

**EUROPEAN  
CURRICULUM VITAE  
FORMAT**



**INFORMAȚII PERSONALE**

Nume si prenume

Adresa

Telefon

Fax

E-mail

Naționalitate

Data nașterii

**POPA LUCIAN**

**ARAD, ALEEA ULISE NR.9, BLOC Y 13, SC. B, APT. 15, ARAD, COD 310422**

**0040-357-407682; 0741071498**

**lucica\_pp@yahoo.com**

Româna

**12 AUGUST 1956, CLUJ-NAPOCA, JUD. CLUJ**

**A. 1. EXPERIENȚA  
PROFESIONALĂ**

- Perioada (de la – pana la)
- Numele si adresa angajatorului
- Tipul activității sau sectorul de activitate
  - Funcția sau postul ocupat
  - Principalele activitatea si responsabilități

01.09.1979-15.06.1980

Liceul cu program sportiv Gheorghe – Gheorghiu - Dej  
Educație

Profesor

Pregătirea echipei de gimnastică artistică feminină de categoria „Mica Gimnastă”

**A. 2. EXPERIENȚA  
PROFESIONALĂ**

- Perioada (de la – pana la)
- Numele si adresa angajatorului
- Tipul activității sau sectorul de activitate
  - Funcția sau postul ocupat
  - Principalele activitatea si responsabilități

01.09.1980-30.09.1998

Clubul Sportiv Școlar Arad  
Educație

Profesor

Pregătirea echipei de categoria a IV-a și a III-a

**A. 3. EXPERIENȚA  
PROFESIONALĂ**

- Perioada (de la – pana la)
- Numele si adresa angajatorului
- Tipul activității sau sectorul de activitate
  - Funcția sau postul ocupat
  - Principalele activitatea si responsabilitatea

01.10.1998 - prezent

UNIVERSITATEA „AUREL VLAICU” ARAD

Educație

Lector universitar

Educație Fizică, Gimnastică acrobatică, aerobică, ritmică, de bază, Natație, Expresie corporală, Didactica Sportului Adaptat, Turism și Orientare, Didactica EFS;

## B. 1. EDUCAȚIE SI FORMARE

- Perioada (de la – pana la)
- Numele si tipul instituției de învățământ
- Domeniul studiat/aptitudini ocupaționale

2004-2010

UNIVERSITATEA NAȚIONALĂ DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT, BUCUREȘTI

Educație Fizică și Sport

- Tipul calificării/diploma obținută

Doctor

## B. 2. EDUCAȚIE SI FORMARE

- Perioada (de la – pana la)
  - Numele si tipul instituției de învățământ
  - Domeniul studiat/aptitudini ocupaționale
  - Tipul calificării/diploma obținută
  - Nivelul de clasificare a formei de instruire/învățământ
- Domenii de competența

01.11.2003-30.06.2005

UNIVERSITATEA „AUREL VLAICU” ARAD

Educație

Master

Disertație

Management și finanțare în Administrația Publică

## B. 3. EDUCAȚIE SI FORMARE

- Perioada (de la – pana la)
- Numele si tipul instituției de învățământ
- Domeniul studiat/aptitudini ocupaționale
- Tipul calificării/diploma obținută

1996-1998

Universitatea „Babeș-Bolyai” Cluj Napoca

Facultatea de Educație Fizică și Sport - completare studii

Licență

## B. 2. EDUCAȚIE SI FORMARE

- Perioada (de la – pana la)
- Numele si tipul instituției de învățământ
- Domeniul studiat/aptitudini ocupaționale
- Tipul calificării/diploma obținută

1976-1979

Institutul de Învățământ Superior Oradea - Facultatea de Educație Fizică și Sport

Educație Fizică și Sport

Examen de Diplomă

## C. APTITUDINI SI COMPETENTE

### PERSONALE

#### C.1. LIMBA MATERNA

ROMANA

#### C. 2. LIMBI STRAINE CUNOSCUTE

Engleza

Abilitatea de ascultare	Abilitatea de vorbire	Abilitatea de citire	Abilitatea de scriere
B1	B2	B2	B1

#### C. 3 APTITUDINI SI COMPETENTE ORGANIZATORICE

- Competențe în organizarea de întreceri și concursuri sportive: gimnastică, natație
- Președinte Asociația județeană de gimnastică Arad
- Antrenor Emerit în Gimnastică
- Brevet ARBITRU INTERNAȚIONAL DE GIMNASTICĂ, începând cu ciclul olimpic 1988 - prezent

#### C. 4. APTITUDINI SI COMPETENTE TEHNICE

- utilizarea mijloacelor de învățământ necesare în predare-învățare – video proiectorul, retroproiectorul, video – recording - ul, TV, flipchart-ul
- utilizarea mijloacelor de comunicare - telefon, telefon mobil, fax
- utilizarea mijloacelor de multiplicare – foto-copiator

#### C.5 APTITUDINI SI COMPETENȚE IT

- utilizarea calculatorului cu soft-ul adecvat (Office-ul de sub Windows, accesarea soft-ului educațional, antiviruşilor, navigarea pe Internet) și a perifericelor sale ( imprimantă etc.)

#### C.6 ALTE DOMENII DE COMPETENȚĂ

Antrenor de gimnastică artistică masculin și feminin

#### Publicații reprezentative

1. „Pregătirea algoritmică a gimnaștilor de categoria a IV-a „Mic Gimnast”, Revista Olimpia, a Consiliului Științei Sportului, Aprilie, 1999, Arad, pag. 41-44; ISSN 1454 - 9751

2. „Programarea algoritmică a săriturii „TSUKAHARA” întins cu întoarcere 720”, Revista Olimpia, a Consiliului Științei Sportului, Aprilie, 1999, ARAD, pag. 36-39; ; ISSN 1454 – 9751
  3. „Selecția în gimnastica artistică masculină – probe și norme de control specifice ramurii” Sesiunea internațională de comunicări științifice „Zilele Academice Arădene”, Arad, 14-15 Mai, 1999
  4. „Tehnica și metodologia acționării în predarea elementului „TKACEV”, la bară fixă”, Sesiunea anuală de comunicări științifice, Oradea, 4-6 Iunie, 1999; Analele Universității din Oradea – Fascicola Educație Fizică și Sport, ISSN 1224-5100, pag.7-9;
  5. „Învățarea legăturii „DIAMIDOV- HEALY” la paralele”, Sesiunea de comunicări științifice, Oradea, 4-6 Iunie, 1999; Analele Universității din Oradea – Fascicola Educație Fizică și Sport, ISSN 1224-5100, pag.7-9;
  6. „Programarea algoritmică elementului „GIENGER”, la bară fixă”, Sesiunea de comunicări științifice, Oradea, 4-6 Iunie, 1999; Analele Universității din Oradea – Fascicola Educație Fizică și Sport, ISSN 1224-5100, pag.7-9;
  7. „Influențe selective asupra dezvoltării corecte și armonioase a studenților Universității „Aurel Vlaicu”, prin programul combinat, gimnastică - joc sportiv - sport aerobic”, Revista Olimpia, a Consiliului Științei Sportului, Decembrie, 2002; ISSN 1454 – 9751
  8. „Antrenamentul sportiv contemporan în gimnastica artistică masculină”, referat la examenul de doctorat, București, Octombrie, 2005;
  9. „Selecția, caracteristici și particularități în gimnastica artistică masculină” Conferința științifică internațională Oradea, 19-21 MAI 2006; Analele Universității din Oradea – Fascicola Educație Fizică și Sport, ISSN 1224-5100, pag.50-51;
  10. „Metodologia orientării și selecției copiilor pentru gimnastica artistică masculină”, referat la examenul de doctorat, București, Noiembrie 2006;
  11. „Particularități ale efortului la grupele de începători în gimnastica artistică masculină”, Oradea, 18-19 Mai 2007. Analele Universității din Oradea – Fascicola Educație Fizică și Sport, ISSN 1224-5100, pag.36-37;
  12. „Studiu și contribuții privind dezvoltarea mobilității articulare la micile gimnaste” Conferința științifică internațională , Universitatea „Aurel Vlaicu” Arad, 20-21 Noiembrie 2008, Analele Universității „Aurel Vlaicu! din Arad – Fascicola Educație Fizică și Sport, ISSN 2065-2569
  13. „Modelarea pregătirii tehnice în gimnastica artistică masculină de înaltă performanță” Sesiunea internațională de referate și comunicări științifice a Asociației Profesorilor de Educație Fizică și Sport din Arad, „Educația fizică și sportul – prezent și perspective” Ediția a VII – a, 20 – 22 noiembrie 2009
  14. „Dezvoltarea coordonării la gimnasticii juniori IV nivelul 1 și 2 în gimnastica artistică masculină”, Conferința științifică internațională, Universitatea „Aurel Vlaicu” Arad, 11-12 Noiembrie 2010, Analele Universității „Aurel Vlaicu! din Arad – Fascicola Educație Fizică și Sport, ISSN 2065-2569
  15. „Fișa metodică. formă, structură și funcție”, Sesiunea internațională de referate și comunicări științifice a Asociației Profesorilor de Educație Fizică și Sport din Arad, „Educația fizică și sportul – prezent și perspective” Ediția a VIII – a, 26 –27 noiembrie 2010
  16. „Modelarea pregătirii tehnice în gimnastica artistică masculină de înaltă performanță”, revista Tare, Mai 2011
  17. „Aspecte metodice și biomecanice ale coborârii prin triplu salt înapoi la bară fixă în gimnastica artistică masculină” revista ARENA, Nr. 1 an 2012, ISSN 2285 – 830X
  18. „Dezvoltarea calităților motrice în lecția de educație fizică și sport prin folosirea mijloacelor din baschet” revista ARENA, Nr. 2 an 2013, ISSN 2285 – 830X
  19. Lucian Popa, Efortul caracteristic în gimnastica artistică masculină - categoria junior IV nivel 1 și 2, revista ARENA, Nr. 1, ISSN 2285 - 830X / 2014
  20. „Dinamica efortului specific în procesul de pregătire al copiilor în gimnastica artistică masculină”, Congresul internațional de educație fizică, sport și kinetoterapie, a IV-a ediție, București, 11-13 iunie, 2014
  21. „Efectele antrenamentului specific asupra formelor de manifestare ale vitezei în judo”, Congresul internațional de educație fizică și sport, Bacău 21-22 Noiembrie 2014
1. **Carte de specialitate:** „Gimnastica acrobatică și săriturile în școală” Editura Universității „A Vlaicu”, Arad, 2008; ISBN: 978-973-752-220-7

## REFERINȚE

- Conf.. dr. IOAN GALEA – Decan al Facultății de Educație Fizică și Sport de la Universitatea Aurel Vlaicu, Arad;
- Prof. univ. dr. GRIGORE VASILICA – Decan al Academiei Naționale de Educație Fizică și Sport, București;
- Prof. univ. dr. BÂC OCTAVIAN – Decan al Facultății de Educație Fizică și Sport Universitatea din Oradea;

Absolvent al Universității „Babeș – Bolyai” din Cluj-Napoca, Facultatea de Educație Fizică și Sport, master în Administrație Publică la Universitatea „A. Vlaicu” Arad, doctor la Academia Națională de Educație Fizică și Sport din București.

Am profesat între anii 1980-1998 în cadrul Clubului Sportiv Școlar Arad, secția gimnastică, sportivul selecționat și pregătit de mine, Leric Cristian obținând rezultate meritorii cum sunt titlul de vicecampion mondial universitar, Fukuoka Japonia 1995, medaliat cu bronz la Campionatele Mondiale 1995 - Sabae Japonia precum și locul IX la Olimpiada de la Atlanta 1996, vicecampion european Praga 1992, campion internațional al României 1993 – 1996 etc.

Am competențe în organizarea de întreceri și concursuri din următoarele ramuri sportive: gimnastică, natație.

Sunt președinte Asociației Județene de Gimnastică Arad.

Antrenor Emerit în Gimnastică.

Brevet ARBITRU INTERNAȚIONAL DE GIMNASTICĂ, începând cu ciclul olimpic 1988.

Data completării: 24.03.2015

Semnătura: