

REZUMAT TEZĂ ABILITARE

TITLUL

ASPECTE ȘI CARACTERISTICI ALE JOCULUI DE HANDBAL CA DIMENSIUNE INOVATOARE ÎN OPTIMIZAREA PERFORMANȚEI UMANE: DE LA SELECȚIE LA RECUPERARE ȘI ADAPTARE

Obiectivul cheie al acestei teze de abilitare este prezentarea și accentuarea caracteristicilor activităților motrice care duc la o viață calitativ mai bună și la îmbunătățirea performanțelor umane.

Structura tezei de abilitare este simplă și concisă, abordând parcursul de formare, studiile și cercetările efectuate în diferitele eforturi individuale sau colaboratoristice, precum și planurile de evoluție și dezvoltare ale carierei mele.

Prin urmare, începutul tezei propune o sinteză a tezei de doctorat în care sunt prezentate cele mai importante aspecte ale procesului de selecție și a jocului de handbal în cadrul dezvoltării și îmbunătățirii performanțelor umane.

Prima direcție a tezei se concentrează pe realizările științifice, academice, studiile și cercetările întreprinse în cariera mea profesională și cuprinde trei părți principale: handbal, recuperare și dizabilitate, în timp ce în ultima direcție a tezei este reprezentată de planurile de evoluție și de dezvoltare ce urmează a fi efectuate în acțiunile și inițiativele mele profesionale.

Dacă scopul acestei teze este să prezinte beneficiile activităților motrice ca un instrument activ în îmbunătățirea calității vieții și a performanțelor umane, ele sunt incluse, cercetate și analizate în cadrul jocului de handbal, ca sport de performanță. Aici am încercat să accentuez că importanța acestui sport este strâns legată și de procesul de recuperare, toate fiind strâns corelate.

Prima parte a tezei introduce și doua aspecte noi, esențiale pentru cercetarea viitoare. Primul este legat de factorul de recrutare al viitorilor atleți prin micșorarea procesului de selecție la vârste cuprinse între 6-8 ani, în timp ce al doilea aspect este legat de procesul de recuperare și introducerea jocului de handbal în scaun cu rotile, sport de performanță pentru persoanele cu dizabilități.

Fiind în primul rând jucătoare profesionistă de handbal cu o activitate de peste 27 de ani și 15 de antrenorat, acest lucru mi-a oferit posibilitatea să învăț considerabil despre sportul de performanță. Informațiile diverse, specializate și aplicabile sportului, alături de aspectele științifice și tehnologice, au definit sportul de performanță ca o ramură ce sporește activitatea motrică și îmbunătățește calitatea vieții.

Toate aceste caracteristici au fost constant accentuate în formarea mea academică, dar mai mult după finalizarea doctoratului de la Universitatea Națională de Educație Fizică și Sport, din București, culminând cu teza "*Strategii privind orientarea selectiei și instruirii în cluburile private – Handbal*", sub supravegherea profesorului universitar dr. Ioan Negulescu, în 2010.

Am scris și publicat cărți în mediul academic științific de specialitate românesc. Conținutul acestor titluri variază de la caracteristici generale sau specifice ale jocului de handbal, cum ar fi Handbal-jocul, jucători, regulament, palmares sau competiții, până la mărirea capacității de efort sau a recuperării prin folosirea masajului terapeutic ca mijloc eficient de refacere și recuperare.

Pasul următor, un pas interconectat, este contribuția științifică în articole sau diferite publicații sau site-uri afiliate din cadrul științei educației fizice și a sportului. Astfel, un număr de mai mult de 20 de lucrări au fost publicate în literatura de specialitate fie ca o contribuție proprie ori ca efort colectiv.

Este important de menționat că aceste articole sunt legate de sport nu numai prin aspectul somatic, dar și prin partea psihologică sau comunicativă. Astfel, lucrările legate de comunicarea verbal-non-verbală dintre atlet și antrenor, de satisfacția studenților sau a elevilor în sportul de performanță, toate acestea sunt la fel de însemnate.

Articolele au avut o cercetare științifică solidă, câteva dintre acestea examinând aspecte din viața copiilor din ciclul pre universitar. Este important de menționat acest lucru, pentru că acești tineri reprezintă principalul motiv pentru îmbunătățirea calității vieții prin activitățile motrice de orice fel, tocmai prin implicarea lor în practicarea unui sport de la o vârstă tânără. Ca profesor, disciplinele predate se pot rezuma, la o privire de ansamblu asupra istoriei educației fizice și a sportului, asupra bazelor generale ale handbalului, asupra refacerii/recuperării în sportul de performanță, asupra dopajului în sport și asupra antrenamentului cu persoanele cu dizabilități, aici introducând jocul de handbal în scaun cu roțile ca sport de performanță.

Legat de dizabilitate, proiectul “DECIDE *Capacity Building in the Field of Higher Education – Developing Services for Individuals with Disabilities*”, perioada 2018-2022, unde sunt coordonator de proiect, este foarte important pentru că prin el se vrea includerea persoanelor cu dizabilități în societatea de astăzi prin crearea și dezvoltarea unor metode eficiente de integrare socială și non-discriminatorie prin fiecare aspect al vieții.

Fiind implicate în toate aceste proiecte și făcând parte din eforturi colaborative în diferite reviste sau site-uri de specialitate, toate au deschis ușa unei etape profesionale de dezvoltare pline, din punct de vedere academic, științific și al cercetării, prin toate experiențele acumulate de-a lungul timpului, dar și a celor ulterioare.

Astfel, toate planurile noi vor accentua îmbunătățirea vieții așa cum o vedem și o simțim prin activități motrice diverse, prin implicarea într-un sport, fie de performanță sau nu, prin implementarea ideii de la o vârstă tânără că mișcarea este cel mai bun instrument de recuperare și prin implicarea persoanelor cu dizabilități în toate aspectele societale fără nici o formă de discriminare.

La sfârșitul lucrării este prezentată bibliografia care a stat la baza realizării acestei teze de abilitare.

07.09.2022

Semnătura

