



Popescu (Grădinaru) Silvia

**Lector. Dr., Facultatea de
Educație Fizică și Sport –
UVT**

Naționalitate: Română

Sex: Feminin

CONTACT

Facultatea de Educație
Fizică și Sport, UVT
B-dul Vasile Pârvan nr. 4
300223 Timișoara,
România

✉ silvia.popescu@e-uvt.ro

🌐 Google Scholar:

<https://scholar.google.ro/citations?hl=ro&user=SvAziYQAAAAJ>

■ ORCID:

<https://orcid.org/0009-0009-0423-8183>

EXPERIENȚĂ PROFESIONALĂ

- Profesor de Educație Fizică – Liceul Teoretic „Nikolaus Lenau”, Timișoara (2022 – prezent)
- Asistent Universitar Doctor – Facultatea de Educație Fizică și Sport, UVT (2014–2022)
- Antrenoare de Baschet – CS „Sport Star”, Timișoara (2004–prezent)

EDUCAȚIE ȘI FORMARE

- Doctorat – FEAA, Universitatea de Vest din Timișoara (2013–2019)
- Master – Managementul Activităților și Organizațiilor de Educație Fizică și Sport (2011–2013)
- Licență – Educație Fizică și Sport (2008–2011)
- Colegiul Național „George Coșbuc”, Cluj-Napoca (2004–2008)

COMPETENȚE LINGVISTICE

- Română (maternă)
- Engleză – Foarte bine
- Germană – Foarte bine
- Maghiară – Foarte bine

COMPETENȚE ȘI APTITUDINI

- Leadership, comunicare, lucru în echipă
- Organizare evenimente sportive
- Spirit de lider, reativă, corectă, receptivă, dinamică
- Comunicativă, sociabilă, adaptabilă, inventivă
- Capacitate de organizare în scris și discurs oral
- Capacitate de a lua decizii sub stress
- Disponibilitate pentru activități socio-culturale
- Microsoft Office, internet

REALIZĂRI SPORTIVE

- Componentă a echipei naționale de baschet (junioare & senioare) 2004-2011
- Vicecampionă europeană U18 (Timișoara) și U20 (Polonia)
- Locul III – Campionatul Național de Baschet senioare (ICIM Arad, 2012)

PUBLICAȚII

- **Silvia Grădinaru** – *The most important key-performance indicators at BC Timișoara management*. Timisoara Physical Education and Rehabilitation Journal, Vol. 6, Issue 12, 2014, pp. 13–17. ISSN 2065-0574. DOI: 10.2478/tperj-2014-0022.
- **Grădinaru Silvia, Grădinaru Csilla, Pantea Corina** – *Motor Memory in Sports Success*. TPERJ, Vol. 7, Issue 13, 2014, pp. 11–16.
- **Silvia Grădinaru** – *Management and marketing of private basketball clubs for children and juniors*. TPERJ, Vol. 7, Issue 14, 2014, pp. 33–36.
- **Silvia Grădinaru** – *Educating the sense of rhythm in primary education students*. TPERJ, Vol. 8, Issue 15, 2014, pp. 15–18.
- **Petru Eugen Mergheș, Silvia Grădinaru, Sorin Grădinaru** – *Study of the somatic profile of the volleyball outside hitter*. TPERJ, Vol. 6, Issue 13, 2014, pp. 21–26.
- **Sorin Grădinaru, Silvia Grădinaru, Petru Eugen Mergheș** – *Considerations on the constitutional type of the central hitter in volleyball*. TPERJ, Vol. 7, Issue 13, 2014, pp. 27–31.
- **Silvia Grădinaru** – *The Management Methods in Performance Sports*. SEA – Practical Application of Science, Vol. III, Issue 3(9), 2015, pp. 420–426.
- **Silvia Grădinaru** – *Present times sports management*. Management Intercultural, Vol. XVIII, No. 1(35), 2016, pp. 41–44.
- **Popescu Silvia, Ilin Corina, Grădinaru Csilla** – *The Relative Age Effect in Junior Female Basketball Players*. Studia UBB Educatio Artis Gymnasticae, Vol. 67(4), 2022, pp. 41–44.
- **Silvia Popescu, Alexandra-Mihaela Stănilă, Csilla Grădinaru** – *Gender equality in basketball payments: the case for pay parity*. TPERJ, Vol. 16, Issue 30, 2023, pp. 38–42.
- **Popescu Silvia, Alexandra Mihaela Stănilă, Alina Sorina Lupu, Carla Silvia Băloi** – *Understanding student motivation for physical activity: A qualitative study using the BREQ-2 Questionnaire*. Journal of Physical Education and Sport (JPES), Vol. 25, Issue 8, 2025, pp. 1719–1729.
- **Carla Silvia Baloi, Tiberiu Silviu Puta, Popescu Silvia, Csilla Grădinaru (2025)**. *Rationalizarea mijloacelor în scopul dezvoltării forței musculaturii abdominale prin testul SIT-UP în procesul educațional la elevi cu vârste cuprinse între 6 și 10 ani*, 11th International Conference of the Universitaria Consortium "Education for Health and Performance" - 17-18-Oct.2025 Cluj-Napoca, ISSN:1453-4223, ISSN ONLINE:2065-9547, ISSN-L:1453-4223
- **Buda, I.-A., Stănilă, A. M., Popescu, S., Erdelyi, R.-A., & Almajan, B. (2026)**. *Coach–Athlete Perceptual Alignment in Youth Soccer: A Descriptive Multi-Case Study of Leadership Perceptions and Match-Observed Behaviors*. Behavioral Sciences, 16(9), 1586. <https://doi.org/10.3390/bs16091586>
- **SILVIA POPESCU^{1*}, ALEXANDRA-MIHAELA STĂNILĂ², ALINA-SORINA LUPU³, CARLA-SILVIA BĂLOI**, *Understanding student motivation for physical activity: A qualitative study using the BREQ-2 Questionnaire* Faculty of Physical Education and Sport, West University of Timișoara, ROMANIA. DOI:10.7752/jpes.2025.08192 <https://efsupit.ro/images/stories/august2025/Art%20192.pdf>

CONFERINȚE ȘI COMUNICĂRI ȘTIINȚIFICE (actualizate)

- **Grădinaru Csilla, Popescu Silvia, Strava Cosmin, Steiner Sandra** – *The impact of the Covid-19 Pandemic on the Sports Games*. Proceedings of the 7th International Conference of the Universitaria Consortium, Iași, 2021, pp. 185–192.

- **Popescu Silvia, Grădinaru Irinel-Sorin** – *A Study Of How Worldwide Basketball Was Influenced By The Pandemic*. In Proceedings of the same conference (Universitaria Consortium 2021), Iași.
- **Popescu S., Grădinaru C., Lupu A., Hrițcu B., Mirică S., Petrescu M., Nagel A.** – *Cohesion in Professional Sports Teams. A Sociological Analysis*. In HX19 – E-Book FEFSTIM, 2023, pp. 245–251.
- **Hrițcu B., Lupu S., Popescu S., Mirică S., Nagel A.** – *The impact of heat Training in Endurance Running – Case Study*. In HX19 – E-Book FEFSTIM, 2023, pp. 367–372.
- **Carla Silvia Băloi, Tiberiu Silviu Puță, Popescu Silvia, Csilla Grădinaru** – *Rationalizarea mijloacelor în scopul dezvoltării forței musculaturii abdominale prin testul SIT-UP...* Proceedings of the 11th International Conference of the Universitaria Consortium, 2025.

CĂRȚI / MONOGRAFII

- **Teodora Predescu, Sorin Grădinaru, Florentina Uță, Silvia Grădinaru** – *Exerciții pentru dezvoltarea musculaturii necesare tehnicii jocurilor sportive. Culegere – sistematizare*. Editura de Vest, Timișoara, 2015. ISBN 978-973-36-0644-4.