

MINISTERUL EDUCAȚIEI, CULTURII ȘI CERCETĂRII
AL REPUBLICII MOLDOVA

UNIVERSITATEA DE STAT DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT



APROBAT
la sedinta Senatului USEFS

proces verbal nr. 4 din 29.11.2018

Receptor Manolachi V.

COORDONAT
MECC al Republicii Moldova
Nr. de
înregistrare

4 din 15.01.2019

1581-01-19666



Plan de învățământ

NIVEL DE CALIFICARE	7 ISCED
DOMENIUL GENERAL DE STUDIU	100 ȘTIINȚE ALE SPORTULUI
PROGRAMUL DE MASTER	TEHNOLOGII ȘI MANAGEMENT ÎN FITNESS
TIPUL PROGRAMULUI	MASTER DE PROFESIONALIZARE
TOTAL CREDITE DE STUDIU	120
TITLUL OBȚINUT LA FINELE STUDIILOR	MASTER ÎN ȘTIINȚE ALE SPORTULUI
BAZA ADMITERII	DIPLOMA DE STUDII SUPERIOARE DE LICENȚĂ SAU UN ACT ECHIVALENT DE STUDII
LIMBA DE INSTRUIRE	ROMÂNĂ
FORMA DE ORGANIZARE	ÎNVĂȚĂMÂNT CU FRECVENȚĂ

Osler

M. V.

CALENDARUL UNIVERSITAR

Anul de studii	Activități didactice		Sesiuni de examene		Stagii de practica	V a c a n ț e		
	Sem. 1	Sem. 2	Iarna	Vara	Săptămâni	Iarna	Primăvara	Vara
I	01.09-15.12 (15 săptămâni)	23.01-15.05 (15săptămâni)	16.12-21.01 (3 săptămâni)	16.05-04.06 (3 săptămâni)	30.01-06.03 (5 săptămâni)	31.12-13.01 (2 săptămâni)	01.05-07.05 (1săptămână)	05.06-31.08 (13 săptămâni)
II	01.09-15.12 (15 săptămâni)	23.01-15.05 (15săptămâni)	16.12-21.01 (3 săptămâni)	16.05-04.06 (3 săptămâni)	23.01 – 15.05 (15 săptămâni)	31.12-13.01 (2 săptămâni)	01.05-07.05 (1 săptămână)	-

Planul procesului de studii pe semestre/ani de studii

Anul I, semestrul 1

Cod	Denumirea unității de curs/modulului	Total ore			Număr de ore pe tipuri de activități			Forma de evaluare	Nr. credite
		Total	Contact direct	Studiu individual	C	S	L/P		
F 01 O.001	Epistemologia și metodologia cercetării în cultura fizică	180	60	120	30	30		E	6
F 01 O.002	Kineziologia fitness-ului	180	60	120	30	30		E	6
F 01 O.003	Tehnologii informaționale (E-learning)	180	60	120	30	30		E	6
F 01 O.004	Teoria învățării acțiunilor motrice	180	60	120	30	30		E	6
F 01 O.005	Acmeologia fitness-ului	180	60	120	30	30		E	6
Total semestrul 1		900	300	600	150	150			30

Anul I, semestrul 2

Cod	Denumirea unității de curs/modulului	Total ore			Număr de ore pe tipuri de activități			Forma de evaluare	Nr. credite
		Total	Contact direct	Studiu individual	C	S	L/P		
S 02 O.006	Tehnici kinetoterapeutice în fitness	150	40	110	20	20		E	5
S 02 O.007	Metodici de diagnostic în fitness	150	40	110	24	10	6	E	5
S 02 A.008	Fitness-sport	150	40	110	20	20		E	5
S 02 A.009	Fitness-ul de reabilitare	150	40	110	20	20		E	5
S 02 O.010	Activitatea economică a fitness-clubului	150	40	110	20	16	4	E	5
S 02 O.011	Practica de specialitate	300		300				E	10
Total semestrul 2		900	160	740	84	66	10		30
Total ore pentru anul I		1800	460	1340	234	216	10		60

Anul II, semestrul 3

Cod	Denumirea unității de curs/modulului	Total ore			Număr de ore pe tipuri de activități			Forma de evaluare	Nr. credite
		Total	Contact direct	Studiu individual	C	S	L/P		
S 03 O. 012	Tehnologii recreative în fitness	180	60	120	20	10	30	E	6
S 03 O. 013	Metodologia fitness-antrenamentului	180	60	120	30	16	14	E	6
S 03 O. 014	Managementul fitness-clubului	180	60	120	30	24	6	E	6
S 03 A. 015	Marketingul fitness-clubului	180	60	120	30	22	8	E	6
S 03 A. 016	Psihofitness								
S 03 A. 017	Fitness-ul adaptive	180	60	120	30	20	10	E	6
S 03 A. 018	Nutriția în fitness								
	Total sem. 3	900	300	600	140	48	68		30

Anul II, semestrul 4

COD	Denumirea unității de curs	Total	Total ore		Forma de evaluare	Nr. credite
			Contact direct	Studiu individual		
S.04.O.019	Practica de cercetare/elaborarea tezei de master	900	210	690	E	30
Total ore pentru anul II		1800	510	1290		60
Total ore program de master		3600	970	2630		120

Unități de curs la libera alegere

Nr. crt.	Denumirea disciplinei	Anul	Semestrul	Numărul de ore pe tipuri de activități			Evaluări	Numărul de credite
				C	S	L/P		
1.	P.M.S.	I	II	30	15	105	E	5
2.	Practicarea fitness-ului pentru toate vârstele	II	III	30	15	105	E	5

Ponderele componentelor Planului de învățământ (%)

Unități de curs/module fundamentale (F)	25
Unități de curs de specialitate/module (S)	42
Stagii de practică	8
Teza de Master	25

Stagiu de practică

Stagii de practică		Semestrul	Nr. săpt. /ore	Perioada	Nr. de credite
1.	Practica de specialitate	II	5/(70/230)	martie-aprilie	10
2.	Practica de cercetare/elaborarea tezei de master	IV	15/900	ianuarie-mai	30

Susținerea tezei de master

Nr.	Proba	Perioada
1.	Teza de master	Iunie

Președinte Consiliul Calității USEFS,
Demcenco Piotr, dr., conf. univ. _____

Decan Facultate Pedagogie,
Busuioc Serghei, dr., conf. univ. _____

Șef Catedra Gimnastica,
Buftea Victor, dr. hab., conf. univ. _____