

		ORAR LICENȚĂ							
		ANUL UNIVERSITAR 2025-2026, SEMESTRUL 2							
		EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORTIVĂ							
EFS		ANUL 3							
		GRUPA 1		GRUPA 2		GRUPA 3			
		SUBGRUPA 1	SUBGRUPA 2		SUBGRUPA 3		SUBGRUPA 4		
L	8:00	Activități motrice de timp liber: Fotbal-tenis (OPT_4) (C - D312), Lect. NICHIFOR Florin - EFS3 /// Activități motrice de timp liber: Rugby (OPT_4) (C - CM2), Lect. OPREAN Alexandru - EFS3							
	10:00	Activități motrice de timp liber: Fotbal-tenis (OPT_4) (LP - T. FOTBAL-TENIS), Lect. NICHIFOR Florin - EFS3							
	12:00	Educație pentru sănătate și prim ajutor (C - DEF1), Lect. PUNI Rareș - EFS3							
	14:00	Comunicare în Știința Sportului și Educației Fizice (C - DEF1), Prof. ABALAȘEI Beatrice - EFS3							
	16:00	Activități motrice de timp liber: Rugby (OPT_4) (LP - T. FOTBAL), Lect. OPREAN Alexandru - EFS3							
	18:00							Activități motrice adaptate (LP - S2), Drd. DAMASCHIN Teodora - EFS3	
		GRUPA 1		GRUPA 2		GRUPA 3			
		SUBGRUPA 1	SUBGRUPA 2		SUBGRUPA 3		SUBGRUPA 4		
Ma	8:00	Tehnici de autoapărare (FAC) (S - ACS OLYMPIC), Spec. BĂLĂIASA Dragoș - EFS3							
	10:00	Fitness (C - DEF1), Lect. DUMITRU Iulian - EFS3							
	12:00	Evaluare motrică și somato-funcțională (C - DEF2), Prof. COJOCARIU Adrian - EFS3							
	14:00			Activități motrice adaptate (LP - S1), Drd. DAMASCHIN Teodora - EFS3	Tehnici de autoapărare (FAC) (S - ACS OLYMPIC), Spec. BĂLĂIASA Dragoș - EFS3				
	16:00			16:00-20:00 Stagiul de pregătire și elaborare a lucrării de licență (S - D312), Drd. CIOBANU Ștefan - EFS3		Evaluare motrică și somato-funcțională (S - CM2), Asist. MARTINAȘ Petruța - EFS3			
	18:00	Activități motrice adaptate (LP - S2), Drd. DAMASCHIN Teodora - EFS3							
		GRUPA 1		GRUPA 2		GRUPA 3			
		SUBGRUPA 1	SUBGRUPA 2		SUBGRUPA 3		SUBGRUPA 4		
Mi	8:00	Evaluare motrică și somato-funcțională (S - DEF3), Asist. MARTINAȘ Petruța - EFS3				Fitness (LP - S. FITNESS), Drd. GAMEN Luisa - EFS3			
	10:00					Activități motrice de timp liber: Volei redus (OPT_4) (LP - T. VOLEI, săpt. 7-12) Prof. UNGUREAN Bogdan - EFS3			
	12:00	Activități motrice de timp liber: Volei redus (OPT_4) (LP - T. VOLEI, săpt. 7-12) Prof. UNGUREAN Bogdan - EFS3			Activități motrice adaptate (LP - S2), Drd. DAMASCHIN Teodora - EFS3				
	14:00								
	16:00	16:00-20:00 Stagiul de pregătire și elaborare a lucrării de licență (S - DEF3), Drd. DAMASCHIN Teodora - EFS3				16:00-20:00 Stagiul de pregătire și elaborare a lucrării de licență (S - D312), Drd. CIOBANU Ștefan - EFS3			
	18:00								
		GRUPA 1		GRUPA 2		GRUPA 3			
		SUBGRUPA 1	SUBGRUPA 2		SUBGRUPA 3		SUBGRUPA 4		
J	8:00	Comunicare în Știința Sportului și Educației Fizice (S - DEF3), Asist. STEGARIU Vlad - EFS3				Activități motrice de timp liber: Fotbal-tenis (OPT_4) (LP - T. FOTBAL-TENIS, săpt. 7-12), Drd. PRĂJESCU Marian - EFS3			
	10:00	Activități motrice adaptate (C - DEF1), Prof. UNGUREAN Bogdan - EFS3							
	12:00	Activități motrice de timp liber: Volei redus (OPT_4) (C - DEF1), Prof. UNGUREAN Bogdan - EFS3							
	14:00	Managementul clasei de elevi (S, săpt. impară), Prof. Asoc. GHERASIM Daniel - EFS3							
	16:00					Educație pentru sănătate și prim ajutor (S - CAB. ANATOMIE), Lect. PUNI Rareș - EFS3			
	18:00	Educație pentru sănătate și prim ajutor (S - CAB. ANATOMIE), Lect. PUNI Rareș - EFS3		Evaluare motrică și somato-funcțională (S - CM1), Asist. MARTINAȘ Petruța - EFS3					
		GRUPA 1		GRUPA 2		GRUPA 3			
		SUBGRUPA 1	SUBGRUPA 2		SUBGRUPA 3		SUBGRUPA 4		
V	8:00	Fitness (LP - S. FITNESS), Drd. GAMEN Luisa - EFS3		Educație pentru sănătate și prim ajutor (S - CAB. ANATOMIE), Spec. DUMBRAVU Ioana - EFS3		Comunicare în Știința Sportului și Educației Fizice (S - DEF3), Asist. STEGARIU Vlad - EFS3			
	10:00			Comunicare în Știința Sportului și Educației Fizice (S - DEF3), Asist. STEGARIU Vlad - EFS3				Fitness (LP - S. FITNESS), Drd. GAMEN Luisa - EFS3	
	12:00			Fitness (LP - S. FITNESS), Drd. GAMEN Luisa - EFS3	Activități motrice de timp liber: Fotbal-tenis (OPT_4) (LP - T. FOTBAL-TENIS, săpt. 7-12), Drd. PRĂJESCU Marian - EFS3				
	14:00	Managementul clasei de elevi (C - DEF1, săpt. impară), Lect. Ana Grigore - EFS3							
	16:00								
	18:00								
OBS.	ABREVIERI (a se parcurge <i>Ghidul de citire a orarului</i>): LP - lucrare practică; S - Seminar; C - curs; săpt. 1→7 - disciplină parcursă în primele 7 săptămâni; săpt. 8→14 - disciplină parcursă în ultimele 7 săptămâni; săpt. impară /pară - disciplina se desfășoară doar în săptămânile cu număr impar/par.								
	* Disciplina PRACTICĂ PEDAGOGICĂ ÎN ÎNVĂȚĂMÂNTUL PREUNIVERSITAR OBLIGATORIU se va desfășura conform programului stabilit de către coordonatori (Conf. RADU Liliana, Conf. POPESCU Lucian, Lect. FETESCU Sava, Lect. IACOB Radu, Asist. TOMOZEI Răzvan, Asist. STEGARIU Vlad) în prima săptămână a semestrului								

II