

|                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                          |                                                                                                              |  |
|----------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
|  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | ORAR LICENȚĂ                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                          |                            |  |
|                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | ANUL UNIVERSITAR 2026-2027, SEMESTRUL 1                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                          |                                                                                                              |  |
|                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | SPORT ȘI PERFORMANȚĂ MOTRICĂ                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                          |                                                                                                              |  |
| SPM                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | ANUL 3                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                          |                                                                                                              |  |
|                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | GRUPA 1                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                          | GRUPA 2                                                                                                      |  |
|                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | SUBGRUPA 1                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                          | SUBGRUPA 2                                                                                                   |  |
| L                                                                                | 8:00                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                          |                                                                                                              |  |
|                                                                                  | 10:00                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Instruire asistată de calculator (S, săpt. <b>impară</b> ), Asist. ARHIP George - SPM3                                                                                                                                                                       |                                                                                                                          |                                                                                                              |  |
|                                                                                  | 12:00                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Metodica antrenamentului pe ramură de sport - avansați (3) - Handbal (LP - S. GRĂDINARI), Asist. DAMASCHIN Andreea - SPM3 /// Metodica antrenamentului pe ramură de sport - avansați (3) - Culturism-Fitness (LP- S. CULTURISM), Asist. TANASĂ Raluca - SPM3 |                                                                                                                          |                                                                                                              |  |
|                                                                                  | 14:00                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Metode de cercetare în Știința Sportului și Educației Fizice (C - DEF2), Lect. TROFIN Florin - SPM3                                                                                                                                                          |                                                                                                                          |                                                                                                              |  |
|                                                                                  | 16:00                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Teoria și practica în alte ramuri sportive: Tenis de câmp (OPT) (LP săpt. <b>1-7</b> - T. TENIS), Asist. PRĂJESCU Marian-Petre - SPM3                                                                                                                        |                                                                                                                          |                                                                                                              |  |
|                                                                                  | 18:00                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                          |                                                                                                              |  |
|                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | GRUPA 1                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                          | GRUPA 2                                                                                                      |  |
|                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | SUBGRUPA 1                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                          | SUBGRUPA 2                                                                                                   |  |
| Ma                                                                               | 8:00                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | Psihopedagogie (C - DEF1), Conf. POPOVICI Ileana - SPM3                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                          |                                                                                                              |  |
|                                                                                  | 10:00                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Teoria și practica în alte ramuri sportive: Tenis de câmp (OPT) (C - DEF1), Conf. ONOSE Ionuț - SPM3                                                                                                                                                         |                                                                                                                          |                                                                                                              |  |
|                                                                                  | 12:00                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Teoria și practica în alte ramuri sportive: Tenis de masă (OPT) (C - DEF1), Conf. ONOSE Ionuț - SPM3                                                                                                                                                         |                                                                                                                          |                                                                                                              |  |
|                                                                                  | 14:00                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Metodica antrenamentului pe ramură de sport - avansați (3) - Handbal (C - CAB. ANATOMIE), Conf. POPOVICI Ileana - SPM3 /// Metodica antrenamentului pe ramură de sport - avansați - Fotbal (C - CM2), Conf. HONCERIU Cezar - SPM3                            |                                                                                                                          |                                                                                                              |  |
|                                                                                  | 16:00                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Teoria și practica în alte ramuri sportive: Tenis de masă (OPT) (LP - S2), Asist. PRĂJESCU Marian-Petre - SPM3                                                                                                                                               |                                                                                                                          |                                                                                                              |  |
|                                                                                  | 18:00                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                          |                                                                                                              |  |
|                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | GRUPA 1                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                          | GRUPA 2                                                                                                      |  |
|                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | SUBGRUPA 1                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                          | SUBGRUPA 2                                                                                                   |  |
| Mi                                                                               | 8:00                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | Metodica antrenamentului pe ramură de sport - avansați - Fotbal (LP - T. FOTBAL), Conf. HONCERIU Cezar - SPM3                                                                                                                                                |                                                                                                                          |                                                                                                              |  |
|                                                                                  | 10:00                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Instruire asistată de calculator (C, săpt. <b>impară</b> ), Asist. ARHIP George - SPM3                                                                                                                                                                       |                                                                                                                          |                                                                                                              |  |
|                                                                                  | 12:00                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                          | Tehnici și metode pentru dezvoltarea calităților motrice (LP - S. CULTURISM), Asist. MARTINAȘ Petruța - SPM3 |  |
|                                                                                  | 14:00                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Metodica antrenamentului pe ramură de sport - avansați - Culturism-Fitness (C - CM2), Conf. DUMITRU Iulian - SPM3                                                                                                                                            |                                                                                                                          |                                                                                                              |  |
|                                                                                  | 16:00                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Tehnici și metode pentru dezvoltarea calităților motrice (C - DEF2), Asist. MARTINAȘ Petruța - SPM3                                                                                                                                                          |                                                                                                                          |                                                                                                              |  |
|                                                                                  | 18:00                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                          |                                                                                                              |  |
|                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | GRUPA 1                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                          | GRUPA 2                                                                                                      |  |
|                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | SUBGRUPA 1                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                          | SUBGRUPA 2                                                                                                   |  |
| J                                                                                | 8:00                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | Fiziologia efortului sportiv (S - CAB. ANATOMIE), Lect. TROFIN Florin - SPM3                                                                                                                                                                                 | Psihopedagogie (S - CM2), Conf. POPOVICI Ileana - SPM3                                                                   |                                                                                                              |  |
|                                                                                  | 10:00                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Psihopedagogie (S - DEF2), Conf. POPOVICI Ileana - SPM3                                                                                                                                                                                                      | Metode de cercetare în Știința Sportului și Educației Fizice (S - CM2, săpt. <b>impară</b> ), Lect. PETREA Renato - SPM3 |                                                                                                              |  |
|                                                                                  | 12:00                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Tehnici și metode pentru dezvoltarea calităților motrice (LP - S. FITNESS), Asist. MARTINAȘ Petruța - SPM3                                                                                                                                                   |                                                                                                                          |                                                                                                              |  |
|                                                                                  | 14:00                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Teoria și practica în alte ramuri sportive: Tenis de câmp (OPT) (LP săpt. <b>1-7</b> - T. TENIS), Asist. PRĂJESCU Marian-Petre - SPM3                                                                                                                        |                                                                                                                          |                                                                                                              |  |
|                                                                                  | 16:00                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                          |                                                                                                              |  |
|                                                                                  | 18:00                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                          |                                                                                                              |  |
|                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | GRUPA 1                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                          | GRUPA 2                                                                                                      |  |
|                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | SUBGRUPA 1                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                          | SUBGRUPA 2                                                                                                   |  |
| V                                                                                | 8:00                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | Metode de cercetare în Știința Sportului și Educației Fizice (S - CM2, săpt. pară), Lect. PETREA Renato - SPM3                                                                                                                                               | Fiziologia efortului sportiv (S - CAB. ANATOMIE), Lect. TROFIN Florin - SPM3                                             |                                                                                                              |  |
|                                                                                  | 10:00                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Fiziologia efortului sportiv (C - DEF1), Lect. TROFIN Florin - SPM3                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                          |                                                                                                              |  |
|                                                                                  | 12:00                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                          |                                                                                                              |  |
|                                                                                  | 14:00                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                          |                                                                                                              |  |
|                                                                                  | 16:00                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                          |                                                                                                              |  |
|                                                                                  | 18:00                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                          |                                                                                                              |  |
| OBS.                                                                             | ABREVIERI (a se parcurge Ghidul de citire a orarului):<br>LP - lucrare practică; S - Seminar; C - curs;<br><b>săpt. 1→7</b> - disciplină parcursă în primele 7 săptămâni; <b>săpt. 8→14</b> - disciplină parcursă în ultimele 7 săptămâni;<br>săpt. <b>impară/pară</b> - disciplina se desfășoară doar în săptămânile cu număr impar/par. |                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                          |                                                                                                              |  |
|                                                                                  | * Disciplina <b>Practică pedagogică de specialitate în învățământul preuniversitar (1) (Specializarea: Sport și performanță motrică)</b> se va desfășura conform programului stabilit de către coordonatori (Lect. IACOB Radu) în prima săptămână a semestrului I                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                          |                                                                                                              |  |
|                                                                                  | <b>** Disciplina STAGIU DE PRACTICĂ ÎN STRUCTURI ALE SPORTULUI</b> se va desfășura conform programului stabilit de către coordonator (Conf. ONOSE Ionuț, Asist. PRĂJESCU Marian) în prima săptămână a semestrului I                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                          |                                                                                                              |  |