

PLAN DE ÎNVĂȚĂMÂNT**Cerințe pentru obținerea diplomei / Verificarea normelor ARACIS**

Tip ore	Nr. ore	%
Discipline obligatorii (OB)	700	89,29
Discipline opționale (OP)	84	10,71
TOTAL	784	100%
Practică (OB)	0	-
Ore de studiu individual (OSI)	2216	-
Discipline fundamentale	112	14,29
Discipline de domeniu	224	28,57
Discipline de specialitate	420	53,57
Discipline complementare	28	3,57
Raport ore curs / ore aplicații	252 / 532 = 0,47	

Tip credit	Nr. credite	%
Credite la discipline obligatorii	110	91,67
Credite la discipline opționale	10	8,33
TOTAL	120	100%
Credite pentru susținerea lucrării de finalizare	10	-
Credite la discipline fundamentale	15	12,50
Credite la discipline de domeniu	35	29,17
Credite la discipline de specialitate	65	54,17
Credite la discipline complementare	5	4,17
Raport Examene / Total forme verificare	12 / 19 = 63,16%	

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	1	10
Anul 2	14	14	3	3	2	-	2	1	10

Numărul orelor pe săptămână

Anul	Semestrul I	Semestrul II
1	14	14
2	14	14

Rector
Prof. dr. ing. Puiu Lucian Georgescu

Decan
Conf. dr. filol. Gina Aurora Necula

Anul de studiu 1 - anul universitar 2020-2021

Nr. crt. (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	Teoria antrenamentului sportiv	Obligatorie	1574.1OB01D	2	1	-	-	E	7	-	-	-	-	-	-	133
2	Metodologia cercetării activităților corporale	Obligatorie	1574.1OB02D	1	1	-	-	E	5	-	-	-	-	-	-	97
3	Ergofiziologia activităților fizice	Obligatorie	1574.1OB03D	2	1	-	-	E	7	-	-	-	-	-	-	133
4	Aprofundare într-o ramură sportivă (sporturi de luptă, fitness, culturism, stretching, yoga)	Obligatorie	1574.1OB04S	2	-	2	-	E	7	-	-	-	-	-	-	119
5	Practică în sporturi de iarnă (schi, sanie, patinaj, snowboard etc)	Obligatorie	1574.1OB05S	-	-	2	-	V	4	-	-	-	-	-	-	72
6	Modificări adaptative ale organismului în efortul fizic	Obligatorie	1574.1OB06D	-	-	-	-	-	-	2	1	-	-	E	6	108
7	Metodologia sportului pentru toți	Obligatorie	1574.1OB07D	-	-	-	-	-	-	1	2	-	-	E	6	108
8	Nutriția în efortul fizic	Obligatorie	1574.1OB08S	-	-	-	-	-	-	1	1	-	-	E	5	97
9	etică și integritate academică	Obligatorie	1574.1OB09C	-	-	-	-	-	-	1	1	-	-	V	5	97
10	Teoria sportului și competiției	Obligatorie	1574.1OB10D	-	-	-	-	-	-	1	1	-	-	E	4	72
11	Practică în sporturi nautice	Obligatorie	1574.1OB11S	-	-	-	-	-	-	-	-	2	-	V	4	72
TOTAL		Discipline obligatorii (ore fizice pe săptămână)		7	3	4	-	4E+1V	30	6	6	2	-	4E+2V	30	1108 (ore/an)
		Discipline opționale (ore fizice pe săptămână)		-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	- (ore/an)
		TOTAL (ore fizice pe săptămână)		7	3	4	-	4E+1V	30	6	6	2	-	4E+2V	30	1108 (ore/an)
				14						14						

Rector
Prof. dr. ing. Puiu Lucian Georgescu

Decan
Conf. dr. filol. Gina Aurora Necula

Anul de studiu 2 - anul universitar 2021-2022

Nr. crt. (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	Metodica pregătirii motrice de loisir și fitness	Obligatorie	1574.2OB01S	1	1	-	-	E	6	-	-	-	-	-	-	122
2	Refacere și recuperare în activitățile de loisir și fitness	Obligatorie	1574.2OB02S	1	1	-	-	E	5	-	-	-	-	-	-	97
3	Aprofundare într-o ramură sportivă (futsal, beach soccer, beach-voley, handbal pe nisip, streetball)	Obligatorie	1574.2OB03F	1	-	1	-	E	5	-	-	-	-	-	-	97
4	Stagiu de practică în centrele de loisir și fitness	Obligatorie	1574.2OB04S	-	-	2	-	V	4	-	-	-	-	-	-	72
5	Activitate practică de cercetare	Obligatorie	1574.2OB05S	-	-	-	-	-	-	-	-	7	-	V	15	277
6	Pregătirea lucrării de disertație	Obligatorie	1574.2OB06S	-	-	-	-	-	-	-	-	7	-	V	15	277
7 (1 / 2)	Aprofundare într-o ramură sportivă (futsal, beach soccer, beach-voley, handbal pe nisip, streetball)	Opțională	1574.2OP07F	1	2	-	-	E	5	-	-	-	-	-	-	83
	Tehnici și metode pentru dezvoltarea calităților motrice		1574.2OP09F													83
8 (1 / 2)	Socializare prin mijloace de loisir și fitness	Opțională	1574.2OP08F	1	2	-	-	V	5	-	-	-	-	-	-	83
	Estetică corporală		1574.2OP10F													83
TOTAL		Discipline obligatorii (ore fizice pe săptămână)		3	2	3	-	3E+1V	20	-	-	14	-	2V	30	942 (ore/an)
				8						14						
		Discipline opționale (ore fizice pe săptămână)		2	4	-	-	1E+1V	10	-	-	-	-	-	-	166 (ore/an)
				6						-						
		TOTAL (ore fizice pe săptămână)		5	6	3	-	4E+2V	30	-	-	14	-	2V	30	1108 (ore/an)
				14						14						

Rector
Prof. dr. ing. Puiu Lucian Georgescu

Decan
Conf. dr. filol. Gina Aurora Necula