

**SPECIALIZAREA EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORTIVĂ**

Actualizat 26.03.2021

**O R A R**

**ANUL I cu frecvență – 2020/2021 – SERIA A – SEMESTRUL II-(Modulul 1)**

| ZIUA     | ORA           | GRUPA 201                                                | GRUPA 202                               |
|----------|---------------|----------------------------------------------------------|-----------------------------------------|
| LUNI     | 11.30 – 12.50 | BAZELE GENERALE ALE ATLETISMULUI                         |                                         |
|          | 13.30 – 14.50 | BAZELE GENERALE ALE ATLETISMULUI                         |                                         |
|          | 15.00 – 16.20 | FUNDAMENTELE ȘTIINȚIFICE ALE JOCURILOR SPORTIVE-HANDBAL  |                                         |
|          | 16.30 – 17.50 | FUNDAMENTELE ȘTIINȚIFICE ALE JOCURILOR SPORTIVE-HANDBAL  |                                         |
| MARTI    | 13.30 – 14.50 | Limba engleză 2                                          |                                         |
|          | 15.00 – 16.20 | EDUCAȚIE PENTRU SĂNĂTATE ȘI PRIM AJUTOR                  |                                         |
|          |               | LIMBA ENGLEZĂ 2                                          |                                         |
|          | 16.30 – 17.50 |                                                          | Limba engleză 2                         |
| MIERCURI | 13.30 – 14.50 | FUNDAMENTELE ȘTIINȚIFICE ALE JOCURILOR SPORTIVE- BASCHET |                                         |
|          | 15.00 – 16.20 | FUNDAMENTELE ȘTIINȚIFICE ALE JOCURILOR SPORTIVE- BASCHET |                                         |
|          |               |                                                          |                                         |
| JOI      | 15.00 – 16.20 | ISTORIA EDUCAȚIEI FIZICE ȘI SPORTULUI                    |                                         |
|          | 16.30 – 17.50 | Educație pentru sănătate și prim ajutor                  | Istoria educației fizice și sportului   |
|          | 18.00 – 19.20 | Istoria educației fizice și sportului                    | Educație pentru sănătate și prim ajutor |
| VINERI   | 8.30 – 9.50   | Kinesiologie                                             |                                         |
|          | 10.00 – 11.20 | KINESIOLOGIE                                             |                                         |
|          | 11.30 – 12.50 |                                                          | Kinesiologie                            |

**O R A R**  
**ANUL II cu frecvență – 2020/2021 – SERIA A – SEMESTRUL II-(Modulul 1)**

| ZIUA     | ORA           | GRUPA 205                                                                                              | GRUPA 206                                      |
|----------|---------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------|
| LUNI     |               | <b>LIBER</b>                                                                                           |                                                |
| MARȚI    | 10.00 - 11.20 |                                                                                                        | GIMNASTICA AEROBICĂ DE ÎNTREȚINERE (OPȚIONAL)  |
|          | 11.30 - 12.50 |                                                                                                        | GIMNASTICA AEROBICĂ DE ÎNTREȚINERE (OPȚIONAL)  |
|          | 13.30 - 14.50 | TEORIA SI PRACTICA ÎN ALTE RAMURI SPORTIVE-RUGBY<br>TEORIA SI PRACTICA ÎN ALTE RAMURI SPORTIVE-RUGBY   |                                                |
| MIERCURI | 15.00 - 16.20 | TEHNICI DE SUPRAVIEȚUIRE (OPȚIONAL)                                                                    |                                                |
|          | 16.30 - 17.50 | TEORIA SI PRACTICA ÎN SPORTURILE DE IARNĂ-PATINAJ<br>TEORIA SI PRACTICA ÎN SPORTURILE DE IARNĂ-PATINAJ |                                                |
|          | 18.00 - 19.20 | EVALUARE MOTRICĂ ȘI SOMATO-FUNCȚIONALĂ                                                                 |                                                |
|          | 19.30 - 20.50 |                                                                                                        | Evaluare motrică și somato-funcțională         |
| JOI      | 11.30 - 12.50 | Metode de cercetare în știința sp.și ed.fizice                                                         |                                                |
|          | 13.30 - 14.50 | METODE DE CERCETARE ȘTIINȚIFICĂ ÎN ȘTIINȚA SPORTULUI ȘI EDUCAȚIEI FIZICE                               |                                                |
|          | 15.00 - 16.20 |                                                                                                        | Metode de cercetare în știința sp.și ed.fizice |
| VINERI   | 13.30 - 14.50 | Evaluare motrică și somato-funcțională                                                                 |                                                |
|          | 15.00 - 16.20 | TEORIA SI PRACTICA ÎN RAMURI ALE GIMNASTICII-GIMNASTICĂ ARTISTICĂ                                      |                                                |
|          | 16.30 - 17.50 | TEORIA SI PRACTICA ÎN RAMURI ALE GIMNASTICII-GIMNASTICĂ ARTISTICĂ                                      |                                                |

**NOTA:** Disciplina **APLICAȚII PRACTICE-DISCIPLINE SPORTIVE DE APĂ (ÎN TABERE DE PREGĂTIRE)** și lucrările practice la disciplinele **TEORIA ȘI PRACTICA ÎN SPORTURILE DE IARNĂ-PATINAJ** și **TEHNICI DE SUPRAVIEȚUIRE(OPTIONAL gr.205)** se programează comasat într-o perioadă anunțată ulterior.

## O R A R

Actualizat 26.03.2021

### ANUL III cu frecvență – 2020/2021 – SERIA A – SEMESTRUL II-(Modulul 2)

| ZIUA     | ORA           | GRUPA 209                                                 | GRUPA 210                                               |
|----------|---------------|-----------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------|
| LUNI     | 11.30 – 12.50 | <b>Teren 1</b> Metodica predării gimnasticii în școală    |                                                         |
|          | 13.30 – 14.50 | <b>Teren 1</b> Metodica predării gimnasticii în școală    |                                                         |
|          | 15.00 – 16.20 |                                                           | <b>Teren 1</b> Metodica predării gimnasticii în școală  |
|          | 16.30 – 17.50 |                                                           | <b>Teren 1</b> Metodica predării gimnasticii în școală  |
| MARȚI    | 13.30 – 14.50 | <b>Teren 1</b> Metodica predării fotbalului în școală     | <b>Teren 2</b> Metodica predării fotbalului în școală   |
|          | 15.00 – 16.20 | <b>Teren 1</b> Metodica predării fotbalului în școală     | <b>Teren 2</b> Metodica predării fotbalului în școală   |
|          |               |                                                           |                                                         |
| MIERCURI |               | <b>LIBER</b>                                              |                                                         |
| JOI      |               |                                                           |                                                         |
|          | 15.00 – 16.20 | <b>Microsoft Teams APROFUNDARE ÎNTR-O RAMURA DE SPORT</b> |                                                         |
| VINERI   | 11.30 – 12.50 | <b>Teren 1</b> Metodica predării atletismului în școală   |                                                         |
|          | 13.30 – 14.50 | <b>Teren 1</b> Metodica predării atletismului în școală   |                                                         |
|          | 15.00 – 16.20 |                                                           | <b>Teren 1</b> Metodica predării atletismului în școală |
|          | 16.30 – 17.50 |                                                           | <b>Teren 1</b> Metodica predării atletismului în școală |

**NOTA:** Disciplinele **STAGIU DE PRACTICĂ ÎN BAZE DE AGREMENT; STAGIU DE PRACTICĂ ÎN ACTIVITĂȚI DE TURISM; STAGIU DE PRACTICĂ ÎN UNITĂȚI DE ÎNVĂȚĂMÂNT**, se programează comasat într-o perioadă anunțată ulterior.