

Universitatea "Alexandru Ioan Cuza" din Iași / "Alexandru Ioan Cuza" University of Iași  
 FACULTATEA DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT / Faculty of Physical Education and Sports  
 Domeniul de licență: **EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT** / Area of Study: **Physical Education and Sports**  
 Specializarea: **EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORTIVĂ** / Specialisation: **Physical Education and Sports**  
 Durata programului de studiu: **3 ani** / Length of Study: **3 years**  
 Număr de credite ECTS: 180 / Number of ECTS credits: 180  
 Forma de învățământ: **CU FRECVENȚĂ** / Type of Education: **full-time**  
 Seria: **2018-2021**

APROBAT,

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



**PLAN DE ÎNVĂȚĂMÂNT / STUDY PROGRAMME**  
**Anul de studiu I / YEAR 1**  
**2018 / 2019**

Nr. crt.	Denumirea disciplinei / Subjects	Codul disciplinei / Course Code	Condiționări (cod)	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		
<b>Discipline fundamentale (DF) / Core Courses (DF)</b>													
1.	Bazele generale ale atletismului / <i>Fundamentals of Athletics</i>	31060010010SL1111101		2	-	2	E	5	-	-	-	-	-
2.	Fundamentele științifice ale jocurilor sportive: Handbal / <i>Scientific Fundamentals of Games: Handball</i>	31060010010SL1111202		-	-	-	-	-	1	-	2	E	4
3.	Fundamentele științifice ale jocurilor sportive: Baschet / <i>Scientific Fundamentals of Games: Basketball</i>	31060010010SL1111203		-	-	-	-	-	1	-	2	E	4
4.	Teoria și metodică educației fizice și sportului / <i>Theory and Methods of Physical Education and Sports</i>	31060010010SL1111258		-	-	-	-	-	2	2	-	E	5
5.	Kinesiologie / <i>Kinesiology</i>	31060010010SL1111235		-	-	-	-	-	2	2	-	E	5
6.	Gimnastica de bază / <i>Basic Gymnastics</i>	31060010010SL1111105		2	-	2	E	5	-	-	-	-	-
7.	Fundamentele științifice ale jocurilor sportive: Volei / <i>Scientific Fundamentals of Games: Volleyball</i>	31060010010SL1111106		1	-	2	E	4	-	-	-	-	-
8.	Fundamentele științifice ale jocurilor sportive: Fotbal / <i>Scientific Fundamentals of Games: Football</i>	31060010010SL1111107		1	-	2	E	4	-	-	-	-	-
<b>Discipline de domeniul licenței (DD) / Courses in the area of the Bachelor studies</b>													
9.	Anatomie funcțională / <i>Functional Anatomy</i>	31060010010SL1211155		2	2	-	E	5	-	-	-	-	-
10.	Teoria și practica în sporturile de iarnă: schi alpin / <i>Theory and Practice of Winter Sports: Alpine Skiing</i>	31060010010SL1211259		-	-	-	-	-	2	-	2	E	4
11.	Teoria și practica în activități de turism și orientare turistică / <i>Theory and Practice of Tourism and Orienteering</i>	31060010010SL1211260		-	-	-	-	-	2	-	2	E	5
12.	Teoria și practica în sporturi de expresie: dans sportiv / <i>Theory and Practice of Artistry: Dancesport</i>	31060010010SL1211261		-	-	-	-	-	1	-	1	C	3
<b>Discipline complementare (DC) / Complementary Subjects</b>													
13.	Limba străină / <i>Foreign Language</i>	31060010010SL1311112		-	2	-	C	2	-	-	-	-	-
<b>Discipline conform opțiunilor universităților (DOU) / Courses as selected by universities</b>													
14.	Istoria educației fizice și sportului / <i>History of Physical Education and Sports</i>	31060010010SL1311162		2	2	-	E	5	-	-	-	-	-
Total		ore fizice / physical hours		10	6	8	6E	30	11	4	9	6E	30
		ore convenționale / conventional hours		20	6	8	1C		22	4	9	1C	
Total ore fizice obligatorii / Overall Compulsory Physical Hours per Week				24					24				
Total ore fizice convenționale / Overall Compulsory Conventional Hours per Week				34					35				

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

DIRECTOR DEPARTAMENT,  
 Conf. Univ. Dr. Lucian POPESCU



Universitatea "Alexandru Ioan Cuza" din Iași / "Alexandru Ioan Cuza" University of Iași  
 FACULTATEA DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT / Faculty of Physical Education and Sports  
 Domeniul de licență: **EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT** / Area of Study: **Physical Education and Sports**  
 Specializarea: **EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORTIVĂ** / Specialisation: **Physical Education and Sports**  
 Durata programului de studiu: **3 ani** / Length of Study: **3 years**  
 Număr de credite ECTS: 180 / Number of ECTS credits: 180  
 Forma de învățământ: **CU FRECVENȚĂ** / Type of Education: **full-time**  
 Seria: **2018-2021**

APROBAT,

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



**PLAN DE ÎNVĂȚĂMÂNT / STUDY PROGRAMME**  
**Anul de studiu II / YEAR 2**  
**2019 / 2020**

Nr. crt.	Denumirea disciplinei / Subjects	Codul disciplinei / Course Code	Condiționări (cod)	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						
<b>Discipline de domeniul licenței (DD) / Courses in the area of the Bachelor studies</b>																	
1.	Fiziologie / Physiology	31060010010SL1212117		2	2	-	E	6	-	-	-	-	-				
2.	Teoria și practica în sporturi de apă: înot / Theory and Practice of Water Sports: Swimming	31060010010SL1212118		2	-	2	E	5	-	-	-	-	-				
3.	Opțional 1 - Teoria și practica în sporturi de combat / Theory and Practice of Fighting Sports: • Judo / Judo • Arte marțiale / Martial Arts	31060010010SL1222138 31060010010SL1222139		1	-	2	C	3	-	-	-	-	-				
4.	Aplicații practice discipline sportive de apă / Practical Applications of Water Sports:	31060010010SL1212263		-	-	-	-	-	-	-	2	V	2				
<b>Discipline de specialitate (DS) / Courses related to specialisation</b>																	
5.	Stagiu de practică în unități de învățământ / Traineeship in Educational Institutions	31060010010SL1212164		-	-	2	V	2	-	-	-	-	-				
6.	Metodica predării handbalului în școală / Teaching Methodology of Handball in Schools	31060010010SL1212121		2	-	2	E	5	-	-	-	-	-				
7.	Metodica predării baschetului în școală / Teaching Methodology of Basketball in Schools	31060010010SL1212122		2	-	2	E	5	-	-	-	-	-				
8.	Metodica predării fotbalului în școală / Teaching Methodology of Football in Schools	31060010010SL1212227		-	-	-	-	-	2	-	2	E	5				
9.	Metodica predării atletismului în școală / Teaching Methodology of Athletics in Schools	31060010010SL1212220		-	-	-	-	-	2	-	2	E	6				
10.	Metodica predării gimnasticii în școală / Teaching Methodology of Gymnastics in Schools	31060010010SL1212225		-	-	-	-	-	2	-	2	E	5				
11.	Metodica predării voleiului în școală / Teaching Methodology of Volleyball in Schools	31060010010SL1212226		-	-	-	-	-	2	-	2	E	5				
<b>Discipline complementare (DC) / Complementary Subjects</b>																	
12.	Management aplicat în Știința Sportului și Educației Fizice / Applied Management to Science of Sports and Physical Education	31060010010SL1312174		1	-	2	E	4	-	-	-	-	-				
<b>Discipline conform opțiunilor universităților (DOU) / Courses as selected by universities</b>																	
13.	Sociologia în Știința Sportului și Educației Fizice / Sociology of Science of Sports and Physical Education	31060010010SL1412265		-	-	-	-	-	1	2	-	E	4				
14.	Opțional 2 : • Șah / Chess • Etică și integritate academică / Ethics and Academic Integrity	31060010010SL1422275 31060010010SL1422276		-	-	-	-	-	1	2	-	C	3				
<b>Discipline facultative / Supplementary Courses</b>																	
15.	Gimnastică aerobică de întreținere / Aerobics and Physical Fitness	31060010010SL1432166		-	-	2	V	2	-	-	-	-	-				
16.	Step aerobic / Step Aerobics	31060010010SL1432267		-	-	-	-	-	-	-	2	V	2				
Total				ore fizice / physical hours					10	2	12	5E	30	10	4	10	5E
				ore convenționale / conventional hours					20	2	12	1C		1V	20	4	10
Total ore fizice obligatorii / Overall Compulsory Physical Hours per Week									24			24					
Total ore fizice convenționale / Overall Compulsory Conventional Hours per Week									34			34					

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

DIRECTOR DEPARTAMENT,  
 Conf. Univ. Dr. Lucian POPESCU



Universitatea "Alexandru Ioan Cuza" din Iași / "Alexandru Ioan Cuza" University of Iași  
 FACULTATEA DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT / Faculty of Physical Education and Sports  
 Domeniul de licență: **EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT** / Area of Study: **Physical Education and Sports**  
 Specializarea: **EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORTIVĂ** / Specialisation: **Physical Education and Sports**  
 Durata programului de studiu: **3 ani** / Length of Study: **3 years**  
 Număr de credite ECTS: 180 / Number of ECTS credits: 180  
 Forma de învățământ: **CU FRECVENȚĂ** / Type of Education: **full-time**  
 Seria: **2018-2021**

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



**PLAN DE ÎNVĂȚĂMÂNT / STUDY PROGRAMME**  
**Anul de studiu III / YEAR 3**  
**2020 / 2021**

Nr. crt.	Denumirea disciplinei / Subjects	Codul disciplinei / Course Code	Condiționări (cod)	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		
<b>Discipline fundamentale (DF) / Core Courses</b>													
1.	Psihopedagogie / Psycho Pedagogy	31060010010SL1113134		2	2	-	E	5	-	-	-	-	-
2.	Educație pentru sănătate și prim ajutor / Education for Health and First Aid	31060010010SL1113216		-	-	-	-	-	2	-	2	E	5
<b>Discipline de domeniul licenței (DD) / Courses in the area of the Bachelor studies</b>													
3.	Teoria și practica în ramuri ale gimnasticii: gimnastică artistică / Theory and Practice of Gymnastics: Artistic Gymnastics	31060010010SL1213137		2	-	2	E	5	-	-	-	-	-
4.	Opțional 3: Teoria și practica în alte ramuri sportive / Theory and Practice of Other Sport Areas: • Tenis de masă / Table Tennis • Tenis de câmp / Lawn Tennis • Rugby / Rugby	31060010010SL1223168 31060010010SL1223143 31060010010SL1223157		1	-	2	C	3	-	-	-	-	-
5.	Teoria și practica în ramuri ale gimnasticii: gimnastica ritmică / Theory and Practice of Gymnastics: Rhythmic Gymnastics	31060010010SL1213140		2	-	2	E	5	-	-	-	-	-
6.	Evaluare motrică și somato-funcțională / Motor and Somatic and Functional Assessment	31060010010SL1213269		-	-	-	-	-	2	2	-	E	5
7.	Stagiu de pregătire și elaborare a lucrării de licență / Preparation of the BA thesis	31060010010SL1213242		-	-	-	-	-	-	-	2	V	2
<b>Discipline de specialitate (DS) / Courses related to specialisation</b>													
8.	Practica și metodică activităților motrice pe grupe de vârstă / Practice and Methodology of Movement by Age Groups	31060010010SL1213145		2	-	2	E	6	-	-	-	-	-
9.	Stagiu de practică în baze de agrement / Practical Training in Recreational Facilities	31060010010SL1213170		-	-	2	V	2	-	-	-	-	-
10.	Opțional 4 - Activități motrice de timp liber / Movement & Leisure: • Badminton / Badminton • Volei redus / Small-sized Volleyball • Fotbal-tenis / Football – Tennis	31060010010SL1223223 31060010010SL1223224 31060010010SL1223229		-	-	-	-	-	1	-	2	C	3
11.	Fitness / Fitness	31060010010SL1213244		-	-	-	-	-	1	-	2	E	4
12.	Activități motrice adaptate / Adapted Motor Activities	31060010010SL1213271		-	-	-	-	-	2	-	2	E	5
<b>Discipline complementare (DC) / Complementary Subjects</b>													
13.	Metode de cercetare în Știința Sportului și Educației Fizice / Research Methods in Science of Sports and Physical Education	31060010010SL1313172		1	2	-	E	4	-	-	-	-	-
14.	Comunicare în Știința Sportului și Educației Fizice / Communication in Science of Sports and Physical Education	31060010010SL1313273		-	-	-	-	-	2	2	-	E	6
<b>Discipline facultative / Supplementary Courses</b>													
15.	Educație olimpică / Olympic Education	31060010010SL1433150		-	2	-	C	2	-	-	-	-	-
16.	Organizare de competiții sportive / Organization of Sports Competitions	31060010010SL1433251		-	-	-	-	-	-	2	-	C	2
Total		ore fizice / physical hours		10	4	10	5E 1C 1V	30	10	4	10	5E 1C 1V	30
		ore convenționale / conventional hours		20	4	10			20	4	10		
Total ore fizice obligatorii / Overall Compulsory Physical Hours per Week				24				24					
Total ore fizice convenționale / Overall Compulsory Conventional Hours per Week				34				34					

Examen de licență: 10 credite

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

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