

Universitatea „Aurel Vlaicu“ Arad
 Facultatea de Educație Fizică și Sport
 Departamentul: Educație fizică și performanță sportivă
 Domeniul: Educație fizică și sport
 Program de studii: Educație fizică și sportivă
 Forma de învățământ: cu frecvență
 Durata studiilor/număr de credite: 3 ani/180 credite
 Titlul obținut: Licențiat în educație fizică și sport

PLAN DE ÎNVĂȚĂMÂNT
 anul universitar 2023-2024
 Anul I

Cod disciplina	Discipline	Tip disciplina	S.I./ Sem (ore)	Număr de ore săptămânal și forma de evaluare														
				Semestrul I 14 săptămâni						Semestrul II 14 săptămâni								
				C	S	L	Pr	Ev	K	C	S	L	Pr	Ev	K			
OBLIGATORII IMPUSE																		
BIAF1O01	Teoria și metodică educației fizice și sportului 1 <i>The Theory and Methodology of Physical Education and Sports 1</i>	DF	69	2	2	-	-	E	5	-	-	-	-	-	-	-	-	-
BIAF1O02	Gimnastică de bază <i>Basic Gymnastics</i>	DF	69	2	-	2	-	E	5	-	-	-	-	-	-	-	-	-
BIAF1O03	Fundamentele științifice ale jocurilor sportive-FOTBAL <i>Fundamentals of Sports Science - FOOTBALL</i>	DF	69	2	-	2	-	E	5	-	-	-	-	-	-	-	-	-
BIAD1O04	Teoria și practica în sporturi de iarnă – SCHI ALPIN <i>Winter Sports Theory and Practice – Alpin Skiing</i>	DD	69	2	-	2	-	E	5	-	-	-	-	-	-	-	-	-
BIAD1O05	Anatomie funcțională <i>Functional Anatomy</i>	DD	69	2	2	-	-	E	5	-	-	-	-	-	-	-	-	-
BIAC1O06	Limba engleză 1 <i>Language English 1</i>	DC	22	-	2	-	-	C	2	-	-	-	-	-	-	-	-	-
BIAF2O09	Teoria și metodică educației fizice și sportului 2 <i>The Theory and Methodology of Physical Education and Sports 2</i>	DF	69	-	-	-	-	-	-	2	2	-	-	E	5			
BIAF2O10	Bazele generale ale atletismului <i>General Principles of Athletics</i>	DF	58	-	-	-	-	-	-	1	-	2	-	E	4			
BIAS2O11	Expresie corporală și euritmie <i>Bodily Expression and Eurythmy</i>	DS	47	-	-	-	-	-	-	1	-	1	-	C	3			
BIAD2O12	Fiziologie <i>Physiology</i>	DD	72	-	-	-	-	-	-	1	1	-	-	E	4			
BIAD2O13	Teoria și practica în sporturi de apă – Inot <i>Water Sports Theory and Practice - Swimming</i>	DD	69	-	-	-	-	-	-	2	-	2	-	E	5			
BIAD2O14	Aplicații practice discipline sportive de apă (în tabere de pregătire) <i>Practical Applications for Water Sports(in camps)</i>	DD	47	-	-	-	-	-	-	-	-	2	-	V	3			
BIAC2O15	Metode de cercetare în Știința Sportului și Educației Fizice <i>Research Methods in Physical Education and Sports</i>	DC	44	-	-	-	-	-	-	2	2	-	-	E	4			
BIAD2A16	Teoria și practica în alte ramuri sportive – Tenis de masă <i>Theory and practice in other sports - Table tennis</i>	DD	8	-	-	-	-	-	-	1	-	2	-	V	2			
TOTAL				10	6	6	-	-	27	10	5	9	-	-	30			
OBLIGATORII OPȚIONALE																		
(se alege 1 disciplină din 2)																		
BIAC1O07	Istoria EFS <i>History of Physical Education and Sports</i>	DOU	47	1	1	-	-	C	3	-	-	-	-	-	-			
BIAC1O08	Etică și deontologie în Știința Sportului și Educației Fizice <i>Ethics and Deontology in the Science of Sport and Physical Education</i>			1	1	-	-	C	3	-	-	-	-	-	-	-		
TOTAL OBLIGATORII S1/S2				11	7	6	-	-	K30	10	5	9	-	-	K30			
TOTAL OBLIGATORII				24						24								
TOTAL DISCIPLINE OBLIGATORII An I				21C+12S+15L						10E+3C+2V						K60		
FACULTATIVE				C	S	L	Pr	Ev	K	C	S	L	Pr	Ev	K			
BIAD1F17	Activități motrice de timp liber-Badminton <i>Leisure motor activities-Badminton</i>	DFC	47	1	-	1	-	C	3	-	-	-	-	-	-			

BIAD2F18	Teoria și practica în alte ramuri sportive-Tenis <i>Theory and practice in other sports - Tennis</i>	DFC	47	-	-	-	-	-	-	1	-	1	-	C	3
TOTAL FACULTATIVE S1/S2				1	-	1	-	K3		1	-	1	-	K3	
TOTAL DISCIPLINE FACULTATIVE An I				2C+2L					2C					K6	

RECTOR,
Ramona **LILE**

DECAN,
Vasile Liviu **ANDREI**

DIRECTOR DE DEPARTAMENT,
Corina-Ramona **DULCEANU**

Universitatea „Aurel Vlaicu“ Arad
 Facultatea de Educație Fizică și Sport
 Departamentul: Educație fizică și performanță sportivă
 Domeniul: Educație fizică și sport
 Program de studii: Educație fizică și sportivă
 Forma de învățământ: cu frecvență
 Durata studiilor/număr de credite: 3 ani/180 credite
 Titlul obținut: Licențiat în educație fizică și sport

PLAN DE ÎNVĂȚĂMÂNT
 anul universitar 2024-2025
 Anul II

Cod disciplina	Discipline	Tip disciplina	S.I./ Sem (ore)	Număr de ore săptămânal și forma de evaluare														
				Semestrul I 14 săptămâni						Semestrul II 14 săptămâni								
				C	S	L	Pr	Ev	K	C	S	L	Pr	Ev	K			
OBLIGATORII IMPUSE																		
BIAF3O01	Psihopedagogie <i>Psychopedagogy</i>	DF	69	2	2	-	-	E	5	-	-	-	-	-	-	-	-	-
BIAF3O02	Kinesiologie <i>Kinesiology</i>	DF	69	2	2	-	-	E	5	-	-	-	-	-	-	-	-	-
BIAS3O03	Practica și metodică activității motrice pe grupe de vârstă <i>The Practice and Methodology of Age Group Related Motric Activities</i>	DS	47	1	1	-	-	E	3	-	-	-	-	-	-	-	-	-
BIAS3O04	Metodica predării voleiului în școală <i>Teaching Volleyball in School</i>	DS	69	2	-	2	-	E	5	-	-	-	-	-	-	-	-	-
BIAD3O05	Teoria și practica în ramuri ale gimnasticii – gimnastica acrobatică <i>Theory and Practice in the Field of Gymnastics - Acrobatic Gymnastics</i>	DD	83	1	-	2	-	E	5	-	-	-	-	-	-	-	-	-
BIAD3O06	Teoria și practica în sporturi de expresie -DANS SPORTIV <i>The Theory and Practice of Expressive Sports - Dance Sport</i>	DD	33	1	-	2	-	C	3	-	-	-	-	-	-	-	-	-
BIAD3O07	Aplicații practice discipline sportive de iarnă (în tabere de pregătire) <i>Practical Winter Sports Disciplines (In Training Camps)</i>	DD	22	-	-	2	-	V	2	-	-	-	-	-	-	-	-	-
BIAC3O08	Limba engleză 2 <i>Language English 2</i>	DC	22	-	2	-	-	V	2	-	-	-	-	-	-	-	-	-
BIAF4O09	Educație pentru sănătate și prim ajutor <i>Healthcare Education and First Aid</i>	DF	69	-	-	-	-	-	-	2	2	-	-	E	5			
BIAS4O10	Metodica predării gimnasticii în școală <i>Teaching Gymnastics in School</i>	DS	83	-	-	-	-	-	-	1	-	2	-	E	5			
BIAD4O11	Teoria și practica în sporturile de combat – JUDO <i>Theory and Practice in Combat Sports – JUDO</i>	DD	69	-	-	-	-	-	-	2	-	2	-	E	5			
BIAS4O12	Stagiu de practică în activități de turism <i>Internship in the Field of Tourism</i>	DS	47	-	-	-	-	-	-	-	-	2	-	V	3			
BIAD4O13	Teoria și practica atletismului <i>Athletics - Theory and Practice</i>	DD	69	-	-	-	-	-	-	2	-	2	-	E	5			
BIAD4O14	Stagiu de pregătire și elaborare a lucrării de licență <i>Diploma Project Practicum</i>	DD	44	-	-	-	-	-	-	-	4	-	-	V	4			
TOTAL				9	7	8	-	-	30	7	6	8	-	-	27			
OBLIGATORII OPȚIONALE (se alege 1 disciplină din 2)																		
BIAC4A15	Comunicare în Știința Sportului și Educației Fizice <i>Communication in Physical Education and Sports</i>	DC	33	-	-	-	-	-	-	2	1	-	-	C	3			
BIAC4A16	Management aplicat în Știința Sportului și Educației Fizice <i>Management in Physical Education and Sports</i>			-	-	-	-	-	-	2	1	-	-	C	3			
TOTAL OBLIGATORII S1/S2				9	7	8	-	-	K30	9	7	8	-	K30				
TOTAL OBLIGATORII				24						24								
TOTAL DISCIPLINE OBLIGATORII An II				18C+14S+16L						9E+2C+4V						K60		
FACULTATIVE				C	S	L	Pr	Ev	K	C	S	L	Pr	Ev	K			
BIAD1F17	Teoria și practica în sporturile de iarnă-Patinaj <i>Theory and practice in winter sports-Skating</i>	DFC	47	1	-	1	-	C	3	-	-	-	-	-	-	-	-	-
BIAD2F18	Teoria și practica în sporturile de combat-Arte marțiale <i>Theory and Practice in Combat Sports-Martial Arts</i>	DFC	47	-	-	-	-	-	-	1	-	1	-	C	3			
TOTAL FACULTATIVE S1/S2				1	-	1	-	K3	1	-	1	-	K3					

	TOTAL DISCIPLINE FACULTATIVE An II			2C+2L	2C	K6
--	---	--	--	--------------	-----------	-----------

RECTOR,
Ramona **LILE**

DECAN,
Vasile Liviu **ANDREI**

DIRECTOR DE DEPARTAMENT,
Corina-Ramona **DULCEANU**

Universitatea „Aurel Vlaicu“ Arad
 Facultatea de Educație Fizică și Sport
 Departamentul: Educație fizică și performanță sportivă
 Domeniul: Educație fizică și sport
 Program de studii: Educație fizică și sportivă
 Forma de învățământ: cu frecvență
 Durata studiilor/număr de credite: 3 ani/180 credite
 Titlul obținut: Licențiat în educație fizică și sport

PLAN DE ÎNVĂȚĂMÂNT
 anul universitar 2025-2026
 Anul III

Cod disciplina	Discipline	Tip disciplina	S.I./ Sem (ore)	Număr de ore săptămânal și forma de evaluare													
				Semestrul I 14 săptămâni						Semestrul II 14 săptămâni							
				C	S	L	Pr	Ev	K	C	S	L	Pr	Ev	K		
	OBLIGATORII IMPUSE																
BIAS5O01	Metodica predării baschetului în școală <i>The Methodology of Teaching Basketball in Schools</i>	DS	58	1	-	2	-	E	4	-	-	-	-	-	-	-	-
BIAS5O02	Metodica predării handbalului în școală <i>The Methodology of Teaching Handball in Schools</i>	DS	58	1	-	2	-	E	4	-	-	-	-	-	-	-	-
BIAS5O03	Metodica predării fotbalului în școală <i>The Methodology of Teaching Football in Schools</i>	DS	58	1	-	2	-	E	4	-	-	-	-	-	-	-	-
BIAS5O04	Activități motrice de timp liber – jocuri sportive pe teren redus <i>Leisure Time Physical Activities - Games Played on Field with Small Dimensions</i>	DS	69	2	-	2	-	C	5	-	-	-	-	-	-	-	-
BIAS5O05	Organizarea și conducerea structurilor specifice <i>Organizing and Leading Specific Structures</i>	DS	69	2	2	-	-	E	5	-	-	-	-	-	-	-	-
BIAD5O06	Evaluare motrică și somato-funcțională <i>Somato-functional and Motric Assessment</i>	DD	69	2	2	-	-	E	5	-	-	-	-	-	-	-	-
BIAS6O09	Activități motrice adaptate <i>Adapted Motric Activities</i>	DS	58	-	-	-	-	-	-	1	2	-	-	C	4		
BIAS6O10	Fitness <i>Fitness</i>	DS	58	-	-	-	-	-	-	1	-	2	-	C	4		
BIAS6O11	Metodica predării atletismului în școală <i>The Methodology of Teaching Athletics in Schools</i>	DS	69	-	-	-	-	-	-	2	-	2	-	E	5		
BIAS6O12	Stagiu de practică în unități de învățământ <i>Internship in educational establishments</i>	DS	47	-	-	-	-	-	-	-	-	2	-	V	3		
BIAS6O13	Stagiu de practică în baze de agrement <i>Internship in Recreational Facilities</i>	DS	47	-	-	-	-	-	-	-	-	2	-	V	3		
BIAD6O14	Teoria și practica în alte ramuri sportive – Culturism <i>Theory and Practice in Other Sport Branches - Bodybuilding</i>	DD	69	-	-	-	-	-	-	2	-	2	-	E	5		
	TOTAL			9	4	8	-	-	27	6	2	10	-	-	24		
	OBLIGATORII OPȚIONALE			C	S	L	Pr	Ev	K	C	S	L	Pr	Ev	K		
	Pachet 1 (se alege 1 disciplină din 2)																
BIAS5A07	Amenajări baze sportive <i>The Setup of Sport Facilities</i>	DOU	58	2	1	-	-	C	3	-	-	-	-	-	-	-	
BIAS5A08	Șah <i>Chess</i>			2	1	-	-	C	3	-	-	-	-	-	-	-	
	Pachet 2 (se alege 1 disciplină din 2)																
BIAS6A15	Tehnici de autoapărare <i>Self Defense Techniques</i>	DS	58	-	-	-	-	-	-	1	-	2	-	C	3		
BIAS6A16	Tehnici de supraviețuire <i>Survival Techniques</i>			-	-	-	-	-	-	1	-	2	-	C	3		
	Pachet 3 (se alege 1 disciplină din 2)																
BIAS6A17	Gimnastică aerobică de întreținere <i>Aerobic Workouts of Health Maintenance</i>	DS	58	-	-	-	-	-	-	1	-	2	-	C	3		
BIAS6A18	Step aerobic <i>Step Aerobic</i>			-	-	-	-	-	-	1	-	2	-	C	3		
	TOTAL S1/S2 (Obl. Opționale)			2	1	-	-	K3	2	-	4	-	K6				
	TOTAL An III (Obl. Opționale)			5C+1S+3L						3C						-	
	TOTAL OBLIGATORII S1/S2			11	5	8	-	K30	8	2	14	-	K30				
	TOTAL OBLIGATORII			24						24							
	TOTAL DISCIPLINE OBLIGATORII An III			19C+7S+22L						7E+6C+2V						K60	
	FACULTATIVE			C	S	L	Pr	Ev	K	C	S	L	Pr	Ev	K		
BIAD1F19	Teoria și practica în alte ramuri sportive-Haltere <i>Theory and practice in other sports - Weightlifting</i>	DFC	47	1	-	1	-	C	3	-	-	-	-	-	-	-	

BIAD2F20	Teoria și practica în alte ramuri sportive-Rugby <i>Theory and practice in other sports-Rugby</i>	DFC	47	-	-	-	-	-	-	1	-	1	-	C	3
TOTAL FACULTATIVE S1/S2				1	-	1	-	K3		1	-	1	-	K3	
TOTAL DISCIPLINE FACULTATIVE An III				2C+2L				2C				K6			

RECTOR,
Ramona **LILE**

DECAN,
Vasile Liviu **ANDREI**

DIRECTOR DE DEPARTAMENT,
Corina-Ramona **DULCEANU**