

Cuprins

| | |
|--|----|
| Cuvânt-înainte | 7 |
| 1. Educație și personalitate | 9 |
| 1.1 Importanța educației în formarea personalității | 9 |
| 1.2 Relația activitate motrică - dezvoltarea personalității | 16 |
| 2. Motricitate – activități motrice | 18 |
| 2.1 Motricitatea – componentă esențială a existenței umane | 18 |
| 2.2 Conceptul de motricitate..... | 28 |
| 2.2.1 Componentele motricității | 28 |
| 2.2.2 Capacitatea motrică | 32 |
| 2.3 Jocurile sportive – activități motrice complexe | 37 |
| 2.4 Motricitatea la tineri (18-24 ani). Implicarea acestora în formarea personalității..... | 47 |
| 3. Structurarea aspectelor psihice ale motricității | 50 |
| 3.1 Procesele psihice implicate în ameliorarea motricității | 50 |
| 3.2 Activități motrice și dezvoltarea cognitivă..... | 52 |
| 3.2.1 Limbajul | 62 |
| 3.3 Atenția și rolul acestora în activitățile motrice | 67 |
| 3.4 Memoria manifestată în contextul practicării activităților motrice | 74 |
| 3.5 Afectivitatea în activitățile motrice | 76 |
| 3.5.1 Funcțiile și mecanismele de acțiune ale proceselor emoțional-afective | 79 |
| 3.5.2 Rolul sistemului afectiv-emoțional în activitățile sportive | 82 |

| | |
|--|-----|
| 4. Inteligența emoțională – factor al dezvoltării psihomotrice și sociale | 89 |
| 4.1 Definierea și caracterizarea inteligenței emoționale..... | 89 |
| 4.1.1 Procesele inteligenței emoționale din perspectiva dezvoltării sociale..... | 93 |
| 4.1.2 Relația inteligența emoțională - personalitate | 97 |
| 4.2 Direcții ale educării inteligenței emoționale..... | 99 |
| 4.3 Aplicații practice ale inteligenței emoționale | 102 |
| 5. Activitățile motrice și inteligența emoțională în contextul educațional formal și nonformal | 105 |
| 5.1 Dimensiuni ale includerii (integrării) inteligenței emoționale în curriculum-ul educațional la nivelul învățământului superior | 105 |
| 5.2 Abordarea inteligenței emoționale din perspectiva practicării activităților motrice | 113 |
| 6. Identificarea nivelului inteligenței emoționale a tinerilor raportat la practicarea activităților motrice | 119 |
| 6.1 Date empirice privind relația dintre activitățile motrice și inteligența emoțională..... | 123 |
| 6.2 Aplicație practică privind relația activitate motrică - inteligența emoțională | 127 |
| 6.3 Rolul activităților motrice în dezvoltarea inteligenței emoționale..... | 130 |
| 6.4 Concluzii..... | 135 |
| Bibliografie | 137 |