

**PLAN DE ÎNVĂȚĂMÂNT**  
**Școala postliceală**  
**Anul I**

**Calificarea: Antrenor – nivel 3 avansat**

<b>Modulul 1:</b>	<b>Total ore/an</b>	<b>105</b>
Anatomie	din care: Pregătire practică	75
<b>Modulul 2:</b>	<b>Total ore/an</b>	<b>90</b>
Comunicare profesională în limba modernă (I)	din care: Pregătire practică	-
<b>Modulul 3:</b>	<b>Total ore/an</b>	<b>90</b>
Pedagogia sportului	din care: Pregătire practică	60
<b>Modulul 4:</b>	<b>Total ore/an</b>	<b>105</b>
Fiziologia efortului	din care: Pregătire practică	65
<b>Modulul 5:</b>	<b>Total ore/an</b>	<b>120</b>
Teoria antrenamentului sportiv și a competiției	din care: Pregătire practică	60
<b>Modulul 6:</b>	<b>Total ore/an</b>	<b>90</b>
Comunicare profesională în limba modernă (II)	din care: Pregătire practică	-
<b>Modulul 7:</b>	<b>Total ore/an</b>	<b>90</b>
Aplicații TIC în sport	din care: Pregătire practică	60
<b>Modulul 8:</b>	<b>Total ore/an</b>	<b>90</b>
Control și asistență medicală	din care: Pregătire practică	60
<b>Modulul 9:</b>	<b>Total ore/an</b>	<b>180</b>
Teoria și metodică antrenamentului sportiv pe ramură de sport (I)	din care: Pregătire practică	90
<b>Modulul 10:</b>	<b>Total ore/an</b>	<b>90</b>
Stagiu de practică în unități sportive I	din care: Pregătire practică	90

**Pregătire:**

**30 ore / săptămână x 17 săptămâni / semestrul I = 510 ore / sem I**

**30 ore/săptămână x 18 săptămâni / semestrul II= 540 ore/sem II**

**Din care pregătire practică: 16 ore / săptămână x 35 săptămâni / an**

**Total ore pregătire practică: 560 ore / an**

**Total ore/an: 1050**

**PLAN DE ÎNVĂȚĂMÂNT**  
**Școala postliceală**  
**Anul II**

**Calificarea: Antrenor – nivel 3 avansat**

<b>Modulul 11:</b>	<b>Total ore/an</b>	<b>90</b>
Psihologia sportului	din care: Pregătire practică	60
<b>Modulul 12:</b>	<b>Total ore/an</b>	<b>60</b>
Dirijarea medicală în antrenamentul sportiv	din care: Pregătire practică	30
<b>Modulul 13:</b>	<b>Total ore/an</b>	<b>60</b>
Management și marketing în sport	din care: Pregătire practică	30
<b>Modulul 14:</b>	<b>Total ore/an</b>	<b>180</b>
Teoria și metodică antrenamentului pe ramură de sport (II)	din care: Pregătire practică	90
<b>Modulul 15:</b>	<b>Total ore/an</b>	<b>120</b>
Stagiu de practică în unități sportive II	din care: Pregătire practică	120
<b>Modulul 16:</b>	<b>Total ore/an</b>	<b>90</b>
Refacere în sport	din care: Pregătire practică	60
<b>Modulul 17:</b>	<b>Total ore/an</b>	<b>150</b>
Teoria și metodică antrenamentului sportiv pe ramură de sport (III)	din care: Pregătire practică	90
<b>Modulul 18:</b>	<b>Total ore/an</b>	<b>120</b>
Stagiu de practică în unități sportive III	din care: Pregătire practică	120
<b>Modulul 19:</b>	<b>Total ore/an</b>	<b>60</b>
Legislație în sport	din care: Pregătire practică	15
<b>Modulul 20:</b>	<b>Total ore/an</b>	<b>120</b>
Stagiu elaborare lucrare de absolvire	din care: Pregătire practică	120

**Pregătire:**

**30 ore / săptămână x 17 săptămâni / semestrul I = 510 ore / sem I**

**30 ore/săptămână x 18 săptămâni / semestrul II= 540 ore/sem II**

**Din care pregătire practică: 21 ore / săptămână**

**Total ore pregătire practică: 735 ore / an**

**Total ore/an: 1050**

**TOTAL ORE PLAN DE ÎNVĂȚĂMÂNT – 2100 ore**