

<https://doi.org/10.52449.soh22.27>

MOTIVAREA ELEVILOR PENTRU PRACTICAREA EXERCITIULUI FIZIC ÎN CADRUL PARTENERIATULUI ȘCOALĂ – FAMILIE

Leșco Victoria¹, dr., lector univ.

<https://orcid.org/0000-0001-8718-8525>

Goncearuc Svetlana², dr., prof. univ.

Cijic Ștefan³, profesor de educație fizică

^{1,2}Universitatea de Stat de Educație Fizică și Sport, Chișinău, Republica Moldova

³IPLTPA „M. Berezovschi”, Chișinău, Republica Moldova

***Abstract.** The degree of involvement of the student in sports activities, in any form, depends on their interest and level of motivation to exercise. Therefore, the school-family partnership forms a pedagogical condition for the practice of physical exercises of pre-adolescent students, achieved through the joint activities of teachers, parents and students. The choice of the topic is a consequence of the finding of the determined motivation of the students and the parents for practicing the physical exercise but also of the lack of their active involvement in the respective act. That is why the confrontation with the given situation generated the need to carry out a study on this topic. There was a need to try to increase the motivational spectrum of students and parents, introducing other motivations (some extrinsic) and to explain the value of exercise, so that they are internalized, aware and accepted by students, parents.*

***Keywords:** physical exercises, motivation, school-family partnership, students, physical education.*

Actualitatea temei. Sistemul actual de educație fizică pentru elevi nu asigură un nivel corespunzător de sănătate și pregătire fizică, nu sunt rezolvate problemele ce țin de formarea la copii a motivației și a dorinței pentru o activitate fizică regulată, ca un element esențial pentru un stil de viață sănătos. Se atestă lipsa unei organizări a interacțiunii dintre școală și familie, sunt frecvente greșelile în educația din familie și în alegerea metodelor și mijloacelor de educație fizică. Abordările teoretice și metodologice pentru îmbunătățirea activităților comune ale școlii și familiei în educația fizică a copiilor au fost, de asemenea, insuficient dezvoltate [6, p. 30].

Creșterea semnificativă a sarcinilor sociopsihologice și funcționale cu un volum redus de activitate fizică afectează dezvoltarea tuturor sistemelor importante ale organismului uman, ceea ce are un impact negativ asupra stării de sănătate fizică și psihică.

În zilele noastre, copiii suferă, în mare parte, de un deficit de mișcare, ceea ce conduce la dereglări funcționale mai evidente în organismul copilului. Scade forța și performanța mușchilor scheletici, fapt ce conduce la dereglări ale ținutei corpului, la apariția problemelor coloanei vertebrale, a piciorului plat, la întârzieri în dezvoltare [7, 8].

Alegerea temei este o consecință a constatării motivației determinate a elevilor și părinților pentru practicarea exercițiului fizic, precum și a lipsei implicării active a acestora în respectivul act. De aceea, confruntarea cu situația dată a generat necesitatea desfășurării unui studiu pe această temă. S-a impus nevoia de a încerca să se mărească spectrul motivațional al elevilor și părinților, introducând și alte motivații (unele extrinseci) și de a explica valoarea practicării exercițiului fizic, astfel încât acestea să fie interiorizate, conștientizate și acceptate de către elevi și părinți.

Totodată, analiza literaturii denotă că rămâne deschisă problema rolului prioritar al familiei și al utilizării eficiente a potențialului său educațional într-un sistem integral de educație fizică. Prin urmare, parteneriatul școală - familie formează o condiție pedagogică pentru practicarea exercițiilor fizice a elevilor preadolescenți, realizată prin desfășurarea activităților comune ale profesorilor, părinților și elevilor [7, p. 13].

Părerea specialiștilor [1, 4, 10] este că atractivitatea orelor de educație fizică depinde, în mare măsură, de gradul de implicare a elevului și plăcerea cu care acesta ia parte la ore, jocul și întrecerea fiind două aspecte cu care profesorul poate „jongla”, atrăgându-i pe elevi în cadrul orei, dezvoltându-le astfel dorința de practicare a exercițiilor fizice.

Atractivitatea lecției reprezintă, așadar o problemă de bază a eficienței acesteia. De modul în care se izbuteste realizarea acestui aspect din lecție, depinde interesul și participarea efectivă, conștientă și activă a elevilor, aceștia dându-se cu întreaga lor disponibilitate psihică și fizică pentru activitatea planificată. Aceste aspecte din lecție contribuie în mare măsură la determinarea elevilor să iubească exercițiul fizic și să manifeste dorința de a-1 practica independent [2].

Prin urmare, gradul de implicare al elevului în activitățile sportive, sub orice formă, depinde de interesul și nivelul motivației acestora pentru practicarea exercițiului fizic. În același timp mai mulți autori consideră [3, 5, 9] că cea mai convingătoare motivare a elevilor poate fi cea prin parteneriatul școală – familie. Astfel, cadrele didactice vor căuta diferite căi de motivare a părinților și a elevilor și le vor aplica pe cele mai eficiente, pentru ca aceștia să se încadreze activ în practicarea sistematică a exercițiului fizic.

Scopul cercetării constă în perfecționarea procesului psihopedagogic privind motivarea elevilor pentru practicarea exercițiului fizic în cadrul parteneriatului școală – familie.

Obiectivele cercetării:

- Analiza și generalizarea literaturii științifico-metodice de specialitate privind procesul psihopedagogic al elevilor din ciclul gimnazial.
- Identificarea modalităților eficiente de motivare al elevilor de 10-12 ani pentru practicarea exercițiului fizic prin studiul parteneriatului școală – familie.
- Fundamentarea teoretică, elaborarea și valorificarea eficienței modelului pedagogic de motivare a elevilor pentru practicarea exercițiului fizic în cadrul parteneriatului școală – familie – comunitate.

Metode și rezultate. Cercetarea a fost efectuată în cadrul IPLTPA „M. Berezovschi” din mun. Chișinău, în perioada 01.09.21 – 10.02.22, subiecții implicați în experiment fiind elevi ai claselor a V-a. În cadrul cercetării au fost cuprinși 44 elevi, câte 22 din fiecare clasă – 11 băieți și 11 fete și părinții acestora. Experimentul a fost realizat pe parcursul a trei etape:

Etapa I - analiza izvoarelor literaturii de specialitate (septembrie 2021) (lucrări cu caracter general din domeniul educației fizice; studii și cercetări științifice; teze de doctorat; broșuri de specialitate);

Testarea elevilor din ambele clase a cuprins: testarea nivelului de dezvoltare a calităților motrice; realizarea anchetei inițiale cu părinții și elevii, aprecierea nivelului capacităților motrice ale elevilor incluși în cercetare. Pentru a demara demersul științific, am considerat necesar să testăm elevii ambelor grupe atât fetele, cât și băieții. Toate grupele sunt formate din 11 elevi. Fiecare elev a fost testat o dată în cadrul fiecărei probe. Astfel, testele pe care le-am considerat necesare sunt:

1. Forță: a) Musculatura brațelor - Flotări (nr. rep.); b) Musculatura picioarelor - Săritura în lungime de pe loc (cm); c) Musculatura abdominală - Ridicarea trunchiului din culcat dorsal 30" (nr. rep.); d) Musculatura coloanei vertebrale - Aplecare înainte din stând pe banca de gimnastică (cm)

2. Viteza: a) Alergarea de suveică 3x10m (sec); b) Alergare 500/800m (sec).

Etapa a 2-a: 01.10.2021 – 25.12.2021.

Desfășurarea experimentului: informarea elevilor și părinților din grupa experimentală asupra conținutului parteneriatului educațional școală – familie; utilizarea mai frecventă a jocurilor în cadrul lecțiilor; analiza feedback-ului din partea elevilor și părinților; aplicarea aceluiași teste, ca și la testarea inițială, atât în grupa experimentală cât și în grupa martor.

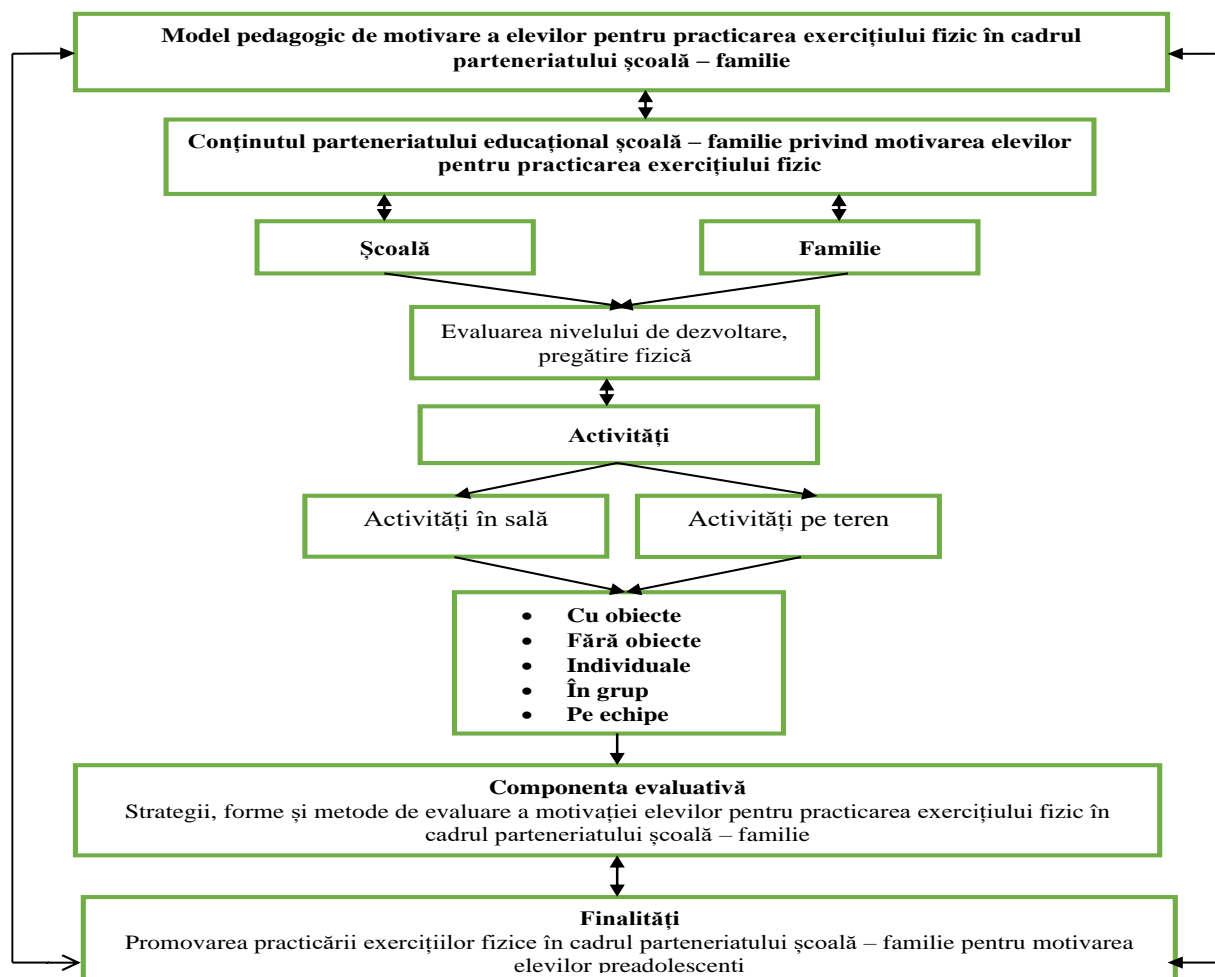


Fig.1 Model pedagogic de motivare a elevilor pentru practicarea exercițiului fizic în cadrul parteneriatului școală – familie

Etapa a 3-a: 10.01.2022 – 10.02.2022. Evaluarea opiniilor elevilor și părinților privind importanța practicării exercițiilor fizice; interpretarea rezultatelor.

Toate acele activitățile indicate mai sus au fost realizate prin prisma unui model experimental (prezentat în Figura 1), care a fost aplicat pe toată perioada experimentului pedagogic.

Toate componentele modelului de interacțiune sunt intercorelate și vizează promovarea practicării exercițiilor fizice în cadrul parteneriatului școală – familie pentru motivarea elevilor de vârstă școlară mică.

În Tabelele 1 și 2 sunt reflectați indicii statistici la testele ce definesc nivelul pregătirii fizice a elevilor, înregistrați la testarea inițială și, respectiv, cea finală. În ce privește indicatorii inițiali ai nivelului pregătirii fizice a elevilor din grupele martor și experimentală, n-au fost înregistrate diferențe semnificative din punct de vedere statistic. Făcând o analiză generală a rezultatelor testării finale a nivelului dezvoltării și pregătirii fizice a elevilor din clasa a V-a, se observă foarte bine eficiența modelului pedagogic. Analiza datelor obținute de subiecții grupei experimentale a demonstrat o îmbunătățire semnificativă a tuturor indicilor de pregătire fizică evaluați.

Tabelul 1. Analiza comparativă a indicilor inițiali și finali ai testării activității motrice a grupelor experimentală și martor de băieți (cl. a V-a, n = 22)

Nr. crt.	Teste	Grupe și caracteristici statistice	Caracteristici statistice			
			Indici inițiali X ± m	Indici finali X ± m	t	P
1	Alergare de suveică 3x10m (sec)	E	8,31±0,07	8,11±0,06	3,431	<0,01
		M	8,34±0,09	8,29±0,05	1,252	>0,05
		t	0,23	2,26	-	-
		P	>0,05	<0,05	-	-
2	Alergare de rezistență 800m (sec)	E	287,05±3,76	273,12±1,90	4,438	<0,01
		M	286,38±3,37	280,21±2,79	0,560	>0,05
		t	0,131	2,104	-	-
		P	>0,05	<0,05	-	-
3	Săritura în lungime de pe loc (cm)	E	157,55±2,65	172,91±1,24	2,276	<0,05
		M	155,55±4,83	157,55±1,52	0,493	>0,05
		t	0,532	2,266	-	-
		P	>0,05	<0,05	-	-
4	Ridicarea trunchiului din culcat dorsal în 30 sec (nr. de rep.)	E	21,27±1,03	24,82±0,92	4,057	<0,05
		M	20,82±1,03	21,64±0,82	0,969	>0,05
		t	0,31	2,581	-	-
		P	>0,05	<0,05	-	-
5	Tracțiuni în brațe la bara fixă (nr. de rep.)	E	5,09±0,36	7,18±0,41	6,040	<0,001
		M	5,27±0,41	5,45±0,41	1,482	>0,05
		t	0,33	2,712	-	-
		P	>0,05	<0,05	-	-
6	Aplecare înainte din stând pe banca de gimnastică (cm)	E	3,64±1,13	7,91±1,03	4,411	<0,01
		M	3,45±0,82	4,09±0,62	1,307	>0,05
		t	0,13	3,178	-	-
		P	>0,05	<0,05	-	-

Notă: (F=10) t=2,228 3,269 4,587 (f=20) t=2,086 2,815 3,850
P<0,05 0,01 0,001 P<0,05 0,01 0,001
95% 99% 99,9%

Tabelul 2. Analiza comparativă a indicilor inițiali și finali ai testării activității motrice a grupelor experimentală și martor de fete (cl. a V-a, n = 22)

Nr. crt.	Teste	Grupe și caracteristici statistice	Caracteristici statistice			
			Indici inițiali X ± m	Indici finali X ± m	t	P
1	Alergare de suveică 3x10m (sec)	E	9,16±0,04	8,92±0,04	6,667	<0,001
		M	9,07±0,04	9,05±0,03	0,615	>0,05
		t	1,56	2,6	-	-
		P	>0,05	<0,05	-	-
2	Alergare de rezistență 500m (sec)	E	187,13 ±3,13	171,55±1,95	6,073	<0,001
		M	186,14±3,72	181,05±2,23	1,638	>0,05
		t	0,204	3,304	-	-
		P	>0,05	<0,01	-	-
3	Săritura în lungime de pe loc (cm)	E	145,54±3,20	156,18±2,90	3,980	<0,01
		M	140,55±3,50	148,73±1,22	2,789	<0,05
		t	1,053	2,367	-	-
		P	>0,05	<0,05	-	-
4	Ridicarea trunchiului din culcat dorsal în 30 sec (nr. de rep.)	E	16,64±0,89	18,91±0,82	2,967	<0,05
		M	16,36±0,82	17,18±0,74	0,743	>0,05
		t	1,057	2,473	-	-
		P	>0,05	<0,05	-	-
5	Flotări din sprijin culcat cu mâinile pe banca de gimnastică (nr. de rep.)	E	9,27±0,45	11,73±0,52	4,234	<0,01
		M	9,36±0,52	9,91±0,45	0,947	>0,05
		t	0,13	2,645	-	-
		P	>0,05	<0,05	-	-
6	Aplecare înainte din stând pe banca de gimnastică (cm)	E	7,91±0,67	11,64±0,82	5,501	<0,001
		M	7,36±0,82	8,27±0,74	1,302	>0,05
		t	0,52	3,050	-	-
		P	>0,05	<0,05	-	-

Notă: (F=10) t=2,228 3,269 4,587 (f=20) t=2,086 2,815 3,850
P<0,05 0,01 0,001 P<0,05 0,01 0,001

În vederea implicării părinților în activitățile propuse în cadrul lecțiilor, putem menționa că:

- s-a reușit schimbarea atitudinii lor cu privire la practicarea exercițiilor fizice a copiilor (inițial 71% dintre părinți n-au manifestat interes, iar la final - 64% dintre părinți au avut o atitudine pozitivă/activă.

- părinții au acumulat competențe și abilități specifice domeniului de cercetare (indicii inițiali - 23%, finali 49%)

- au devenit capabili să soluționeze problemele cu care se confruntă copiii în activitățile fizice.

- 82% dintre părinți au început a manifesta interesul și dorința de a se implica în educația fizică a copiilor și nu se mulțumesc doar cu activitatea realizată de profesori (inițial 35%).

Relevant este faptul că a crescut numărul elevilor interesați de:

- practicarea exercițiilor fizice și a probelor de sport - 61% - 78%;

- vizionarea filmelor și emisiunilor TV pe teme sportive (17% - 37%);
- frecventarea secțiilor sportive (23% - 34%);
- petrecerea timpului în aer liber (46% - 72%);

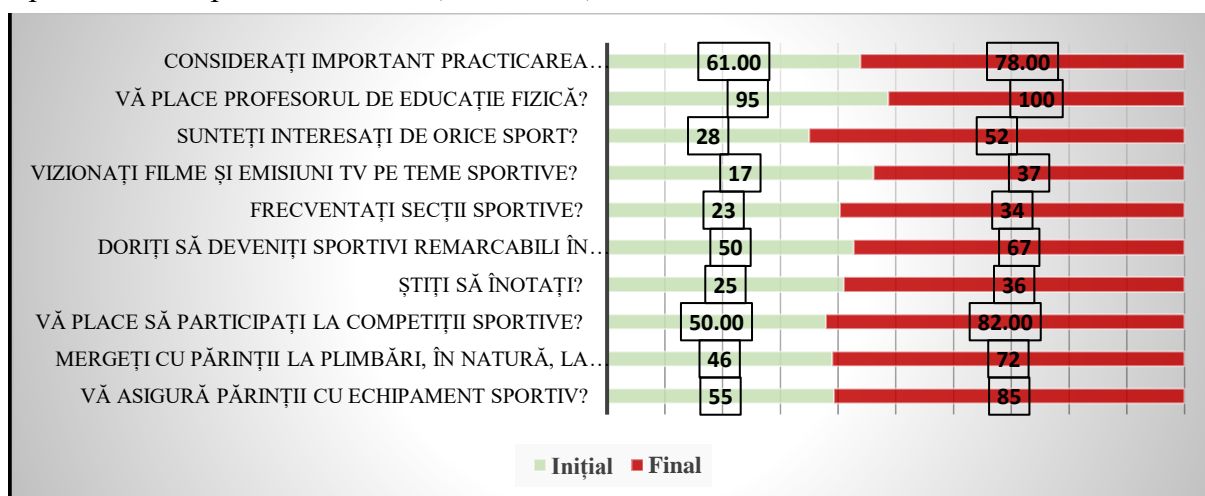


Fig. 2 Repartizarea răspunsurilor elevilor de vârstă 10-12 ani referitor la importanța practicarea exercițiilor fizice (%)

La fel, am fost preocupați și de particularitățile practicării sportului de către părinții copiilor. În acest context, putem menționa că, inițial, doar 17% dintre copii susțineau că părinții lor practică sportul, iar la sfârșitul experimentului, observăm o creștere semnificativă, de 39%; potrivit copiilor, părinții lor au început să practice exercițiile fizice în cadrul gimnasticii matinale, jocuri în aer liber cu copii, plimbări active în zilele de odihnă (indicii inițiali - 15%, finali - 57%).

Concluzii și recomandări

- Elaborarea și validarea *Modelului pedagogic de motivare a elevilor pentru practicarea exercițiului fizic în cadrul parteneriatului școală – familie*, care conține fundamentele teoretice și aplicative de motivare a elevilor a permis obținerea unor schimbări pozitive cognitive, atitudinale și comportamentale la preadolescenților, inclusiv competențele parentale privind motivarea elevilor pentru practicarea exercițiului fizic în educația familială, ceea ce ne permite să propunem extinderea modelului în învățământ, atât pentru vârsta respectivă, cât și celelalte vârste, cu condiția să fie luate în considerare particularitățile psihofizice ale elevilor.

- Inițierea parteneriatului educațional cu părinții va permite familiarizarea acestora cu structura, conținutul educației fizice a copiilor preadolescenți.

- Necesitatea implicării active a familiei în practicarea exercițiilor fizice, utilizarea unor metode interactive de formare a motivației la copii și formarea unor conduite raționale la aceștia, doar prin propriul exemplu, va facilita crearea unui mod de viață sănătos pentru ei.

• Implementarea unor activități de consiliere a părinților prin valorificarea *Modelului pedagogic de motivare a elevilor pentru practicarea exercițiului fizic în cadrul parteneriatului școală – familie*.

Referințe bibliografice:

1. Cârstea, G. (2002). Teoria și metodică E.F.S. București: Editura AN-DA. 58 p. [citată 20.01.2017]. Disponibil: <https://romanialuiadu.files.wordpress.com/2015/02/59770411-teorie-carstea.pdf>
2. Cijic, Ș. (2019). Motivarea pentru practicarea sportului a elevilor cu profil de arte din treapta gimnazială. În: Materialele Conferinței Științifice Internaționale Studentească: „Probleme actuale ale teoriei și practicii culturii fizice”, Ediția a XXII-a, 11 aprilie 2019. Chișinău.
3. Cuznețov, L. (2013). Educația pentru familie din perspectiva educației permanente. Cadru conceptual și metodologic. Chișinău: Editura Primex-com SRL, p. 9.
4. Dragnea, A. (2002). Teoria educației fizice și sportului. București: Fest, 148 p. [citată 22.02.2017]. Disponibil: https://www.academia.edu/25640740/Teoria_Educatiei_Fizice_si_Sportului_Dragnea
5. Gonțearuc, S., Leșco, V. (2020). Formarea profesorilor pentru dezvoltarea relațiilor școală – familie în procesul educației fizice. În: Materialele Conferinței Științifice Internaționale „Formarea continuă a specialistului de cultură fizică în conceptul acmeologic modern”, ediția 1- a, Chișinău: USEFS, 3 decembrie 2020, p. 36-44.
6. Leșco, V. (2017). Formarea studenților din domeniul educației fizice pentru realizarea parteneriatului cu părinții elevilor. În: Materialele Conferinței Științifice Internaționale „Problemele acmeologice în domeniul Culturii fizice”, ediția III, Chișinău: USEFS, 8 decembrie 2017, p. 30-34.
7. Leșco, V. (2021). Interacțiunea școlii și familiei în educația fizică a elevilor de vârstă școlară mică: teză de doctor în științe ale educației. Chișinău, 187 p.
8. Leșco, V. Gonțearuc, S. Leșcu, A. (2021). Ghid metodologic pentru cadrele didactice, părinți și studenți „Parteneriatul școală-familie în educația fizică a elevilor de vârstă școlară mică”. Chișinău: S.n., (Valinex SRL). 164 p.
9. Vrânceanu, M. (2010). Parteneriatul educațional. În: 1001 idei pentru o educație timpurie de calitate. Chișinău: CEPD, 186 p. [citată 18.02.2018]. Disponibil: http://prodidactica.md/wp-content/uploads/2017/07/1001-idei_RO.pdf
10. Матвеев, Л. (2008). Теория и методика физической культуры. Москва: Физкультура и Спорт: СпортАкадеМПресс, 542 с.