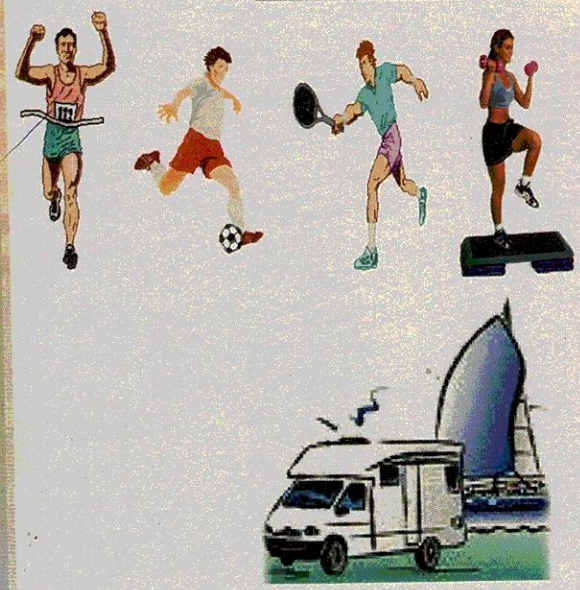
796.248

PLOEŞTEANU CONSTANTIN

ETICA SPORTIVĂ ŞI ARTA DE A TRĂI

LOISIR



EDITURA FUNDAȚIEI UNIVERSITARE
"Dunărea de Jos" - Galați

0248

Constantin PLOEȘTEANU



ETICA SPORTIVĂ ȘI ARTA DE A TRĂI

LOISIR

242545
UNIVERSITATEA
„DUNĂREA DE JOS" GALAȚI
BIBLIOTECA 1



EDITURA FUNDAȚIEI UNIVERSITARE
„DUNĂREA DE JOS", GALAȚI-2006

UNIVERSITATEA *„DUNĂREA DE JOS”* DIN GALAȚI
FACULTATEA DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT

Editura Fundației Universitare *„Dunărea de Jos”* din Galați
este acreditată de CNCSIS

Revizia științifică:

Prof. dr. Alexandru PĂCURARU
Prof. dr. Gheorghe SINION

Lector carte: dr. Cosma Tudose
©Editura Fundației Universitare
“Dunărea de Jos”, Galați, 2006
www.editura.ugal.ro
editura@ugal.ro

ISBN (10) 973-627-351-2 ; ISBN (13) 978-973-627-351-3

CUPRINS

INTRODUCERE ---------- 5

CAPITOLUL I TIMPUL ŞI PROBLEMA NEVOILOR DE EDUCAŢIE ---------- 7
1.1 Sportul ca loisir ---------- 11
1.2 Timpul ca resursă a educaţiei ---------- 15
1.3 Analiza componenţială a timpului ---------- 18
1.4 Locul exerciţiilor fizice în bugetul de timp liber ---------- 20

CAPITOLUL II DIMENSIUNEA TIMPULUI ---------- 25
2.1 Resurse temporale ---------- 25
2.2 Percepţia timpului ---------- 28

CAPITOLUL III BUGETUL DE TIMP LIBER ŞI FACTORI DE RISC ---------- 31
3.1 Timpul instituţionalizat ---------- 36
3.1.1 Timpul instituţionalizat de învăţare ---------- 39
3.2 Timpul de odihnă ---------- 45
3.2.1 Timpul cotidian, săptămânal, anual de odihnă ---------- 46
3.2.2 Timpul de odihnă pasivă ---------- 49
3.2.3 Timpul de odihnă activă ---------- 60
3.3 Timpul liber ---------- 65
3.3.1 Timpul liber consumat prin practicarea turismului. Servicii legate de practicarea turismului ---------- 76

CAPITOLUL IV SPORTUL ŞI ACTIVITATEA FIZICĂ DE ÎNTREŢINERE ŞI AGREMENT ÎN SISTEMUL EDUCAŢIONAL A TIMPULUI LIBER ----- 78
4.1 Funcţia culturală a sportului şi a mişcării ---------- 79
4.2 Nutriţie şi activitate fizică: sport, alimente, sănătate, longevitate ---------- 91

CAPITOLUL V LOISIRUL CA FORMĂ A MIŞCĂRII ---------- 120
5.1 Loisir: ideal, funcţii, teorii , obiective, elemente de referinţă ---------- 126
5.2 Activitatea motrică recreativă ---------- 130
5.3 Activitatea motrică adaptată ---------- 138
5.4 Activitatea sportivă ca loisir ---------- 141

CAPITOLUL VI COORDONATE ÎN PROFESIUNEA DIDACTICĂ PENTRU FORMAREA DE SPECIALIŞTI ÎN DOMENIU 150
6.1 Aspecte ale formării viitorilor specialişti în educaţie fizică şi sport ---------- 151
6.2 Contribuţia educaţiei fizice şi a loisir-ului la realizarea competenţelor cognitive------ 153
6.3 Organizarea activităţilor de timp liber: managemant / marketing---------- 155

BIBLIOGRAFIE ---------- 159

CUPRINS ---------- 160

242545
UNIVERSITATEA
BIBLIOTECA 1