

UNIVERSITAREA DIN BUCUREȘTI  
DEPARTAMENTUL DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT  
DOMENIUL: ȘTIINȚA SPORTULUI ȘI EDUCAȚIEI FIZICE  
FORMA DE ÎNVĂȚĂMÂNT: CU FRECVENȚĂ

**PLAN DE ÎNVĂȚĂMÂNT 2023-2024**

Nr. crt.	DENUMIREA DISCIPLINEI	ANUL I				Forma de evaluare	Total ore conv. C	Total ore conv. LP	Total ore conv.	Credite	Tip de predare
		SEM. I		SEM. II							
		Activitate frontală		Activitate frontală							
		C	LP	C	LP						
1	ACTIVITAȚI SPORTIVE MONTANE ȘI NAUTICE		2		2	V		450	450	2	față în față 100%
2	ATLETISM		2		2	V		224	224	2	față în față 100%
3	AUTOAPĂRARE		2		2	V		308	308	2	față în față 100%
4	ACTIVITAȚI MOTRICE DE TIMP LIBER	1		1		V	56		56	2	față în față 100%
5	BADMINTON		2		2	V		308	308	2	față în față 100%
6	BASCHEȚ		2		2	V		112	112	2	față în față 100%
7	DANS SPORTIV	1	2	1	2	V	56	394	450	2	față în față 100%
8	DANS POPULAR		2		2	V		56	56	2	față în față 100%
9	EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT	1		1		V	112		112	2	față în față 100%
10	FITNESS-CULTURISM	1	2	1	2	V	56	1036	1092	2	față în față 100%
11	FOTBAL	1	2	1	2	V	56	700	756	2	față în față 100%
12	GIMNASTICĂ AEROBICĂ	1	2	1	2	V	56	924	980	2	față în față 100%
13	ÎNOT	1	2	1	2	V	56	112	168	2	față în față 100%
14	PROFILAXIA ȘI TERAPIA PRIN MIȘCARE (Gimnastică medicală)	1	2	1	2	V	56	84	140	2	față în față 100%
15	TENIS	1	2	1	2	V	56	560	616	2	față în față 100%
16	TENIS DE MASĂ		2		2	V		336	336	2	față în față 100%
17	VOLEI		2		2	V		364	364	2	față în față 100%
18	HANDBAL		2		2	V		154	154	2	față în față 100%
19	KARATE	1	2	1	2	V	56	56	112	2	față în față 100%
20	ȘAH		1	2	1	V	56	84	140	2	față în față 100%
	<b>Total ore</b>	<b>10</b>	<b>35</b>	<b>12</b>	<b>35</b>		<b>672</b>	<b>6262</b>	<b>6934</b>		

**DIRECTOR DEFS,**

**Prof.univ.dr. ALINA-MIHAELA STOICA**



