UNIVERSITATEA "BOGDAN VODĂ" DIN CLUJ-NAPOCA
FACULTATEA DE EDUCAŢIE FIZICĂ ŞI SPORT
PROGRAM DE STUDIU: EDUCAŢIE FIZICĂ ŞI SPORTIVĂ (EFS)
PROMOȚIA 2026-2029
DURATA STUDIILOR: 3 ani - 180 credite

RECTOR
Prof.univ.dr. Mohammad JARADAT

PLAN DE ÎNVĂȚĂMÂNT
CICLUL I - STUDII UNIVERSITARE DE LICENȚĂ
AN UNIVERSITAR 2026-2027

ANUL I - SEMESTRUL I										
NR. CRT	CODUL DISCIPLINEI	DISCIPLINA	NUMĂR CREDITE	NUMĂR ORE SĂPTĂMÂNAL				FORMA DE VERIFICARE	CATEGORIA FORMATIVĂ	OPȚIONALITATEA DISCIPLINEI
				CURS	SEM.	LP	P			
DISCIPLINE OBLIGATORII										
1	**E 1101**	Anatomie funcțională / Functional anatomy	4	2	1	0	0	E1	DS	DOB
2	**E 1102**	Teoria și metodica EFS / PES Theory and Methodology	5	2	2	0	0	E2	DF	DOB
3	**E 1103**	Fundamentele științifice ale jocului de baschet / Basketball Fundamentals	4	1	0	2	0	E3	DS	DOB
4	**E 1104**	Fundamentele științifice ale jocului de fotbal / Football Fundamentals	4	1	0	2	0	E4	DS	DOB
5	**E 1105**	Teorie și practica în sporturi de iarnă-schi alpin/ Skiing theory and practice	4	1	1	0	0	C1	DS	DOB
6	**E1106**	Aplicații practice în sporturi de iarnă (tabere de pregatire)/ Practical applications in winter sports (training camps)	3	0	0	0	2	C2	DS	DOB
7	**E1107**	Limba străină I/1 (Engleză) / Foreign language I/1 (English)	3	0	2	0	0	C3	DC	DOB
TOTAL DISCIPLINE OBLIGATORII			**27**	**7**	**6**	**4**	**2**	**4E/3C**		
DISCIPLINE OPŢIONALE										
8	**E1108**	**Istoria educatiei fizice si sportului/ History of physical education and sport**	3	2	2	0	0	E5	DS	DOP
		Psihologia educației fizice și sportului / Psychology of PE and Sports	3	2	2	0	0	E6	DS	DOP
TOTAL DISCIPLINE OPŢIONALE			**3**	**2**	**2**	**0**	**0**	**2**		
TOTAL DISCIPLINE OBLIGATORII ŞI OPŢIONALE			**30**	**9**	**8**	**4**	**2**	**5E/3C**		

Notă: DS -disciplina de specializare
DC -disciplină complementară;
DF - disciplina fundamentală;

DOB - disciplină obligatorie;
DOP - disciplină opțională

DECAN
Lect.univ.Dr. Gheorghe Sabău

DIRECTOR DEPARTAMENT
Conf.univ.dr. Alexandra Milon

UNIVERSITATEA "BOGDAN VODĂ" DIN CLUJ-NAPOCA
FACULTATEA DE EDUCAŢIE FIZICĂ ŞI SPORT
PROGRAM DE STUDIU: EDUCAŢIE FIZICĂ ŞI SPORTIVĂ (EFS)
PROMOȚIA 2026-2029
DURATA STUDIILOR: 3 ani - 180 credite

RECTOR
Prof.univ.dr. Mohammad JARADAT

PLAN DE ÎNVĂŢĂMÂNT
CICLUL I - STUDII UNIVERSITARE DE LICENŢĂ
AN UNIVERSITAR 2026-2007

ANUL I - SEMESTRUL II											
NR. CRT	CODUL DISCIPLINEI	DISCIPLINA	NUMĂR CREDITE	NUMĂR ORE SĂPTĂMÂNAL				FORMA DE VERIFICARE	CATEGORIA FORMATIVĂ	OPȚIONALITATEA DISCIPLINEI
				CURS	SEM.	LP	P			
		DISCIPLINE OBLIGATORII								
1	**E 1201**	Educație pentru sănătate și prim ajutor / Health education and first aid	5	1	0	2	0	E1	DF	DOB
2	**E 1202**	Kinesiologie / Kinesiology	4	1	2	0	0	E2	DS	DOB
3	**E 1203**	Psihopedagogie / Psychopedagogy	5	2	2	0	0	E3	DF	DOB
4	**E 1204**	Gimnastica de bază /Basic gymnastics	5	2	0	2	0	E4	DF	DOB
5	**E 1205**	Bazele generale ale atletismului / Fundamentals of athletism	5	2	0	2	0	E5	DF	DOB
6	**E1206**	Limba străină I/2 (Engleză) / Foreign language I/2 (English)	3	0	2	0	0	C1	DC	DOB
TOTAL DISCIPLINE OBLIGATORII			**27**	**8**	**6**	**6**	**0**	**E5/1C**		
		DISCIPLINE OPŢIONALE								
7	**E1207**	**Comunicare în Știința Sportului și Educației Fizice/ Communication and public relations in sports**	3	2	2	0	0	E6	DC	DOP
		Comunicare în știința sportului și educației fizice (Engleză) Communication in the science of sport and physical education (English)	3	2	2	0	0	E7	DC	DOP
TOTAL DISCIPLINE OPŢIONALE			**3**	**2**	**2**	**0**	**0**	**2**		
TOTAL DISCIPLINE OBLIGATORII ŞI OPŢIONALE			**30**	**10**	**8**	**6**	**0**	**6E1C**		

Notă: DS -disciplina de specializare
DC -disciplină complementară;
DF - disciplina fundamentală;

DOB - disciplină obligatorie;
DOP - disciplină opțională

DECAN
Lect.univ.Dr. Gheorghe Sabău

DIRECTOR DEPARTAMENT
Conf.univ.dr. Alexandra Milon

UNIVERSITATEA "BOGDAN VODĂ" DIN CLUJ-NAPOCA
FACULTATEA DE EDUCAŢIE FIZICĂ ŞI SPORT
PROGRAM DE STUDIU: EDUCAŢIE FIZICĂ ŞI SPORTIVĂ (EFS)
PROMOŢIA 2026-2029
DURATA STUDIILOR: 3 ani - 180 credite

RECTOR
Prof.univ.dr. Mohammad JARADAT

PLAN DE ÎNVĂŢĂMÂNT
CICLUL I - STUDII UNIVERSITARE DE LICENŢĂ
AN UNIVERSITAR 2027-2028

ANUL II - SEMESTRUL I										
NR. CRT	CODUL DISCIPLINEI	DISCIPLINA	NUMAR CREDITE	NUMĂR ORE SĂPTĂMÂNAL				FORMA DE VERIFICARE	CATEGORIA FORMATIVĂ	OPŢIONALITATEA DISCIPLINEI
				CURS	SEM.	LP	P			
DISCIPLINE OBLIGATORII										
1	**E 2101**	Fiziologie /Physiology	4	1	1	0	0	C1	DS	DOB
2	**E 2102**	Metode de cercetare în educație fizică și sport / Research methods in physical education and sports	4	2	1	0	0	E1	DC	DOB
3	**E 2103**	Fundamentele științifice ale jocului de volei / Fundamentals of volleyball	4	1	0	2	0	E2	DS	DOB
4	**E 2104**	Teoria și practica în gimnastica artistică /Artistic gymnastics- theory and practice	4	1	0	2	0	E3	DS	DOB
5	**E 2105**	Teoria și practica atletismului / Athletism – theory and practice	4	1	0	2	0	E4	DS	DOB
6	**E 2106**	Teoria și practica în jocul de tenis/Theory and practice in the game of tennis	4	1	0	2	0	E5	DS	DOB
7	**E 2107**	Teoria și practica în sporturile de apă-înot/ Swimming – theory and practice	3	1	0	2	0	C2	DS	DOB
TOTAL DISCIPLINE OBLIGATORII			**27**	**8**	**2**	**10**	**0**	**5E/2C**		
DISCIPLINE OPŢIONALE										
8	**E 2108**	**Teoria și practica în sporturi de expresie-dans sportiv / Dance sport – theory and practice**	3	2	0	2	0	C3	DS	DOP
		Legislație în activitățile sportive și combaterea dopajului / Legislation in sports activities and the fight against doping	3	2	0	2	0	C4	DS	DOP
TOTAL DISCIPLINE OPŢIONALE			**3**	**1**	**0**	**2**	**0**	**1**		
TOTAL DISCIPLINE OBLIGATORII ŞI OPŢIONALE			**30**	**10**	**2**	**12**	**0**	**5E/3C**		
DISCIPLINE FACULTATIVE										
9	**E 2109**	Pedagogie I: Fundamentele pedagogiei/Teoria și metodologia curricumului / Pedagogy I: Curriculum theory and methodology	5	2	2	0	0	E	DC	DFA
TOTAL DISCIPLINE FACULTATIVE			**5**	**2**	**2**	**0**	**0**	**E**		

Notă: DS - disciplină de specializare
DF - disciplina fundamentală
DC -disciplină complementară
DOB - disciplină obligatorie;
DOP - disciplină opțională
DFA - discipline facultative

DECAN
Lect.univ.Dr. Gheorghe Sabău

DIRECTOR DEPARTAMENT
Conf.univ.dr. Alexandra Milon

UNIVERSITATEA "BOGDAN VODĂ" DIN CLUJ-NAPOCA
FACULTATEA DE EDUCAŢIE FIZICĂ ŞI SPORT
PROGRAM DE STUDIU: EDUCAŢIE FIZICĂ ŞI SPORTIVĂ (EFS)
PROMOȚIA 2026-2029
DURATA STUDIILOR: 3 ani - 180 credite

RECTOR
Prof.univ.dr. Mohammad JARADAT

PLAN DE ÎNVĂȚĂMÂNT
CICLUL I - STUDII UNIVERSITARE DE LICENȚĂ
AN UNIVERSITAR 2027-2028

ANUL II - SEMESTRUL II										
NR. CRT	CODUL DISCIPLINEI	DISCIPLINA	NUMĂR CREDITE	NUMĂR ORE SĂPTĂMÂNAL				FORMA DE VERIFICARE	CATEGORIA FORMATIVĂ	OPŢIONALITATEA DISCIPLINEI
				CURS	SEM.	LP	P			
DISCIPLINE OBLIGATORII										
1	**E 2201**	Evaluare motrică și somato-funcțională / Motor and somato-functional assessment	5	2	2	0	0	E1	DS	DOB
2	**E 2202**	Fundamentele științifice ale jocului de handbal / Fundamentals of handball	5	1	0	2	0	E2	DS	DOB
3	**E 2203**	Teoria și practica in jocul de rugby/ Theory and practice in the game of rugby	5	2	0	2	0	C1	DS	DOB
4	**E 2204**	Teoria și practica în sporturi de combat -Theory and practice in the Combat Sports	5	1	0	2	0	E3	DS	DOB
5	**E2205**	Aplicații practice în sporturi de apă (in tabere de pregatire)	4	0	0	0	3	Vp.1	DS	DOB
6	**E 2206**	Stagiu de practică în activități de turism / Stage of practice in tourism activities	3	0	0	0	2	Vp.2	DS	DOB
TOTAL DISCIPLINE OBLIGATORII			**27**	**6**	**2**	**6**	**5**	**3E / 2Vp/1C**		
DISCIPLINE OPŢIONALE										
7	**E 2207**	**Șah / Chess**	3	0	0	4	0	Vp.3	DS	DOP
		Sociologia în Știința Sportului și Educație Fizică-Sociology in Sport Science and Physical Education	3	2	2	0	0	Vp.4	DS	DOP
TOTAL DISCIPLINE OPŢIONALE			**3**	**0**	**0**	**4**	**0**	**1**		
TOTAL DISCIPLINE OBLIGATORII ŞI OPŢIONALE			**30**	**6**	**2**	**10**	**5**	**3E/3Vp/1C**		
DISCIPLINE FACULTATIVE										
8	**E 2208**	Pedagogie II: Teoria și metodologia instruirii și evaluării / Pedagogy II: Assessment theory and methodology	5	2	2	0	0	E	DC	DFA
9	**E 2209**	Instruire asistată de calculator / Computer-aided instruction	2	1	0	1	0	C	DC	DFA
TOTAL ORE FACULTATIVE			**7**	**3**	**2**	**1**	**0**	**1E / 1C**		

Notă: DS - disciplină de specializare
DF - disciplina fundamentală;
DC - discipline complementare
DOB - disciplină obligatorie;
DOP- disciplină opțională
DFA - discipline facultative

DECAN
Lect.univ.Dr. Gheorghe Sabău

DIRECTOR DEPARTAMENT
Conf.univ.dr. Alexandra Milon

UNIVERSITATEA "BOGDAN VODĂ" DIN CLUJ-NAPOCA
FACULTATEA DE EDUCAŢIE FIZICĂ ŞI SPORT
PROGRAM DE STUDIU: EDUCAŢIE FIZICĂ ŞI SPORTIVĂ (EFS)
PROMOȚIA 2026-2029
DURATA STUDIILOR: 3 ani - 180 credite

RECTOR
Prof.univ.dr. Mohammad JARADAT

PLAN DE ÎNVĂȚĂMÂNT
CICLUL I - STUDII UNIVERSITARE DE LICENȚĂ
AN UNIVERSITAR 2028-2029

ANUL III - SEMESTRUL I											
NR. CRT	CODUL DISCIPLINEI	DISCIPLINA	NUMAR CREDITE	NUMĂR ORE SĂPTĂMÂNAL				FORMA DE VERIFIC.	CATEG. FORMATIVĂ	OPȚIONALITATEA DISC.
				CURS	SEM.	LP	P			
DISCIPLINE OBLIGATORII										
1	**E 3101**	Practica şi metodica activităţilor motrice pe grupe de vârstă / Practice and methodology of motor activities by age group	5	2	0	2	0	E1	DS	DOB
3	**E 3102**	Metodica predării handbalului în şcoală / Methodology of teaching handball in schools	5	2	0	2	0	E2	DS	DOB
4	**E 3103**	Metodica predării atletismului în şcoală / Methodology of teaching athletism in schools	5	2	0	2	0	E3	DS	DOB
5	**E 3104**	Activități motrice de timp liber pe teren redus / Spare time motor activities on reduced field	4	1	0	2	0	C1	DS	DOB
6	**E 3105**	Stagiu de pregătire și elaborare a lucrării de Licență / Stage of license paper preparation and elaboration	5	0	4(56)	0	0	E4	DS	DOB
7	**E 3106**	Stagiu de practică în baze de agrement / Practical stage in recreational bases	3	0	0	2	0	Vp.1	DS	DOB
TOTAL DISCIPLINE OBLIGATORII			**27**	**9**	**4**	**10**	**0**	**4/E/1C/1Vp**		
DISCIPLINE OPŢIONALE										
7	**E 3107**	**Etică și integritate academica / Academic integrity and ethics**	3	2	2	0	0	C2	DS	DOB
		Utilizare soft-uri specializate in Stiinta sportului si educatiei fizice	3	2	2	0	0	C3	DS	DOB
TOTAL DISCIPLINE OPŢIONALE			**0**	**2**	**2**	**0**	**0**	**0**		
TOTAL ORE OBLIGATORII ŞI OPŢIONALE			**30**	**11**	**6**	**10**	**0**	**4E/2C/1Vp**		
DISCIPLINE FACULTATIVE										
8	**E 3108**	Practică pedagogică în învățământul preuniversitar I / Teaching practice I	3	0	0	0	3	C	DS	DFA
TOTAL ORE FACULTATIVE			**3**	**0**	**0**	**0**	**3**	**1C**		

Notă: DS - disciplină de specialitalizare
DF - disciplina fundamentală;
DC -disciplină complementară;
DOB - disciplină obligatorie;
DOP - disciplină opționala
DFA - discipline facultative

DECAN
Lect.univ.Dr. Gheorghe Sabău

DIRECTOR DEPARTAMENT
Conf.univ.dr. Alexandra Milon

UNIVERSITATEA "BOGDAN VODĂ" DIN CLUJ-NAPOCA
FACULTATEA DE EDUCAŢIE FIZICĂ ŞI SPORT
PROGRAM DE STUDIU: EDUCAŢIE FIZICĂ ŞI SPORTIVĂ (EFS)
PROMOŢIA 2026-2029
DURATA STUDIILOR: 3 ani - 180 credite

RECTOR
Prof.univ.dr. Mohammad JARADAT

PLAN DE ÎNVĂŢĂMÂNT
CICLUL I - STUDII UNIVERSITARE DE LICENŢĂ
AN UNIVERSITAR 2028-2029

ANUL III - SEMESTRUL II										
NR. CRT	CODUL DISCIPLINEI	DISCIPLINA	NUMĂR CREDITE	NUMĂR ORE SĂPTĂMÂNAL				FORMA DE VERIFICARE	CATEGORIA FORMATIVĂ	OPŢIONALITATEA DISCIPLINEI
				CURS	SEM.	LP	P			
DISCIPLINE OBLIGATORII										
1	**E 3201**	Metodica predării fotbalului în şcoală / Methodology of teaching football in schools	5	2	0	2	0	E1	DS	DOB
2	**E 3202**	Metodica predării baschetului în şcoală / Methodology of teaching basketball in schools	5	2	0	2	0	E2	DS	DOB
3	**E 3203**	Metodica predării voleiului în şcoală / Methodology of teaching volleyball in schools	5	2	0	2	0	E3	DS	DOB
4	**E 3204**	Metodica predării gimnasticii în şcoală / Methodology of teaching gymnastics in schools	5	2	0	2	0	E4	DS	DOB
5	**E 3205**	Activităţi motrice adaptate / Adapted motor activities	4	1	0	2	0	E5	DS	DOB
6	**E 3206**	Stagiu de practica in unitati de invatamant	3	0	0	0	3	Vp.1	DS	DOB
TOTAL ORE OBLIGATORII			**27**	**9**	**0**	**10**	**3**	**4E/1Vp**		
DISCIPLINE OPŢIONALE										
7	**E 3207**	**Fitness**	3	2	0	2	0	C1	DS	DOP
		Managementul aplicat in Stiinta sportului si educatiei fizice	3	2	0	2	0	C2	DS	DOP
TOTAL DISCIPLINE OPŢIONALE										
TOTAL DISCIPLINE OBLIGATORII ŞI OPŢIONALE			**30**	**10**	**0**	**12**	**3**	**5E/1Vp/1 C**		
DISCIPLINE FACULTATIVE										
8	**E 3208**	Managementul clasei de elevi / Classroom management	3	1	1	0	0	E	DC	DFA
9	**E 3209**	Practică pedagogică în învăţământul preuniversitar II / Teaching practice II	3	0	0	0	3	C	DS	DFA
TOTAL ORE FACULTATIVE			**5**	**1**	**1**	**0**	**3**	**1E/1C**		

Notă: DS - disciplină de specializare
DF - disciplină fundamentală
DC - disciplină complementara

DOB - disciplină obligatorie
DOP - disciplină opţională
DFA - discipline facultative

DECAN
Lect.univ.Dr. Gheorghe Sabău

DIRECTOR DEPARTAMENT
Conf.univ.dr. Alexandra Milon