

pregătirii fizice și tehnice a subiecților grupei experimentale.

3. În perioada studiului, în condițiile unui proces ameliorator, s-a observat că la toți parametrii evaluați s-au înregistrat creșteri ușoare.

4. Experimentului organizat a demonstrat că exercițiile fizice selectate sunt utile și pot influența pozitiv dezvoltarea capacităților motrice și pregătirea tehnică, în procesul didactic organizat în treapta învățământului gimnazial.

Referințe bibliografice:

1. Grapă F., Mârza D. *Volei - în învățământ*. Bacău: Plumb, 1998, p.216.
2. Grădinaru S., Voicu S. *Jocuri motrice pregătitoare pentru învățarea voleiului în școală*. București, 1996, 146 p.
3. Mitra Gh., Mogoș Al. *Metodica pregătirii educației fizice*. București, Stadion, 1982, 289 p.
4. Scarlat E. *Volei – pregătirea echipei școlare*. București, 1973, 158 p; 1976, 215 p; 1981, p.64-90.
5. Бакланов Н.И. Критерии оценки на уроках волейбола V-XI классы. В: „Физическая культура в школе”, №8, 2011, С.10
6. Вишня П.М. Обучая волейболу. В: „Физическая культура в школе”, №2, 2012, с. 40; №4, с. 23
7. Железняк Ю.Д. 120 уроков по волейболу. Москва, ФизС, 1965, 192 с.

UNELE CONSIDERAȚII REFERITOARE LA PERFECȚIONAREA SISTEMULUI DE EDUCAȚIE FIZICĂ A STUDENȚILOR DIN REPUBLICA MOLDOVA

Sava Panfil,

Universitatea de Stat de Educație Fizică și Sport, Chișinău, Republica Moldova

Morari Alexandru,

Universitatea de Stat „A.Russo”, Bălți, Republica Moldova

Blîndu Adela,

Academia de Muzică, Teatru și Arte Plastice, Chișinău, Republica Moldova

Abstract. *In this material, the authors mention the importance of physical education in strengthening and maintaining the students' health, meditating on some recommendations for improving the system of physical education of studious youth.*

Keywords: *physical education, students, physical health, physical education curriculum, educational process.*

Introducere. Actualmente, educația fizică a studenților din instituțiile de învățământ superior din republică (cu excepția câtorva instituții) nu contribuie plenar la realizarea obiectivului prioritar: fortificarea și menținere sănătății tineretului studios. Motive sunt multe, însă acestea, fiind analizate și generalizate, ne oferă posibilitatea să evidențiem principalul motiv – sistemul imperfect de educație fizică a studenților.

Scopul și obiectivele cercetării. Scopul studiului întreprins a constat în abordarea teoretico-analitică a problemei vizate în scopul perfecționării sistemului de educație fizică a studenților din Republica Moldova. Printre obiectivele principale enumerăm următoarele: a) generalizarea actualului sistem de educație fizică a tineretului studios; b) analiza și comentarea unor stipulări ale actelor legislative referitoare la educația fizică a studenților; c) analiza actelor ce vizează periodicitatea, obiectivele, conținuturile și finalitățile educației fizice a studenților; e) elaborarea unui set de recomandări în scopul perfecționării sistemului de educație fizică a tineretului studios.

Metodele cercetării: analiza și sinteza actelor, a surselor bibliografice și a practicii

educaționale în problema vizată; convorbirea; observarea pedagogică.

Organizarea cercetării. În cadrul studiului au fost analizate actele conceptuale și legislative, precum și programele de studii referitoare la educația fizică a studenților. Au fost organizate convorbiri cu studenții și cadrele didactice care predau disciplina de studii *Educația fizică*. La fel, au fost întreprinse și asistări la lecțiile de educație fizică, desfășurate cu studenții din unele universități.

Rezultatele cercetării. În urma studiului întreprins, am constatat că sistemul de educație fizică a studenților din Republica Moldova nu este lipsit de neajunsuri, totodată propunând și unele recomandări în scopul perfecționării acestuia, printre care punctăm următoarele:

1. Sistemul de educație fizică în instituțiile de învățământ superior se constituie dintr-o multitudine de componente/elemente, printre care două sunt, în opinia noastră, foarte importante: catedra de educație fizică și clubul sportiv. Anume acestor diviziuni structurale specifice le revine un rol hotărâtor în viața sportivă a unității de învățământ: organizarea și desfășurarea procesului educațional, a diverselor și multiplelor activități motrice, sportive, de popularizare a modului de viață sănătos etc. Actualmente, sunt foarte puține la număr instituțiile în care funcționează aceste structuri. Regretabil fapt, însă în ultimii ani, în foarte multe universități catedra de educație fizică a fost comasată cu o altă catedră, motivul fiind optimizarea mijloacelor financiare. Iar cluburile sportive aproape că lipsesc în toate instituțiile de învățământ. Este clar că în așa caz nu mai putem vorbi despre un sistem funcțional, eficient de educație fizică a studenților.

Considerăm că anume aceste diviziuni trebuie să existe în orice universitate, academie etc., care, în activitatea de educație fizică și sport, completându-se reciproc, vor contribui esențial la atragerea masivă a studenților în activitatea de practicare sistematică a exercițiului fizic, a sportului pentru sănătate.

2. În lista actelor conceptuale și legislative nu există documentul strategic principal: „*Concepția educației fizice și sportului în instituțiile de învățământ superior*”. Un document similar a fost elaborat și implementat, începând cu anul 1995, în activitatea instituțiilor de învățământ preuniversitar [2]. Elaborarea acestui document ar favoriza semnificativ conceptualizarea educației fizice a studenților, determinând strategia dezvoltării acestui domeniu (reflectând principiile, prioritățile, obiectivele, conținuturile, finalitățile etc. educației fizice și sportului universitar).

3. Legea cu privire la cultura fizică și sport (nr. 330 din 25.03.1999), în capitolul IV, art. 12, al. 3, modificat în 2013, stipulează în că „Educația fizică în instituțiile de învățământ superior, altele decât cele de profil, este disciplina obligatorie în primele 4 semestre ale procesului de studii, inclusă în planurile de învățământ în limita a 4-6 credite transferabile de studii, identificabile în diploma de licență” [2]. Efectuând un succint comentariu, menționăm: acest alineat indică durata de doi ani de predare obligatorie a educației fizice, însă nu reflectă și numărul de ore de educație fizică săptămânal, așa cum este indicat în al. 2 al art. 12, pentru alte tipuri de instituții, și anume: pentru învățământul primar (clasele I-IV – 4 ore pe săptămână, iar pentru învățământul secundar și mediu de specialitate – 3 ore săptămânal).

Actualmente, de regulă, orarul instituțiilor de învățământ superior prevede predarea educației fizice în volum de 2 ore pe săptămână. Din punctul de vedere al conceptului „efectul lansat” (efectul acționării benefice), acesta se pierde dacă antrenarea organismului uman n-a fost repetată cel puțin o dată la 2-3 zile. Rezultă că o singură lecție pe săptămână, chiar și în

volum de 2 ore academice, nu asigură o dezvoltare fizică și o pregătire funcțională eficientă. Evident, s-ar putea completa volumul necesar de motricitate al studentului prin practicarea sistematică, independentă a exercițiului fizic. Însă aceasta e presupunere teoretică, a cărei realizare, în cazul studenților moldoveni, este imposibilă, fiindcă acestora încă din școală nu li s-au format interesul și motivația pentru practicarea independentă a exercițiului fizic, a sportului pentru sănătate. Formarea atitudinii conștiente față de fortificarea și menținerea propriei sănătăți, prin practicarea independentă a exercițiului fizic, este un proces vast și complicat, care poate fi realizat numai în cadrul lecțiilor de educație fizică, prin instruirea și consilierea competentă a cadrului didactic universitar. Prin urmare, pentru ca studentul să obțină beneficii asanative, dezvoltative, formative etc., precum și pentru consolidarea motivației, a obișnuinței, pentru formarea și dezvoltarea competențelor acestora de a utiliza independent și sistematic mijloacele educației fizice este nevoie de 4 ore săptămânal, cel puțin pe parcursul a 4 semestre, și nu de 2 ore săptămânal, numai pentru anul I, cum prevede Planul-cadru pentru învățământul superior, elaborat și aprobat de actualul minister de sport.

4. Programa de studii la educația fizică pentru învățământul superior [5] a fost elaborată pentru prima dată și aprobată de ministerul de resort în anul 1991, care, practic, 25 de ani nu s-a mai modificat. Pentru comparație: programa de educație fizică pentru învățământul preuniversitar (în acest răstimp) s-a modificat de 5 ori, fiind perfecționate atât structura, cât și conținutul acesteia. Deci este nevoie de a elabora o programă nouă, axată de formarea la studenți a competențelor specifice educației fizice, competențe care ar asigura practicarea motivată a exercițiului fizic, a sportului pentru sănătate pe parcursul anilor de studii și a întregii vieți. Sistemul de competențe (cognitive, psihomotrice, atitudinale) trebuie să coreleze cu formele (modalitățile) de instruire a studenților, precum și cu conținuturile didactice. O astfel de programă, fiind aprobată de Ministerul Educației, ar servi ca document normativ în baza căruia instituțiile (ținând cont de specificul lor) ar elabora propriile programe, care, prin conținuturile educaționale diferențiate, ar contribui la sporirea gradului de pregătire teoretică, fizică, funcțională etc. a studenților. Evident, orice programă trebuie să fie axată pe cunoașterea și conștientizarea de către student a rolului personal și social al culturii fizice, în general și al educației fizice și sportului în particular. Acest fapt sugerează ideea că domeniul cognitiv al programelor trebuie să conțină un vast repertoriu tematic cu caracter social-economic, medico-biologic, sanitaro-igienic, teoretico-metodic, psihopedagogic etc., care ar asigura formarea și consolidarea la studenți a unui concept vast și integral despre cultura fizică ca fenomen biosocial, ce contribuie la educarea multilaterală a personalității omului contemporan.

5. Procesul educațional de educație fizică, practic, în toate instituțiile de învățământ superior (cu excepția USEFS) este desfășurat sub o singură formă (modalitate) – lecția practică de educație fizică. Alte tipuri de lecții cu studenții nu se organizează. În plus, menționăm că metodologia predării-învățării-evaluării cunoștințelor, priceperilor, deprinderilor și capacităților motrice (competențelor) ale studenților este învechită. Nu sunt folosite pe scară largă metodele, procedeele și formele moderne de instruire a tineretului studios. Studenții sunt „dresați” motric, randamentul efectelor psihopedagogice fiind unul foarte mic. Învățarea creativă, învățarea prin descoperire, învățarea euristică etc. în cadrul lecțiilor de educație fizică rămâne un deziderat în activitatea catedrelor de educație fizică.

Pentru a forma și dezvolta sistemul de competențe necesare (specifice educației fizice) care, finalmente, ar transforma studentul pasiv, „consumator” într-un participant activ al

procesului educațional (curios și motivat de a învăța), este necesar de organizat și alte tipuri de lecții: teoretice, de laborator, combinate etc., ale căror subiecte și obiective ar avea un rol hotărâtor în formarea și consolidarea interesului, motivației, atitudinii studenților față de propria sănătate, de mijloacele educației fizice, modul de viață sănătos, cultura sănătății omului etc. Iar sistemul de evaluare trebuie să includă obligatoriu și aprecierea competențelor cognitive ale studenților, formate atât în procesul educațional, cât și în cadrul activității de instruire independentă a acestora.

Prin urmare, procesul educațional la disciplina de studii *Educație fizică* trebuie să asigure, pe lângă dezvoltarea, pregătirea fizică și funcțională a organismului în continuă creștere, și formarea unui sistem bine corelat de concepte, motivații și experiențe metodologice referitoare la utilizarea independentă, sistematică și sistemică a mijloacelor (specifice și nespecifice) educației fizice în diverse scopuri (de profilaxie, asanare, dezvoltare, educare etc.) pe parcursul anilor de studii și al întregii vieți.

6. Considerăm că realizarea multor repere conceptuale și metodologice menționate mai sus va contribui la sporirea eficienței și a calității procesului educațional dacă cadrul didactic universitar va poseda un grad înalt al pregătirii profesionale. Așadar, formarea profesională continuă a profesorului universitar este un imperativ foarte actual. Regretabil fapt, însă la acest capitol rezervele existente nu sunt valorificate. Cadrele didactice universitare nu frecventează cursurile de perfecționare cum o fac, în mod obligatoriu, o dată la cinci ani (însă conform art. 134, pct. 2, al. b al Codului Educației (2014) pedagogul are dreptul, garantat de stat, la formarea profesională continuă cel puțin o dată la 3 ani) profesorii de educație fizică din sistemul de învățământ preuniversitar. Datele statistice demonstrează că în perioada anilor 1993-2016 numai 6 profesori de la catedrele de educație fizică a 2 universități din Republica Moldova au realizat perfecționarea profesională. Modernizarea învățământului pentru toate tipurile de școli, inclusiv pentru școala superioară, este un imperativ al timpului, care poate fi realizat de cadrele didactice universitare competente. Prin urmare, pedagogul trebuie să-și dezvolte continuu competențele profesionale atât prin autoinstruire, cât și prin cursurile de formare. Este necesar ca acest proces să fie dirijat cu mai mare responsabilitate de managerii catedrelor de educație fizică, planificându-se și cursuri de perfecționare pentru cadrele didactice de educație fizică și sport.

Concluzie. Sistemul de educație fizică al studenților reprezintă un fenomen integral destinat să valorifice eficient mijloacele și formele de practicare a exercițiilor fizice în scopul realizării obiectivelor acestui domeniu. Noi am evidențiat doar câteva aspecte, considerându-le foarte importante, pentru ca sistemul să funcționeze eficient, finalmente obținând ca tineretul studios să devină mai sănătos, mai bine dezvoltat fizic, armonios și competent în utilizarea sistematică și independentă a mijloacelor educației fizice atât în decursul anilor de studii, cât și al întregii vieți.

Referințe bibliografice:

1. Codul Educației. În: *Monitorul Oficial al Republicii Moldova*, nr. 319-324 din 24 octombrie 2014.
2. Boian I., Bicherschi Șt., Sava P. *Concepția educației fizice și sportului în învățământul preuniversitar. Ministerul Învățământului al Republicii Moldova. Chișinău, 1998. 24 p.*
3. *Legea cu privire la cultura fizică și sport*, nr. 330 din 25.03.1999. În: *Monitorul Oficial al Republicii Moldova*, nr.83-86.
4. *Strategia de dezvoltare a culturii fizice și sportului în Republica Moldova (2013-2020). Ed. a 2-a, rev. și compl. Chișinău: Editura USEFS, 2013, p. 43-47.*
5. *Programa de cultură fizică pentru învățământul național superior (sub red. A. Rotaru, V. Plîngău). Ministerul Științei și Învățământului din Republica Moldova. Chișinău, 1991. 36 p.*