Universitatea "Alexandru Ioan Cuza" din Iaşi /*"Alexandru Ioan Cuza" University of Iaşi*
FACULTATEA DE EDUCAŢIE FIZICĂ ŞI SPORT / *Faculty of Sports and Physical Education*
Domeniul: **EDUCAŢIE FIZICĂ ŞI SPORT** / *Area of Study:* ***Sports and Physical Education***
Specializarea: **SPORT ŞI PERFORMANŢĂ MOTRICĂ** / *Specialisation:* ***Sports and Motor Performance***
**CICLUL I: Studii universitare de licenţă / *Cycle 1 – Bachelor studies***
Durata programului de studiu: **3 ani** / *Length of Study:* ***3 years***
Forma de învăţământ: **CU FRECVENŢĂ** / *Type of Education:* ***full-time***
Seria ***/Graduation Class: 2017-2020***

**APROBAT,**

**ORDONATOR DE CREDITE,**
**Prof. Univ. Dr. Mihaela ONOFREI**

ROMÂNIA
UNIVERSITATEA "ALEXANDRU IOAN CUZA" DIN IAŞI
MINISTERUL EDUCAŢIEI NAŢIONALE

# PLAN DE ÎNVĂŢĂMÂNT /*STUDY PROGRAMME*
## Anul de studiu I / *YEAR 1*
## 2017 / 2018

| Nr. crt. | Denumirea disciplinei /*Subjects* | Codul disciplinei / *Course Code* | Semestrul /*Semester: I* | | | | | Semestrul /*Semester: II* | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | Nr. ore/săpt. / *No Hours/Week* | | | FV | Cr | Nr. ore/săpt./ *No Hours/Week* | | | FV | Cr |
| | | | C | S | L | | | C | S | L | | |
| | **Discipline fundamentale (DF) / *Core Courses* (DF)** | | | | | | | | | | | |
| 1. | Bazele generale ale atletismului / *Fundamentals of Athletics* | 31060010020SL1111101 | 2 | - | 2 | E | 5 | - | - | - | - | - |
| 2. | Fundamentele ştiinţifice ale jocurilor sportive: Handbal / *Scientific Fundamentals of Games: Handball* | 31060010020SL1111202 | - | - | - | - | - | 1 | - | 2 | E | 4 |
| 3. | Fundamentele ştiinţifice ale jocurilor sportive: Baschet / *Scientific Fundamentals of Games: Basketball* | 31060010020SL1111203 | - | - | - | - | - | 1 | - | 2 | E | 4 |
| 4. | Teoria şi metodica educaţiei fizice şi sportului / *Theory and Methods of Sports and Physical Education* | 31060010020SL1111204 | - | - | - | - | - | 2 | 2 | - | E | 5 |
| 5. | Kinesiologie / *Kinesiology* | 31060010020SL1111205 | - | - | - | - | - | 2 | 2 | - | E | 5 |
| 6. | Gimnastica de bază / *Basic Gymnastics* | 31060010020SL1111106 | 2 | - | 2 | E | 5 | - | - | - | - | - |
| 7. | Fundamentele ştiinţifice ale jocurilor sportive: Volei / *Scientific Fundamentals of Games: Volleyball* | 31060010020SL1111107 | 1 | - | 2 | E | 4 | - | - | - | - | - |
| 8. | Fundamentele ştiinţifice ale jocurilor sportive: Fotbal / *Scientific Fundamentals of Games: Football* | 31060010020SL1111108 | 1 | - | 2 | E | 4 | - | - | - | - | - |
| | **Discipline de domeniul licenţei (DD) / *Courses in the area of the Bachelor studies*** | | | | | | | | | | | |
| 9. | Anatomie funcţională/ *Functional Anatomy* | 31060010020SL1211109 | 2 | 2 | - | E | 5 | - | - | - | - | - |
| 10. | Teoria şi practica în sporturile de iarnă: schi alpin / *Theory and Practice of Winter Sports: Alpine Skiing* | 31060010020SL1211210 | - | - | - | - | - | 2 | - | 2 | E | 4 |
| 11. | Teoria şi practica în activităţi de turism şi orientare turistică / *Theory and Practice of Tourism and Orienteering* | 31060010020SL1211211 | - | - | - | - | - | 2 | - | 2 | E | 5 |
| 12. | Teoria şi practica în sporturi de expresie: dans sportiv /*Theory and Practice of Artistry: Dancesport* | 31060010020SL1211212 | - | - | - | - | - | 1 | - | 1 | C | 3 |
| | **Discipline complementare (DC) /*Complementary Subjects*** | | | | | | | | | | | |
| 13. | Limba străină / *Foreign Language* | 31060010020SL1311113 | - | 2 | - | C | 2 | - | - | - | - | - |
| | **Discipline conform opţiunilor universităţilor (DOU) /*Courses as selected by universities*** | | | | | | | | | | | |
| 14. | Istoria educaţiei fizice şi sportului / *History of Sports and Physical Education* | 31060010020SL1411114 | 2 | 2 | - | E | 5 | - | - | - | - | - |
| Total | ore fizice / *physical hours* | | 10 | 6 | 8 | 6E 1C | 30 | 11 | 4 | 9 | 6E 1C | 30 |
| | ore convenţionale /*conventional hours* | | 20 | 6 | 8 | | | 22 | 4 | 9 | | |
| **Total ore fizice obligatorii / *Overall Compulsory Physical Hours per Week*** | | | **24** | | | | | **24** | | | | |
| **Total ore fizice convenţionale / *Overall Compulsory Conventional Hours per Week*** | | | **34** | | | | | **35** | | | | |

**DECAN,**
**Conf. Univ. Dr. Beatrice-Aurelia ABALAŞEI**

**DIRECTOR DEPARTAMENT,**
**Conf. Univ. Dr. Lucian POPESCU**

**Legendă**: C = curs, S = seminar, L = lucrări practice, Cr. = număr credite, FV = forma de verificare, E = examen, C = colocviu, V = verificare practică. /
*Legend: C=course; L=practical seminars; Cr=number of credits; FV=type of assessment; C=colloquium; V=practical assessment*

Universitatea "Alexandru Ioan Cuza" din Iaşi /*"Alexandru Ioan Cuza" University of Iaşi*
FACULTATEA DE EDUCAŢIE FIZICĂ ŞI SPORT / *Faculty of Sports and Physical Education*
Domeniul: **EDUCAŢIE FIZICĂ ŞI SPORT** / *Area of Study:* ***Sports and Physical Education***
Specializarea: **SPORT ŞI PERFORMANŢĂ MOTRICĂ** / *Specialisation:* ***Sports and Motor Performance***
**CICLUL I: Studii universitare de licenţă / *Cycle 1 – Bachelor studies***
Durata programului de studiu: **3 ani** / *Length of Study:* ***3 years***
Forma de învăţământ: **CU FRECVENŢĂ** / *Type of Education:* ***full-time***
Seria ***/Graduation Class: 2017-2020***

**APROBAT,**

**ORDONATOR DE CREDITE,**
**Prof. Univ. Dr. Mihaela ONOFREI**

UNIVERSITATEA "ALEXANDRU IOAN CUZA" DIN IAŞI
MINISTERUL EDUCAŢIEI NAŢIONALE

# PLAN DE ÎNVĂŢĂMÂNT /*STUDY PROGRAMME*
## Anul de studiu II /*YEAR 2*
## 2018 / 2019

| Nr. crt. | Denumirea disciplinei /*Subjects* | Codul disciplinei / *Course Code* | Semestrul / *Semester:* I | | | | | Semestrul / *Semester:* II | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | Nr. ore/săpt. / *No Hours/Week* | | | FV | Cr | Nr. ore/săpt. / *No Hours/Week* | | | FV | Cr |
| | | | C | S | L | | | C | S | L | | |
| | **Discipline de domeniul licenţei (DD) / *Courses in the area of the Bachelor studies*** | | | | | | | | | | | |
| 1. | Fiziologie / *Physiology* | 31060010020SL1212115 | 2 | 2 | - | E | 5 | - | - | - | - | - |
| 2. | Teoria şi practica în sporturi de apă: înot / *Theory and Practice of Water Sports: Swimming* | 31060010020SL1212116 | 2 | - | 2 | E | 5 | - | - | - | - | - |
| 3. | Opţional 1 - Teoria şi practica în sporturi de combat / *Theory and Practice of Fighting Sports:*<br>Judo / *Judo*<br>Arte marţiale / *Martial Arts* | 31060010020SL1222117<br>31060010020SL1222118 | 1 | - | 2 | C | 3 | - | - | - | - | - |
| 4. | Opţional 2 - Teoria şi practica în alte ramuri sportive / *Theory and Practice of Other Sport Areas:*<br>Volei redus / *Small-sized Volleyball*<br>Fotbal-tenis / *Football - Tennis* | 31060010020SL1222219<br>31060010020SL1222220 | - | - | - | - | - | 1 | - | 2 | C | 3 |
| 5. | Aplicaţii practice discipline sportive de apă / *Practical Applications of Water Sports* | 31060010020SL1212221 | - | - | - | - | - | - | - | 2 | V | 2 |
| | **Discipline de specialitate (DS) /*Courses related to specialisation*** | | | | | | | | | | | |
| 6. | Tehnici de monitorizare a performanţei sportive / *Monitoring of Athletic Performance* | 31060010020SL1212122 | 1 | - | 2 | E | 4 | - | - | - | - | - |
| 7. | Echipamente, aparate şi instalaţii folosite în sport / *Sport Gear, Equipment and Systems* | 31060010020SL1212123 | 2 | 2 | - | E | 5 | - | - | - | - | - |
| 8. | Stagiu de practică în centre de iniţiere în sport / *Training in Sport Initiation Centres* | 31060010020SL1212124 | - | - | 2 | V | 2 | - | - | - | - | - |
| 9. | Metodica antrenamentului pe ramură de sport (1) / *Training Method for Each Sport* | 31060010020SL1212125 - 31060010020SL1212131 | 2 | - | 2 | E | 6 | - | - | - | - | - |
| 10. | Metodica antrenamentului pe ramură de sport (2) / *Training Method for Each Sport* | 31060010020SL1212232 - 31060010020SL1212238 | - | - | - | - | - | 2 | - | 2 | E | 6 |
| 11. | Bazele generale ale antrenamentului sportiv / *General Fundamentals of Athletic Training* | 31060010020SL1212239 | - | - | - | - | - | 2 | 2 | - | E | 5 |
| 12. | Amenajare baze sportive/ *Development of Sport Facilities* | 31060010020SL1212240 | - | - | - | - | - | 2 | 2 | - | E | 5 |
| 13. | Refacerea și recuperarea în sportul de performanță / *Recovery and Rehabilitation in Professional Sports* | 31060010020SL1212241 | - | - | - | - | - | 2 | 2 | - | E | 5 |
| | **Discipline conform opţiunilor universităţilor (DOU) /*Courses as selected by universities*** | | | | | | | | | | | |
| 14. | Sociologia în Ştiinţa Sportului şi Educaţiei Fizice / *Sociology of Science of Sports and Physical Education* | 31060010020SL1312242 | - | - | - | - | - | 1 | 2 | - | E | 4 |
| | **Discipline facultative /*Elective Courses*** | | | | | | | | | | | |
| 15. | Gimnastică aerobică de întreţinere / *Aerobics and Physical Fitness* | 31060010020SL1232143 | - | - | 2 | V | 2 | - | - | - | - | - |
| 16. | Step aerobic / *Step Aerobics* | 31060010020SL1232244 | - | - | - | - | - | - | - | 2 | V | 2 |
| Total | ore fizice /*physical hours* | | 10 | 4 | 10 | 5E 1C 1V | 30 | 10 | 8 | 6 | 5E 1C 1V | 30 |
| | ore convenţionale /*conventional hours* | | 20 | 4 | 10 | | | 20 | 8 | 6 | | |
| **Total ore fizice obligatorii / *Overall Compulsory Physical Hours per Week*** | | | 24 | | | | | 24 | | | | |
| **Total ore fizice convenţionale / *Overall Compulsory Conventional Hours per Week*** | | | 34 | | | | | 34 | | | | |

** Metodica antrenamentului pe ramură de sport: Atletism, Gimnastică, Fotbal, Baschet, Handbal, Rugby, Volei*

**DECAN,**
**Conf. Univ. Dr. Beatrice-Aurelia ABALAŞEI**

**DIRECTOR DEPARTAMENT,**
**Conf. Univ. Dr. Lucian POPESCU**

**Legendă**: C = curs, S = seminar, L = lucrări practice, Cr. = număr credite, FV = forma de verificare, E = examen, C = colocviu, V = verificare practică. /
*Legend: C=course; L=practical seminars; Cr=number of credits; FV=type of assessment; C=colloquium; V=practical assessment*

Universitatea "Alexandru Ioan Cuza" din Iaşi /*"Alexandru Ioan Cuza" University of Iaşi*
FACULTATEA DE EDUCAŢIE FIZICĂ ŞI SPORT / *Faculty of Sports and Physical Education*
Domeniul: **EDUCAŢIE FIZICĂ ŞI SPORT** / *Area of Study:* ***Sports and Physical Education***
Specializarea: **SPORT ŞI PERFORMANŢĂ MOTRICĂ** / *Specialisation:* ***Sports and Motor Performance***
**CICLUL I: Studii universitare de licenţă / *Cycle 1 – Bachelor studies***
Durata programului de studiu: **3 ani** / *Length of Study:* ***3 years***
Forma de învăţământ: **CU FRECVENŢĂ** / *Type of Education:* ***full-time***
Seria ***/Graduation Class: 2017-2020***

**APROBAT,**

**ORDONATOR DE CREDITE,**
**Prof. Univ. Dr. Mihaela ONOFREI**

ROMÂNIA UNIVERSITATEA "ALEXANDRU IOAN CUZA" DIN IAŞI MINISTERUL EDUCAŢIEI NAŢIONALE

# PLAN DE ÎNVĂŢĂMÂNT /*STUDY PROGRAMME*
## Anul de studiu III /*YEAR 3*
## 2019 / 2020

| Nr. crt. | Denumirea disciplinei /*Subjects* | Codul disciplinei / *Course Code* | Semestrul /*Semester*: I | | | | | Semestrul /*Semester*: II | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | Nr. ore/săpt./ *No Hours/Week* | | | FV | Cr | Nr. ore/săpt. / *No Hours/Week* | | | FV | Cr |
| | | | C | S | L | | | C | S | L | | |
| | **Discipline fundamentale (DF) /*Core Courses*** | | | | | | | | | | | |
| 1. | Psihopedagogie / *Psycho Pedagogy* | 31060010020SL1113145 | 2 | 2 | - | E | 5 | - | - | - | - | - |
| 2. | Educaţie pentru sănătate şi prim ajutor / *Education for Health and First Aid* | 31060010020SL1113246 | - | - | - | - | - | 2 | - | 2 | E | 5 |
| | **Discipline de domeniul licenţei (DD) / *Courses in the area of the Bachelor studies*** | | | | | | | | | | | |
| 3. | Teoria şi practica în ramuri ale gimnasticii: gimnastică artistică / *Theory and Practice of Gymnastics: Artistic Gymnastics* | 31060010020SL1213147 | 2 | - | 2 | E | 5 | - | - | - | - | - |
| 4. | Opţional 3: Teoria şi practica în alte ramuri sportive: / *Theory and Practice of Other Sport Areas:*<br>Tenis de masă / *Table Tennis*<br>Tenis de câmp/ *Lawn Tennis* | <br><br>31060010020SL1223148<br>31060010020SL1223149 | 1 | - | 2 | C | 3 | - | - | - | - | - |
| 5. | Evaluare motrică şi somato-funcţională / *Motor and Somatic and Functional Assessment* | 31060010020SL1213250 | - | - | - | - | - | 2 | 2 | - | E | 6 |
| 6. | Stagiu de pregătire şi elaborare a lucrării de licenţă / *Preparation of the BA thesis* | 31060010020SL1213251 | - | - | - | - | - | - | - | 2 | V | 2 |
| 7. | Opţional 4 – Teoria şi practica în alte ramuri sportive / *Theory and Practice of Other Sport Areas:*<br>Rugby / *Rugby*<br>Haltere / *Weightlifting* | <br><br>31060010020SL1223252<br>31060010020SL1223253 | - | - | - | - | - | 1 | - | 2 | C | 3 |
| | **Discipline de specialitate (DS) / *Courses related to specialisation*** | | | | | | | | | | | |
| 8. | Tehnici şi metode pentru dezvoltarea calităţilor motrice *(Methods and Techniques to Develop Motor Skills)* | 31060010020SL1213154 | 2 | - | 2 | E | 5 | - | - | - | - | - |
| 9. | Stagiu de practică în structuri ale sportului *(Training Stage in Different Athletic Structures)* | 31060010020SL1213155 | - | - | 2 | V | 2 | - | - | - | - | - |
| 10. | Fiziologia efortului sportiv (*Physiology of Athletic Effort)* | 31060010020SL1213156 | 2 | 2 | - | E | 6 | - | - | - | - | - |
| 11. | Psihologia sportului *(Psychology of Sports)* | 31060010020SL1213257 | - | - | - | - | - | 2 | 2 | - | E | 5 |
| 12. | Stagiu de practică în acţiuni şi evenimente sportive *(Training in Athletic Actions and Events)* | 31060010020SL1213258 | - | - | - | - | - | - | - | 3 | V | 3 |
| | **Discipline complementare (DC) /*Complementary Subjects*** | | | | | | | | | | | |
| 13. | Metode de cercetare în Ştiinţa Sportului şi Educaţiei Fizice / *Research Methods in Science of Sports and Physical Education* | 31060010020SL1313159 | 1 | 2 | - | E | 4 | - | - | - | - | - |
| 14. | Comunicare în Ştiinţa Sportului şi Educaţiei Fizice / *Communication in Sports and Physical Education* | 31060010020SL1313260 | - | - | - | - | - | 2 | 2 | - | E | 6 |
| | **Discipline facultative** | | | | | | | | | | | |
| 15. | Educaţie olimpică / *Olympic Education* | 31060010020SL1433143 | - | 2 | - | C | 2 | - | - | - | - | - |
| 16. | Organizare de competiţii sportive / *Organization of Sports Competitions* | 31060010020SL1433244 | - | - | - | - | - | - | 2 | - | C | 2 |
| Total | ore fizice /*physical hours* | | **10** | **6** | **8** | **5E 1C 1 V** | **30** | **9** | **6** | **9** | **4E 1C 2V** | **30** |
| | ore convenţionale /*conventional hours* | | **20** | **6** | **8** | | | **18** | **6** | **9** | | |
| **Total ore fizice obligatorii / *Overall Compulsory Physical Hours per Week*** | | | **24** | | | | | **24** | | | | |
| **Total ore fizice convenţionale / *Overall Compulsory Conventional Hours per Week*** | | | **34** | | | | | **33** | | | | |

**Examen de licenţă: 10 credite**

**DECAN,**
**Conf. Univ. Dr. Beatrice-Aurelia ABALAŞEI**

**DIRECTOR DEPARTAMENT,**
**Conf. Univ. Dr. Lucian POPESCU**

**Legendă**: C = curs, S = seminar, L = lucrări practice, Cr. = număr credite, FV = forma de verificare, E = examen, C = colocviu, V = verificare practică. /
*Legend: C=course; L=practical seminars; Cr=number of credits; FV=type of assessment; C=colloquium; V=practical assessment*

Universitatea "Alexandru Ioan Cuza" din Iaşi /*"Alexandru Ioan Cuza" University of Iaşi*
FACULTATEA DE EDUCAŢIE FIZICĂ ŞI SPORT / *Faculty of Sports and Physical Education*
Domeniul: **EDUCAŢIE FIZICĂ ŞI SPORT** / *Area of Study:* ***Sports and Physical Education***
Specializarea: **SPORT ŞI PERFORMANŢĂ MOTRICĂ** / *Specialisation:* ***Sports and Motor Performance***
**CICLUL I: Studii universitare de licenţă / *Cycle 1 – Bachelor studies***
Durata programului de studiu: **3 ani** / *Length of Study:* ***3 years***
Forma de învăţământ: **CU FRECVENŢĂ** / *Type of Education:* ***full-time***
Seria ***/Graduation Class: 2017-2020***

**APROBAT,**
**ORDONATOR DE CREDITE,**
**Prof. Univ. Dr. Mihaela ONOFREI**

UNIVERSITATEA "ALEXANDRU IOAN CUZA" DIN IAŞI
MINISTERUL EDUCAŢIEI NAŢIONALE

# Discipline din cadrul Programului de studii psihopedagogice Nivelul I (iniţial) de certificare pentru profesia didactică (facultativ) /

## *Psycho-pedagogical Program, Level 1 (initial training), Teaching Certification (elective)*

| Nr. crt. | Denumirea disciplinei / *Subjects* | Codul disciplinei / *Course Code* | Semestrul / *Semester* | Nr. ore/săpt. / *No Hours/Week* | | | FV | Cr | Nr. ore/săpt. / *No Hours/Week* | | | FV | Cr |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | C | S | L | | | C | S | L | | |
| 1. | Psihologia educaţiei / *Educational Psychology* | DPPD 1 | 1 | 2 | 2 | - | E | 5 | - | - | - | - | - |
| 2. | Pedagogie I: Fundamentele pedagogiei, Teoria şi metodologia curriculum-ului / *Pedagogy I: Fundamentals of Pedagogy, Curriculum Theory and Methodology* | DPPD 2 | 2 | - | - | - | - | - | 2 | 2 | - | E | 5 |
| 3. | Pedagogie II: Teoria şi metodologia instruirii, teoria şi metodologia evaluării / *Pedagogy II: Learning Theory and Methodology, Assessment Theory and Methodology* | DPPD 3 | 3 | 2 | 2 | - | E | 5 | - | - | - | - | - |
| 4. | Didactica specialităţii / *Teaching Methodology of Specialisation* | DPPD10 | 4 | - | - | - | - | - | 2 | 2 | - | E | 5 |
| 5. | Instruire asistată de calculator / *Computer – Assisted Learning* | DPPD 5 | 5 | 1 | - | 1 | C | 2 | - | - | - | - | - |
| 6. | Practică pedagogică în învăţământul preuniversitar obligatoriu (1) / *Teaching Traineeship in Secondary Education (1)* | DPPD 6 | 5 | - | - | 3 | C | 3 | - | - | - | - | - |
| 7. | Managementul clasei de elevi / *Class Management* | DPPD 7 | 6 | - | - | - | - | - | 1 | 1 | - | E | 3 |
| 8. | Practică pedagogică în învăţământul preuniversitar obligatoriu (2) / *Teaching Traineeship in Secondary Education (2)* | DPPD 8 | 6 | - | - | - | - | - | - | - | 3 | C | 2 |
| Total | ore fizice (*physical hours*) | | | 5 | 4 | 4 | 2E 2C | 15 | 5 | 5 | 3 | 3E 1C | 15 |
| | ore convenţionale (*conventional hours*) | | | 10 | 4 | 4 | | | 10 | 5 | 3 | | |
| **Total ore fizice obligatorii / *Overall Compulsory Physical Hours per Week*** | | | | **13** | | | | | **13** | | | | |
| **Total ore fizice convenţionale / *Overall Compulsory Conventional Hours per Week*** | | | | **18** | | | | | **18** | | | | |
| Examen de absolvire – Nivelul I / *Graduation Exam - The first level* | | | 6 | - | - | - | - | - | - | - | - | E | 5 |

**DECAN,**
**Conf. Univ. Dr. Beatrice-Aurelia ABALAŞEI**

**DIRECTOR DEPARTAMENT,**
**Conf. Univ. Dr. Lucian POPESCU**

**Legendă**: C = curs, S = seminar, L = lucrări practice, Cr. = număr credite, FV = forma de verificare, E = examen, C = colocviu, V = verificare practică. /
*Legend: C=course; L=practical seminars; Cr=number of credits; FV=type of assessment; C=colloquium; V=practical assessment*