

**PLAN DE ÎNVĂȚĂMÂNT valabil începând din anul universitar 2026-2027**

UNIVERSITATEA "ALEXANDRU IOAN CUZA" din IAȘI
"Alexandru Ioan Cuza" University of Iași
FACULTATEA DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
FACULTY OF PHYSICAL EDUCATION AND SPORTS
DEPARTAMENTUL DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
DEPARTMENT OF PHYSICAL EDUCATION AND SPORTS

Domeniul: Educație fizică și sport

Area of study: Physical Education And Sports

Specializarea/Programul de studiu: Sport și performanță motrică

Programme of study: Sport and motor performance

Limba de predare: română

Teaching language: romanian

Durata studiilor: 6 semestre

Length of the programme of study: 6 semesters

Forma de învățământ: IF

Mode of study: full-time education

I. REZULTATE ALE ÎNVĂȚĂRII:**a. Cunoștințe**

- Pentru disciplinele fundamentale (conform anexei de mai jos): RI-C1, RI-C2
- Studentul/Absolventul explică și interpretează concepte generale, principii și metode de bază din domeniul motricității umane, al organizării și conducerii activității specifice domeniului, în contexte formative, educative, competiționale, terapeutice și organizaționale.
- Studentul/Absolventul explică și aplică în mod creativ, achizițiile teoretice și practice din domeniul educației fizice și sportului, al kinetoterapiei și al managementului în sport, prin adaptarea și particularizarea intervențiilor.

b. Aptitudini

- Pentru disciplinele fundamentale (conform anexei de mai jos): RI-A1, RI-A2
- Interpretează sensurile principale ale conceptelor de bază ale teoriei, metodicii și practicii educației fizice, sportului, kinetoterapiei și ale managementului.
- Colectează, selectează și prelucrează date utilizate în scopul interpretării rezultatelor teoretice și experimentale.
- Proiectează, planifică și evaluează programe formative, educative și de recuperare, strategii de dezvoltare organizațională, după caz.
- Organizează și conduce activități specifice domeniului de competență, pentru diferite categorii de beneficiari.

c. Responsabilitate și autonomie

- Pentru disciplinele fundamentale (conform anexei de mai jos): RI-RA1, RI-RA2
- Argumentează în mod autonom și responsabil aplicarea cunoștințelor teoretice și practice.
- Demonstrează autonomie în analiza și caracterizarea problematicii specifice domeniului.
- Realizează lucrări, rapoarte și prezentări de specialitate în format digital.
- Identifică și rezolvă probleme de specialitate aplicând tehnici de lucru și de cercetare adaptate condițiilor și scopului activităților pe care le desfășoară.
- Exerciță diferite roluri în cadrul echipelor interdisciplinare (inclusiv rolul de coordonator al acestora).

II. CERINȚE PENTRU OBTINEREA DIPLOMEI DE LICENȚĂ;

180 credite din care:

156 credite la disciplinele obligatorii;

inclusiv 2 credite pentru o limbă străină (1/6 semestre);

24 credite la disciplinele opționale;

Și

0 credite pentru disciplina Educație fizică;

6 credite la disciplinele facultative;

10 credite pentru promovarea examenului de finalizare a studiilor.

III. DESFĂȘURAREA STUDIILOR (în număr de săptămâni)

	Activități didactice		Sesiune			
	Sem I	Sem II	Sem I		Sem II	
			E ¹	R ²	E	R
Anul I	14	14	3	1	3	1
Anul II	14	14	3	1	3	1
Anul III	14	14	3	1	3	1

¹ Sesiune de examene

² Sesiune de restanțe

IV. NUMĂRUL ORELOR PE SĂPTĂMÂNĂ

	Semestrul I				Semestrul II			
	C	S	L+Lp	Pondere ³	C	S	L+Lp	Pondere
Anul I	9	6	8	156%	7	4	11	214%
Anul II	8	4	14	225%	10	14	2	160%
Anul III	9	8	8	178%	8	7	10	212%

³(S + L + Lp)/C

V. NUMĂRUL DE ORE DE ACTIVITATE ORGANIZATĂ PREVĂZUTĂ ÎN PLANUL DE ÎNVĂȚĂMÂNT PENTRU ÎNTREGUL CICLU DE STUDII

Tip activitate	Nr. ore	Pondere
Curs	714	35%
Seminar	602	29%
Laborator + Lucrări practice	742	36%
Număr total ore	2058	100%

VI. PONDEREA DISCIPLINELOR DE STUDIU DUPĂ CATEGORIA FORMATIVĂ

	Categoria formativă		
	DF	DS	DC
Semestrul I	78%	0%	22%
Semestrul II	59%	41%	0%
Semestrul III	12%	65%	23%
Semestrul IV	0%	54%	46%
Semestrul V	12%	40%	48%
Semestrul VI	24%	60%	16%
ÎNTREGUL CICLU DE STUDII	29%	44%	27%

DF - Discipline fundamentale / DS - Discipline de specialitate / DC - Discipline complementare

VII. PONDEREA ORELOR DE ACTIVITATE DIDACTICĂ DUPĂ OPȚIONALITATEA DISCIPLINELOR

	Statut disciplină		
	Obligatorie	Opțională	Facultativă
Semestrul I	100%	0%	0%
Semestrul II	100%	0%	0%

	Statut disciplină		
	Obligatorie	Opțională	Facultativă
Semestrul III	77%	23%	8%
Semestrul IV	77%	23%	8%
Semestrul V	76%	24%	8%
Semestrul VI	76%	24%	0%
ÎNTREGUL CICLU DE STUDII	84%	16%	4%

Ponderea se raportează la numărul de ore obligatorii și opționale

VIII. NUMĂR ORE PE ÎNTREGUL CICLU DE STUDII PENTRU DISCIPLINE CU STATUT REGLEMENTAT

Activitate asimilată cu	Număr ore
Educație fizică	0
TIC	0
Etica și integritatea academică	42
Practica de specialitate	126
Proiect	0
Elaborare lucrare finalizare studii	56

IX. NUMĂR EVALUĂRI PE ÎNTREGUL CICLU DE STUDII

	Tipul evaluării		
	Examen	Colocviu	Verificare pe parcurs
Semestrul I	6	1	0
Semestrul II	5	1	1
Semestrul III	5	2	1
Semestrul IV	4	4	0
Semestrul V	4	3	1
Semestrul VI	4	3	1
ÎNTREGUL CICLU DE STUDII	28	14	4

X. EXAMENUL DE FINALIZARE A STUDIILOR - perioada iunie-iulie

Numărul de credite alocate pentru promovarea examenului de finalizare a studiilor (în afara celor 180 de credite obligatorii): 10.

XI. MODUL DE ALEGERE A DISCIPLINELOR OPȚIONALE

- se alege câte o disciplină;

XII. OBIECTIVE DE DEZVOLTARE DURABILA

Simbol	Cod	Denumire
<input type="checkbox"/>	SDG3	Sănătate și bunăstare
<input type="checkbox"/>	SDG4	Educație de calitate

RECTOR,
Prof. Univ. Dr. Liviu-George MAHA

DECAN,
Prof. Univ. Dr. Beatrice-Aurelia ABALAȘEI

ANEXĂ - REZULTATE ALE ÎNVĂȚĂRII

Domeniul: Educație fizică și sport

Nr. crt.	Cunoștințe (RI-C)	Aptitudini (RI-A)	Responsabilitate și autonomie (RI-RA)
1.	<p>Studentul/Absolventul explică noțiunile generale ale domeniului, referitoare la formele de organizare ale activității de educație fizică și sport, principiile, metodele și mijloacele fundamentale aplicabile în forme diferite de organizare, conceptele de motricitate și activitate motrică, astfel încât să poată fi utilizate în context formativ și performanțial.</p> <p>Studentul/Absolventul explică procesele de creștere și dezvoltare, implicațiile lor asupra motricității, tipologia constituțională somatofuncțională, motrică și psihică, corelațiile dintre tipul constituțional și cerințele/particularitățile activității de educație fizică și sport, astfel încât să poată fi utilizate în context formativ și performanțial.</p>	<p>Studentul/Absolventul: Utilizează noțiunile fundamentale ale motricității umane în contexte variate. Clasifică formele de organizare și practicarea a activității de educație fizică și sport. Analizează și înțelege dezvoltarea fizică și motrică a individului. Identifică și interpretează tipologia constituțională (somatofuncțională, motrică și psihică). Integrează conceptele de creștere și dezvoltare în strategii educaționale și de performanță. Utilizează terminologia, în funcție de activitățile motrice.</p>	<p>Studentul/Absolventul: Exemplifică acte, acțiuni și activități motrice. Oferă feedback constructiv pentru îmbunătățirea tehnicii și performanței în funcție de principiile și metodele învățate. Adaptează conținutul exercițiilor în funcție de forma de organizare și practicarea a acestuia. Selectează și adaptează metodele și mijloacele în funcție de posibilitățile fizice și motrice ale indivizilor. Crează programe individualizate în funcție de nevoile și caracteristicile individuale și de grup. Adoptă decizii independente privind ritmul de asimilare a cunoștințelor și aptitudinilor motrice. Argumentează utilizarea terminologiei de specialitate în cadrul unor dezbateri din domeniu.</p>
2.	<p>Studentul/Absolventul explică și descrie noțiunile fundamentale de anatomie, biomecanică și fiziologie, a fundamentelor biomecanice și comportamentale ale activităților motrice, în scopul utilizării eficiente pentru gestionarea efortului fizic sportiv.</p>	<p>Studentul/Absolventul: Identifică structuri anatomice ale organismului uman și relațiile cu funcțiile acestora. Prezintă acțiunile diferitelor grupe musculare și parametrii de mișcare. Caracterizează efortul fizic în funcție de particularitățile somato-funcționale, motrice și psihice ale organismului uman.</p>	<p>Studentul/Absolventul: Argumentează rolul aparatelor și sistemelor corpului uman în efectuarea actelor și acțiunilor motrice. Recunoaște parametrii de mișcare ai acțiunilor motrice. Stabilește parametrii efortului fizic în funcție de obiectivele de instruire.</p>
3.	<p>Studentul/Absolventul descrie structura, principiile și mecanismele de bază ale evoluției și funcționării psihicului uman, relația sistemică subiect – mediu, metodele și tehnicile de evaluare a caracteristicilor psihomotrice la diferite vârste, în contextul practicării exercițiilor fizice.</p>	<p>Studentul/Absolventul: Explică rolul proceselor cognitive în comportamentul motric uman. Prezintă rolul manifestărilor socio- afective în modelarea comportamentului motric. Ilustrează influența exercițiilor fizice asupra relațiilor sociale.</p>	<p>Studentul/Absolventul: Alege mijloace de instruire care să favorizeze manifestarea și dezvoltarea proceselor cognitive. Formulează situații de instruire care să modeleze manifestări socio-afective în practicarea exercițiilor fizice. Gestionează relațiile interumane în contextul practicării exercițiilor fizice.</p>
4.	<p>Studentul/Absolventul definește și clasifică diferitele tipuri de exerciții fizice ca mijloace de instruire aplicabile în contextul practicării activităților motrice.</p>	<p>Studentul/Absolventul: Identifică forma și conținutul exercițiului fizic. Selectează exerciții fizice în funcție de finalitatea acestora. Exemplifică diferite tipuri de exerciții fizice.</p>	<p>Studentul/Absolventul: Caracterizează diferite tipuri de exerciții fizice în funcție de un set de criterii prestabilite. Alege forme de organizare a exercițiilor fizice în funcție de</p>

Nr. crt.	Cunoștințe (RI-C)	Aptitudini (RI-A)	Responsabilitate și autonomie (RI-RA)
			obiectivele de instruire urmărite. Organizează grupuri de practicanți ai exercițiilor fizice în funcție de finalitatea activităților motrice și de resurse. Selectează exerciții fizice în funcție de particularitățile practicanților.
5.	Studentul/Absolventul explică diferite metode de predare în activitățile motrice, în vederea favorizării însușirii de cunoștințe și a creșterii eficienței actului educațional.	Studentul/Absolventul: Selectează metode de predare adecvate obiectivelor de instruire. Utilizează metodele de predare în acord cu conținuturile programelor de instruire.	Studentul/Absolventul: Alege variante de predare adecvate contextului educațional. Adaptează metodele de predare în funcție de particularitățile practicanților exercițiilor fizice.
6.	Studentul/Absolventul clasifică și operează cu noțiuni referitoare la formele de organizare și resursele necesare practicării exercițiilor fizice în diferite medii educaționale, la tehnicile și mijloacele specifice managementului și la aspectele legislative care guvernează activitatea, în vederea realizării obiectivelor specifice structurilor din domeniul educației fizice și sportului.	Studentul/Absolventul: Caracterizează sistemul și formele de organizare a practicării exercițiilor fizice. Identifică resursele umane, materiale, financiare, informaționale necesare managementului activităților de educație fizică și sport. Identifică elemente legislative de reglementare a organizării și funcționării structurilor din sistemul de educație fizică și sport.	Studentul/Absolventul: Ilustrează activitățile sportive dintr-un club, asociație sau instituție. Elaborează materiale educaționale despre beneficiile exercițiilor fizice și modalitățile eficiente de organizare a acestora. Utilizează elemente de management organizațional și educațional în activitatea profesională. Gestionează infrastructura sportivă și resursele necesare pentru desfășurarea activităților. Selectează și respectă prevederi legislative privind activitatea profesională.
7.	Studentul/Absolventul descrie într-o manieră coerentă principalele teorii etice și explică noțiunile generale ale domeniului, referitoare la principiile fundamentale ale eticii academice, normele de integritate, tipurile de comportamente academice inadecvate (plagiat, fals intelectual etc.) și la cadrul legal și instituțional privind etica în mediul universitar.	Studentul/Absolventul identifică și analizează critic dileme etice specifice mediului academic, este capabil să aplice în mod corect regulile de citare și redactare științifică, să promoveze practici academice oneste și transparente în activitățile de studiu și cercetare și este capabil să explice ce înseamnă a avea un comportament moral din perspectiva diferitelor teorii etice.	Studentul/Absolventul: 1. Are un comportament etic și responsabil în procesul de învățare și cercetare și respectă normele deontologiei profesionale. 2. Gândește nuanțat și apreciază diversitatea perspectivelor și punctelor de vedere asupra moralității, exersează și cultivă permanent modestia intelectuală și are înclinația de a-și revizui opiniile și convingerile în lumina dovezilor. 3. Acționează într-o manieră autonomă și integră în situații care presupun luarea unor decizii cu implicații etice.
8.	Studentul/Absolventul cunoaște construcțiile gramaticale, vocabularul specific domeniului profesional, expresiile uzuale și terminologia de specialitate, necesare pentru comunicarea eficientă în limba străină, atât în contexte generale, cât și în	Studentul/Absolventul aplică normele lingvistice în limba străină studiată, utilizează corect limba străină în exprimarea orală și scrisă, înțelege și analizează texte de specialitate, redactează documente profesionale, susține un punct de vedere argumentat și	Studentul/Absolventul utilizează autonom expresiile și cuvintele adecvate în producerea textelor orale și scrise în limba străină în contexte internaționale și interculturale, exprimă în mod coerent opinii și analize în context academic și profesional, evaluează în mod conștient

Nr. crt.	Cunoștințe (RI-C)	Aptitudini (RI-A)	Responsabilitate și autonomie (RI-RA)
	contexte academice și profesionale.	interacționează eficient în contexte profesionale și educaționale internaționale.	propriile cunoștințe, demonstrează inițiativă și autonomie în perfecționarea continuă a competențelor lingvistice.
9.	Studentul/Absolventul explică noțiunile generale ale domeniului, referitoare la conceptele de motricitate și activitate motrică, efectele acestora asupra dezvoltării și educării, astfel încât să poată fi utilizate în contexte formative, educative, competiționale și organizatorice.	Studentul/Absolventul explică noțiunile generale ale domeniului, referitoare la conceptele de motricitate și activitate motrică, efectele acestora asupra dezvoltării și educării, astfel încât să poată fi utilizate în contexte formative, educative, competiționale și organizatorice.	Studentul/Absolventul explică noțiunile generale ale domeniului, referitoare la conceptele de motricitate și activitate motrică, efectele acestora asupra dezvoltării și educării, astfel încât să poată fi utilizate în contexte formative, educative, competiționale și organizatorice.

Universitatea "Alexandru Ioan Cuza" din Iași
 "Alexandru Ioan Cuza" University of Iași
 Facultatea de Educație Fizică și Sport
 Faculty of Physical Education and Sports
DEPARTAMENTUL DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
DEPARTMENT OF PHYSICAL EDUCATION AND SPORTS

Anexa 1

APROBAT,

RECTOR,

Prof. Univ. Dr. Liviu-George MAHA

Domeniul: Educație fizică și sport
Area of study: Physical Education And Sports
 Specializarea/Programul de studiu: Sport și performanță motrică
 Programme of study: Sport and motor performance
 Limba de predare: română
 Teaching language: romanian
 Durata studiilor: 3 ani
 Length of the programme of study: 3 years
 Număr de credite: 180
 Number of ECTS credits: 180
 Forma de învățământ: IF
 Mode of study: full-time education
 Seria: 2026-2029
 Obiective de dezvoltare durabilă: SDG3, SDG4



PLAN DE ÎNVĂȚĂMÂNT

Anul de studiu I

Semestrul 1

Nr. crt.	Denumirea disciplinei	Codul disciplinei	Tipul disciplinei	Nr.ore/săpt. (fizic+online)				FV	Cr	Procent de ore desfășurate online/sem.							
				C	S	L	LP			C	S	L	LP				
Discipline obligatorii (Compulsory courses)																	
1	Bazele generale ale atletismului Fundamentals of Athletics	31060010020SL1111101	DF	2	0	0	2	E	5	0	0	0	0	0			
2	Gimnastica de bază Basic Gymnastics	31060010020SL1111106	DF	2	0	0	2	E	5	0	0	0	0	0			
3	Fundamentele științifice ale jocurilor sportive: Volei Scientific Fundamentals of Games: Volleyball	31060010020SL1111107	DF	1	0	0	2	E	4	0	0	0	0	0			
4	Fundamentele științifice ale jocurilor sportive: Fotbal Scientific Fundamentals of Games: Football	31060010020SL1111108	DF	1	0	0	2	E	4	0	0	0	0	0			
5	Anatomie funcțională Functional Anatomy	31060010020SL1211109	DF	2	2	0	0	E	5	0	0	0	0	0			
6	Limba străină Foreign language	31060010020SL1311113	DC	0	2	0	0	C	2	0	0	0	0	0			
7	Istoria educației fizice și sportului History of Physical Education and Sports	31060010020SL1311114	DC	1	2	0	0	E	5	0	0	0	0	0			
Total				9	6	0	8		30	0	0	0	0	0			

Semestrul 2

Nr. crt.	Denumirea disciplinei	Codul disciplinei	Tipul disciplinei	Nr.ore/săpt. (fizic+online)				FV	Cr	Procent de ore desfășurate online/sem.			
				C	S	L	LP			C	S	L	LP
Discipline obligatorii (Compulsory courses)													
1	Fundamentele științifice ale jocurilor sportive: Handbal Scientific Fundamentals of Games: Handball	31060010020SL1111202	DF	1	0	0	2	E	4	0	0	0	0
2	Fundamentele științifice ale jocurilor sportive: Baschet Scientific Fundamentals of Games: Basketball	31060010020SL1111203	DF	1	0	0	2	E	4	0	0	0	0
3	Teoria și metodică educației fizice și sportului Theory and Methods of Physical Education and Sports	31060010020SL1111204	DF	2	2	0	0	E	5	0	0	0	0
4	Kinesiologie Kinesiology	31060010020SL1111205	DF	1	2	0	0	E	5	0	0	0	0
5	Teoria și practica în sporturile de iarnă: schi alpin Theory and Practice of Winter Sports: Alpine Skiing	31060010020SL1211210	DS	1	0	0	2	E	4	0	0	0	0
6	Practica în activități de turism și orientare turistică Practice in tourism and Orienteering	31060010020SL1211211	DS	0	0	0	3	V	4	0	0	0	0
7	Teoria și practica în sporturi de expresie: dans sportiv Theory and Practice of Artistry: Dancesport	31060010020SL1211212	DS	1	0	0	2	C	4	0	0	0	0
Total				7	4	0	11		30	0	0	0	0

Anul de studiu II

Semestrul 3

Nr. crt.	Denumirea disciplinei	Codul disciplinei	Tipul disciplinei	Nr.ore/săpt. (fizic+online)				FV	Cr	Procent de ore desfășurate online/sem.			
				C	S	L	LP			C	S	L	LP
Discipline obligatorii (Compulsory courses)													
1	Fiziologie Physiology	31060010020SL1212115	DF	1	2	0	0	E	5	0	0	0	0
2	Teoria și practica în sporturi de apă: înot Theory and Practice of Water Sports: Swimming	31060010020SL1212116	DS	1	0	0	2	E	5	0	0	0	0
3	Tehnici de monitorizare a performanței sportive Monitoring of Athletic Performance	31060010020SL1212122	DS	1	0	0	3	E	4	0	0	0	0
4	Stagiu de practică în centre de inițiere în sport Traineeship in Sport Initiation Centers	31060010020SL1212124	DS	0	0	0	3	V	2	0	0	0	0
5	Psihologia sportului Sport psychology	31060010020SL121325	DS	1	2	0	0	E	3	0	0	0	0
6	Specializare SPM 2 sem 3 - 2024 (1 din 9) / Specializare SPM 2 sem 3 - 2024 (1 out of 9)												
	Metodica antrenamentului pe ramură de sport – începători (1) - Atletism Training Methods for Each Sport - beginners (1) - Athletics	31060010020SL1212125	DS	2	0	0	2	E	5	0	0	0	0
	Metodica antrenamentului pe ramură de sport – începători (1) - Gimastică	31060010020SL1212126								0	0	0	0

Nr. crt.	Denumirea disciplinei	Codul disciplinei	Tipul disciplinei	Nr.ore/săpt. (fizic+online)				FV	Cr	Procent de ore desfășurate online/sem.				
				C	S	L	LP			C	S	L	LP	
	Training Methods for Each Sport - beginners (1) - Gymnastics													
	Metodica antrenamentului pe ramură de sport – începători (1) - Fotbal Training Methods for Each Sport - beginners (1) - Football	31060010020SL1212127									0	0	0	0
	Metodica antrenamentului pe ramură de sport – începători (1) - Baschet Training Methods for Each Sport - beginners (1) - Basketball	31060010020SL1212128									0	0	0	0
	Metodica antrenamentului pe ramură de sport – începători (1) - Handbal Training Methods for Each Sport - beginners (1) - Handball	31060010020SL1212129									0	0	0	0
	Metodica antrenamentului pe ramură de sport – începători (1) - Rugby Training Methods for Each Sport - beginners (1) - Rugby	31060010020SL1212130									0	0	0	0
	Metodica antrenamentului pe ramură de sport – începători (1) - Volei Training Methods for Each Sport - beginners (1) - Volleyball	31060010020SL1212131									0	0	0	0
	Metodica antrenamentului pe ramură de sport – începători (1) - Judo Training Methods for Each Sport - beginners (1) - Judo	31060010020SL1212163									0	0	0	0
	Metodica antrenamentului pe ramură de sport – începători (1) - Culturism-Fitness Training Methods for Each Sport - beginners (1) - Bodybuilding-Fitness	31060010020SL1212167									0	0	0	0
Discipline opționale: 2 din 3 (Optional courses: 2 out of 3)														
	Management aplicat în Știința Sportului și Educației Fizice Management applied to sports and physical education science	31060010010SL1312174									0	0	0	0
7-8	Teoria și practica în sporturi de combat: judo Theory and Practice of Fighting Sports: Judo	31060010020SL1222117	DC	2	0	0	4	C	6		0	0	0	0
	Teoria și practica în sporturi de combat: arte marțiale Theory and Practice of Fighting Sports: Martial Arts	31060010020SL1222118									0	0	0	0
Total				8	4	0	14		30	0	0	0	0	0
Discipline facultative (Supplementary courses)														
9	Echipamente, aparate și instalații folosite în sport Equipment, devices and installations in sports	31060010020SL1232123	DC	0	2	0	0	V	2		0	0	0	0

Semestrul 4

Nr. crt.	Denumirea disciplinei	Codul disciplinei	Tipul disciplinei	Nr.ore/săpt. (fizic+online)				FV	Cr	Procent de ore desfășurate online/sem.				
				C	S	L	LP			C	S	L	LP	
Discipline obligatorii (Compulsory courses)														
1	Bazele generale ale antrenamentului sportiv General Fundamentals of Athletic Training	31060010020SL1212239	DS	2	2	0	0	E	5		0	0	0	0

Nr. crt.	Denumirea disciplinei	Codul disciplinei	Tipul disciplinei	Nr.ore/săpt. (fizic+online)				FV	Cr	Procent de ore desfășurate online/sem.				
				C	S	L	LP			C	S	L	LP	
2	Amenajarea bazelor sportive Development of Sport Facilities	31060010020SL1212240	DS	1	2	0	0	C	3	0	0	0	0	
3	Refacerea și recuperarea în sportul de performanță Recovery and Rehabilitation in Professional Sports	31060010020SL1212241	DS	1	2	0	0	E	4	0	0	0	0	
4	Sociologia în Știința Sportului și Educației Fizice Sociology of Science of Sports and Physical Education	31060010020SL1312242	DC	1	2	0	0	E	4	0	0	0	0	
5	Etică și integritate academică Ethics and academic integrity	31060010020SL132326	DC	1	2	0	0	C	3	0	0	0	0	
6	Specializare SPM 2 sem 4 - 2024 (1 din 9) / Specializare SPM 2 sem 4 - 2024 (1 out of 9)													
	Metodica antrenamentului pe ramură de sport – începători (2) - Atletism Training Methods for Each Sport - beginners (2) - Athletics	31060010020SL1212232									0	0	0	0
	Metodica antrenamentului pe ramură de sport – începători (2) - Gimnastică Training Methods for Each Sport - beginners (2) - Gymnastics	31060010020SL1212233									0	0	0	0
	Metodica antrenamentului pe ramură de sport – începători (2) - Fotbal Training Methods for Each Sport - beginners (2) - Football	31060010020SL1212234									0	0	0	0
	Metodica antrenamentului pe ramură de sport – începători (2) - Baschet Training Methods for Each Sport - beginners (2) - Basketball	31060010020SL1212235									0	0	0	0
	Metodica antrenamentului pe ramură de sport – începători (2) - Handbal Training Methods for Each Sport - beginners (2) - Handball	31060010020SL1212236	DS	2	0	0	2	E	5		0	0	0	0
	Metodica antrenamentului pe ramură de sport – începători (2) - Rugby Training Methods for Each Sport - beginners (2) - Rugby	31060010020SL1212237									0	0	0	0
	Metodica antrenamentului pe ramură de sport – începători (2) - Volei Training Methods for Each Sport - beginners (2) - Volleyball	31060010020SL1212238									0	0	0	0
	Metodica antrenamentului pe ramură de sport – începători (2) - Judo Training Methods for Each Sport - beginners (2) - Judo	31060010020SL1212264									0	0	0	0
	Metodica antrenamentului pe ramură de sport – începători (2) - Culturism-Fitness Training Methods for Each Sport - beginners (2) - Bodybuilding-Fitness	31060010020SL1212268									0	0	0	0
Discipline opționale: 2 din 3 (Optional courses: 2 out of 3)														
7- 8	Olimpism Olympism	31060010020SL121224									0	0	5	0
	Șah Chess	31060010020SL1323265	DC	2	4	0	0	C	6		0	0	0	0
	Utilizare soft-uri specializate în Știința Sportului și Educației Fizice	31060010020SL1323273									0	0	0	0

Nr. crt.	Denumirea disciplinei	Codul disciplinei	Tipul disciplinei	Nr.ore/săpt. (fizic+online)				FV	Cr	Procent de ore desfășurate online/sem.				
				C	S	L	LP			C	S	L	LP	
	Specialized software in sports and physical education science													
Total				10	14	0	2		30	0	0	0	0	0
Discipline facultative (Supplementary courses)														
9	Snowboard Snowboarding	31060010020SL1232269	DS	0	0	0	2	V	2	0	0	0	0	0

Anul de studiu III

Semestrul 5

Nr. crt.	Denumirea disciplinei	Codul disciplinei	Tipul disciplinei	Nr.ore/săpt. (fizic+online)				FV	Cr	Procent de ore desfășurate online/sem.				
				C	S	L	LP			C	S	L	LP	
Discipline obligatorii (Compulsory courses)														
1	Psihopedagogie Psycho Pedagogy	31060010020SL1113145	DF	1	2	0	0	E	4	0	0	0	0	0
2	Stagiu de practică în structuri ale sportului Practical Training in Different Athletic Structures	31060010020SL1213155	DS	0	0	0	2	V	2	0	0	0	0	0
3	Fiziologia efortului sportiv Physiology of Athletic Effort	31060010020SL1213156	DS	2	2	0	0	E	5	0	0	0	0	0
4	Metode de cercetare în Știința Sportului și Educației Fizice Research Methods in Sports and Physical Education Science	31060010020SL1313159	DC	1	2	0	0	C	3	0	0	0	0	0
5	Comunicare în Știința Sportului și Educației Fizice Communication in Sports and Physical Education Science	31060010020SL1313260	DC	1	2	0	0	E	5	0	0	0	0	0
6	Specializare SPM 3 sem 5 - 2024 (1 din 9) / Specializare SPM 3 sem 5 - 2024 (1 out of 9)													
	Metodica antrenamentului pe ramură de sport - avansați (3) - Atletism Training Methods for Each Sport - advanced (3) - Athletics	31060010020SL1213125									0	0	0	0
	Metodica antrenamentului pe ramură de sport - avansați (3) - Gimnastică Training Methods for Each Sport - advanced (3) - Gymnastics	31060010020SL1213126									0	0	0	0
	Metodica antrenamentului pe ramură de sport - avansați (3) - Fotbal Training Methods for Each Sport - advanced (3) - Football	31060010020SL1213127	DS	2	0	0	2	E	5		0	0	0	0
	Metodica antrenamentului pe ramură de sport - avansați (3) - Baschet Training Methods for Each Sport - advanced (3) - Basketball	31060010020SL1213128									0	0	0	0
	Metodica antrenamentului pe ramură de sport - avansați (3) - Handbal Training Methods for Each Sport - advanced (3) - Handball	31060010020SL1213129									0	0	0	0
	Metodica antrenamentului pe ramură de sport - avansați (3) - Rugby Training Methods for Each Sport - advanced (3) - Rugby	31060010020SL1213130									0	0	0	0

Nr. crt.	Denumirea disciplinei	Codul disciplinei	Tipul disciplinei	Nr.ore/săpt. (fizic+online)				FV	Cr	Procent de ore desfășurate online/sem.			
				C	S	L	LP			C	S	L	LP
	Metodica antrenamentului pe ramură de sport - avansați (3) - Volei Training Methods for Each Sport - advanced (3) - Volleyball	31060010020SL1213131								0	0	0	0
	Metodica antrenamentului pe ramură de sport - avansați (3) - Judo Training Methods for Each Sport - advanced (3) - Judo	31060010020SL1213163								0	0	0	0
	Metodica antrenamentului pe ramură de sport - avansați (3) - Culturism-Fitness Training Methods for Each Sport - advanced (3) - Bodybuilding-Fitness	31060010020SL1213167								0	0	0	0
Discipline opționale: 2 din 3 (Optional courses: 2 out of 3)													
	Teoria și practica în alte ramuri sportive: Badminton Theory and practice in other sports branches: Badminton	31060010010SL1223179								0	0	0	0
7-8	Teoria și practica în alte ramuri sportive: Tenis de masă Theory and Practice in Other Sports branches: Table Tennis	31060010020SL1223148	DC	2	0	0	4	C	6	0	0	0	0
	Teoria și practica în alte ramuri sportive: Tenis de câmp Theory and Practice in Other Sports Branches: Lawn Tennis	31060010020SL1223149								0	0	0	0
Total				9	8	0	8		30	0	0	0	0
Discipline facultative (Supplementary courses)													
9	Antrenament și competiție în sport adaptat Training and competition in adapted sports	31060010020SL1333172	DC	0	2	0	0	C	2	0	0	0	0

Semestrul 6

Nr. crt.	Denumirea disciplinei	Codul disciplinei	Tipul disciplinei	Nr.ore/săpt. (fizic+online)				FV	Cr	Procent de ore desfășurate online/sem.			
				C	S	L	LP			C	S	L	LP
Discipline obligatorii (Compulsory courses)													
1	Educație pentru sănătate și prim ajutor Education for Health and First Aid	31060010010SL111321	DF	1	1	0	0	E	3	0	0	0	0
2	Tehnici și metode pentru dezvoltarea calităților motrice Methods and Techniques to Develop Motor Skills	31060010020SL1213154	DS	1	0	0	2	E	4	0	0	0	0
3	Evaluare motrică și somato-funcțională Motor and Somatic and Functional Assessment	31060010020SL1213250	DF	2	2	0	0	E	4	0	0	0	0
4	Stagiu de pregătire și elaborare a lucrării de licență Preparation of the Bachelor's Degree Thesis	31060010020SL1213251	DC	0	4	0	0	C	5	0	0	0	0
5	Stagiu de practică în acțiuni și evenimente sportive Training in Athletic Activities and Events	31060010020SL1213258	DS	0	0	0	2	V	3	0	0	0	0
6	Specializare SPM 3 sem 6 - 2024 (1 din 9) / Specializare SPM 3 sem 6 - 2024 (1 out of 9) Metodica antrenamentului pe ramură de sport - avansați (4) - Atletism Training Methods for Each Sport - advanced (4) - Athletics	31060010020SL1213232	DS	2	0	0	2	E	5	0	0	0	0

Nr. crt.	Denumirea disciplinei	Codul disciplinei	Tipul disciplinei	Nr.ore/săpt. (fizic+online)				FV	Cr	Procent de ore desfășurate online/sem.			
				C	S	L	LP			C	S	L	LP
	Metodica antrenamentului pe ramură de sport - avansați (4) - Gimnastică Training Methods for Each Sport - advanced (4) - Gymnastics	31060010020SL1213233								0	0	0	0
	Metodica antrenamentului pe ramură de sport - avansați (4) - Fotbal Training Methods for Each Sport - advanced (4) - Football	31060010020SL1213234								0	0	0	0
	Metodica antrenamentului pe ramură de sport - avansați (4) - Baschet Training Methods for Each Sport - advanced (4) - Basketball	31060010020SL1213235								0	0	0	0
	Metodica antrenamentului pe ramură de sport - avansați (4) - Handbal Training Methods for Each Sport - advanced (4) - Handball	31060010020SL1213236								0	0	0	0
	Metodica antrenamentului pe ramură de sport - avansați (4) - Rugby Training Methods for Each Sport - advanced (4) - Rugby	31060010020SL1213237								0	0	0	0
	Metodica antrenamentului pe ramură de sport - avansați (4) - Volei Training Methods for Each Sport - advanced (4) - Volleyball	31060010020SL1213238								0	0	0	0
	Metodica antrenamentului pe ramură de sport - avansați (4) - Judo Training Methods for Each Sport - advanced (4) - Judo	31060010020SL1213264								0	0	0	0
	Metodica antrenamentului pe ramură de sport - avansați (4) - Culturism-Fitness Training Methods for Each Sport - advanced (4) - Bodybuilding-Fitness	31060010020SL1213268								0	0	0	0
Discipline opționale: 2 din 3 (Optional courses: 2 out of 3)													
	Activități motrice de timp liber: Rugby Leisure movement activities: Rugby	31060010010SL122327								0	0	0	0
7-8	Teoria și practica în alte ramuri sportive: volei-redus Theory and Practice of Other Sports: Small-sized Volleyball	31060010020SL1222219	DS	2	0	0	4	C	6	0	0	0	0
	Teoria și practica în alte ramuri sportive: fotbal-tenis Theory and Practice of Other Sports: Football-Tennis	31060010020SL1222271								0	0	0	0
Total				8	7	0	10		30	0	0	0	0
Susținerea lucrării de finalizare a studiilor				0	0	0	0		10				

Legendă:

DF - Discipline fundamentale; **DS** - Discipline de specialitate; **DC** - Discipline complementare; **DD** - Discipline de domeniu

C - Curs; **S** - Seminar; **L** - Laborator; **LP** - Lucrări practice

Fv - Forma de verificare (**E** - Examen; **C** - Colocviu; **V** - Verificare)

Cr - Număr credite ECTS

DECAN,
Prof. Univ. Dr. Beatrice-Aurelia ABALAȘEI

/