

**UNIVERSITATEA DE VEST DIN TIMIȘOARA**

Facultatea de Educație Fizică și Sport

Programul studiilor de master:

**Fitness și Performanță Motrică**

Domeniul fundamental: Știința Sportului și Educației Fizice

Durata studiilor: 2 ani

Forma de învățământ: CU FRECVENȚĂ

**MINISTERUL EDUCAȚIEI  
NAȚIONALE**Valabil începând cu anul universitar:  
2018 - 2019**PLAN DE ÎNVĂȚĂMÂNT  
2018 - 2020**

Nr. crt.	Denumirea disciplinei	Nr. de ore						Forma de verificare
		Anul I 2018 – 2019			Sem II 14 săptămâni			
		C	S/Lp	Crd.	C	S/Lp	Crd.	
1	Teoria sportului și competiției	2	2	8				E1
2	Fitness și starea de bine	2	2	8				E1
3	Activități fizice: Aerobic, jogging	2	2	8				E1
4	Etică și integritate academică	1		2				C2
5	Activități fizice: Sporturi pe roți				2	2	8	E2
6	Practică în centre de fitness		2	4		2	4	C1, C2
7	Evaluare somato-funcțională în educație fizică și sport				2	2	8	E2
8	Concepte ale unei diete sănătoase				1	1	4	E2
9	Activități fizice în natură				2	2	6	C2
	<b>Total ore</b>	<b>7</b>	<b>8</b>		<b>7</b>	<b>9</b>		
		<b>15</b>		<b>30</b>	<b>16</b>		<b>30</b>	
	<b>Discipline facultative</b>							
10	Aprofundare într-o ramură de sport 1	2	2	6				E1
11	Practică de antrenor / Lic. Cerc sportiv		2	2		2	2	C1, C2
12	Aprofundare într-o ramură de sport 2				2	2	6	E2
	<b>Total ore</b>	<b>2</b>	<b>4</b>		<b>2</b>	<b>4</b>		
		<b>6</b>		<b>8</b>	<b>6</b>		<b>8</b>	

**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  
NAȚIONALE**Valabil începând cu anul universitar:  
2018 - 2019

Nr. crt.	Denumirea disciplinei	Nr. de ore						Forma de verificare
		Sem I 14 săptămâni			Sem II 14 săptămâni			
Anul II 2019 – 2020		C	S/Lp	Crd.	C	S/Lp	Crd.	
1	Metode și tehnici de cercetare în domeniul activităților motrice	2	2	8				E1
2	Aparatura specifică centrelor de fitness	1	1	4				C1
3	Kinetoprofilaxie	1	1	4				E1
4	Activități fizice: Culturism, aquagym	2	2	6				E1
5	Activități fizice: Stretching, yoga, sporturi de luptă	2	2	6				E1
6	Finanțare și Marketing în sport				2	2	9	E2
7	Activități motrice de timp liber				1	1	4	C2
8	Sportul pentru persoanele cu nevoi speciale				2	2	9	E2
9	Practică în centre de fitness		2	2		2	2	C1, C2
10	Elaborarea lucrării de disertație					4	6	C2
	<b>Total ore</b>	<b>8</b>	<b>10</b>		<b>5</b>	<b>11</b>		
			<b>18</b>	<b>30</b>		<b>16</b>	<b>30</b>	
	<b>Discipline facultative</b>							
11	Aprofundare într-o ramură de sport	2	2	6				E1
12	Practică de antrenor/ Lic. Cerc sportiv		2	2		2	2	C1, C2
13	Aprofundare într-o ramură de sport				2	2	6	E2
	<b>Total ore</b>	<b>2</b>	<b>4</b>		<b>2</b>	<b>4</b>		
			<b>6</b>	<b>8</b>		<b>6</b>	<b>8</b>	

**RECTOR,**

Prof.univ.dr. Marilen PIRTEA

**DECAN,**

Conf.univ. dr. Adrian NAGEL

**DIRECTOR DEPARTAMENT,**

Conf. univ. dr. Martin DOMOKOS