

<https://doi.org/10.52449.soh22.09>

## EFICIENȚA MIJLOACELOR DIN HANDBAL ÎN CADRUL LECȚIILOR DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT

Ciubotaru Mihai<sup>1,2</sup>, doctorand

<https://orcid.org/0000-0002-6616-4329>

<sup>1</sup>Liceul Tehnologic "Iorgu Vîrnav Liteanu", Suceava, România

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

**Abstract.** *Physical education and sports are important activities that are part of lessons with a special role in: harmonious physical development, development of motor skills, training of motor skills and abilities, maintaining an optimal state of health. The physical education lesson is a pedagogical framework based on an organized teaching activity, led by a specialized teacher who passed on knowledge to students, in order to acquire them. The research methods used in this experiment were: the study method of the literature, the observation method, the test method, the statistical method and the graphical and tabular method. The purpose of the research is to implement the means specific to the game of handball in high school, with a focus on the seventh grade, leading to the achievement of physical education objectives and school programs to increase the efficiency of physical education and sports lessons.*

**Keywords:** *students, physical education, means, handball, efficiency.*

### Introducere

Educația fizică și sportul sunt activități importante care fac parte din lecții având un rol deosebit de mare în dezvoltarea fizică armonioasă, dezvoltarea calităților motrice, formarea deprinderilor și a priceperilor motrice, menținerea unei stări optime din punctul de vedere al sănătății. Educația fizică [6] este o componentă a educației generale, care, prin procesul său de dezvoltare a personalității umane, pregătește individul pentru viață în vederea rezolvării sarcinilor ce ni se impun în activitatea zilnică.

Cucoș C. apreciază educația fizică ca fiind „fiziologică prin natura exercițiilor sale, pedagogică prin metodă, biologică prin efectele sale și socială prin modul de organizare și prin activitate” [1].

Una dintre sarcinile educației fizice este de a educa și de a motiva [2] elevii să frecventeze lecțiile, să practice exercițiile fizice și să-și formeze deprinderi și abilitățile de organizare privind activitatea din cadrul orelor. Pentru ca activitatea fizică în cadrul orelor să fie plăcute și a-i motiva în plus pe elevi din ciclul gimnazial să lucreze corect, relația dintre profesor și elev trebuie să fie apropiată și mai ales responsabilă în vederea realizării obiectivelor propuse.

Lecția de educație fizică constituie un cadru pedagogic bazat pe o activitate didactică organizată, condusă de către un profesor de specialitate care transmite cunoștințe elevilor, în vederea dobândirii acestora. Acumularea de deprinderi și priceperi conduce la formarea de competențe și atitudini specifice disciplinei educația fizică. Problema eficienței lecției de educație fizică, a modernizării în general a învățământului de toate gradele constituie în

prezent o cerință a societății noastre contemporane, fiind o preocupare de mare actualitate în aproape toate țările lumii.

Literatura de specialitate ne oferă o multitudine de mijloace din handbal cu rolul de optimizare a lecției privind realizarea obiectivelor educației fizice, creșterea eficienței lecției, educarea calităților motrice, formarea deprinderilor și priceperilor motrice, precum și practicarea exercițiilor fizice. În vederea pregătirii elevilor care practică jocul de handbal, trebuie să ținem cont de obiectivele pregătirii fizice, tactice, psihologice și teoretice [5].

Pregătirea elevilor se realizează cu ajutorul mijloacelor din handbal adaptate, în funcție de spațiul de desfășurare, particularitățile de vârstă, dezvoltarea fizică și nivelul de pregătire, având ca scop creșterea eficienței lecției.

Pregătirea lecției presupune ca profesorul să posede un bagaj consistent de cunoștințe, să cunoască baza sportivă și materialele pentru ora respectivă și să aibă în vedere nivelul de pregătire al elevilor, vârsta și sexul acestora. Pentru asigurarea unei eficiențe ridicate, în urma elaborării documentelor specifice proiectării didactice, lecția trebuie pregătită conștient și cu profesionalism.

Leuciu F. precizează în lucrarea sa [3], caracteristicile jocului de handbal: rapiditate, dinamism, agresivitate în apărare și în atac, o tehnică foarte bună bazată pe un raționament tactic, însușirea unor procedee noi, toate având ca scop reușita.

### **Metodologia și organizarea cercetării**

La experiment au participat elevii din clasa a VII-a, de la Liceul Tehnologic „Iorgu Vârnab Liteanu”, orașul Liteni, județul Suceava, 11 băieți constituind grupa experiment și 9 băieți grupa martor.

Metodele de cercetare folosite în cadrul acestui experiment au fost: studiul literaturii de specialitate, observația, testarea, metoda statistică și metoda grafică și tabelară.

Metoda testelor.

Pentru a aprecia procedeele specifice jocului, am folosit următoarele probe:

*Dribling în linie dreaptă 30 m* – s-a executat dribling simplu cu brațul îndemânat de la linia de plecare pe o distanță de 30 m. S-a acordat o singură repetare și rezultatul se înregistrează în secunde și zecimi de secunde cu ajutorul cronometrului digital.

*Dribling printre jaloane 30 m* - s-a executat dribling multiplu pe o distanță de 30 m printre jaloane, acestea fiind așezate la o distanță de 3 m între ele. S-a acordat o singură repetare și rezultatul se înregistrează în secunde și zecimi de secunde cu ajutorul cronometrului digital.

*Aruncarea mingii de handbal cu elan de 3 pași* – s-a executat aruncarea mingii de handbal cu brațul îndemânat, din spatele unei linii marcate pe sol, în urma efectuării elanului de 3 pași, distanța măsurându-se în metri folosindu-se o ruletă. S-a acordat o singură repetare.

*Deplasarea în triunghi* – s-a executat, după semnal, deplasare cu pași adăugați din parteră stângă a triunghiului spre dreapta, deplasare cu pași adăugați înainte spre vârful

cercului, deplasare cu pași adăugați spre înapoi, spre baza cercului, apoi în sens invers până la locul de plecare. Triunghiul se marchează astfel: baza triunghiului este format dintr-o linie dreaptă de 3 m, trasată pe sol, din milocul ei se ridică o perpendiculară de 3 m și se constituie înălțimea triunghiului. Se unesc cele 3 puncte obținute și se obține triunghiul. S-a acordat o singură repetare și rezultatul se înregistrează în secunde și zecimi de secunde cu ajutorul cronometrului digital.

*Structură tehnico-tactică* – s-a executat deplasare în triunghi (cu latura de 3 m), culegerea mingii aflate la 1 m de vârful triunghiului, dribling 7 m, aruncare la poartă cu sprijin pe sol [4].

*Structură tehnico-tactică* – s-au executat deplasare în triunghi (cu latura de 3 m), culegerea mingii aflate la 1 m de vârful triunghiului, pasă către un co iepier, prindere, aruncare la poartă din săritură [4].

*Structură tehnico-tactică* – s-a executat pase în doi din deplasare, pe o distanță de 30 m și aruncare la poartă cu sprijin pe sol în prezența unui apărător semiactiv. Distanța dintre executanți este de 4 m [7].

*Joc bilateral* folosind procedeele tehnice și acțiunile tactice învățate.

În vederea stabilirii nivelului de pregătire al elevilor la cele 3 structuri tehnico-tactice și la jocul bilateral, s-au acordat note conform Sistemului Național de Evaluare și Examinare din România, iar la celelalte probe s-au notat rezultatele obținute astfel: aruncarea mingii de handbal cu elan de 3 pași – metri și dribling în linie dreaptă 30 m, dribling printre jaloane 30 m și deplasarea în triunghi în secunde și zecimi de secunde.

### Rezultatele și interpretarea lor

Testările au fost realizate în timpul anilor școlari 2019-2020: în luna septembrie - testarea inițială, în luna noiembrie - testarea intermediară și 2020-2021: luna septembrie - testarea finală, atât la grupa experiment, cât și la grupa martor (clasa a VII-a).

**Tabelul 1. Analiza dintre grupele experiment și martor (inițial – intermediar - final)**

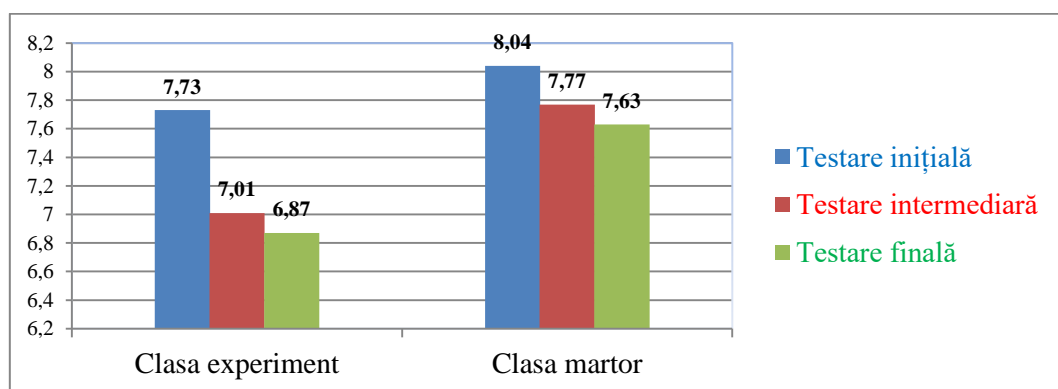
Nr. crt.	Testări specifice	Indici statistici	CE/CM					
			T <sub>I</sub>	T <sub>I</sub>	T <sub>INT</sub>	T <sub>INT</sub>	T <sub>F</sub>	T <sub>F</sub>
1	Dribling în linie dreaptă 30m	X ±m	7,73±0,23	8,04±0,15	7,01±0,30	7,77±0,14	6,87±	7,63±0,15
		t	1,08		2,18		2,28	
		P	>0,05		<0,05		<0,05	
2	Dribling printre jaloane 30 m	X ±m	9,42±0,20	9,66±0,14	8,65±0,18	9,14±0,13	8,33±0,18	8,98±0,10
		t	0,93		2,08		3,01	
		P	>0,05		>0,05		<0,01	
3	Aruncarea mingii de handbal cu elan	X ±m	23,09±0,73	21,22±0,74	28,45±0,95	25,22±0,74	32,55±1,09	29,33±0,60
		t	1,77		2,59		2,52	
		P	>0,05		<0,05		<0,05	
4	Deplasare în triunghi	X ±m	16,78±0,19	17,13±0,12	14,49±0,30	16,57±0,10	13,62±0,28	16,05±0,13
		t	1,44		5,95		7,36	
		P	>0,05		<0,001		<0,001	

5	Structura nr. 1	X $\pm$ m	7,18 $\pm$ 0,12	7 $\pm$ 0,00	8,91 $\pm$ 0,09	7,77 $\pm$ 0,21	9,82 $\pm$ 0,08	9,22 $\pm$ 0,22
		t	1,34		5,36		2,74	
		P	>0,05		<0,001		<0,05	
6	Structura nr. 2	X $\pm$ m	6,91 $\pm$ 0,09	6,66 $\pm$ 0,14	8,86 $\pm$ 0,07	7,50 $\pm$ 0,17	9,77 $\pm$ 0,10	9,22 $\pm$ 0,22
		t	1,47		8,06		2,38	
		P	>0,05		<0,001		<0,05	
7	Structura nr. 3	X $\pm$ m	6,73 $\pm$ 0,12	6,83 $\pm$ 0,12	8,32 $\pm$ 0,14	7,27 $\pm$ 0,15	9,55 $\pm$ 0,13	8,83 $\pm$ 0,26
		t	0,61		5,11		2,59	
		P	>0,05		<0,001		<0,05	
8	Joc bilateral	X $\pm$ m	6,82 $\pm$ 0,14	7,05 $\pm$ 0,06	8,14 $\pm$ 0,07	7,44 $\pm$ 0,18	9,64 $\pm$ 0,12	9,11 $\pm$ 0,20
		t	1,45		3,92		2,35	
		P	>0,05		<0,001		<0,05	

Notă: CE – Clasă experimentală, n= 11; CM – Clasa martor, n= 9.

P – 0,05; 0,01; 0,001;

f = 18; t = 2,100 2,878 3,921



**Fig. 1. Reprezentarea grafică a rezultatelor pentru testele specifice jocului de handbal ale elevilor de la clasele experiment și martor băieți la testarea inițială, intermediară și finală, dribling în linie dreaptă 30m**

În cadrul testării specifice, *dribling în linie dreaptă 30m*, (Figura 1) la testarea inițială, media aritmetică la grupa experiment, băieți, este de 7,73 secunde, cu o eroare medie de  $\pm 0,23$ , la testarea intermediară - 7,01 secunde, cu o eroare de  $\pm 0,30$ , iar la testarea finală având o medie de 6,87, cu o eroare medie de  $\pm 0,27$ . La același test, clasa martor, băieți, media aritmetică la testarea inițială este 8,04 secunde, cu o eroare medie de  $\pm 0,15$ , la testarea intermediară - 7,77 secunde, cu o eroare de  $\pm 0,14$ , iar la testarea finală valoarea obținută este 7,73 secunde, cu o eroare medie  $\pm 0,15$ .

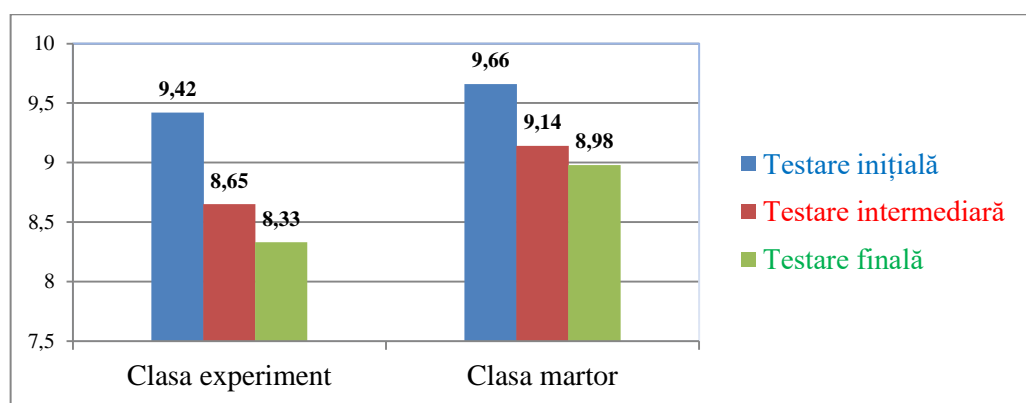
Datele obținute de grupa experiment prezintă  $P < 0,001$ , cu o valoare de 5,96, între testarea inițială și testarea intermediară, 3,57 între testarea intermediară și cea finală,  $P < 0,01$  și 7,33 între testarea inițială și cea finală,  $P < 0,001$ , astfel reprezentând diferențe semnificative din punct de vedere statistic între cele trei testări (Tabelul 1).

La grupa martor, din punct de vedere statistic, avem diferențe semnificative între testarea inițială și testarea intermediară, unde valoarea obținută este de 3,6, astfel  $P < 0,01$ , la

testarea intermediară și finală valoarea obținută de 2,72,  $P < 0,05$ , iar la testarea inițială și finală avem o valoare de 4,16 reprezentând  $P < 0,01$  (Tabelul 1).

Comparând rezultatele obținute de grupele experiment și martor, băieți, la testul specific jocului de handbalul, *dribling în linie dreaptă 30m* (Tabelul 1) la testarea inițială,  $P > 0,05$ , (1,08) diferențele sunt ne semnificative, la testarea intermediară  $P < 0,05$ , (2,18) și la testarea finală  $P < 0,01$ , (2,28), diferențele fiind semnificative.

La testarea specifică *dribling printre jaloane 30m* (Figura 2), valoarea obținută de grupa experiment (băieți) la testarea inițială are o medie aritmetică de 9,42 secunde, la testarea intermediară - 8,65 secunde, iar la testarea finală obține o medie de 8,33. La același test, clasa martor (băieți) media aritmetică la testarea inițială este 9,66 secunde, la testarea intermediară - 9,14 secunde, iar la testarea finală valoarea obținută este 8,98 secunde.

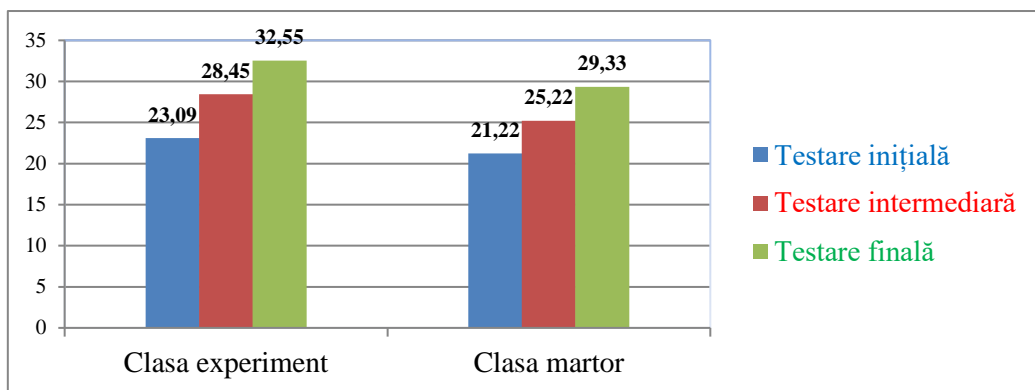


**Fig. 2. Reprezentarea grafică a rezultatelor pentru testele specifice jocului de handbal ale elevilor de la clasele experiment și martor (băieți) la testarea inițială, intermediară și finală, dribling printre jaloane 30m**

Rezultatele de la grupa experiment între testarea inițială și testarea intermediară are o valoare de 7,43, reprezentând  $P < 0,001$ , între testarea intermediară și finală valoarea 7,87,  $P < 0,001$ , iar între testarea inițială și cea finală valoarea 10,23,  $P < 0,001$ , reprezentând diferențe semnificative din punct de vedere statistic între cele trei testări (Tabelul 1).

La grupa martor, între testarea inițială și testarea intermediară avem valoarea 13,78,  $P < 0,05$ , la testarea intermediară și finală valoarea obținută este de 4,25,  $P < 0,001$ , iar la testarea inițială și finală avem o valoare de 12,21,  $P < 0,001$ , diferențele fiind semnificative între toate testele realizate (Tabelul 1).

Interpretând diferențele obținute de grupele experiment și martor (băieți) la testul specific jocului de handbal, *dribling printre jaloane 30m* (Tabelul 1) la testarea inițială, valoarea este de 0,93 ( $P > 0,05$ ), la testarea intermediară - 2,08 ( $P > 0,05$ ), diferențele sunt ne semnificative la ambele testări, iar la testarea finală 3,01 ( $P < 0,01$ ), diferențele fiind semnificative.



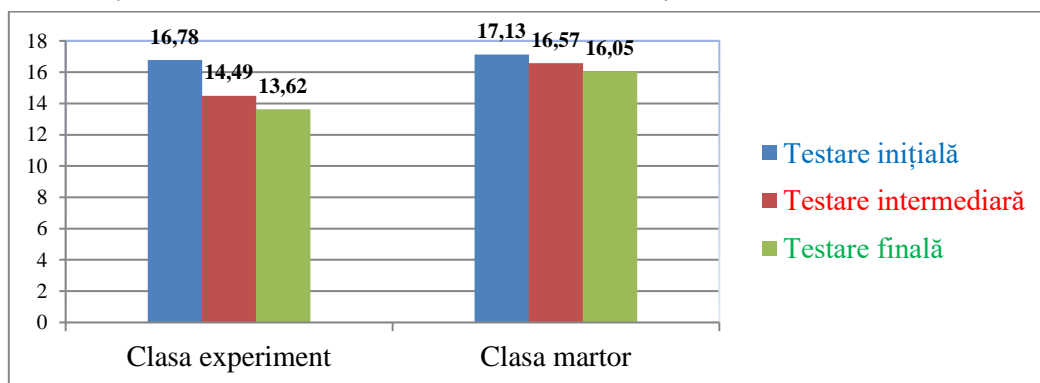
**Fig. 3. Reprezentarea grafică a rezultatelor testelor specifice jocului de handbal ale elevilor de la clasele experiment și martor (băieți) la testarea inițială, intermediară și finală, aruncarea mingii de handbal cu elan**

La testarea *aruncarea mingii de handbal cu elan* (Figura 3) în cadrul testării inițiale valoarea obținută de grupa experiment (băieți) are o medie aritmetică de 23,09 m, la testarea intermediară - 28,45 m, iar la testarea finală obține o medie de 32,55 m. La același test, clasa martor (băieți) media aritmetică la testarea inițială este 21,22 m, la testarea intermediară - 25,22 m, iar la testarea finală valoarea obținută este 29,33 m,

Rezultatele obținute de grupa experiment între testarea inițială și testarea intermediară are o valoare de 6,34, între testarea intermediară și cea finală valoarea este 11,94, iar între testarea inițială și cea finală valoarea 9,88, reprezentând diferențe semnificative din punct de vedere statistic între cele trei testări, P fiind <0,001 (Tabelul 1).

Grupa martor obține între testarea inițială și testarea intermediară o valoare de 16,97, la testarea intermediară și finală o valoare de 15,77, iar la testarea inițială și finală avem o valoare de 31,12, diferențele fiind semnificative între toate testele realizate, P<0,001.

Analizând diferențele obținute de grupele experiment și martor (băieți) la testul specific jocului de handbal *aruncarea mingii de handbal cu elan* (Tabelul 1) la testarea inițială valoarea este de 1,77 (P>0,05) diferențele fiind ne semnificative, la testarea intermediară - 2,59 (P<0,05) și la testarea finală - 2,52 (P<0,05), diferențele fiind semnificative.



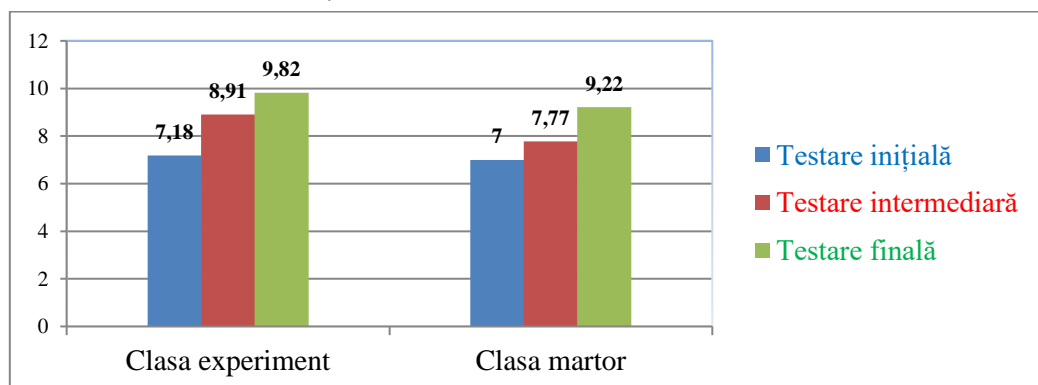
**Fig. 4. Reprezentarea grafică a rezultatelor testelor specifice jocului de handbal ale elevilor de la clasele experiment și martor (băieți) la testarea inițială, intermediară și finală, deplasare în triunghi**

În cadrul testării specifice *deplasare în triunghi* (Figura 4), la testarea inițială, media aritmetică la grupa experiment (băieți) este de 16,78, la testarea intermediară - 14,49 secunde, iar la testarea finală având o medie de 13,68. La același test, clasa martor (băieți) media aritmetică la testarea inițială este 17,13 secunde, la testarea intermediară 16,57 secunde, iar la testarea finală valoarea obținută este 16,05 secunde.

Datele obținute de grupa experiment prezintă  $P < 0,001$ , cu o valoare de 12,46, între testarea inițială și testarea intermediară, 4,83 între testarea intermediară și finală și 15,44 între testarea inițială și cea finală, astfel reprezentând diferențe semnificative din punct de vedere statistic (Tabelul 1).

La grupa martor, din punct de vedere statistic, avem diferențe semnificative între cele trei testări, unde valoarea obținută între testarea inițială și testarea intermediară este de 4,11,  $P < 0,01$  la testarea intermediară și finală valoarea obținută este de 3,90,  $P < 0,01$  iar la testarea inițială și finală avem o valoare de 5,59,  $P < 0,001$  (Tabelul 1).

Comparând rezultatele obținute de grupele experiment și martor (băieți) la testul specific jocului de handbal *deplasare în triunghi* (Tabelul 1) la testarea inițială,  $P > 0,05$ , observăm faptul că diferențele sunt nesemnificative, la testarea intermediară  $P < 0,001$  și la testarea finală  $P < 0,001$ , diferențele fiind semnificative.



**Fig. 5. Reprezentarea grafică a rezultatelor testelor specifice jocului de handbal ale elevilor din clasele experiment și martor (băieți) la testarea inițială, intermediară și finală, structura nr. 1**

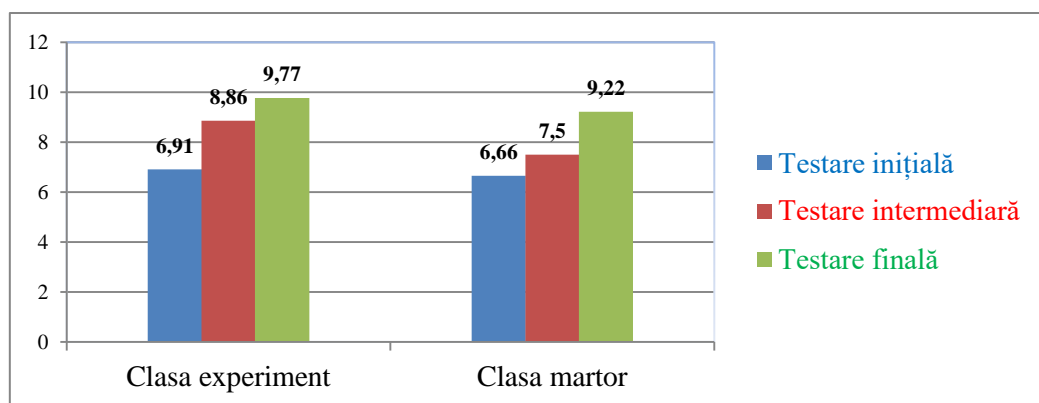
La *structura nr. 1*, (Figura 5) grupa experiment (băieți) la testarea inițială are o medie a notelor obținute de 7,18, la testarea intermediară - 8,91, iar la testarea finală obține o medie de 9,82. La același test, clasa martor (băieți) media la testarea inițială este 7, la testarea intermediară 7,77, iar la testarea finală - 9,22.

Rezultatele grupei experimentale între testările inițială și intermediară au o valoare de 21, reprezentând  $P < 0,001$ , între testarea intermediară și finală valoarea 8,03,  $P < 0,001$ , iar între testarea inițială și cea finală valoarea este de 37,5,  $P < 0,001$ , reprezentând diferențe semnificative din punct de vedere statistic între cele trei testări (Tabelul 1).

Între testarea inițială și testarea intermediară, la grupa martor, avem valoarea 3,77,  $P < 0,01$ , la testarea intermediară și finală valoarea obținută de 6,35,  $P < 0,001$ , iar la testarea

inițială și finală avem o valoare de 10,  $P < 0,001$ , diferențele fiind semnificative între toate testele realizate.

Analizând rezultatele obținute de grupele experiment și martor, băieți, din punct de vedere statistic, la testul specific jocului de handbal *structura nr. 1*, (Tabelul 1) la testarea inițială, valoarea este de 1,34 ( $P > 0,05$ ), diferențele sunt nesemnificative, la testarea intermediară valoarea 5,36 ( $P < 0,001$ ) și la testarea finală 2,74 ( $P < 0,05$ ), diferențele fiind semnificative la ambele testări.



**Fig. 6. Reprezentarea grafică a rezultatelor testelor specifice jocului de handbal ale elevilor de la clasele experiment și martor (băieți) la testarea inițială, intermediară și finală, structura nr. 2**

La *structura nr. 2*, (Figura 6) grupa experiment, băieți, la testarea inițială obține o medie a notelor de 6,91, la testarea intermediară - 8,86, iar la testarea finală obține o medie de 9,77. La același test, clasa martor, băieți, media la testarea inițială este 6,66, la testarea intermediară - 7,5, iar la testarea finală - 9,22.

La grupa experiment rezultatele între testarea inițială și testarea intermediară au o valoare de 15,59, reprezentând  $P < 0,001$ , între testarea intermediară și finală valoarea este 6,9,  $P < 0,001$ , iar între testarea inițială și cea finală valoarea este 40,66,  $P < 0,001$ , reprezentând diferențe semnificative din punct de vedere statistic între cele trei testări.

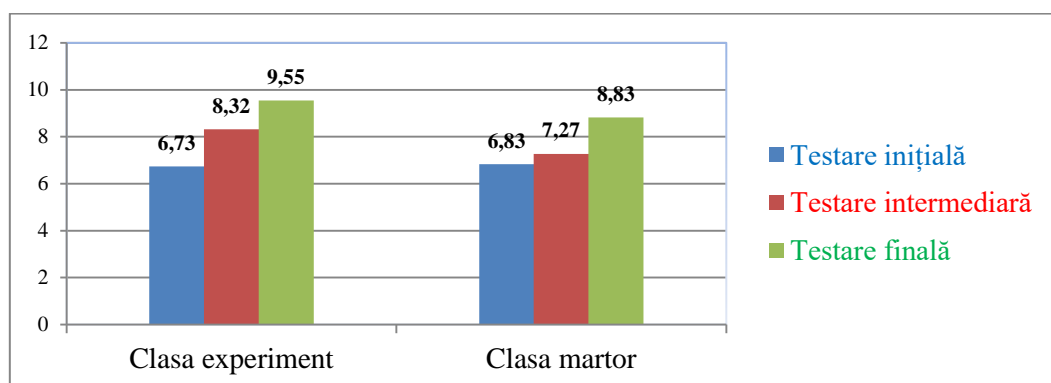
La grupa martor, între testarea inițială și testarea intermediară, avem o valoare de 4,47,  $P < 0,01$ , la testarea intermediară și finală o valoare de 7,75,  $P < 0,001$ , iar la testarea inițială și finală avem o valoare de 11,23,  $P < 0,001$ , diferențele fiind semnificative între toate testele realizate (Tabelul 1).

Comparând rezultatele obținute de grupele experiment și martor (băieți) din punct de vedere statistic, la testul specific jocului de handbal *structura nr. 2*, (Tabelul 1) la testarea inițială, valoarea este de 1,47 ( $P > 0,05$ ), diferențele sunt nesemnificative, la testarea intermediară valoarea este 8,06 ( $P < 0,001$ ) și la testarea finală - 2,38 ( $P < 0,05$ ), diferențele fiind semnificative la ambele testări.

La *structura nr. 3*, (Figura 7) grupa experiment (băieți) obține o medie a notelor de 6,73, la testarea inițială, 8,32 - la testarea intermediară și 9,55 - la testarea finală. Clasa martor



(băieți) media la aceeași structură obține o medie a notelor de 6,83 la testarea inițială, 7,27 - la testarea intermediară și 8,83 - la testarea finală.

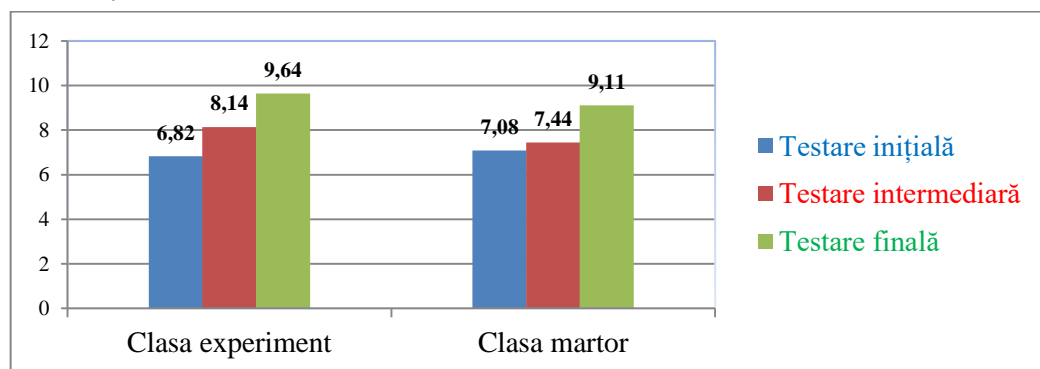


**Fig. 7. Reprezentarea grafică a rezultatelor testelor specifice jocului de handbal ale elevilor de la clasele experiment și martor (băieți) la testarea inițială, intermediară și finală, structura nr. 3**

La grupa experiment rezultatele între testarea inițială și testarea intermediară au o valoare de 8,43, reprezentând  $P < 0,001$ , între testarea intermediară și finală valoarea este 6,29,  $P < 0,001$ , iar între testarea inițială și cea finală valoarea este 15,5,  $P < 0,001$ , reprezentând diferențe semnificative din punct de vedere statistic între cele trei testări (Tabelul 1).

La grupa martor, între testarea inițială și testarea intermediară, avem o valoare de 2,87,  $P < 0,05$ , la testarea intermediară și finală o valoare de 10,05,  $P < 0,001$ , iar la testarea inițială și finală avem o valoare de 9,07,  $P < 0,001$ , diferențele fiind semnificative între toate testele realizate.

Comparând rezultatele obținute de grupele experiment și martor (băieți) din punct de vedere statistic, la testul specific jocului de handbal *structura nr. 3*, (Tabelul 1) la testarea inițială, valoarea este de 0,61 ( $P > 0,05$ ) diferențele sunt ne semnificative, la testarea intermediară valoarea este 5,11 ( $P < 0,001$ ) diferențele sunt semnificative și la testarea finală 2,59 ( $P < 0,05$ ), diferențele fiind semnificative.



**Fig. 8. Reprezentarea grafică a rezultatelor testelor specifice jocului de handbal ale elevilor din clasele experiment și martor (băieți) la testarea inițială, intermediară și finală, joc bilateral**

La *jocul bilateral* din cadrul testărilor (Figura 8) la testarea inițială, media aritmetică la grupa experiment (băieți) este de 6,82, la testarea intermediară 8,14, iar la testarea - 9,64. La clasa martor (băieți), media aritmetică la testarea inițială este 7,08, la testarea intermediară 7,44, iar la testarea finală valoarea obținută este 9,11.

Rezultatele de la grupa experiment între testarea inițială și testarea intermediară are o valoare de 7,8, reprezentând  $P < 0,001$ , între testarea intermediară și finală valoarea 11,12,  $P < 0,001$ , iar între testarea inițială și cea finală valoarea este de 16,68,  $P < 0,001$ , reprezentând diferențe semnificative din punct de vedere statistic între cele trei testări (Tabelul 1).

Între testarea inițială și testarea intermediară, la grupa martor, avem valoarea 2,4,  $P < 0,05$ , la testarea intermediară și finală valoarea obținută este de 7,07,  $P < 0,001$ , iar la testarea inițială și finală avem o valoare de 9,71,  $P < 0,001$ , diferențele fiind semnificative între toate testele realizate.

Analizând rezultatele obținute de grupele experiment și martor (băieți), din punct de vedere statistic, la jocul bilateral handbal (Tabelul 1) la testarea inițială, valoarea este de 1,45 ( $P > 0,05$ ) diferențele sunt ne semnificative, la testarea intermediară valoarea este de 3,92, ( $P < 0,001$ ) diferențele sunt semnificative și la testarea finală - 2,35 ( $P > 0,05$ ) diferențele fiind semnificative.

### **Concluzii**

La probele specifice jocului de handbal aplicate în cercetare există diferențe între testările efectuate atât la clasa experiment, cât și la clasa martor.

La testarea inițială, băieții au demonstrat rezultate apropiate, neexistând valori semnificative, pe când la testarea intermediară s-a înregistrat progres semnificativ la clasa experiment, la testele dribling în linie dreaptă 30m, aruncarea mingii de handbal cu elan, deplasare în triunghi, structura nr. 1, structura nr.2, structura nr. 3 și jocul bilateral,  $P < 0,05$  sau  $P < 0,001$ , mai puțin la testul dribling printre jaloane 30m, unde nu au fost diferențe semnificative. La testarea finală, băieții din clasa experiment obțin diferențe semnificative la toate testele aplicate dovedind că mijloacele din handbal aplicate în cadrul lecțiilor au fost eficiente.

Având în vedere rezultatele obținute de către clasa experiment la toate testele din cadrul cercetării, putem afirma faptul că sunt mai eficiente decât rezultatele obținute de clasa martor.

Putem preciza că planificarea riguroasă, folosirea și dozarea eficientă a exercițiilor și a structurilor motrice au condus la realizarea temelor din handbal, asigurând o eficiență a lecțiilor de educație fizică, confirmând ipoteza formulată la începutul cercetării.

### **Referințe bibliografice:**

1. Cucoș, C. (2006). Pedagogie. Ediția a II-a revăzută și adăugită. Iași: Polirom, p. 108-110.
2. Ferent, R-L. (2015). Factori motivaționali la copii în practicarea jocului de handbal. În: Știința culturii fizice, nr. 23/3, p. 20-26.

3. Leuciuc, F-V. (2012). Aprofundare într-o ramură sportivă: Handbal. Suceava: Universitatea "Ștefan Cel Mare". 39 p.
4. Leuciuc, F-V. (2008). Handbal: îndrumar practico-metodic. Suceava: Editura Universității Ștefan cel Mare, p. 7-8.
5. Leuciuc, F-V. (2013). Studiu privind determinarea nivelului indicilor somatici și a potențialului motric al practicantelor jocului de handbal de la L.P.S. Suceava. București: Didactică și pedagogică, p. 12-13.
6. Paraschiv, F. (2007). Teoria și metodică educației fizice și sportului. Ediția a II-a. Brașov: Ed. Omnia Uni S.A.S.T., p. 79.
7. Scarlat, E., Scarlat, B-M. (2011). Tratat de educație fizică. București: Editura Didactică și Pedagogică, p. 237-238.

<https://doi.org/10.52449.soh22.10>

## PROTECȚIA COPILOR ÎN SPORT

**Cojocaru Vladlen<sup>1</sup>**, dr., conf. univ.

**Nastas Andrei<sup>2</sup>**, dr., conf. univ.

<https://orcid.org/0000-0003-2715-6577>

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

***Abstract.** Relevance of article is caused by transnational character of sport as factor of influence on the interstate relations, and also objective need of complex legal regulation of sports of children taking into account the national and international legal doctrine and practice. Besides need of integration of international legal norms and rules in legal system of the states is emphasized. At the present stage, despite relevance, one international act of human rights contains the situation formulating human right on sports activities or access to sport. However the sport can be considered as an essential component of the right to education and the right to culture. The author investigates the rights of children for sports development, for games and leisure as systems of the norms forming the modern sports relations and offers the industry concept of the international treaty in the sphere of the sports law based on a new theoretic-conceptual framework about human right for harmonious development.*

***Keywords:** rights of the child, physical culture, sport, sports law, UN.*

În condițiile moderne, statul ar trebui să prevadă crearea de condiții favorabile pentru dezvoltarea culturii fizice și a sportului în rândul cetățenilor, deoarece aceasta contribuie la formarea unui stil de viață sănătos și, în consecință, la formarea unei națiuni luminate, cu un mod de viață activ.

Sportul trebuie privit sub două aspecte: profesional și sportul în masă. Sportul profesional pentru copii implică o mulțime de probleme. Activitatea sportivă începe foarte devreme, în unele sporturi uneori vârsta sportivilor nu ajunge nici la 14 ani. Primii pași în sportul mare se fac în copilărie. Victoriile serioase, bani mari și responsabilitatea vin adesea atunci când un sportiv tânăr din punct de vedere psihologic nu este pregătit să se comporte ca un adult, nu doar din punct de vedere psihologic, dar și din punct de vedere legal. Gimnastica, patinajul artistic, înotul sincronizat, atletismul, tenisul, artele marțiale sunt doar câteva dintre