



PROGRAMUL DE STUDII UNIVERSITARE DE MASTER - ACTIVITĂȚI MOTRICE CURRICULARE ȘI EXTRACURRICULARE

TEMATICĂ

1. Particularitățile jocului în realizarea obiectivelor educației fizice, ciclul primar și gimnazial;
2. Elaborarea și experimentarea unor modele operaționale de învățare a conținuturilor obligatorii și/sau opționale ale programei școlare de educație fizică, ciclul primar și gimnazial;
3. Elaborarea și experimentarea unor modele operaționale de educare/dezvoltare a calităților /aptitudinilor fizice, psihice, psihomotrice, ciclul primar și gimnazial;
4. Aspecte esențiale ale relațiilor educației fizice cu „noile educații” (educație pentru sănătate, educație ecologică, educație pentru integrare);
5. Tendințe actuale în gestionarea timpului liber al elevilor ciclul primar și gimnazial;
6. Aspectele particulare ale utilizării mijloacelor specifice și nespecifice ale educației fizice și sportului în timpul liber ale elevilor;
7. Identificarea elementelor de conținut ale paradigmei educației permanente, din perspectiva domeniului Educație fizică și Sport;
8. Elaborarea și experimentarea unor programe școlare pentru orele în curriculum opțional, ciclul primar și gimnazial;
9. Contribuția educației fizice și a sportului în formarea personalității elevilor;
10. Particularitățile practicării turismului de agrement, pe stadii de vârstă la elevi;
11. Experițe în aplicarea și interpretarea testelor motrice, fiziologice și psihologice în lecția de educație fizică și sport, ciclul primar și gimnazial;
12. Contribuții în optimizarea evaluării și aprecierii elevilor la disciplina educație fizică;
13. Rolul jocurilor sportive, exercițiilor gimnice și atletice în realizarea cerințelor programei de educație fizică și sport la elevii din ciclul primar și gimnazial;
14. Jocurile de mișcare și rolul lor în realizarea obiectivelor lecției de educație fizică și sport;
15. Modalități de optimizare a predării disciplinelor și ramurilor sportive în cadrul orelor de educație fizică și sport la elevii din ciclul primar și gimnazial;
16. Dezvoltarea motricității prin utilizarea jocurilor de mișcare la copii din ciclul primar sau gimnazial;
17. Contribuții în elaborarea unor programe pentru formarea deprinderilor motrice de bază – alergare, săritură, aruncare – sub formă de întrecere și jocuri, pentru elevii de vârstă școlară mică (clasele I-IV);
18. Contribuții în elaborarea unor programe de tonifiere musculară prin intermediul diferitelor mijloace (fitness, pilates, balonul elvețian, gimnastica aerobică, banda elastică) pentru diferite categorii de vârstă;
19. Optimizarea tehnicilor de dezvoltare a mobilității articulare și a elasticității musculare la elevii din ciclul gimnazial;

BIBLIOGRAFIE MINIMALĂ

1. Ariile curriculare de educație fizică și sport (în vigoare), www.edu.ro
2. Bădescu V., 2006. Înot – curs de perfecționare, Pitești, Editura Paralela 45.
3. Cârstea G., 1999. Metodica educației fizice școlare, București, A.N.E.F.S.
4. Cârstea G., 2000. Teoria și metodica educației fizice și sportului, București, Editura AN-DA.



FACULTATEA DE ȘTIINȚE, EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI INFORMATICĂ

Adresa: str. Târgu din Vale, nr.1, cod 110040, Pitești, Argeș, România

Contact: tel./fax 0348453260

Nr. din

5. Crețu M., 2006. Gimnastica de bază, metodica organizării, dezvoltării fizice generale și a capacității aplicative, Pitești, Editura Universității din Pitești.
6. Crețu M., 2006. Bazele metodice ale pregătirii tehnice în gimnastica artistică masculină, Îndrumar practico-metodic, Pitești, Editura Universității din Pitești.
7. Criteriile de notare la clasa a V-a și a VIII-a, www.edu.ro
8. Dragnea A., 1996. Antrenamentul sportiv, București, Editura Didactică și Pedagogică.
9. Dragnea A. (coord.), 2002. Teoria educației fizice și sportului, București, Editura FEST.
10. Dragnea A., Bota A., 1999. Teoria activităților motrice, București, Editura Didactică și Pedagogică.
11. Dragnea A., Teodorescu S., 2002. Teoria sportului, București, Editura FEST.
12. Firea E., 2003. Metodica educației fizice școlare, București, Universitatea Ecologică.
13. Fleancu J.L., 2001. Baschet. Îndrumar practico-metodic, Pitești, Editura Cultura.
14. Fleancu J.L., 2007. Metodica predării baschetului, Craiova, Editura Universitaria.
15. Fleancu J.L., 2007. Baschet – curs de perfecționare, Craiova, Editura Universitaria.
16. Ghidurile metodologice de aplicare a programelor de educație fizică și spor, 2000, 2001. MEC-SNEE.
17. Grigore V., 2003. Gimnastica. Manual pentru cursul de bază, București, Editura Bren.
18. Macri A.C., 2002. Regulament, terenuri, materiale, instalatii de atletism, Ed. Universitatii din Pitesti;
19. Macri A.C., 2002. Atletismul pentru scolari, Ed. Universitatii din Pitesti;
20. Macri A.C., 2007. Atletism, Tehnica si metodica exercitiilor atletice, Universitaria Craiova;
21. Mihăilă I., 2004. Handbal – curs teoretic, Editura Universității din Pitești.
22. Mihăilă I., Preda C., 2002. Handbal – tehnica și metodica jocului, Pitești, Editura Powe Flower.
23. Mihăilă I., Preda C., 2006. Handbal – Îndrumar practico-metodic, Craiova, Editura Universitaria.
24. Mihăilă I., 2006. Evaluarea și selecția în pregătirea handbaliștilor de performanță, Craiova, Editura Universitaria.
25. Mihăilescu L., 2001. Atletism în școală, Editura Universității din Pitești.
26. Mihăilescu L., 2005. Teoria (filosofia) educației fizice și sportului, Note de curs, Editura Universității din Pitești.
27. Motroc I., 1996. Fotbal la copii și juniori, București, Editura Didactică și Pedagogică.
28. Negulescu I., 2000. Handbal, tehnica jocului, București.
29. Niculescu I., 2006. Psihomotricitatea în jocul de volei, Craiova, Editura Universitaria.
30. Niculescu I., 2006. Evaluare motrică și somato-funcțională, Craiova, Editura Universitaria.
31. Niculescu I., 2006. Istoria educației fizice și sportului, Craiova, Editura Universitaria.
32. Niculescu I., 2006. Volei – Curs, Craiova, Editura Universitaria.
33. Niculescu M., 1998. Metodica predării jocului de volei, Editura Universității din Pitești.
34. Niculescu M., 1999. Volei – Tehnică și tactică, Editura Universității din Pitești.
35. Niculescu M., Georgescu L., Marinescu A., 2006. Condiția fizică și starea de sănătate, Craiova, Editura Universitaria.
36. Predescu T., Moanță A., 2001. Baschetul în școală. Instruire – învățare, București, Editura Semne.



Ministerul Educației Naționale
UNIVERSITATEA DIN PITEȘTI



FACULTATEA DE ȘTIINȚE, EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI INFORMATICĂ

Adresa: str. Târgu din Vale, nr.1, cod 110040, Pitești, Argeș, România

Contact: tel./fax 0348453260

Nr. din

37. Rață G., 2004. Didactica educației fizice și sportului, Bacău, Editura Alma Mater.
38. Rață G., 2004. Metodica educației fizice și sportului, Bacău, Editura Alma Mater.
39. Simion G., 1998. Exerciții gimnice în lecția de educație fizică școlară, Editura Universității din Pitești.
40. Sistemul național școlar de evaluare la educație fizică și sport, 1999. București.
41. Solomon M., Grigore V., Bedo C., 1996. Gimnastica, Târgoviște, Dom Impex.
42. Șufariu N., 1993. Baschet. Curs de bază, Editura Universității din Pitești.
43. Cerghit I. (coord.), 1988. Curs de pedagogie, București, T.U.B.
44. Crețu M., 2006. Gimnastica artistică, curs de perfecționare, Pitești, Editura Universității din Pitești.
45. Colibaba Evuleț D., 2002. Baschet. Note de curs, Editura Universității din Pitești.
46. Colibaba Evuleț D., 1998. Jocuri sportive. Teorie și metodică, București, Editura Aldin.
47. Fleancu J.L., 2007. Măsurare și evaluare în jocul de baschet, Craiova, Editura Universitaria.
48. Ionescu M., Radu I., 1995. Didactica modernă, Cluj, Editura Dacia.
49. Niculescu I., 2003. Jocuri dinamice, Editura Universității din Pitești.
50. Niculescu M., Vladu L., 2005. Volei de la A la Z, Pitești, Editura Universității din Pitești.
51. Niculescu M., Mateescu A., Crețu M., Trăilă H., 2006. Bazele științifice și aplicative ale pregătirii musculare, Craiova, Editura Universitaria.
52. Stoica A. (coord.), 2001. Evaluarea curentă și examenele, Ghid pentru profesori, București, Editura Prognosis.
53. Stoica A., 2003. Evaluarea progresului școlar. De la teorie la practică, București, Humanitas Educațional.



Ministerul Educației Naționale
UNIVERSITATEA DIN PITEȘTI

FACULTATEA DE ȘTIINȚE, EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI INFORMATICĂ

Adresa: str. Târgu din Vale, nr.1, cod 110040, Pitești, Argeș, România

Contact: tel./fax 0348453260



Nr. din

PROGRAMUL DE STUDII UNIVERSITARE DE MASTER - KINETOTERAPIA LA PERSOANELE CU DIZABILITĂȚI

TEMATICĂ:

1. Bazele generale ale kinetoterapiei: definiții, terminologie, clasificări. Structura kinetologiei științifice (biomecanica, fiziologia exercițiilor fizice, comportamentul psihomotor). Structura kinetologiei practice (evaluare, tehnici și metode în kinetoterapie).
2. Structurile (periferice) angrenate în sistemul neuro-mio-artrokinetic. Țesutul osos, țesutul muscular. Caracteristicile morfo-funcționale ale oaselor, mușchilor și articulațiilor. Scheletul corpului uman. Principalele tipuri de articulații ale scheletului uman. Principalele grupe de mușchi ale corpului uman.
3. Fiziologia sistemului muscular – structura și compoziția chimică a mușchiului striat, mecanismul molecular al contracției musculare, tipuri de contracție musculară, manifestările mecanice, termice și electrice ale contracției musculare, oboseala musculară, transmiterea neuro-musculară, efectele antrenamentului asupra musculaturii striate.
4. Exercițiul fizic: definiție, obiective, poziții fundamentale și derivate. Exercițiile fizice active, pasive. Efectele exercițiului fizic asupra organismului uman.
5. Exercițiul aerobic și antrenamentul la efort. Definiția termenilor: fitness, antrenare, adaptare, decodificare, dezantrenare. Procesul energetic. Raportul energetic cost-eficiență. Răspunsuri fiziologice la exercițiul aerobic. Adaptări fiziologice la exercițiul aerobic. Exercițiul aerobic în kinetoterapie.
6. Primul ajutor medical - definiție, intervenție, materiale necesare.
7. Asepsia și antisepsia - definiție, clasificare, mecanism de acțiune, principalele substanțe și metode utilizate.
8. Leziunile vasculare. Hemoragia: definiție, mecanism de producere; hemostaza – mecanisme fiziologice. Diagnostic, prim ajutor, evoluție, complicații.
9. Leziunile osteo-articulare: entorse, luxații, fracturi; definiție, mecanism de producere, clasificare, simptomatologie, diagnostic pozitiv, tratament, evoluție, complicații, sechele.
10. Deficiențele fizice funcționale: definiții, clasificări, principalele entități clinice. Deficiențele fizice ale cutiei toracice și ale coloanei vertebrale, ale bazinului și ale membrilor.