Program: EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORTIVĂ (licență)
An universitar: 2025-2026
FACULTATEA DE EDUCAȚIE FIZICĂ, SPORT ȘI KINETOTERAPIE

Proba 1: Evaluarea cunoștințelor fundamentale și de specialitate (oral)
Proba 2: Prezentarea și susținerea lucrării de licență (oral).

Proba 1: Evaluarea cunoștințelor fundamentale și de specialitate

a) Teoria și metodica educației fizice și sportului (2 subiecte)
b) Metodica predării disciplinelor sportive în școală: atletism, baschet, fotbal, gimnastică, handbal, volei și activități motrice de timp liber (1 subiect).

Proba 2: Prezentarea și susținerea lucrării de licență

Această probă se susține oral în fața unei comisii formată din trei membrii.

TEMATICA ȘI BIBLIOGRAFIA PENTRU PROBA 1 LA EXAMENUL DE LICENȚĂ

TEORIA SI METODICA EDUCATIEI FIZICE SI SPORTULUI

1. OBIECTUL, SARCINILE ȘI METODELE DE CERCETARE ȘTIINȚIFICĂ ALE TEORIEI EDUCAȚIEI FIZICE ȘI SPORTULUI
2. NOȚIUNI PRINCIPALE ALE TEORIEI ȘI METODICII EDUCAȚIEI FIZICE ȘI SPORTULUI.
3. CAPACITATEA MOTRICĂ
4. FUNCȚIILE EFS
5. COMPONENTELE PROCESULUI DE EFS
6. NORMATIVITATEA ÎN EFS
7. SISTEMUL METODELOR ÎN EFS
8. ORIENTĂRI ȘI TENDINȚE METODOLOGICE ÎN EFS
9. MIJLOACE UTILIZATE ÎN EFS
10. EFORTUL ÎN LECȚIA DE EFS
11. ORGANIZAREA PROCESULUI DE EDUCAȚIE FIZICĂ.
12. EVALUAREA ȘI EVIDENȚA ÎN EDUCAȚIE FIZICĂ

Bibliografie

Bîcă, M., (2006), Teoria şi metodica educaţiei fizice şi sportului, Editura Universitaria,
Cârstea, Gh., (2001), Didactica educaţiei fizice. ANEFS, Bucureşti
Dragnea A. și colab., (2006), Educație fizică și sport - teorie și didactică, FEST, București,

Tudor, V., Șerbănoiu S., (2007), Teoria și metodica educației fizice și sportului, Curs universitar, București,
Stănescu,M., (2002), Metodica educaţiei fizice. A.N.E.F.S., Bucureşti,

METODICA PREDĂRII ATLETISMULUI ÎN ŞCOALĂ

1. METODICA PREDĂRII ATLETISMULUI ÎN CICLUL PRIMAR.
2. METODICA PREDĂRII ATLETISMULUI ÎN CICLUL GIMNAZIAL
3. METODICA PREDĂRII ATLETISMULUI ÎN CICLUL LICEAL.
4. REGULAMENTUL ÎN PROBELE ATLETICE DIN ARIA CURRICULARĂ
5. ORGANIZAREA COMPETIȚIILOR DE ATLETISM ÎN ȘCOALĂ. PARTICULARITĂȚILE ANTRENAMENTULUI ATLETIC ȘCOLAR, PLANIFICAREA ȘI CONȚINUTUL PREGĂTIRII
6. LECȚIA DE EDUCAȚIE FIZICĂ CU TEME DE ATLETISM
7. METODOLOGIA EVALUĂRII ELEVILOR ÎN LECȚIA DE EDUCAȚIE FIZICĂ CU TEME DE ATLETISM
8. BAZELE GENERALE ALE ÎNVĂȚĂRII EXERCIȚIILOR DE ATLETISM – SCHEMA TIP A ÎNVĂȚĂRII

Bibliografie

Alecu, A., (2021), Note de curs ,,Bazele generale ale atletismului” (Uz intern);
Alexei M.,Bogdan, V., (2009), Tehnica și Metodica învăţării probelor atletice, Edit. Napoca Star;
Barbu, C.,Stoica, M. (2000), ,,Atletism – metodica predării exerciţiilor de atletism în lecţia de educaţie fizică”, Editura Printech, Bucureşti
Bogdan V., (2009), Atletism - Particularităţile tehnico-biomecanice ale probelor de atletism, Editura GMI
Monea Gh., (2007), Iniţierea în probele atletice, Editura Napoca Star Cluj-Napoca,
Stoica, M., (2015), Metodica predării atletismului în scoală, Editura Discobolul Bucuresti, CD, ISBN 978-606-8603-74-2,
Stoica, M., (2013), MDS Atletice. Curs pentru studenții anului I. UNEFS

METODICA PREDĂRII BASCHETULUI ÎN ŞCOALĂ

1. ASPECTE GENERALE ALE METODICII JOCULUI DE BASCHET ÎN ȘCOALĂ
2. COMPETENŢE SPECIFICE ŞI CONŢINUTURI - CLASA A V-A
3. COMPETENŢE SPECIFICE ŞI CONŢINUTURI - CLASA A VI-A
4. COMPETENŢE SPECIFICE ŞI CONŢINUTURI - CLASA A VII-A

5. COMPETENŢE SPECIFICE ŞI CONŢINUTURI - CLASA A VIII-A
6. NOȚIUNI DE REGULAMENT
7. EVALUAREA CUNOȘTINȚELOR SPECIFICE JOCULUI DE BASCHET ÎN ȘCOALĂ
8. PREGĂTIREA ECHIPEI REPREZENTATIVE ȘCOLARE ȘI ORGANIZAREA COMPETIȚIILOR ȘCOLARE

Bibliografie

Ghițescu Iulian Gabriel, Moanță Alina Daniela, (2013), Baschet. Fundamente ştiinţifice, Editura Bren,
Ghițescu I., Moanță A., Igorov M., Croitoru D., Ciolcă S., Hantău C., Dina G., Grigore Ghe., (2011), Didactica predării jocurilor sportive, Editura Discobolul
Ghițescu Iulian Gabriel, Moanță Alina Daniela, (2015), Metodica predării jocului de baschet în școală, Editura Discobolul, București,
Predescu,T., Moanţă,A., (2001) - Baschetul în şcoală. Instruire -învăţare. Ed. Semne, Bucureşti
Stan Elena Amelia, Baschet, (2018), Note de curs, Editura Risoprint, Cluj-Napoca, 2018,

METODICA PREDĂRII FOTBALULUI ÎN ŞCOALĂ

1. ASPECTE GENERALE ALE METODICII PREDĂRII JOCULUI DE FOTBAL ÎN ŞCOALĂ
2. COMPETENŢE SPECIFICE ŞI CONŢINUTURI - CLASA A V-A
3. COMPETENŢE SPECIFICE ŞI CONŢINUTURI - CLASA A VI-A
4. COMPETENŢE SPECIFICE ŞI CONŢINUTURI - CLASA A VII-A
5. COMPETENŢE SPECIFICE ŞI CONŢINUTURI - CLASA A VIII-A
6. ORGANIZAREA COMPETIŢIILOR DE FOTBAL ÎN ŞCOALĂ ŞI NOŢIUNI DE REGULAMENT SPECIFIC
7. EVALUAREA CUNOŞTINŢELOR SPECIFICE JOCULUI DE FOTBAL ÎN ŞCOALĂ
8. SELECŢIA, FORMAREA ŞI PREGĂTIREA ECHIPEI REPREZENTATIVE ŞCOLARE DE FOTBAL

Bibliografie

Balint, Gh. (2007), Metodica predării fotbalului în gimnaziu, Editura Pim, Iaşi,
Ciolcă, S. (2008), Fotbal. Fundamente teoretice şi metodice, ANEFS, Bucureşti,
Dima , M. (2018), *Curs de baza - Fotbal ,* Editura Universităţii din Piteşti

METODICA PREDĂRII GIMNASTICII ÎN ŞCOALĂ

1. APLICAȚII GIMNICE ÎN VERIGILE LECȚIILOR DE EDUCAȚIE FIZICĂ
2. TEHNICI ȘI METODE GIMNICE SPECIFICE ÎN PREDAREA GIMNASTICII ÎN ȘCOALĂ
3. METODICA PREDĂRII ELEMENTELOR ACROBATICE STATICE
4. METODICA PREDĂRII ELEMENTELOR ACROBATICE DINAMICE ROSTOGOLIRI
5. METODICA PREDĂRII ELEMENTELOR ACROBATICE DINAMICE RĂSTURNĂRI
6. METODICA PREDĂRII SĂRITURILOR CU SPRIJIN
7. METODICA REALIZĂRII UNUI EXERCIȚIU LA SOL
8. METODICA REALIZĂRII UNUI PARCURS APLICATIV

Bibliografie

Popescu G. (2002), Gimnastica de bază. Volumul I Editura Perpessicius,
Popescu G. (2005), Gimnastica pregătirii, educării, dezvoltării fizice generale, Editura Elisavaros,
Popescu G. (2007), Gimnastica acrobatică în școală, Editura Eisavaros,
Popescu G. (2016), Gimnastica în școală – sărituri cu sprijin, Editura Discobolul,
Popescu G., (2017), Metodica predării gimnasticii în școală, Editura Discobolul, București,

METODICA PREDĂRII HANDBALULUI ÎN ŞCOALĂ

1. TEHNICA DE EXECUȚIE ȘI METODICA ÎNVĂȚĂRII PROCEDEELOR TEHNICE DE ATAC
2. TEHNICA DE EXECUȚIE ȘI METODICA ÎNVĂȚĂRII PROCEDEELOR TEHNICE DE APĂRARE
3. METODICA ÎNVĂȚĂRII ACȚIUNILOR TACTICE INDIVIDUALE DE ATAC ȘI APĂRARE
4. METODICA ÎNVĂȚĂRII ACȚIUNILOR TACTICE COLECTIVE DE ATAC ȘI APĂRARE
5. SISTEME ȘI FORME DE JOC ÎN APĂRARE ȘI ATAC
6. MODELUL DE JOC PREVĂZUT ÎN LECȚIA DE EDUCAȚIE FIZICĂ
7. NOȚIUNI DE REGULAMENT
8. INSTRUIREA ECHIPEI REPREZENTATIVE

Bibliografie

Bota Maria, Bota Ioan, (1990), Handbal – 500 de exerciții pentru învățarea jocului, Ed. Sport – Turism, București,
Colibaba E., Bota Ioan, Jocuri sportive. Teorie și metodică, Editura Aldin, 1998
Ghermănescu I.K., Gogâltan V., Jianu E., Negulescu I (1983), Teoria și metodica Handbalului, Ed. Didactică și Pedagogică, București,

Igorov Bosi Marina (2009), Handbal – Metodică, Ed. Moroșan, București
Poenaru, D., Handbal suport de curs, Universitatea Româno-Americană, format electronic, uz intern, București 2019

METODICA PREDĂRII VOLEIULUI ÎN ŞCOALĂ

1. VOLEIUL – MIJLOC AL EDUCAȚIEI FIZICE
2. JOCUL DE VOLEI ÎN ȘCOALĂ
3. MODELE DE JOC ÎN LECȚIA DE EDUCAȚIE FIZICĂ
4. ASPECTE ALE ÎNVĂȚĂRII SPECIFICE JOCULUI DE VOLEI
5. PARTICULARITĂȚILE PREDĂRII JOCULUI DE VOLEI ÎN LECȚIA DE EDUCAȚIE FIZICĂ
6. METODICA PREDĂRII ÎN ȘCOALĂ A FORMELOR SPECIFICE DE JUCARE A MINGII
7. METODICA PREDĂRII ÎN ȘCOALĂ A ACȚIUNILOR DE ATAC
8. METODICA PREDĂRII ÎN ȘCOALĂ A ACȚIUNILOR DE APĂRARE

Bibliografie

Cojocaru A., (2007), Model şi modelare în voleiul de performanţă, Edit. Universitaria, Craiova
Croitoru, D., Şerban, M. H., (2016), Volei în şcoală, Bucureşti, Editura SemnE,
Glicheria, D., Shaao, M., (2006), Volei metodica predării, Editura Universitaria Craiova,
Dina G., (2012), Volei în școală, Editura SITECH, Craiova,
Poenaru, D., (2019), Volei, Editura Universității din Pitești

ACTIVITATI MOTRICE DE TIMP LIBER

1. LOISIRUL – CONCEPT, CARACTERISTICILE ȘI FUNCȚIILE LOISIRULUI
2. CONCEPTUL DE RECREERE, TENDINȚE NOI ÎN ACTIVITĂȚILE MOTRICE DE TIMP LIBER ȘI FACTORII LIMITATIVI
3. EDUCAȚIA FIZICĂ INDEPENDENTĂ ȘI SPORTUL PENTRU TOȚI – SUBSISTEME LA INTERFAȚA EDUCAȚIEI PERMANENTE
4. REPERE PRIVIND CONCEPEREA PROGRAMELOR DE TIMP LIBER, SPECTE ALE ORGANIZĂRII TURISMULUI DE MUNTE
5. JOCURILE DINAMICE – COMPONENTE ALE ACTIVITĂȚILOR DE TIMPUL LIBER
6. JOCURI SPORTIVE DE TIMP LIBER
7. ACTIVITĂȚI GIMNICE DE TIMP LIBER

8. ACTIVITĂȚI GIMNICE ÎN MEDIUL ACVATIC

Bibliografie

Alecu, A., (2021) ,,Suport Curs Activitati motrice de timp liber" (Uz intern);
Alecu, A., (2020) ,,Activitati motrice de tim liber" Edit. Univ. din Pitesti
Bălan V., Bota A (2019), Activități motrice de timp liber – note de curs, Ed Discobolul, București,
Bota A., (2006), Exerciții fizice pentru viață activă – activități motrice de timp liber, Ed CarteaUniversitară, București
Stănescu M, Ciolcă C, Urzeală C., (2004), Jocul de mișcare – metodă și mijloc de instruire în educație fizică și sport, Ed. Cartea Universitară, București

ATENȚIE:

Bibliografia suplimentară completează materialele bibliografice din fișele de disciplină ale materiilor studiate pe parcursul traseului educațional de licență, concordante cu tehnologia utilizată pentru elaborarea aplicației practice/studiului de caz din cadrul lucrării de licență