

UNIVERSITATEA DE VEST DIN TIMIȘOARA

Facultatea de Educație Fizică și Sport

Programul studii de master:

Fitness și Performanță Motrică

Domeniul fundamental: Știința Sportului și Educației Fizice

Durata studiilor: 2 ani

Forma de învățământ: CU FRECVENȚĂ

MINISTERUL EDUCAȚIEI

Valabil începând cu anul universitar:

2021 - 2022

**PLAN DE ÎNVĂȚĂMÂNT
2021 - 2023**

Nr. crt.	Denumirea disciplinei	Nr. de ore						Forma de verificare
		Anul I 2021 – 2022			Anul II 2022 – 2023			
		Sem I 14 săptămâni			Sem II 14 săptămâni			
		C	S/Lp	Crd.	C	S/Lp	Crd.	
1	Teoria sportului și competiției	2	2	6				E1
2	Fitness și starea de bine	2	2	6				E1
3	Activități fizice: Aerobic-dance, Aerobic-step	1	2	6				E1
4	Pregătirea fizică în jocuri sportive	2	2	6				E1
5	Etica cercetării	1	-	2				E1
6	Practică în centre de fitness		2	4				C1
7	Evaluare somato-funcțională în educație fizică și sport				2	2	6	E2
8	Concepte ale unei diete sănătoase				1	1	4	E2
9	Activități fizice în natură				2	2	6	E2
10	Activități fizice: jogging				1	1	4	E2
11	Activități fizice: Sporturi pe roți				2	2	6	E2
12	Practică în centre de fitness					2	4	C2
	Total ore	8	10		8	10		
		18		30	18		30	
	Discipline facultative							
13	Aprofundare într-o ramură de sport 1	2	2	6				E1
14	Practică de antrenor / Lic. Cerc sportiv		2	2		2	2	C1, C2
15	Aprofundare într-o ramură de sport 2				2	2	6	E2
	Total ore	2	4		2	4		
		6		8	6		8	

UNIVERSITATEA DE VEST DIN TIMIȘOARA

Facultatea de Educație Fizică și Sport

Programul studii de master:

Fitness și Performanță Motrică

Domeniul fundamental: Știința Sportului și Educației Fizice

Durata studiilor: 2 ani

Forma de învățământ: CU FRECVENȚĂ

MINISTERUL EDUCAȚIEIValabil începând cu anul universitar:
2021 - 2022

Nr. crt.	Denumirea disciplinei	Nr. de ore						Forma de verificare
		Anul II 2022 – 2023			Sem I 14 săptămâni			
		C	S/Lp	Crd.	C	S/Lp	Crd.	
1	Metode și tehnici de cercetare în domeniul activităților motrice	2	2	6				E1
2	Aparatura specifică centrelor de fitness	1	1	5				E1
3	Kinetoprofilaxie	1	1	5				E1
4	Activități fizice: Culturism, aquagym	2	2	6				E1
5	Amenajarea și întreținerea bazelor sportive	1	1	4				E1
6	Practică în centre de fitness		2	4				C1
7	Finanțare și Marketing în sport				2	1	6	E2
8	Sportul adaptat				2	1	6	E2
9	Activități fizice: Stretching, yoga, sporturi de luptă				2	2	6	E1
10	Activități motrice de timp liber				1	1	4	E2
11	Elaborarea lucrării de disertație					4	4	C2
12	Practică în centre de fitness					2	4	C2
	Total ore	7	9		7	11		
			16	30		18	30	
	Discipline facultative							
13	Aprofundare într-o ramură de sport	2	2	6				E1
14	Practică de antrenor/ Lic. Cerc sportiv		2	2		2	2	C1, C2
15	Aprofundare într-o ramură de sport				2	2	6	E2
	Total ore	2	4		2	4		
			6	8		6	8	

RECTOR,
Prof.dr. Marilen PIRTEADECAN,
Conf.dr. Adrian NAGELDIRECTOR DEPARTAMENT,
Conf.dr. Martin Domokos