



**PLAN DE ÎNVĂȚĂMÂNT valabil începând din anul universitar 2023-2024**

**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 EDUCATIE FIZICA SI SPORT**

**DEPARTMENT OF PHYSICAL EDUCATION AND SPORTS**

**Domeniul: ȘTIINȚA SPORTULUI ȘI EDUCAȚIEI FIZICE**

**Area of study: SCIENCE OF SPORTS AND PHYSICAL EDUCATION**

**Specializarea/Programul de studiu: Educație fizică și sportivă școlară**

**Programme of study: Sports and Physical Education in Schools**

**Limba de predare: română**

**Teaching language: romanian**

**Durata studiilor: 4 semestre**

**Length of the programme of study: 4 semesters**

**Forma de învățământ: IF**

**Mode of study: full-time education**

**I. COMPETENȚE/REZULTATE ALE ÎNVĂȚĂRII:**

**a. Competențe profesionale**

- Aprofundarea reperelor teoretice și practice din structura problematicii proiectării documentelor școlare
- Formarea capacității de aplicare a problematicii teoretice și practice de proiectare a documentelor didactice
- Aplicarea în contexte specifice a mecanismelor cunoașterii științifice și a modului de construcție a teoriilor științifice în educația fizică curriculară și activitățile sportive extracurriculare
- Cunoașterea și implementarea conceptelor privind determinarea complexă a proiectării învățării
- Formarea sistemului de deprinderi și priceperi teoretice și practice care permit masterandului să se orienteze în domeniul cercetării educației fizice și sportive (recunoașterea situațiilor problematice și orientarea spre soluțiile de rezolvare)

**b. Competențe transversale**

- Utilizarea deprinderilor de muncă intelectuală eficientă, manifestarea unor atitudini responsabile față de domeniul științific și didactic pentru valorificarea optimă a potențialului propriu în situații specifice cu respectarea principiilor și normelor de etică profesională
- Desfășurarea eficientă a activităților organizate în echipă
- Utilizarea eficientă a surselor informaționale și a resurselor de comunicare în formarea profesională asistată
- Formarea capacității de operaționalizare a conceptelor despre activitatea fizică și instrumentalizarea lor în domeniul Științei Sportului și Educației Fizice structurat pe trei piloni principali:
  1. Competențe de cunoaștere, înțelegere și interpretare a noțiunilor, principiilor și elaborarea de proiecte de cercetare științifică;
  2. Competențe instrumental – aplicative de utilizare a noțiunilor, de identificare a situațiilor practice experimentale și de aplicare a metodelor de cercetare în context practic;
  3. Competențe atitudinale – de promovare a valorii și a potențialului propriu, de promovare a unui climat propice și a interesului în activitatea didactică și științifică

**c. Rezultate ale învățării**

- A) Cunoștințe
  - Cunoștințe foarte specializate, unele dintre ele situându-se în avangarda nivelului de cunoștințe dintr-un domeniu de muncă sau de studiu, ca bază a unei gândiri și/sau cercetări originale. Conștientizare critică a cunoștințelor dintr-un domeniu și a cunoștințelor aflate la granița dintre diferite domenii.
- b) Aptitudini
  - Aptitudini de specialitate pentru rezolvarea problemelor în materie de cercetare și/sau inovare, pentru

dezvoltarea de noi cunoștințe și proceduri și pentru integrarea cunoștințelor din diferite domenii.

c) Responsabilitate și autonomie

• Gestionarea și transformarea situațiilor de muncă sau de studiu care sunt complexe, imprevizibile și necesită noi abordări strategice. Asumarea responsabilității pentru a contribui la cunoștințele și practicile profesionale și/sau pentru revizuirea performanței strategice a echipelor

## II. CERINȚE PENTRU OBTINEREA DIPLOMEI DE MASTERAT

120 credite din care:

104 credite la disciplinele obligatorii;

16 credite la disciplinele opționale;

0 credite la disciplinele facultative;

Și

10 credite la examenul de disertație

## III. DESFĂȘURAREA STUDIILOR (în număr de săptămâni)

	Activități didactice		Sesiune			
	Sem I	Sem II	Sem I		Sem II	
			E <sup>1</sup>	R <sup>2</sup>	E	R
Anul I	14	14	3	1	3	1
Anul II	14	12	3	1	3	1

<sup>1</sup> Sesiune de examene

<sup>2</sup> Sesiune de restanțe

## IV. NUMĂRUL ORELOR PE SĂPTĂMÂNĂ

	Semestrul I				Semestrul II			
	C	S	L+Lp	Pondere <sup>3</sup>	C	S	L+Lp	Pondere
Anul I	6	6	3	150%	6	6	2	133%
Anul II	6	5	3	133%	6	8	2	125%

<sup>3</sup>(S + L + Lp)/C

## V. NUMĂRUL DE ORE DE ACTIVITATE ORGANIZATĂ PREVĂZUTĂ ÎN PLANUL DE ÎNVĂȚĂMÂNT PENTRU ÎNTREGUL CICLU AL STUDIILOR DE LICENȚĂ

Tip activitate	Nr. ore	Pondere
Curs	324	41%
Seminar	334	42%
Laborator + Lucrări practice	136	17%
<b>Număr total ore</b>	<b>794</b>	<b>100%</b>

## VI. PONDEREA DISCIPLINELOR DE STUDIU DUPĂ CATEGORIA FORMATIVĂ

	Categorie formativă	
	Discipline de aprofundare	Discipline de sinteză
Semestrul I	87%	13%
Semestrul II	86%	14%
Semestrul III	86%	14%
Semestrul IV	88%	12%
<b>ÎNTREGUL CICLU DE STUDII</b>	<b>86%</b>	<b>14%</b>

**VII. PONDEREA ORELOR DE ACTIVITATE DIDACTICĂ DUPĂ OPȚIONALITATEA DISCIPLINELOR**

	Statut disciplină		
	Obligatorie	Opțională	Facultativă
Semestrul I	87%	13%	0%
Semestrul II	86%	14%	0%
Semestrul III	86%	14%	0%
Semestrul IV	88%	12%	0%
<b>ÎNTREGUL CICLU DE STUDII</b>	<b>86%</b>	<b>14%</b>	<b>0%</b>

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	56
Proiect	0

**IX. NUMĂR EVALUĂRI PE ÎNTREGUL CICLU DE STUDII**

	Tipul evaluării		
	Examen	Colocviu	Evaluare pe parcurs
Semestrul I	5	1	0
Semestrul II	4	2	0
Semestrul III	3	3	0
Semestrul IV	4	2	0
<b>ÎNTREGUL CICLU DE STUDII</b>	<b>16</b>	<b>8</b>	<b>0</b>

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

Numărul de credite alocate pentru promovarea examenului de finalizare a studiilor (în afara celor 120 de credite obligatorii): 10.

**XI. MODUL DE ALEGERE A DISCIPLINELOR OPȚIONALE**

- se alege câte o disciplină;

**RECTOR,**  
Prof. Univ. Dr. Tudorel  
TOADER

**DECAN,**  
Prof. Univ. Dr. Beatrice-Aurelia  
ABALĂȘEI

**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**  
**DEPARTAMENTUL DE EDUCATIE FIZICA SI SPORT**  
**DEPARTMENT OF PHYSICAL EDUCATION AND SPORTS**  
**Domeniul: ȘTIINȚA SPORTULUI ȘI EDUCAȚIEI FIZICE**  
**Area of study: SCIENCE OF SPORTS AND PHYSICAL EDUCATION**  
 Specializarea/Programul de studiu: Educație fizică și sportivă școlară  
 Programme of study: Sports and Physical Education in Schools

**PLAN DE ÎNVĂȚĂMÂNT**  
**discipline reglementate**

Sem.	Tip reg.	Denumirea disciplinei	Codul disciplinei	Tipul disciplinei	Nr.ore/săpt. (fizic+online)				FV	Cr
					C	S	L	LP		
I	EI	Etică și integritate academică Ethics and Academic Integrity	31060010010PM1111192	DA	1	2	0	0	E	6
II	PS	Stagiu practic de specialitate Specialized Traineeship	31060010010PM1111271	DA	0	0	0	2	C	4
III	PS	Stagiu practic de specialitate Specialized Traineeship	31060010010PM11112184	DA	0	0	0	2	C	4

Tip disciplină reglementată:

**EF** - Educație fizică    **LS** - Limbă străină    **EI** - Etică și integritate academică  
**PS** - Practică de specialitate    **TIC** - TIC    **Pr** - Proiect

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 EDUCATIE FIZICA SI SPORT  
 DEPARTMENT OF PHYSICAL EDUCATION AND SPORTS  
 Domeniul: ȘTIINȚA SPORTULUI ȘI EDUCAȚIEI FIZICE  
 Area of study: SCIENCE OF SPORTS AND PHYSICAL EDUCATION  
 Specializarea/Programul de studiu: Educație fizică și sportivă școlară  
 Programme of study: Sports and Physical Education in Schools  
 Limba de predare: română  
 Teaching language: romanian  
 Durata studiilor: 2 ani  
 Length of the programme of study: 2 years  
 Număr de credite: 120  
 Number of ECTS credits: 120  
 Forma de învățământ: IF  
 Mode of study: full-time education  
 Seria: 2023-2025

Anexa I

APROBAT,  
 RECTOR,  
 Prof. Univ. Dr. Tudorel TOADER

## PLAN DE ÎNVĂȚĂMÂNT

Anul de studiu I

### Semestrul I

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	Ergofiziologie în educație fizică și sport Ergo physiology on Sports and Physical Education	31060010010PM1111163	DA	1	1	0	0	E	4	0	0	0	0
2	Psihosociologie aplicată în educație fizică și sport Psycho Sociology Applied to Sports and Physical Education	31060010010PM1111164	DA	1	2	0	0	E	6	0	0	0	0
3	Tehnici de evaluare și măsurare în educație fizică și sport Assessment and Measurement Techniques in Sports and Physical Education	31060010010PM1111165	DA	1	0	0	2	E	6	0	0	0	0
4	Educarea aptitudinilor condiționale și coordinate în școală Training of Conditional and Coordinative Skills in School	31060010010PM1111167	DA	1	0	0	1	E	4	0	0	0	0
5	Etică și integritate academică Ethics and Academic Integrity	31060010010PM1111192	DA	1	2	0	0	E	6	0	0	0	0
Discipline opționale: 1 din 2 (Optional courses: 1 out of 2)													
6	Teoria competițiilor sportive Theory of Sports Events	31060010010PM1221157	DSI	1	1	0	0	C	4	0	0	0	0
	Medierea conflictelor în sport Conflict Mediation in Sports	31060010010PM1221196								0	0	0	0
<b>Total</b>				<b>6</b>	<b>6</b>	<b>0</b>	<b>3</b>		<b>30</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>

### 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		
<b>Discipline obligatorii (Compulsory courses)</b>															
1	Didactica predării ramurilor sportive școlare individuale Teaching Methodology of Individual Schools in Sports	31060010010PM1111270	DA	2	1	0	0	E	6	0	0	0	0		
2	Stagiu practic de specialitate Specialized Traineeship	31060010010PM1111271	DA	0	0	0	2	C	4	0	0	0	0		
3	Proiectarea și coordonarea activităților de timp liber Designing and Coordinating Leisure Activities	31060010010PM1111272	DA	1	1	0	0	E	5	0	0	0	0		
4	Reglementări organizatorice și legislative în domeniul educației fizice și sportului Organizational and Legislative Regulation on the Sports and Physical Education	31060010010PM1111294	DA	1	2	0	0	E	6	0	0	0	0		
5	Elemente de cercetare aplicată în educație fizică și sport Elements of Applied Research on Sports and Physical Education	31060010010PM1111295	DA	1	1	0	0	E	5	0	0	0	0		
<b>Discipline opționale: 1 din 2 (Optional courses: 1 out of 2)</b>															
6	Sporturi adaptate Adapted Sports	31060010010PM1221242	DSI	1	1	0	0	C	4			0	0	0	0
	Teoria și practica activităților motrice adaptate Theory and Practice of Adapted Sports	31060010010PM1221291										0	0	0	0
<b>Total</b>				<b>6</b>	<b>6</b>	<b>0</b>	<b>2</b>		<b>30</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>		

### 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		
<b>Discipline obligatorii (Compulsory courses)</b>															
1	Prim ajutor în traumatologia sportivă First Aid in Sports Trauma	31060010010PM1112122	DA	1	1	0	0	E	5	0	0	0	0		
2	Didactica predării jocurilor sportive școlare Teaching Methodology of Games in Schools	31060010010PM1112173	DA	2	1	0	0	E	7	0	0	0	0		
3	Stagiu de pregătire și elaborare a lucrării de disertație Practical Training and Preparation of the Dissertation Thesis	31060010010PM1112174	DA	0	2	0	0	C	4	0	0	0	0		
4	Didactica aplicată a activităților extracurriculare Applied Teaching of Extracurricular Activities	31060010010PM1112176	DA	2	0	0	1	E	6	0	0	0	0		
5	Stagiu practic de specialitate Specialized Traineeship	31060010010PM1112184	DA	0	0	0	2	C	4	0	0	0	0		
<b>Discipline opționale: 1 din 2 (Optional courses: 1 out of 2)</b>															
6	Marketingul evenimentelor sportive școlare Marketing of School Sporting Events	31060010010PM1222177	DSI	1	1	0	0	C	4			0	0	0	0
	Educație olimpică în școală Olympic Education in Schools	31060010010PM1222178										0	0	0	0
<b>Total</b>				<b>6</b>	<b>5</b>	<b>0</b>	<b>3</b>		<b>30</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>		

**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
<b>Discipline obligatorii (Compulsory courses)</b>													
1	Proiectare curriculară în educație fizică și sport Curriculum Design in Sports and Physical Education	31060010010PM1112266	DA	2	2	0	0	E	7	0	0	0	0
2	Stagiu de pregătire și elaborare a lucrării de disertație Practical Training and Preparation of the Dissertation Thesis	31060010010PM1112274	DA	0	2	0	0	C	4	0	0	0	0
3	Prevenirea și corectarea deficiențelor de postură Prevention and Correction of Postural Deficiencies	31060010010PM1112275	DA	1	0	0	2	E	5	0	0	0	0
4	Aplicații ale psihomotricității în domeniul educației fizice și sportului Applications of Motor Skills in Sports and Physical Education	31060010010PM1112279	DA	1	2	0	0	E	5	0	0	0	0
5	Didactica activităților de educație fizică și sport pentru persoanele cu cerințe educative speciale Teaching Physical Education and Sports Activities for People with Special Needs	31060010010PM1112281	DA	1	1	0	0	E	5	0	0	0	0
<b>Discipline opționale: 1 din 2 (Optional courses: 1 out of 2)</b>													
6	Imagistică în analiza mișcării Medical Imaging and Analysis of Movement	31060010010PM1222282	DSI	1	1	0	0	C	4	0	0	0	0
	Cultură managerială în educație fizică și sport Managerial Culture in Sports and Physical Education	31060010010PM1222283								0	0	0	0
<b>Total</b>				<b>6</b>	<b>8</b>	<b>0</b>	<b>2</b>		<b>30</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>
Susținerea lucrării de finalizare a studiilor				<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>		<b>10</b>				

**Legendă:**

DA - Discipline de aprofundare; DSI - Discipline de sinteză  
 C - Curs; S - Seminar; L - Laborator; LP - Lucrări practice  
 Fv - Forma de verificare (E - Examen; C - Colocviu; EVP - Evaluare pe parcurs)  
 Cr - Număr credite ECTS

**DECAN,**  
 Prof. Univ. Dr. Beatrice-Aurelia ABALĂȘEI

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

