

Universitatea din Oradea
DEPARTAMENTUL PSIHONEUROȘTIINȚE ȘI RECUPERARE,
TEMATICA POST CONFERENȚIAR - POZITIA 18 STAT DE FUNCTII

Discipline:

Recuperare în medicina sportiva - curs+LP (program de studiu BFR, an III)

Ergofiziologie - curs (program de studiu BFR, an II și anul I)

Psihomotricitate, educație și reeducare psihomotrică - curs (program de studiu BFR, an III)

Recuperare în medicina sportiva

1. Orientarea medico-sportivă: definiție, etape. Traumatologia sportivă: definiție, obiectiv, profilaxie.
Traumatismele sportive: caracteristici generale, definiție, clasificări.
2. Antropologie sportiva: etimologie, definiție. Dezvoltarea fizică, examenul dezvoltării fizice: definiție, clasificare, examinări caracteristice, detalierea examinărilor.
3. Psihologia sportivă: importanța, răspunsul psihologic la traumatism, cronologia psihologică a unui traumatism, cercul vicios psihologic, obiective.
4. Refacerea fizică sportivă: definiție, componente, beneficii, mijloace, riscuri, particularități la sportivul de performanță.
5. Principiile de recuperare în traumatismele musculoscheletale: secvențialitate, particularitățile evaluării sportivului. Principalele metode de recuperare în patologia sportiva: cronologie, enumerare, definiție.
6. Kinetoterapia în recuperarea medicală la sportivi: importanța și beneficiile kinetoterapiei la sportivi.
Programul kinetoterapeutic la sportivi: considerații generale, obiective.
7. Leziunile de la nivelul părților moi: cele mai frecvent întâlnite exemple în practica sportiva, cu definiție, mecanism de producere, simptomatologie și tratament.
8. Leziunile articulare: cele mai frecvente exemple întâlnite în practica sportivă, cu definiție, mecanism de producere, simptomatologie și tratament.
9. Leziunile traumatice osoase: cele mai frecvent întâlnite exemple în patologia sportiva, cu definiție, mecanism de producere, simptomatologie și tratament.
10. Leziunile sportive de suprasolicitare: definiție, mecanism de producere, tablou clinic, factori care participă la producerea microtraumatismelor, tratament.

Ergofiziologie

1. Efortul fizic: definiție; considerații generale; clasificarea efortului fizic.
2. Suportul energetic al efortului fizic: considerații generale; cai de producere a ATP-lui: enumerare, descriere; pragul aerob-anaerob.

3. Homeostazie: definiție, mecanisme. Metabolism: definiție și funcții: anabolism -catabolism; ecuația bilanțului energetic; metabolismul bazal.
4. Termogeneza: definiție, noțiuni generale. Termogeneza indusă de alimente: definiție, caracteristici. Termoreglarea. Termogeneza termoreglatorie.
5. Exerciții fizice pentru sănătate: activitatea fizică; stil de viață sănătos: definiție, componente; beneficiile exercițiilor fizice.
6. Efectele efortului fizic asupra aparatului locomotor: la nivelul mușchilor; la nivelul oaselor, tendoanelor și ligamentelor.
7. Efectele efortului fizic asupra aparatului cardio-vascular: modificări imediate; modificări tardive.
8. Efectele efortului fizic asupra sistemului nervos central: forța musculară, mecanisme inhibitorii cu rol de protecție, starea de start.
9. Efectele efortului fizic asupra aparatului respirator: modificări imediate; modificări tardive.
10. Efortul fizic și sistemul imunitar: beneficiile efortului fizic; apărarea nespecifică a organismului; apărarea specifică a organismului; aspecte imunologice ale efortului fizic.

Psihomotricitate, educație și reeducare psihomotrică

1. Conceptul de psihomotricitate: definiție, factorii dezvoltării psihomotorii, educația psihomotrică, direcții generale ale psihomotricității.
2. Componentele de bază ale psihomotricității: noțiuni generale; componentele psihomotricității: caracteristici; motricitatea voluntară: manifestări; etape în executarea unei mișcări voluntare.
3. Conduite motrice de bază: coordonarea oculo-motorie; echilibrul static și dinamic; coordonarea dinamică generală.
4. Conduitele neuromotorii: tonusul muscular, senzațiile proprioceptive.
5. Conduitele și structurile perceptiv-motrice: schema corporală, lateralitatea, organizarea spațio-temporală.
6. Comunicarea. Elementele și atributele comunicării: enumerare, definiție și considerații generale.
7. Caracteristici ale dezvoltării psihomotrice: generalități; caracteristici; reperele specifice dezvoltării psihomotrice a copiilor.
8. Ciclurile și stadiile de dezvoltare psihică: generalități; schema dezvoltării psihice;
9. Educarea și reeducarea psihomotorie: definiție; generalități; etapele acțiunii educative; etapele acțiunii reeducative.
10. Tulburările psihomotrice: noțiuni generale; deficite ale conduitelor motrice de bază; deficite ale conduitelor neuromotorice; deficite ale conduitelor perceptiv motrice.

1. Abalașei, B.A., *Aplicații ale psihomotricității în fitness* -suport de curs. Iași. Editura Universității "Alexandru Ioan Cuza" din Iași, 2007
2. Beuran M., Tache Ozana, *Ghid de medicina fizica si recuperare medicala*, Editura: Scripta, 2017
3. Chiribuc C., *Kinetologie Medicala-Ergofiziologie-Kinetoterapie*, Editura TANA, Bucuresti 2011
4. Engrich Elena, *Kinetoterapia pe intelesul tuturor*. Editia a II-a, Editura: Medicala, 2017
5. [Hagiu B.A.](#), *Fiziologia si ergofiziologia activitatilor fizice*, Editura: [UNIVERSITATII "ALEXANDRU IOAN CUZA"](#), 2014
6. Hantiu I., *KINESIOLOGIE, Stiinta Miscarii, Note de curs*, Facultatea de Educatie Fizica si Sport Oradea, 2013
7. Hăulică, I., *Fiziologie umană*. Editura Medicală, București, 2009
8. Heil J. *Psychology of sport injury*. Human Kinetics, Champaign, IL, 1993.
9. Ionescu Anca, Caramoci Adela, *Medicina sportiva. Fiziologia si Fiziopatologia efortului fizic. Note de curs*, Editura: Universitatea Carol Davila, 2017
10. Ionescu Anca, *MEDICINA SPORTIVA, PERFORMANTA SI SANATATE*, EDITURA MEDICALA BUCURESTI, 2013
11. Marcu F.M., Lazar L., *Noțiuni generale privind patologia în sport*, Ed. Universității Oradea 2018
12. Neacsu C., *Medicina sportiva. Sistemul neuroendocrin si sportul de performanta*, Editura Bren, 2010
13. Neagu N., *Teoria și practica activității motrice umane*, Editura University Press, Tg. Mureș, 2010
14. Sbenche T., Berteanu M., Savulescu Simona Elena, *Kinetologie*, Editura Medicala, 2019
15. Timnea Olivia Carmen, *Fiziologia efortului fizic*, Editura: [Bren](#), 2010
16. Tudosoiu D., *Ghid pentru desfasurarea activitatilor psihomotrice in gradinita*, [Editura: Trend](#), 2015
17. Vasilescu Mirela, [Introducere în ergofiziologie - monografie](#), Editura Universitaria, Aprilie 2017
18. [Wauters-Krings Frederique](#), *Psihomotricitate. Sprijin, preventie si compensare*, Editura: [ASCR](#), 2014