

### Acte normative naționale și internaționale

1. Legea cu privire la cultura fizică și sport nr. 330-XIV din 25.03.99, Monitorul Oficial 83-86/399
2. H.G.Nr. 176 din 15-03-2019 cu privire la aprobarea Regulamentului de activitatea federațiilor sportive naționale
3. Codul de conduită al FMF, (2020)
4. Codul disciplinar al FMF, (2020)
5. Carta Olimpică
6. Statutul UEFA, (2017)
7. Statutul FIFA, (2018)
8. Statutul CNOS, (2018)

<https://doi.org/10.52449.soh22.03>

## PREGĂTIREA SPORTIVĂ A ELEVILOR PRIN ACTIVITĂȚI EXTRACURRICULARE

Bujor Ovidiu<sup>1</sup>, doctorand  
Grimalschi Teodor<sup>2</sup>, dr., prof.univ.

<sup>1,2</sup>Universitatea de Stat de Educație Fizică și Sport, Chișinău, Republica Moldova

**Abstract.** *The students sports training in extracurricular activity must create the habit of recognizing the interests to learn, that sports practice can aim at very different objectives: harmonious and multilateral development, bio-psycho-motor skills to regulate the body's energy peculiarities, lifestyle healthy, capitalizing on sports forces, sports training and education, etc. The field of sports teaching / training represents the reference capacity of a pedagogical activity, in the form of a complex process that includes the improvement of basic motor qualities, ensuring an ever-increasing fund of sports knowledge and skills, raising physical, functional, mental and sports performance.*

*The crystallization of the need for extracurricular sports activity was achieved by creating a specific research through the method of sociological survey of specialists in the researched field. The opinions of the teachers about the curricular contents in the sports training of the students in the extracurricular activity are presented in the results of the scientific research.*

**Keywords:** *training field, pre-university students, extracurricular activity, sociological survey, sports training, physical education curriculum.*

**Introducere.** Diversificarea procesului de învățământ este o problemă importantă în orientarea modernă a școlii. Această diversificare favorizează cuprinderea, în curriculumurile școlare, a unei cantități sporite de informații în scopul unei instruirii complexe, creând, implicit, premise optime pentru dezvoltarea capacităților sportiv-intelectuale ale elevilor.

În aceste circumstanțe, activitatea conform orarului reprezintă un cadru organizatoric, activitățile extracurriculare, în toată diversitatea lor, sunt chemate să contribuie la pregătirea/instruirea sportivă, având în vedere valoarea lor supremă instructiv-formativă deosebită recunoscută în cadrul antrenamentului sportiv școlar, foarte important pentru formarea sportivă.

**Actualitatea și importanța problemei abordate.** Ca proces didactic, educația fizică extracurriculară urmărește dezvoltarea posibilităților individuale sau colective în anumite domenii/genuri de sport planificate în curriculum sau spontan coordonate în concepția pregătirii sportive [2,6]. Sfera influenței instruirii/pregătirii [9, p.406] sportive asupra elevilor depinde de componența unității de învățare a curriculumului școlar oficial, care fixează sarcinile și obiectivele de rezolvat în mod specific la orele de curs și cele facultative pentru toate treptele de învățământ preuniversitar. Conjugarea învățământului de educație fizică cu sportul extracurricular, ca proces pedagogic de instruire sportivă, le deschide elevilor un câmp de activități variate și diferențiate după trepte de învățământ, sex, randament, interese și niveluri de pregătire, realizând principiul deschiderii educației fizice spre activitatea sportivă de masă și de performanță [4, p.6], indiferent de politica statului și de conjunctură [4, p.5].

Motivul alegerii temei de cercetare stă la baza interesului pentru a cunoaște existența unor factori de alegere a modelului instruirii sportive și formarea unor concluzii care se desprind din cercetarea efectuată. Relațiile dintre educația fizică și pregătirea sportivă nu cunosc delimitări stricte, ele sunt fenomene de tranziție, interdependența [8, 9], cu un nivel mai înalt al randamentului și educației sportive bătându-se pe un program educațional specific domeniului sportului [1, p.23].

Pregătirea sportivă se bazează pe un model de educație fizică [3] mai complex în ceea ce privește materia predată, dar și cerințele față de posibilitățile elevilor. În literatura de specialitate [3, p.15-16], sunt deschise contribuțiile specifice ale instruirii sportive: formarea cunoștințelor specifice de tactică, tehnică și regulamentele ramurilor de sport, consolidarea și perfecționarea tehnicii și tacticii probelor ramurilor de sport, formarea competențelor de a atrage și stimula aliații pentru practicarea sportului [3, 4]. Totuși acest fapt în curricula disciplinară școlară, obiectivele nu sunt formulate în termeni de instruire sportivă, nu se realizează adecvat conexiunea dintre conținuturile educației fizice și cele ale pregătirii sportive.

Se observă lipsa unor categorii de obiective specifice de competențe în cadrul unităților de conținut referitor la pregătirea sportivă în activitatea extracurriculară.

Luând în considerație cele raportate, în fața cercetării științifice s-a pus scopul fundamentării teoretico-metodologice a pregătirii sportive a elevilor prin activități extracurriculare.

### **Obiectivele cercetării**

1. Analiza esențelor teoretico-conceptuale, metodologice și practice expuse în literatura de specialitate privind activitatea extracurriculară a elevilor învățământului preuniversitar.

2. Identificarea orientărilor tipologice de pregătire sportivă a elevilor în activitățile extracurriculare.

3. Determinarea premiselor de elaborare a modelului de pregătire sportivă a elevilor ciclului gimnazial în activitatea extracurriculară de învățământ.

**Metodologia cercetării**

1. Analiza materialelor documentare de pregătire sportivă a elevilor învățământului preuniversitar.
2. Observația pedagogică.
3. Chestionarea sociologică (ancheta, interviul, convorbirea).
4. Experiment constatativ.
5. Metoda prelucrării matematice a rezultatelor obținute.

**Organizarea cercetării.** S-au distins trei etape principale de cercetare.

**1. Etapa generală** – alegerea eșantionului cercetării și delimitarea sondajului sociologic; formularea întrebărilor chestionarului.

**2. Etapa particulară** – cercetarea propriu-zisă prin metoda sondajului, în scopul determinării ipotezelor formulate.

**3. Etapa concluziilor**, prin comparație a rezultatelor opiniilor subiecților, ce va prezenta „acordul” sau „dezacordul” sistemului de pregătire sportivă în activitatea extracurriculară a elevilor învățământului preuniversitar.

Experimentul constatativ a fost realizat în cadrul învățământului de educație fizică preuniversitar din Bacău, România.

Pentru a afla opinia specialiștilor privind realizarea scopului cercetării în cadrul sistemului de educație fizică în activitatea extracurriculară de pregătire sportivă a elevilor au fost antrenate 74 cadre didactice.

**Rezultatele cercetării.**

În cadrul analizei introducerii în conținutul curricular de educație fizică a conceptului de instruire/pregătire sportivă a elevilor ciclului gimnazial, din 74 intervievați (52,70%) afirmă că conceptul de pregătire sportivă se încadrează într-o măsură potrivită, iar 24,32% - în mică măsură.

De asemenea 50,0% din respondenți consideră că nevoile de pregătire sportivă a elevilor în cadrul instruirii curriculare sunt satisfăcute într-o măsură mică, iar 32,5 % că acestea sunt satisfăcute suficient.

62,16% din cadre didactice confirmă că sistemul de educație fizică în învățământul gimnazial va avea o exprimare strategică în cadrul inițierii pregătirii sportive în foarte mare măsură și în mare măsură, 25,68% afirmă că într-o măsură potrivită, 56,76% din profesori consideră că în timp de 45min, conform orarului, pregătirea sportivă nu este suficientă.

Referitor la motivul, adaptă educării/pregătirii sportive a elevilor ciclului gimnazial în activitatea extracurriculară/în cadrul școlii, majoritatea cadrelor didactice au avut opinii de a opta într-o foarte mare măsură pentru:

- a forma un copil sănătos și pentru o dezvoltare armonioasă și multilaterală – 87,83%;
- a realiza cu succes obiectivele educației fizice – 84,29%;
- a orienta strategia educației fizice – 82,19%;

- a avea un mod de viață mai sănătos, să-și dezvolte cultura sportivă, și ridice nivelul de pregătire sportivă – 81,09%;

- a dezvolta aptitudini fizice necesare și a participa mai eficient la competiții sportive școlare – 80,83%;

- a avea o pregătire și educație sportivă – 77,46%;

- a fi competent în domeniu, a arăta bine și a se simți bine – 75,72%;

- alte opinii referitoare la adaptarea pregătirii sportive a elevilor ciclului gimnazial în activitatea extracurriculară de educație fizică.

Cu privire la eficacitatea activităților extracurriculare care se contribuie la creșterea performanțelor sportive a elevilor vor în raport cu cele formate în cadrul orarului școlar, 78,38% dintre respondenți au afirmat în foarte mare măsură, 13,51% au răspuns - în măsură potrivită.

Este mare numărul persoanelor (85,14%) care confirmă răspunsurile anterioare, și anume indicând că activitatea de pregătire sportivă în învățământul gimnazial bazată pe antrenament sportiv va fi mai rațională pentru atingerea performanțelor școlare.

Majoritatea din cadrele didactice intervievate (93,55%) consideră că concepția pregătirii sportive este benefică în cadrul ciclului gimnazial de învățământ.

Unul din obiectivele-cheie a constat în ce structură a procesului de instruire va fi mai rațional de implementat sistemul de pregătire sportivă. Cadrele didactice au avut diverse opinii: în cadrul orarului școlar de instruire – 90,90%, în activitatea extracurriculară în cadrul școlii – 84,09% și în ambele cazuri 97,30%.

Este de menționat faptul că 94,67% din numărul total de intervievați sunt de părerea că mai bine ar fi ca pregătirea sportivă a elevilor trebuie inițiată în ciclul gimnazial, 90% - în ciclul liceal și 84,21% - în clasele primare 88,57% din cadre didactice - în toate treptele de învățământ.

În urma analizei datelor obținute în cadrul chestionării cadrelor didactice, s-a constatat că în 98,33% din cazuri se observă predominarea cursului de sport școlar incipient pentru elevii ciclului gimnazial în activitatea extrașcolară sub formă de proces pedagogic.

În **concluzie**, putem remarca:

1. În curriculumul de educație fizică al învățământului preuniversitar, este redus volumul de informație, nivelul mic al relațiilor interdisciplinare (gimnastica, jocurile sportive, atletismul) ce micșorează necesitatea caracterului aplicativ al concepției pregătirii sportive a elevilor.

2. Într-o măsură mică (13-14%) sistemul de organizare a educației fizice acoperă nevoile de pregătire sportivă a elevilor în cadrul instruirii orare, conform curriculumului școlar.

3. Opiniile cadrelor didactice confirmă într-o mare măsură (87.8%) faptul că dezvoltarea potențialului educativ-sportiv orientat spre formarea personalității integre a elevului favorizează sănătatea bio-psiho-fizică a copilului.

4. Elaborarea modulului extracurricular va direcționa obiectivele spre pregătire sportivă a elevilor, spre socializare și integrarea acestora.

5. Dezvoltarea principiului coerenței dintre sarcinile instruirii sportive, respectând principiul diferențierii specifice, caracteristice genurilor de sport va optimiza componentele de evaluare, creștere a originalității educației fizice, a strategiilor și metodelor de predare-învățare în cadrul școlii și activităților extracurriculare, prin valorificarea capacităților specifice la nivelul activităților sportive.

#### **Referințe bibliografice:**

1. Bufta, V. (2015). Aspecte acmeologice în pregătirea specialiștilor de educație fizică și sport prin prisma relațiilor interdisciplinare. În: Probleme acmeologice în domeniul culturii fizice (proiect internațional). Materialele conferinței internaționale. Chișinău: Valinex, p. 20-25.

2. Curt, E. (1994). Manual de educație fizică în școală. Volumul I. București: E.F.S., p.112-113.

3. Dragomir, P., Scarlat, E. (2004). Modelul disciplinei educație fizică și sport. În Educația fizică școlară. Repere noi – mutații necesare. București: Didactică și pedagogică, p.15-16.

4. Educație fizică. Curriculum pentru învățământul gimnazial. (2010). Clasele a V-a – a IX-a. Echipa de lucru: Grimalschi T., Boian I., Sava P. ș.a. Chișinău: Liceum, p.4-5.

5. Enăchescu, C. (2007). Etapele cercetării științifice. În: Tratat de Teoria cercetării științifice. Iași: Polirom, p.253.

6. Fetescu, S. (2016). Bazele didacticii educației fizice școlare. Iași: PIM. 172 p.

7. Grimalschi, T. (2007). Ghid metodologic pentru profesori. Educația fizică pentru clasele a X-XII. Chișinău: Univers pedagogic, p.4.

8. Grimalschi, T. (2022). Esențe, necesitatea și avantajele fenomenelor de tranziție în contextul eficienței calității cercetării științifice. În: Cunoașterea științifică și analitică a calității fenomenelor de tranziție în cercetare. Chișinău: Print Caro, p.7.

9. Seche, L., Seche, M. (1983). Dicționarul limbii române pentru elevi. București: Didactică și pedagogică, p.303,406.