FACULTATEA DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
Str. Pandurilor nr. 7, Cluj-Napoca
Tel.: 0264 – 420709
https://sport.ubbcluj.ro
E-mail: sport@ubbcluj.ro
EDUCAȚIE PENTRU SĂNĂTATE ȘI PERFORMANȚĂ

ADMITERE 2027 – nivel MASTER

TEMATICĂ ŞI BIBLIOGRAFIE

PROGRAMUL DE STUDII: ANTRENAMENT ŞI PERFORMANŢĂ SPORTIVĂ

Tematică:

1. Antrenamentul sportiv-delimitări conceptuale
2. Structura capacităţii de performanţă
3. Obiectivele şi principiile antrenamentului sportive
4. Efortul, oboseala şi odihna în antrenament
5. Selecţia şi orientarea în sportul de performanță
6. Componentele antrenamentului sportive
7. Mijloacele şi metodele antrenamentului sportive
8. Conţinutul antrenamentului sportiv
9. Programarea şi conducerea antrenamentului sportive
10. Refacerea şi recuperarea după efort în antrenament

Bibliografie:

Baciu, A.(2018) – Bazele generale ale antrenamentului sportiv, (suport de curs) , Cluj Napoca
Cârstea. Gh. (1993) – Teoria și metodica educației fizice și sportului, Editura Universul, București

Dragnea, A., (1996) – Antrenamentul sportiv - teorie şi metodică, Editura Didactică şi Pedagogică, Bucureşti

Epuran, Mihai, (1995) – Modelarea conduitei sportive, Editura Sport-Turism, Bucureşti

Manno, Renato, (1996) – Bazele antrenamentului sportiv, Editura SDP nr. 378-375, CCPPS, Bucureşti

Bompa, Tudor O., (2001) – „Teoria şi metodologia antrenamentului sportiv – Periodizarea”, Editura Ex Ponto, Bucureşti

Bompa, Tudor O, Carlo A. Buzzichelli – Periodizarea, teoria si metodologia antrenamentului, Editia a-IV-a, Ed. Lifestyle, 2021
Roman, Gheorghe, Batali Cristian, (2007) - Antrenamentul sportiv- teorie şi metodică, Editura Napoca Star, Cluj Napoca

Șandor,I. - Bazele generale ale teoriei educației fizice și sportului (suport de curs), Cluj Napoca

FACULTATEA DE EDUCAŢIE FIZICĂ ŞI SPORT
Str. Pandurilor nr. 7, Cluj-Napoca
Tel.: 0264 – 420709
https://sport.ubbcluj.ro
E-mail: sport@ubbcluj.ro
EDUCAŢIE PENTRU SĂNĂTATE ŞI PERFORMANŢĂ

PROGRAMUL DE STUDII: MANAGEMENTUL ORGANIZAŢIILOR ŞI ACTIVITĂŢILOR SPORTIVE

Prezentarea unui ***Proiect de dezvoltare a carierei*** – conform modelului https://sport.ubbcluj.ro/masterat/

PROGRAMUL DE STUDII: KINETOTERAPIE ÎN AFECŢIUNILE APARATULUI LOCOMOTOR

Tematică:

1. Biomecanica aparatului locomotor

Bibliografie

1. Albu, I. (1984) - *Angiologie. Nervii spinali,* Atelierul de multiplicare UMF, Cluj-Napoca;
2. Baciu, C. (1981) - *Aparatul locomotor*, Editura Medicală, Bucureşti;
3. Georgia, R. (1993) - *Anatomia omului*. *Sistemul nervos central*, Atelierul de multiplicare UMF, Cluj-Napoca;
4. Papilian, V. (1992) - *Anatomia omului – vol. I*, Editura ALL, Bucureşti
5. Papilian, V. (1992) - *Anatomia omului – vol. II,* Editura ALL, Bucureşti
6. Zamora, E., Ciocoi-Pop D.R. (2006) - *Artrologie şi Biomecanică umană generală*, Editura Risoprint, Cluj-Napoca.
7. Zamora E., Crăciun, D.D. (2005) - *Anatomia omului*, Editura Risoprint, Cluj-Napoca.
8. Zamora E., Crăciun, D.D. (2006) - *Anatomia omului - aparatul locomotor. Artrologie şi biomecanică*, Editura Risoprint, Cluj-Napoca.

FACULTATEA DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
Str. Pandurilor nr. 7, Cluj-Napoca
Tel.: 0264 – 420709
https://sport.ubbcluj.ro
E-mail: sport@ubbcluj.ro
EDUCAȚIE PENTRU SĂNĂTATE ȘI PERFORMANȚĂ

PROGRAMUL DE STUDII: EDUCAȚIE FIZICĂ ŞI AGREMENT ÎN TURISM

nu se organizează admitere 2027

PROGRAMUL DE STUDII: EDUCAȚIE FIZICĂ ȘCOLARĂ ȘI ACTIVITĂȚI EXTRACURRICULARE (la Reșița)

nu se organizează admitere 2027