

TEMATICĂ EXAMEN DE SPECIALITATE

Tematica pentru pregătirea examenului de specialitate oferă câteva orientări de conținuturi și bibliografie:

1. Educație fizică, timp liber, refacere, recuperare, calitatea vieții:

- Noțiuni fundamentale ale Teoriei și Metodicii Educației Fizice;
- Educația fizică, activitate socială (origine, esență, ideal, funcții și obiective);
- Sistemul de educație fizică și sport în România;
- Mijloacele educației fizice;
- Componentele procesului instructiv - educativ la educație fizică;
- Bazele anatomo - funcționale ale mișcării;
- Control motor;
- Tehnici de facilitare neuromusculară proprioceptivă;
- Mijloacele kinetologiei medicale;
- Măsurarea și evaluarea în recuperarea medicală;
- Calitatea vieții - concept;
- Compoziția corporală și activitățile fizice la diferite categorii de vârstă;
- Fundamente noționale - principiale privind kinetoterapia.

2. Motricitate și psihomotricitate

- Definierea motricității și a psihomotricității;
- Componentele motricității și psihomotricității;
- Optimizarea capacității de performanță;
- Procedee metodice pentru maximizarea indicilor de manifestare a capacității motrice (condițională, coordinativă și intermediară);
- Măsurarea și evaluarea componentelor motricității și psihomotricității;
- Bazele anatomo - funcționale ale mișcării.

3. Sport de performanță

- Conceptul de antrenament sportiv;
- Efortul în antrenamentul sportiv;
- Particularitățile adaptării în antrenament și competiție;
- Mijloacele de antrenament;
- Principiile antrenamentului;
- Metodele de antrenament;
- Pregătirea în sportul de performanță / componentele antrenamentului (fizică, tehnică, tactică / tehnico - tactică, psihică, artistică, teoretică);
- Antrenamentul sportiv - proces de pregătire stadial;
- Forma sportivă;
- Programarea, proiectarea și planificarea antrenamentului sportiv (structura antrenamentului sportiv);
- Doping;
- Evaluarea în antrenamentul sportiv.

4. Management și marketing în Știința Sportului și Educației Fizice

- Management - concept și tipologie aplicată în Știința Sportului și Educației Fizice;
- Tendințe și orientări metodologice în Educație fizică, Sport, Kinetoterapie din perspectivă managerială;
- Proiectarea, planificarea și evidența în Știința Sportului și Educației Fizice din punct de vedere managerial;
- Tehnici manageriale aplicate în Știința Sportului și Educației Fizice.

BIBLIOGRAFIE

- **Alexei, M. (2006)** Abordarea interdisciplinară în sport. Ed. Napoca Star, Cluj - Napoca;
- **Apostu, M., (2003)** Modificări biochimice induse de efortul sportiv, Ed. ArVin Press, București;
- **Apostu, M., (2010)** Bioenergetica în activitatea sportivă, Ed. Moroșanu;
- **Ardelean, T., (1990)** Particularitățile dezvoltării calităților motrice în atletism, Ed. I.E.F.S., București;
- **Arkadiev, V., (1977)**, Scrima, Ed. Sport – Turism, București;
- **Astrand, P.O., Rodahl, K., (1990)** Textbook of Work Physiology, Physiological Bases of Exercise. Mc. Graw - Ed. Hill International, New York;
- **Badea, D., (2011)**, Rugby-Particularitățile procesului de selecție, Ed. Printech, București;
- **Badea, D., (2012)**, Rugby-Fundamente teoretice și metodice, Ediția II. Ed. Universitară, București;
- **Baroga, L., (1984)** Educarea calităților fizice combinate, Ed. Sport – Turism, București;
- **Bertorini, T., (2011)** Neuromuscular Disorders: treatment and management, Elsevier Bruxelles;
- **Billat, V., (1998)** Physiologie et methodologie de l'entraînement. Ed. De Boeck Universite ;
- **Bocioacă L., (2007)**, Judo. Antrenament și competiție. Ed. Moroșanu, București;
- **Bosco, C. și colab., (1992)** Antrenamentul de rezistență/viteză/forță. Ed. Sportul de Performanță, nr. 258;
- **Bota I., Colibaba D.E., (1998)**, Jocuri sportive. Teorie și metodică, Ed. Aldin, București;
- **Bota, A. (2006)** - Exerciții fizice pentru viață activă. Activitățile motrice de timp liber, Ed. Cartea Universitară, București;
- **Bota, A. Teodorescu, S., (2008)** Exercițiul fizic în afecțiuni cronice, Ed. Didactică și Pedagogică, București;
- **Bota, A. Teodorescu, S., (2011)** Orientări actuale în predarea educației fizice în învățământul primar, Ed. Discobolul, București;
- **Bota, A., (2002)** Bioritmurile și performanța în Educație fizică și sport;
- **Bota, A., (2007)** Kinesiologie, Ed. Didactică și Pedagogică, București;
- **Bota, C., (2000)** Ergofiziologie, Ed. Globus, București;
- **Bota, C., (2002)** Fiziologie. Aplicații la efortul fizic, Ed. Medicală, București;
- **Bratu, M., (2004)** Recuperare în traumatologie sportivă Ed. BREN, București;
- **Câmpeanu M., Rusu F., (2008)** Sport pentru timp liber și sănătate , Ed. Napoca Star, Cluj-Napoca;
- **Cârstea Gh. (1995)** Sociologia sportului, Ed. ANEFS, București;

- **Cârstea, Gh., (1999)** Educație Fizică - Fundamente teoretice și metodice, Ed. Casa de editură Petru Maior, București;
- **Cerghit, I., (1997)** Metode de învățământ, Ed. EDP-RA, București;
- **Chelcea, S., Mărginean, I., (1998)** Cercetarea sociologică. Metode și tehnici. Deva;
- **Cojocaru, V., (2001)** Fotbal. Noțiuni generale, Ed. AXIS MUNDI, București;
- **Cojocaru, V., (1995)** Jocul de fotbal: Elemente de strategie și tactică, Ed. Az Topaz, București;
- **Cojocaru, V., (2000)** Strategia pregătirii juniorilor pentru fotbalul de înaltă performanță, Ed. Axis Mundi, București;
- **Cojocaru, V., (2002)** ,Fotbal de la 6 la 18 ani: Metodica pregătirii, Ed. Axis Mundi, București;
- **Cojocaru, V., (2006)** Fotbal: Aspecte teoretice și metodice Ed. Cartea Universitară, București;
- **Cordun, M. (1999)** Kinetologie medicală, Ed. AXA, București;
- **Cordun, M. (1999)** Postura corporală, normală și patologică, Ed. ANEFS București;
- **Cordun, M., (2009)** Kinantropometrie, Ed. CD Press, București;
- **Cordun, M., (2009)**, Bioenergetică și ergometrie aplicată în sport, Ed. CD Press, București;
- **Costill, D., Wilmore, H. (1998)** Physiology of sport and exercise. De Boeck Universite ;
- **Crețu, A., (2003)** Refacerea în sport, Ed. Alexandru 27, București;
- **Croitoru D., (2000)** Ambidextrie în jocurile sportive Ed. ANEFS, București;
- **Croitoru, D., (1999)** , Ambidextrie în jocurile sportive – exemplificări și aplicații în volei. Ed. ANEFS, București;
- **Deliu D., (2008)**, Antrenamentul sportiv în disciplinele de combat, Ed. Bren, București;
- **Deliu, D., (2008)**, Metodica disciplinelor sportive de combat, Ed. Bren, București;
- **Demeter, A., (1989)** Fiziologie. Manual pentru specialiștii din Educație fizică. Ed. CNEFS, București;
- **Dina, G., (2010)**, Metodica învățării acțiunilor de atac, Ed. Moroșanu, București;
- **Dina, G., (2009)**, Metodica învățării acțiunilor de apărare, Ed. Moroșanu, București;
- **Dragnea, A. , Bota, A. (1999)** Teoria activităților motrice, Ed. Didactică și Pedagogică, București;
- **Dragnea, A. și colab., (2006)** Educație Fizică și Sport - Teorie și didactică Ed. FEST București;
- **Dragnea, A., Teodorescu-Mate S., (2002)** Teoria sportului, Ed. FEST, București;
- **Drăgan, I., (Red) (1994)** Medicina sportivă aplicată, Ed. Editis, București;
- **Eason, R., Smith, T., Caron, F., (1991)** Adapted Physical Activity - from theory to application, Human Kinetics Publishers;
- **Epuran, M., și colab., (2001)** Psihologia sportului de performanță - Teorie și practică, Ed. FEST, București;
- **Epuran, M., (2005)** Metodologia cercetării activităților corporale, , Ed. Sport - Turism, București;

- **Epuran, M., (1990)** Modelarea conduitei sportive, Ed. Sport - Turism, București;
- **Epuran, M., (2013)** Motricitate și psihism în activitățile corporale. Prolegomene la o metateorie a activităților corporale, ludice, gimnice, agonistice, recreative, compensatorii, Ed. FEST, București, volumul 2.

- **Epuran, M., Horghidan, V. (1994)** Psihologia educației fizice, Ed. ANEFS București;
- **Eurofit, (1993)** Tests Européens d'aptitude physique, Conseil de l'Europe, Comité pour le Développement du Sport, 2th édition, Strasbourg;
- **Famose, J., Fleurance, P., Touchard, Y., (1991)** L'apprentissage moteur, rôle des représentations, Ed. Revue EPS;
- **Frederic L., (1993)**, Dicționar de arte marțiale, Ed. Enciclopedică, București;
- **Gagea A., (2009)** Cultura modernă a sportului recreativ, Ed. Bren, București;
- **Gallahue, D., (1993)** Developmental physical education for today's children, Brown & Benchmark;
- **Ghițescu G., Moanță A., (2007)**, Bazele jocului de baschet, Editura Matrix Rom, București;
- **Grigore Gh., (2008)**, Fotbal. Selecția la copii și juniori, Ed. Moroșan, București;
- **Grigore V. (2001)** Gimnastica artistică. Bazele antrenamentului sportiv. Ed. Semne, București;
- **Grigore V., (coord) (2007)** Exercițiul fizic - factor activ pentru prevenirea îmbătrânirii și instalarea bolilor degenerative, Ed. Didactică și Pedagogică, București;
- **Grigore, V., (2003)**, Gimnastica. Manual pentru cursul de bază, Ed. Bren, București;
- **Haywood, K., Getchell, N., (2001)** Learning activities for life - span motor development, Ed. Human Kinetics;
- **Hebrard, A., (1986)** L'éducation physique et sportive, Ed. EPS, Paris;
- **Horghidan, V., (2000)** Problematika psihomotricității, Ed. Globus, București;
- **Jinga, I. și colab., (1999)** Evaluarea performanțelor școlare, Ed. Aldin, București,;
- **Kenney, W.L. Kirkendal, D. R., și colab., (1987)** Measurement and Evaluation for Physical Educators, Champaign, Illinois, Ed. Human Kinetics Publishers;
- **Lee, J., (1987)** Coaching children, Leeds;
- **Macovei, S., (1999)** Suplețea. Ed. ANEFS., București;
- **Macovei, S., (2007)** Antrenamentul în gimnastica ritmică, Ed. BREN, București;
- **Macovei, S., (2007)** Manual de gimnastică ritmică, Ed. BREN, București;
- **Maglischo, E.W. (2003)** Swimming fast test. Ed. Human Kinetics;
- **Manno, R., (1992)** Les bases de l'entraînement sportif. în: Revue EPS;
- **Manno, R., (1994)** Teoria antrenamentului sportiv (trad). Ed. CCPS uz intern, București;
- **Marcu, V. (1983)** Masaj și Kinetoterapie, Ed. Sport - Turism, București;
- **Marcu, V., (2009)** Evaluarea în Kinetoterapie, Analele Universității din Oradea. Kinetoterapie, Ed. Universității, Oradea;
- **Marinescu, Gh., (2003)** Natație. Efort și antrenament. Ed. BREN, București;
- **Marinescu, Gh., Șalgău, S., (2005)** Adaptarea efortului și programarea la înotători. Ed. Tehnopress, Iași;
- **Mârza, D., 2005**, Kinetoprofilaxie primară, Ed. Tehnopress, Iași;
- **McArdle, W., Katch, F., Katch, V., (2007)** Physique, performance and physical activity, Ed. Sports Medicine, vol. 33;
- **Mitrache, G., Tudos, Șt., (2004)** Psihomotricitate și limbaj, Ed. Cartea Universitară, București;
- **Moanță A., (2000)**, Pregătirea fizică în jocul de baschet, Pro-Editura, București;
- **Moanță A., (2005)**, Baschet. Metodică, Ed. Alpha, Buzău;
- **Moanță A., (2009)**, Baschet. Pregătirea copiilor și juniorilor, Editura Morosan, București;

- **Moanță A., Ivan C., Croitoru D., Ghițescu G., Manos M., Dina G., Macovei S., Hantău C., Grigore Gh., (2011)**, Selecția pentru sportul de performanță, Ed. Discobolul, București;
- **Neacșu, I. (1999)** Instruire și învățare, Ed. Didactică și Pedagogică, București;
- **Neculau, A., și colab., (1995)** Psihopedagogie. Iași, Ed. Spiru Haret;
- **Negulescu, I., (Coord.), (2008)** Relația dintre raționalizarea mijloacelor de antrenament și individualizarea pregătirii în jocurile sportive. Ed. BREN, București;
- **Nicu, A., (1999)** Teoria și metodică antrenamentului sportiv. Ed. Fundația România de Măine, București;
- **Nicu, A., (2002)** Teoria și metodică antrenamentului sportiv modern Ed. Fundația România de Măine, București;
- **Niculescu, M., (2002)** Metodologia cercetării științifice în educația fizică și sport, Ed. ANEFS București;
- **Pelin, F., (2007)**, Schi fond - Schi alpin, teorie și metodică, Ed. Printech, București;
- **Pelin, F., (2007)**, Snowboard - teorie și metodică, Ed. Printech, București;
- **Pelin, F., Gașpar, P., Lungociu, I., (2007)**, Schi fond. Antrenament, planificare, modelare, Ed. Cavallioti, București;
- **Platonov, N., K. (1992)** L'entrainementsportif. Theoria et Metodologie, Editions Revue E.P.S., Paris;
- **Platonov, N., K. (2015)**, periodizarea antrenamentului sportiv. Teoria generală și aplicațiile ei practice, Ed. Discobolul, București;
- **Poenaru S., Ciortea A., (2002)**, Pregătirea fizică a scrimerilor de performanță, Ed. Printech, București;
- **Popescu G., (2007)**, Ghidul tehnic - Sport aerobic. Elemente de dificultate, reeditare, Ed. Elisavaros, București;
- **Popescu G., (2007)**, Metodica disciplinelor sportive gimnice. Gimnastică acrobatică, Ed. Elisavaros, București;
- **Robănescu, N., (1994)** Reeducarea neuromotorie, Ed. Medicală, București;
- **Sbenghe, T., (2002)** Kinesiologie, Știința mișcării. Ed. Medicală, București;
- **Segărceanu A., (1998)**, Tehnică - Tactică, tactică, metodică, Ed. Quasar, . București;
- **Stănescu, M., (2009)** Didactica educației fizice - note de curs, Ed. ANEFS, București;
- **Stroe Șt., (1976)**, Pregătirea fizică a voleibaliștilor, Ed. Sport-Turism, București;
- **Șerban M., de Hillerin P., (1984)**, Volei - Strategie și tactică, Ed. Sport-Turism, București;
- **Șerbănoiu, S., (2002)** Capacitățile coordinative în sportul de performanță. București, Ed. Afir;
- **Teodorescu , S., (2009)** Antrenament și competiție, Ed. Alpha, MDN București;
- **Teodorescu , S., (2010)** Teoria și metodică antrenamentului sportiv la copii și juniori, Ed. Discobolul, București;
- **Teodorescu , S., Bota, A, (2007)** Educație fizică și sport adaptat pentru persoane cu deficiențe motorii, Ed. Printech, București;
- **Teodorescu, S., (Coordonator), (2011)** Planificare/monitorizare în antrenamentul copiilor și juniorilor, Ed. Discobolul, București;
- **Teodorescu, S., Bota, A., Stănescu, M., (2003)** Educație fizică și sport adaptat-pentru persoane cu deficiențe senzoriale, mintale și defavorizate social, Ed. Semne, București;
- **Teodorescu, S., Bota, A., Stănescu, M., (2007)** Activități fizice adaptate, Ed. Printech București;

- **Teodorescu, S., Ganera, C.(2003)** Teoria și managementul competițiilor sportive, Ed. Discobolul, București;
- **Teodorescu, S., (2009)** Periodizare și planificare în sportul de performanță - ediția a II-a, Ed. Alpha MDN, Buzău;
- **Thomas, J., R., Nelson, J., K., (1996)** Metodologia cercetării științifice în activitatea fizică. vol. I-II, (trad.), Ed. M.T.S., București;
- **Tudor, V., (2005)** Măsurarea și evaluarea în cultură fizică și sport, Ed. Alpha, Buzău;
- **Tüdös, Șt., (2003)** Perspective actuale în psihologia sportului. Modele și soluții, Ed. S.P.E.R., Colecția "ALMA MATER" București;
- **Tüdös, Șt., (2000)** Criterii psihologice în fundamentarea pregătirii sportive. Ed. Paideia, București;
- **Țifrea, C., (2002)** Teoria și metodică atletismului. Ed. Dareco, București;
- **Țifrea, C., (2002)**, Atletism - Efortul de antrenament și de concurs. Ed. Dareco, București;
- **Weineck, J., (1992)** Biologia sportului, Ed. Vigot, Paris;
- **Weineck, J., (1994)** Entrenamento optimo, Ed. HispanoEuropea S.A. Barcelona;
- **Weineck, J., (1997)** Biologie du sport, Ed. Vigot, 4th edition, Paris;
- **Weineck, J., (1997)** Manual L'entraînement, Ed. Vigot, Paris;
- **Werner, P., H., (2004)** Teaching Children Gymnastic. Ed. Human Kinetics;
- **Wilmore, H. J.(2008)** Physiology of Sport and Exercise. Ed. Human Kinetics (fourth edition);
- **Zancu, S., (1998)**, Tenis - ghid practic pentru antrenori, părinți și jucători, București, Ed. Arc, București;