

ROLUL PERFORMANȚEI SPORTIVE ÎN IMPLICAREA ELEVILOR DE CICLUL GIMNAZIAL LA ORA DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT

Cobzaru Florin¹

Jurat Valeriu²

¹Liceul Tehnologic nr.1 Corod, Galați, România

²Universitatea de Stat de Educație Fizică și Sport, Chișinău, Republica Moldova

Abstract. *Physical education and sport provide students with opportunities to learn and practice the skills necessary to protect and maintain health safety conditions for all parties. The role of sports performance in involving students as actively as possible in the class of physical education and sports depends on several types of attitudes in the mental sphere and the somatic or physiological. Teachers know that skills develop differently from one individual to another, having a different dynamic depending on age, somatic, motor, psychological characteristics. It is very important to remember that students need to be motivated and encouraged throughout the lessons, so that their participation is constant, each link of the lesson comes with an added attractiveness and stimulation. The involvement of a student in class. to a large extent, determines the level of motor training, which is one of the main components of success in sports performance. In this context, motivation is an active state, which determines a person to perform any act designed to meet their needs. These actions can be genetically oriented, or shaped by experience*

Keywords: *physical education, sports performance, questionnaire.*

Introducere

Educația fizică din școală asigură formarea de cunoștințe, deprinderi practice și intelectuale, precum și însușirea de valori etice, care contribuie la dezvoltarea capacității de integrare socială a individului. Specificul calitativ al educației fizice nu constă în faptul că se depune un efort fizic, ci în obiectivele urmărite, în modul în care această activitate se desfășoară și în accentul pus pe valoarea formativă a conținutului instruirii.

Educația fizică, percepută ca parte a educației generale școlare, trebuie să răspundă nevoilor generale ale tinerilor: menținerea unei stări optime de sănătate, favorizarea dezvoltării fizice armonioase, ameliorarea capacității motrice generale, formarea obișnuinței de practicare independentă și sistematică a exercițiilor fizice, dezvoltarea armonioasă a personalității.

Procesul de reformare a sistemului de învățământ românesc, ca și a societății în ansamblu, impune o reorientare a strategiilor didactice, în sensul operaționalizării instrumentelor optime pentru creșterea gradului de atractivitate a lecțiilor de educație fizică.

Practicarea mișcării fizice ajută la dezvoltarea psihică a individului, previne labilitatea emoțională, modelează temperamentul și atitudinile, constituind un fundament solid pentru personalitatea în formare. Exercițiile fizice, jocurile de mișcare, împreună cu factorii naturali – apă, aer, soare – fortifică organismul, generându-i o pavază naturală în fața îmbolnăvirilor, cultivă răbdarea, stăpânirea de sine, curajul, inițiativa, perseverența, disciplina, dezvoltă sentimentele de prietenie, spiritul colectiv și competițional. Un copil care aleargă și se joacă este sănătos și pregătit oricând să facă față unui efort intelectual.

Unul dintre principalele instrumente în obținerea performanțelor cantitative și calitative în lecția de educație fizică este comunicarea, sub toate formele ei: verbală, nonverbală, paraverbală. Obiectivele comunicării în lecție trebuie să acopere toate exigențele legate de performanțele propuse, prin care profesorul transmite și percepe informații, relaționează, organizează, explică, stimulează motivația, corectează, apreciază, încurajează etc. La rândul lor, elevii închid și deschid relațiile de feedback prin intermediul comunicării, armonizează relațiile individuale, de grup și de echipă, transmit păreri, aprecieri și critici, colaborează.

În același timp, trebuie să existe preocuparea permanentă a profesorilor de educație fizică de a asigura un conținut atractiv pentru lecțiile organizate, astfel încât educația fizică școlară să pună bazele educației fizice permanente, care înseamnă un stil de viață, un mod de a gândi și de a acționa în beneficiul propriu și în interesul societății.

Școala este unul dintre mediile cele mai propice pentru practicarea activităților fizice și sportive, din mai multe motive. Asistăm la apariția unor noi modele de spații comune, care, se speră, vor fi puse în slujba formării și reușitei elevilor noștri, precum și a activităților fizice și sportive organizate în pauză, după școală și, uneori, între ore.

Metodologia și organizarea cercetării

Metoda utilizată în derularea acestui studiu este ancheta sociologică prin aplicarea unui chestionar care înregistrează datele cu privire la opțiunile și părerile profesorilor de diferite discipline din planul de învățământ al ciclului gimnazial, atât din mediul rural, cât și din cel urban, referitoare la rolul performanței sportive școlare în creșterea motivației implicării elevilor la ora de educație fizică și sport.

Recurgerea la metoda anchetei este determinată, în special, de caracteristicile domeniului și temei. Folosind metodele de anchetă în cercetările din domeniul activităților corporale, se pot sonda și alte aspecte ale faptelor de conștiință și comportament, în afara studiului opiniei, motivului: experimentarea unei metode de formare sau perfecționare a unei deprinderi oarecare nu poate ignora subiectivitatea celui care lucrează, a elevului, a profesorului. Cercetătorul va studia și relatările verbale ale subiectului, percepțiile, impresiile, gândurile, cunoscând astfel atât măsura în care acesta a recepționat indicațiile, cât și gradul de mobilizare și afectare în timpul activității.

Experimentul a constat în realizarea unui chestionar ce conține 15 întrebări cu răspunsuri prestabilite, fiecare întrebare având câte patru răspunsuri, iar datele și opiniile celor chestionați rămân sub amprenta confidențialității, folosind răspunsurile profesorilor doar în scop de cercetare științifică. Cele 100 de chestionare au fost distribuite către 50 de profesori de educație fizică și 50 de profesori de alte specializări. Cadrele didactice sunt din județul Galați și au vârsta cuprinsă între 25 și 55 de ani.

Rezultatele și interpretarea lor

Chestionarul conține 5 întrebări generale despre educația fizică și rolul acesteia, 2 întrebări despre implicarea părinților și a psihologului școlar și 8 întrebări despre specificul experimentului. Fiecare răspuns al chestionarului a fost analizat și interpretat de noi în formă statistică și grafică paralel între profesorii de educație fizică și sport și profesorii de alte specializări.

De asemenea, rezultatele studiului indică și o clasificare a evoluției în carieră a profesorilor participanți la studiu, în funcție de gradul didactic pe care aceștia l-au obținut, astfel dintre profesorii de educație fizică și sport, 36% au dobândit gradul didactic I, 52% - grad didactic II, 10% - grad didactic definitiv și 2% - profesori debutanți. Profesorii de alte specializări se împart în: profesori grad didactic I - 38%, profesori grad didactic II - 47%, profesori grad didactic definitiv - 10% și profesori debutanți 5%.

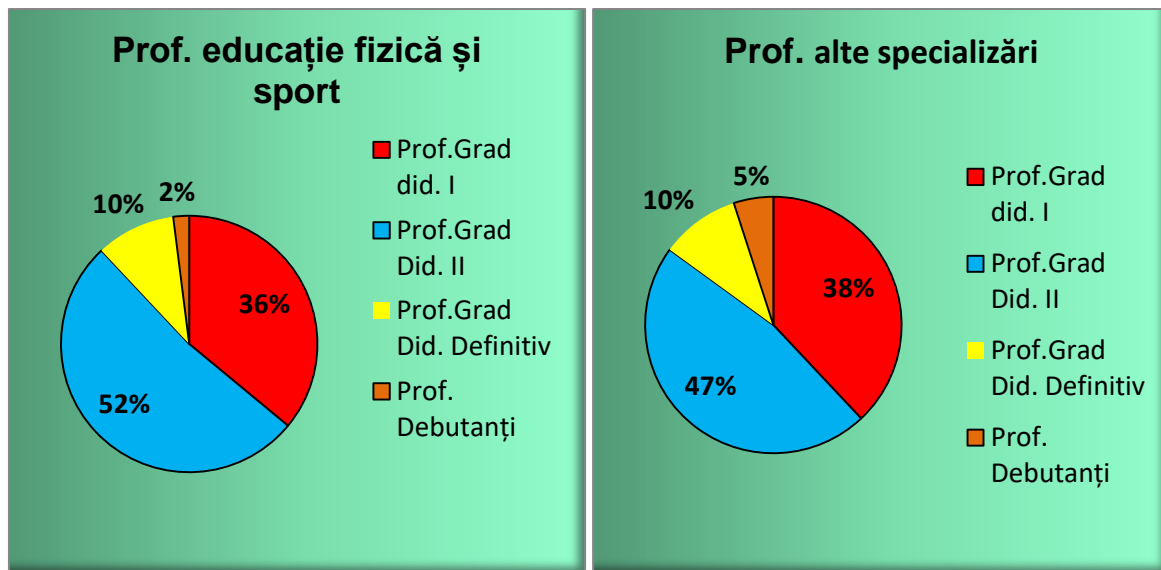


Fig. 1. Centralizarea gradelor didactice ale profesorilor participanți

Am realizat un tabel comparativ cu toate răspunsurile centralizate ale profesorilor de educație fizică și sport și ale profesorilor de alte specializări, atât din mediul urban, cât și din cel rural.

Tabelul 1. Centralizarea răspunsurilor profesorilor participanți la cercetare

	Răspunsuri				Alte Discipline				
	a	b	c	d	Nr. într.	a	b	c	d
	49	0	1	0	1	47	0	3	0
	48	0	2	0	2	46	0	4	0
	49	0	1	0	3	39	0	10	1
	50	0	0	0	4	48	0	2	0
	1	49	0	0	5	28	20	2	0
	48	1	1	0	6	37	4	9	0
	9	4	5	0	7	23	20	7	1
	47	1	1	1	8	41	2	6	
	6	1	43	0	9	22	23	1	4
	44	1	4	1	10	32	6	12	0
	35	1	13	1	11	18	26	4	2
	49	0	1	0	12	48	0	2	0
	47	1	1	1	13	45	2	2	1
	48	1	0	0	14	39	7	2	2
	39	9	1	1	15	10	36	4	0

Răspunsurile la itemii chestionarului oferă o multitudine de indicii cu privire la rolul educației fizice și importanța performanței sportive școlare în implicarea elevilor la ora de educație fizică. În continuare vom analiza

rezultatele obținute pentru 5 dintre întrebările cele mai importante din cercetarea noastră.

La întrebarea numărul 7, „După părerea dumneavoastră, activitățile extracurriculare joacă un rol important în creșterea motivației implicării elevilor la ora de educație fizică și sport?”, 95% din profesorii de educație fizică au răspuns „Foarte important”, în timp ce profesorii de alte specializări au răspuns „Important” – 18%, „Mai puțin important” - 40% și chiar „Deloc important” - 10%. Astfel, majoritatea profesorilor consideră că mediul școlar oferă un spațiu sigur și securizat pentru practicarea activităților fizice și sportive ce joacă un rol important în creșterea motivației implicării elevilor la orele de curs.

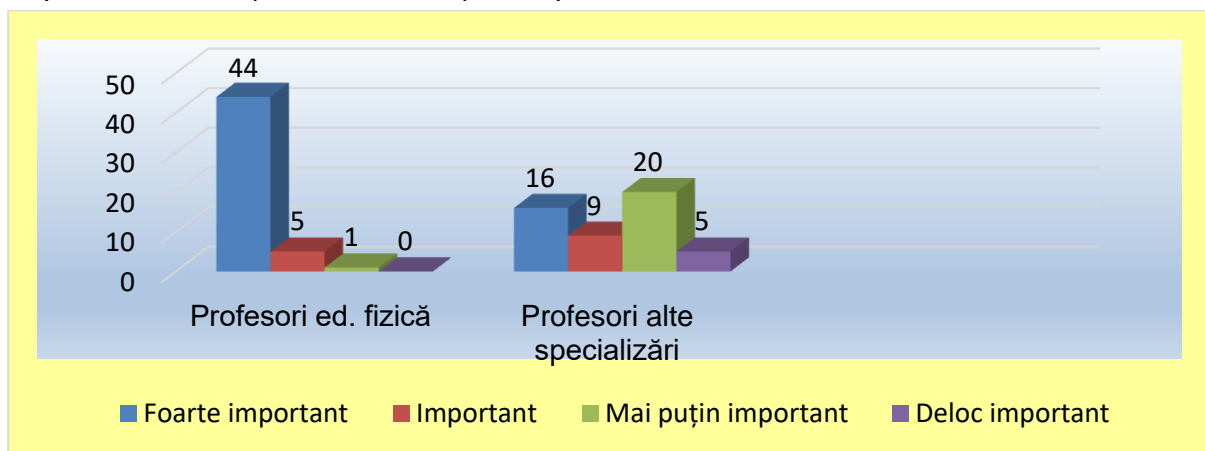


Fig.2. Rolul activităților extracurriculare

Este foarte interesant că la întrebarea numărul 10 „Considerați că prezența psihologului școlar înainte de participarea elevului la o Olimpiadă Sportivă este un factor important în motivația elevului?”, toți profesorii de educație fizică și sport au răspuns „Da” -100%, în timp ce profesorii de alte discipline nu văd importanța implicării psihologului înaintea unei competiții sportive ca fiind necesară, aceștia din urmă alegând ca răspunsuri „Nu” - 68% sau „Foarte puțin” - 28% .

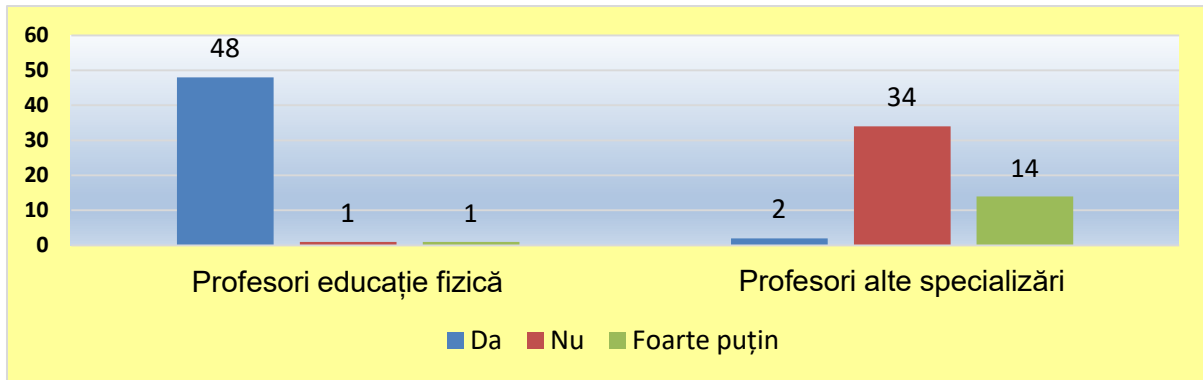


Fig.3. Importanța psihologului școlar

Figura 4 reflectă opinia profesorilor de educație fizică și a profesorilor de alte specializări cu privire la întrebarea 11: „Performanța sportivă școlară are la bază mai mulți factori. Care dintre aceștia joacă cel mai important rol?”. Variantele de răspuns au fost: a) biologici, b) psihologici, c) sociali, d) alți factori.

Este interesant aici faptul că majoritatea profesorilor de educație fizică din mediul urban au ales ca răspuns varianta c) sociali (80%), în timp ce profesorii de educație fizică din mediul rural au ales varianta a) biologici (80%).

Profesorii celorlalte discipline din mediul urban au văzut ca rol important pentru atingerea performanței sportive factorii psihologici, adică varianta b) - 64% , iar profesorii din mediul rural au optat în majoritate pentru varianta a) biologici - 64%.

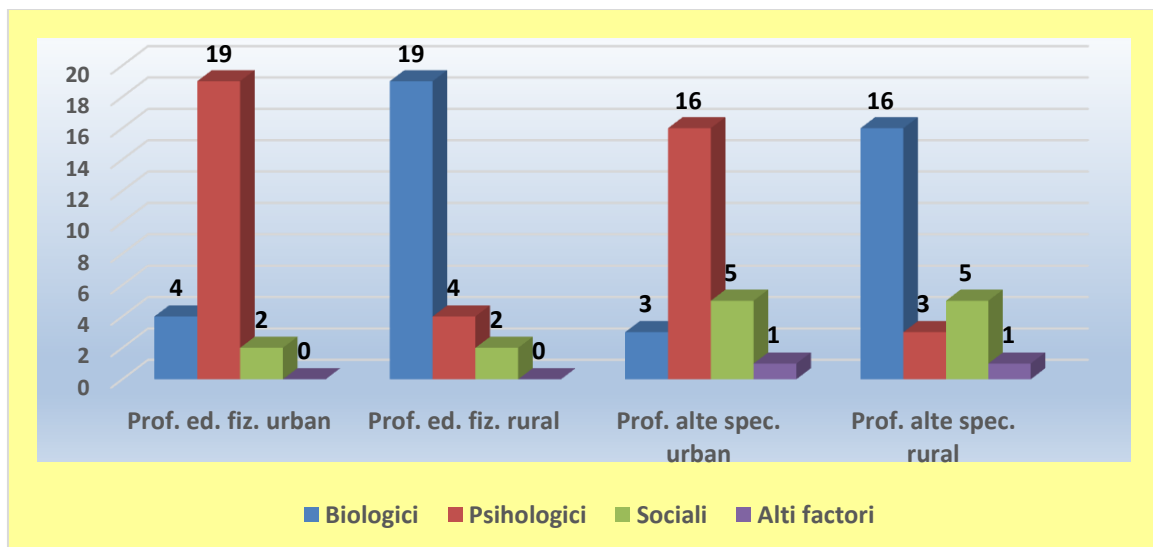


Fig.4. Rolul factorilor performanței sportive școlare

La întrebarea numărul 13 „Performanțele sportive ale echipei școlare vor stimula și ceilalți elevi să se pregătească cât mai bine în ora noastră de educație fizică și sport?”, atât profesorii de educație fizică și sport, cât și profesorii celorlalte discipline, din mediul urban și rural, au ales în majoritate varianta a) „Da” în proporție de 84%. O solicitare adecvată, din punct de vedere cantitativ și calitativ, în educație fizică și în antrenamentul sportiv conduce la modificări morfologice și funcționale relevante, care permit o mai bună adaptare a individului la cerințele vieții cotidiene și o creștere a stimulării celorlalți elevi la ora de educație fizică și sport. Prin performanță sportivă și participarea la competiții se creează un nou cadru de cooperare între școli, prin transformarea violenței și discriminării într-o cultură nonviolentă, a toleranței și solidarității. Performanța individuală și a echipei este corelată direct cu felul în care un sportiv gândește despre el - stimă de sine. Dezvoltarea unor abilități fizice și trăirea anumitor experiențe în domeniul sportiv pot conduce la dezvoltarea unor sentimente de eficacitate personală și autonomie, acestea fiind asociate cu o stimă de sine înaltă. Percepția pozitivă în ceea ce privește performanța sportivă este un factor important, care stă la baza percepțiilor celorlalți elevi asupra orei de educație fizică, mai ales în timpul copilăriei și adolescenței.

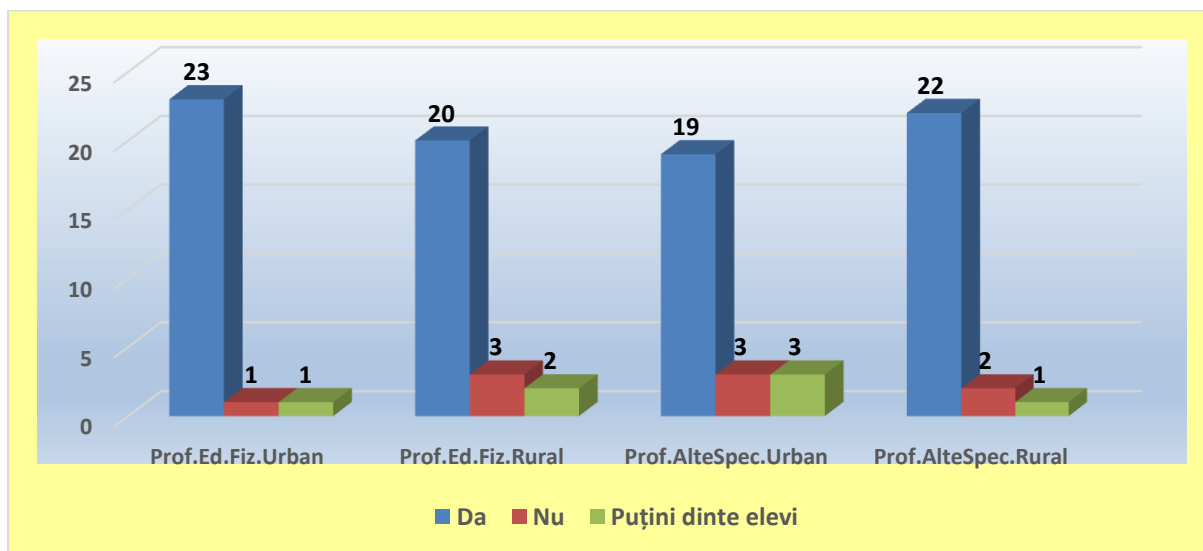


Fig. 5. Rolul performanței sportive școlare

Concluzii

Educația fizică școlară asigură formarea de cunoștințe, deprinderi practice, intelectuale și asimilarea valorilor etice, care contribuie la dezvoltarea capacității de integrare socială a elevului. Practicarea mișcării fizice ajută la

dezvoltarea psihică, previne instabilitatea emoțională, modelează temperamentul și atitudinile, constituind o bază solidă pentru formarea personalității. Educația fizică implementează un tip de cunoaștere și înțelegere bazat pe reguli, pe respect, care duce la conștientizarea socială a domeniului, corelată cu interacțiunea socială.

Sportul poate să pună pe cineva în legătură cu corpul lui, astfel încât acesta devine mai conștient de ce poate face, de abilitățile sportive. De asemenea, cei care practică sportul au o percepție generală pozitivă. Competiția sportivă naște sentimente pozitive, precum mândrie, fericire, entuziasm și încredere în forțele proprii. Sportul reprezintă un cadru de disciplinare și de dezvoltare a unor obiceiuri sănătoase, precum regimul alimentar, un program organizat, abilități de gestionare a timpului, autodisciplină și deprinderile sănătoase, obiceiul de a fi activi.

În urma interpretării chestionarului, nu sunt diferențe semnificative între cele două categorii de participanți la studiu, profesorii de educație fizică și sport (92%) și profesorii de alte specializări (85%) cred că performanța sportivă școlară joacă un rol foarte important pentru elevii în ciclul gimnazial. Activitățile sportive nu au rolul doar de a ne face mai apti din punct de vedere fizic și de fortificare a organismului. Activitățile sportive pot fi moduri puternice de a-i ajuta pe cei care le practică să devină ei înșiși, să devină mai conștienți de valoarea lor personală și să își atingă potențialul.

După centralizarea datelor oferite de răspunsurile chestionarelor, putem concluziona că performanțele sportive școlare ajută la creșterea motivației și a implicării elevilor la ora de educație fizică și sport, opinie majoritară atât a profesorilor de educație fizică și sport, cât și a profesorilor de alte specializări.

Competițiile sportive școlare și performanța sportivă școlară au o importanță deosebită pentru elevii cuprinși în această formă de practicare a exercițiilor fizice, ei beneficiază de o valorificare la cote înalte a deprinderilor acumulate în lecțiile de educație fizică și își perfecționează aceste deprinderi în modul cel mai bun posibil. Angrenarea elevilor în competițiile școlare duce la creșterea semnificativă a interesului pentru disciplina „Educație fizică și sport”, în general, pentru ramura sportivă la care participă, în special. Competiția fortifică fizic, intelectual și emoțional elevul și îl dezvoltă sub toate aspectele. De asemenea, există și o componentă socială foarte importantă, elevul fiind altfel acceptat, apreciat și încurajat de către mediul social în care evoluează.

Referințe bibliografice:

1. Badiu G., Badiu T., Ciorbă C. *Educația fizică a copiilor și a școlilor (Metode și mijloace)*. Chișinău: Editura Garuda-Art, 1999.
2. Bompă T. *Performanță în jocuri sportive: Teorie și metodologie*. Constanța: Editura Ex Ponto, 2003.
3. Chicu V. *Dezvoltarea capacităților de coordonare ale elevilor din școlile primare prin aplicarea jocurilor de mișcare la lecțiile de educație fizică*. Teză de doctorat în pedagogie. Chișinău, 2006.
4. Demeter A. *Bazele fiziologice și biochimice ale calităților fizice*. București: Editura Sport-Turism, 1981. 67 p.
5. Dragnea A. *Măsurare și evaluare în educație fizică și sport*. București: Editura Sport-Turism, 1984. 257 p.