



UNIVERSITATEA DE MEDICINĂ ȘI FARMACIE
"CAROL DAVILA" din BUCUREȘTI
Departamentul de Recuperare Medicală
Disciplina de Educație Fizică și Sport



TEMATICA EXAMEN

Concursului pentru ocuparea postului de lector universitar , poz. 11 – Handbal, la Disciplina Educație Fizică și Sport, publicat în Monitorul Oficial al României, Partea a -III- a, nr. 1359 din 5 decembrie 2018.

1. Structura antrenamentului sportiv în handbal
2. Educația fizică și sportul în învățământul superior de neprofil
 - a. Educația fizică și sportul ca proces didactic
 - b. Procesul de învățământ în U.M.F. București
3. Actualități și tendințe în handbal
 - handbalul la echipele reprezentative din UMF CD
4. Lecția de antrenament
5. Locul cursului de handbal în programul de învățământ din UMF CD
6. Metodica învățării tehnicii și tacticii jocului de handbal
7. Tehnica și tactica jocului de handbal
8. Prezențați și exemplificați fazele atacului în jocul de handbal
9. Prezențați și expuneți sistematic fazele de apărare în jocul de handbal
10. Sistemul competițional universitar
 - competițiile de handbal din UMF CD
 - competițiile universitare pe plan național
 - competițiile universitare pe plan mondial
11. Sistemele energetice de bază



UNIVERSITATEA DE MEDICINĂ ȘI FARMACIE
"CAROL DAVILA" din BUCUREȘTI
Departamentul de Recuperare Medicală
Disciplina de Educație Fizică și Sport



-
12. Rezerva de energie în sport
 13. Adaptări cardiovasculare și respiratorii
 14. Practicarea exercițiilor fizice pentru sănătate și condiție fizică
 15. Principiile speciale și didactice în sistemul de periodizare
 16. Efort, oboseală, refacere, supracompensare și efectul de durată al antrenamentului sportiv
 17. Mijloacele de antrenament sportiv în handbal
 18. Mijloace de refacere și de stimulare a capacității funcționale

Șef Disciplină

Prof.univ.dr. Cătălin Păunescu





UNIVERSITATEA DE MEDICINĂ ȘI FARMACIE
"CAROL DAVILA" din BUCUREȘTI
Departamentul de Recuperare Medicală
Disciplina de Educație Fizică și Sport



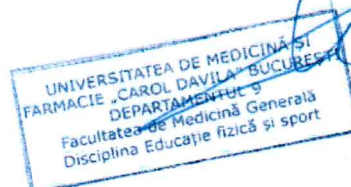
BIBLIOGRAFIE

de concurs, pentru ocuparea postului de lector universitar poz. 11 _Handbal, Disciplina Educație Fizică și Sport, conform Monitorul Oficial Partea a -III- a nr. 1359 din 5 decembrie 2018.

1. Bomba, T., Gregory H., G., Periodization. Theory and methodology of training, Ed. Human kinetics, 2009
2. Bota, I., Bota, Maria, Handbal, Ed. Sport-Turism, 1987
3. Cârstea Ghe., Teoria și metodică educației fizice și sportului, Ed. An-Da, 2000
4. Colibaba-Evuleț, D., Bota, I., Praxiologie și proiectare curriculară în educație fizică și sport, Ed. Universitaria Craiova, 2007
5. Colibaba-Evuleț, D., Bota, I., Jocuri sportive. Teorie și metodică, Ed. Aldin, 1998
6. Ghermănescu, I., K., Gogâltan, V., Jianu, Elena, Negulescu, I., Teoria și metodică handbalului, ed. Didactica și Pedagogică, 1983
7. Gagea A., Tratat de cercetare științifică în educație fizică și sport, editura Discobolul, 2010
8. Hantău, Cezar, Handbal - jocul în apărare, Ed. Printech, 2002
9. Hector, L., Lador, I., Educația Fizică și Sportul în Universitatea de Medicină și Farmacie „Carol Davila” București, Ed. Carol Davila, 2005
10. Iancu, Aurel, Jocul de handbal, Ed. Universitaria Craiova, 2009
11. Klissouras V., Ionescu A., Fiziologia exercițiului. Noțiuni fundamentale, Ed. Bren, 2013
12. Mihăilă, I. Handbal, pregătire fizică specifică diferențiată, Ed. Valinex SA, 2004
13. Pițigoii Gabriel, Handbal curs de bază, editura Printech, 2015
14. Platonov Vladimir, Periodizarea antrenamentului sportiv. Teoria generală și aplicațiile ei practice, Ed. Discobolul, 2015
15. Teodorescu, Silvia, Antrenament și competiție, Ed. ALPHA MDN, 2009

Șef Disciplină

Prof.univ.dr. Cătălin Păunescu



Universitatea de Medicină și Farmacie „Carol Davila” din București
Strada Dionisie Lupu nr. 37 București, Sector 1, 020022 România, Cod fiscal: 4192910
Cont: RO61TREZ701504601x000413, Banca: TREZORERIE sect. 1
+40.21 318.0719; +40.21 318.0721; +40.21 318.0722; fax +40.21.318.0730
www.umfcaroldavila.ro