: Curs opțional 2

Sem. 4: Se alege o disciplină din pachetul: Curs opțional 3

Sem. 5: Se alege o disciplină din pachetul: Curs opțional 4

Sem. 6: Se alege o disciplină din pachetul: Curs opțional 5

**UNIVERSITATEA ECOLOGICĂ DIN BUCUREȘTI**  
**FACULTATEA DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT**  
 Domeniul de licență: **EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT**  
 Specializarea: **EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORTIVĂ**  
 Durata programului de studiu: **3 ANI**  
 Forma de învățământ: **CU FRECVENȚĂ**  
 Titlul și calificarea obținute: **Licențiat în educație fizică și sport**  
 Cod calificare: **cod RNCIS L40801001020**

**PLAN DE ÎNVĂȚĂMÂNT**  
**Pentru anul I, semestrul 1, anul universitar 2020 / 2021 (14 săptămâni)**

Cod discipl.	Denumirea disciplinei	Felul disciplinei	Credite ECTS	Ore fizice săptămânale			Ore alocate studiului			Forme de evaluare		
				C	S	LP	F	I	T	E	C	V
<b>DISCIPLINE OBLIGATORII</b>												
1101	Anatomie funcțională/ <i>FUNCTIONAL ANATOMY</i>	DD	5	2	2	0	4	5	9	E		
1102	Educație pentru sănătate și prim ajutor / <i>EDUCATION FOR HEALTH AND FIRST AID</i>	DF	5	2	2	0	4	5	9	E		
1103	Fundamentele științifice ale jocurilor sportive– Fotbal / <i>SCIENTIFIC FUNDAMENTALS OF GAMES-FOOTBALL</i>	DF	5	2	0	2	4	5	9	E		
1104	Gimnastica de bază / <i>BASIC GYMNASTICS</i>	DF	4	1	0	2	3	4	7	E		
1105	Kinesiologie/ <i>KINESIOLOGY</i>	DF	5	2	2	0	4	5	9	E		
1106	Sah / <i>CHESS</i>	DOU	3	0	0	2	2	3	5			V
1107	Limba engleza 1 / <i>ENGLISH 1</i>	DC	3	2	0	0	2	3	5		C	
<b>TOTAL</b>			<b>30</b>	<b>11</b>	<b>6</b>	<b>6</b>	<b>23</b>	<b>30</b>	<b>53</b>	<b>5</b>	<b>1</b>	<b>1</b>

DECAN  
 PROF.UNIV.DR. POTOP VLADIMIR

DIRECTOR DEPARTAMENT  
 CONF.UNIV.DR. ULĂREANU MARIUS VIOREL

UNIVERSITATEA ECOLOGICĂ DIN BUCUREȘTI  
 FACULTATEA DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT  
 Domeniul de licență: **EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT**  
 Specializarea: **EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORTIVĂ**  
 Durata programului de studiu: **3 ANI**  
 Forma de învățământ: **CU FRECVENȚĂ**  
 Titlul și calificarea obținute: **Licențiat în educație fizică și sport**  
 Cod calificare: **cod RNCIS L40801001020**

**PLAN DE ÎNVĂȚĂMÂNT**  
**Pentru anul I, semestrul 2, anul universitar 2020 / 2021 (14 săptămâni)**

Cod discipl.	Denumirea disciplinei	Felul disciplinei	Credite ECTS	Ore fizice săptămânale			Ore alocate studiului			Forme de evaluare		
				C	S	LP	F	I	T	E	C	V
<b>DISCIPLINE OBLIGATORII</b>												
1108	Teoria și practica în sporturi de expresie – dans sportiv / <i>THEORY AND PRACTICE IN EXPRESIVE SPORTS – DANCE SPORT</i>	DD	5	2	0	2	4	5	9	E		
1109	Teoria și metodică EFS 1/ <i>METHODICS AND THEORY IN PES 1</i>	DF	5	2	2	0	4	5	9	E		
1110	Fundamentele științifice ale jocurilor sportive– Handbal / <i>SCIENTIFIC FUNDAMENTALS OF GAMES-HANDBALL</i>	DF	5	2	0	2	4	5	9	E		
1111	Teoria și practica sporturile de combat – Lupte/ <i>THEORY AND PRACTICE IN COMBAT SPORTS-WRESTLING</i>	DD	5	2	0	2	4	5	9	E		
1112	Bazele generale ale atletismului / <i>FUNDAMENTALS OF ATHLETICS</i>	DF	4	1	0	2	3	4	7	E		
1113	Teoria și practica în sporturi de apă – înot / <i>THEORY AND PRACTICE IN WATER SPORTS-SWIMMING</i>	DD	4	1	0	2	3	4	7		C	
<b>DISCIPLINE OPȚIONALE (SE VA ALEGE O DISCIPLINĂ)</b>												
1114	Limba engleză 2 / <i>ENGLISH 2</i>	DC	2	2	0	0	2	1	3		C	
1115	Etică și deontologie în știința sportului și educației fizice / <i>ETHICS AND DEONTOLOGY IN SSE</i>	DC	2	1	1	0	2	1	3		C	
<b>TOTAL</b>			<b>30</b>	11	3	10	24	29	53	5	2	

DECAN  
 PROF.UNIV.DR. POTOP VLADIMIR

DIRECTOR DEPARTAMENT  
 CONF.UNIV.DR. ULĂREANU MARIUS VIOREL

UNIVERSITATEA ECOLOGICĂ DIN BUCUREȘTI  
 FACULTATEA DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT  
 Domeniul de licență: **EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT**  
 Specializarea: **EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORTIVĂ**  
 Durata programului de studiu: **3 ANI**  
 Forma de învățământ: **CU FRECVENȚĂ**  
 Titlul și calificarea obținute: **Licențiat în educație fizică și sport**  
 Cod calificare: **cod RNCIS L40801001020**

**PLAN DE ÎNVĂȚĂMÂNT**  
 Pentru anul II, semestrul 3, anul universitar 2021 / 2022 (14 săptămâni)

Cod discipl.	Denumirea disciplinei	Felul disciplinei	Credite ECTS	Ore fizice săptămânale			Ore alocate studiului			Forme de evaluare		
				C	S	LP	F	I	T	E	C	V
<b>DISCIPLINE OBLIGATORII</b>												
1116	Fiziologie/ <i>PHYSIOLOGY</i>	DD	5	2	2	0	4	5	9	E		
1117	Metode de cercetare în Știința Sportului și Educației Fizice / <i>SCIENTIFIC RESEARCH METHODS IN SSPE</i>	DC	4	1	2	0	3	4	7	E		
1118	Fundamentele științifice ale jocurilor sportive – Volei/ <i>SCIENTIFIC FUNDAMENTALS OF GAMES - VOLLEYBALL</i>	DF	5	2	0	2	4	5	9	E		
1119	Teoria și practica atletismului / <i>THEORY AND PRACTICE IN ATHLETICS</i>	DD	5	2	0	2	4	5	9	E		
1120	Fundamentele științifice ale jocurilor sportive – Baschet / <i>SCIENTIFIC FUNDAMENTALS OF GAMES-BASKETBALL</i>	DF	5	2	0	2	4	5	9	E		
1121	Aplicații practice discipline sportive de iarnă (în tabere de pregătire) / <i>PRACTICAL APPLICATIONS WINTER SPORTS DISCIPLINES (IN TRAINING</i>	DD	3	0	0	3	3	4	7			V
<b>DISCIPLINE OPȚIONALE (SE VA ALEGE O DISCIPLINĂ)</b>												
1122	Gimnastică aerobă de întreținere /	DS	3	1	0	1	2	3	5		C	
1123	Teoria și practica în sporturile de iarnă (schi alpin, schi fond, bob, patinaj, sanie, sărituri, snowboard)	DD	3	1	0	1	2	3	5		C	
<b>TOTAL</b>			<b>30</b>	10	3	10	24	31	54	5	2	1

DECAN  
 PROF.UNIV.DR. POTOP VLADIMIR

DIRECTOR DEPARTAMENT  
 CONF.UNIV.DR. ULĂREANU MARIUS VIOREL

UNIVERSITATEA ECOLOGICĂ DIN BUCUREȘTI  
 FACULTATEA DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT  
 Domeniul de licență: **EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT**  
 Specializarea: **EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORTIVĂ**  
 Durata programului de studiu: **3 ANI**  
 Forma de învățământ: **CU FRECVENȚĂ**  
 Titlul și calificarea obținute: **Licențiat în educație fizică și sport**  
 Cod calificare: **cod RNCIS L40801001020**

**PLAN DE ÎNVĂȚĂMÂNT**  
**Pentru anul II, semestrul 4, anul universitar 2021 / 2022 (14 săptămâni)**

Cod discipl.	Denumirea disciplinei	Felul disciplinei	Credite ECTS	Ore fizice săptămânale			Ore alocate studiului			Forme de evaluare		
				C	S	LP	F	I	T	E	C	V
<b>DISCIPLINE OBLIGATORII</b>												
1124	Evaluare motrică și somato-funcțională / <i>MOTOR AND SOMATOFUNCTIONAL EVALUATION</i>	DD	5	2	2	0	4	5	9	E		
1125	Teoria și practica în sporturile de combat– Judo / <i>THEORY AND PRACTICE IN COMBAT SPORTS-JUDO</i>	DD	5	2	0	2	4	5	9		C	
1126	Teoria și practica în ramuri ale gimnasticii - gimnastică artistică / <i>THEORY AND PRACTICE IN THE BRANCHES OF GYMNASTICS-ARTISTIS</i>	DD	5	2	0	2	4	5	9	E		
1127	Activități motrice de timp liber (jocuri sportive / teren redus) / <i>MOVEMENT ACTIVITIES OF FREE TIME (GAME ON REDUCED FIELD)</i>	DS	5	2	0	2	4	5	9		C	
1128	Aplicații practice discipline sportive de apă (în tabere de pregătire) / <i>PRACTICAL APPLICATIONS OF WATER SPORTS DISCIPLINE (IN TRAINING CAMPS)</i>	DD	3	0	0	3	3	2	5			V
1129	Stagiu de practică în activități de turism / <i>PRACTICE STAGE IN TOURISM ACTIVITIES</i>	DS	3	0	0	3	3	2	5			V
<b>DISCIPLINE OPȚIONALE (SE VA ALEGE O DISCIPLINĂ)</b>												
1130	Tehnici de autoapărare /	DS	4	1	0	2	3	4	7		C	
1131	Teoria și practica în alte ramuri sportive – Rugby / <i>THEORY AND PRACTICE IN OTHER BRANCHES OF SPORTS: RUGBY</i>	DD	4	1	0	2	3	4	7		C	
<b>TOTAL</b>			<b>30</b>	<b>9</b>	<b>2</b>	<b>14</b>	<b>25</b>	<b>28</b>	<b>53</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>2</b>

DECAN  
 PROF.UNIV.DR. POTOP VLADIMIR

DIRECTOR DEPARTAMENT  
 CONF.UNIV.DR. ULĂREANU MARIUS VIOREL

UNIVERSITATEA ECOLOGICĂ DIN BUCUREȘTI  
 FACULTATEA DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT  
 Domeniul de licență: **EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT**  
 Specializarea: **EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORTIVĂ**  
 Durata programului de studiu: **3 ANI**  
 Forma de învățământ: **CU FRECVENȚĂ**  
 Titlul și calificarea obținute: **Licențiat în educație fizică și sport**  
 Cod calificare: **cod RNCIS L40801001020**

**PLAN DE ÎNVĂȚĂMÂNT**  
**Pentru anul III, semestrul 5, anul universitar 2022/ 2023 (14 săptămâni)**

Cod discipl.	Denumirea disciplinei	Felul disciplinei	Credite ECTS	Ore fizice săptămânale			Ore alocate studiului			Forme de evaluare		
				C	S	LP	F	I	T	E	C	V
<b>DISCIPLINE OBLIGATORII</b>												
1132	Metodica predării fotbalului în școală/ <i>TEACHING METHODOLOGY OF FOOTBALL IN SCHOOL</i>	DS	5	2	0	2	4	5	9	E		
1133	Metodica predării baschetului în școală / <i>TEACHING METHODOLOGY OF BASKET-BALL IN SCHOOL</i>	DS	5	2	0	2	4	5	9	E		
1134	Metodica predării handbalului în școală / <i>TEACHING METHODOLOGY OF HANDBALL IN SCHOOL</i>	DS	5	2	0	2	4	5	9	E		
1135	Teoria și practica în alte ramuri sportive – Haltere / <i>THEORY AND PRACTIC IN OTHER BRANCHES OF SPORTS: WEIGHTLIFTING</i>	DD	4	1	0	2	3	4	7		C	
1136	Practica și metoda activităților motrice pe grupe de vârstă / <i>PRACTICE AND METHODICS OF MOVING ACTIVITIES BY AGE GROUPS</i>	DS	5	2	0	2	4	5	9		C	
1137	Stagiul de pregătire și elaborare a lucrării de licență / <i>TRAINING AND ELABORATION OF THE BACHELOR THESIS</i>	DD	4	0	4	0	4	3	7			V
<b>DISCIPLINE OPȚIONALE (SE VA ALEGE O DISCIPLINĂ)</b>												
1138	Istoria Educației Fizice și Sportului/ <i>PES HISTORY</i>	DOU	2	1	1	0	2	1	3		C	
1139	Comunicare în Știința Sportului și Educației Fizice / <i>COMMUNICATION IN SSPE</i>	DC	2	1	1	0	2	1	3		C	
<b>TOTAL</b>			<b>30</b>	10	5	10	25	28	53	<b>3</b>	<b>3</b>	<b>1</b>

DECAN  
 PROF.UNIV.DR. POTOP VLADIMIR

DIRECTOR DEPARTAMENT  
 CONF.UNIV.DR. ULĂREANU MARIUS VIOREL

UNIVERSITATEA ECOLOGICĂ DIN BUCUREȘTI  
 FACULTATEA DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT  
 Domeniul de licență: **EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT**  
 Specializarea: **EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORTIVĂ**  
 Durata programului de studiu: **3 ANI**  
 Forma de învățământ: **CU FRECVENȚĂ**  
 Titlul și calificarea obținute: **Licențiat în educație fizică și sport**  
 Cod calificare: **cod RNCIS L40801001020**

**PLAN DE ÎNVĂȚĂMÂNT**  
**Pentru anul III, semestrul 6, anul universitar 2022 / 2023 (14 săptămâni)**

Cod discipl.	Denumirea disciplinei	Felul disciplinei	Credite ECTS	Ore fizice săptămânale			Ore alocate studiului			Forme de evaluare		
				C	S	LP	F	I	T	E	C	V
<b>DISCIPLINE OBLIGATORII</b>												
1140	Metodica predării voleiului în școală / <i>TEACHING METHODOLOGY OF VOLLEY-BALL IN SCHOOL</i>	DS	5	2	0	2	4	5	9	E		
1141	Metodica predării gimnasticii în școală / <i>TEACHING METHODOLOGY OF GYMNASTICS IN SCHOOL</i>	DS	5	2	0	2	4	5	9	E		
1142	Metodica predării atletismului în școală / <i>TEACHING METHODOLOGY OF ATHLETICS IN SCHOOL</i>	DS	5	2	0	2	4	5	9	E		
1143	Activități motrice adaptate / <i>ADAPTED MOVEMENT ACTIVITIES</i>	DS	4	1	0	2	3	4	7		C	
1144	Stagiu de practică în baze de agrement / <i>PRACTICE STAGE IN AGREEMENT BASES</i>	DS	4	0	0	4	4	3	7			V
1145	Stagiu de practică în unități de învățământ / <i>INTERNSHIP IN EDUCATION</i>	DS	4	0	0	4	4	3	7			V
<b>DISCIPLINE OPȚIONALE (SE VA ALEGE O DISCIPLINĂ)</b>												
1146	Management aplicat în știința sportului și educației fizice / <i>MANAGEMENT APPLIED IN SSPE</i>	DC	3	1	1	0	2	3	5		C	
1147	Utilizare soft-uri specializate în Știința Sportului Și Educației Fizice / <i>USE OF SPECIALIZED SOFTWARE IN SSPE</i>	DC	3	1	1	0	2	3	5		C	
<b>TOTAL</b>			30	8	1	16	25	28	53	3	2	2

DECAN  
 PROF.UNIV.DR. POTOP VLADIMIR

DIRECTOR DEPARTAMENT  
 CONF.UNIV.DR. ULĂREANU MARIUS VIOREL