Universitatea Transilvania din Brașov
FACULTATEA DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORTURI MONTANE

Str. Universității 1
500068 – Brașov
tel.: (+40) 268.474.060
f-efsm@unitbv.ro |
www.unitbv.ro/efsm

TEMATICĂ EXAMEN CICLUL DE LICENȚĂ - EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORTIVĂ (ÎF&FR)

Sesiunea iunie 2026 & februarie 2027

1. Termeni, noțiuni categorii și concepte ale teoriei educației fizice și sportului: motricitate, act motric, acțiune motrică, activitate motrică, educație fizică, capacitate motrică
2. Educația fizică și sportul – activități sociale: idealul, funcțiile și obiectivele EFS
3. Sistemul componentelor procesului instructiv-educativ de educație fizică și sport: cunoștințele teoretice de specialitate, calitățile motrice, deprinderile motrice
4. Exercițiul fizic – mijloc principal al EFS
5. Principiile de instruire în educație fizică și antrenament sportiv
6. Metodele verbale folosite în educația fizică și sportivă
7. Structura lecției de educație fizică și sportivă
8. Atletism, metodica predării probelor de alergări
9. Atletism, metodica predării probelor de sărituri
10. Atletism, metodica predării probelor de aruncări
11. Gimnastica în scoală: Aspecte metodice privind predarea elementelor acrobatice și a săriturilor cu sprijin în școală
12. Metodica predării procedeelor tehnice din: fotbal, volei, handbal, baschet.

BIBLIOGRAFIE:

1. Balint, L. – Teoria educației fizice și sportului – sinteze – Editura "Universității" Transilvania, Brașov, 2003, ISBN: 9736351718;
2. Balint, L. – Didactica generală a educației fizice și sportului – sinteze – Editura Universității "Transilvania", Brașov, 2003, ISBN: 973635170X;
3. Bădicu, G.– Metodologia proiectării didactice în educația fizică și sportivă, Edit.Universității Transilvania din Brașov, Brașov, 2015, ISBN: 9786061906031;
4. Bădicu, G., Balint L. - Teoria Educației Fizice și Sportului, Editura Universității Transilvania din Brașov, 2023, ISBN:978-606-19-1629-0;

5. Bădicu, G., Balint L. - Metodica Educației Fizice și Sportului, Editura Universității Transilvania din Brașov, 2023, ISBN:978-606-19-1630-6;
6. Bondoc Ionescu, A. – Atletism – metodica predării probelor în cadrul lecțiilor de atletism, Editura Universității Transilvania din Brașov, 2020, ISBN: 9786061912803;
7. Bondoc Ionescu D., Nechita, F. și Bondoc Ionescu A.– Tehnica și metodica predării problelor de atletism cu noțiuni de regulament, Editura Universității Transilvania din Brașov, 2018, ISBN: 9786061909964;
8. Cârstea, Gh. - Teoria și metodica educației fizice și sportului. Edit. Universul, București, 1993;
9. Cârstea, Gh. – Educație fizică – fundamente teoretice şi metodice. Casa de editură Petru Maior, Bucureşti, 1999;
10. Cârstea, Gh. - Teoria şi metodica educației fizice şi sportului – pentru examenele de definitivat şi gradul didactic II. Edit. AN-DA, Bucureşti, 2000;
11. Chicombn, M. C.- Pregatirea tehnică a baschetbaliștilor începători în baza algoritmizării elementelor și procedeelor de joc, Editura Universității Transilvania din Braşov, 2021, ISBN: 9786061914395;
12. Curițianu, I.M. - Caracteristici si tendinte ale jocului de handbal actual, Editura Universității Transilvania din Braşov, 2015, ISBN: 9786061905492;
13. Dragnea, A., Bota A. - Teoria activităților motrice. Edit. Didactică şi Pedagogică, Bucureşti, 1999;
14. Dragnea, A., şi colab. - Teoria educației fizice şi sportului. Edit. Cartea Şcolii, Bucureşti, 2000;
15. Nechita, F. – Gimnastica în sistemul universitar, Editura Universității Transilvania din Braşov, 2013, ISBN: 9786061902330;
16. Onea, Ghe. A. - Metodica predării atletismului în școală, Editura Universității Transilvania din Braşov, 2022, ISBN: 9786061909964;
17. Simion, G. - Metodica predării fotbalului în școală, Editura Universității Transilvania din Braşov, 2018, ISBN: 9786061910663;
18. Turcu, I. și Drugău , S. - Volei: sisteme de acționare de la inițiere la perfecționare, Editura Universității Transilvania din Braşov, 2009, ISBN: 9789735986629.

Conf. dr. Georgian BĂDCU