

**UNIVERSITATEA "BOGDAN VODĂ" DIN CLUJ-NAPOCA**  
**FACUTATEA DE EDUCATIE FIZICA SI SPORT**  
**PROGRAM DE STUDII UNIVERSITARE DE LICENTA-EDUCAȚIE FIZICĂ**  
**ȘI SPORTIVĂ**

**TEME PROPUSE PENTRU ELABORAREA LUCRĂRILOR**  
**DE LICENTA**  
**AN UNIVERSITAR 2025-2026**

**Conf. univ. Dr. Eva Acqui**  
**e-mail: [evaacqui@yahoo.com](mailto:evaacqui@yahoo.com)**

**DISCIPLINA: COMUNICARE ÎN ȘTIINȚA SPORTULUI ȘI EDUCAȚIEI**  
**FIZICE**

<b>1</b>	Alcătuirea portofoliului digital al profesorului de educație fizică și sport și rolul acestuia în predare-învățare.
<b>2</b>	Planificarea lecțiilor de educație fizică și sport la clasele gimnaziale cu ajutorul chatbot-ului
<b>3</b>	Instruirea asistată de calculator în domeniul sportului și educației fizice la clasele gimnaziale
<b>4</b>	Particularități ale comunicării în predarea educației fizice și a sportului la clasele gimnaziale
<b>5</b>	Eficientizarea comunicării didactice în predarea educației fizice și a sportului la clasele gimnaziale
	<i>Notă: Tematica nu este limitativă, ea poate fi extinsă la propunerea studentilor.</i>

Lect.univ Dr. Sabău Gheorghe

e-mail: [gsabau05@yahoo.com](mailto:gsabau05@yahoo.com) / [gheorghe.sabau@ubvonline.ro](mailto:gheorghe.sabau@ubvonline.ro)

### DISCIPLINA: TEORIA ȘI PRACTICA ÎN JOCUL DE RUGBY

1	Rolul și locul jocului de rugby-tag în învățământul primar și/sau gimnazial
2	Cresterea eficienței jocului de rugby prin dezvoltarea calității motrice -forța
3	Jocul de rugby non-contact în învățământul primar și gimnazial.
4	Aspecte privind particularitățile jocului de rugby tag
5	Modelul de pregătire tehnico-tactic și psihologic al mijlocasului la gramada în jocul de rugby
6	Studiu comparativ asupra jucătorilor de rugby specializați pe compartimentul înaintare, versus treisferturi.
	<i>Notă: Tematica nu este limitativă, ea poate fi extinsă la propunerea studenților.</i>

### DISCIPLINA:TEORIA ȘI METODICA EDUCAȚIEI FIZICE ȘI SPORTULUI

1	Modalități de creștere a eficienței lecției de educație fizică.
2	Lecția de educație fizică între competențe și destindere
3	Dezvoltarea diferențiată a capacităților coordinative între elevii din mediul urban și cei din mediul rural
4	Preferințele elevilor în practicarea jocurilor sportive
5	Importanța educației fizice în contextul ariilor curriculare
6	Studiu privind dotarea materială a școlilor pentru desfășurarea lecției de educație fizică în mediul rural.
7	Optimizarea procesului de selecție și de pregătire a reprezentativelor sportive școlare - pe diferite ramuri de sport - în lecții de tip extracurricular.
8	Analiza dinamicii efortului în lecția de educație fizică din gimnaziu, în funcție de tipologia temelor planificate și determinarea nivelului de adaptare a organismului la efort.
9	Organizarea sistemului de educație fizică și sport din România (studiu)

10	Obiectivele disciplinei Educatia fizica in curricula scolara (studiu)
11	Consolidarea și perfecționarea deprinderilor motrice, echilibru și transport de greutate, la nivelul clasei a.... ?...-a prin intermediul parcursurilor aplicative
	<i>Notă: Tematica nu este limitativă, ea poate fi extinsă la propunerea studentilor.</i>

**DISCIPLINA: PRACTICA ȘI METODICA ACTIVITĂȚILOR MOTRICE  
PE GRUPE DE VÂRSTĂ**

1	Jocurile motrice si socializarea
2	Studiu constatativ vizând dezvoltarea elementelor psihomotricității prin jocuri de mișcare la ciclul primar/gimnazial
3	Studiu constatativ privind îmbunătățirea timpilor de reacție motrică în lecțiile de educație fizică din învățământul primar/gimnazial.
4	Studiu de caz vizând eficiența programelor individuale de pregătire fizică în lecția de educație fizică, ca variantă de eficientizare a capacității de efort pentru elevii aflați în situații speciale
5	Importanta si motivatia practicarii activitatilor sportiv recreative (contributii, studiu)
6	Promovarea sanatatii fizice si mentale a elevilor prin activitati sportive (metodologii, studiu)
7	Studiu privind testarea nivelul motricității elevilor de clasa ..... /la varsta de....
8	Studiul comparativ privind rolul și importanța nutriției în pregătirea fizică generală la elevii din ciclul primar
9	Metode, mijloace și forme de organizare cu eficiență crescută în influențarea dezvoltării motricității la elevii de clasa a
	<i>Notă: Tematica nu este limitativă, ea poate fi extinsă la propunerea studentilor.</i>

**Conf.univ.dr. MILON ALEXANDRA GABRIELA**  
**e-mail: [milon.alexandra@yahoo.ro](mailto:milon.alexandra@yahoo.ro)**

<b>1</b>	Rolul activităților motrice de timp liber în formarea deprinderilor motrice la elevii din ciclul primar
<b>2</b>	Studiu asupra influenței activităților motrice de timp liber asupra dezvoltării capacităților motrice la elevii din ciclul primar/gimnazial
<b>3</b>	Studiu privind educarea îndemnării prin intermediul disciplinelor opționale la ciclul gimnazial.
<b>4</b>	Studiu privind importanța lecției de educație fizică în combaterea obezității la ciclul primar/gimnazial
<b>5</b>	Evoluția parametrilor motrici și somatofuncționali la elevii din ciclul primar/gimnazial în urma aplicării unui program de exerciții fizice specifice
<b>6</b>	Studiu privind efectele jocurilor dinamice asupra dezvoltării îndemnării la elevii din ciclul primar
<b>7</b>	Studiu privind ponderea jocurilor sportive în cadrul lecției de educație fizică la ciclul gimnazial.
<b>8</b>	Studiu privind dezvoltarea capacităților motrice la elevii din ciclul primar/gimnazial prin intermediul orelor de educație fizică
<b>9</b>	Studiu privind nivelul de dezvoltare motrică și somatică la elevii din ciclul gimnazial în funcție de vârstă și gen
<b>10</b>	Contribuția activităților motrice de timp liber în îmbunătățirea vitezei la elevii din învățământul primar/gimnazial
<b>11</b>	Efectele practicării activităților motrice de timp liber asupra îmbunătățirii îndemnării la elevii din ciclul primar
	<b><i>Notă: Tematica nu este limitativă, ea poate fi extinsă la propunerea studentilor.</i></b>

Lect.univ Dr. Petru Grigoraș

e-mail: [petru.grigoras@ubvonline.ro](mailto:petru.grigoras@ubvonline.ro)/ [grigoraspetru@gmail.com](mailto:grigoraspetru@gmail.com)

**DISCIPLINA: TEORIE ȘI PRACTICA ÎN SPORTURI DE IARNĂ**

1	Modalități de învățare a tehnicii de schi sub forma jocurilor de mișcare.
2	Forme de organizare extrașcolară a activității de inițiere în schi alpin.
3	Consolidarea ocolirilor cu schiurile paralele – mijloace de eficientizare tehnică.
4	Studiu privind evoluția și dezvoltarea sporturilor de alunecare pe zăpadă.

**DISCIPLINA: PSIHOPEDAGOGIE**

1	Învățarea motrică – mijloace și metode de optimizare în educația fizică școlară.
2	Mijloace activizante în formarea deprinderilor motorii din lecțiile de educație fizică.
3	Testele didactice și evaluarea progresului școlar în lecția de educație fizică.
4.	Studiu privind implicarea factorilor limitativi în învățarea activă.
	<b><i>Notă: Tematica nu este limitativă, ea poate fi extinsă la propunerea studenților.</i></b>

**DISCIPLINA: PRACTICA ÎN ACTIVITĂȚI DE TURISM**

1	Utilizarea tehnologiei IT în organizarea și desfășurarea activității turistice.
2	Implicații privind organizarea excursiilor și drumețiilor școlare.
3	Tabăra școlară – metode de activizare a elevilor.
	<b><i>Notă: Tematica nu este limitativă, ea poate fi extinsă la propunerea studenților.</i></b>

**Lect.univ.Dr MOTICA FLORIN**

**e-mail: [florinmotica@yahoo.com](mailto:florinmotica@yahoo.com)**

**DISCIPLINE: ISTORIA EDUCATIEI FIZICE SI SPORTULUI**

**EDICA ȘI DEONTOLOGIE IN EDUCATIE FIZICĂ SI SPORT**

**MANAGEMENTUL CLASEI DE ELEVI**

<b>1</b>	Managementul competiției și cooperării în jocul copiilor din ciclul gimnazial.
<b>2</b>	Relația dintre motivația extrinsecă și performanța sportivă.
<b>3</b>	Rolul suportului social în integrarea copiilor ,in cadrul clasei de elevi.
<b>4</b>	Jocurile olimpice moderne. Începuturile olimpismului modern.
<b>5</b>	Standarde de integritate în mediul academic.
<b>6</b>	Influența stilului managerial asupra performanțelor sportivilor.
<b>7</b>	Impactul tulburărilor de personalitate asupra relațiilor interpersonale in cadrul clasei de elevi.
<b>8</b>	Evoluția organizării educației fizice și sportului în România.
<b>9</b>	Clasa de elevi ca grup educational.Competiție și conflict în clasa de elevi.
<b>10</b>	Identificarea plagiatului în lucrările științifice. Principii și procedee de identificare a plagiatului.
	<i>Notă: Tematica nu este limitativă, ea poate fi extinsă la propunerea studentilor.</i>

**Lect.univ.dr. POPA HORATIU**

**e-mail: [horepopa@yahoo.com](mailto:horepopa@yahoo.com)**

**DISCIPLINA: METODICA PREDARII FOTBALULUI IN SCOALA /  
FUNDAMENTELE STIINTIFICE ALE JOCULUI DE FOTBAL**

<b>1</b>	Metode moderne de predare a jocului de fotbal în nivel gimnazial
<b>2</b>	Utilizarea jocurilor dinamice pentru dezvoltarea deprinderilor specifice jocului de fotbal din ciclul gimnazial
<b>3</b>	Rolul exercitiilor cu mingea în dezvoltarea îndemânării la elevii din ciclul gimnazial
<b>4</b>	Contribuția fotbalului la dezvoltarea rezistenței generale la elevii de gimnaziu
<b>5</b>	Dezvoltarea spiritului de echipă prin jocul de fotbal la elevii de gimnaziu

6	Influența activităților sportive cu conținut de fotbal asupra motivației pentru mișcare la elevii din ciclul gimnazial
7	Efectele competiționale școlare de fotbal asupra relațiilor interpersonale între elevi
8	Evaluarea progresului motric prin activități de fotbal în cadrul orelor de educație fizică și sport
9	Utilizarea tehnologiei digitale în predarea elementelor de fotbal
10	Rolul fotbalului școlar în promovarea unui stil de viață activ și sănătos
	<b><i>Notă: Tematica nu este limitativă, ea poate fi extinsă la propunerea studentilor.</i></b>

**Lect.univ.Dr. JURCAU VASILE**

**e-mail: [jurcauvasile@yahoo.com](mailto:jurcauvasile@yahoo.com)**

**DISCIPLINA: FUNDAMENTELE STIINTIFICE ALE JOCULUI DE BASCHET**

1	Studiu asupra dezvoltării calității motrice viteza, în clasa a ?-a cu exerciții ludice în jocul de baschet
2	Aspecte teoretico-metodice privind identificarea și corectarea greșelilor de tehnică a procedeele tehnice din jocul de baschet prin mijloace specifice la elevii din învățământul primar/gimnazial/liceal.
3	Repere teoretice și metodice privind lucrul în circuit pentru dezvoltarea forței prin mijloace specifice jocului de baschet la elevii din învățământul gimnazial/ liceal.
4	Considerații teoretice privind selecția echipei reprezentative de baschet la învățământul gimnazial/liceal.
5	Strategii de dezvoltarea potențialului creativ a elevilor din învățământul primar/gimnazial/liceal prin mijloacele jocului de baschet.
6	Studiu privind identificarea mijloacelor specifice jocului de baschet pentru dezvoltarea aptitudinilor psihomotrice la elevii învățământului primar/ gimnazial.
7	Argumente teoretico-metodice privind utilizarea jocului de baschet 3x3 în lecția de educație fizică la învățământul gimnazial.
8	Variante de practicare a jocului de baschet în școală la învățământul gimnazial/liceal.

9	Dezvoltarea capacităților coordinative la nivelul elevilor din ciclul gimnazial prin intermediul mijloacelor specifice jocului de baschet.
10	Metode și mijloace de evaluare a pregătirii în jocul de baschet la echipele reprezentative școlare
11	Dezvoltarea forței prin mijloace specifice jocului de baschet la elevii din ciclul gimnazial.
12	Optimizarea lecției de educație fizică prin utilizarea mijloacelor specifice jocului de baschet.
13	Dezvoltarea calitatii motrice-viteza, prin utilizarea jocurilor dinamice specifice baschetului ,in lectia de educatie fizica din invatamantul primar/gimnazial
14	Argumente teoretico-metodice privind utilizarea jocului de baschet 3x3 in lectia de educatie fizica din invatamantul gimnazial
15	Modalitati de dezvoltare a indemanarii specifice in baschet, manevrarea mingii, prin experimentarea unor jocuri dinamice si pregatitoare, stafete, la ciclul primar (I-IV).
<i>Notă: Tematica nu este limitativă, ea poate fi extinsă la propunerea studenților.</i>	

**Lect.univ.dr. TUDOR BOGDAN**

e-mail: [tdbogdan@gmail.com](mailto:tdbogdan@gmail.com)

### **DISCIPLINA: METODICA PREDARII HANDBALULUI ÎN ȘCOALĂ**

1	Studiu privind selecție și pregătirea echipei reprezentative școlare de handbal
2	Studiu cu privire la organizarea procesului de predare-învățare-evaluare a jocului de handbal la nivelul claselor a III-a și a IV-a
3	Studiu privind dezvoltarea fizică armonioasă prin jocuri de mișcare specifice handbalului
4	Studiu privind inițierea in jocul de minihandbal in cadrul lecțiilor de educație fizică și sport
5	Model teoretic de predare a jocului de handbal la clasele a III-a și a IV-a

6	Aspecte ale predării jocului de handbal la clasa a V-a, la școala .....
	<i>Notă: Tematica nu este limitativă, ea poate fi extinsă la propunerea studentilor.</i>

**Lect.univ.dr.TANASE BOGDAN**  
**e-mail: bogdan.tanase@ubvonline.ro**

**DISCIPLINA: METODICA PREDARII VOLEIULUI IN SCOALĂ/  
FUNDAMENTELE STIINTIFICE ALE JOCULUI DE VOLEI**

1	Rolul si importanta jucatorului libero in jocul de volei la nivel gimnazial
2	Modelarea jucatorului central in jocul de volei
3	Ridicatorul: dezvoltare tehnico-tactica – clasa a VII-a
4	Studiu privind dezvoltarea detentei in ciclul gimnazial specific jocului sportiv volei
	<i>Notă: Tematica nu este limitativă, ea poate fi extinsă la propunerea studentilor.</i>

**Lect.univ.dr.COLȚAN.J**

**email:coltopo@yahoo.com**

**DISCIPLINA: METODICA PREDĂRII GIMNASTICII ÎN ȘCOALĂ / DANS  
SPORTIV**

1	<u>Evoluția gimnasticii artistice și implicațiile ei sociale</u> - o analiza evolutivă.
2	Forme de organizare a serbarilor scolare prin ansambluri cu obiecte portative.
3	Creșterea eficienței lecției de educație fizică la ciclul gimnazial prin folosirea băncii de gimnastică în diferite momente ale lecției.
4	Studiu privind optimizarea strategiei de selecție și organizarea grupelor de <u>incepătoare fete în gimnastica ritmica/artistica.</u>
5	Metode și mijloace specifice gimnasticii pentru dezvoltarea mobilitatii articulare si <u>a elasticitatii musculare în ciclul gimnazial de învățământ.</u>

6	Creșterea eficienței lecției de educație fizică la ciclul gimnazial prin folosirea obiectelor portative în vederea dezvoltării îndemânării și orientării în spațiu.
7	Dezvoltarea creativității la elevii de gimnaziu prin mijloace specifice gimnasticii artistice și ritmice.
8	Studiu privind dinamica performanțelor gimnasticii românești la Jocurile Olimpice
9	Studiu privind influențele cursurilor de "Gimnastică" în formarea limbajului profesional al studenților Facultății de Educație Fizică și Sport
10	Stretching-ul, metodă utilizată în lecția de educație fizică a elevilor din ciclul gimnazial/ liceal în vederea creșterii indicilor de mobilitate
11	Studiu constatativ privind particularitățile predării elementelor acrobatice din gimnastica școlară la ciclul gimnazial/ liceal (clasele a V-a – a VIII-a/ a IX- a – a XII -a) în baza programelor școlare
12	Contribuția dansului sportiv la dezvoltarea biologică a tinerilor
13	Studiu privind influența exercițiilor de gimnastică ritmică asupra dezvoltării motrice și estetice a fetelor de vârstă școlară mică

**Lect.univ.Dr.CARMINA GORGAN**  
**[e-mail: carminagorgan@yahoo.com](mailto:carminagorgan@yahoo.com)**

#### **DISCIPLINA: METODICA PREDĂRII ATLETISMULUI ÎN ȘCOALĂ**

1	Studiu privind ponderea mijloacelor din școala săriturii în verigile lecției de educație fizică la clasele a –V-a și a-VI-a din învățământul gimnazial
2	Studiu privind utilizarea mijloacelor din școala atletismului sub formă de ștafetă, în lecția de educație fizică, la elevii din ciclul gimnazial
3	Studiu privind utilizarea mijloacelor din școala atletismului, în lecția de educație fizică la clasa a V-a
4	Studiu privind educarea vitezei prin mijloace specifice atletismului, în lecția de educație fizică la ciclul gimnazial
5	Studiu privind utilizarea mijloacelor din atletism, în timpul liber, la elevii de gimnaziu
6	Studiu privind utilizarea mijloacelor din școala atletismului în cadrul jocurilor dinamice la ciclul primar
7	Studiu privind utilizarea jocurilor dinamice, în lecția de educație fizică, la ciclul gimnazial, pentru învățarea elementelor din școala atletismului

8	Studiu privind utilizarea mijloacelor din atletism în cadrul pregătirii echipei reprezentative de fotbal la elevii de gimnaziu
9	Studiu privind nivelul de atractivitate al mijloacelor din atletism în lecțiile de educație fizică, la ciclul gimnazial
<i>Notă: Tematica nu este limitativă, ea poate fi extinsă la propunerea studentilor.</i>	

**Lect.univ.Dr.CHIRCULESCU NICOLAE**

**e-mail: [nicu\\_chirculescu@yahoo.com](mailto:nicu_chirculescu@yahoo.com)**

## DISCIPLINA: TEORIA SI PRACTICA IN JOCUL DE TENIS

1	Considerații teoretice privind pregătirea fizică generală la copii prin jocul de tenis
2	Considerații teoretice privind pregătirea fizică specifică la copii prin jocul de tenis
3	Aspecte privind metodologia învățării jocului de simplu la nivelul copiilor
4	Aspecte privind metodologia învățării jocului de dublu la nivelul copiilor
5	Studiu privind dezvoltarea calităților motrice de bază la elevii din ciclul gimnazial
6	Aspecte ale comunicării ale procesului de pregătire în tenis.
7	Modalități de eficientizare a învățării tehnicii în tenis de câmp prin utilizarea de aparate ajutătoare
8	Metode și mijloace de învățare a loviturilor de bază din jocul de tenis la categoria de vârstă 6-8 ani
9	Aspecte privind jocul de mini-tenis
<i>Notă: Tematica nu este limitativă, ea poate fi extinsă la propunerea studentilor.</i>	

## FITNESS

1	Tehnici de dezvoltare a mobilitatii articulare si elasticitatii musculare la elevii din ciclul gimnazial
2	Combaterea tendintelor de obezitate la ciclul primar prin mijloacele fitnessului
3	Programe de tonifiere musculara cu ajutorul metodei .....
4	Stretchingul si eficienta acestuia in dezvoltarea mobilitatii articulare si a elasticitatii musculare

5	Studiu comparativ privind desfasurarea activitatii de gimnastica aerobica de intretinere si a fitness-ului la aparate
6	Educarea motricității și a esteticii corporale la ciclul primar
7	Optimizarea calității motrice forța prin intermediul unui program bazat pe circuite de forță
8	Stretching-ul, metodă utilizată în lecția de educație fizică a elevilor din ciclul gimnazial/liceal în vederea creșterii indicilor de mobilitate
9	Studiu constatativ privind adaptarea și utilizarea antrenamentului pe intervale pentru dezvoltarea rezistenței mixte și anaerob lactacide la elevii clasei a VIII-a.
10	Studiu constatativ privind locul și rolul stretchingului dinamic în dezvoltarea flexibilității în lecția de educație fizică din gimnaziu.
11	Studiu constatativ privind locul și rolul stretchingului static în dezvoltarea flexibilității în lecția de educație fizică din gimnaziu.
12	Metode, mijloace și forme de organizare cu eficiență crescută în influențarea dezvoltării motricității la elevii din clasele V - VIII.
13	Influențarea capacității motrice la clasele I-IV prin trasee aplicative școlare.
14	Dezvoltarea capacității motrice la elevii din ciclul gimnazial prin metoda lucrului diferențiat.
15	Rolul exercițiului fizic în dezvoltarea psihomotricității elevilor din ciclul primar.
16	Capacitățile coordinative și posibilitatea dezvoltării acestora prin intermediul tehnologiei interactive