

3. Realizarea unei strategii corecte de recuperare, duce la scăderea frecvenței de apariție a durerii musculare, creșterea mobilității articulare și creșterea forței musculare.

4. Obținerea ameliorării și chiar corectării atitudinilor și deficiențelor coloanei lombare determină instalarea permanentă a unui autocontrol conștient, corect asupra atitudinii corporale și executarea cu ușurință și coordonare, în condiții normale, variate sarcini motrice.

5. Afectarea mobilității întâlnită în hernia de disc lombară a avut impact funcțional moderat asupra organismului ca întreg, infirmitatea depinde de tratamentul aplicat.

6. Studiul de față atrage atenția asupra importanței monitorizării durerii și pierderii de activitate – ADL (*Activities of Daily Living*) cu ajutorul scorurilor clinice și măsurarea degradărilor produse de hernia de disc la pacienții suferind de hernie de disc lombară.

Bibliografie

1. IONESCU A., 1994, Gimnastica medicală, Editura Big All, București;
2. KISS I., 2004, Fiziokinetoterapia și recuperarea medicală în afecțiunile aparatului locomotor, Editura Medicală, București
3. MARCU V., 1997, Bazele teoretice și practice ale exercițiilor fizice în kinetoterapie, Oradea, Editura Universității din Oradea;
4. NICA A., 1992, Compendiu de medicină fizică și recuperare, Editura Universitară „Carol Davila”, București;
5. NICULESCU M., 2003, Metodologia cercetării științifice în educație fizică și sport, vol. I-II, Editura Bren, București;
6. SBENGHE T., 1981, Recuperarea medicală a sechelelor post- traumatice ale membrilor, Editura Medicală, București;

IMPLEMENTATION OF SPORTING-RECREATIONAL ACTIVITIES IN THE TOURISM OF ARGES COUNTY

Julien Leonard FLEANCU
Traian Ionut MERCEA
University of Pitesti

Keywords: Arges tourism, sporting-recreational activities, implementation

Abstract

Starting with the premise that the organization of sporting-recreational activities is an educational polyvalent activity which has to contribute to the enlargement of the knowledge horizon, to the forming of the practical skills, to the development of the perceptive skill, of the thought and initiative, as well as to the stimulation of the pupils' interest for the independent, recreational activity, I recommend attention in establishing the objectives of this activity so that it meets the possibilities and the concerning of the pupils.

Our research confirms this thing, namely the fact that the development of a tourist area cannot be realized without the multitude of the recreational sporting activities which have the purpose to improve the all-round education, acquiring knowledge, openness to socialize, love and respect for nature. In this way the cultural, natural and tourist potential is better known and improved in Arges county, by using intensively the forms of tourism, accessible to different categories of citizens, both in forming and shaping the human personality and in incomes growth, the tourism being one of the main gainful sources.

Introduction

The research *purpose* is represented by the varying of the tourist offer at the level of Arges county by means of sporting-recreational activities.

In order to ensure the consistency of today's project with the long-term development of the domain, the long-term development potential of the area has to be analyzed through a pre-feasibility study.

This has allowed us to take into consideration the potential of a further development in the positioning and dimensioning the area.

The tourist offer is based on two types of clients:

a) a tourist offer designed for the Romanian people with above-average budgets and with experience in practicing the sporting-recreational activities;

b) a tourist offer designed for the people average and below-average budgets, including, besides sky and mountain-bike activities, jumping, hiking, trips, climbing, etc.

Although the development of the tourism is highly publicized and it is appreciated the fact that combining the sporting-recreational activities within it, is one of the development opportunities and varying the offer, we must notice that this new form of tourism is not efficiently valued through the opportunities available to Romania.

Material and method

The research hypotheses Being developed in the middle of the nature, the tourism helps knowing about the beauties of the country, the historical places and the realizations, helps forming new groups, develops the personal initiative, moral and willing features, enriches the participants' knowledge with new notions and practical methods of field orientation and maps reading, develops the capacity of leading a group.

This way, we formulate the following hypothesis:

Within the tourist activities organized and combined with sporting-recreational activities for all the categories of tourists, these will exercise all the favourable effects specific to the formed social group (communication, integration, socialization, solutions, offers) as well as on each participant's personality (knowledge, skills, operational schemes).

Place, subjects, investigations in the prior study and the developed experiment

The experiment has been developed in Arges county area on a mountain tourism route considered to be the most representative mountain tourism route and contain a series of cultural, educational, sports objectives.

For studying the behaviour, the research has been made on a sample of 40 citizens aged between 20 and 30.

The experimental group has held a very moving tour route and various sporting-recreational activities while a control group also made a six days tour but with fewer and more accessible recreational activities.

I watched if the number and diversity of recreational sporting activities increases the number of tourists in Arges area, compared with the classic mountain routes which have been made until present.

Organization and development of the event

40 tourists were selected for the experiment, which I divided into two groups, 20 in the experimental group and 20 in the control group.

Both groups have done the same route only the experimental group achieved a more sporting-recreational activities compared with the control group.

Results

The statistical and mathematical analysis of the differences manifested towards the tourist activities by the two groups in the work of the two groups of interest

Behavioural significance of differences was calculated by chi-square method (X^2) Thus, we used SPSS program, version 15, obtaining the following results:

No Crt	Analyzed variable	X^2 value	Degrees of freedom	Significance	Interpretation of difference
1.	Attitude	19.615	2	0.000	Significant
2.	Interest	19.615	3	0.000	Significant
3.	Reactions	22.500	3	0.000	Significant
4.	Socializing	15.675	3	0.001	Significant
5.	Team Integration	19.615	3	0.000	Significant
6.	Communication	22.500	2	0.000	Significant
7.	Collective Behaviour	22,500	2	0.000	Significant
8.	Group Rules	22.500	1	0.000	Significant

Conclusions

In this respect in the experimental group significant results were obtained by the majority of participants regarding: group discipline, respect for orders, group communication, interpersonal communication, emotional relations improve, group spirit and unity of action.

All these highlight the fact that tourist groups composed spontaneously get personality.

It is confirmed the hypothesis in which the tourist activities developed by us have gained some knowledge (theoretical, cultural, educational and practical), thus formed a series of climbing technical knowledge of climbing, insurance, risk-taking, etc... together with the control of high-fear, courage and self-confidence. we can say the same thing about other activities such as: tourism orientation, mountain biking, target shooting. The two hypothesis and confirm the fact that the participants in these actions were gradually formed in terms of behaviour and attitude towards the tourism activities in general and sports in particular.

Therefore, related to the researched context to the interrogative assertions and assumptions for Arges tourism development through sporting-recreational activities, we formulate the following conclusions:

1. Arges mountain tourist routes can be enriched with four types of activities, namely:

A. With historical characteristic, including for example the Poienari City, Mausoleum of Mateias, the Cetateni Fortress.

B. With cultural character including sightseeing as Arges Monastery, Fountains of Master Manole, Ensemble of Princely Court;

C. With educational nature on the basis that these can support the training and development of utilitarian skills, improving skills, organizational skills, carrying loads;

D. With sporting-recreational character by practicing different types of sporting activities in Arges county.

2. Through the teaching experiment we have shown that the people who practice intensively the mountain activities in conjunction with, sporting-recreational activities optimize their character features such as respect for intact nature, solidarity, truth, excellence and adventure.

3. Thus between the control group 1 and the experimental group 2, users in a mountain activities, were significant differences in all of the attributes of research and as a statistical-mathematical method we used the test chi square (X^2).

4. Upon completion of walking trails the attitude of the experimental group is significantly different in the sense of a correct attitude, compared to group 2 (threshold of significance of 0.001).

5. With regard to the interests of subjects participating in the experiment the attitude of the experimental group is significantly different in the case of the interest manifested towards the control group (threshold of significance 0.001).

6. In terms of subjects reactions, the attitude of the experimental group is significantly different in the sense of a correct attitude towards the control group (threshold of significance 0.001).

7. Socialization of the subjects in the experimental group is significantly different from the control group. (threshold of significance 0.001).

8. Integration into the collective of the subjects from the experimental group is significantly different from the control group (threshold of significance 0.001).

9. In terms of collective behaviour at the level of the experimental group is significantly different in the sense of a correct attitude towards the control group (threshold of significance 0.001).

10. The behavioural analysis of the subjects in the experimental group is significant compared to control group (threshold of significance 0.001).

Bibliography

1. ALMAȘ D., 1973, Tourism as a History book, Youth Publishing House, Bucharest.
2. ALLPORT G., 1981, The structure and personality development, Didactic and Pedagogical Publishing House, Bucharest.
3. CHIHAIA P., 1974, The citadels of the Romanian Land, Meridian Publishing House, Bucharest.
4. COSMESCU I., 1998, Tourism-complex contemporary phenomenon, Economical Publishing House, Bucharest.
5. CRISTEA E., NEDELCU E., 1971, Piatra Craiului, Stadium Publishing House Bucharest.
6. CUCU V., ȘTEFAN M., 1974, Romania – guide - Atlas of historical monuments, Scientific Publishing House, Bucharest.

IMPLEMENTAREA ACTIVITĂȚILOR SPORTIV-RECREATIVE ÎN TURISMUL DIN JUDEȚUL ARGEȘ

Julien Leonard FLEANCU
Traian Ionu MERCEA
Universitatea din Pitești

Cuvinte cheie: Arges, turism, activitati sportiv-recreative, implementare

Rezumat

Pornind de la premisa că organizarea activităților sportiv-recreative este o activitate instructiv-educativă polivalentă care trebuie să contribuie la lărgirea orizontului de cunoștințe, la formarea deprinderilor practice, la dezvoltarea spiritului de observație, a gândirii și inițiativei, precum și la stimularea interesului elevilor pentru activitatea independentă în scop recreativ, recomand multă atenție în stabilirea obiectivelor acestei activități, pentru ca ea să corespundă posibilităților și preocupărilor școlarelor.

Cercetarea realizată de noi în cadrul nu face decât să confirme acest lucru și anume că dezvoltarea unei zone turistice nu se mai poate realiza și fără multitudinea activităților sportive cu caracter recreativ care au rolul de a îmbunătăți cultura generală și achiziționarea de cunoștințe, deschiderea spre socializare, dragoste și respect pentru natură. Astfel se cunoaște și se valorifică mai bine potențialul cultural, natural și turistic în județul Argeș, utilizând intensiv formele de practicare a turismului, accesibile diferitelor categorii de cetățeni atât în formarea și modelarea personalității umane cât și în creșterea veniturilor, turismul fiind până la urma una din principalele surse aducătoare de venituri.

Introducere

Scopul cercetării îl reprezintă diversificarea ofertei turistice la nivelul județului Argeș cu ajutorul activităților sportiv-recreative.

În scopul de a asigura coerența proiectului de astăzi cu dezvoltarea domeniului pe termen lung, trebuie analizat potențialul de dezvoltare al zonei pe termen lung prin realizarea unui studiu de pre-fezabilitate.

Aceasta ne-a permis luarea în considerare a potențialului unei viitoare dezvoltări în poziționarea și dimensionarea zonei.

Oferta turistică pe care e presupune se bazează pe 2 tipuri de clientelă:

a) o ofertă turistică destinată românilor cu bugete peste medie și cu experiență în practicarea activităților sportiv-recreative;

b) o ofertă turistică destinată oamenilor cu bugete medii și sub medie cuprinzând pe lângă schi și activități de mountain bike, jumping, drumeții, excursii, escalade, alpinism etc.

Deși dezvoltarea turismului este intens mediatizată și se apreciază că îmbinarea activităților sportiv-recreative în cadrul lui, este una din oportunitățile de dezvoltare și diversificare a ofertelor, trebuie remarcat că această formă nouă de turism nu este nici pe departe valorificată eficient prin oportunitățile de care dispune România.

Material și metodă

Ipoteza cercetării Desfășurându-se în mijlocul naturii, turismul, ajută la cunoașterea frumuseților patriei, a obiectivelor istorice și a realizărilor, ajută la formarea unor colective, dezvoltă inițiativa personală, trăsături morale și de voință, îmbogățesc cunoștințele participanților cu noțiuni noi și modalități practice de orientare în teren de citire a unor hărți, dezvoltă capacitatea de conducere a unui colectiv.

Astfel formulăm următoarea ipoteza:

In cadrul activitatilor turistice organizate si imbinat cu activitati sportiv-recreative pentru toate categoriile de turisti acestea vor exercita efecte favorabile specifice grupului social constituit (comunicare, integrare, sociabilitate, socializare, solutii, oferte) precum si asupra personalitatii fiecarui participant in parte (cunostinte, deprinderi, aptitudini, abilitati, scheme operationale).

Locul, subiecții, investigații în studiul prealabil și experimentul desfășurat

Experimentul s-a desfășurat în arealul Județului Argeș pe 1 traseu turistice montan care considerăm că este cel mai reprezentativ traseu turistic montan și conține o serie de obiective cultural, educative, sportive.

Pentru studierea comportamentului cercetarea s-a realizat pe un eșantion de 40 de cetățeni cu vârste cuprinse între 20 și 30 ani .

Grupa experimentală a desfășurat un traseu turistic cu foarte multe și diverse activități sportiv-recreative în timp ce grupa martor a realizat tot un traseu de 6 zile dar cu mai puține și mai accesibile activități recreative.

Am urmărit dacă numărul și diversitatea activităților sportiv recreative crește numărul de turiști în zona Argeșului, comparativ cu traseele montane clasice desfășurate până în prezent.

Organizarea și desfășurarea experimentului

Pentru desfășurarea experimentului au fost selecționați 40 de turiști, pe care i-am împărțit în 2 grupe, 20 în grupa experimentală și 20 în grupa martor.

Ambele grupe au realizat același traseu numai că grupa experimentală a realizat foarte multe activități sportiv-recreative comparativ cu grupa martor.

Analiza statistico-matematică a diferențelor manifestate față de activitățile turistice de cele 2 grupe

Semnificația diferențelor de comportament a fost calculată prin metoda chi-pătrat (X^2). În acest sens am folosit programul SPSS, versiunea 15, obținând următoarele rezultate:

Nr crt.	Variabila analizată	Val. X^2	Grade de libertate	Prag de semnificație	Interpretarea diferenței
1	Atitudine	19,615	2	0,000	Semnificativă
2	Interes	19,615	3	0,000	Semnificativă
3.	Reacții	22,500	3	0,000	Semnificativă
4.	Socializare	15,675	3	0,001	Semnificativă
5.	Integrare în colectiv	19,615	3	0,000	Semnificativă
6.	Comunicare	22,500	2	0,000	Semnificativă
7.	Comportament colectiv	22,500	2	0,000	Semnificativă
8.	Norme grup	22,500	1	0,000	Semnificativă

Concluzii

In acest sens la grupa experimentală s-au obținut rezultate semnificative de către majoritatea participanților în ceea ce privește: disciplina de grup, respectarea comenzilor, comunicarea de grup, comunicarea interpersonală, îmbunătățirea relațiilor afective, spiritul de grup și unitatea de acțiune.

Toate acestea scot în evidență faptul că grupurile turistice alcătuite spontan capătă personalitate..

Se confirmă ipoteza în care s-a constatat în cadrul activităților turistice desfășurate de noi, s-au acumulat o serie de cunoștințe (teoretice, cultural educative și practice), astfel, alpinismul a format o serie de cunoștințe tehnice de escaladare, de asigurare, de asumare a riscului, etc. alături de controlul sentimentelor frica de înălțime, curajul și încrederea în forțele proprii. La fel putem spune și de celelalte activități ca: orientarea turistică, mountain-bike, tiroliana. Cele două ipoteze confirmă și aspectul că participanții la aceste acțiuni s-au format treptat în ceea ce privește comportamentul și atitudinea față de activitățile turistice în general și cele sportive în special.

Prin urmare, legat de contextul cercetat, de aserțiunile interogative și de prezumțiile dezvoltării turismului Argeșean cu ajutorul activităților sportive-recreative, formulăm următoarele concluzii:

1. Traseele turistice montane argeșene pot fi îmbogățite cu patru tipuri de activități și anume:

A. Cu caracter istoric, incluzând spre exemplu Cetatea de la Poienari, Mausoleul de la Mateiaș, Cetatea de la Cetățeni;

B. Cu caracter cultural incluzând obiective precum Mănăstirea Curtea de Argeș, Fântâna Meșterului Manole, Ansamblul Curții Domnești;

C. Cu caracter educațional pe baza faptului că acestea pot sprijini la formarea și perfecționarea deprinderilor utilitare, îmbunătățirea abilităților, competențe organizatorice, transportul de greutate;

D. Cu caracter sportiv-recreativ prin practicarea diferitelor tipuri de activități sportive la nivelul județului Argeș.

2. Prin experimentul pedagogic am demonstrat că persoanele care practică intens activitățile montane coroborate cu activitățile sportive-recreative își optimizează și trăsăturile de caracter precum: respectul pentru natură intactă, solidaritate, adevăr, excelență și aventură.

3. Astfel între grupul martor 1 și grupul experimental 2 utilizatori ai activităților în cadrul montan au fost înregistrate diferențe semnificative la toate atributele cercetării iar ca metodă statistico-matematică am folosit testul „chi pătrat” (X^2).

4. În urma realizării traseelor turistice atitudinea grupului experimental este semnificativ diferită în sensul unei atitudini corecte, față de grupul 2 (prag de semnificație 0,001).

5. În ceea ce privește interesul subiecților care participă la experiment atitudinea grupului experimental este semnificativ diferită în cazul interesului manifestat față de grupul martor (prag de semnificație 0,001).

6. În ceea ce privește reacțiile subiecților, atitudinea grupului experimental este semnificativ diferită în sensul unei atitudini corecte față de grupul martor (prag de semnificație 0,001).

7. Socializarea subiecților la grupul experimental este semnificativ diferită față de grupa martor (prag de semnificație 0,001).

8. Integrarea în colectiv a subiecților din cadrul grupului experimental este semnificativ diferită față de grupul martor (prag de semnificație 0,001).

9. În ceea ce privește comportamentul colectiv la nivelul grupului experimental este semnificativ diferită în sensul unei atitudini corecte față de grupul martor (prag de semnificație 0,001).

10. Analiza comportamentală a subiecților din grupul experimental este semnificativ față de grupul martor (prag de semnificație 0,001).

Bibliografie

1. ALMAȘ, D., (1973), Turism ca manual de istorie, Edit. pentru tineret, București.
2. ALLPORT, G., (1981), Structura și dezvoltarea personalității, Edit. Didactică și Pedagogică, București.
3. CHIHAI, P., (1974), din cetățile de scaun ale Țării Românești, Edit. Meridiane, București.
4. COSMESCU, I., (1998), Turismul-fenomen complex contemporan, Edit. Economică, București.
5. CRISTEA, E., NEDELICU, E., (1971), Piatra craiului, Edit. Stadion București.
6. CUCU, V., ȘTEFAN, M., (1974), România - ghid- atlas al monumentelor istorice, Edit. Științifică, București.

ANALYSIS OF THE RESULTS CONCERNING THE REHABILITATION THROUGH COMMUNICATION CHANNELS AND INTERRELATIONAL STYLE USED BY THE KINESIOTHERAPIST AND THE PATIENT

Doina MÂRZA-DĂNILĂ
„Vasile Alecsandri” University of Bacău

Keywords: therapy relationship, communication, interrelation, result

Abstract

A kinesiotherapy room is a relatively controlled environment in which the kinesiotherapist has a considerable force as a strengthening agent. Kinesiotherapists try to use their influence and control over the kinesiotherapy room environment as a way of dominating the behavior and achieving the desired transformations in the patients' attitudes and activities, and also as a source of influence for the healing process.

The results being the foundations of the therapeutic relationship, I analyzed them through the point of view of the main communication channels and interrelation styles used by the kinesiotherapist and the patient, reaching the conclusion that these indicators can strongly influence the accomplishment of the rehabilitation objectives.