

ABORDĂRI ȘTIINȚIFICE INTERDISCIPLINARE PRIVIND PRACTICAREA ACTIVITĂȚILOR FIZICE

Conf. univ. dr. BĂDĂU ADELA

A. Rezumat

Prezenta teză de abilitare am elaborat-o având ca scop promovarea în cariera academică.

Teza este organizată în trei părți vizând cele mai relevante realizări științifice, profesionale și academice în domeniul educației fizice și sportului după obținerea titlului de doctor. Prima parte sumarizând principalele direcții de cercetare și realizările științifice și profesionale este structurată pe trei capitole. În cea de a doua parte am conturat principalele direcții viitoare de dezvoltare a parcursului profesional, iar în cea de a treia parte sunt prezentate referințele bibliografice.

Activitatea științifică după obținerea titlului de doctor s-a concretizat în publicarea unui număr de 6 cărți la edituri recunoscute pe plan național, 7 articole în reviste indexate WoS, cu factor de impact din care 6 în calitate de autor principal, 5 articole în reviste indexate WoS fără factor de impact, 1 proceeding indexat WoS, 12 articole indexate BDI și peste 40 articole publicate în extenso sau rezumat în reviste și în volumele unor manifestări științifice cu ISBN sau ISSN.

Am coordonat în calitate de director un grant de cercetare internațional și am făcut parte din echipa de management în 4 proiecte de cercetare-dezvoltare naționale.

Activitatea științifică a fost focusată pe următoarele două direcții principale care sunt în relație de complementaritate, prin care am încercat să contribuim într-un mod integrator teoretic și practic la optimizarea potențialului motric uman și la implementarea unui stil de viață activ și sănătos în vederea îmbunătățirii calității vieții:

- A. *Rolul activităților acvatice în îmbunătățirea fitness-ului fizic la studenți*, cu următoarele subdirecții:
 - a 1. impactul educativ al activităților acvatice recreative.
 - a 2. influențele motrice și funcționale ale activităților acvatice recreative.
- B. *Promovarea și motivațiile pentru un stil de viață activ la studenți*, cu următoarele subdirecții:
 - b 1. wellnes-ul fizic, promovarea unui stil de viață activ și optimizarea capacității fizice,

b 2. influențele caracteristicilor tehnice și motrice ale obiectelor didactice specifice fitness-ului asupra capacității motrice,

b 3. modificările funcționale adaptative prin practicarea activităților fizice.

Pentru fiecare dintre aceste direcții și subdirecții am selectat și prezentat cele mai reprezentative publicații, în vederea evidențierii gradului de noutate, a scopului vizat, a rezultatelor cele mai relevante și a concluziilor principale constatate. Toate aceste repere publicistice am încercat să le integrez în contextul științific actual al educației fizice și sportului, vizând și abordările specifice interdisciplinare. Relevanța activității științifice este demonstrată prin numărul semnificativ al citărilor publicațiilor mele în fluxul WoS și BDI.

Activitățile recreaționale și promovarea unui stil de viață sănătos reprezintă o preocupare personală și de cercetare pe care am desfășurat-o pe întreaga mea carieră profesională, vizând conexiunea sferei științifice cu cea practică, concretă. Preocuparea profesională și științifică de optimizare a activităților de educație fizică și recreaționale ale studenților se încadrează în trendul european din domeniul educație fizice și sportului.

În cadrul tezei am detaliat traseul meu profesional care reprezintă un element esențial al dezvoltării personale fundamentându-se pe contribuțiile relevante și originale, desfășurate în calitate de cadru didactic universitar și de membru în diferite societăți profesionale naționale și internaționale.

Experiența didactică am acumulat-o prin activitatea desfășurată în cadrul a trei facultăți de profil și anume: Facultatea de Medicină de la Universitatea de Medicină, Farmacie, Științe și Tehnologie din Târgu Mureș, Facultatea de Educație Fizică și Sport a Universității "George Barițiu" din Brașov și la Facultatea de Educație fizică și Sporturi montane la Universitatea Transilvania din Brașov. Principalele demersuri didactice au vizat o actualizare permanentă a conținuturilor curriculare în raport cu inovațiile tehnologiilor informaționale prin utilizarea unor metodologii moderne care să faciliteze formarea de competențe profesionale de un nivel înalt.

Pe plan național și internațional sunt membră în următoarele societăți profesionale: The Balkan Sport for All Association (BSAA), Societatea Medicală Română de Educație Fizică și Sport și Institutul Român de Fitness.

Recunoașterea prestigiului profesional s-a concretizat în includerea mea în bordurile editoriale și științifice al unor reviste internaționale, indexate BDI: International Journal of Sport, Exercise & Training Sciences (Int J Sport, Exer & Train Sci), International Journal of Science, Culture and Sports (IntJSCS), The Online Journal of Recreation and Sport (TORJAS) și Journal of Sport Sciences Researches.

Impactul studiilor mele a fost recunoscut de comunitatea științifică internațională fiind invitată să recenzez peste 40 articole științifice la următoarele jurnale indexate WoS: Sustainability; Education Sciences; Sports; Behavioral Sciences; International Journal of Environmental Research and Public Health; Medicina; Societies, Safety.

În finalul primei părți am vizat parcursul dezvoltării mele academice. Profesionalismul și dinamismul meu au determinat membrii comunității academice românești și internaționale să mă coopteze în comitetele științifice ale manifestărilor științifice desfășurate în: Kosovo, Turkistan, Georgia, Bosnia-Hertegovina; Turcia, Serbia; Macedonia și România.

Competențele profesionale, de cercetare și de comunicare au reprezentat principalele atu-uri în invitarea mea ca keynote speaker în Belgrad și lector invitat în: Serbia și Turcia.

În partea a doua a tezei „Planul de dezvoltare al carierei” am încercat să descriu traseul și viziunea viitoare a dezvoltării carierei mele academice. În acest sens am realizat o analiză SWOT care mi-a permis conturarea punctelor forte, a punctelor slabe, a amenințărilor și oportunităților actuale și viitoare în vederea delimitării obiective a dezvoltării carierei academice.

Întreaga mea cariera mea s-a conturat și se v-a ghida pe bază experimentării active, ancorată la realitățile și schimbările inevitabile ale mediului educațional și la oportunitățile academice și profesionale viitoare. Pe baza aspectelor motivaționale personale și instituționale, am încercat să mă centrez pe îmbunătățirea permanentă a nivelului de cunoștințe, abilități și competențe, precum și pe promovarea unor tehnici de educare - predare moderne și actuale în corelație cu evoluțiile științifice și cele pedagogice.

Planul meu de dezvoltare profesională se fundamentează pe experiențele didactice, științifice și sociale specifice mediului academic și au vizat trei direcții de abordare: activitatea didactică, activitatea științifică și activitatea relațională în mediul academic.

O preocupare viitoare va constă în implicarea colegiilor și studenților în activitățile de cercetare prin dezvoltarea de echipe interdisciplinare.

Partea a treia prezintă referințele bibliografice corespunzătoare primelor două părți.