

Ministerul Educației și Cercetării al Republicii Moldova
Ministry of Education and Research of the Republic of Moldova
Министерство Образования и Исследований Республики Молдова
Universitatea de Stat din Moldova
Moldova State University
Государственный университет Молдовы

COORDONAT
COORDINATED BY
СОГЛАСОВАН

Ministerul Educației și Cercetării al Republicii Moldova
Ministry of Education and Research of the Republic of Moldova
Министерство Образования и Исследований Республики Молдова

Nr./ no Nr. _____
din/date/ дата _____
Ministru/ Minister/ Министр _____

APROBAT
APPROVED
УТВЕРЖДЕН

La ședința Senatului USM/ MSU SENATE
На заседании Сената ГУМ
Proces verbal nr./ minute not/ протокол №. 11
din/ date/ число _____
Rector/ Rector / Ректор _____



PLAN DE ÎNVĂȚĂMÂNT
STUDY PLAN
УЧЕБНЫЙ ПЛАН
pentru ciclul I – studii superioare de licență
Cycle I, Bachelor degree
Цикл I, Степень бакалавра

Nivelul calificării conform ISCED și CNC – 6

Level of Qualification, ISCED – 6

Уровень квалификации, ISCED и CNC – 6

Domeniul general de studii – 100 Sport

General Field of Study – 100 Sport

Общая область обучения – 100 Спорт

Domeniul de formare profesională – 1000 Științe ale sportului

Professional Training Field - 1000 Sport sciences

Область профессиональной подготовки – 1000 Спортивные науки

Specialitatea – 1000.1 Antrenament sportiv

Specialty – 1000.1 Sports training

Специальность – 1000.1 Спортивная тренировка

Numărul total de credite de studiu ECTS – 240

Total Number of Credits ECTS – 240

Общее количество кредитов ECTS – 240

Titlul obținut – Licențiat în Științe ale sportului

Title awarded – Bachelor of Sport Sciences

Присвоенная степень – Бакалавр спортивных наук

Baza admiterii - diploma de bacalaureat, diploma de studii profesionale sau un act echivalent de studii

Access Requirements – Baccalaureate Diploma, Diploma of Professional Studies or an equivalent academic certificate

Требования для поступления – диплом о среднем образовании, диплом о профессиональном образовании или эквивалентный документ

Limba de instruire – limba română, rusă

Language of instruction- Romania, Russian

Язык обучения – румынский, русский

Forma de organizare a învățământului – cu frecvență redusă

Mode of Study – part-time

Форма обучения - заочное

Înregistrat:

Registered:

Agencia Națională de Asigurare a Calității în Educație și Cercetare

National Agency for Quality Assurance in Education and Research

nr./no _____

din/from _____

RESPONSABIL DE PROGRAM /
PROGRAMME COORDINATOR
КООРДИНАТОР ПРОГРАММЫ

Departamentul Atletism, Natație și Turism /
Department of Athletics, Swimming and Tourism
Департамент легкой атлетики, плавания и туризма

Proces verbal nr. / Minutes no./ Протокол № 8

Din data / Date / Om 19.03.26

Șef departament / Head of Department/ Заведующий
Департаментом

Dr., prof. univ. / Д-р, проф.

Povestea Lazari _____

APROBAT
APPROVED BY
УТВЕРЖДЕН

Consiliul calității, USM /
MSU Quality Council/Консилиум по качеству ГУМ

Proces verbal nr. / Minutes no. Протокол №

5

Din data / Date / Число 26.03.2026

Președinte / Head/Председатель

Dr. hab., prof. univ./ д-р хаб. профессор

Stepanov Georgeta _____



APROBAT:
APPROVED BY
УТВЕРЖДЕН

Consiliul Facultății Educație Fizică și Sport
Council of the Faculty of Physical Education and Sport/
Совет факультета физического воспитания и спорта

Proces verbal nr./Minutes no./ Протокол № 7

din / From/ Om 26.03.2026

Președinte / President / Председатель

Dr., lector univ. / Д-р. Преп.

Gidei Mariana _____



M. Gidei

CALENDARUL UNIVERSITAR
ACADEMIC CALENDAR
АКАДЕМИЧЕСКИЙ КАЛЕНДАРЬ

Anul de studii Academic Year Год обучения	Activități didactice Didactic activities Учебные занятия		Sesiuni de examinare Examination periods Экзаменационные сессии		Stagii de practică Internships Практика	
	Sem. I 1 st Semester 1-й семестр	Sem. II 2 nd Semester 2-й семестр	Sem. I 1 st Semester 1-й семестр	Sem. II 2 nd Semester 2-й семестр	Sem. I 1 st Semester 1-й семестр	Sem. II 2 nd Semester 2-й семестр
I	3 săptămâni 3 weeks 3 недели	3 săptămâni 3 weeks 3 недели	2 săptămâni 2 weeks 2 недели	2 săptămâni 2 weeks 2 недели		
II	3 săptămâni 3 weeks 3 недели	3 săptămâni 3 weeks 3 недели	2 săptămâni 2 weeks 2 недели	2 săptămâni 2 weeks 2 недели		2 săptămâni 2 weeks 2 недели
III	3 săptămâni 3 weeks 3 недели	3 săptămâni 3 weeks 3 недели	2 săptămâni 2 weeks 2 недели	2 săptămâni 2 weeks 2 недели		
IV	3 săptămâni 3 weeks 3 недели	3 săptămâni 3 weeks 3 недели	2 săptămâni 2 weeks 2 недели	2 săptămâni 2 weeks 2 недели	5 săptămâni 5 weeks 5 недель	
V	2 săptămâni 2 weeks 2 недели		1 săptămână 1 week 1 неделя		5 săptămâni 5 weeks 5 недель	9 săptămâni 9 weeks 9 недель
Total nr. săpt. Total no. of weeks Итого недель	13 săptămâni 13 weeks 13 недели	12 săptămâni 12 weeks 12 недели	9 săptămâni 9 weeks 9 недель	8 săptămâni 8 weeks 8 недель	21 săptămâni 21 weeks 21 недель	

PLANUL DE ÎNVĂȚĂMÂNT PE ANI DE STUDII
STUDY PLAN ON YEARS OF STUDIES
УЧЕБНЫЙ ПЛАН ПО ГОДАМ ОБУЧЕНИЯ

Cod Code Код	Denumirea unității de curs Name of the Course Наименование учебной дисциплины	Total ore Number of hours Количество часов			Număr de ore pe tipuri de activități Number of hours by types of activities Количество часов по категориям занятий			Forma de evaluare Assessment form форма оценивания	Nr. credite Nr. of Credits Кол-во кредитов
		Total Total Всего	Contact direct Contact Hours Прямой контакт	Studiu individual Individual Study индивидуальная	Curs Course	Seminar Seminar	Practice/ Laborator Practice/Laboratory		
ANUL I / 1 st Academic year/ Курс I									
Semestrul 1/ 1 st Semester, (3 săptămâni/3 weeks)/ Семестр 1 (3 недели)									
F.O.01	Anatomia și morfologia sportivă Sports anatomy and morphology Анатомия и спортивная морфология	180	36	144	10		26	examen exam Экзамен	6
F.O.02	Biochimia efortului fizic Biochemistry of physical effort Биохимия нагрузки	90	18	72	6		12	examen exam	3
F.O.03	Teoria și metodică culturii fizice / Istoria culturii fizice Theory and methodology of physical culture / History of physical culture Теория и методика физической культуры / История физической культуры	150	30	120	20	10		examen exam Экзамен	5
G.O.04	Tehnologii informaționale în domeniul de formare profesională Information technologies in the field of vocational training Информационные технологии в области профессионального образования	120	24	96			24	examen exam Экзамен	4
G.O.05	Comunicarea profesională, terminologia de specialitate și scrierea academică/ Professional communication, specialized terminology and academic writing Профессиональная коммуникация, специальная терминология и академическое письмо	120	24	96	12	12		examen exam Экзамен	4
S.O.06	Fundamentele tehnico-tactice ale probei de sport alese I The technical-tactical fundamentals of the chosen sports event I Технико-тактические основы избранного вида спорта I	120	24	96	10		14	examen exam Экзамен	4
Total semestrul 1		780	156	624	58	22	76		26
Semestrul 2/ 2 nd Semester (3 săptămâni/3 weeks)									
F.O.07	Fiziologia umană și ergofiziologia Human physiology and ergophysiology Физиология человека и эргофизиология	180	36	144	10		26	examen exam Экзамен	6
F.O.08	Fundamentele științelor educației Fundamentals of Educational Sciences Основы педагогических наук	90	18	72	10	8		examen exam Экзамен	3
F.O.09	Gimnastica medicală și masajul / Medical gymnastics and massage Медицинская гимнастика и массаж	120	24	96	6		18	examen exam Экзамен	4
G.O.10	*Limba străină în comunicarea de specialitate (engleză / franceză) Foreign language in specialized communication (English - French) Иностранный язык в	180	36	144		36		examen exam Экзамен	6

	профессиональной коммуникации (английский, французский)								
Cod Code Код	Denumirea unității de curs Name of the Course Наименование учебной дисциплины	Total ore Number of hours Количество часов			Număr de ore pe tipuri de activități Number of hours by types of activities Количество часов по категориям занятий			Forma de evaluare Assessment form форма оценивания	Nr. credite Nr. of Credits Кол-во кредитов
		Total Total Всего	Contact direct Contact	Studiu individual	Curs Course	Seminar Seminar	Practice/Laborator Practice/Lab		
S.O.11	Fundamentele tehnico-tactice ale probei de sport alese II/ The technical-tactical fundamentals of the chosen sports event II Технико-тактические основы избранного вида спорта II	180	36	144	10		26	examen exam Экзамен	6
Total semestrul 2		750	150	600	36	44	70		25
Total anul I		1530	306	1224	94	66	146		51

ANUL II / IInd academic year/ 2-й курс

Semestrul 3/ 3rd Semester, 3-й семестр (3 săptămâni/ 3 weeks/3 недели)

F.O.12	Psihologia generală / Psihologia vârstelor / Psihologia sportului General Psychology / Age Psychology / Sports Psychology Общая психология / Возрастная психология / Психология спорта	150	30	120	20	10		Examen Exam Экзамен	5
F.O.13	Biomecanica exercițiului fizic Biomechanics of physical exercise Биомеханика спорта	90	18	70	6		12	Examen Exam Экзамен	3
F.O.14	Teoria și metodică antrenamentului sportiv / Theory and methodology of sports training Теория и методика спортивной тренировки	150	30	120	20	10		Examen Exam Экзамен	5
S.O.15	Atletism * (Probe de alergări și marș sportiv) (l. engleză) / Athletics* (Running events and race walking) Легкая атлетика* (беговые виды и спортивная ходьба)	150	30	120	8		22	Examen Exam Экзамен	5
S.O.16	Metodica instruirii tehnico-tactice în proba sportivă aleasă I/ Methodology of technical-tactical training in the chosen sports event I Методика обучения технико-тактических действий в избранном виде спорта I	180	36	144	10		26	Examen Exam Экзамен	6
Total semestrul 3/ Total 3 rd Semester / Всего сем. III		720	144	574	64	10	70		24

Semestrul 4/ 4th Semester/ 4-й семестр (3 săptămâni/ 3 weeks/3 недели)

F.O.17	Medicina sportivă / Igiena EFS Sports medicine / Physical education and sports hygiene Спортивная медицина / Гигиена физического воспитания и спорта	180	36	144	12		24	examen	6
S.O.18	Sporturile de lupte Wrestling sports Спортивные единоборства	150	30	120	6		24	examen exam	5
S.O.19	Jocuri sportive (fotbal, handbal, volei, baschet)* / Sports Games* (football, handball, volleyball, basketball) Спортивные игры (футбол, гандбол, волейбол, баскетбол)	180	36	144	6		30	exam	6
S.O.20	Metodica instruirii tehnico-tactice în proba sportivă aleasă II/ Methodology of technical-tactical training in the chosen sports event II Методика обучения технико-	150	30	120	10		20	examen	5

	тактических действий в избранном виде спорта II								
Cod Code Код	Denumirea unității de curs Name of the Course Наименование учебной дисциплины	Total ore Number of hours Количество часов			Număr de ore pe tipuri de activități Number of hours by types of activities Количество часов по категориям занятий			Forma de evaluare Assessment form форма оценивания	Nr. credit e Nr. of Credits Кол-во кредитов
		Total Total Всего	Contact direct Contact Hours	Studiu individual Individual	Curs Course	Seminar Seminar	Practice/ Laborator		
SP.O.21	Practica de inițiere în specialitate * Speciality initiation internship Вводная практика по специальности	150	120*	30			120	exam	5
Total semestrul 4/ Total 4th Semester/ Всего семестр IV		810	252	558	34		218		27
Total anul II/ Total number for the 2nd year of study/ Всего 2-й курс		1530	396	1132	98	10	288		51

ANUL III/ III rd academic year/ 3-й курс									
Semestrul 5/ 5 th Semester (3 săptămâni/3 weeks) Семестр V (3 недели)									
U.A.22	Politologie /Politici UE în domeniul de formare profesională Political Science / EU Policies in the Field of Vocational Training Европейского союза в области профессиональной подготовки	150	30	120	15	15		Examen Exam Экзамен	5
U.A.23	Civilizația Europeană European civilization Европейская цивилизация								
U.A.24	Bazele statului și dreptului / Drept European Foundations of State and Law / European Law Основы государства и права / Европейское право								
U.A.25	Filozofia și logica domeniului de formare profesională/ Philosophy and logic of the field of vocational training Философия и логика в сфере профессиональной подготовки	150	30	120	15	15		Examen Exam Экзамен	5
U.A.26	Educația Interculturală/ Intercultural Education Межкультурное образование								
U.A.27	Economia culturii fizice și sportului/ Economics of physical culture and sports Экономика физической культуры и спорта								
S.O.28	Gimnastica artistică Artistic gymnastics Спортивная гимнастика	120	24	96	6		18	Examen Exam Экзамен	4
S.O.29	Înotul sportiv * / Sports swimming* Спортивное плавание	180	36	144	6		30	Examen Exam Экзамен	6
Total semestrul 5/ Total 5th Semester / Всего 5-й семестр		600	120	480	42	30	48		20
Semestrul 6/ 6 th Semester (3 săptămâni/3 weeks) 6-й семестр (3 недели)									
G.O.30	Etica și cultura profesională/ Ethics and professional culture Этика и профессиональная культура	90	18	72	6	12		Examen Exam Экзамен	3
F.O.31	Teoria și metodologia educației fizice/ Theory and methodology of physical	90	18	72	10	8		Examen Exam	3

	education Теория и методика физического воспитания							Экзамен	
Cod Code Код	Denumirea unității de curs Name of the Course Наименование учебной дисциплины	Total ore Number of hours Количество часов			Număr de ore pe tipuri de activități Number of hours by types of activities Количество часов по категориям занятий			Forma de evaluare Assessment form форма оценивания	Nr. credit e Nr. of Credits Кол-во кредитов
		Total Total Всего	Contact direct Contact	Studiu individual Individual	Curs	Seminar Seminar	Practice/ Laborator Practice/Laboratory		
S.A.32	Nutriție sportivă/ Sports nutrition Спортивное питание	90	18	72	10	8		Examen Exam Экзамен	3
S.A.33	Fiziologia nutriției sportive/ The physiology of sports nutrition Физиология спортивного питания								
S.A.34	Turism sportiv*/ Sports tourism* Спортивный туризм	120	24	96	6		18	Examen Exam Экзамен	4
S.A.35	Orientare sportivă / Sports orienteering Спортивное ориентирование								
S.O.36	Asigurarea pregătirii tehnico-științifice în proba sportivă aleasă/ Training and scientific and technical support in the chosen sport event Подготовка и научно-техническое обеспечение в избранном виде спорта	180	36	144	20		16	Examen Exam Экзамен	6
S.O.37	Organizarea, arbitrajul și asigurarea tehnico-materială a competițiilor/ Organization, refereeing and logistical support of the competition Организация, судейство и материально-техническое обеспечение соревнований	180	36	144	20		16	Examen Exam Экзамен	6
Total semestrul 6/ Total 6 th Semester / Всего Семестр VI		750	150	600	72	28	50		25
Total anul III/ Total number for the 3 rd year of study / Всего 3-й курс		1350	270	1080	114	58	98		45

ANUL IV / IV th academic year / 4-й курс									
Semestrul 7 / 7 th Semester (2 săptămâni/2 weeks)/ 7-й семестр (2 недели)									
F.O.38	Bazele teoretico – metodice ale activității de cercetare / Metrologia sportivă Theoretical and methodical foundations of the research activity / Sports metrology Теоретико-методические основы исследовательской деятельности / Спортивная метрология	120	24	96	16	8		Examen Exam Экзамен	4
S.A.39	Badminton, tenis de câmp, de masă, rugby (l. engleză) / Badminton, tennis, table tennis, rugby Бадминтон, большой теннис, настольный теннис и регби	120	24	96	6		18	Examen Exam Экзамен	4
S.A.40	Rugby tag, streetball, futsal/ Tag rugby, streetball, futsal Тег-регби, стритбол, футзал								
S.O.41	Metodologia antrenamentului în proba sportivă aleasă I/ The methodology of training in the chosen sports event I Методология тренировочного процесса в избранном виде спорта I	180	36	144	12		24	Examen Exam Экзамен	6
SP.O.42	Practica de specialitate I * Speciality internship I	300	210*	90			210	Examen Exam	10

	Практика по специальности I							Экзамен	
Cod Code Код	Denumirea unității de curs Name of the Course Наименование учебной дисциплины	Total ore Number of hours Количество часов			Număr de ore pe tipuri de activități Number of hours by types of activities Количество часов по категориям занятий			Forma de evaluare Assessment form форма оценивания	Nr. credit e Nr. of Credits Кол-во кредитов
		Total Total Всего	Contact direct Contact Hours Прямой	Studiu individual individual	Curs	Seminar Seminar	Practice/ Laborator Practice/Laborator		
Total semestrul 7 / Total 7 th Semester / Всего 7-й семестр		720	294	426	28	14	252	E	24
Semestrul 8 / 8 th Semester (3 săptămâni/3 weeks)/ 8-й семестр (3 недели)									
S.A.43	Aspectele medico-biologice și psihologice ale probei sportive alese/ The medico-biological and psychological aspects of the chosen sports event Медико-биологические и психологические аспекты избранного вида спорта	90	18	72	8		10	Examen Exam Экзамен	3
S.A.44	Tehnologii ergogene aplicate în proba sportivă aleasă/ Applied ergogenic technologies in the selected sport event Эргогенные технологии, применяемые в избранном виде спорта								
S.O.45	Atletism (Probe tehnice)/ Athletics (Technical events) Легкая атлетика (технические виды)	90	18	72	6		12	Examen Exam Экзамен	3
G.O.46	Prim ajutor în urgențe medicale/ First aid in medical emergencies Неотложная медицинская помощь в экстренных ситуациях	60	12	48	8	4		Examen Exam Экзамен	2
F.O.47	Olimpism/ Olympism Олимпизм	90	18	72	10		8	Examen Exam Экзамен	3
S.O.48	Haltere, culturism și armwrestling/ Weightlifting, bodybuilding and armwrestling Тяжелая атлетика, культуризм, армрестлинг	90	18	72	6		12	Examen Exam Экзамен	3
S.A.49	Elemente de dans și aerobică / Elements of dance and aerobics Базовые элементы танца и аэробики								
F.O.50	Educația incluzivă / Sport adaptat Inclusive Education / Adapted Sports Инклюзивное образование / Адаптивный спорт	120	24	96	12	12		Examen Exam Экзамен	4
Total semestrul 8/ Total 8 th Semester / Всего 8-й семестр		540	108	432	50	16	42		18
Total anul IV/ Total number for the 4 rd year of study / Всего 4-й курс		1260	402	858	78	30	294		42

Cod Code Код	Denumirea unității de curs Name of the Course Наименование учебной дисциплины	Total ore Number of hours Количество часов			Număr de ore pe tipuri de activități Number of hours by types of activities\ Количество часов по категориям занятий			Forma de evaluare Assessment Форма оценивания	Nr. credite Nr. of Credits Количество кредитов
		Total Total Всего	Contact direct Contact Hours Прямой контакт	Studiu individual Individual Study	Curs Course	Seminar Seminar Семп	Practice/ Laborator Practice/Laboratory		
ANUL V / V th academic year									
Semestrul 9 / 9 th Semester (2 săptămâni/ 2 weeks)									
S.A.51	Refacere și recuperare în sport/ Recovery and regeneration in sport Восстановление и реабилитация в спорте	120	24	96	12		12	examen exam	4
S.A.52	Kinetoprofilaxie / Kinesioprophyllaxis Кинетопрофилактика								
S.O.53	Metodologia antrenamentului în proba sportivă aleasă II/ The methodology of training in the chosen sports event II Методология тренировочного процесса в избранном виде спорта II	120	24	96	6		18	examen exam	4
S.O.54	Management și marketing în sport/ Management and marketing in sports/ Менеджмент и маркетинг в спорте	90	18	72	10	8		examen exam	3
S.O.55	Strategii manageriale în sport/ Managerial strategies in sport/ Стратегический менеджмент в области спорта								
SP.O.56	Practica de specialitate II * Speciality internship II Практика по специальности II	300	210	90			210	examen exam	10
Total semestrul 9		630	276	354	28	8	240		21
Semestrul 10 / 10 th Semester									
SP.O.57	Practica de specialitate III * Speciality internship III Практика по специальности III	360	260*	100			260		12
SP.O.58	Practica de cercetare Research internship Исследовательская практика	180		180				evaluare evaluation	6
	Teza de licență Bachelor thesis Дипломная работа	360		360				examen exam	12
Total semestrul 10/ Total 8 th Semester / Всего 10-й семестр		900	260	640			260		30
Total anul VI/ Total number for the 4 rd year of study / Всего 5-й курс		1530	536	994	28		500		51
TOTAL / TOTAL/ Всего		7200	1910	5290	419	176	1315		240

PONDEREA UNITĂȚILOR DE CURS
WEIGHTING OF COURSE UNITS
УДЕЛЬНЫЙ ВЕС УЧЕБНЫХ ДИСЦИПЛИН

Ponderea unităților de curs

Nr. Crt.	Funcția în formarea profesională Функция в профессиональной подготовке	Norma, % Норма, %	Numărul de credite Кол-во кредитов	Ponderea procentuală Доля, %
1.	Unități de curs / module fundamentale (F) Учебные единицы / фундаментальные модули (F)	25 - 30	60 credite 60 кредитов	25%
2.	Unități de curs / module de specialitate (S) Учебные единицы / модули по специальности (S)	35 - 40	96 credite 96 кредитов	40%

3.	Unități de curs / module de creare a abilităților și competențelor generale (G) <i>Учебные единицы / модули формирования общих умений и компетенций (G)</i>	5 - 8	19 credit <i>19 кредитов</i>	7,9%
4.	Unități de curs / module de orientare socio-umanistică (U) <i>Учебные единицы / модули социально-гуманистического направления (U)</i>	3 - 5	10 credite <i>10 кредитов</i>	4,2%
5.	Stagii de practică (SP) <i>Практические стажировки (SP)</i>	15 - 20	43 credite <i>43 кредита</i>	17,9%
6.	Teza de licență <i>Дипломная работа</i>	5 - 7	12 credite <i>12 кредитов</i>	5%
7.	Total <i>Всего</i>	100	240 credite <i>240 кредитов</i>	100%

STAGIILE DE PRACTICĂ

INTERNSHIPS

Nr.	Tipul stagiului de practică <i>The internship</i>	Anul <i>Year</i>	Semestru <i>Semester</i>	Durata <i>Times</i>		Perioada desfășurării <i>Period</i>	Număr ECTS <i>Nr. of ECTS Credits</i>
				Săptămâni <i>Weeks</i>	Ore <i>Hours</i>		
1.	SP.O.21 Practica de inițiere în specialitate <i>Вводная практика по специальности</i>	II	Sem. 4	2	150		5
2.	SP. O.42 Practica de specialitate I <i>Практика по специальности I</i>	IV	Sem. 7	5	300		10
3.	SP.O.56 Practica de specialitate II <i>Практика по специальности II</i>	V	Sem. 9	5	300		10
4.	SP. O.570 Practica de specialitate III <i>Практика по специальности II</i>	V	Sem. 10	6	360		12
5.	SP. O.58 Practica de cercetare. <i>Исследовательская практика</i>	V	Sem. 10	3	180		6
Total/ Total/Всего				21	1290		43

FORMA DE EVALUARE FINALĂ A STUDIILOR

FINAL EVALUATION

ФОРМА ИТОГОВОЙ ОЦЕНКИ УЧЕБНОЙ ПРОГРАММЫ

Nr.	Forma de evaluare finală a studiilor <i>Form of final evaluation of the studies</i> <i>Форма итоговой учебной программы</i>	Termene de organizare <i>Period</i> <i>Период</i>	Nr. ECTS <i>Number of ECTS</i> <i>Кол-во кредитов</i>
1	Teza de licență Bachelor thesis <i>Дипломная работа</i>	Iunie <i>June</i> <i>Июнь</i>	12

Unitățile de curs/modulele la liberă alegere

Optional course topics free choice
Учебные единицы / модули свободного выбора

Cod Code Kod	Denumirea unității de curs/modulului <i>The title of the course/module</i> Наименование учебной дисциплины / модули	Numărul ore <i>Number of hours</i>			Numărul ore pe tipuri de activități <i>Number of hours by types of activities</i> Количество часов по категориям занятий			Forma de evaluare <i>Assessment form</i> Форма оценивани я	Nr. ECTS <i>No. of ECTS</i> Кол-во кредито в ECTS
		Total <i>Total</i> Всего	Contact direct <i>Direct contact</i> Прямой контакт	Studiu Individual <i>Individual work</i> Индивидуальна я работа	Curs Lectur e Курс	Seminar Seminar Семестр	Practice/de laborator <i>Practice/Lab.</i> Практические лабораторные		
Anul de studii I / Semestrul 1 <i>1st academic year/Semester 1/ Курс I / Семестр I</i>									
	Perfecționarea măiestriei sportive*** <i>Improving Sportsmanship</i> Совершенствование спортивного мастерства								
LA.0 1	PMS I ISM I PCM I	90	90				6	E	3
Anul de studii I / Semestrul 2 <i>1st academic year/Semester 2 Курс I / Семестр II</i>									
LA.0 2	Limba română (grupele alolingve) <i>Romanian language (non-native groups)</i> Румынский язык (для студентов не являющихся носителями языка)	120	60	60			4	E	4
	Cantonament de tabără ** <i>Camp Cantonment</i> ** Лагерные спортивные сборы**								
LA.0 3	Atletismul (tabără) I <i>Athletics (camp) I</i> Легкая атлетика (лагерные спортивные сборы)I	60	30	30			10	E	2
LA.0 4	Înotul (tabără) <i>Swimming (camp)</i> Плавание (лагерные спортивные сборы)	60	30	30			10	E	2
LA.0 5	Jocuri sportive (tabără) <i>Soccer (camp)</i> Спортивные игры (лагерные спортивные сборы)	60	30	30			10	E	2
Anul de studii II / Semestrul 3 <i>IInd academic year/Semester 3 Курс II Семестр III</i>									
	Perfecționarea măiestriei								

	sportive*** <i>Improving Sportsmanship</i> <i>Совершенствовани е спортивного мастерства***</i>								
LA.0 6	PMS II ISM II PCM II	90	90				6	E	3
Anul de studii II / Semestrul 4 IInd academic year/Semester 4 Курс II / Семестр IV									
LA.0 7	Atletismul (tabără) II <i>Athletics (camp) II</i> <i>Легкая атлетика (лагерные спортивные сборы) II</i>	60	30	30			10	E	2
LA.0 8	Marș turistic (tabără) <i>Tourist march (camp)</i> <i>Туристический поход (лагерные спортивные сборы)</i>	60	30	30			10	E	2
LA.0 9	Jocuri sportive (tabără) 2 <i>Handball (camp)</i> <i>Спортивные игры 2 (лагерные спортивные сборы) 2</i>	60	30	30			10	E	2
LA.1 0	Jocuri dinamice (tabără) <i>Dynamic games (camp)</i> <i>Подвижные игры (лагерные спортивные сборы)</i>	60	30	30			10	E	2
Anul de studii III / Semestrul 5 IIIrd academic year/Semester 5 Курс III / Семестр V									
	Perfecționarea măiestriei sportive*** <i>Improving Sportsmanship</i> <i>Совершенствовани е спортивного мастерства</i>								
LA.1 1	PMS III ISM III PCM III	90	90				6	E	3
Anul de studii III / Semestrul 6 IIIrd academic year/Semester 6 Курс III / Семестр 6									
LA.1 2	Protecția civilă <i>Civil defense</i>	60	30	30	1		1	E	2
	Perfecționarea măiestriei sportive*** <i>Improving Sportsmanship</i> <i>Совершенствовани е спортивного мастерства***</i>								
LA.1 3	PMS IV ISM IV	90	90				6	E	3
Anul de studii IV / Semestrul 7 IVth academic year/Semester 7									

Курс IV / Семестр 7									
	Perfecționarea măiestriei sportive*** Improving Sportsmanship Совершенствовани е спортивного мастерства***								
LA.1 4	PMS V ISM V PCM V	90	90				6	E	3
Anul de studii IV / Semestru 8 IV th academic year/Semester8 Курс / Семестр 8									
	Perfecționarea măiestriei sportive*** Improving Sportsmanship Совершенствовани е спортивного мастерства***								
LA.1 5	PMS VI ISM VI PCM VI	90	90				6	E	3

Minimul curricular de orientare către domeniul general de studiu Sport

Cod Code Код	Denumirea unității de curs Name of the Course Наименование учебной единицы	Total ore Number of hours Кол-во часов			Număr de ore pe tipuri de activități Number of hours by types of activities Кол-во часов по категориям занятий			Forma de evaluare Assessment Форма оценивания	Nr. credite Nr. of Credits
		Total Total Всего	Contact direct Contact Hours Прямой контакт	Studiu individual Individual Study Индивидуальная	Curs Course Курс	Seminar Seminar семинар	Laborator / Practice/Laboratory Лабораторные/ практические		
M.O.01	Teoria și metodică culturii fizice / Istoria culturii fizice / Theory and Methodology of Physical Culture/ History of physical culture Теория и методика физической культуры / История физической культуры	150	40	110	25	15	-	Examen Exam Экзамен	5
M.O.02	Psihologia generală / Psihologia vârstelor / Psihologia sportului General psychology / Psychology of age groups / Sports psychology Общая психология / Возрастная психология / Психология спорта	150	40	110	25	15	-	Examen Exam Экзамен	5
M.O.03	Fiziologia umană și Ergofiziologia / Human physiology and Ergophysiology Физиология человека и эргофизиология	180	45	135	30	15	-	Examen Exam Экзамен	6
M.O.04	Anatomia și morfologia sportivă / Sports Anatomy and Morphology Анатомия и спортивная морфология	180	45	135	30	15	-	Examen Exam Экзамен	6
M.O.05	Biomecanica exercițiului fizic Biomechanics of physical exercise Биомеханика физического упражнения	120	30	90	20	10	-	Examen Exam Экзамен	3
M.O.06	Teoria și metodică antrenamentului sportiv / Theory and Methodology of Sports Training Теория и методика спортивной тренировки	120	30	90	20	10	-	Examen Exam Экзамен	5
Total/ Total/ Всего		900	230	670	150	80	-	6 ex.	30

MODULUL PSIHOPEDAGOGIC

The psychopedagogical Module (Physical Education)

Психопедagogический модуль

Cod Code Код	Denumirea unității de curs/modulului The title of the course/module Наименование учебной дисциплины	Număr de ore Number of hours Кол-во часов			Număr de ore pe tipuri de activități Number of hours by types of activities Кол-во часов по по категориям занятий			Forma de evaluare Assessme nt form Форма оцениван ия	Nr. ECTS No. of ECTS Кол-во кредитов
		Total Total Всего	Contact direct Direct contact Прямой контакт	Studiu individual Individual work Индивиду- альная работа	C L	S S	P/L P/L		
Modulul pedagogic/ The pedagogical module/ психопедагогический модуль									
F.O.001	Fundamentele științelor educației Foundamentals of education sciences Основы педагогических наук	90	30	60	10	20		E	3
S.O.002	Etica și cultura profesională Ethics and professional culture Этика и профессиональная культура	60	30	30	14	16		E	2
F.O.003	Educația incluzivă / Sport adaptat Inclusive Education / Adapted Sports. Инклюзивное образование / Адаптивный спорт	90	30	60	10	20		E	3
Modulul psihologic/ The psychological module / Психологический модуль									
F.O.004	Psihologia generală General psychology Общая психология	90	30	60	10	20		E	3
F.O.005	Psihologia vârstelor / Psihologia sportului Age psychology / Sports psychology Возрастная психология / Психология спорта	90	30	60	10	20		E	3
Modulul Didactica disciplinei/ The Module Didactics of discipline/ Модуль Дидактика учебной дисциплины									
S.O.006	Didactica gimnasticii artistice / Didactica sporturilor de lupte Didactics of artistic gymnastics / Didactics of combat sports Дидактика спортивной гимнастики / Дидактика единоборств	120	60 30/30	60 30/30			60 30/30	E	4
S.O.007	Didactica atletismului / Didactica înotului Didactics of athletics/Didactics of swimming Дидактика легкой атлетики / Дидактика плавания	120	60 30/30	60 30/30			60 30/30	E	4
S.O.008	Didactica jocurilor sportive Didactics of sports games Дидактика спортивных игр	120	60	60			60	E	4
F.O.009	Teoria și metodică culturii fizice Theory and methodology of physical culture Теория и методика физической культуры	120	60	60	20	20		E	4
Total/ Total		900	360	540	60	120	180	9E	30
SP.O.010	Practica pedagogică I Teaching practice I	300	100	200			100	E	10

	<i>Педагогическая практика I</i>								
SP.O.011	Practica pedagogică II <i>Teaching practice II</i> <i>Педагогическая практика II</i>	360	100	260			100	E	12
SP.O.012	Practica de vară <i>Summer practice</i> <i>Летняя практика</i>	240	100	140			100	E	8
Total / Total / Всего		900	300	600	60	120	300	3E	30
Total modulul psihopedagogic/ Total of psychopedagogical module Всего психопедагогический модуль		1800	660	1140	60	120	480	12E	60

NOTĂ EXPLICATIVĂ

- 1. Descrierea programului de studii:** Profilul specializării Programului de licență 1000.1 "Antrenament sportiv", nivel 6 CNC, se atribuie absolvenților programelor de licență în domeniul de formare profesională 1000. Științe ale sportului.

Programul de licență contribuie la pregătirea profesioniștilor în domeniul Științe ale Sportului, oferindu-le cunoștințele și competențele necesare pentru a interveni eficient în procesul de antrenament al sportivilor de diferite nivele, la diferite genuri de sport. Această calificare asigură pregătirea specialiștilor în domeniul științelor sportului, care să asigure procesul de instruire și antrenament al sportivilor, care practică diferite probe de sport.

Durata studiilor – 5 ani.

Credite de studiu - 240 credite ECTS, 1 credit ECTS - 30 ore.

Forma de organizare - învățământ cu frecvență redusă.

Nivelul minim necesar de studii: studii liceale.

Acte de studii pentru acces: Diplomă de BAC; alt act de studii echivalent, recunoscut de autoritatea competentă.

- 2. Obiectivele programului de studii, inclusiv corespunderea acestora misiunii universității prin prisma calificării** obținute de viitorii specialiști putem menționa:

- antrenarea sportivilor amatori și profesioniști;
- organizarea și oficializarea evenimentelor sportive;
- oferirea instruirii, pregătirii și monitorizării pentru diferite forme de practicare a exercițiilor fizice;
- participarea la evenimente și competiții sportive, inclusiv la antrenamente periodice;
- desfășurarea antrenamentului sportiv pentru a dezvolta abilitățile și cunoștințele despre sport;
- menținerea unui grad ridicat de expertiză într-un anumit sport;
- respectarea regulilor de desfășurare a competițiilor sportive și controlul desfășurării acestor evenimente;
- dezvoltarea și proiectarea de programe pe diferite probe de sport;
- furnizarea și predarea de cursuri individuale și exerciții de grup într-o varietate de activități sportive;
- selecția și identificarea sportivilor/sportivelor, echipelor cu performanță;
- planificarea, dezvoltarea și implementarea sesiunilor de formare;
- elaborarea, planificarea și coordonarea programelor de competiții;
- motivarea și pregătirea sportivilor/sportivelor/echipelor pentru evenimente/ jocuri sportive;
- elaborarea planurilor de joc și direcționarea sportivilor/sportivelor și jucătorilor/jucătoarelor în timpul jocurilor;
- analiza și evaluarea performanței sportivilor/sportivelor, echipelor și modificarea programelor de antrenament;
- realizarea rolului de arbitru în cadrul competițiilor și altor evenimente sportive.

- 3. Evaluarea așteptărilor sectorului economic și social:**

Programul de studii „Antrenament sportiv” a fost conceput și este realizat în conformitate cu cerințele Cadrului Național și European al Calificărilor, Clasificarea europeană a aptitudinilor /competențelor, calificărilor și ocupațiilor (ESCO 08), clasificatoarele naționale și internaționale ale activităților economice: Clasificatorul activităților economice din Republica Moldova CAEM (Rev. 2), Clasificarea Statistică a Activităților Economice din Comunitatea Europeană (Statistical Classification of Economic Activities in the European Community) NACE Rev. 2, Clasificarea Internațională Industrială Standard a tuturor Activităților Economice (International Standard Industrial Classification of All Economic Activities, ISIC Rev. 4) punând accent pe cunoștințe avansate în domeniul Științe ale sportului, care implică înțelegerea critică a teoriilor și principiilor; formarea de abilități avansate, care denotă control și inovație, necesare pentru a rezolva probleme complexe și imprevizibile în domeniul științe ale sportului, precum și gestionarea de activități sau proiecte profesionale complexe, prin asumarea responsabilității pentru luarea deciziilor în situații de muncă sau de studiu imprevizibile, dar și asumarea responsabilității pentru gestionarea dezvoltării profesionale a celor implicați în astfel de activități. Aceste argumente se bazează și pe analiza fișelor de post din instituțiile potențial angajatoare cu care instituția are încheiate acorduri de colaborare.

- 4. Consultarea partenerilor în procesul de elaborare a programului de studii**

În procesul de elaborare a programului de studii „Antrenament sportiv”, au avut loc consultări cu reprezentanții Ministerului Educației și Cercetării, Comitetului Național Olimpic și Sportiv al Republicii Moldova, Federațiilor Sportive Naționale, Asociațiilor, Cluburilor și Școlilor sportive, ai altor instituții de profil, precum și profesori/antrenori și studenți, care au menționat că programul este în conformitate cu reglementările și tendințele domeniului și va asigura pregătirea profesională calitativă, conform standardelor naționale și internaționale, a viitorului specialist în domeniul științe ale sportului (antrenament sportiv).

- 5. Relevanța programului de studii pentru piața forței de muncă.**

Conținutul Planului de învățământ este orientat spre formarea de competențe și va fi revizuit periodic, în funcție de schimbările care se vor produce în profilul calificării și în impactul acestora asupra organizării acestui domeniu de licență. La elaborarea programului de studii au fost consultate părțile interesate – angajatorii, opiniile specialiștilor, precum și doleanțele studenților. Necesitatea pregătirii specialiștilor în domeniul științe ale sportului (antrenamentului sportiv) presupune studierea și

cunoașterea procesului de instruire și antrenament al sportivilor cu diferit nivel de măiestrie sportivă, care practică diverse genuri de sport.

Tendențele actuale ale economiei de piață influențează procesele în domeniul științe ale sportului, antrenamentului sportiv, astfel apare necesitatea pregătirii cadrelor profesionale competente, care să fie apte să modernizeze activitățile procesului de instruire și antrenament. Formarea profesională trebuie să permită specialiștilor însușirea cunoștințelor și formarea competențelor necesare la nivelul cerințelor actuale ale specialității. Pe măsură ce domeniul avansează, absolvenții programului de licență vor deveni tot mai implicați în soluționarea diferitelor probleme ce țin de programarea, dirijarea și evaluarea procesului de instruire și antrenament, precum și introducerea corecțiilor necesare, la necesitate.

6. Posibilitățile de angajare a absolvenților; corelate cu CORM și ESCO.

Programul de licență va contribui la acoperirea solicitărilor pieței muncii cu specialiști din domeniul Științelor Sportului (Antrenament Sportiv): Federații, Cluburi, școli și asociații sportive, alte instituții cu profil sportiv din domeniul educației fizice și sportului. Posibilitățile de angajare a absolvenților; corelate cu CORM și ESCO sunt:

- 342201 Antrenor instructor/antrenoare instructoare
- 342202 Antrenor/antrenoare;
- 342203 Antrenor/antrenoare de fotbal profesionist;
- 342204 Arbitru sport;
- 342205 Impresar sportiv;
- 342207 Instructor metodist/instructoare metodistă organizații de cultură fizică și sport;
- 342208 Instructor sportiv/instructoare sportivă;
- 342212 Maistru centru de instruire în domeniul sportului.

7. Accesul la studii a titularilor de diplome obținute după finalizarea respectivului program de studii.

Absolvenții programului de licență, care au obținut titlul - Licențiat în Științe ale sportului, domeniul de formare profesională – Antrenament sportiv au următoarele oportunități de continuare a studiilor:

- Program de învățământ superior de master profesional/master de cercetare - nivelul 7 CNC, la specialitatea: 1000 – Științe ale sportului.
- Programe de formare continuă pe tot parcursul vieții.

8. Competențele generale și profesionale asigurate de programul de studii.

Lista competențelor și a rezultatelor învățării aferente programului de studii

Competențe generale/profesionale	Rezultate ale învățării conform nivelului CNC
	<i>Absolventul/candidatul la atribuirea calificării poate:</i>
CG ₁ . Adaptarea activităților la cadrul legal și sustenabilitate	1. adapta procesul de organizare a activităților profesionale la normele legislative generale în scopul menținerii guvernantei și sustenabilității în sport.
CP ₁ Respectarea normelor juridice naționale și internaționale în activitățile de antrenament sportiv.	2. aplica cadrul normativ specific domeniului sportului în asigurarea managementului activităților sportive.
CG ₂ . Utilizarea TIC și platformelor specializate în activitatea profesională.	3. crea baza de date pe probe sportive și cerințele profesionale specifice de organizare a acestora, aplicând softuri și platforme specializate.
CP ₂ . Folosirea de programe și aplicații specializate pentru a optimiza antrenamentele, analiza performanțele și a gestiona activitățile sportive.	4. utiliza softuri și platforme specializate necesare organizării și desfășurării diferitor tipuri de antrenament sportiv, argumentând avantajele utilizării instrumentelor digitale în procesul de selecție și organizare a activităților competiționale.
CG ₃ Crearea profilurilor/modelelor specifice diferitor probe sportive.	5. crea modele specifice diferitor probe sportive, stabilind aptitudinile specifice disciplinelor sportive, metodele și mijloacele de antrenament și criteriile de evaluare a performanțelor.
CP ₃ . Selectarea sportivilor cu perspective în obținerea performanțelor sportive	6. aplica principiile, criteriile și metodele de selecție sportivă în identificarea predispoziției și orientării spre o probă sportivă ținând cont de parametrii antropometrici, morfofuncționali, motrici și psihomotrici.
CG ₄ . Planificarea activităților	7. elaborează strategia generală de participare a sportivilor în competiții și modele de competiții pentru diferite probe sportive.
CP ₄ . Elaborarea strategiilor competiționale și planurilor de pregătire a sportivilor.	8. elaborează planuri de antrenament pentru toate tipurile de pregătire a sportivilor, în baza strategiilor competiționale stabilite.

CG ₅ . Desfășurarea activităților sportive CP ₅ . Desfășurarea lecției de antrenament sportiv și a activităților competiționale.	9. selecta conținuturile educaționale și formele de organizare a lecției antrenamentului sportiv în baza scopului și obiectivelor planurilor de pregătire, aplicând diverse metode și mijloace specifice.
	10. desfășura lecția de antrenament sportiv respectând etapele și tipurile de pregătire, ținând cont de caracteristicile individuale ale sportivului și specificul probei sportive.
CP ₆ . Monitorizarea procesului de antrenament sportiv și competițional. CP ₇ . Evaluarea eficacității procesului de antrenament în diferite etape ale antrenamentului sportiv.	11. stabili eficacitatea procesului de antrenament în baza monitorizării îndeplinirii sarcinilor și gradului de implicare a sportivului în antrenament și competiție.
CP ₈ . Ajustarea procesului de pregătire al sportivului și a activității competiționale.	12. modela sarcini corective de antrenament în baza evaluării gradului de pregătire a sportivilor, ajustând procesul de pregătire al sportivului și a activității competiționale.
CG ₆ . Monitorizarea implementării deciziilor CP ₉ . Evaluarea necesităților de restabilire și recuperare a sportivilor. CP ₁₀ . Stabilirea metodelor și mijloacelor de restabilire și recuperare.	13. analiza modificările indicatorilor individuali în diferite etape de pregătire elaborând astfel programe de restabilire și recuperare a sportivilor
	14. aplica metode și mijloace adecvate de restabilire și recuperare la diferite etape de pregătire a sportivilor.

**MATRICEA DE CORELARE A COMPETENTELOR ȘI REZULTATELOR ÎNVĂȚĂRII DIN STANDARDUL DE CALIFICARE CU
DISCIPLINELE/MODULELE DIN PLANUL DE ÎNVĂȚĂMÂNT/CORRELATION MATRIX OF THE LEARNING RESULTS, FORMED WITHIN THE PROGRAM
WITH THOSE OF THE COURSE UNITS / MODULES/ МАТРИЦА КОРРЕЛЯЦИИ КОМПЕТЕНЦИЙ И РЕЗУЛЬТАТОВ ОБУЧЕНИЯ ПО
КВАЛИФИКАЦИОННОМУ СТАНДАРТУ С ДИСЦИПЛИНАМИ / МОДУЛЯМИ В УЧЕБНОМ ПЛАНЕ**

Denumirea unității de curs	Codul unității de curs	Nr. de credite de studii	Competențe													
			CG ₁	CP ₁	CG ₂ , CP ₂	5	6	7	CG ₄ , CP ₄	9	CG ₅ , CP ₅	CP ₆ , CP ₇	CP ₈	CG ₆ , CP ₉ , CP ₁₀		
			1	2	3	4						11	12	13	14	
Anatomia și morfologia sportivă <i>Sports anatomy and morphology</i> Анатомия и спортивная морфология	F.O.01	6					1,5					1,5		1,5	1,5	
Biochimia efortului fizic <i>Biochemistry of physical effort</i> Биохимия нагрузки	F.O.02	3					0,75						0,75	0,75	0,75	
Teoria și metodela culturii fizice / Istoria culturii fizice <i>Theory and methodology of physical culture / History of physical culture</i> Теория и методика физической культуры / История физической культуры	F.O.03	5	0,85				0,85	1,6	0,85				0,85			
Tehnologii informaționale în domeniul de formare profesională <i>Information technologies in the field of vocational training</i> Информационные технологии в области профессионального образования	G.O.04	4			1,3	1,3						1,4				
Comunicarea profesională și terminologia de specialitate <i>Professional communication and specialized terminology</i> Профессиональная коммуникация, специальная терминология и академическое письмо	G.O.05	4							2		2					
Fundamentele tehnico-tactice ale probei de sport alese I <i>The technical-tactical fundamentals of the chosen sports event I</i> Технико-тактические основы избранного вида спорта I	S.O.06	4			1	1					1		1			
Fiziologia umană și ergofiziologia <i>Human physiology and ergophysiology</i> Физиология человека и эргофизиология	F.O.07	6					1,5					1,5		1,5	1,5	
Fundamentele științelor educației <i>Fundamentals of Educational Sciences</i> Основы педагогических наук	F.O.08	3							1,5							
Gimnastica medicală și masajul/ <i>Medical gymnastics and massage</i>	F.O.09	4										1,3		1,4	1,3	

[illegible]

