

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

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



PLAN DE ÎNVĂȚĂMÂNT / 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 științifice ale jocurilor sportive: Handbal / Scientific Fundamentals of Games: Handball	31060010020SL1111202	-	-	-	-	-	1	-	2	E	4	
3.	Fundamentele științifice ale jocurilor sportive: Baschet / Scientific Fundamentals of Games: Basketball	31060010020SL1111203	-	-	-	-	-	1	-	2	E	4	
4.	Teoria și metodică educației fizice și 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 științifice ale jocurilor sportive: Volei / Scientific Fundamentals of Games: Volleyball	31060010020SL1111107	1	-	2	E	4	-	-	-	-	-	
8.	Fundamentele științifice ale jocurilor sportive: Fotbal / Scientific Fundamentals of Games: Football	31060010020SL1111108	1	-	2	E	4	-	-	-	-	-	
Discipline de domeniul licenței (DD) / Courses in the area of the Bachelor studies													
9.	Anatomie funcțională / Functional Anatomy	31060010020SL1211109	2	2	-	E	5	-	-	-	-	-	
10.	Teoria și practica în sporturile de iarnă: schi alpin / Theory and Practice of Winter Sports: Alpine Skiing	31060010020SL1211210	-	-	-	-	-	2	-	2	E	4	
11.	Teoria și practica în activități de turism și orientare turistică / Theory and Practice of Tourism and Orienteering	31060010020SL1211211	-	-	-	-	-	2	-	2	E	5	
12.	Teoria și 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 opțiunilor universităților (DOU) /Courses as selected by universities													
14.	Istoria educației fizice și 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 convenționale /conventional hours		20	6	8			22	4	9		
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

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 Iași / "Alexandru Ioan Cuza" University of Iași
 FACULTATEA DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT / Faculty of Sports and Physical Education
 Domeniul: **EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT** / Area of Study: **Sports and Physical Education**
 Specializarea: **SPORT ȘI PERFORMANȚĂ MOTRICĂ** / Specialisation: **Sports and Motor Performance**
 CICLUL I: Studii universitare de licență / Cycle 1 – Bachelor studies
 Durata programului de studiu: **3 ani** / Length of Study: **3 years**
 Forma de învățământ: **CU FRECVENȚĂ** / Type of Education: **full-time**
 Seria / Graduation Class: **2017-2020**

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



PLAN DE ÎNVĂȚĂMÂNT / STUDY PROGRAMME
Anul de studiu II / YEAR 2
2018 / 2019

Nr. crt.	Denumirea disciplinei / Subjects	Codul disciplinei / Course Code	Semestrul I / Semester: I					Semestrul II / 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 licenței (DD) / Courses in the area of the Bachelor studies												
1.	Fiziologie / Physiology	31060010020SL1212115	2	2	-	E	5	-	-	-	-	-
2.	Teoria și practica în sporturi de apă: înot / Theory and Practice of Water Sports: Swimming	31060010020SL1212116	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	31060010020SL1222117 31060010020SL1222118	1	-	2	C	3	-	-	-	-	-
4.	Opțional 2 - Teoria și practica în alte ramuri sportive / Theory and Practice of Other Sport Areas: Volei redus / Small-sized Volleyball Fotbal-tenis / Football - Tennis	31060010020SL1222219 31060010020SL1222220	-	-	-	-	-	1	-	2	C	3
5.	Aplicații 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 performanței sportive / Monitoring of Athletic Performance	31060010020SL1212122	1	-	2	E	4	-	-	-	-	-
7.	Echipamente, aparate și instalații folosite în sport / Sport Gear, Equipment and Systems	31060010020SL1212123	2	2	-	E	5	-	-	-	-	-
8.	Stagiu de practică în centre de inițiere 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 opțiunilor universităților (DOU) / Courses as selected by universities												
14.	Sociologia în Știința Sportului și Educației Fizice / Sociology of Science of Sports and Physical Education	31060010020SL1312242	-	-	-	-	-	1	2	-	E	4
Discipline facultative / Elective Courses												
15.	Gimnastică aerobică de întreținere / 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 convenționale / conventional hours	20	4	10	20		8	6			
Total ore fizice obligatorii / Overall Compulsory Physical Hours per Week			24					24				
Total ore fizice convenționale / 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 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

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

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



PLAN DE ÎNVĂȚĂMÂNT / 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.	Educație pentru sănătate și prim ajutor / Education for Health and First Aid	31060010020SL1113246	-	-	-	-	-	2	-	2	E	5	
Discipline de domeniul licenței (DD) / Courses in the area of the Bachelor studies													
3.	Teoria și practica în ramuri ale gimnasticii: gimnastică artistică / Theory and Practice of Gymnastics: Artistic Gymnastics	31060010020SL1213147	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	31060010020SL1223148 31060010020SL1223149	1	-	2	C	3	-	-	-	-	-	
5.	Evaluare motrică și somato-funcțională / Motor and Somatic and Functional Assessment	31060010020SL1213250	-	-	-	-	-	2	2	-	E	6	
6.	Stagiu de pregătire și elaborare a lucrării de licență / Preparation of the BA thesis	31060010020SL1213251	-	-	-	-	-	-	-	2	V	2	
7.	Opțional 4 – Teoria și practica în alte ramuri sportive / Theory and Practice of Other Sport Areas: Rugby / Rugby Haltere / Weightlifting	31060010020SL1223252 31060010020SL1223253	-	-	-	-	-	1	-	2	C	3	
Discipline de specialitate (DS) / Courses related to specialisation													
8.	Tehnici și metode pentru dezvoltarea calităților 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 acțiuni și evenimente sportive (Training in Athletic Actions and Events)	31060010020SL1213258	-	-	-	-	-	-	-	3	V	3	
Discipline complementare (DC) /Complementary Subjects													
13.	Metode de cercetare în Știința Sportului și Educației Fizice / Research Methods in Science of Sports and Physical Education	31060010020SL1313159	1	2	-	E	4	-	-	-	-	-	
14.	Comunicare în Știința Sportului și Educației Fizice / Communication in Sports and Physical Education	31060010020SL1313260	-	-	-	-	-	2	2	-	E	6	
Discipline facultative													
15.	Educație olimpică / Olympic Education	31060010020SL1433143	-	2	-	C	2	-	-	-	-	-	
16.	Organizare de competiții 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 convenționale /conventional hours		20	6	8			18	6	9		
Total ore fizice obligatorii / Overall Compulsory Physical Hours per Week				24				24					
Total ore fizice convenționale / Overall Compulsory Conventional Hours per Week				34				33					

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

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

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



Discipline din cadrul Programului de studii psihopedagogice Nivelul I (Initial)
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 educației / Educational Psychology	DPPD 1	1	2	2	-	E	5	-	-	-	-	-
2.	Pedagogie I: Fundamentele pedagogiei, Teoria și metodologia curriculum-ului / Pedagogy I: Fundamentals of Pedagogy, Curriculum Theory and Methodology	DPPD 2	2	-	-	-	-	-	2	2	-	E	5
3.	Pedagogie II: Teoria și metodologia instruirii, teoria și metodologia evaluării / Pedagogy II: Learning Theory and Methodology, Assessment Theory and Methodology	DPPD 3	3	2	2	-	E	5	-	-	-	-	-
4.	Didactica specialității / Teaching Methodology of Specialisation	DPPD10	4	-	-	-	-	-	2	2	-	E	5
5.	Învățare asistată de calculator / Computer – Assisted Learning	DPPD 5	5	1	-	1	C	2	-	-	-	-	-
6.	Practică pedagogică în învățământul 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 învățământul 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 convenționale (conventional hours)		10	4	4			10	5	3		
Total ore fizice obligatorii / Overall Compulsory Physical Hours per Week			13					13					
Total ore fizice convenționale / 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 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