

PROGRAMARE SESIUNE IFR

IANUARIE-FEBRUARIE 2026

ANUL I IFR SPM

EXAMENE

ANATOMIE FUNCȚIONALĂ	- 17.01.2026, ORA 8.00, CP1 – CIOROIU SILVIU
KINESIOLOGIE	- 18.01.2026, ORA 09.00, CP1 – CHICOMBAN MIHAELA
BAZELE GENERALE ALE ATLETISMULUI	- 25.01.2026, ORA 12.00, CP1 – IONESCU BONDOC ALEX
TEORIA ȘI PRACTICA INSTRUIRII ÎN DISCIPLINE SPORTIVE DE IARNĂ: SCHI ALPIN, SCHI FOND ȘI BIATLON	- 1.02.2026, ORA 16.00, CP1 - PELIN BOGDAN
GIMNASTICA DE BAZĂ	- 7.02.2026, ORA 09.00, CP1 – NECHITA FLORENTINA
TEORIA ȘI PRACTICA INSTRUIRII ÎN DISCIPLINE SPORTIVE DE IARNĂ: PATINAJ ȘI SĂRITURI CU SCHIURILE	- 8.02.2026, ORA 14.00, CP1 - GROSZ WILHELM

ACTIVITĂȚI PRACTICE COMASATE

Toți studenții anului I SPM IFR participă la activitățile practice comasate la **TEORIA ȘI PRACTICA INSTRUIRII ÎN DISCIPLINE SPORTIVE DE IARNĂ: SCHI ALPIN, SCHI FOND ȘI BIATLON** și la **TEORIA ȘI PRACTICA INSTRUIRII ÎN DISCIPLINE SPORTIVE DE IARNĂ: PATINAJ ȘI SĂRITURI CU SCHIURILE**, după următorul program:

26.01-1.02.2026 (ora 09.00, la Telecabina CAPRA, PÂRTIA "BRADUL" din POIANA BRAȘOV) - **Activitățile didactice comasate la SCHI** se desfășoară comasat, zilnic, pe 2 module (9.00-12.30 și 13.00-17.30), cu pauză de masă între ele. Studenții se vor prezenta cu echipament adecvat (schiuri, clăpări, bețe) și vor fi pregătiți corespunzător pentru aceste activități (îmbrăcăminte, sandwich-uri, ceai, apă, etc.).

- SPM anul I – Lect. PELIN BOGDAN – tel.: 0723029992

02-04.02.2026 (ora 9.00, la trambulina de sărituri din Săcele) – **Activități didactice comasate la SCHI SĂRITURI**. Întâlnirea va avea loc la ora 9.00, Săcele, str. Lungă nr.74, pentru preluarea echipamentului, pentru activitatea desfășurată în intervalul orar 9.00-17.00, la trambulina de sărituri. Studenții se vor prezenta cu echipament adecvat și vor fi pregătiți corespunzător pentru aceste activități (îmbrăcăminte, sandwich-uri, ceai, apă, etc.).

- SPM anul I: Conf. GROSZ WILHELM tel.: 0722741729

05-07.02.2026 (ora 9.00, la Patinoarul Olimpia) – **Activități didactice comasate la Patinaj**. Studenții se vor prezenta cu echipament adecvat și vor fi pregătiți corespunzător pentru aceste activități.

-SPM anul I - Patinaj - Asist. IONESCU ANCA – tel.: 0755126565

ANUL I IFR EFS

EXAMENE

ANATOMIE FUNCȚIONALĂ	- 17.01.2026, ORA 8.00, CP1 – CIOROIU SILVIU
KINESIOLOGIE	- 18.01.2026, ORA 09.00, CP1 – CHICOMBAN MIHAELA
BAZELE GENERALE ALE ATLETISMULUI	- 25.01.2026, ORA 12.00, CP1 – IONESCU BONDOR ALEX
BAZELE GENERALE ALE GIMNASTICII	- 7.02.2026, ORA 9.00, CP1 – NECHITA FLORENTINA
TEORIA ȘI PRACTICA INSTRUIRII ÎN SCHI ALPIN	- 8.02.2026, ORA 15.00, HP2 – CĂTĂNESCU ANDREEA

ACTIVITĂȚI PRACTICE COMASATE

Toți studenții anului I EFS IFR participă la activitățile practice comasate la TEORIA ȘI PRACTICA INSTRUIRII ÎN APLICAȚII ÎN SCHI ALPIN, după următorul program:

02-08.02.2026 (ora 09.00, la Telecabina CAPRA, PÂRTIA "BRADUL" din POIANA BRAȘOV) -

Activitățile și aplicațiile practice la SCHI ALPIN se desfășoară comasat, zilnic, pe 2 module (9.00-12.30 și 13.00-17.30), cu pauză de masă între ele. Studenții se vor prezenta cu echipament adecvat (schiuri, clăpări, bețe) și vor fi pregătiți corespunzător pentru aceste activități (îmbrăcăminte, sandwich-uri, ceai, apă, etc.).

- EFS anul I – Schi alpin - Lect. CĂTĂNESCU ANDREEA – tel.: 0799391408

ANUL II IFR SPM

EXAMENE

TEORIA ȘI METODICA EFS	- 17.01.2026, ORA 11.00, CP1 - BĂDĂU DANA/TERIȘ ȘTEFAN
BAZELE GENERALE ALE ANTRENAMENTULUI SPORTIV	- 31.01.2026, ORA 11.00, HP2 - ENOIU RĂZVAN
TEORIA ȘI PRACTICA INSTRUIRII ÎN SPORTURI DE APĂ: NATAȚIE	- 01.02.2026, ORA 09.00, HP2 - ENOIU RĂZVAN
EDUCAȚIE PENTRU SĂNĂTATE ȘI PRIM AJUTOR	- 7.02.2026, ORA 8.00, HP2 - CIOROIU SILVIU
EVALUARE MOTRICĂ ȘI SOMATO-FUNCȚIONALĂ	- 08.02.2026, ORA 10.00, HP2 - ALECU ȘTEFAN

ANUL II IFR EFS

EXAMENE

TEORIA, PRACTICA INSTRUIRII ȘI APLICAȚII ÎN MEDIU MONTAN – TURISM-ORIENTARE	- 17.01.2026, ORA 11.00, HP2 - CĂTĂNESCU ANDREEA
METODICA PREDĂRII FOTBALULUI ÎN ȘCOALĂ	- 18.01.2026, ORA 11.00, HP3 - SIMION GABRIEL
METODICA PREDĂRII HANDBALULUI ÎN ȘCOALĂ	- 25.01.2026, ORA 12.00, HP2 - TOHĂNEAN DRAGOȘ
TEORIA ȘI METODICA EFS	- 31.01.2026, ORA 9.30, CP1 - BĂDICU GEORGIAN
METODICA PREDĂRII ATLETISMULUI ÎN ȘCOALĂ	- 1.02.2026, ORA 9.00, HP3 - ONEA ADRIAN
METODICA PREDĂRII GIMNASTICII ÎN ȘCOALĂ	- 7.02.2026, ORA 11.00, HP3 - NECHITA FLORENTINA

ANUL III IFR SPM

EXAMENE

SPECIALIZARE HANDBAL	- 18.01.2026, ORA 9.00, HP4 – MÎNDRESCU VERONICA
SPECIALIZARE FOTBAL	- 18.01.2026, ORA 11.00, HP3 – SIMION GABRIEL
PO ETICĂ ȘI DEONTOLOGIE ÎN ANTRENAMENTUL SPORTIV	- 25.01.2026, ORA 10.00, HP3 – TERIȘ ȘTEFAN
PO SOCIOLOGIA ÎN ȘTIINȚA SPORTULUI ȘI EDUCAȚIEI FIZICE	- 25.01.2026, ORA 10.00, HP4 – TOHĂNEAN D.
FIZIOLOGIA EFORTULUI	- 31.01.2026, ORA 9.00, HP3 – MARTOMA ALINA
SPECIALIZARE ATLETISM	- 1.02.2026, ORA 9.00, HP3 – ONEA ADRIAN
SPECIALIZARE VOLEI	- 1.02.2026, ORA 11.00, HP4 – TURCU IOAN
SPECIALIZARE SCHI	- 1.02.2026, ORA 16.00, CP1 – PELIN BOGDAN
SPECIALIZARE GIMNASTICĂ	- 7.02.2026, ORA 11.00, HP3 – NECHITA FLORENTINA
EVALUARE MOTRICĂ ȘI SOMATO-FUNCȚIONALĂ	- 08.02.2026, ORA 10.00, HP2 – ALECU ȘTEFAN

ANUL III IFR EFS

EXAMENE

METODICA PREDĂRII BASCHETULUI ÎN ȘCOALĂ	- 18.01.2026, ORA 11.00, HP4 – OANCEA B./TOMELE S.
PRACTICA ȘI METODICA INSTRUIRII ÎN ACTIVITĂȚILE MOTRICE PE GRUPE DE VÂRSTĂ	- 25.01.2026, ORA 9.00, HP3 – BĂDICU GEORGIAN
METODICA PREDĂRII VOLEIULUI ÎN ȘCOALĂ	- 1.02.2026, ORA 11.00, HP4 – TURCU IOAN
PO TEORIA ȘI PRACTICA INSTRUIRII ÎN SĂRITURI CU SCHIURILE	- 7.02.2026, ORA 14.00, CP1 – GROSZ W.
PO TEORIA ȘI PRACTICA INSTRUIRII ÎN SCHI FOND	- 7.02.2026, ORA 14.00, CP1 – GROSZ W.
EVALUARE MOTRICĂ ȘI SOMATO-FUNCȚIONALĂ	- 08.02.2026, ORA 10.00, HP2 – BĂDĂU A./ ALECU ȘT.

ACTIVITĂȚI PRACTICE COMASATE

Studentii anului III IFR EFS participă la una dintre disciplinele din pachetul opțional (PO), PO TPI Schi sărituri SAU la PO TPI Schi fond, după următorul program:

PO TPI Schi fond: 19-25.01.2026 (ora 13.00, la Telecabina CAPRA, PÂRTIA "BRADUL" din POIANA BRAȘOV) - Activitățile și aplicațiile practice la SCHI FOND se desfășoară comasat, zilnic, 13.00-17.30. Studentii se vor prezenta cu echipament adecvat și vor fi pregătiți corespunzător pentru aceste activități (îmbrăcăminte, sandwich-uri, ceai, apă, etc.).

PO TPI Schi sărituri: 5-7.02.2026 (ora 9.00, la trambulina de sărituri din Săcele) - **Activități didactice comasate la SCHI SĂRITURI.** Întâlnirea va avea loc la ora 9.00, Săcele, str. Lungă nr.74, pentru preluarea echipamentului, pentru activitatea desfășurată în intervalul orar 9.00-17.00, la trambulina de sărituri. Studentii se vor prezenta cu echipament adecvat și vor fi pregătiți corespunzător pentru aceste activități (îmbrăcăminte, sandwich-uri, ceai, apă, etc.).

– detalii: Conf. GROSZ WILHELM tel.: 0722741729

Coordonator PS IFR,
Conf.dr. Gabriel SIMION