



UNIVERSITATEA NAȚIONALĂ DE ȘTIINȚĂ ȘI
TEHNOLOGIE POLITEHNICA BUCUREȘTI

Facultatea de Științe, Educație Fizică și Informatică
Departamentul de Educație Fizică și Sport



Lista disciplinelor pe categorii

DISTRIBUȚIA DISCIPLINELOR DUPĂ CRITERIUL CONȚINUTULUI

	Anul de studiu	Semestrul	Denumire disciplină	Număr de ore	
				Săpt.	Total
Discipline de aprofundare	I	1	Organizare și conducere în sportul competițional/UPB.18.M1.O.04-01	2	28
	I	1	etică și integritate academică/UPB.18.M1.O.04-02	1	14
	I	1	Pregătire specializată într-o disciplină sportivă I (A, B, H, V, F, J, N, D)/UPB.18.M1.O.04-03	4	56
	I	1	Orientări metodologice moderne în antrenamentul sportiv/UPB.18.M1.O.04-0	2	28
	I	2	Metode și tehnici de pregătire musculară/UPB.18.M2.O.04-05	2	28
	I	2	Nutriție și alimentație/UPB.18.M2.O.04-06	3	42
	I	2	Metodologia cercetării performanței sportive/UPB.18.M2.O.04-07	2	28
	I	2	Pregătire specializată într-o disciplină sportivă II (A, B, H, V, F, J, N, D)/UPB.18.M2.O.04-08	4	56
	I	2	Practica de specialitate Aplicații metodologice ale antr. sp. pe grupe la copii și juniori/UPB.18.M2.O.04-09	4	56
	II	3	Ergofiziologie/UPB.18.M3.O.04-01/	3	42
	II	3	Fundamente biomecanice în analiza comportamentului motric/UPB.18.M3.O.04-02	2	28
	II	3	Pregătire specializată într-o disciplină sportivă III (A, B, H, V, F, J, N, D)/UPB.18.M3.O.04-03	4	56
	II	3	Integrare socială prin activități sportive/UPB.18.M3.O.04-04	3	42

	II	3	Elaborarea lucrării de disertație/UPB.18.M3.O.04-05	4	56
	II	4	Suportul informational al performanței sportive/UPB.18.M4.O.04-06	2	28
	II	4	Planificarea și programarea în antrenamentul sportiv/UPB.18.M4.O.04-07	2	28
	II	4	Tehnici și instrumente pentru analiza comportamentului motric/UPB.18.M4.O.04-08	2	28
	II	4	Pregătire specializată într-o disciplină sportivă IV (A, B, H, V, F, J, N, D)/UPB.18.M4.O.04-09	4	56
	II	4	Practica de specialitate Aplicații metodologice ale antrenamentului sportiv la seniori/UPB.18.M4.O.04-10	2	28
Total Discipline de aprofundare				52	728

	Anul de studiu	Semestrul	Denumire disciplină	Număr de ore	
				Săpt.	Total
Discipline de sinteză	I	1	Capacitatea de performanță/UPB.18.M1.A.04-01 / Rationalizare și standardizare în sportul de performanță/UPB.18.M1.A.04-02/	2	28
	I	1	Teoria sportului/UPB.18.M1.A.04-03 / Coaching și performanța în sport/UPB.18.M1.A.04-04/	2	28
	I	2	Teoria competiției/UPB.18.M2.A.04-05 / Dirijarea efortului în antrenament și competiție/UPB.18.M2.A.04-06/	2	28
	I	2	Strategii de realizare a programelor de pregătire în sportul de performanță/UPB.18.M2.A.04-07 / Psiho-sociologia grupurilor sportive/UPB.18.M2.A.04-08/	2	28
	II	3	Educație pentru sănătate și prim ajutor/UPB.18.M3.A.04-01, Profilaxia și recuperarea traumatismelor în sport/UPB.18.M3.A.04-02/	1	14
	II	3	Dirijarea metodologica a capacității motrice pe ramuri de sport la seniori I/UPB.18.M3.A.04-03 / Pliometria coordonare::concepte teoretice și practice/UPB.18.M3.A.04-04/	1	14
	II	IV	Măsurare și evaluare în sport/UPB.18.M4.A.04-05 / Terapii neconvenționale de	2	28

			refacere/UPB.18.M4.A.04-06/		
	II	IV	Dirijarea metodologica a capacității motrice pe ramuri de sport la seniori /UPB.18.M4.A.04-07 / Socializare prin activitati sportive competitionale/ UPB.18.M4.A.04-08/	2	28
Total Discipline de sinteză				14	196

Distribuția disciplinelor după criteriul conținutului

Nr. crt.	Discipline	Nr. de ore		Total	
		An I	An II	ore	%
1	Discipline de aprofundare	336	392	728	78,79%
2	Discipline de sinteză	112	84	196	21,21%
Total		448	476	924	100%

Director Departament,
Conf. univ. dr. Liviu MIHĂILESCU