

**FIȘA DISCIPLINEI**  
**Biofeed-back-ul reprezentărilor ideomotrice în sport**  
*Anul universitar 2022 – 2023*

**1. Date despre program**

1.1.	Instituția de învățământ superior	UNIVERSITATEA DIN PITEȘTI
1.2.	Facultatea	ȘTIINȚE, EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI INFORMATICĂ
1.3.	Departamentul	PERFORMANȚĂ ÎN SPORT
1.4.	Domeniul de studii	ȘTIINȚA SPORTULUI ȘI EDUCAȚIEI FIZICE
1.5.	Ciclul de studii	Master
1.6.	Programul de studii/calificarea	Performanță în Sport/antrenor/profesor

**2. Date despre disciplină**

2. Date despre disciplina										
2.1.	Denumirea disciplinei				Biofeed-back-ul reprezentarilor ideomotrice in sport					
2.2.	Titularul activităților de curs				Lect. univ dr. Mihai Ilie					
2.3.	Titularul activităților de seminar/laborator				Lect. univ dr. Mihai Ilie					
2.4.	Anul de studiu	II	2.5. Semestrul	II*	2.6	Tipul de evaluare	E	2.7	Regimul disciplinei	O

**3. Timpul total estimat**

3.1	Număr de ore pe săptămână	2	3.2	din care curs	1	3.3	S/L/P	1
3.4	Total ore din planul de învățământ	28	3.5	din care curs	14	3.6	S/L/P	14
<b>Distribuția fondului de timp alocat studiului individual</b>								ore
Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe								20
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren								29
Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri								19
Tutoriat								2
Examinări								2
Alte activități.....								
3.7	Total ore studiu individual	72						
3.8	Total ore pe semestru	100						
3.9	Număr credite	4						

**4. Precondiții (acolo unde este cazul)**

4.1	De curriculum	Cunoștințe privind funcționare organismului uman din punct de vedere fiziologic, motor, psihic; cunoștințe de biomecanica mișcării.
4.2	De competențe	Abilități de documentare, selecționare, sistematizare, proiectare a informațiilor; abilități de concepție, editare și scriere în stil științific; abilități de utilizare a computerului.

**5. Condiții (acolo unde este cazul)**

5.1	De desfășurare a cursului	Sală de curs cu dotare videoproiector
5.2	De desfășurare a laboratorului	Sală de laborator dotată cu videoproiector, tablă, accesorii materiale și echipament sportiv.

**6. Competențe specifice vizate**

Competențe profesionale	C2. Organizarea curriculumului integrat și a mediului de instruire și învățare, cu accent interdisciplinar (Sport și performanță motrică, Educație fizică și sportivă, Kinetoterapie și motricitate specială C3. Evaluarea creșterii, dezvoltării fizice și a motricității, potrivit cerințelor și modelelor specifice / ramură de sport C4. Descrierea, explicarea și demonstrarea conținuturilor specifice pe ramură de sport C5. Evaluarea proceselor, rezultatelor învățării și atitudinii în context general de pregătire specifică pe ramură de sport
competențe transversale	-

**7. Obiectivele disciplinei**

<b>7.1. Obiectivul general al disciplinei</b>	Obținerea constientizării capacității de utilizare a conceptelor abstracte în rezolvarea unor probleme practice.
<b>7.2. Obiectivele specifice</b>	Constientizarea legăturii între feedback, sisteme de reglare și viața precum și prezentarea unor alternative conceptuale nepleonastice. Cunoașterea modalităților de schimb de informații în relația sportiv- antrenor și a posibilităților de ameliorare. Cunoașterea rolului întăririi componentei proprioceptive în autoreglajul comportamental Prezentarea diferenței dintre procesele de tip „balistic” și condus cu sublinierea diferențelor de eficiență și calitate a rezultatului. Analizarea complexității relației sportive – antrenor și efectului sau asupra reglajului comportamental. Cunoașterea rolului adecvării la mediu în realizarea înalte performanțe sportive.

## 8. Conținuturi

8.1. Curs		Nr. ore	Metode de predare	Observații Resurse folosite
1	Sisteme, reglaj, autoreglaj	2 ore	Prelegerea, explicația, conversația.	Laptop, videoproiector.
2	„Biofeedback” context conceptual	2 ore		
3	Elemente de reglare și autoreglare în procesul de pregătire	2 ore		
4	Propriocepție și rezultate exterioare	2 ore		
5	Implicarea proceselor psihice în reglarea comportamentului motric	2 ore		
6	Relația Sportiv-Antrenor în sportul de performanță	2 ore		
7	Optimizarea alegerii mijloacelor de pregătire specifică și nespecifică	2 ore		

Bibliografie:

1. HILLERIN, P.,J., SCHOR, VL., STUPINEANU,I., 1983 *Basic Principles for Motion Simulators' Implementation*, (first formulated by P. J. de Hillerin, V. Shor and I. Stupineanu (1983). Translated in English and adapted to information and process control concepts by V. Valeanu (2002)); la [http://www.casinor.ro/documente/princip1\\_eng.pdf](http://www.casinor.ro/documente/princip1_eng.pdf)

2. CRĂCIUN, M., SZATMÁRI, Csilla, 2007 *Biofeedback and athletic performance*. în Analele Universității Ovidius Constanța- Seria Educație Fizică și Sport, Constanța, vol.VII, p.158-162.

3. DESCATOIRE, A., MORETTO, P., 2008 *Information Return Device Concept: Baropodometric Biofeedback Application*. în The Engineering of Sport 7, 2008, 477-482, la <http://www.springerlink.com/content/v63v4785652x3147/>

4. NATIONAL INSTITUTE OF MENTAL HEALTH, 2010 *What is Biofeedback?* la <http://www.psychotherapy.com/bio.html>

1. MIHAI, I. (2017). Progressive neuromuscular control improvement by using extrinsic feedback as learning tool, in swimming. *New Trends and Issues Proceedings on Humanities and Social Sciences*. [Online]. 4(8), 126–135. Available from: [www.prosoc.eu](http://www.prosoc.eu)

5. NORD, ST., ETTARE, D., DREW, DANA, HODGE, S., 2001 *Muscle Learning Therapy—Efficacy of a Biofeedback Based Protocol in Treating Work-Related Upper Extremity Disorders*. În Journal of Occupational Rehabilitation, 2001, Vol. 11, Nr. 1, p. 23-31, la <http://www.springerlink.com/content/j27m8q47t9u02w36/>

6. PLACE, N., MATKOWSKI, B., MARTIN, AL., LEPEERS, R., 2006 *Synergists activation pattern of the quadriceps muscle differs when performing sustained isometric contractions with different EMG biofeedback*. în Experimental Brain Research, 2006, Vol. 174, Nr. 4, p. 595-603, la <http://www.springerlink.com/content/d2717741n415pu0g/>

7. SLICARU, Adina Camelia, 2008 *The importance of biofeedback in the recovery of posttraumatic sequels*. în Analele Universității Ovidius Constanța- Seria Educație Fizică și Sport, Constanța, vol.VIII, p.414-418.

8. VĂLEANU,VL.,M., 2003 *Utilizarea Instrumentației Asistate de Calculator pentru Antrenarea Capacităților Motrice și Volitive – Seminar*. la <http://www.casinor.ro/documente/cincsl.pps>

8.2. Aplicații:Seminar / Laborator / Teme de casă		Nr. ore	Metode de predare	Observații Resurse folosite
1	Identificarea sistemelor implicate în performanța sportivă și a modalităților de reglaj și autoreglaj	2 ore	Explicația, demonstrația, modelarea, dezbaterile	Laptop, videoproiector, aparate, materiale, echipamente sportive și de măsurare, programe IT, tablă magnetică.
2	Locul feedback-ului în reglarea funcționării organismului uman	2 ore		
3	Sportul de performanță ca expresie a organismului biologic și social în proces de adaptare	2 ore		
4	Analiza mecanismelor propriocepției și a căilor de ameliorare	2 ore		
5	Explorarea unor exemple de procese psihice reglatorii	2 ore		
6	Exemplificarea deficiențelor în relațiile sportiv-antrenor	2 ore		
7	Mediu și acțiune. Relația reciprocă și avantajele adecvării	2 ore		

### Bibliografie:

- HILLERIN, P.,J., SCHOR, VL., STUPINEANU,I. 1983. *Basic Principles for Motion Simulators' Implementation*, (first formulated by P. J. de Hillerin, V. Shor and I. Stupineanu (1983). Translated in English and adapted to information and process control concepts by V. Valeanu (2002)); la [http://www.casinor.ro/documente/princip1\\_eng.pdf](http://www.casinor.ro/documente/princip1_eng.pdf)
- CRĂCIUN, M., SZATMÁRI, Csilla, 2007. *Biofeedback and athletic performance*. în Analele Universității Ovidius Constanța- Seria Educație Fizică și Sport, Constanța, vol.VII, p.158-162.
- DESCATOIRE, A., MORETTO, P., 2008 *Information Return Device Concept: Baropodometric Biofeedback Application*. în The Engineering of Sport 7, 2008, 477-482, la <http://www.springerlink.com/content/v63v4785652x3147/>
- MIHAI, I. (2017). Progressive neuromuscular control improvement by using extrinsic feedback as learning tool, in swimming. *New Trends and Issues Proceedings on Humanities and Social Sciences*. [Online]. 4(8), 126–135. Available from: [www.prosoc.eu](http://www.prosoc.eu)
- NATIONAL INSTITUTE OF MENTAL HEALTH, 2010 *What is Biofeedback?* la

<http://www.psychotherapy.com/bio.html>, accesat 05.03.2010.

7. NORD, ST., ETTARE, D., DREW, DANA, HODGE, S. 2001. *Muscle Learning Therapy—Efficacy of a Biofeedback Based Protocol in Treating Work-Related Upper Extremity Disorders*. În *Journal of Occupational Rehabilitation*, 2001, Vol. 11, Nr. 1, p. 23-31, la

<http://www.springerlink.com/content/j27m8q47t9u02w36/>

8. PLACE. N., MATKOWSKI, B., MARTIN, AL., LEPERS, R., 2006 *Synergists activation pattern of the quadriceps muscle differs when performing sustained isometric contractions with different EMG biofeedback*. în *Experimental Brain Research*, 2006, Vol. 174, Nr. 4, p. 595-603, la <http://www.springerlink.com/content/d2717741n415pu0g/>

9. SLICARU, Adina Camelia, 2008 *The importance of biofeedback in the recovery of posttraumatic sequels*. în *Analele Universității Ovidius Constanța- Seria Educație Fizică și Sport*, Constanța, vol.VIII, p.414-418.

10. VĂLEANU,VL.,M., 2003 *Utilizarea Instrumentației Asistate de Calculator pentru Antrenarea Capacităților Motrice și Volitive – Seminar*. la <http://www.casinor.ro/documente/cincs1.pps>

**9. Coroborarea conținuturilor disciplinei cu așteptările reprezentanților comunității epistemice, asociațiilor profesionale și angajatori reprezentativi din domeniul aferent programului**

*Conținutul disciplinei este în concordanță cu conceptele teoretice și practice internaționale și dezvoltă conținuturi noi față de alte centre universitare din țară. Disciplina oferă masteranzilor o viziune globală integrativă privind activitatea fizică, exercițiul fizic și o gamă variată posibilități de aplicare în viața practică și profesională.*

**10. Evaluare**

Tip activitate	10.1 Criterii de evaluare	10.2 Metode de evaluare	10.3 Pondere din nota finală
10.4 Curs	Realizarea unui referat.	Examinare finală orală.	40 %
10.5 Seminar/ Laborator/ Temă de casă	Participare la activitatea de laborator.	Portofoliu.	Activ. lab. 30% Temă de casă 30 %
10.6 Standard minim de performanță	Stăpânirea notiunilor și conceptelor de bază abordate în cadrul cursului.		

**\*În perioada 27.02.2023 - 25.03.2023 activitățile didactice se vor desfășura în format on-line.**

Data completării  
30.09.2022

Titular de curs

Titular de seminar

Data aprobării în Consiliul departamentului  
30.09.2022

Director de departament  
(prestator)

Director de departament  
(beneficiar)

.....

.....