

# ORAR IFR

## ANUL I IFR EFS - SEM. II

DATA	ZIUA	ORA/DISCIPLINA/LOCUL/CADRUL DIDACTIC	
26.02.2022 27.02.2022	SÂMBĂȚĂ DUMINICĂ	8.00-11.50 TEORIA ȘI PRACTICA INSTRUIRII ÎN ATLETISM, SALA MICĂ (SCOL1) - COLINĂ BONDOC IONESCU DRAGOȘ	12.00-15.50 BAZELE GENERALE ALE FOTBALULUI SALA MARE (SCOL2) – COLINĂ SIMION GABRIEL
5.03.2022 6.03.2022	SÂMBĂȚĂ DUMINICĂ		12.00-15.50 EDUCAȚIE PENTRU SĂNĂTATE ȘI PRIM AJUTOR, SALA LKT – CORP J* CIOROIU SILVIU
12.03.2022 13.03.2022	SÂMBĂȚĂ DUMINICĂ	8.00-11.50 TEORIA ȘI PRACTICA INSTRUIRII ÎN GIMNASTICĂ, SALA GIMNASTICĂ (SG) - COLINĂ NECHITA FLORENTINA	12.00-15.50 BAZELE GENERALE ALE HANDBALULUI SALA MARE (SCOL2) – COLINĂ TOHĂNEAN DRAGOȘ
19.03.2022	SÂMBĂȚĂ		12.00-15.50 FIZIOLOGIE, SALA HP2 – COLINĂ MARTOMA ALINA
20.03.2022	DUMINICĂ	8.00-11.50 LIMBĂ STRĂINĂ, HP2, COLINĂ ANTONARU CARMEN (EN) PETRE ANDREEA (FR)	
26.03.2022 27.03.2022	SÂMBĂȚĂ DUMINICĂ		12.00-15.50 EDUCAȚIE PENTRU SĂNĂTATE ȘI PRIM AJUTOR, SALA LKT – CORP J*
2.04.2022 3.04.2022	SÂMBĂȚĂ DUMINICĂ	8.00-11.50 TEORIA ȘI PRACTICA INSTRUIRII ÎN ATLETISM, SALA MICĂ (SCOL1) - COLINĂ	12.00-15.50 BAZELE GENERALE ALE FOTBALULUI SALA MARE (SCOL2) – COLINĂ
9.04.2022 10.04.2022	SÂMBĂȚĂ DUMINICĂ	8.00-11.50 TEORIA ȘI PRACTICA INSTRUIRII ÎN GIMNASTICĂ, SALA GIMNASTICĂ (SG) - COLINĂ	12.00-15.50 BAZELE GENERALE ALE HANDBALULUI SALA MARE (SCOL2) – COLINĂ
16.04.2022	SÂMBĂȚĂ		12.00-15.50 FIZIOLOGIE, SALA HP2 – COLINĂ
17.04.2022	DUMINICĂ	8.00-11.50 LIMBĂ STRĂINĂ, ONLINE SINCRON	
30.04.2022	SÂMBĂȚĂ	8.00-11.50 TEORIA ȘI PRACTICA INSTRUIRII ÎN GIMNASTICĂ, SALA GIMNASTICĂ (SG) - COLINĂ	12.00-15.50 BAZELE GENERALE ALE HANDBALULUI SALA MARE (SCOL2) – COLINĂ
1.05.2022	DUMINICĂ	8.00-11.50 TEORIA ȘI PRACTICA INSTRUIRII ÎN ATLETISM, SALA MICĂ (SCOL1) - COLINĂ	12.00-15.50 BAZELE GENERALE ALE FOTBALULUI SALA MARE (SCOL2) – COLINĂ
7.05.2022	SÂMBĂȚĂ	8.00-9.50 LIMBĂ STRĂINĂ, ONLINE SINCRON	10.00-11.50 FIZIOLOGIE, SALA HP2 - COLINĂ
8.05.2022	DUMINICĂ		12.00-15.50 EDUCAȚIE PENTRU SĂNĂTATE ȘI PRIM AJUTOR, SALA LKT – CORP J*
14.05.2022 15.05.2022	SÂMBĂȚĂ DUMINICĂ	8.00-11.50 TEORIA ȘI PRACTICA INSTRUIRII ÎN ATLETISM, SALA MICĂ (SCOL1) - COLINĂ	12.00-15.50 BAZELE GENERALE ALE FOTBALULUI SALA MARE (SCOL2) – COLINĂ
21.05.2022 22.05.2022	SÂMBĂȚĂ DUMINICĂ		12.00-15.50 EDUCAȚIE PENTRU SĂNĂTATE ȘI PRIM AJUTOR, SALA LKT – CORP J*
28.05.2022	SÂMBĂȚĂ		12.00-15.50 FIZIOLOGIE, SALA HP2 – COLINĂ
29.05.2022	DUMINICĂ	8.00-11.50 LIMBĂ STRĂINĂ, HP2, COLINĂ	
4.06.2022 5.06.2022	SÂMBĂȚĂ DUMINICĂ	8.00-11.50 TEORIA ȘI PRACTICA INSTRUIRII ÎN GIMNASTICĂ, SALA GIMNASTICĂ (SG) - COLINĂ	12.00-15.50 BAZELE GENERALE ALE HANDBALULUI SALA MARE (SCOL2) – COLINĂ

\*\*\* ACTIVITĂȚILE PROGRAMATE SE EFECTUEAZĂ MODULAR, SÂMBĂȚA ȘI DUMINICA CONFORM ORARULUI!

\* SALA LKT SE AFLĂ PE STRADA TURNULUI, FACULTATEA DE CONSTRUCȚII (Corpul J).

\* PENTRU DISCIPLINELE TEORIA INSTRUIRII ÎN TURISM-ORIENTARE ȘI APLICAȚII 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		
26.02.2022	SÂMBĂȚĂ	8.00-11.50 METODICA EDUCAȚIEI FIZICE ȘI SPORTULUI (MEFS), HP4 - COLINĂ BĂDICU GEORGIAN	12.00-15.50 PSIHOPELAGOGIE HP4 - COLINĂ TOHĂNEAN DRAGOȘ	
27.02.2022	DUMINICĂ	8.00-11.50 LIMBĂ STRĂINĂ HP2/HP4 - COLINĂ ANTONARU C. (EN) / PETRE A. (FR)		
5.03.2022	SÂMBĂȚĂ	8.00-11.50 BAZELE GENERALE ALE VOLEIULUI (BG VOLEI), SALA MICĂ (SCOL1) – COLINĂ TURCU IOAN	13.00-16.50 TEORIA ȘI PRACTICA INSTRUIRII ÎN NATAȚIE (TPI NATAȚIE) BAZIN OLIMPIC (SALA SPORTURILOR) TOMELE SIMONA	
6.03.2022	DUMINICĂ			
12.03.2022	SÂMBĂȚĂ	12.00-15.50 BAZELE GENERALE ALE BASCHETULUI (BG BASCHET), SALA MICĂ (SCOL1) – COLINĂ CHICOMBAN MIHAELA		
13.03.2022	DUMINICĂ			
19.03.2022	SÂMBĂȚĂ	12.00-15.50 METODE DE CERCETARE ÎN ȘTIINȚA SPORTULUI ȘI EDUCAȚIEI FIZICE HP4 -COLINĂ - TURCU IOAN		
20.03.2022	DUMINICĂ			
26.03.2022	SÂMBĂȚĂ	8.00-11.50 BG VOLEI	13.00-16.50 TPI NATAȚIE BAZIN OLIMPIC	
27.03.2022	DUMINICĂ	SCOL1 – COLINĂ		
2.04.2022	SÂMBĂȚĂ	8.00-11.50 MEFS, HP4 - COLINĂ	12.00-15.50 PSIHOPELAGOGIE, HP4 - COLINĂ	
3.04.2022	DUMINICĂ			
9.04.2022	SÂMBĂȚĂ	12.00-15.50 BG BASCHET, SCOL1 – COLINĂ		
10.04.2022	DUMINICĂ			
16.04.2022	SÂMBĂȚĂ	8.00-11.50 METODE DE CERCETARE HP4 - COLINĂ		
17.04.2022	DUMINICĂ			
30.04.2022	SÂMBĂȚĂ		12.00-15.50 BG BASCHET, SCOL1 – COLINĂ	
1.05.2022	DUMINICĂ	8.00-9.50 LIMBĂ STRĂINĂ ONLINE SINCRON	10.00-11.50 MEFS HP4 - COLINĂ	12.00-13.50 PSIHOPELAGOGIE HP4 - COLINĂ
7.05.2022	SÂMBĂȚĂ		12.00-15.50 LIMBĂ STRĂINĂ, ONLINE SINCRON	
8.05.2022	DUMINICĂ	8.00-11.50 BG VOLEI, SCOL1 – COLINĂ	13.00-16.50 TPI NATAȚIE, BAZIN OLIMPIC	
14.05.2022	SÂMBĂȚĂ	8.00-11.50 MEFS, HP4 - COLINĂ	12.00-15.50 PSIHOPELAGOGIE, HP4 - COLINĂ	
15.05.2022	DUMINICĂ	8.00-11.50 LIMBĂ STRĂINĂ, HP2 /HP4		
21.05.2022	SÂMBĂȚĂ	8.00-11.50 BG VOLEI SCOL1 – COLINĂ	13.00-16.50 TPI NATAȚIE, BAZIN OLIMPIC	
22.05.2022	DUMINICĂ			
28.05.2022	SÂMBĂȚĂ			
29.05.2022	DUMINICĂ			
4.06.2022	SÂMBĂȚĂ	12.00-15.50 BG BASCHET, SCOL1 – COLINĂ		
5.06.2022	DUMINICĂ			

\*\*\* ACTIVITĂȚILE PROGRAMATE SE EFECTUEAZĂ MODULAR, SÂMBĂȚA ȘI DUMINICA CONFORM ORARULUI!

\* DISCIPLINA TEORIA ȘI PRACTICA INSTRUIRII ÎN NATAȚIE SE DESFĂȘOARĂ LA BAZINUL OLIMPIC (B-DUL GĂRII)!

**ORAR IFR**  
**ANUL III IFR EFS SEM. II**

DATA	ZIUA	ORA/DISCIPLINA/LOCUL/CADRUL DIDACTIC			
26.02.2022	SÂMBĂȚĂ	8.00-11.50 FITNESS SALA DE FORȚĂ (SF) - COLINĂ		12.00-15.50 EXPRESIE CORPORALĂ ȘI EURITMIE SALA DE GIMNASTICĂ (SG) – COLINĂ	
27.02.2022	DUMINICĂ	NECHITA FLORENTINA		POPA DANIELA	
5.03.2022	SÂMBĂȚĂ	8.00-11.50 ȘAH L1 INSTITUT, MIJAIČĂ RALUCA		12.00-15.50 ACTIVITĂȚI MOTRICE LUDICE DE TIMP LIBER (ACTIVITĂȚI LUDICE), SCOL2 - BALINT ELENA	
6.03.2022	DUMINICĂ	8.00-11.50 COMUNICARE ÎN ȘTIINȚA SPORTULUI ȘI EDUCAȚIEI FIZICE HP3 COLINĂ – CURIȚIANU IOANA		12.00-15.50 ALERGARE MONTANĂ	
12.03.2022	SÂMBĂȚĂ				
13.03.2022	DUMINICĂ				
19.03.2022	SÂMBĂȚĂ	8.00-11.50 ACTIV. DE TIP NONFORMAL SCOL1 - MIJAIČĂ RALUCA		12.00-17.50 UTILIZARE SOTFURI ÎN EFS* L1P INSTITUT - BRUS DENISA	
20.03.2022	DUMINICĂ			*Sau 12.00-17.50 MANAGEMENT APILCAT ÎN EFS* L1 INSTITUT – TURCU IOAN	
26.03.2022	SÂMBĂȚĂ	8.00-11.50 ȘAH, L1 INSTITUT		12.00-15.50 ACTIVITĂȚI LUDICE, SCOL2	
27.03.2022	DUMINICĂ	8.00-11.50 COMUNICARE, HP3		12.00-15.50 ALERGARE MONTANĂ	
2.04.2022	SÂMBĂȚĂ	8.00-11.50 FITNESS		12.00-15.50 EXPRESIE CORPORALĂ	
3.04.2022	DUMINICĂ	SF - COLINĂ		SG - COLINĂ	
9.04.2022	SÂMBĂȚĂ				
10.04.2022	DUMINICĂ				
16.04.2022	SÂMBĂȚĂ	8.00-11.50 ACTIV. DE TIP NONFORMAL SCOL1		12.00-17.50 UTILIZARE SOTFURI ÎN EFS*, L1P	
17.04.2022	DUMINICĂ			*Sau 12.00-17.50 MANAGEMENT APILCAT ÎN EFS*, HP4	
30.04.2022	SÂMBĂȚĂ				
1.05.2022	DUMINICĂ	8.00-11.50 FITNESS, SF - COLINĂ		12.00-15.50 EXPRESIE CORPORALĂ, SG - COLINĂ	
7.05.2022	SÂMBĂȚĂ	8.00-11.50 ACTIV. DE TIP NONFORMAL SCOL1		12.00-15.50 UTILIZARE SOTFURI ÎN EFS*, L1P	
				*Sau 12.00-15.50 MANAGEMENT APILCAT ÎN EFS*, HP4	
8.05.2022	DUMINICĂ	8.00-9.50 ȘAH L1 INSTITUT	10.00-11.50 ACTIVITĂȚI LUDICE SCOL2	12.00-13.50 COMUNICARE HP3	14.00-15.50 ALERGARE MONTANĂ
14.05.2022	SÂMBĂȚĂ	8.00-11.50 FITNESS		12.00-15.50 EXPRESIE CORPORALĂ	
15.05.2022	DUMINICĂ	SF - COLINĂ		SG - COLINĂ	
21.05.2022	SÂMBĂȚĂ	8.00-11.50 ȘAH, L1 INSTITUT		12.00-15.50 ACTIVITĂȚI LUDICE, SCOL2	
22.05.2022	DUMINICĂ	8.00-11.50 COMUNICARE, HP3		12.00-15.50 ALERGARE MONTANĂ	
28.05.2022	SÂMBĂȚĂ	8.00-11.50 ACTIV. DE TIP NONFORMAL SCOL1			
29.05.2022	DUMINICĂ				

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

\*Discipline opționale- se va alege DOAR UNA dintre disciplinele respective, Utilizare softuri SAU Management aplicat!

\* Activitățile didactice la **Stagiul de practică în baze de agrement montan** se vor desfășura comasat după un program anunțat ulterior!

\* Activitățile la disciplina **Alergare montană** sunt activități practice; acestea se vor desfășura pe colina Universității.

Elaborat de Lect.dr. Gabriel SIMION,

Responsabil IFR

