

“Lucian Blaga” University from Sibiu
 Faculty of Sciences
 Domain: Physical Education and Sports
 Masters Program: *Training and performance*
 Studies duration: 2 years
 Education form: full time

LEARNING SCHEADULE

YEAR I,
SEM. I

Nr. crt.	Discipline obligatorii	Compulsory disciplines
1	Adaptarea organismului la efortul fizic sportiv	Adaptation to exercise body sports
2	Teoria și metodică antrenament sportiv	Theory and methodology of sports training
3	Managementul antrenamentului sportiv	Management of athletic training
4	Psihomotricitate	Psychomotility
5	Cercetarea științifică în sportul de performanță	Scientific research in sports performance

Nr. crt.	Discipline optionale	Optional disciplines
3	Limba străină (Engleza)	Foreign language

LEARNING SCHEADULE

YEAR I,
SEM. II

Nr. Crt.	Discipline obligatorii	Compulsory disciplines
1	Refacerea și recuperarea după efort	Restoration and recovery after exercise
2	Teoria și metodică antrenament sport.	Theory and methodology of training
3	Cercetarea științifică în sportul de performanță	Scientific research in sports performance
4	Managementul structurilor și activităților sportive	Athletic training evaluation and verification
5	Evaluare și verificare în antrenament sportiv	Restoration and recovery after exercise

Nr. Crt.	Discipline optionale	Optional disciplines
3	Limba străină (Engleza)	Foreign language

LEARNING SCHEDULE

YEAR II

SEM. III

Nr. Crt.	Discipline obligatorii	Compulsory disciplines
1	Nutriția în antrenament și competiție	Nutrition in training and competition
2	Cunoașterea și conducerea grupurilor sportive	Knowledge and management of sports groups
3	Asistență psihologică în sportul de performanță	Psychological assistance in sport performance
4	Metode de studiu și evaluare a capacității de performanță	Methods of study and evaluation of performance capacity
5	Marketing în sportul de performanță	Marketing in sport performance

Nr. Crt.	Discipline optionale	Optional disciplines
1	Activități sportive adaptate	Adapted sports

LEARNING SCHEDULE

YEAR II

SEM. IV

Nr. Crt.	Discipline obligatorii	Compulsory disciplines
1	Practică de antrenorat	Coaching practice
2	Coachingul în sporturile individuale	Individual sports coaching
3	Coachingul în sporturile colective	Collective sports coaching

Nr. Crt.	Discipline optionale	Optional disciplines
1	Practică la cluburi și asoc.sportive	Practice in sports clubs and associations
	Practică la clase cu program sportiv	Practice in classes with sports program