

UNIVERSITATEA DIN CRAIOVA
FACULTATEA DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
DEPARTAMENTUL DE TEORIE ȘI METODICA
ACTIVITĂȚILOR MOTRICE

Postul scos la concurs Asistent universitar, Poz. 50

Disciplina postului Educație fizică

Domeniul științific Știința Sportului și Educației Fizice

FIȘA DE VERIFICARE

a îndeplinirii standardelor universității
 pentru postul de **Asistent universitar/CS**

publicat în Monitorul Oficial al României nr. 97, din 23.IV.2026

Candidat: Buga Andreea-Aurora-Maria

Data nașterii: 30.11.1995

Funcția actuală : Cadru didactic asociat

Instituția: Universitatea din Craiova

1. Studiile universitare

Nr. crt.	Instituția de învățământ superior	D o m e n i u l	Perioada	Titlul acordat
1.	Universitatea din Craiova, Facultatea de Educație Fizică și Sport	Educație Fizică și Sport	2015-2018	Licențiat în educație fizică și sport
2.	Universitatea din Craiova, Facultatea de Educație Fizică și Sport	Știința Sportului și Educației Fizice	2018-2020	Master

2. Studiile de doctorat

Nr. crt.	Instituția organizatoare de doctorat	D o m e n i u l	Perioada	Titlul științific acordat
1.	Universitatea din Craiova, Școala Doctorală de Științe Sociale și Umaniste	Știința Sportului și Educației Fizice	2020-2023	Doctor

3. Studii și burse postdoctorale (stagii de cel puțin 6 luni)

-	-	-	-	-
---	---	---	---	---

4. Grade didactice/profesionale

Nr. crt.	I n s t i t u Ț i a	D o m e n i u l	Perioada	Titlul/postul didactic sau gradul/postul profesional
1.	Universitatea din Craiova, Facultatea de Educație Fizică și Sport	Știința Sportului și Educației Fizice	2020-2023	Asistent universitar doctorand pe perioadă determinată

2.	Universitatea din Craiova, Facultatea de Educație Fizică și Sport	Știința Sportului și Educației Fizice	2024-2025	Asistent universitar pe perioadă determinată
----	---	---------------------------------------	-----------	--

5. Realizările profesional-științifice

Relevanța și impactul rezultatelor științifice ale candidatului	Preocuparea mea pentru cercetarea științifică s-a conturat încă din perioada studiilor de masterat și s-a aprofundat sistematic pe parcursul doctoratului, materializându-se într-o linie de cercetare coerentă, orientată spre înțelegerea relației dintre practicarea activităților fizice și calitatea vieții tinerilor. Activitatea științifică s-a desfășurat la intersecția mai multor domenii, precum educație fizică, psihologie sportivă și pedagogie universitară, ceea ce a conferit cercetărilor o aplicabilitate practică directă. Teza de doctorat reprezintă nucleul acestui demers științific. Lucrarea și-a propus investigarea măsurii în care exercițiile fizice și sportul, în general, pot condiționa și îmbunătăți calitatea vieții, precum și starea de bine a studenților înscriși la programe de studiu de neprofil în cadrul Universității din Craiova. Noutatea demersului rezidă în faptul că cercetarea nu s-a limitat la evaluarea izolată a unor parametri biomotrici sau fiziologici, ci a urmărit în mod integrat dimensiunile biomotrice, fiziologice și psiho-sociale ale personalității tinerilor, demonstrând că practicarea constantă a exercițiului fizic exercită influențe pozitive asupra tuturor acestor paliere și contribuie la obținerea succesului în toate activitățile sociale. Rezultatele cercetării pot fi valorificate în proiectarea programelor de educație fizică universitară, în elaborarea politicilor instituționale privind sănătatea studenților, dar și în activitatea practică a specialiștilor din domeniul Știința Sportului și Educației Fizice. Astfel, studiile mele cât și cele realizate împreună cu alți colegi cercetători au fost publicate în reviste sau susținute la congrese/conferințe naționale și internaționale, cum ar fi:
---	---

- Popescu, A. M., & Buga, A. A. M. (2025). Continuous Assessment In Higher Education "Theoretical And Practical Perspectives. *Annals of the University of Craiova, Series Psychology, Pedagogy*, 47(2), 302-316.
- AM Albina, HA Burileanu, AAM Buga, RV Munteanu (2025), *Comparison between Isoinertial Training and Classical Training in Junior Athletes: Analysis of Hip Extension Test Results*, in Bulletin of the Transilvania University of Braşov, Series IX, Vol. 18(67) No. 1 (2025), p. 27-34.
- Popescu, A. M., & Buga, A. A. M. (2025). Mentoring And Training Of University Teaching Staff. *Annals of the University of Craiova, Series Psychology, Pedagogy*, 47(1), 322-331.
- Buga A.A.M., Albină A.-M., Popescu C., Albină A.E., Nanu M.C. (2024): How Stretching Exercises Improve the Joint Mobility and Muscle Flexibility of Students From Non-Professional Study Programs", *Journal of Sport and kinetic Movement* No.43, Vol. 1/2024.
- Popescu, A. M., & Buga, A. A. M. (2023). Comparative Analysis Of The Life Quality Of Students From Romania And The European Union. *Annals of the University of Craiova, Series Psychology, Pedagogy*, 45(2, Supplement), 96-105.
- Buga, A.A.M., Cosma, G. (2023). Student Classroom Management And Leadership To Improve School Resilience. *Universitary Journal of Sociology*, Issue 2, 350-357.
- Albină, A.M., Buga, A.A.M., Ion, L., Burchel, L.O. (2023). *How introducing isoinertial exercises using*

a flywheel can improve the training of athletes: a systematic review. Bulletin of the Transilvania University of Braşov. Series IX: Science of Human Kinetics • Vol. 16(65) No.1

- Buga, A.A.M. (2021). *Free Time Activities In The Time Of Covid-19 Pandemic.* Annals of the University of Craiova, 43 (1), 123-8.
- Albină, A.M., Buga, A.A.M., Albină, A.E., Cosma, G.A., (2024) An analysis of lower limb asymmetries in junior athletes following isoinertial training: effects on speed, range of motion, power and force – confirmatory study – 10th International Conference of the Universitaria Consortium in Physical Education, Sport and Physiotherapy "The Football of the Future-Between Science, Society and Sports" 22-24 November 2024, Iaşi, România.
- Buga A.-A.-M., Albină A.-M., Popescu C., Albină A.E., Nanu M.C. (2024). How Stretching Exercises Improve the Joint Mobility and Muscle Flexibility of Students From Non-Professional Study Programs. Internațional Scientific Conference "Youth in the Perspective of the Olympic Movement 2024", 22-24 Feb., Universitatea Transilvania din Braşov, Facultatea de Educație Fizică și Sporturi Montane, Braşov, România.
- Albină A.-M., Cosma G.-A., Buga A.-A.-M. (2023). Identification of the use of isoinertial training in the training of athletes from Romania. The 9th International Conference of Universitaria Consortium „FEFSTIM: Physical Education, Sports and Kinesiotherapy – Active People for a Healthy Future”, 19-21 Oct., Timișoara, România.
- Buga A.-A.-M., Albină A.-M., Albină C., Popescu A.M., Stepan A.-R., Cosma G.A. (2023). The role of physical

	exercises on the satisfaction of basic psychological needs and self-compassion of University of Craiova students. Al 17-lea Congres European FIEPS „100 de ani de FIEPS” și a VII-a ediție a Conferinței Științifice Internaționale „Sport, Educație, Cultură - Abordări Interdisciplinare în Cercetarea Științifică” – SEC – IASR, 24-28 Mai, Galați, România. • Albină A.-M., Buga A.-A.-M., Cosma G.-A. (2023). Optimizing sports training by introducing isoinertial exercises using a flywheel: a systematic review. Internațional Scientific Conference” Youth in the Perspective of the Olympic Movement 2023”, 09-11 Mar., Universitatea Transilvania din Brașov, Facultatea de Educație Fizică și Sporturi Montane, Brașov, România. • Buga A.-A.-M., Albină A.-M., Cosma G.A. (2023). Study regarding the perception about practicing physical exercises on students. Internațional Scientific Conference” Youth in the Perspective of the Olympic Movement 2023”, 09-11 Mar., Universitatea Transilvania din Brașov, Facultatea de Educație Fizică și Sporturi Montane, Brașov, România. • Albină A.-M., Buga A.-A.-M., Popescu E. D. (2021). Importanța îmbunătățirii și modernizării antrenamentului de viteză al sprinterilor: O recenzie sistematică a literaturii. Conferința Științifică” Rolul exercițiului fizic în optimizarea psihomotricității preșcolarilor, școlarilor și studenților”, 26-28 Nov., Univ. din Craiova, Facultatea de Educație Fizică și Sport, Craiova, România. • Popescu E. D., Albină A.-M., Buga A.-A.-M. (2021). <i>Utilizarea sistemelor Hop Sport și Brain Breaks în</i>
--	---

	<i>lecția de educație fizică. Conferința Științifică” Rolul exercițiului fizic în optimizarea psihomotricității preșcolarilor, școlarilor și studenților”, 26-28 Nov., Univ. din Craiova, Facultatea de Educație Fizică și Sport, Craiova, România.</i> • Buga A.-A.-M., Popescu E. D., Albină A.-M. (2021). <i>Rolul exercițiului fizic în optimizarea psihomotricității studenților. Conferința Științifică” Rolul exercițiului fizic în optimizarea psihomotricității preșcolarilor, școlarilor și studenților”, 26-28 Nov., Univ. din Craiova, Facultatea de Educație Fizică și Sport, Craiova, România.</i>
Capacitatea candidatului de a îndruma studenți sau tineri cercetători și competențele didactice ale candidatului	Începând cu anul 2020, am desfășurat activități didactice în calitate de asistent universitar doctorand în cadrul Departamentului 05 de Teorie și Metodică a Activităților Motrice, angajându-mă într-un proces continuu de dezvoltare profesională și perfecționare pedagogică. Pe parcursul activității didactice, la evaluarea directorului de departament, am obținut calificativul Foarte Bine. Activitatea didactică universitară s-a caracterizat printr-o abordare sistematică, concretizată în identificarea și implementarea unor strategii didactice inovative, menite să stimuleze motivația intrinsecă a studenților față de disciplina Educație Fizică, precum și să cultive autonomia în studiul individual și capacitatea de colaborare în cadrul activităților de grup. Permanent am acordat o atenție deosebită optimizării sistemelor de acționare în cadrul activităților practice destinate studenților proveniți din facultăți de profil non-sportiv ale Universității din Craiova, scopul formativ vizând dezvoltarea competențelor motrice fundamentale, consolidarea unui stil de viață activ și conștientizarea rolului

educației fizice în menținerea stării de sănătate fizică și psihică. Mijloacele și metodele selectate au fost orientate către o pregătire inteligent motrică, furnizând studenților un cadru conceptual și practic adecvat pentru identificarea de soluții didactice inovative, în perspectiva dezvoltării multidimensionale a culturii sportive la nivel social.

Am participat alături de studenți la evenimentele cu caracter sportiv, precum:

- Olteniada, Asociația pentru Educație Sud-Vest Oltenia, Educot, 2023-2026.
- Summer Sport, 2025.
- Student Innovation Day, Universitatea din Craiova, 2023.
- ROSE – Sportul ca factor motivațional pentru succes, 2024.
- Dezvoltarea de abilități motorii la persoanele cu Sindrom Down, 2019.
- “Facem sport și ne distrăm.” Grădinița Sf. Lucia, 2024-2026.

Experiența dobândită pe parcursul studiilor doctorale, coroborată cu participarea la organizarea conferințelor științifice și la derularea proiectelor academice, mi-a oferit prilejul de a colabora direct cu studenții, susținându-i în consolidarea competențelor academice și profesionale. Apreciez că pot aduce o contribuție substanțială la formarea viitorilor specialiști prin intermediul unei abordări pedagogice contemporane, fundamentată pe rigoare științifică, receptivitate, empatie, comunicare eficientă și stimularea excelenței academice și profesionale.

Capacitatea candidatului de a conduce proiecte de cercetare-dezvoltare	• Summer Sport – 2025 - Direcția Județeană pentru Sport și Tineret Dolj, Nr. 789 din 28/05/2025. • Proiectul ROSE – 2022/2023 – „Împreună reușim prin sport.” Acord de finanțare Nr: AG365/SGU/SS/III din 10.09.2020 • Proiectul ROSE - 2023 – „Sportul ca factor motivațional pentru succes”. Acord de finanțare nr. 304/SGU/PV/III din 18.06.2020 • Manager tehnic proiect Educol “Olteniada” – 2023 - prezent
--	---

6. Îndeplinirea standardelor universității:

- deține diplomă de doctor în domeniul postului sau într-un domeniu înrudit sau să fie înmatriculată la un program de studii doctorale în domeniul postului sau întrun domeniu înrudit, fără depășirea perioadei maxime de studii, care include prelungirile admisibile conform legii:

îndeplinit

- o medie minimă a anilor de studii universitare de minimum 8,00: **îndeplinit**
- să fi publicat *minim 3 lucrări* (articole, studii) în reviste de specialitate clasificate de CNCSIS în categoriile A, B sau C sau în volume ale unor manifestări științifice naționale sau internaționale: **îndeplinit**

Indicatori de performanță	Nr. min. realizări	Nr. realizări candidat
Lucrări (articole/studii) publicate în reviste de specialitate clasificate de CNCSIS în categoriile A, B sau C sau în volume ale unor manifestări științifice naționale sau internaționale	3	17

7. Îndeplinirea standardelor facultății: **îndeplinit**

02.06.2026

Semnătura candidatului

ABuga