

TEME LUCRĂRI DE DISERTAȚIE
An univ. 2025-2026

Nr. Crt.	Cardul didactic coordonator	Tema lucrare de disertație	Programul de studii universitare de master SPM
1.	Conf. Univ. Dr. Viorel Petru Ardelean	Locul și importanța pregătirii fizice în antrenamentul jucătorilor de fotbal la nivelul juniorilor	SPM
2.	Conf. Univ. Dr. Viorel Petru Ardelean	Analiză obiectivă a posibilităților de îmbunătățire a lecției de educație fizică și sport din ciclul liceal prin creșterea numărului de ore și introducerea unor mijloace specifice artelor marțiale	SPM
3.	Conf. Univ. Dr. Viorel Petru Ardelean	Analiză obiectivă a condiției fizice în relație cu starea de sănătate a studenților, utilizând un sistem de evaluare modern – European Fitness Badge	SPM
4.	Conf. Univ. Dr. Viorel Petru Ardelean	Studiu privind posibilitatea dezvoltării forței generale la elevii de 14-16 ani prin mijloace preluate din judo	SPM
5.	Conf. Univ. Dr. Viorel Petru Ardelean	Eficiențizarea orelor de educație fizică prin mijloace specifice sporturilor de combat - autoaparare	SPM
6.	Conf. Univ. Dr. Viorel Petru Ardelean	Îmbunătățirea calității motrice forță prin aplicarea metodelor de lucru Weider din culturism la ciclul liceal	SPM
7.	Conf. Univ. Dr. Viorel Petru Ardelean	Particularitățile învățării și aplicării unor tehnici de autoaparare la elevii din ciclul liceal	SPM
8.	Lect. Univ. Dr. Andrei Bitang	Analiza biomecanică a tehnicilor de înot (crawl, spate, fluture, bras)	SPM

9.	Lect. Univ. Dr. Andrei Bitang	Evaluarea eficienței antrenamentului în bazinul de înot pentru îmbunătățirea performanțelor sportivilor	SPM
10.	Lect. Univ. Dr. Andrei Bitang	Impactul factorilor psihologici asupra performanței înotătorilor de performanță	SPM
11.	Lect. Univ. Dr. Andrei Bitang	Studiul comparativ al tehnicilor de respirație în înot (în apă liberă vs. bazin)	SPM
12.	Lect. Univ. Dr. Andrei Bitang	Rolul nutriției și hidratării în performanța înotătorilor	SPM
13.	Lect. Univ. Dr. Andrei Bitang	Analiza factorilor de risc pentru accidentările în înot și strategii de prevenire	SPM
14.	Lect. Univ. Dr. Andrei Bitang	Evaluarea impactului antrenamentului de forță asupra performanței în înot	SPM
15.	Lect. Univ. Dr. Andrei Bitang	Studiul biomecanicii virajelor în înot (culcat, spate, fluture, bras)	SPM
16.	Lect. Univ. Dr. Andrei Bitang	Compararea performanțelor între înotul în apă liberă și înotul în bazin	SPM
17.	Lect. Univ. Dr. Andrei Bitang	Rolul recuperării și odihnei în antrenamentul înotătorilor de performanță	SPM
18.	Conf. Univ. Dr. Claudiu Octavian Bulzan	Importanța pregătirii fizice în fotbalul modern	SPM
19.	Conf. Univ. Dr. Claudiu Octavian Bulzan	Rolul pregătirii tactice în obținerea performanței sportive	SPM
20.	Conf. Univ. Dr. Claudiu Octavian Bulzan	Prevenirea accidentărilor în fotbal prin antrenament specific	SPM
21.	Conf. Univ. Dr. Claudiu Octavian Bulzan	Analiza efortului fizic în fotbalul de performanță	SPM

22.	Conf. Univ. Dr. Claudiu Octavian Bulzan	Influența factorilor psihologici asupra performanței în fotbal	SPM
23.	Conf. Univ. Dr. Claudiu Octavian Bulzan	Rolul selecției primare în jocul de fotbal	SPM
24.	Conf. Univ. Dr. Claudiu Octavian Bulzan	Influența suprafeței de joc asupra randamentului sportiv în jocul de fotbal	SPM
25.	Conf. Univ. Dr. Claudiu Octavian Bulzan	Pregătirea tehnico-tactică în jocul de fotbal în perioada competițională la juniori U17	SPM
26.	Conf. Univ. Dr. Claudiu Octavian Bulzan	Îmbunătățirea pregătirii fizice specifice jocului de fotbal în perioada precompetițională	SPM
27.	Conf. Univ. Dr. Claudiu Octavian Bulzan	Aspecte metodice ale inițierii copiilor în jocul de fotbal	SPM
28.	Conf.Univ.Dr. Corina Ramona Dulceanu	Studiu privind importanța nutriției în atletism	SPM
29.	Conf.Univ.Dr. Corina Ramona Dulceanu	Rolul antrenorului de atletism în dezvoltarea sportivilor	SPM
30.	Conf.Univ.Dr. Corina Ramona Dulceanu	Importanța tehnicilor de alergare în obținerea rezultatelor în competiție	SPM
31.	Conf.Univ.Dr. Julie Narcis Herlo	Studiu aplicat privind relația dintre variabilele psihologice (motivație, autoeficacitate) și consistența în antrenamentele de culturism.	SPM
32.	Conf.Univ.Dr. Julie Narcis Herlo	Optimizarea compoziției corporale prin intervenții nutriționale periodizate: analiză	SPM

		comparativă pe grupuri cu niveluri diferite de experiență	
33.	Conf.Univ.Dr. Julie Narcis Herlo	Designul programelor de antrenament orientate pe lanțuri cinetice: efecte asupra posturii și simetriei musculare.	SPM
34.	Conf.Univ.Dr. Julie Narcis Herlo	Integrarea antrenamentelor pliometrice în pregătirea sportivilor de fitness: impact asupra forței explozive și stabilității.	SPM
35.	Conf.Univ.Dr. Julie Narcis Herlo	Analiza efectelor cumulate ale antrenamentului de forță și antrenamentului aerob asupra compoziției corporale la adulți activi.	SPM
36.	Conf.Univ.Dr. Julie Narcis Herlo	Studiu aplicat privind eficiența metodelor de stretching activ și pasiv în prevenirea accidentărilor la sportivii de culturism.	SPM
37.	Conf.Univ.Dr. Julie Narcis Herlo	Relația dintre calitatea somnului și rata adaptărilor musculare în programele periodizate de hipertrofie.	SPM
38.	Conf.Univ.Dr. Julie Narcis Herlo	Evaluarea rolului antrenamentelor de tip circuit în creșterea capacității funcționale la practicanții de fitness recreațional.	SPM
39.	Conf.Univ.Dr. Julie Narcis Herlo	Impactul antrenamentelor cu greutăți libere versus aparate asupra echilibrului muscular și stabilității articulațiilor.	SPM

40.	Conf.Univ.Dr. Julie Narcis Herlo	Studiu privind efectele consumului de suplimente proteice asupra parametrilor morfo-funcționali la sportivi în perioada de definire.	SPM
41.	Lect.Univ.Dr. Gheorghe Ovidiu Șerban	Studiu privind influența practicării baschetului asupra dezvoltării îndemânării și a capacității de efort	SPM
42.	Lect.Univ.Dr. Gheorghe Ovidiu Șerban	Studiu privind eficiența tacticilor de apărare/atac (om la om / zonă) aplicate în echipele școlare	SPM

NOTĂ: La propunerea studenților tabelul poate fi completat și cu alte teme.