

MAI POATE ADUCE BENEFICII EDUCAȚIA FIZICĂ PERSOANELOR VÂRSTNICE?

Proiectul nostru a avut impact asupra studenților și cadrelor didactice din cadrul Facultății de Educație Fizică și Sport din cadrul UCV. Experiențele studenților din cadrul mobilităților de practică desfășurate la partenerii de proiect din Bulgaria și Italia au stat la baza concepării acestui articol, care a fost publicat în cadrul revistei CRONICA STUDENTULUI, NR 60 DIN IULIE 2024.

Puteti citi articolul in intregime la urmatoarea adresa:

<https://www.calameo.com/read/007501216e0f663afb2e4>



Truia rădăci rădăci se dădăci în a vîntă amăci și amăci cîntăci de activități pe care dăci să le facă pînă să scăci foarte mult timp dăci altor aspecte care dăciune calitatea vieții.

În același timp, multe dintre aspectele care privesc parcurgerea etapelor de maturizare cu înțeles pozitiv asupra sănătății umane pe termen lung, sunt neechilibrate și cîntăci. Și așa ce este de sălăci, este faptul că neînțelegem aspecte ce privesc neînțelegem unei stări de sănătate optimă pe termen lung, o în echilibru și pînăci să se vor

în echilibru și mai mult pe viitor.

În acest segment, al problematice pe care gîndim înțelegem și o scoală, se află studenții - studenți specialiți care înțelegem și alți care vor putea să înțelegem și să aplicăm aceste informații în viața noastră în viața.

Prin urmare proiect cofinanțat de Uniunea Europeană prin programul Erasmus+, AC2 (proiect 2022-1-RO-H1-KA220-VET-erasmus+) intitulat "Iniciu și învățare durabilă pentru învățare, activități sociale și formatori specialiști în educația fizică a studenților prin abordarea transdisciplinară a abordării durabile de TIC (formare profes-

sională continuă)", studenți din cadrul Facultății de Educație Fizică și Sport din Craiova au parcurs împreună cu ceilalți parteneri modulele de pregătire și formare desfășurate în Spania, România, Bulgaria, Italia.

Scopul acestor module de formare a fost o oportunitate pentru ca tinerii specialiști să afle și să dobîndescă cunoștințe practice și teoretice privind relevanța și importanța activității fizice la vîrstă adultă, precum și pentru a învăța impactul învățării asupra sănătății și a metodelor sau modalităților de construire sau înțelegere a acestui proces.



Activități practice de yoga adaptate la vîrstă, Torino-Italia



Creșterea tonusului fizic al vîrstnicilor, menținerea unor capacități funcționale generale satisfăcătoare cu evitarea sedentarismului sau accidentării, menținerea integrității emoționale-schimbarea, prevenirea anumitor boli, precum și asigurarea tonusului psihic și a stării de bine, reprezentînd modalități de creștere a independenței vîrstnicilor și, în final, de creștere a calității vieții.

Acesta proiecte sunt o modalitate practică de învățare de la experți din domeniul, vîrstnicilor desfășurate în cele trei țări parteneri reprezentînd o rețea de descoperiri, a noi resurse de informații și, amănunțit, experiențe altor culturi europene. Prin experiența la aceste schimbări interculturale, pot fi create experiențele profesionale, culturale și personale ale vîrstnicilor specialiști de care societatea are atât de mare nevoie.

Concluzia structurării interculturale, pînă în anul 2020, la nivel mondial, 1 din 6 persoane vor avea o vîrstă de peste 60 de ani, iar estimările vor fi de peste 2 miliarde pînă în 2050, iar numărul indivizilor de peste 80 de ani să ajungă la cifre de peste 426 de milioane.

Ca rezultate ce pot fi folosite de vîrstnici specialiști, nu doar din domeniul activității fizice, care vor lucra cu persoanele vîrstnice, există dispoziția psihică și a personalității cu un lot de formare în 3 luni, care a dăci



Participarea studenților FEET în activitățile practice demonstrative de yoga adaptate la vîrstă, Torino-Italia

LINK-URI UTILE ☺

1. Asociația Building Hope

<https://www.facebook.com/asociatiabuildinghope/>

2. Blogul Asociației Building Hope

<https://asociatiabuildinghope.blogspot.com/>

3. Cercul de Marketing Craiovean, un grup care vă pune la dispoziție știri din domeniul marketingului, dar și alte oportunități oferite în acest domeniu

<https://www.facebook.com/grupulCerculMarketing/>

4. Blogul Alexandrei Popa

<https://atipixia.ro/>

5. Facultatea de Economie și Administrarea Afacerilor, Craiova

<https://www.facebook.com/FEAA-Craiova> și site-ul <http://feaa.ucv.ro>

6. Laurenția Budea - servicii de grafică

<https://www.facebook.com/laurenatiabudea/>

7. Grupul de Management și Marketing Club

<https://www.facebook.com/grupulmgmclub/>

COLECTIVUL REVISTEI

CRONICA STUDENTULUI

Coordonator: Silvia PUTU

Colaboratori:

Laura DUMITRESCU

Andreea BIRTU

Maria-Silvia MICU

Denisa Liliana CAUC

Bianca LUPU

Teodora TRIFU

Cristina CUSTUREA

Roxana TĂBĂCIOIU

Diana STĂNCELE

Anca VLAD

Anca MIHAI

Dora STOICA

Andra Maria

BREZNICEANU

Grafică: Laurenția Mihai BADEA

☺ Ne puteți găsi pe pagina de Facebook:

www.facebook.com/cronica-studentului/

Artistic materialul este publicat răspund de originalitatea și corectitudinea informațiilor furnizate.
 În calitate de coordonator, membru coordonator, dar și revista Cronica Studentului FEAA Craiova
 este o revistă studențească și fiecare student își asumă responsabilitatea pentru ceea ce publică.

13:14

VoLTE 4G+ 44%



Postări



Universitatea din Craiova. Stiri si comunitate · [Înscrie-te](#)

Silvia Puiu · 1z ·

Nr 60 al revistei Cronica Studentului este aici. Acest numar gazduieste absolventi de la 4 facultati ale UCV. Speram sa inspire 😊

Puteti citi un interviu cu [Laura Dumitrescu](#) (actrita ORC si absolventa a Facultatii de Litere), [Andreia Birtu](#) (autoare carti pt copii si absolventa a Facultatii de Automatica), un articol bilant scris de [Maria Micu SylvaniaArt](#) la absolvirea FEAA, testimoniale in urma workshopului pe tema Inteligentei Emotionale, o recenzie a raului in popularul serial Game of Thrones, prezentarea unei oportunitati pt studenti ([Deni Sa](#)), experienta Work and Travel prezentata de [Teodora Trifu](#) si un material al colegilor de la FEFS legat de importanta activitatii fizice pentru varstnici.

Lectura placuta! 😊



calameo.com