

## PLAN DE ÎNVĂȚĂMÂNT

### Cerințe pentru obținerea diplomei / Verificarea normelor ARACIS

| Tip ore                               | Nr. ore                  | %            |
|---------------------------------------|--------------------------|--------------|
| Discipline obligatorii (OB)           | <b>1890</b>              | <b>93,75</b> |
| Discipline opționale (OP)             | <b>126</b>               | <b>6,25</b>  |
| <b>TOTAL</b>                          | <b>2016</b>              | <b>100%</b>  |
| Practică (OB)                         | <b>0</b>                 | <b>-</b>     |
| Ore de studiu individual (OSI)        | <b>2484</b>              | <b>-</b>     |
| Discipline fundamentale               | <b>518</b>               | <b>25,69</b> |
| Discipline de domeniu                 | <b>616</b>               | <b>30,56</b> |
| Discipline de specialitate            | <b>644</b>               | <b>31,94</b> |
| Discipline complementare              | <b>154</b>               | <b>7,64</b>  |
| Discipline din strategia universitară | <b>84</b>                | <b>4,17</b>  |
| Raport ore curs / ore aplicații       | <b>980 / 1036 = 0,95</b> |              |

| Tip credit                                       | Nr. credite             | %            |
|--------------------------------------------------|-------------------------|--------------|
| Credite la discipline obligatorii                | <b>168</b>              | <b>93,33</b> |
| Credite la discipline opționale                  | <b>12</b>               | <b>6,67</b>  |
| <b>TOTAL</b>                                     | <b>180</b>              | <b>100%</b>  |
| Credite pentru susținerea lucrării de finalizare | <b>10</b>               | <b>-</b>     |
| Credite la discipline fundamentale               | <b>50</b>               | <b>27,78</b> |
| Credite la discipline de domeniu                 | <b>54</b>               | <b>30,00</b> |
| Credite la discipline de specialitate            | <b>54</b>               | <b>30,00</b> |
| Credite la discipline complementare              | <b>13</b>               | <b>7,22</b>  |
| Credite la discipline din strategia universitară | <b>9</b>                | <b>5,00</b>  |
| Raport Examene / Total forme verificare          | <b>21 / 42 = 50,00%</b> |              |

### Structura anilor universitari (în săptămâni)

| Anul de studiu | Activități didactice |             | Sesiuni examene |      |          | Practică | Vacanțe |           |      |
|----------------|----------------------|-------------|-----------------|------|----------|----------|---------|-----------|------|
|                | Semestrul 1          | Semestrul 2 | Iarnă           | Vară | Restanțe |          | Iarnă   | Primăvară | Vară |
| Anul 1         | 14                   | 14          | 3               | 3    | 2        | 2        | 2       | 1         | 10   |
| Anul 2         | 14                   | 14          | 3               | 3    | 2        | 1        | 2       | 1         | 10   |
| Anul 3         | 14                   | 14          | 3               | 3    | 2        | 2        | 2       | 1         | -    |

### Numărul orelor pe săptămână

| Anul | Semestrul I | Semestrul II |
|------|-------------|--------------|
| 1    | 24          | 24           |
| 2    | 24          | 24           |
| 3    | 24          | 24           |

Rector  
**Prof. dr. ing. Marian Barbu**

Decan  
**Catalin Aurelian Stefanescu**

Universitatea "Dunărea de Jos" din Galați  
**Facultatea de Educație Fizică și Sport**  
Domeniul de licență: **Educație fizică și sport**  
Program de studii universitare de licență: **Educație fizică și sportivă (la Buzău)**  
Forma de învățământ: **cu frecvență**  
Durata studiilor: **3 ani**  
Numărul total de credite: **180**  
Valabil începând cu anul universitar: **2023-2024**

Ministerul Educației Naționale

Aprobat în ședința Senatului  
din data de.....

| Anul de studiu 1 - anul universitar 2023-2024 |                                                  |                                                     |             |                        |   |   |       |         |           |                         |   |   |       |         |                 |     |    |
|-----------------------------------------------|--------------------------------------------------|-----------------------------------------------------|-------------|------------------------|---|---|-------|---------|-----------|-------------------------|---|---|-------|---------|-----------------|-----|----|
| Nr. crt.<br>(Nr.opt./Nr.disc.)                | Disciplina                                       | Tip                                                 | Cod         | Semestrul I (14 săpt.) |   |   |       |         |           | Semestrul II (14 săpt.) |   |   |       |         |                 | OSI |    |
|                                               |                                                  |                                                     |             | C                      | S | L | P     | E/V/C/P | Credite   | C                       | S | L | P     | E/V/C/P | Credite         |     |    |
| 1                                             | Kinesiologie                                     | Obligatorie                                         | 0607.1OB06F | 2                      | 1 | - | -     | V       | 4         | -                       | - | - | -     | -       | -               | -   | 58 |
| 2                                             | Anatomie funcțională                             | Obligatorie                                         | 0607.1OB04D | 2                      | 2 | - | -     | E       | 5         | -                       | - | - | -     | -       | -               | -   | 69 |
| 3                                             | Fiziologie                                       | Obligatorie                                         | 0607.1OB10D | 2                      | 2 | - | -     | E       | 5         | -                       | - | - | -     | -       | -               | -   | 69 |
| 4                                             | Gimnastica de bază                               | Obligatorie                                         | 0607.1OB02F | 2                      | - | 2 | -     | E       | 5         | -                       | - | - | -     | -       | -               | -   | 69 |
| 5                                             | Bazele generale ale atletismului                 | Obligatorie                                         | 0607.1OB03F | 2                      | - | 2 | -     | E       | 5         | -                       | - | - | -     | -       | -               | -   | 69 |
| 6                                             | Limba străină                                    | Obligatorie                                         | 0607.1OB05C | -                      | 2 | - | -     | V       | 2         | -                       | 2 | - | -     | V       | 2               | 44  |    |
| 7                                             | Teoria și metodică educației fizice și sportului | Obligatorie                                         | 0607.1OB01F | -                      | - | - | -     | -       | -         | 2                       | 2 | - | -     | E       | 6               | 94  |    |
| 8                                             | Fundamentele științifice ale fotbalului          | Obligatorie                                         | 0607.1OB09F | -                      | - | - | -     | -       | -         | 2                       | - | 2 | -     | E       | 5               | 69  |    |
| 9                                             | Teoria și practica atletismului                  | Obligatorie                                         | 0607.1OB16D | -                      | - | - | -     | -       | -         | 2                       | - | 2 | -     | E       | 5               | 69  |    |
| 10                                            | Teoria și practica gimnasticii acrobatice        | Obligatorie                                         | 0607.1OB17D | -                      | - | - | -     | -       | -         | 2                       | - | 2 | -     | E       | 5               | 69  |    |
| 11                                            | Teoria și practica în înot                       | Obligatorie                                         | 0607.1OB11D | -                      | - | - | -     | -       | -         | 2                       | - | 2 | -     | V       | 5               | 69  |    |
| 12                                            | Stagiu de practică în turism                     | Obligatorie                                         | 0607.1OB13S | -                      | - | - | -     | -       | -         | -                       | - | 2 | -     | V       | 2               | 22  |    |
| 13<br>(1 / 2)                                 | Istoria educației fizice și sportului            | Opțională                                           | 0607.1OP14U | 2                      | 1 | - | -     | V       | 4         | -                       | - | - | -     | -       | -               | -   | 58 |
|                                               | 0607.1OP15U                                      |                                                     | -           | -                      | - | - | -     | -       | -         | -                       | - | - | -     | -       | -               | 58  |    |
| TOTAL                                         |                                                  | Discipline obligatorii<br>(ore fizice pe săptămână) | 10 7 4 -    |                        |   |   | 4E+2V | 26      | 10 4 10 - |                         |   |   | 4E+3V | 30      | 770<br>(ore/an) |     |    |
|                                               |                                                  |                                                     | 21          |                        |   |   |       |         | 24        |                         |   |   |       |         |                 |     |    |
|                                               |                                                  | Discipline opționale<br>(ore fizice pe săptămână)   | 2 1 - -     |                        |   |   | 1V    | 4       | - - - -   |                         |   |   | -     | -       | 58<br>(ore/an)  |     |    |
|                                               |                                                  |                                                     | 3           |                        |   |   |       |         | -         |                         |   |   |       |         |                 |     |    |
|                                               |                                                  | TOTAL<br>(ore fizice pe săptămână)                  | 12 8 4 -    |                        |   |   | 4E+3V | 30      | 10 4 10 - |                         |   |   | 4E+3V | 30      | 828<br>(ore/an) |     |    |
| 24                                            |                                                  |                                                     |             | 24                     |   |   |       |         |           |                         |   |   |       |         |                 |     |    |

Rector  
**Prof. dr. ing. Marian Barbu**

Decan  
**Catalin Aurelian Stefanescu**

| Anul de studiu 2 - anul universitar 2024-2025 |                                                               |                                                     |             |                        |    |   |       |         |         |                         |   |   |       |         |                 |     |    |
|-----------------------------------------------|---------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------|-------------|------------------------|----|---|-------|---------|---------|-------------------------|---|---|-------|---------|-----------------|-----|----|
| Nr. crt.<br>(Nr.opt./Nr.disc.)                | Disciplina                                                    | Tip                                                 | Cod         | Semestrul I (14 săpt.) |    |   |       |         |         | Semestrul II (14 săpt.) |   |   |       |         |                 | OSI |    |
|                                               |                                                               |                                                     |             | C                      | S  | L | P     | E/V/C/P | Credite | C                       | S | L | P     | E/V/C/P | Credite         |     |    |
| 1                                             | Psihopedagogie                                                | Obligatorie                                         | 0607.2OB03F | 2                      | 1  | - | -     | E       | 5       | -                       | - | - | -     | -       | -               | -   | 83 |
| 2                                             | Metodica predării atletismului în școală                      | Obligatorie                                         | 0607.2OB02S | 2                      | -  | 2 | -     | V       | 4       | -                       | - | - | -     | -       | -               | -   | 44 |
| 3                                             | Metodica predării gimnasticii în școală                       | Obligatorie                                         | 0607.2OB09S | 2                      | -  | 2 | -     | V       | 4       | -                       | - | - | -     | -       | -               | -   | 44 |
| 4                                             | Fundamentele științifice ale baschetului                      | Obligatorie                                         | 0607.2OB06F | 2                      | -  | 2 | -     | E       | 5       | -                       | - | - | -     | -       | -               | -   | 69 |
| 5                                             | Metodica predării fotbalului în școală                        | Obligatorie                                         | 0607.2OB05S | 2                      | -  | 2 | -     | V       | 4       | -                       | - | - | -     | -       | -               | -   | 44 |
| 6                                             | Teoria și practica în sporturile de iarnă                     | Obligatorie                                         | 0607.2OB07D | 2                      | -  | 1 | -     | E       | 5       | -                       | - | - | -     | -       | -               | -   | 83 |
| 7                                             | Aplicații practice discipline sportive de iarnă               | Obligatorie                                         | 0607.2OB08D | -                      | -  | 2 | -     | V       | 3       | -                       | - | - | -     | -       | -               | -   | 47 |
| 8                                             | Evaluare motrică și somato-funcțională                        | Obligatorie                                         | 0607.2OB11D | -                      | -  | - | -     | -       | -       | 2                       | 2 | - | -     | V       | 4               | 44  |    |
| 9                                             | Teoria și practica în dans sportiv                            | Obligatorie                                         | 0607.2OB12D | -                      | -  | - | -     | -       | -       | 2                       | - | 2 | -     | E       | 5               | 69  |    |
| 10                                            | Cunoștințe teoretice în Știința Sportului și Educației Fizice | Obligatorie                                         | 0607.2OB13U | -                      | -  | - | -     | -       | -       | 2                       | 1 | - | -     | E       | 5               | 83  |    |
| 11                                            | Metodica predării baschetului în școală                       | Obligatorie                                         | 0607.2OB01S | -                      | -  | - | -     | -       | -       | 2                       | - | 2 | -     | V       | 4               | 44  |    |
| 12                                            | Practica și metodica activităților motrice pe grupe de vârstă | Obligatorie                                         | 0607.2OB10S | -                      | -  | - | -     | -       | -       | 2                       | - | 2 | -     | E       | 6               | 94  |    |
| 13                                            | Stagiu de practică în baze de agrement                        | Obligatorie                                         | 0607.2OB04S | -                      | -  | - | -     | -       | -       | -                       | - | 2 | -     | V       | 2               | 22  |    |
| 14<br>(1 / 2)                                 | Tehnici de supraviețuire                                      | Opțională                                           | 0607.2OP14S | -                      | -  | - | -     | -       | -       | 2                       | - | 1 | -     | V       | 4               | 58  |    |
|                                               | 0607.2OP15S                                                   |                                                     | -           | -                      | -  | - | -     | -       | 2       | -                       | 1 | - | V     | 4       | 58              |     |    |
| TOTAL                                         |                                                               | Discipline obligatorii<br>(ore fizice pe săptămână) | 12          | 1                      | 11 | - | 3E+4V | 30      | 10      | 3                       | 8 | - | 3E+3V | 26      | 770<br>(ore/an) |     |    |
|                                               |                                                               |                                                     | 24          |                        |    |   |       |         | 21      |                         |   |   |       |         |                 |     |    |
|                                               |                                                               | Discipline opționale<br>(ore fizice pe săptămână)   | -           | -                      | -  | - | -     | -       | 2       | -                       | 1 | - | 1V    | 4       | 58<br>(ore/an)  |     |    |
|                                               |                                                               |                                                     | -           |                        |    |   |       |         | 3       |                         |   |   |       |         |                 |     |    |
| TOTAL                                         |                                                               | (ore fizice pe săptămână)                           | 12          | 1                      | 11 | - | 3E+4V | 30      | 12      | 3                       | 9 | - | 3E+4V | 30      | 828<br>(ore/an) |     |    |
|                                               |                                                               |                                                     | 24          |                        |    |   |       |         | 24      |                         |   |   |       |         |                 |     |    |

Rector  
**Prof. dr. ing. Marian Barbu**

Decan  
**Catalin Aurelian Stefanescu**

Universitatea "Dunărea de Jos" din Galați  
**Facultatea de Educație Fizică și Sport**  
Domeniul de licență: **Educație fizică și sport**  
Program de studii universitare de licență: **Educație fizică și sportivă (la Buzău)**  
Forma de învățământ: **cu frecvență**  
Durata studiilor: **3 ani**  
Numărul total de credite: **180**  
Valabil începând cu anul universitar: **2023-2024**

Ministerul Educației Naționale

Aprobat în ședința Senatului  
din data de.....

| Anul de studiu 3 - anul universitar 2025-2026 |                                                              |                                                     |             |                        |    |   |       |         |         |                         |   |   |       |         |                 |                |    |
|-----------------------------------------------|--------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------|-------------|------------------------|----|---|-------|---------|---------|-------------------------|---|---|-------|---------|-----------------|----------------|----|
| Nr. crt.<br>(Nr.opt./Nr.disc.)                | Disciplina                                                   | Tip                                                 | Cod         | Semestrul I (14 săpt.) |    |   |       |         |         | Semestrul II (14 săpt.) |   |   |       |         |                 | OSI            |    |
|                                               |                                                              |                                                     |             | C                      | S  | L | P     | E/V/C/P | Credite | C                       | S | L | P     | E/V/C/P | Credite         |                |    |
| 1                                             | Activități motrice adaptate                                  | Obligatorie                                         | 0607.3OB02S | 2                      | -  | 1 | -     | V       | 4       | -                       | - | - | -     | -       | -               | -              | 58 |
| 2                                             | Teoria și practica în sporturile de combat                   | Obligatorie                                         | 0607.3OB11D | 2                      | -  | 2 | -     | E       | 5       | -                       | - | - | -     | -       | -               | -              | 69 |
| 3                                             | Stagiu de pregătire și elaborare a lucrării de licență       | Obligatorie                                         | 0607.3OB06D | -                      | -  | 3 | -     | V       | 3       | -                       | - | - | -     | -       | -               | -              | 33 |
| 4                                             | Stagiu de practică în unități de învățământ                  | Obligatorie                                         | 0607.3OB05S | -                      | -  | 2 | -     | V       | 3       | -                       | - | - | -     | -       | -               | -              | 47 |
| 5                                             | Fundamentele științifice ale voleiului                       | Obligatorie                                         | 0607.3OB08F | 2                      | -  | 2 | -     | E       | 5       | -                       | - | - | -     | -       | -               | -              | 69 |
| 6                                             | Fundamentele științifice ale handbalului                     | Obligatorie                                         | 0607.3OB13F | 2                      | -  | 2 | -     | E       | 5       | -                       | - | - | -     | -       | -               | -              | 69 |
| 7                                             | Metode de cercetare în Știința Sportului și Educației Fizice | Obligatorie                                         | 0607.3OB15C | 2                      | 2  | - | -     | E       | 5       | -                       | - | - | -     | -       | -               | -              | 69 |
| 8                                             | Educație pentru sănătate și prim ajutor medical              | Obligatorie                                         | 0607.3OB10F | -                      | -  | - | -     | -       | -       | 2                       | 1 | - | -     | E       | 5               | 83             |    |
| 9                                             | Metodica predării voleiului în școală                        | Obligatorie                                         | 0607.3OB03S | -                      | -  | - | -     | -       | -       | 2                       | - | 2 | -     | V       | 4               | 44             |    |
| 10                                            | Metodica predării handbalului în școală                      | Obligatorie                                         | 0607.3OB01S | -                      | -  | - | -     | -       | -       | 2                       | - | 2 | -     | V       | 4               | 44             |    |
| 11                                            | Activități motrice de timp liber                             | Obligatorie                                         | 0607.3OB07S | -                      | -  | - | -     | -       | -       | 2                       | - | 1 | -     | V       | 4               | 58             |    |
| 12                                            | Teoria și practica tenisului                                 | Obligatorie                                         | 0607.3OB09D | -                      | -  | - | -     | -       | -       | 2                       | - | 2 | -     | E       | 4               | 44             |    |
| 13                                            | Fitness                                                      | Obligatorie                                         | 0607.3OB04S | -                      | -  | - | -     | -       | -       | 2                       | - | 1 | -     | E       | 5               | 83             |    |
| 14<br>(1 / 2)                                 | Management aplicat în Știința Sportului și Educației Fizice  | Opțională                                           | 0607.3OP12C | -                      | -  | - | -     | -       | -       | 2                       | 1 | - | -     | V       | 4               | 58             |    |
|                                               | 0607.3OP14C                                                  |                                                     | -           | -                      | -  | - | -     | -       | -       | -                       | - | - | -     | 58      |                 |                |    |
| TOTAL                                         |                                                              | Discipline obligatorii<br>(ore fizice pe săptămână) | 10          | 2                      | 12 | - | 4E+3V | 30      | 12      | 1                       | 8 | - | 3E+3V | 26      | 770<br>(ore/an) |                |    |
|                                               |                                                              |                                                     | 24          |                        |    |   |       |         | 21      |                         |   |   |       |         |                 |                |    |
|                                               |                                                              | Discipline opționale<br>(ore fizice pe săptămână)   | -           | -                      | -  | - | -     | -       | 2       | 1                       | - | - | 1V    | 4       |                 | 58<br>(ore/an) |    |
|                                               |                                                              |                                                     | -           |                        |    |   |       |         | 3       |                         |   |   |       |         |                 |                |    |
|                                               |                                                              | TOTAL<br>(ore fizice pe săptămână)                  | 10          | 2                      | 12 | - | 4E+3V | 30      | 14      | 2                       | 8 | - | 3E+4V | 30      | 828<br>(ore/an) |                |    |
|                                               |                                                              |                                                     | 24          |                        |    |   | 24    |         |         |                         |   |   |       |         |                 |                |    |

Rector  
**Prof. dr. ing. Marian Barbu**

Decan  
**Catalin Aurelian Stefanescu**