



UNIVERSITATEA "VASILE ALECSANDRI" DIN BACĂU
FACULTATEA DE ȘTIINȚE ALE MIȘCĂRII, SPORTULUI ȘI SĂNĂTĂȚII

Aprobare Senat

Ciclul de studii: II - Master profesional
Domeniul: Știința sportului și educației fizice
Program de studii: **Performanță sportivă**

RECTOR,
Prof.univ.dr.ing.abil. Carol SCHNAKOVSKY

Cod 60.10

Titlul absolventului: Master în Știința sportului și educației fizice

Durata studiilor: 2 ani
Număr credite: 120 + 10 examen finalizare studii
Forma de învățământ: Învățământ cu frecvență (IF)

PLAN DE ÎNVĂȚĂMÂNT

Valabil începând cu anul I universitar 2024 - 2025

Anul	Activități didactice		Sesiunea de examene		Din care	
	Sem. 1	Sem. 2	Iarnă	Vară	Practică de specialitate	Elaborare lucrare disertație
I	14	14	3	3	-	-
II	14	14	3	3	84 ore	56 ore

Numărul orelor pe săptămână

Anul	Sem. 1	Sem. 2
I	14	14
II	14	14

DECAN,
Conf.univ.dr. Dan Iulian ALEXE

COORDONATOR PROGRAM,
Conf.univ.dr. Bogdan Constantin RAȚĂ

DIRECTOR DEPARTAMENT,
Conf. univ.dr. Constantin ȘUFARU

UNIVERSITATEA "VASILE ALECSANDRI" DIN BACĂU
FACULTATEA DE ȘTIINȚE ALE MIȘCĂRII, SPORTULUI ȘI SĂNĂTĂȚII

Ciclul de studii: II - Master profesional
Domeniul: Știința sportului și educației fizice
Program de studii: **Performanță sportivă**

Aprobare Senat

RECTOR,
Prof.univ.dr.ing.abil Carol SCHNAKOVSKY

PLAN DE ÎNVĂȚĂMÂNT

Valabil începând cu anul I universitar 2024 - 2025

SITUAȚII STATISTICE

Categorii de discipline				U
Anul	A	S	Total	
I	10	2	12	
II	7	4	11	
Total	17	6	23	
%	73,9%	26,1%	100%	

Tipuri de discipline				DL
Anul	DI	DO	Total	
I	10	2	12	3
II	7	4	11	3
Total	17	6	23	6
%	73,9%	26,1%	100%	26.08%

U

 Ore la opțiunea Universității din Bacău

S

 Disciplină de sinteză

A

 Disciplină de aprofundare

Anul	TOC	TOA	Total
I	196	196	392
II	140	252	392
Total	336	448	784

DI

 Disciplină impusă sau obligatorie

DO

 Disciplină opțională sau la alegere

DL

 Disciplină liber aleasă sau facultativă

TOC

 Total ore curs

TOA

 Total ore aplicații

Total ore fără proiect de diplomă și practică: 644
Practica: 84
Proiect de disertație: 56
TOTAL ORE: 784

Raport ORE APLICATIVE / ORE CURS: 1,33

Procent maxim online: Curs 28.57% Aplicații 28.57%

DECAN,
Conf.univ.dr. Dan Iulian ALEXE

COORDONATOR PROGRAM,
Conf.univ.dr. Bogdan Constantin RAȚĂ

DIRECTOR DEPARTAMENT,
Conf. univ.dr. Constantin ȘUFARU

PLAN DE ÎNVĂȚĂMÂNT

Domeniul: Știința sportului și educației fizice
Program de studii: Performanță sportivă

ANUL I

SEMESTRUL 1															
Nr crt	Cat	Denumirea disciplinei	Cod disciplină	Tip	Cre dite	FV	Ore/săptămână				Ore/semestru				
							C	S	L	P	TOC	TOA	TO	SI	
1	A	Biochimia efortului fizic, nutriție și dietologie	UB05PS101A	DI	6	E	2	1			28	14	42	108	
2	A	Educarea creativității în educație fizică, sport și kinetoterapie	UB05PS102A	DI	6	E	1	1			14	14	28	122	
3	A	Activități motrice sportive la persoane cu nevoi speciale	UB05PS103A	DI	5	C	1	1			14	14	28	97	
4	A	Marketing si impresariat sportiv	UB05PS104A	DI	4	C	1	1			14	14	28	72	
5	S	DO1 - Pregătire specializată într-o disciplină sportivă I	UB05PS105S	DO	8	E	2		2		28	28	56	144	
6	A	Reziliență cibernetică	UB05PS106A	DI	1	C	1				14	0	14	11	
7	U	Psihopedagogia adolescenților, tinerilor și adulților	UB03DPPD101F	DL	5	E	2	1	0	0	28		28	83	
TOTAL SEMESTRU						30	3E	8	4	2	0	112	84	196	554
						3C	14				750				
SEMESTRUL 2															
1	A	Modelare în educație fizică și sport de performanță	UB05PS201A	DI	5	C	1	1			14	14	28	97	
2	A	Noțiuni de integritate academică	UB05PS202A	DI	4	C	1	1			14	14	28	72	
3	A	Constante fiziologice în efortul fizic dirijat în sportul de înaltă performanță	UB05PS203A	DI	5	E	1	1			14	14	28	97	
4	A	Dirijarea științifică a antrenamentului sportiv	UB05PS204A	DI	4	E	1	1			14	14	28	72	
5	S	DO2 - Pregătire specializată într-o disciplină sportivă II	UB05PS205S	DO	8	E	2		2		28	28	56	144	
6	A	Practică competițională (organizare de competiții)	UB05PS206A	DI	4	V				2		28	28	72	
7	U	Proiectarea și managementul programelor educaționale	UB03DPPD201F	DL	5	E	2	1	0	0	28	14	42	83	
8	U	Pachet opțional (se alege o disciplină)* (DO)	UB03DPPD202S	DL	5	E	1	2	0	0	14	28	42	83	
TOTAL SEMESTRU						30	3E	6	4	2	2	84	112	196	554
						2C	14				750				
						1V									
TOTAL AN						60	6E	14	8	4	2	196	196	392	1108
						5C	28				1500				
						1V									

Nr crt	DO 1/2	Denumirea disciplinei opționale	Cod disciplină
1	DO1	Atletism	UB05PS105S1
2		Gimnastică	UB05PS105S2
3		Baschet	UB05PS105S3
4		Handbal	UB05PS105S4
5		Volei	UB05PS105S5
6		Canotaj	UB05PS105S6
7		Natație	UB05PS105S7
8		Culturism-fitness	UB05PS105S8
9		Schi	UB05PS105S9
10		Judo	UB05PS105S10
11		Rugby	UB05PS105S11
12		Badminton	UB05PS105S12
13		Fotbal	UB05PS105S13
14		Tenis	UB05PS105S14
15		Tenis de masă	UB05PS105S15
16		Kaiac-canoe	UB05PS105S16
17	DO2	Atletism	UB05PS205S1
18		Gimnastică	UB05PS205S2
19		Baschet	UB05PS205S3
20		Handbal	UB05PS205S4
21		Volei	UB05PS205S5
22		Canotaj	UB05PS205S6
23		Natație	UB05PS205S7
24		Culturism-fitness	UB05PS205S8
25		Schi	UB05PS205S9
26		Judo	UB05PS205S10
27		Rugby	UB05PS205S11
28		Badminton	UB05PS205S12
29		Fotbal	UB05PS205S13
30		Tenis	UB05PS205S14
31		Tenis de masă	UB05PS205S15
32		Kaiac-canoe	UB05PS205S16

Nr crt	DO	*Denumirea disciplinei opționale	Cod disciplină
1	DO	Comunicare educațională	UB03DPPD202S1
2		Consiliere și orientare	UB03DPPD202S2
3		Metodologia cercetării educaționale	UB03DPPD202S3
4		Educație integrată	UB03DPPD202S4

FV	Forma de verificare
C	Ore curs/săptămână
S	Ore seminar/săptămână
L	Ore laborator/săptămână
P	Ore proiect/săptămână
TOC	Total ore curs/semestru
TOA	Total ore aplicații/semestru
TO	Total ore/semestru
SI	Total ore studiu individual/semestru
U	Ore la opțiunea Universității din Bacău

S	Disciplină de sinteză
A	Disciplină de aprofundare

DI	Disciplină impusă sau obligatorie
DO	Disciplină opțională sau la alegere
DL	Disciplină liber aleasă sau facultativă

PLAN DE ÎNVĂȚĂMÂNT

Domeniul: Știința sportului și educației fizice

Program de studii: Performanță sportivă

ANUL II

SEMESTRUL 3														
Nr crt	Cat	Denumirea disciplinei	Cod disciplină	Tip	Cre dite	FV	Ore/săptămână				Ore/semestru			
							C	S	L	P	TOC	TOA	TO	SI
1	A	Strategii moderne în cercetarea de domeniu	UB05PS301A	DI	4	C	1	1			14	14	28	72
2	A	Educație sportivă și olimpică	UB05PS302A	DI	5	E	1	1			14	14	28	97
3	A	Dopingul și aportul de substanțe energogene	UB05PS303A	DI	4	C	1	1			14	14	28	72
4	A	Adaptarea și refacerea organismului la și după efort	UB05PS304A	DI	5	E	1	1			14	14	28	97
5	S	DO1 - Pregătire specializată într-o disciplină sportivă III	UB05PS305S	DO	8	E	2		2		28	28	56	144
6	S	DO2	UB05PS306S	DO	4	C	1		1		14	14	28	72
7	U	Didactica domeniului și dezvoltări în didactica specialității (înv. liceal, postliceal)	UB03DPPD301S	DL	5	E	2	1	0	0	28	14	42	83
8	U	Pachet opțional (se alege o disciplină)* (DO)	UB03DPPD302S	DL	5	E	1	2	0	0	14	28	42	83
TOTAL SEMESTRU					30	3E 3C	7	4	3	0	98	98	196	554
							14						750	
SEMESTRUL 4														
1	A	Practică în centre de pregătire pentru copii și juniori	UB05PS401A	DI	5	C	0	0		2		28	28	97
2	A	Practică în centre de înaltă performanță	UB05PS402A	DI	5	C				2		28	28	97
3	S	DO3 - Pregătire specializată într-o disciplină sportivă IV	UB05PS403S	DI	8	E	2		2		28	28	56	144
4	S	DO4	UB05PS404S	DO	4	C	1	1			14	14	28	72
5	A	Elaborarea lucrării de disertație	UB05PS405A	DI	8	C	0	0		4		56	56	144
6	U	Practică pedagogică (în învățământul liceal, postliceal)	UB03DPPD401S	DL	5	C	0	0	0	3	0	42	42	83
TOTAL SEMESTRU					30	1E 4C	3	1	2	8	42	154	196	554
							14						750	
TOTAL AN					60	4E 7C	10	5	5	8	140	252	392	1108
							28						1500	

Nr crt	DO 1/3	Denumirea disciplinei opționale	Cod disciplină
1	DO1	Atletism	UB05PS305S1
2		Gimnastică	UB05PS305S2
3		Baschet	UB05PS305S3
4		Handbal	UB05PS305S4
5		Volei	UB05PS305S5
6		Canotaj	UB05PS305S6
7		Natație	UB05PS305S7
8		Culturism-fitness	UB05PS305S8
9		Schi	UB05PS305S9
10		Judo	UB05PS305S10
11		Rugby	UB05PS305S11
12		Badminton	UB05PS305S12
13		Fotbal	UB05PS305S13
14		Tenis	UB05PS305S14
15		Tenis de masă	UB05PS305S15
16		Kaiac-canoe	UB05PS305S16
17	DO3	Atletism	UB05PS404S1
18		Gimnastică	UB05PS404S2
19		Baschet	UB05PS404S3
20		Handbal	UB05PS404S4
21		Volei	UB05PS404S5
22		Canotaj	UB05PS404S6
23		Natație	UB05PS404S7
24		Culturism-fitness	UB05PS404S8
25		Schi	UB05PS404S9
26		Judo	UB05PS404S10
27		Rugby	UB05PS404S11
28		Badminton	UB05PS404S12
29		Fotbal	UB05PS404S13
30		Tenis	UB05PS404S14
31		Tenis de masă	UB05PS404S15
32		Kaiac-canoe	UB05PS404S16

FV Forma de verificare
C Ore curs/săptămână
S Ore seminar/săptămână
L Ore laborator/săptămână
P Ore proiect/săptămână
TOC Total ore curs/semestru
TOA Total ore aplicații/semestru
TO Total ore/semestru
SI Total ore studiu individual/semestru
U Ore la opțiunea Universității din Bacău

S Disciplină de sinteză
A Disciplină de aprofundare

DI Disciplină impusă sau obligatorie
DO Disciplină opțională sau la alegere
DL Disciplină liber aleasă sau facultativă

Nr crt	DO	*Denumirea disciplinei opționale	Cod disciplină
1	DO2	Antrenament în sporturi paralimpice	UB05PS306S1
2		Antrenament sportiv la nivelul masters/veterani	UB05PS306S2
3	DO4	Gestionarea și programarea evenimentelor sportive	UB05PS404S1
4		Forme de pregătire centralizate	UB05PS404S2

Nr crt	DO	*Denumirea disciplinei opționale	Cod disciplină
1	DO	Sociologia educației	UB03DPPD302S1
2		Managementul organizației școlare	UB03DPPD302S2
3		Politici educaționale	UB03DPPD302S3
4		Educație interculturală	UB03DPPD302S4

DECAN,
Conf.univ.dr. Dan Iulian ALEXE

COORDONATOR PROGRAM,
Conf.univ.dr. Bogdan Constantin RAȚĂ

DIRECTOR DEPARTAMENT,
Conf. univ.dr. Constantin ȘUFARU

RECTOR,

Prof.univ.dr.ing.abil. Carol SCHNAKOVSKY

PLAN DE ÎNVĂȚĂMÂNT

Domeniul: Știința sportului și educației fizice

Program de studii: Performanță sportivă

Examen de disertatie

DUPA SEMESTRUL 4														
Nr crt	Cat	Denumirea disciplinei	Cod disciplină	Tip	Credit e	FV	Ore/săptămână				Ore/semestru			
							C	S	L	P	TOC	TOA	TO	SI
1	A	Prezentarea și susținerea lucrării de disertație	UB05PS406A	DI	10	E								250
TOTAL					10	1E								250
														250

FV	Forma de verificare
C	Ore curs/săptămână
S	Ore seminar/săptămână
L	Ore laborator/săptămână
P	Ore proiect/săptămână
TOC	Total ore curs/semestru
TOA	Total ore aplicații/semestru
TO	Total ore/semestru
SI	Total ore studiu individual/semestru
U	Ore la opțiunea Universității din Bacău

S	Disciplină de sinteză
A	Disciplină de aprofundare

DI	Disciplină impusă sau obligatorie
DO	Disciplină opțională sau la alegere
DL	Disciplină liber aleasă sau facultativă

DECAN,

Conf.univ.dr. Dan Iulian ALEXE

COORDONATOR PROGRAM,

Conf.univ.dr. Bogdan Constantin RAȚĂ

DIRECTOR DEPARTAMENT,

Conf. univ.dr. Constantin ȘUFARU

RECTOR,
Prof.univ.dr.ing.abil. Carol SCHNAKOVSKY

PLAN DE ÎNVĂȚĂMÂNT

Domeniul: Știința sportului și educației fizice
Program de studii: Performanță sportivă

COMPETENȚE CONFERITE DE PROGRAMUL DE STUDII

Competențe profesionale*	Competențe profesionale specifice
Competențe profesionale generale: Înțelegerea principiilor și mecanismelor care guvernează structurile biologice și psihice ale organismului uman în activitățile ludice, gimnice, agonistice, recreative și compensatorii ale comportamentului psihomotor al tuturor persoanelor care practică activități fizice; Valorificarea optimă și creativă a propriului potențial în activitățile științifice și de cercetare.	Competențe profesionale specifice: Abilitatea de sintetizare, integrare și aplicare a cunoștințelor și informațiilor relevante ale domeniului, în activitatea sportivă de performanță și înaltă performanță; Capacitatea de selecție, combinare și utilizare adecvată, în diferite contexte și în condiții de eficiență crescută, a cunoștințelor teoretice și abilităților practice specifice domeniului, în activitatea sportivă de performanță și înaltă performanță; Capacitatea de a cerceta și a lucra în echipe interdisciplinare, în vederea creșterii capacității de performanță a sportivilor.

*sau denumiri echivalente, conform standardelor ARACIS

DECAN,
Conf.univ.dr. Dan Iulian ALEXE

COORDONATOR PROGRAM,
Conf..univ.dr. Bogdan-Constantin RAȚĂ

DIRECTOR DEPARTAMENT,
Conf. univ.dr. Constantin ȘUFARU

