

ORAR IFR

ANUL I IFR EFS - SEM. II

DATA	ZIUA	ORA/DISCIPLINA/LOCUL/CADRUL DIDACTIC		
7.03.2020	Sâmbătă	9.00-12.30 Bazele generale ale handbalului	12.40-14.10 Teoria și practica instruirii în atletism	14.20-16.10 Teoria și practica instruirii în gimnastică
8.03.2020	Duminică	SALA MARE COLINĂ TOHĂNEAN DRAGOȘ	SALA MICA COLINA NECHITA FLORENTINA	SALA GIMNASTICĂ NECHITA FLORENTINA
14.03.2020	Sâmbătă	9.00-12.30 Bazele generale ale fotbalului		
15.03.2020	Duminică	SALA MARE COLINĂ – SIMION G.		
21.03.2020	Sâmbătă	9.00-12.30 Bazele generale ale handbalului	12.40-14.10 Teoria și practica instruirii în atletism	14.20-16.10 Teoria și practica instruirii în gimnastică
22.03.2020	Duminică	SALA MARE COLINĂ	SALA MICA COLINA	SALA GIMNASTICĂ
28.03.2020	Sâmbătă	9.00-12.30 Bazele generale ale fotbalului, SALA MARE COLINĂ–SIMION G.		
29.03.2020	Duminică			
4.04.2020	Sâmbătă	9.00-10.40 FIZIOLOGIE CP6 – MARTOMA ALINA	10.50-16.10 EDUCAȚIE PENTRU SĂNĂTATE ȘI PRIM AJUTOR, CP6 - CIOROIU SILVIU	
5.04.2020	Duminică	9.00-10.40 LIMBA STRAINA CP6 - ANTONARU C.(ENGLEZĂ) PETRE A. (FRANCEZĂ)		
11.04.2020	Sâmbătă	9.00-12.30 Bazele generale ale handbalului	12.40-14.10 Teoria și practica instruirii în atletism	14.20-16.10 Teoria și practica instruirii în gimnastică
12.04.2020	Duminică	SALA MARE COLINĂ	SALA MICA COLINA	SALA GIMNASTICĂ
VACANȚĂ PAȘTI!				
9.05.2020	Sâmbătă	9.00-12.30 FIZIOLOGIE CP6 – MARTOMA ALINA	12.40-18.00 EDUCAȚIE PENTRU SĂNĂTATE ȘI PRIM AJUTOR, CP6 - CIOROIU SILVIU	
10.05.2020	Duminică	9.00-12.30 LIMBA STRAINA, CP6		
16.05.2020	Sâmbătă	9.00-12.30 Bazele generale ale fotbalului, SALA MARE COLINĂ–SIMION G.		
17.05.2020	Duminică			
23.05.2020	Sâmbătă	9.00-16.10 FIZIOLOGIE, CP6 – MARTOMA ALINA		
24.05.2020	Duminică	9.00-16.10 LIMBA STRAINA CP6 - ANTONARU C.(ENGLEZĂ),PETRE A. (FRANCEZĂ)		
30.05.2020	Sâmbătă	9.00-12.30 Bazele generale ale handbalului	12.40-14.10 Teoria și practica instruirii în atletism	14.20-16.10 Teoria și practica instruirii în gimnastică
		SALA MARE COLINĂ	SALA MICA COLINA	SALA GIMNASTICĂ
31.05.2020	Duminică	9.00-12.30 Bazele generale ale fotbalului, SALA MARE COLINĂ	12.40-16.10 EDUCAȚIE PENTRU SĂNĂTATE ȘI PRIM AJUTOR, CP6	

*** Activitățile programate se efectuează modular, sâmbăta și duminica conform orarului!

*** Pentru disciplinele Teoria instruirii în turism – orientare și Aplica ii practice în mediu montan – turism - orientare, activitățile se vor desfășura comasat și vor fi programate ulterior!

ORAR IFR

ANUL II IFR EFS - SEM. II

DATA	ZIUA	ORA/DISCIPLINA/LOCUL/CADRUL DIDACTIC	
7.03.2020	Sâmbătă	9.00-12.30 Bazele generale ale baschetului	12.40-16.10 Teoria și practica instruirii în natație,
8.03.2020	Duminică	SALA MICA COLINA, BOGDAN OANCEA	BAZINUL OLIMPIC, TOMELE SIMONA
14.03.2020	Sâmbătă	9.00-12.30 Bazele generale ale voleiului	12.40-16.10 Metode de cercetare în știința sportului și
15.03.2020	Duminică	SALA MICA COLINA TURCU IOAN	educației fizice CP6 – TURCU IOAN
21.03.2020	Sâmbătă	9.00-12.30	12.40-16.10
22.03.2020	Duminică	Bazele generale ale baschetului	Teoria și practica instruirii în natație,
		SALA MICA COLINA	BAZINUL OLIMPIC
28.03.2020	Sâmbătă	9.00-12.30	12.40-16.10
29.03.2020	Duminică	Bazele generale ale voleiului	Metode de cercetare în știința sportului și
		SALA MICA COLINA	educației fizice, CP6
4.04.2020	Sâmbătă	9.00-12.30	12.40 – 18.00
		Metodica educației fizice și sportului, CP5	Psihopedagogia
		– BĂDICU GEORGIAN	CP5 – TOHĂNEAN DRAGOȘ
5.04.2020	Duminică	10.50-18.00 LIMBA STRAINA, CP6 - ANTONARU C.(ENGL EZĂ) PETRE A. (FRANCEZĂ)	
11.04.2020	Sâmbătă	9.00-12.30	12.40-16.10
12.04.2020	Duminică	Bazele generale ale baschetului	Teoria și practica instruirii în natație,
		SALA MICA COLINA	BAZINUL OLIMPIC
VACANȚĂ PAȘTI!			
9.05.2020	Sâmbătă	9.00-12.30	12.40 – 18.00
		Metodica educației fizice și sportului, CP5	Psihopedagogia, CP5 – TOHĂNEAN D.
10.05.2020	Duminică	12.40-18.00 LIMBA STRAINA, CP6 - ANTONARU C.(EN)/PETRE A.(FR)	
16.05.2020	Sâmbătă	9.00-12.30	12.40-16.10
17.05.2020	Duminică	Bazele generale ale voleiului	Metode de cercetare în ȘSEF, CP6
		SALA MICA COLINA	
23.05.2020	Sâmbătă	9.00-14.20	14.30 – 16.10
		Metodica educației fizice și sportului, CP5	Psihopedagogia, CP5 – TOHĂNEAN D.
24.05.2020	Duminică		
30.05.2020	Sâmbătă	9.00-12.30	12.40-16.10
		Bazele generale ale baschetului	Teoria și practica instruirii în natație,
		SALA MICA COLINA	BAZINUL OLIMPIC
31.05.2020	Duminică	9.00-12.30	12.40-14.20
		Bazele generale ale voleiului, SALA MICA	Metode de cercetare în ȘSEF, CP6

*** Activitățile programate se efectuează modular, sâmbăta și duminica conform orarului!

*** Pentru disciplina Aplicații practice – discipline sportive de apă, activitățile se vor desfășura comasat și vor fi programate ulterior!

ORAR IFR
ANUL III IFR EFS SEM. II

DATA	ZIUA	ORA/DISCIPLINA/LOCUL/CADRUL DIDACTIC		
7.03.2020	Sâmbătă	10.50-14.20 Expresie corporală și euritmie SALA DE GIMNASTICĂ POPA DANIELA	14.30-16.10 Activități motrice ludice de timp liber COLINĂ - SALA MICĂ BALINT ELENA	16.20-19.50 Fitness COLINĂ -SALA DE FORȚĂ NECHITA FLORENTINA
8.03.2020	Duminică			16.20-19.50 Gimnastică aerobică de întreținere SALA DE GIMN.NECHITA F.
14.03.2020	Sâmbătă	10.50-14.20 Activități motrice montane de tip nonformal SALA MICĂ MIJAICĂ RALUCA	14.30-16.10 ȘAH IP6 MIJAICĂ RALUCA	16.20-18.00 Management aplicat în Știința sportului și educației fizice - CP1 TURCU IOAN
15.03.2020	Duminică			
21.03.2020	Sâmbătă	10.50-14.20 Expresie corporală și euritmie SALA DE GIMNASTICĂ	14.30-16.10 Activități motrice ludice de timp liber COLINĂ - SALA MICĂ	16.20-19.50 Fitness COLINĂ -SALA DE FORȚĂ
22.03.2020	Duminică			16.20-19.50 Gimnastică aerobică de întreținere COLINĂ-SALA DE GIMN.
28.03.2020	Sâmbătă	10.50-14.20 Activități motrice montane de tip nonformal SALA MICĂ	14.30-16.10 ȘAH IP6	16.20-18.00 Management aplicat în Știința sportului și educației fizice - CP1
29.03.2020	Duminică			
4.04.2020	Sâmbătă	9.00-12.30 Comunicare în Știința sportului și educației fizice CP1 – CURIȚIANU IOANA		12.40-18.00 ALERGARE MONTANĂ ***RĂCĂDĂU – SCURT CORNELIU
		9.00-12.30 Etică și deontologie în Știința sportului și educației fizice CP3 – CĂTĂNESCU ANDREEA		
5.04.2020	Duminică	9.00-14.20 Utilizare soft-uri specializate în Știința sportului și educației fizice, COLINĂ CP1 – MOȘOI ALEXANDRU		
11.04.2020	Sâmbătă	10.50-14.20 Expresie corporală și euritmie SALA DE GIMNASTICĂ	14.30-16.10 Activități motrice ludice de timp liber COLINĂ - SALA MICĂ	16.20-19.50 Fitness COLINĂ -SALA DE FORȚĂ
12.04.2020	Duminică			16.20-19.50 Gimnastică aerobică de întreținere COLINĂ-SALA DE GIMN.
VACANȚĂ PAȘTI!				
9.05.2020	Sâmbătă	9.00-14.20 Comunicare în Știința sportului și educației fizice, CP1		14.30-18.00 ALERGARE MONTANĂ ***RĂCĂDĂU
		9.00-14.20 Etică și deontologie în Știința sportului și educației fizice, CP3		
10.05.2020	Duminică	9.00-12.30 Utilizare soft-uri specializate în ȘEF, CP1		

16.05.2020	Sâmbătă	10.50-14.20 Activități motrice montane de tip nonformal SALA MICĂ	14.30-16.10 ȘAH IP6	16.20-18.00 Management aplicat în Știința sportului și educației fizice - CP1	
17.05.2020	Duminică				
23.05.2020	Sâmbătă	9.00-12.30 Comunicare în Știința sportului și educației fizice, CP1	12.40-18.00 ALERGARE MONTANĂ ***RĂCĂDĂU		
		9.00-12.30 Etică și deontologie în Știința sportului și educației fizice, CP3			
24.05.2020	Duminică	9.00-12.30 Utilizare soft-uri specializate în ȘSEF, CP1			
30.05.2020	Sâmbătă	10.50-14.20 Expresie corporală și euritmie SALA DE GIMN.	14.30-16.10 Activități motrice ludice de timp liber SALA MICĂ	16.20-18.00 Fitness COLINĂ -SALA DE FORȚĂ	18.10-19.50 Gimnastică aerobică de întreținere SALA DE GIMN.
31.05.2020	Duminică	10.50-14.20 Activități motrice montane de tip nonformal SALA MICĂ	14.30-16.10 ȘAH IP6	16.20-18.00 Management aplicat în Știința sportului și educației fizice - CP1	

* Activitățile programate se efectuează modular, sâmbăta și duminica conform orarului!

* Disciplinele Fitness și Gimnastică aerobică de întreținere sunt discipline opționale; studenții vor opta doar pentru una dintre acestea. Studenții se vor repartiza pe cele două discipline, la începutul semestrului, conform opțiunilor.

* Disciplinele Utilizare soft-uri specializate în Știința sportului și educației fizice și Management aplicat în Știința sportului și educației fizice sunt discipline opționale; studenții vor opta doar pentru una dintre acestea. Studenții se vor repartiza pe cele două discipline, la începutul semestrului, conform opțiunilor. * La disciplina Utilizare soft-uri specializate în Știința sportului și educației fizice studenții vor avea nevoie de lap-top.

* Disciplinele Comunicare în Știința sportului și educației fizice și Etică și deontologie în Știința sportului și educației fizice sunt discipline opționale; studenții vor opta doar pentru una dintre acestea. Studenții se vor repartiza pe cele două discipline, la începutul semestrului, conform opțiunilor.

*** Activitățile la disciplina Alergare montană sunt activități practice; acestea se vor desfășura în Răcădău, la dig (lângă Cabana "LA EPURE").

Elaborat de Lect.dr. Gabriel SIMION,
Responsabil IFR