



UNIVERSITATEA “VALAHIA” DIN TÂRGOVIȘTE
FACULTATEA DE ȘTIINȚE UMANISTE
Str. Lt. Stancu Ion, nr. 35, Târgoviște, România
Telefon: +40-245-206105, Fax: +40-245-206279
[E-mail: umaniste@valahia.ro](mailto:umaniste@valahia.ro)
[Webpage: http://fsu.valahia.ro](http://fsu.valahia.ro)



Universitatea „Valahia” din Târgoviște
Facultatea de Științe Umaniste
Departamentul de Educație Fizică și Sport

Tematică lucrări de licență
programul Educație fizică și sportivă
promoția 2025-2026

Prof. univ. dr. Constantin PEHOIU

Teoria și metodică educației fizice și sportului

1. Concepții și sisteme referitoare la educația fizică în școală;
2. Rolul și importanța educației fizice în creșterea calității vieții la diferite categorii de vârstă – categorie la alegere;
3. Perspective teoretice cu privire la integrarea socială a copiilor și adolescenților prin practicarea exercițiilor fizice;
4. Considerații teoretice și practice cu privire la comportamentul proactiv și sedentar al elevilor din învățământul primar și gimnazial-la alegere;
5. Particularități ale lecției de educație fizică desfășurată în învățământul primar și gimnazial în funcție de baza materială și condițiile de mediu – la alegere;
6. Studiu comparativ cu privire la dinamica efortului și dirijarea acestuia în lecțiile de educație fizică desfășurate în învățământul primar și cel gimnazial – la alegere;
7. Studiu comparativ al sistemelor de evaluare în educația fizică și școlară;
8. Modalități de evaluare a randamentului în lecția de educație fizică și sportive școlare;
9. Studiu referitor la metode și tehnici de evaluare a dezvoltării fizice; metode și tehnici de evaluare a capacităților condiționale; metode și tehnici de evaluare a capacităților coordinative – forma de învățământ – primar, gimnazial, la alegere;



UNIVERSITATEA “VALAHIA” DIN TÂRGOVIȘTE
FACULTATEA DE ȘTIINȚE UMANISTE
Str. Lt. Stancu Ion, nr. 35, Târgoviște, România
Telefon: +40-245-206105, Fax: +40-245-206279
[E-mail: umaniste@valahia.ro](mailto:umaniste@valahia.ro)
Webpage: <http://fsu.valahia.ro>



10. Studiu privind corelația dintre evaluarea inițială, evaluarea continuă și evaluarea sumativă în educația fizică și sportivă școlară;

11. Considerații teoretice cu privire la rolul profesorului de educație fizică în societatea contemporană;

12. Studiu cu privire la corelația dintre indicii de dezvoltare fizică și cei ai capacității motorice la elevii din învățământul primar și gimnazial-la alegere;

13. Studiu privind dezvoltarea capacităților condiționale și a celor coordinaționale, respectiv formarea deprinderilor motrice în cadrul lecțiilor de educație fizică din învățământul primar și gimnazial – la alegere;

14. Jocul dinamic și rolul său în realizarea competențelor, abilităților și atitudinilor specifice educației fizice școlare;

15. Aspecte teoretice privind tendințele moderne în predarea educației fizice și sportive școlare;

16. Studiu cu privire la optimizarea lecției de educație fizică prin utilizarea de conținuturi și mijloace specifice sporturilor complementare;

17. Aspecte ale relației de continuitate a activității de educație fizică și sport – învățământ primar și gimnazial;

Kinesiologie

1. Direcții și provocări ale domeniului educațional specific experienței mișcării corporale;

2. Domeniul sănătății - provocări din perspectiva domeniului educației fizice și sportului;

3. Stilul activ de viață – concept, importanță și modalități de implementare la diferite categorii de vârstă și socio-profesionale – la alegere;



UNIVERSITATEA “VALAHIA” DIN TÂRGOVIȘTE
FACULTATEA DE ȘTIINȚE UMANISTE
Str. Lt. Stancu Ion, nr. 35, Târgoviște, România
Telefon: +40-245-206105, Fax: +40-245-206279
[E-mail: umaniste@valahia.ro](mailto:umaniste@valahia.ro)
Webpage: <http://fsu.valahia.ro>



4. Expresia și comunicarea prin limbaj corporal-importanta lor in domeniul educatiei fizice si sportului;
5. Legislație comunitară în domeniul educației fizice și sportului;
6. Exemple de bune practici în aria loisirului sportiv;
7. Indicele de masă corporală și compoziția corporală, repere ale stării de nutriție, la diferite categorii de populație-la alegere;
8. Modalități de monitorizare a efortului fizic în activitatea de educatie fizica si cea de antrenament sportiv – diverse ramuri de sport, la alegere;
9. Invatarea motrica si particularități ale acesteia in procesul insusirii, formarii si dezvoltarii - elementelor tehnice, în diverse ramuri de sport – la alegere;
10. Aspecte referitoare la optimizarea/eficientizarea tehnicii sportive, prin folosirea unor modele de analiză biomecanică a mișcărilor.

Psihopedagogie

1. Caracteristici specifice stilurilor și strategiilor de învățare ale sportivilor de-a lungul etapelor de dezvoltare (copilărie, pubertate, adolescență) – etapa de dezvoltare la alegere;
2. Caracteristici specifice abilității de percepție a formei sportive in diferite etape ale dezvoltarii umane (copilărie, pubertate, adolescență, tinerețe) – etapa de dezvoltare la alegere;
3. Importanța si rolul ramurilor sportive in directia dezvoltarii abilității de percepție a formei sportive- ramura sportiva la alegere;
4. Caracteristici ale aptitudinii spațiale si temporale la sportivii aflați în diferite etape de dezvoltare (copilărie, pubertate, adolescență, tinerețe) – etapa de dezvoltare la alegere;
5. Importanța si rolul ramurilor sportive in directia dezvoltarii aptitudinii spatiale si temporale-ramura sportive la alegere;
6. Cunoașterea caracteristicilor sistemului motivațional al elevilor pentru activitățile deeducație fizică și sport;



UNIVERSITATEA “VALAHIA” DIN TÂRGOVIȘTE
FACULTATEA DE ȘTIINȚE UMANISTE
Str. Lt. Stancu Ion, nr. 35, Târgoviște, România
Telefon: +40-245-206105, Fax: +40-245-206279
[E-mail: umaniste@valahia.ro](mailto:umaniste@valahia.ro)
Webpage: <http://fsu.valahia.ro>



7. Strategii motivaționale destinate elevilor în activitățile de educației fizică și sport;
8. Caracteristici ale sistemului dinamico-energetic (temperamentul) al sportivilor în diferite etape ale dezvoltării umane (copilărie, pubertate, adolescență, tinerețe)-etapa de dezvoltare la alegere;
9. Caracteristici ale sistemului relațional-valoric al sportivilor aflați în diferite etape de dezvoltare (copilărie, pubertate, adolescență, tinerețe) – etapa de dezvoltare la alegere;
10. Stiluri de comunicare și optimizarea comunicării profesor-elev / antrenor-sportiv;
11. Importanța cunoașterii caracteristicilor psihomotorii ale subiecților (elevi, sportivi, pacienți) aflați în diferite etape de dezvoltare (copilărie, pubertate, adolescență, tinerețe) pentru optimizarea activităților educative;
12. Importanța cunoașterii caracteristicilor de personalitate ale elevilor/sportivilor pentru optimizarea activității profesor-elev/antrenor-sportiv. Modelul Big-Five;
13. Caracteristici ale autonomiei personale la elevi și sportive;
14. Dificultăți de adaptare ale elevilor și sportivilor în lecția de educație fizică, antrenament și concurs, modalități de reglare/autoreglare psihică;
15. Raportul dintre nivelul stresului și strategiile de coping ale sportivilor din diferite ramuri de sport;
16. Raportul dintre nivelul stresului programului școlar și activitatea de educație fizică și sportivă la diferite categorii de vârstă – categorie de vârstă la alegere.

Istoria educației fizice și sportului

1. Aspecte ale sportului premodern (Antichitate, Evul Mediu, Renaștere), la alegere;
2. Aspecte din istoria Jocurilor Olimpice;
3. Apariția sportului modern în Europa și influența asupra sportului românesc ;
4. Educație fizică și sport în România interbelică;



UNIVERSITATEA “VALAHIA” DIN TÂRGOVIȘTE
FACULTATEA DE ȘTIINȚE UMANISTE
Str. Lt. Stancu Ion, nr. 35, Târgoviște, România
Telefon: +40-245-206105, Fax: +40-245-206279
[E-mail: umaniste@valahia.ro](mailto:umaniste@valahia.ro)
Webpage: <http://fsu.valahia.ro>



5. Biografii ale sportivilor straini si romani – campioni europeni, mondiali si olimpici pe ramuri de sport;
6. Aparitia si evolutia organizatiilor sportive în decursul istoriei (asociații, cluburi, federații, etc.) ;
7. Disciplinele sportive, istoria si evolutia performantelor la jocurile Olimpice Moderne;
8. Sportul în România comunistă și postcomunistă, participarea la Jocurile Olimpice Moderne;
9. Sport și religie în istorie.

Etică și deontologie în Știința Sportului și Educației Fizice

1. Studiu referitor la expresia valorilor morale în activitati sport;
2. Studiu privind sportul și problemele sociale: rasism, violență, discriminare de gen - teme la alegere;
3. Studiu comparativ al activitatii comisiilor de etică în sportul de performanță din România;
4. Studiu referitor la manifestarea principiilor etice în jurnalismul sportiv;
5. Studiu referitor la conținutul codului de etica și aplicarea acestuia la nivelul structurilor si organizatiilor sportive;
6. Repere istorice privind aparitia si utilizarea doppingului;
7. Studiu asupra evolutiei controlului anti-doping de-a lungul timpului;
8. Studiu referitor la efectul utilizarii substanțelor interzise asupra organismului sportivilor.
9. Evolutia legislației referitoare la folosirea in activitatea sportive a substantelor interzise/dopajului pe plan național/internațional;
10. Studii privind aplicarea eticii pentru un *Sport curat*;
11. Cazuri celebre de sportive sanctionati ca urmare a consumului de substante interzise;



UNIVERSITATEA “VALAHIA” DIN TÂRGOVIȘTE
FACULTATEA DE ȘTIINȚE UMANISTE
Str. Lt. Stancu Ion, nr. 35, Târgoviște, România
Telefon: +40-245-206105, Fax: +40-245-206279
[E-mail: umaniste@valahia.ro](mailto:umaniste@valahia.ro)
Webpage: <http://fsu.valahia.ro>



12. Manager, leader, coach, mentor în activitatea sportivă – calități și aptitudini, responsabilitati;

13. Rolul sportivilor în respectarea aspectelor etice în mediul activitatii specific;

14. Rolul profesorilor si antrenorilor în respectarea aspectelor etice în mediul activitatii specific;



UNIVERSITATEA “VALAHIA” DIN TÂRGOVIȘTE
FACULTATEA DE ȘTIINȚE UMANISTE
Str. Lt. Stancu Ion, nr. 35, Târgoviște, România
Telefon: +40-245-206105, Fax: +40-245-206279
[E-mail: umaniste@valahia.ro](mailto:umaniste@valahia.ro)
Webpage: <http://fsu.valahia.ro>



Conf. univ. dr. Ancuța PÎRVAN

1. Studiu privind utilizarea elementelor specifice din înot privind creșterea capacității psihice a copiilor din sistemul gimnazial.
2. Studiu privind caracteristici și repere metodologice cu privire la lecția de înot la clasele cu program sportiv.
3. Importanța învățării înotului privind optimizarea dezvoltării fizice armonioase la copiii de 6-10 ani.
4. Dezvoltarea calităților motrice combinate, prin folosirea înotului ca activitate extrașcolară, la clasele V-VIII.
5. Optimizarea lecției de educație fizică și sport în școală, prin folosirea jocurilor de mișcare în mediu acvatic.
6. Îmbunătățirea condiției fizice prin mijloace specifice înotului, la diverse categorii de vârstă. (clasele primare, gimnaziale, liceale)
7. Valoarea formativ - educativă a înotului la nivelul claselor primare.
8. Dezvoltarea condiției fizice a copiilor de 6-14 ani prin intermediul activităților desfășurate în mediul acvatic.
9. Rolul activităților extracuriculare în formarea și dezvoltarea personalității copilului.
10. Influențele practicării înotului ca activitate de timp liber asupra educației generale a copiilor.



UNIVERSITATEA “VALAHIA” DIN TÂRGOVIȘTE
FACULTATEA DE ȘTIINȚE UMANISTE
Str. Lt. Stancu Ion, nr. 35, Târgoviște, România
Telefon: +40-245-206105, Fax: +40-245-206279
[E-mail: umaniste@valahia.ro](mailto:umaniste@valahia.ro)
Webpage: <http://fsu.valahia.ro>



Conf. univ. dr. Ionela Alina CUCUI

1. Rolul deprinderilor atletice în lecția de educație fizică la învățământul primar
2. Studiu privind dezvoltarea forței prin mijloace atletice la elevii din învățământul gimnazial
3. Studiu privind dezvoltarea calităților motrice ale elevilor din învățământul primar
4. Studiu privind dezvoltarea calităților motrice ale elevilor din învățământul gimnazial
5. Studiu privind potentialul motric al școlarului mic
6. Studiu privind îmbunătățirea detentei elevilor de 13-14 ani prin exerciții pliometrice
7. Studiu privind activitatea motrică adaptată în viața elevului cu CES



UNIVERSITATEA “VALAHIA” DIN TÂRGOVIȘTE
FACULTATEA DE ȘTIINȚE UMANISTE
Str. Lt. Stancu Ion, nr. 35, Târgoviște, România
Telefon: +40-245-206105, Fax: +40-245-206279
[E-mail: umaniste@valahia.ro](mailto:umaniste@valahia.ro)
Webpage: <http://fsu.valahia.ro>



Conf. univ. dr. Doru GALAN

1. Jocurile copilăriei – metodă de ameliorare a calităților moral-volitive la clasele primare
2. Studiu privind combaterea stresului la elevii din învățământul gimnazial
3. Rolul jocurilor de mișcare în cadrul taberelor școlare
4. Impactul fitness – ului asupra tinerilor din învățământul liceal
5. Studiu privind modalitățile de dezvoltare a forței utilizând metode și tehnici specifice sporturilor de combat, la clasa a VIII-a
6. Oportunitatea ameliorării forței și îndemânării prin utilizarea exercițiilor caletenice și pliometrice la gimnaziu
7. Contribuții metodico-teoretice privind activitățile extracurriculare prin utilizarea mijloacelor specifice artelor marțiale, la nivelul învățământului primar
8. Impactul sporturilor de combat asupra dezvoltării armonioase a copiilor din învățământul gimnazial
9. Cultivarea încrederii în potențialul psiho-fizic al liceenilor prin utilizarea metodelor de pregătire specifice culturismului
10. Studiu privind implementarea unei tematici marțiale la nivelul învățământului gimnazial



UNIVERSITATEA “VALAHIA” DIN TÂRGOVIȘTE
FACULTATEA DE ȘTIINȚE UMANISTE
Str. Lt. Stancu Ion, nr. 35, Târgoviște, România
Telefon: +40-245-206105, Fax: +40-245-206279
[E-mail: umaniste@valahia.ro](mailto:umaniste@valahia.ro)
Webpage: <http://fsu.valahia.ro>



Conf.univ.dr. Bianca FERRARIO

1. Studiu privind parcurgerea elementelor acrobatice la clasele gimnaziale.
2. Studiu privind influența elementelor din gimnastică artistică asupra capacităților coordonative, la clasele de gimnaziu.
3. Studiu privind influența dezvoltării fizice armonioase prin activități de gimnastică, la clasele primare.
4. Studiu privind influența condiției fizice la elevii de gimnaziu, prin practicarea gimnasticii aerobice.
5. Studiu privind utilizarea parcursurilor aplicative cu elemente din gimnastică în dezvoltarea calităților motrice.
6. Studiu privind utilizarea săriturilor din gimnastică în evoluția calităților psihomotrice la elevii din ciclul gimnazial.
7. Studiu privind influența elementelor de gimnastică în evoluția supleții musculare, la clasele gimnaziale.
8. Studiu privind utilizarea exercițiilor aerobice în evoluția calităților de forță și rezistență la clasele gimnaziale.
9. Studiu privind evoluția flexibilității corporale prin exerciții de gimnastică la clasele primare.



UNIVERSITATEA “VALAHIA” DIN TÂRGOVIȘTE
FACULTATEA DE ȘTIINȚE UMANISTE
Str. Lt. Stancu Ion, nr. 35, Târgoviște, România
Telefon: +40-245-206105, Fax: +40-245-206279
[E-mail: umaniste@valahia.ro](mailto:umaniste@valahia.ro)
Webpage: <http://fsu.valahia.ro>



Conf. univ. dr. Gheorghe-Gabriel CUCUI

1. Modalități de dezvoltare a îndemânării la ciclul primar
2. Dezvoltarea calităților motrice la ciclul primar prin ștafete și jocuri dinamice
3. Studiu privind metodologia de pregătire a reprezentativei școlare de fotbal
4. Impactul jocurilor sportive în creșterea motivației elevilor pentru participarea la orele de educație fizică
5. Rolul jocurilor tehnico-tactice de fotbal în dezvoltarea competențelor motrice la elevi
6. Influența exercițiilor din fotbal asupra condiției fizice generale a elevilor în cadrul orelor de educație fizică
7. Implementarea elementelor de bază ale fotbalului în lecția de educație fizică școlară: metode și beneficii
8. Utilizarea mini-fotbalului în lecțiile de educație fizică pentru îmbunătățirea spiritului de echipă la elevii din ciclul primar
9. Programe de kinetoterapie integrate în lecția de educație fizică pentru prevenirea afecțiunilor posturale la elevi
10. Managementul și organizarea programelor de sport și timp liber în școli



UNIVERSITATEA “VALAHIA” DIN TÂRGOVIȘTE
FACULTATEA DE ȘTIINȚE UMANISTE
Str. Lt. Stancu Ion, nr. 35, Târgoviște, România
Telefon: +40-245-206105, Fax: +40-245-206279
[E-mail: umaniste@valahia.ro](mailto:umaniste@valahia.ro)
Webpage: <http://fsu.valahia.ro>



Conf. univ. dr. Cristian-Florian SAVU

1. Studiu privind importanța mijloacelor specifice jocului de baschet în dezvoltarea capacității de efort a elevilor din ciclul gimnazial.

Studiu privind dezvoltarea morfo-funcțională a elevilor din ciclul gimnazial prin intermediul mijloacelor specifice jocului de baschet.

2. Studiu privind optimizarea lecției de educație fizică și sport din ciclul gimnazial prin mijloace specifice jocului de baschet.

3. Studiu privind efectele folosirii mijloacelor specifice din jocul de baschet asupra dezvoltării calităților motrice la copiii din ciclul gimnazial.

4. Studiu privind dezvoltarea calităților motrice viteză și îndemânare prin mijloace specifice jocului de baschet în lecția de educație fizică din ciclul gimnazial.

5. Studiu privind dezvoltarea detentei prin mijloace specifice jocului de baschet la elevii din ciclul gimnazial.

6. Studiu privind dezvoltarea calităților motrice combinate prin mijloace specifice jocului de baschet în lecția de educație fizică din ciclul gimnazial.

7. Studiu privind importanța mijloacelor specifice jocului de volei în dezvoltarea capacității de efort a elevilor din ciclul gimnazial.

8. Studiu privind dezvoltarea morfo-funcțională a elevilor din ciclul gimnazial prin intermediul mijloacelor specifice jocului de volei.

9. Studiu privind optimizarea lecției de educație fizică și sport din ciclul gimnazial prin mijloace specifice jocului de volei.

10. Studiu privind efectele folosirii mijloacelor specifice din jocul de volei asupra dezvoltării calităților motrice la copiii din ciclul gimnazial.



UNIVERSITATEA “VALAHIA” DIN TÂRGOVIȘTE
FACULTATEA DE ȘTIINȚE UMANISTE
Str. Lt. Stancu Ion, nr. 35, Târgoviște, România
Telefon: +40-245-206105, Fax: +40-245-206279
[E-mail: umaniste@valahia.ro](mailto:umaniste@valahia.ro)
Webpage: <http://fsu.valahia.ro>



11. Studiu privind dezvoltarea calităților motrice viteză și îndemânare prin mijloace specifice jocului de volei în lecția de educație fizică din ciclul gimnazial.
12. Studiu privind dezvoltarea detentei prin mijloace specifice jocului de volei la elevii din ciclul gimnazial.
13. Studiu privind dezvoltarea calităților motrice combinate prin mijloace specifice jocului de volei în lecția de educație fizică din ciclul gimnazial.