

UNIVERSITATEA DIN PITEȘTI
FACULTATEA DE ȘTIINȚE, EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI INFORMATICĂ
DEPARTAMENTUL EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT

TEMATICĂ de licență / finalizare studii

PROGRAMUL DE STUDII „SPORT ȘI PERFORMANȚĂ MOTRICĂ”

- Optimizarea performanței sportive prin raționalizarea și standardizarea mijloacelor antrenamentului sportiv.
- Identificarea relațiilor particulare dintre factorii antrenamentului sportiv, în cadrul diverselor ramuri de sport și stadii formative.
- Identificarea relației optime între parametrii efortului în macro ciclul anual, în cadrul diverselor ramuri de sport și stadii formative.
- Optimizarea performanței sportive prin activitățile de proiectare a antrenamentului, de periodizare a antrenamentului și de monitorizare în cadrul antrenamentului și competiției.
- Aspecte particulare ale utilizării simulatorului de condiții în antrenamentul sportiv, studii de caz.
- Educarea/dezvoltarea calităților motrice combinate în sportul de performanță, în cadrul diverselor ramuri de sport și stadii formative.
- Creșterea eficacității programelor de pregătire în cadrul diverselor ramuri de sport și stadii formative, prin modernizarea aparatelor, instalațiilor și materialelor utilizate.
- Optimizarea strategiei didactice în cadrul diverselor ramuri de sport și stadii formative.
- Tendințe actuale în dezvoltarea diverselor ramuri de sport și probe sportive.
- Dezvoltarea calităților motrice (viteză, îndemânare, rezistență, forță) prin mijloace specifice disciplinelor și ramurilor sportive la nivelul eșaloanelor de copii, juniori III, juniori II, juniori I și performanță.
- Optimizarea factorilor antrenamentului sportiv (pregătire fizică, tehnică, tactică) pe discipline și ramuri sportive la diferite eșaloane ale sportului de performanță (copii, juniori III, juniori II, juniori I, seniori).
- Studiu privind utilizarea formelor și sistemelor de joc (pentru jocurile sportive) la diferite eșaloane ale sportului de performanță (copii, juniori III, juniori II, juniori I, seniori).
- Optimizarea evaluării în antrenamentul sportiv privind calitățile fizice, tehnice, tactice, psihologice, teoretice.
- Optimizarea metodicii corectării greșelilor în execuțiile tehnice pe discipline și ramuri sportive.
- Studiu privind apariția și evoluția disciplinelor și ramurilor sportive și modalități de adaptare conform cerințelor spectacolului sportiv actual.
- Studiu privind rolul psihomotricității în procesul de selecție pentru jocurile sportive.
- Studiu privind profilul somato-motric al jucătorilor de (handbal, volei, baschet, fotbal) în funcție de post sau vârstă.
- Stretchingul și eficiența acestuia în dezvoltarea mobilității articulare și a elasticității musculare în educație fizică și sport.

- Factorii complementari în formarea sportivului de performanță.

BIBLIOGRAFIE

1. Badea D. (2001) – Rugby. Fundamentele teoretice și metodice, București, FEST.
2. Bădescu V. (2006) – Înot – curs de perfecționare, Pitești, Editura Paralela 45.
3. Bompa T. (2003) – Totul despre pregătirea tinerilor campioni, București, Editura Ex Ponto.
4. Bompa, T(2002) - Teoria și metodologia antrenamentului, Editura ExPunto, București.
5. Bompa, T.(2003) - Performanța în jocuri sportive. Teoria și metodologia antrenamentului, Editura ExPunto, București.
6. Bota C (2000) - Ergofiziologie, Editura Globus, București.
7. Colibaba Evuleț D. (1998) – Jocuri sportive. Teorie și metodică, București, Editura Aldin.
8. Crețu M. (2006) - Gimnastica artistică, curs de perfecționare, Pitești, Editura Universității din Pitești.
9. Drăgan I (1994) - Medicina Sportivă Aplicată, Editura EDITIS, București.
10. Dragnea A, Mate – Teodorescu S (2002) Teoria Sportului, Editura FEST, București.
11. Dragnea A. (1996) – Antrenamentul sportiv, București, Editura Didactică și Pedagogică.
12. Dragnea A., Teodorescu S. (2002) – Teoria sportului, București, Editura FEST.
13. Georgescu L(2006) Prim ajutor și traumatologie sportivă aplicată, Editura Universitaria, Craiova.
14. Hantău I., Bocioacă L. (1998) – Antrenamentul în judo. Pregătirea fizică și tehnică, Editura Universității din Pitești.
15. Macovei S. (1999) – Gimnastica ritmică de performanță, A.N.E.F.S.
16. Macri A.C. , 2002, Regulament, terenuri, materiale, instalatii de atletism, Ed. Universitatii din Pitesti;
17. Macri A.C., 2002, Atletismul pentru scolari, Ed. Universitatii din Pitesti;
18. Macri A.C., 2007, Atletism, Tehnica si metodică exercitiilor atletice, Universitaria Craiova;
19. Marinescu Gh. (2000) – Polo pe apă – tehnică, București, Editura Printech.
20. Mihăilă I. (2006) – Evaluarea și selecția în pregătirea handbaliștilor de performanță, Craiova, Editura Universitaria.
21. Mihăilă I., Preda C. (2002) – Handbal – tehnica și metodică jocului, Pitești, Editura Powe Flower.
22. Mihăilescu L, Mihăilescu N(2002) – Instruirea programată, Editura Universității din Pitești.
23. Motroc I. (1996) – Fotbal la copii și juniori, București, Editura Didactică și Pedagogică.
24. Negulescu I. (2000) – Handbal, tehnica jocului, București.
25. Nicu.A (1993) Antrenamentul Sportiv modern, Editura Editis, București.
26. Niculescu I (2006) - Psihomotricitatea în jocul de volei, Editura Universitaria, Craiova.
27. Niculescu M. (1999) - Volei – Tehnică și tactică, Editura Universității din Pitești.
28. Niculescu M., Mateescu A., Crețu M., Trăilă H. (2006) – Bazele științifice și aplicative ale pregătirii musculare, Craiova, Editura Universitaria.
29. Weineck, J(1992) Biologie du sport, Ed Vigot, Paris, France