

Universitatea "Alexandru Ioan Cuza" din Iași
FACULTATEA DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT

PLAN de ÎNVĂȚĂMÂNT/SYLLABUS

Valabil pentru seria 2021 – 2023/*Applicable for Class 2021-2023*

Domeniul fundamental/ <i>Core Subject:</i>	ȘTIINȚA SPORTULUI ȘI EDUCAȚIEI FIZICE SCIENCE OF SPORTS AND PHYSICAL EDUCATION
Domeniul de studii universitare de master/ <i>Area of Study for Master Studies:</i>	ȘTIINȚA SPORTULUI ȘI EDUCAȚIEI FIZICE SCIENCE OF SPORTS AND PHYSICAL EDUCATION
Programul de studii universitare de master/ <i>Programme for Master Studies:</i>	FITNESS ȘI ESTETICĂ CORPORALĂ FITNESS AND BODY AESTHETICS
Locația geografică/ <i>Geographic Location:</i>	IAȘI
CICLUL II /Cycle 2:	Studiuniversitare de master/ <i>Master Studies</i>
Durata programului de studiu/ <i>Length of Study:</i>	2 ani (120 credite) /2 years (120 credits)
Forma de învățământ/ <i>Type of Education:</i>	CU FRECVENȚĂ(I.F.) /full-time
Accreditare (A) / Autorizare de funcționare provizorie (AP)/ <i>Accredited (A)/ Temporary License (AP)</i>	Accreditată (A)/<i>Accredited</i> conform Hotărârii Guvernului nr. 385 din 31 martie 2021 privind domeniile și programele de studii universitare de master acreditate și numărul maxim de studenți ce pot fi școlarizați în anul universitar 2021-2022 <i>In compliance with Government Decision no. 385 of 31-March-2021 with regard to areas of studies and study programmes for Master's degrees having been accredited and maximal number of students who can be enrolled for the academic year 2021-2022.</i>

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 MASTER: ȘTIINȚA SPORTULUI ȘI EDUCAȚIEI FIZICE/ Area of Study: SCIENCE OF SPORT
AND PHYSICAL EDUCATION

Program de studii: **FITNESS ȘI ESTICĂ CORPORALĂ**/ Specialisation: **FITNESS AND HUMAN BODY AESTHETICS**

Durata programului de studii: **2 ani/ Length of Study: 2 years**

Număr de credite ECTS: 120 / Number of ECTS credits: 120

Forma de învățământ: **CU FRECVENȚĂ (IF)** /Type of Education: **FULL-TIME**

Seria: **2021-2023**

APROBAT,

RECTOR,

Prof. Univ. Dr. Tudorel TOADER

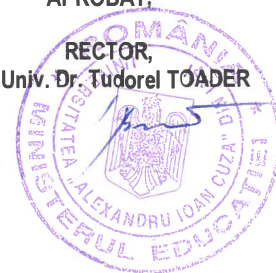


PLAN DE ÎNVĂȚĂMÂNT / SYLLABUS
Anul de studiu I/ Year 1
2021 / 2022

Nr. crt.	Denumirea disciplinei /Subjects	Codul disciplinei	Condiționări (cod)	Semestrul : I					Semestrul: II				
				Nr. ore/săpt.			FV	Cr	Nr. ore/săpt.			FV	Cr
				C	S	L			C	S	L		
Discipline obligatorii / Compulsory courses													
1.	Prim ajutor în traumatologia sportivă / <i>First Aid in Sports Trauma</i>	31060010010PM1111122	DOB	1	2	-	E	5	-	-	-	-	-
2.	Programe gimnice de estetică corporală / <i>Gym Programmes for Body Aesthetics</i>	31060010010PM1111123	DOB	1	-	2	E	6	-	-	-	-	-
3.	Noțiuni generale de psihologia grupului sportiv/ <i>Basic Psychology for Sport Groups</i>	31060010010PM1111124	DOB	1	2	-	E	5	-	-	-	-	-
4.	Etică și integritate academică/ <i>Ethics and Academic Integrity</i>	31060010010PM1111192	DOB	1	2	-	E	5	-	-	-	-	-
5.	Elemente de cercetare aplicate în activități motrice / <i>Elements of Applied Research in Motional Activities</i>	31060010010PM1111127	DOB	1	1	-	E	5	-	-	-	-	-
Discipline opționale: 1 din 2 / Optional courses: 1 out of 2													
6.	Teoria competițiilor sportive / <i>Theory of Sport Events</i>	31060010010PM1121195	DO	1	1	-	C	4	-	-	-	-	-
	Medierea conflictelor în sport / <i>Conflict Mediation in Sports</i>	31060010010PM1121196											
Discipline obligatorii / Compulsory courses													
7.	Fiziologia și ergofiziologia activităților fizice / <i>Physiology and Ergophysiology of Sports</i>	31060010010PM1111221	DOB	-	-	-	-	-	1	2	-	E	5
8.	Managementul centrelor de fitness / <i>Management of Fitness Center</i>	31060010010PM1111225	DOB	-	-	-	-	-	2	1	-	E	6
9.	Reglementări organizatorice și legislative în domeniul educației fizice și sportului / <i>Organizational and Legislative Regulation on Sports and Physical Education</i>	31060010010PM1111294	DOB	-	-	-	-	-	1	2	-	E	5
10.	Stagiu de practică / <i>Practical Training</i>	31060010010PM1111286	DOB	-	-	-	-	-	-	-	2	C	4
11.	Noțiuni de nutriție în fitness / <i>Introduction to Fitness Nutrition</i>	31060010010PM1111237	DOB	-	-	-	-	-	1	2	-	E	6
Discipline opționale: 1 din 2 / Optional courses: 1 out of 2													
12.	Sporturi adaptate/ <i>Adapted Sports</i>	31060010010PM1121296	DO	-	-	-	-	-	1	1	-	C	4
	Teoria și practica activităților motrice adaptate / <i>Theory and Practice of Adapted Sports</i>	31060010010PM1121291											
Total		ore fizice		6	8	2	5E	30	6	8	2	4E	30
		ore convenționale		15	12	3	1C		15	12	3	2C	
Total ore fizice obligatorii				16					16				
Total ore fizice convenționale				30					30				

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

DIRECTOR DEPARTAMENT,
 Conf. Univ. Dr. Lucian POPESCU



PLAN DE ÎNVĂȚĂMÂNT / SYLLABUS
Anul de studiul/ Year 2
2022 / 2023

Nr. crt.	Denumirea disciplinei /Subjects	Codul disciplinei	Condiții- nări (cod)	Semestrul: I					Semestrul: II								
				Nr. ore/săpt.			FV	Cr	Nr. ore/săpt.			FV	Cr				
				C	S	L			C	S	L						
Discipline obligatorii / Compulsory courses																	
1.	Control medical în activitățile motrice / Medical Examination in Motional Activities	31060010010PM1112131	DOB	1	1	-	E	5	-	-	-	-					
2.	Tehnici orientale de optimizare a potențialului biologic / Oriental Techniques used to Optimize the Biological Potential	31060010010PM1112132	DOB	1	-	2	E	6	-	-	-	-					
3.	Teste și tehnici de măsurare și evaluare a capacității motrice / Testing and Measurement Techniques and Evaluation of Motional Ability	31060010010PM1112133	DOB	1	-	2	E	7	-	-	-	-					
4.	Metodica prevenirii traumatismelor în sport / Methods of Preventing Injuries in Sport	31060010010PM1112134	DOB	1	1	-	E	5	-	-	-	-					
5.	Elaborarea lucrării de disertație/ Preparation of the Dissertation Thesis	31060010010PM1112191	DOB	-	2	-	C	3	-	-	-	-					
Discipline opționale: 1 din 2 / Optional courses: 1 out of 2																	
6.	Bazele antrenamentului personalizat în fitness / Basics Personalized Fitness Training	31060010010PM1122135	DO	1	-	1	C	4	-	-	-	-					
	Activități dinamice recreative/ Dynamic Recreational Activities	31060010010PM1122136															
Discipline obligatorii / Compulsory courses																	
7.	Metode de refacere și susținătoare de effort în fitness / Methods for Recovery and Sustaining Fitness Effort	31060010010PM1112238	DOB	-	-	-	-	-	1	1	-	E	6				
8.	Aplicații ale psihomotricității în domeniul educației fizice și sportului / Applications of Motor Skills in Sports and Physical Education	31060010010PM1112293	DOB	-	-	-	-	-	1	2	-	E	6				
9.	Modelare corporală la aparate / Body Shaping on Apparatus	31060010010PM1112240	DOB	-	-	-	-	-	1	-	2	E	7				
10.	Stagiu de practică /Practical Training	31060010010PM1112286	DOB	-	-	-	-	-	-	-	2	C	4				
11.	Elaborarea lucrării de disertație/ Preparation of the Dissertation Thesis	31060010010PM1112290	DOB	-	-	-	-	-	-	2	-	C	3				
Discipline opționale: 1 din 2 / Optional courses: 1 out of 2																	
12.	Imagistică în analiza mișcării / Imaging for Movement Analysis	31060010010PM1122282	DO	-	-	-	-	-	1	1	-	C	4				
	Fundamentele marketingului în activitățile motrice / Fundamentals of Marketing in Motional Activities	31060010010PM1122230															
Total				ore fizice			5	4	5	4E	30	4	6	4	3E	30	
				ore convenționale			12,5	6	7,5	2C		10	9	6	3C		
Total ore fizice obligatorii								14					14				
Total ore fizice convenționale								26					25				

Examen de disertație: 10 credite /Dissertation examination: 10 credits

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

DIRECTOR DEPARTAMENT,
 Conf. Univ. Dr. Lucian POPESCU