

**UNIVERSITATEA DE STAT DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT  
A REPUBLICII MOLDOVA**

**Cu titlu de manuscris  
C.Z.U.: 37.036:796.412 (043.2)**

**REABOI NATALIA**

**FORMAREA COMPETENȚELOR ARTISTICE ÎN  
GIMNASTICA RITMICĂ LA ETAPA INCIPIENTĂ DE  
PREGĂTIRE SPORTIVĂ**

**Specialitatea 533.04 – Educație fizică, sport, kinetoterapie și recreație**

**Autoreferatul**

**tezei de doctor în științe pedagogice**

**CHIȘINĂU, 2016**

**Teza a fost elaborată la Universitatea de Stat de Educație Fizică și Sport  
a Republicii Moldova**

**Catedra de Gimnastică**

**Conducător științific:**

**Grimalschi Teodor** – doctor în științe pedagogice, profesor universitar, USEFS, Chișinău

**Referenți oficiali:**

- 1. Dorgan Viorel**, doctor habilitat în științe pedagogice, profesor universitar, USEFS, Chișinău
- 2. Dobrescu Tatiana**, doctor în educație fizică și sport, profesor universitar, Universitatea „V.Alecsandri”, Bacău, România

**Membrii Consiliului Științific Specializat**

- 1. Manolachi Veaceslav**, doctor habilitat în științe pedagogice, profesor universitar, USEFS, Chișinău – **președinte**
- 2. Buftea Victor**, doctor în științe pedagogice, conferențiar universitar, USEFS, Chișinău – **secretar științific**
- 3. Bucun Nicolae**, doctor habilitat în psihologie, profesor universitar, Institutul de Științe ale Educației, Chișinău – **membru**
- 4. Gonciaruc Svetlana**, doctor în științe pedagogice, conferențiar universitar, USEFS, Chișinău – **membru**
- 5. Rîșneac Boris**, doctor în științe pedagogice, profesor universitar, USEFS, Chișinău – **membru**
- 6. Guțu Zoia**, doctor în științe pedagogice, conferențiar universitar, Academia de Muzică, Teatru și Arte Plastice, Chișinău – **membru**

**Susținerea va avea loc la 4 februarie 2016, ora 14.30, în ședința CȘS D40 533.04 - 17 din cadrul Universității de Stat de Educație Fizică și Sport a Republicii Moldova.**

**Adresa: or. Chișinău, str. Andrei Doga 22.**

**Teza de doctor și autoreferatul pot fi consultate la biblioteca Universității de Stat de Educație Fizică și Sport, pe site-ul [www.cnaa.md](http://www.cnaa.md) și la Biblioteca Națională a Republicii Moldova.**

**Autoreferatul a fost expediat la 4 ianuarie 2016.**

**Secretar științific al  
Consiliului Științific Specializat  
doctor în științe pedagogice, conf. univ.**

**Buftea Victor**

**Conducător științific  
doctor în științe pedagogice, prof. univ.**

**Grimalschi Teodor**

**Autor**

**Reaboi Natalia**

## Repere conceptuale ale cercetării

**Actualitatea temei.** Gimnastica ritmică depășește barierele sportive prin crearea unui limbaj unic al actului motric – estetic și, în mod special, prin formarea competențelor artistice la etapa incipientă de pregătire sportivă. Competența, după cum menționează mulți autori (Callo T., Sîrbu S., Cemortan S., Хуторской А.), este capacitatea intelectului cu posibilități de transfer, care se asociază cu componentele afective și atitudinale, de motivare a acțiunii, vizează în primul rând schimbarea propriu-zisă a copilului [1, 29, 38].

Procesul de formare a competențelor și atitudinilor artistice, la vârsta de 5–8 ani în gimnastica ritmică, se formează în și prin procesul de asimilare și aplicare a cunoștințelor [19], implicând participarea tuturor caracteristicilor și funcțiilor psihice–senzoriale (percepția, atenția, memoria, gândirea, limbajul, imaginația, voința, afectivitatea și motivația), fapt pentru care este absolut necesară corelația conținuturilor cu aceste scopuri formative. Competența unei gimnaste se referă la pregătirea sa și la rezultatele demonstrate în cadrul unei competiții prin prisma unei continuități. Aceste activități participative ale competenței provoacă gimnasta să vrea să învețe, să poată să operaționalizeze și să fie participantă activă la propria formare [14].

În viziunea autorilor Dobrescu A., Gogoncea D., Grimalschi T., Liușnea D., Pîrlog N., pregătirea artistică reprezintă totalitatea mijloacelor coregrafice, muzicale, de stimulare a creativității și artei mișcării estetice, frumoase și armonioase, a căror finalitate se concretizează în deprinderile motrice executate și prelucrate cu un înalt grad de expresivitate [2, 7, 9, 12, 16, 17, 20].

Dezvoltarea capacităților și a aptitudinilor artistico–motrice reprezintă acele structuri motrice care urmăresc formarea, educarea și perfecționarea ritmicității și a muzicalității motrice. Pentru rezolvarea acestei dificultăți, se utilizează, împreună cu cele tradiționale, și tehnologiile contemporane de formare a competențelor artistice în gimnastica ritmică.

### **Descrierea situației în domeniul de cercetare și identificarea problemelor de cercetare**

Gimnastica ritmică educă unul dintre componentele de bază ale frumuseții corporale–artistismul și expresivitatea, fiind modalitatea prin care gimnasta creează [3], exprimă și transmite sensuri și emoții, sentimente, speranțe, pasiuni, bucurii și tristețe, deschizând lumea sa interioară, toate acestea apropiate într-o măsură din ce în ce mai mare gimnastica de artă [3, 36, 37].

În pregătirea sportivă artistismul mișcării se evidențiază prin cunoașterea și aplicarea ținutei corecte și armonioase, întoarcerea frumoasă a capului, capacitatea de a primi o poziție corectă și accentuată a corpului, a picioarelor, a mâinilor și fixarea poziției de echilibru; capacitatea de execuție amplă a mișcărilor plastice și estetice realizate fără rețineri, cu maxim amplitudine; execuția mișcărilor de măiestrie artistică într-un spațiu [3, 6, 18].

Absolut necesară și utilă este acordarea unei atenții deosebite formării competențelor artistice în cadrul procesului de antrenament al gimnastelor la etapa incipientă de pregătire sportivă. Aceasta

contribuie la educarea virtuozității, eleganței, creativității, esteticului, plasticității și expresivității mișcărilor, integrate cu ritmul și mesajul emoțional–motric, toate exprimate în baza percepției mijloacelor de expresivitate ale compozițiilor gimnasticii ritmice [8, 10, 12, 17, 26].

Astfel, procesul de elaborare a structurii și conținutului formării competențelor artistice s-a materializat în organizarea unui experiment care să argumenteze actualitatea și necesitatea abordării procesului de învățare și aplicare a priceperilor, deprinderilor și capacităților, în scopul obținerii unor rezultate superioare. De aceea, formarea competențelor artistice la etapa incipientă de pregătire sportivă prezintă o temă de interes și actualitate majoră în gimnastica ritmică.

**Scopul cercetării** constă în valorificarea eficienței structurii și conținutului metodologiei de formare a competențelor artistice în gimnastica ritmică la etapa incipientă de pregătire sportivă a gimnastelor de 5–8 ani.

**Obiectivele lucrării:** 1. Fundamentarea teoretică de abordare a problemelor de pregătire a sportivelor în gimnastica ritmică. 2. Aprecierea nivelului inițial al cunoștințelor, competențelor artistice și comportamentului afectiv–atitudinal al copiilor de 5–8 ani în gimnastica ritmică la etapa incipientă de pregătire sportivă. 3. Elaborarea structurii și conținutului modelului experimental de formare a competențelor artistice la etapa incipientă de pregătire sportivă. 4. Argumentarea experimentală și valorificarea eficienței structurii și conținutului metodologiei de formare a competențelor artistice în gimnastica ritmică la etapa incipientă de pregătire sportivă.

**Metodologia cercetării științifice.** Baza metodologică a tezei a fost asigurată de următoarele metode de cercetare: analiza teoretică și generalizarea datelor bibliografice; observația pedagogică; ancheta tip chestionar; convorbiri și interviul; testarea competenței cognitive; testarea pregătirii artistico–motrice în aspectul determinării eleganței artistice; testarea nivelului de pregătire psihomotrice și afectiv–atitudinal; experimentul pedagogic; metodele statistico–matematice de prelucrare și interpretare a datelor obținute.

**Noutatea și originalitatea științifică** constă în faptul că a fost elaborată și argumentată metodologia de formare și aplicare a competențelor artistice ale gimnastelor de 5–8 ani la etapa incipientă de pregătire sportivă în gimnastica ritmică. A fost determinat decalajul dintre posibilitățile de educare a micilor gimnaste la vârsta de 5–8 ani sub aspect cognitiv, psihomotor și afectiv–atitudinal. S-a stabilit eficiența și ponderea competențelor artistice primare (la vârsta de 5–6 ani), secundare (la 6–7 ani) și corective (la 7–8 ani) în cadrul antrenamentului de bază al competițiilor naționale și internaționale la gimnastica ritmică.

**Problema științifică importantă soluționată în domeniu** o constituie formarea și dezvoltarea competențelor artistice la etapa incipientă de pregătire sportivă a micilor gimnaste în cadrul antrenamentului sportiv la gimnastica ritmică, prin fundamentarea metodologiei de aplicare a

produsului cunoștințelor, abilităților psihomotrice și atitudinilor formate, ceea ce va conduce la sporirea nivelului de pregătire.

**Semnificația teoretică** a prezentei cercetări rezidă în argumentarea eficienței aplicării structurii și conținutului metodologiei de formare a competențelor artistice în gimnastica ritmică, care presupune valorificarea componentelor cognitive, competențelor artistico-motrice, psihomotrice și aprecierea comportamentului afectiv-atitudinal a gimnastelor de 5–8 ani la etapa incipientă de pregătire sportivă.

**Valoarea aplicativă** a lucrării este sesizată prin posibilitatea folosirii ample a programei experimentale și a metodologiei elaborate, centrate pe formarea competențelor artistice la etapa incipientă de pregătire sportivă. Rezultatele obținute vin să completeze bazele de date teoretice și practice din domeniul planificării și dirijării antrenamentului sportiv la gimnastica ritmică, în vederea educării unei gimnaste competente.

#### **Rezultatele științifice principale înaintate spre susținere:**

- valoarea teoretică și științifică a procesului de antrenament specific este strategia în formarea competențelor artistice la etapa incipientă de pregătire sportivă la gimnastica ritmică;

- fidelitatea și valoarea instrumentelor de măsură a probelor de cunoștințe, a capacităților artistico-motrice, psihomotrice și afectiv-atitudinale, se stabilesc pe baza coeficienților de corelație, identifică abordarea structurii și conținutului eficient a metodologiei de formare a competențelor artistice;

- aplicarea structurii și conținutului metodologic de formare a competențelor artistice la lecțiile de antrenament specific a gimnastelor de 5–8 ani, luând în considerație normele și cerințele actuale ale Codului de punctaj a FIGR, nivelul pregătirii cognitive, artistico-motrice, abilităților psihomotrice și afectiv-atitudinale ale micilor gimnaste la etapa incipientă, asigură eficiența maximă de pregătire sportivă;

- educarea competențelor artistice ale gimnastelor de 5–8 ani la etapa incipientă de pregătire sportivă este eficientă în cadrul unei programe specifice al antrenamentului cu acompaniamentul muzical ce prevede aplicarea calităților de eleganță, virtuozitate, expresivitate a mișcărilor, îndeplinire a cerințelor artistice de dificultate, plasticitate corporală, creația artistică, perseverența, atitudinea față de sine.

**Implementarea rezultatelor științifice.** Rezultatele cercetării sunt implementate în cadrul antrenamentelor sportive organizate la Școala Sportivă a Rezervelor Olimpice, Centrul Sportiv de Pregătire a Loturilor Naționale și Universitatea de Stat de Educație Fizică și Sport în procesul de pregătire a specialiștilor în domeniu.

Elaborările metodice au fost luate în considerație de Federația de Gimnastica Ritmică a Republicii Moldova.

**Aprobarea rezultatelor științifice.** Rezultatele cercetării au fost prezentate și publicate în culegerile de materiale ale conferințelor științifico–practice internaționale ale cadrelor didactice și doctoranzilor din cadrul instituțiilor de învățământ superior cu profil sportiv din Republica Moldova (2008–2014), România (2014), în manualul „Didactica gimnasticii. Teorie și metodică” (2013); în „Culegere pe proiecte didactice. Suport de curs” (2015), în reviste științifico–metodice (Teoria și arta educației fizice în școală nr. 4/2009, 1, 2, 3/2013, Știința culturii fizice, nr. 15/3, 2013).

**Publicațiile la tema tezei** au fost prezentate în 15 lucrări științifice, dintre care șase în reviste științifico–metodice, un ghid, patru la conferințe științifice internaționale, două în lucrări metodico–didactice, două în suport de curs.

**Volumul și structura tezei:** Introducere, trei capitole, concluzii generale și recomandări, bibliografie 246 surse, 10 anexe, 147 pagini de text de bază, 31 figuri, 31 tabele.

**Cuvinte cheie:** gimnastică ritmică, antrenament sportiv, cunoștințe, competențe artistice, etapa incipientă de pregătire sportivă, aptitudini creativ–artistice, pregătire coregrafică, capacități artistico–motrice și psihomotrice, trăsături afectiv–atitudinale, rezultat sportiv.

## CONȚINUTUL TEZEI

### *1. Orientări contemporane în sistemul de pregătire a sportivelor la gimnastica ritmică.*

Gimnastica ritmică aparține categoriei sporturilor de mare complexitate motrică. Manifestarea specifică acestei probe sportive prevede executarea varietăților de mișcări tehnice de caracter liber, care se unesc într-o compoziție sportiv–artistică [34].

O serie de cercetări [30, 33, 34] arată că cei care doresc să obțină performanțe înalte în gimnastică trebuie să învețe mereu elemente noi, originale, să creeze legături și combinații spectaculoase, să-și îmbunătățească permanent exercițiile, să-și perfecționeze tehnica de execuție [31]. Exercițiile trebuie să difere de la o gimnastă la alta și să se remarce prin originalitate, ceea ce îi conferă gimnasticii caracterul de creativitate [3, 35, 36]. Regulile competiționale, în vederea tendințelor contemporane pentru dezvoltarea gimnasticii ritmice, stabilesc cerințe înalte față de dificultatea corporală, execuției tehnice și artistice a compozițiilor cu o coregrafie absolută, fiind în strânsă corelație cu acompaniamentul muzical deja începând cu cea mai fragedă vârstă [27, 28, 32, 34]. Mai mult decât atât, artistismul scenic în gimnastica ritmică reprezintă o direcție nouă de evaluare a activității de formare a gimnastei și este o componentă de bază în compozițiile sportive.

Competențele artistice, cunoștințele și înțelegerea sunt în general abilitățile care formează baza “limbajului artistic” (cum ar fi înțelegerea culorilor, liniilor și formelor în artele vizuale sau abilități muzicale, de ascultare și de performanță instrumentală). Dezvoltarea deprinderilor și percepțiilor artistice tinde să includă învățarea diverselor genuri artistice în gimnastica ritmică, cum ar fi coregrafia mișcărilor clasice, populare și dansuri contemporane fiind într-o strânsă legătură cu acompaniamentul muzical [4, 11, 13]. Examinând ideile formulate se pot contura trei competențe

principale de învățare a percepției artistice, pe care am putea să le formăm la copii de 5–8 ani în cadrul unui antrenament de gimnastică ritmică:

1) *Competența de a învăța noi comportamente de la emițător* – a percepe metodele oferite de antrenor în baza sugestiei, experienței la nivel de comunicare interpersonală a interacțiunilor și operațiunilor de imitație ale procedeele de acțiune, anumite cunoștințe însoțite de formarea noilor deprinderi și priceperi, de a se conduce de acestea în timpul efectuării activității prealabile.

2) *Competența de a-și autodetermina, autoorganiza activitatea proprie prin imagini perceptive* – să profileze (rezultatul) și procedeele de realizare (cum să atingă acest scop), să realizeze controlul și aprecierea rezultatelor și a procedeele de obținere a lor.

3) *Competența de acomodare, de a corela acțiunile proprii de autoreglare cu acțiunile altor copii* – presupune o restructurare a modelelor de cunoaștere, valorificarea în prezent și perspectiva evoluției activității de învățare. Se consideră saltul de la asimilare la autoreglare. Se determină gradul de implicare personală a gimnastelor în acțiunile înalte, moderate sau scăzute.

Educația poate influența creativitatea și artistismul persoanei. În același timp, este necesar ca individul să găsească motivația necesară pentru a putea avansa de la actul creativ spre o conduită creativ–artistică pe termen lung [20, p. 38].

Studiul centralizat al problemei abordate relevă actualitatea acestei cercetări, dat fiind faptul că aspectul formării/educării competențelor artistice la gimnastica ritmică în momentul de față nu este analizat pe deplin și nu satisface în totalitate așteptările gimnastelor la etapa incipientă de pregătire sportivă. Pentru a atinge o înaltă calitate a educației competențelor artistice în gimnastica ritmică este necesară o nouă direcție al sistemului de antrenament sportiv care impune modernizarea procesului de pregătire sportivă începând cu etapa incipientă, centrată pe formarea competențelor. Obiectivele specifice ce vizează competențe cognitive, psihomotorice și afectiv–atitudinale de calitate, cu posibilități de aplicare în dezvoltarea competenței în Codul de punctaj nu se prevede. În gimnastica ritmică la etapa incipientă de pregătire n-au fost supuse unor cercetări speciale în teoria și practica antrenamentului sportiv.

## ***2. Contribuția metodologiei de identificare a procesului de formare a competențelor artistice în gimnastica ritmică la etapa incipientă de pregătire sportivă.***

Conform schemei experimentale clasice intervenția cu variabilele independente și studierea efectelor dependente s-au efectuat cu două tipuri de grupuri (eșantioane) experimentale:

- Grupul experimental, pe care s-a intervenit cu modificări în finalitățile pregătirii gimnastelor, privind formarea competențelor artistice. Au fost selectate trei grupe de copii de vîrstă 5–6 ani, 6–7 ani și 7–8 ani, experimentul efectuîndu-se la gimnastica ritmică în cadrul ȘSRO [23, 24].

- Grupul de control (martor) a fost, desigur, o grupă de copii de același nivel și același profil sportiv, aleasă pe criteriul unei cât mai mari asemănări, ca nivel de pregătire artistică, cu grupul experimental. La acest grup, nu s-a efectuat nici o schimbare în modul de desfășurare al antrenamentului sportiv, menținându-se situația „tradițională”.

Structura modelului experimental se prezintă în Figura 2.1, în care cu „X” au fost notate variabilele independente, iar cu „Y” variabilele dependente.

### STRUCTURA MODELULUI EXPERIMENTAL

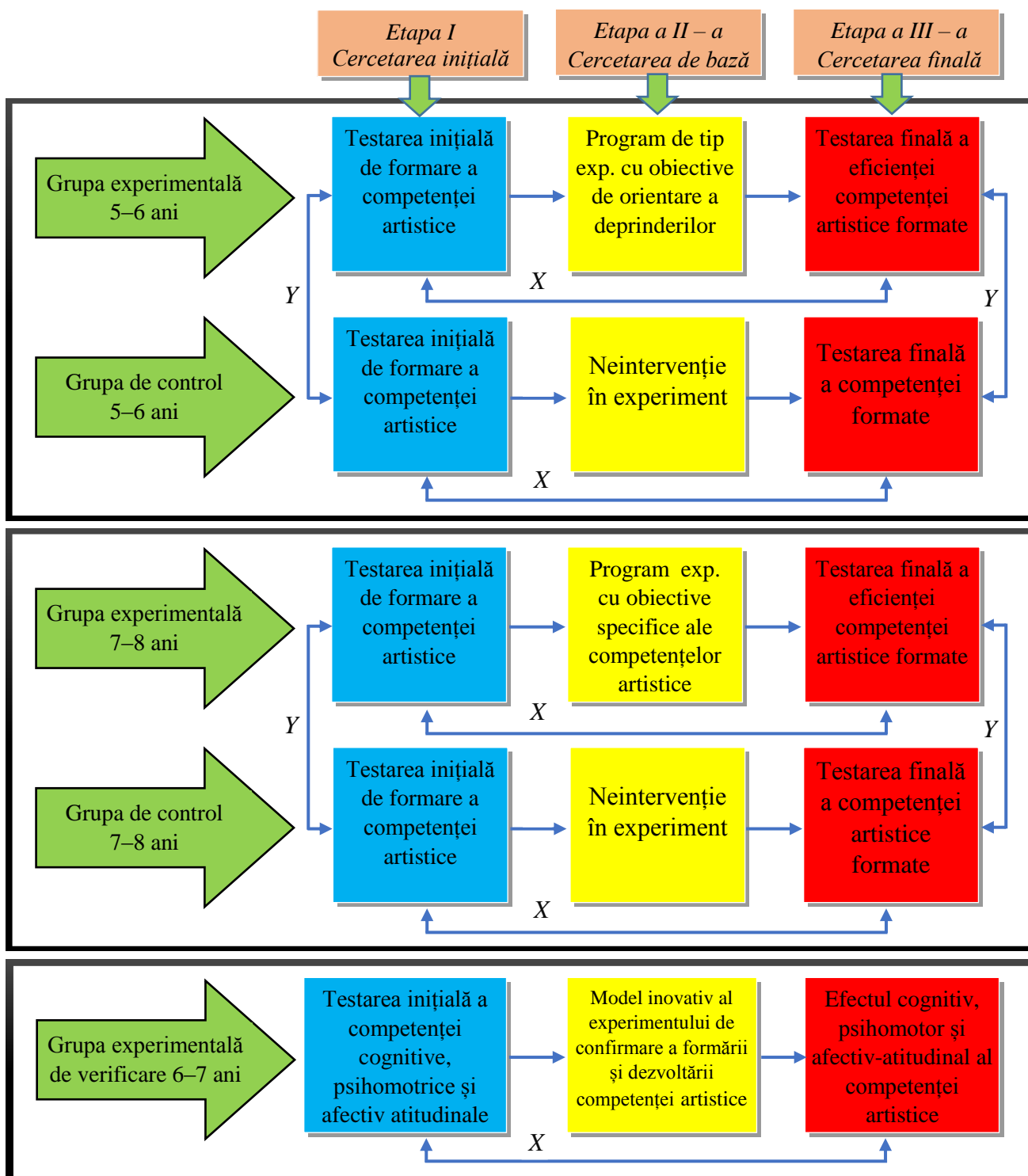


Fig. 2.1. Schema experimentală de bază



Datele obținute în urma utilizării anchetelor permit o completare a informațiilor ce sunt oferite și de alte metode de cercetare, ca convorbirea și interviul. Ele au avantajul de a surprinde opiniile, motivațiile, atitudinile celor incluse în cercetare față de problema vizată, dar și dezavantajul că informațiile obținute au o rată ridicată de subiectivitate [5].

La întrebarea „Luând în considerație competența prezintă valoarea abilităților și aptitudinilor creative, după părerea Dvs., începând cu ce vîrstă mai bine este de dezvoltat competența la copii în gimnastica ritmică?”.

În rezultatul opiniei specialiștilor, observăm că 37,07% dintre profesori–antrenori și coregrafi consideră, competențele artistice vor fi mai rațional de dezvoltat la vîrsta de 7–7/8 ani, 29,62% la vîrsta de 6–6/7 ani. Alții consideră la vîrsta de 5–5/6 ani – 18,51% și 7,40% la 8–11 ani (Figura 2.2).

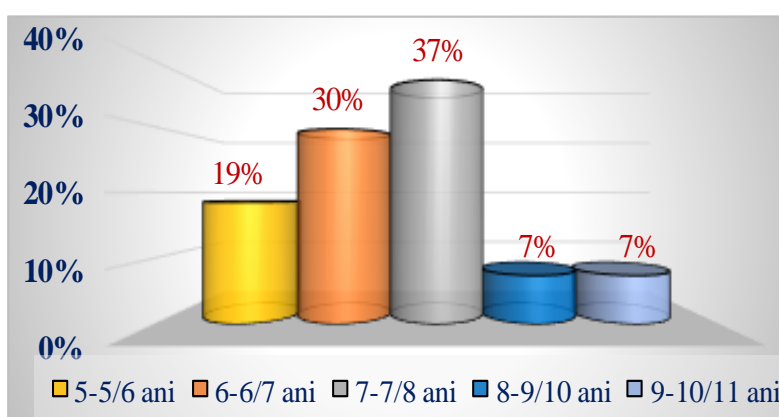


Fig. 2.2. Vîrsta necesară dezvoltării competențelor artistice

La întrebarea „După părerea Dvs. este necesar ca competența artistică la gimnastica ritmică să fie realizată în antrenamente speciale pentru gimnaste de 5–8 ani cu un program bine stabilit?”.

Din numărul total al antrenorilor și coregrafilor chestionați – 88% afirmă un acord că competența artistică este necesară să fie formată în antrenamente speciale cu un program bine stabilit, unde va crește valoarea cunoașterii artistico–tehnică de execuție a exercițiilor de concurs (Figura 2.3).

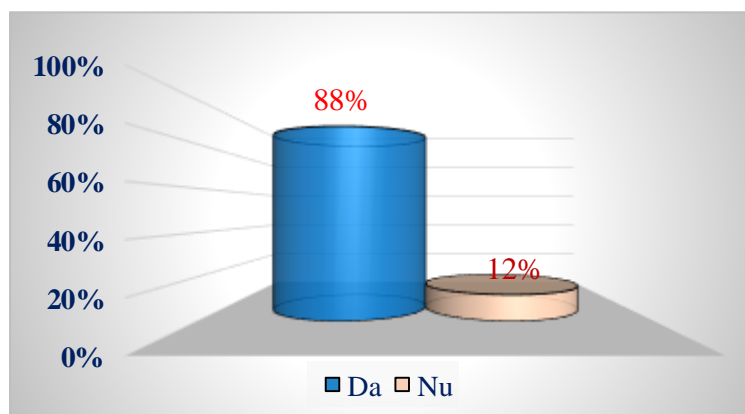


Fig. 2.3. Necesitatea elaborării unui program special de formare a competențelor artistice

Un mare interes pentru cei anchetați a fost întrebarea „Cum credeți la ce nivel trăsăturile afectiv–atitudinale contribuie la formarea competențelor artistice a gimnastele de 5–8 ani?” Răspunsurile sunt prezentate în Figura 2.4.

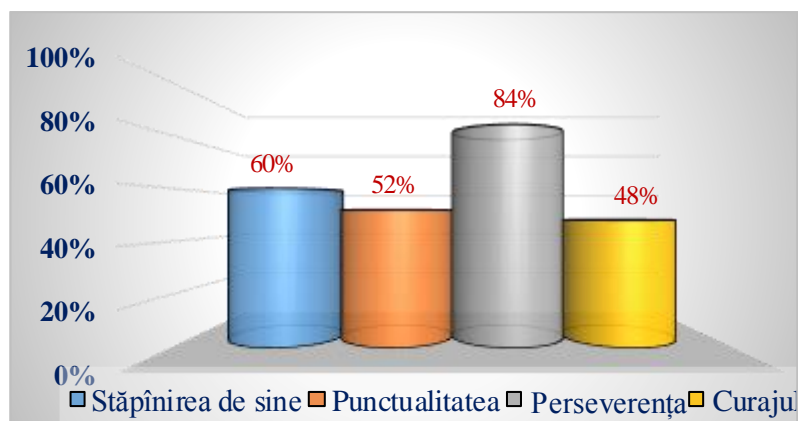


Fig.2.4.Contribuția trăsăturilor afectiv–atitudinale la formarea competențelor artistice în gimnastica ritmică

Este de menționat faptul că 84% din cei anchetați au decis în mare măsură contribuie perseverența, apoi stăpînirea de sine (atitudinea față de sine însuși) – 60%, punctualitatea – 52%, și curajul (tărie de caracter) – 48% răspunsuri.

Totodată, trebuie să menționăm că respondenții în 50–58% cazuri indică timpul alocat pentru formarea competențelor artistice la un antrenament sportiv a gimnastelor de 7–7/8 ani la etapa incipientă, trebuie să conțină 30–40 min, pe parcurs 40–50% din lecție.

Datele obținute în rezultatul analizei răspunsurilor la întrebările–cheie și studierea documentelor de planificare de la 30 de școli sportive de gimnastică ritmică din Republica Moldova, Romania, Ucraina, Rusia, Bulgaria ne-a dat posibilitatea să elaborăm structura modelului experimental de instruire pentru formarea competențelor artistice la vârsta de 5–6 ani și 7–8 ani la gimnastica ritmică la etapa incipientă de pregătire sportivă (vezi Tabelele 2.1 și 2.2).

Structura modelului experimental de instruire pentru grupa de începători, anul I de 5–6 ani se deosebește de cel al vârstei de 7–8 ani prin numărul de ore și sarcini didactice în pregătirea teoretică (psihologică) – 24 ore; pregătirea fizică generală – 37 ore; pregătirea fizică specială – 97 ore; pregătirea tehnică –104 ore; pregătirea coregrafică – 60 ore; pregătirea artistică – 52 ore, în total 468 ore cu o diferență de 156 ore.

Fiecare compartiment al structurii modelului experimental de instruire conține elemente specifice ale pregătirii sportive cu utilizarea în procesul de antrenament a mijloacelor de formare și evaluare a competențelor artistice. Analiza celor 9 dimensiuni ale conținutului vizează întreaga dinamică a activității de cercetare. Aceasta a solicitat elaborarea unui model experimental operațional care evidențiază conținutul și metodologia specifică fiecărei dimensiuni al structurii prezentate în ambele Tabele 2.1 și 2.2.

Tabelul 2.1. Structura modelului experimental de instruire/formare a competențelor artistice pentru grupa de începători ai anului I (5-6 ani) la gimnastica ritmică-sportivă

Nr. crt.	Conținutul compartimentelor de pregătire	Lunile anului												Total			
		I	II	III	IV	V	VI	VII	VIII	IX	X	XI	XII				
1	<b>Lecții de teorie:</b> - <i>cunoștințe teoretice generale și speciale (pregătirea psihologică)</i>	2	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	14	
2	<b>Pregătirea fizică generală:</b> variații de mers, alergări, sărituri, exerciții artistice la mijloc și la bară; jocuri muzicale și teatrale de dans; jocuri dinamice	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	24	
3	<b>Pregătirea fizică specială</b> - <i>coordonarea</i> – exerciții: de coordonare a mișcărilor cu diverse segmente corporale; din diverse poziții; de orientare în spațiu; de reacție de viteză; cu diverse obiecte - <i>mobilitatea</i> – exerciții pentru dezvoltarea: articulației gambelor, genunchilor, umerilor, scapulo-humerale, a coloanei vertebrale, coxofemorale - <i>forța</i> – exerciții pentru mușchii: picioarelor, brațelor, abdominali și ai spatelui - <i>viteza</i> – exerciții cu folosirea metodei: de „orientare la viteză”, „după lider”, „cine mai repede”, „jocului” - <i>detenta</i> – exerciții: la mijlocul covorului, lângă scara de gimnastică, pe banca de gimnastică, cu coarda de gimnastică - <i>echilibrul</i> – exerciții: cu micșorarea suprafeței de sprijin; fără analizatorul vizual; echilibre după elemente dinamice și de rotație; echilibre de pe banca de gimnastică	8	6	6	6	8	8	8	8	8	8	9	6	8	6	85	
		1	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	19	
		3	2	2	2	2	2	3	3	3	2	2	2	2	3	28	
		1		1	1	1	1				1	1	1	1		8	
		2	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	2	14	
						2			2				2			4	
		1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	12	
4	<b>Pregătirea tehnică</b> - <i>fără obiect</i> – însușirea tehnicii exercițiilor, însușirea exercițiilor de bază (valuri, echilibre, piruete, sărituri), elemente în perechi și acrobatice - <i>cu obiect</i> – însușirea combinației tehnice cu obiecte portative	6	4	4	4	6	6	6	6	6	6	6	5	6	4	61	
		2	2	2	2	4	4	4	4	4	4	3	3	3	2	33	
		2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	2	27	
5	<b>Pregătirea coregrafică</b> – exerciții la bara de perete, la mijloc, sărituri și elemente de dans	4	4	6	6	4	4	4	4	4	4	4	6	6	6	60	
6	<b>Pregătirea artistică</b> - pregătirea muzicală motrice – însușirea elementelor muzicale - formarea capacităților și realizarea sarcinilor muzicale, dezvoltarea muzicalității - interpretarea compozițională – formarea și prelucrarea programelor de concurs și a exercițiilor demonstrativ-artistice	4	6	6	6	6	4	4	4	4	4	4	6	6	6	64	
		2	2	2	2	2	2	1	1	1	1	1	2	2	2	22	
		1	2	2	2	2	1	2	2	1	2	2	2	2	2	22	
		1	2	2	2	2	1	1	1	1	1	1	2	2	2	20	
7	<b>Evaluarea competențelor artistice</b>				X										X		
8	<b>Normative de control</b>		X												X		
9	<b>Control medical</b>																
						2										4	
	<b>TOTAL</b>	26	23	26	25	29	25	25	26	26	26	26	26	29	25	27	312

Tabelul 2.2. Structura modelului experimental de instruire/formare a competențelor artistice pentru grupa de începători anul II (7-8 ani) la gimnastica ritmică-sportivă

Nr. crt.	Conținutul compartimentelor de pregătire	Lunile anului												Total		
		I	II	III	IV	V	VI	VII	VIII	IX	X	XI	XII			
1	<b> Lecții de teorie:</b> - <i>cunoștințe teoretice generale și speciale (pregătirea psihologică)</i>	2	2	1	1	1	2	2	2	2	2	2	2	3	3	24
2	<b> Pregătirea fizică generală:</b> varietăți de mers, alergări, sărituri, exerciții artistice la mijloc și la bară; jocuri muzicale și teatrale de dans; jocuri dinamice	4	3	3	2	2	2	4	4	3	4	3	4	3	3	37
3	<b> Pregătirea fizică specială</b> - <i>coordonarea</i> – exerciții: de coordonare a mișcărilor cu diverse segmente corporale; din diverse poziții; de orientare în spațiu; de reacție de viteză; cu diverse obiecte - <i>mobilitatea</i> – exerciții pentru dezvoltarea: articulației gâmbei, genunchiilor, umerilor, scapulo-humerale, a coloanei vertebrale, coxofemorale - <i>forța</i> – exerciții pentru mușchii: picioarelor, brațelor, abdominali și ai spatelui - <i>viteza</i> – exerciții cu folosirea metodei: de „orientare la viteză”, „după lider”, „cine mai repede”, „jocului” - <i>detenta</i> – exerciții: la mijlocul covorului, lângă scara de gimnastică, pe banca de gimnastică, cu coarda de gimnastică - <i>echilibrul</i> – exerciții: cu micșorarea suprafeței de sprijin; fără analizatorul vizual; echilibre după elemente dinamice și de rotație; echilibre de pe banca de gimnastică	8	7	8	8	9	8	7	8	9	8	8	9	8	8	97
		1	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	21
		2	2	3	2	3	3	2	2	2	2	2	2	3	3	29
		1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
		1	2	1	2	1	1	2	2	2	2	2	2	1	2	19
		2				2							2			6
		1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	12
4	<b> Pregătirea tehnică</b> - <i>fără obiect</i> – însușirea tehnicii exercițiilor, însușirea exercițiilor de bază (valuri, echilibre, piruete, sărituri), elemente în perechi și acrobatic - <i>cu obiect</i> – însușirea combinației tehnice cu obiecte portative	16	14	16	18	16	16	16	16	14	18	18	18	16	16	194
		10	8	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	8	10	110
		6	6	6	8	6	6	6	6	4	8	8	8	6	6	90
5	<b> Pregătirea coregrafică</b> – exerciții la bara de perete, la mijloc, sărituri și elemente de dans	6	6	6	6	4	6	6	4	6	4	4	4	4	4	60
6	<b> Pregătirea artistică</b> - pregătirea muzicală motrice – însușirea elementelor muzicale - formarea capacităților și realizarea sarcinilor muzicale, dezvoltarea muzicalității - interpretarea compozițională – formarea și prelucrarea programelor de concurs și a exercițiilor demonstrativ-artistice	4	4	4	4	4	4	4	6	6	6	4	4	4	4	52
		1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	13
		1	1	1	1	1	2	2	1	2	1	1	1	1	1	14
		2	2	2	2	2	2	3	3	3	2	2	2	2	2	27
7	<b> Evaluarea competențelor artistice</b>				X									X		
8	<b> Normative de control</b>		X											X		
9	<b> Control medical</b>					2										4
	<b> TOTAL</b>	40	36	38	39	38	38	41	38	40	40	41	38	41	41	468

În perspectiva realizării problemei cercetate apare necesitatea revizuirii sistemului de antrenament la etapa incipientă de pregătire sportivă cu referire la tipologia formării competențelor artistice. Pentru cunoașterea cât mai obiectivă a caracteristicilor instrumentelor de testare și evaluare s-a stabilit gradul de legătură dintre factorii cercetați.

Analiza statistică a interacțiunii coeficienților de corelație ai celor 1485 parametri testați ne-a permis să determinăm dacă între variabilele experimentale există sau nu legătură și care sunt cele mai importante valori ale formării competențelor artistice ale gimnastelor de 5–8 ani [21, 22].

### ***3. Argumentarea teoretică și experimentală a eficienței metodologiei de formare a competențelor artistice la etapa incipientă de pregătire sportivă.***

În cadrul experimentului ne-am propus să verificăm latura cognitivă a elementelor imaginii artistice a gimnastelor de 5–8 ani. Aprecierea cunoștințelor conform criteriilor folosite în evaluarea micilor gimnaste a fost cuprinsă sub forma unor întrebări specifice gimnasticii ritmice, prin analiza răspunsurilor date de experți la mai multe întrebări.

Pentru copiii de 5–6 ani a prezentat interes „Abecedarul competenței micilor gimnaste” [23], elaborat de autor în baza căruia au studiat și analizat materialul propus pentru formarea deprinderilor primare, fiind și efecte de adaptare.

În cazul experimentului nostru gimnastelor li s-a solicitat să prezinte prin mișcare pozițiile brațelor din baletul clasic; să prezinte prin mișcare pozițiile picioarelor din baletul clasic; să denumească și să prezinte creativ 2–3 elemente din baletul clasic; să descrie, în scris, simbolurile de bază din compoziția artistică.

Pentru a realiza o apreciere a rezultatelor învățării, s-a elaborat și utilizat un barem riguros, în care notele 5–6 exprimă un nivel suficient, 7–8 – un nivel mediu și 9–10 – un nivel înalt de performanță. Rezultatele obținute în condiții de control au fost consemnate în valori absolute, și în procente.

Note de zece au obținut 5,68%, din numărul total al gimnastelor, note de nouă 29,54%, 35,22% gimnaste au fost apreciate cu note de 8 (opt), 7 (șapte) – 22,72% și 6,81% au obținut note de 6 (șase). Mecanismele formării competențelor comportamentele la gimnastele de 5–6 ani nu sunt bine pronunțate. În cadrul antrenamentelor sportive, se asimilează și se recrează experiența, se constituie spațiul general de activitate specific tensiunilor sale legate de caracteristicile individuale ale gimnastei, dar și de situația creată în cadrul instruirii incipiente de acomodare, de cunoaștere, de dezvoltare a capacităților de învățare. Învățarea la etapa incipientă de pregătire sportivă, reprezintă modalitatea principală de dezvoltare a proceselor cognitive. Copiii de 5–6 ani descoperă procesele exterioare ale antrenamentului sportiv și cunoaște primele acțiuni de formare a deprinderilor, bazate pe imagini vizuale și auditive.

O frecvență mai mare a reprezentării la nivel de creativitate se observă la a doua grupă experimentală, la vârsta de 7–8 ani (Tabelul 3.1 și Figura 3.1). Se constată cu ușurință că gimnastele de 7–8 ani au o pregătire mai înaltă, obținând note de 9 și 10 în proporție de 69,22%, mai multe față de gimnastele 5–6 ani – 35,22%, dat fiind faptul că întrebările au fost mai complexe. La vârsta de 7–8 ani reprezentarea elementelor artistice se bazează pe învățarea celor inferioare, ce pot fi aplicate în practica antrenamentului sportiv, cu o eficiență mai mare. Se stabilesc principalele conținuturi cognitiv–comportamentale–deprinderi intelectuale, informații verbale, deprinderi motorii, atitudini.

Tabelul 3.1. Ponderea performanțelor cognitiv–comportamentale ale grupei experimentale de 7–8 ani (n=8)

Nr. crt.	Criterii de evaluare	Gradul de pregătire								
		N o t e							Maxim %	Rang
		n/ %	5 nivel suficient	6	7	8	9	10 nivel înalt		
1 1.1	Reprezentarea Explică caracteristicile gimnasticii ritmice ca disciplină sportivă.	n	-	-	2	1	3	2	37,50	IV
		%	-	-	37,50	12,50	37,00	25,00		
1.2	Descrie și explică caracteristicile fizice și tehnice ale obiectelor portative din gimnastica ritmică.	n	-	1	-	2	4	1	37,00	IV
		%	-	12,50	-	25,00	37,50	12,50		
1.3	Descrie acțiunile specifice de mînuire a obiectelor portative.	n	-	1	1	2	1	3	37,00	IV
		%	-	12,50	12,50	25,00	12,50	37,50		
1.4	Demonstrează cunoștințe privind penalizările prevăzute pentru executarea artistică.	n	-	-	2	2	1	3	37,00	IV
		%	-	-	25,00	25,00	12,50	37,50		
1.5	Demonstrează că știi cum trebuie să fie ținuta vestimentară a unei gimnaste la antrenament și comp.	n	-	-	-	-	2	6	75,00	I
		%	-	-	-	-	25,00	75,00		
1.6	Explică ce penalizări sunt prevăzute pentru comportament neadecvat în timpul concursului.	n	-	-	-	2	3	3	37,50	IV
		%	-	-	-	25,00	37,50	37,50		
1.7	Recunoaște caracteristica probei individuale a fiecărei gimnaste conform programului de clasificare.	n	-	-	1	2	3	2	37,00	IV
		%	-	-	12,50	37,50	25,00	25,00		
1.8	Descrie caracteristica muzicii în corelație cu mișcarea.	n	-	-	-	-	5	3	62,50	II
		%	-	-	-	-	62,50	37,50		
2	Descrie oral simbolul demonstrat.	n	-	-	2	3	2	1	37,50	IV
		%	-	-	25,00	37,50	25,00	12,50		
3	Prezintă prin mișcare simbolul demonstrat.	n	-	-	-	3	3	2	37,00	IV
		%	-	-	-	37,50	37,50	25,00		
4	Descrie simbolurile din compoziția individuală.	n	-	-	-	2	4	2	50,00	III
		%	-	-	-	25,00	50,00	25,00		
5	Alege creativ simbolurile potrivite din fiecare modul.	n	-	-	-	2	4	2	50,00	III
		%	-	-	-	25,00	50,00	25,00		
6	Efectuează, cu acuratețe descriere a simbolurilor (mărimea, acuratețea, aspectul exterior și igienic).	n	-	-	-	1	3	4	50,00	III
		%	-	-	-	12,50	50,00	37,50		
X̄ notelor (cunoștințe)		8,904								

Referitor la formarea competențelor artistice cognitive, la modul și procesualitatea realizării sarcinilor, aflăm că notele de 5–6 alcătuiesc, la gimnastele cu vârsta de 5–6 ani, 6,81%, iar la gimnastele de 7–8 ani – 1,92%, diferența fiind de 4,89%. Se evidențiază rolul și competența liderilor grupelor experimentale. La gimnastele de 5–6 ani, procesul de formare a competențelor artistice cognitive crește treptat, 57,94% dintre ele obținând note de 7–8, iar 35,22% – note de 9–10. La gimnastele de 7–8 ani scade ponderea notelor de 7–8 ani și crește cea a notelor de 9–10, atingând valoarea de 69,22%, prin urmare s-a mărit cu 34%, în comparație cu rezultatele gimnastelor grupei experimentale de 5–6 ani, și cu 26,80% față de cele ale copiilor de 6–7 ani (Figura 3.1).

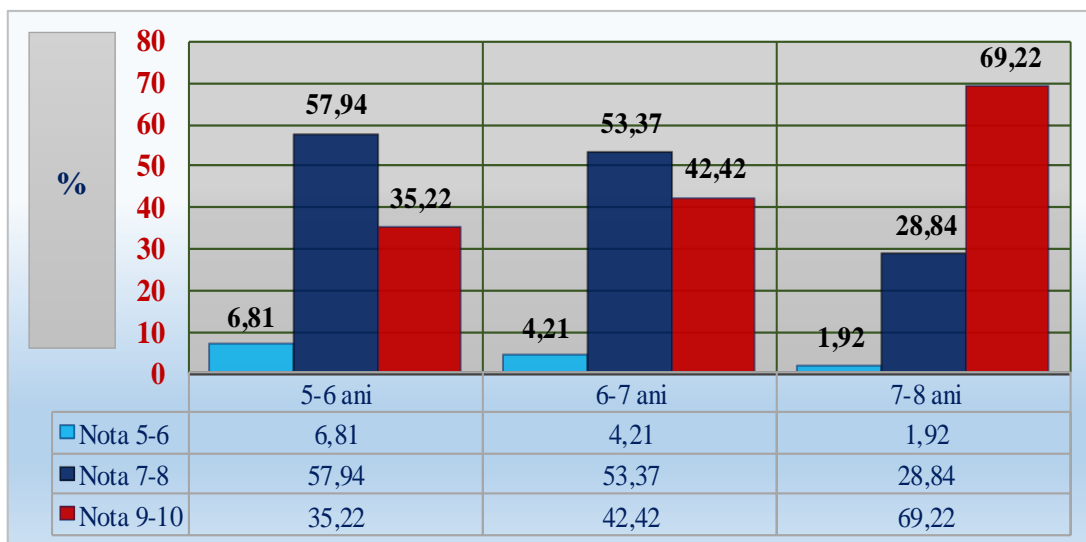


Fig. 3.1. Distribuția rezultatelor grupelor experimentale obținute în situații de formare a competențelor artistice cognitive la gimnastele de 5–8 ani

Gimnastele de 7–8 ani își însușesc capacitățile de exprimare coerentă, formează algoritmi verbali, literari, utilizează termeni specifici gimnasticii ritmice. Structura explicației caracteristicilor fizice și tehnice a obiectelor portative din gimnastica ritmică sunt mai nuanțate. Se organizează sisteme primare de cunoștințe și se formează mai intens capacități de învățare, deprinderi de activitate inteligentă. Se manifestă interese în descrierea simbolurilor din compoziția individuală.

În acest caz, se formează competențe primare comunicativ–verbale/lingvistice. La criteriul „alege creativ simbolurile potrivite din fiecare modul analizat”, care a fost aplicat pentru evaluarea gimnastelor de 5–8 ani, s-a constatat că acestea memorează experiența de antrenament sportiv și operează cu limbajul activ din gimnastica ritmică.

Activitatea de pregătire a gimnastelor grupelor experimentale a fost centrată pe operativitatea funcțională ca aptitudine în rezolvarea de probleme, în căutarea de soluții în compozițiile ritmice, în analize și sinteze. Operativitatea de formare a competențelor artistice se structurează ca acțiune primară, simplă, compusă din „pași” (5–6 ani, 6–7 ani, 7–8 ani) și aplicabilă, ca structuri operaționale potențiale, la orice situație nouă de antrenament sau competiție.

Conform datelor autorului J. Piaget [15], după vârsta de 7 ani are loc dezvoltarea de operații concrete, raționamentul intuitiv se înlocuiește cu raționamente logice. Sub influența învățării, se constituie forma de reversibilitate a gândirii.

**Valorificarea eficienței structurii și conținutului metodologiei de formare a competențelor artistico-motrice și psihomotrice la subiecții grupelor martor și experimentale ale gimnastelor de 5-6 ani.**

Desfășurarea aprecierii eficienței metodologiei de formare a competențelor artistice a gimnastelor, au fost analizate datele statistice înregistrate de grupa experimentală și martor a trei categorii de vârstă 5–6, 6–7 și 7–8 ani. Testările privind pregătirea fizică a gimnastelor de 5–6 ani (gr. martor și experimentală) au fost aceleași, expuse în detaliu la elementele de conținut ale capitolului doi al lucrării. Măsurarea și înregistrarea datelor a fost realizată în condiții standardizate pentru ambele eșantioane și a urmărit reluarea dinamicii a rezultatelor obținute.

Interpretarea datelor statistice a permis compararea indicilor legate de semnificația diferenței între testările inițiale și cele finale, la nivelul grupei de 5–6 ani. Eficiența metodologiei pregătirii artistico–motrice și psihomotrice–competențe de bază ale formării și dezvoltării capacităților artistice la grupa experimentală de 5–6 ani semnificativ/progresează cu valoarea indicilor parametrilor testați la  $P < 0,01$  –  $P < 0,001$ , cu probabilitate de 99,5 – 99,9%, comparativ cu grupa martor, în 5 cazuri din 9 parametri testați  $P < 0,05$ .

În scopul aprecierii valorii și efectelor trăsăturilor afectiv–atitudinale în formarea competențelor artistice la etapa incipientă al pregătirii sportive s-a elaborat un chestionar pentru aprecierea următorilor indici [39]: indicele de apreciere spre anumit scop (IAAS); indicele de încredere în sine (IÎS); indicele capacității de concentrare a gândirii (ICCG); indicele capacității de învățare (ICÎ); indicele capacității de creștere a performanțelor (ICCP); indicele comportamentului afectiv-atitudinal general (ICAAG). Valorile și efectele trăsăturilor afectiv-atitudinale a gimnastelor de 5–6 ani au fost apreciate conform următoarelor niveluri: foarte slab – 1,0 puncte; slab – 2,0 puncte; mediu – 3,0 puncte; pronunțat – 4,0 puncte; foarte pronunțat – 5,0 puncte.

Datele obținute sunt prezentate în Tabelele 3.2 și 3.4.

Tabelul 3.2. Valorile comparative a trăsăturilor afectiv–atitudinale ale gimnastelor grupei experimentale de 5–6 ani (n=8)

Nr. crt.	Valorile testate	Testarea inițială	Testarea finală	t	P
		$\bar{X} \pm m$	$\bar{X} \pm m$		
1	ICCG (pct)	1,89 ± 0,19	2,51 ± 0,17	5,422	<0,001
2	IAAS (pct)	1,64 ± 0,22	2,39 ± 0,21	5,545	<0,001
3	IÎS (pct)	1,82 ± 0,21	2,56 ± 0,20	5,756	<0,001
4	ICCP (pct)	2,25 ± 0,26	3,14 ± 0,24	5,723	<0,001
5	ICÎ (pct)	1,81 ± 0,25	2,60 ± 0,20	5,392	<0,01
6	ICAAG (pct) $\bar{X}$	1,88 ± 0,22	2,64 ± 0,20	5,672	<0,001

Notă: (f=7) P – 0,05; 0,01; 0,001  
2,365; 3,499; 5,408



Valorile pronunțării trăsăturilor afectiv–atitudinale la gimnastele de 5–6 ani nu sunt pe deplin pronunțate. Indicele de apreciere spre anumit scop se pronunțează slab, cu o medie de 2,39 puncte. La această vîrstă fetele de 5–6 ani, nu-și pot determina pînă la sfîrșit scopul, totuși, față de indicele testării inițiale 1,64 puncte a crescut cu 68,62%. S-a evidențiat semnificativ la nivel mediu pronunțat indicele capacității de creștere a performanțelor (ICCP) pînă la 3,14±0,24 puncte față de indicele inițial 2,25 puncte. Valoarea lui „t” Student fiind 5,723, P<0,001.

Indicii capacității de încredere în sine și capacității de învățare a compozițiilor artistice au o valoare de pronunțare crescută spre medie, cu o probabilitate de 99,9%. Valorile indicilor trăsăturilor comportamentale ale gimnastelor grupei experimentale de 5–6 ani au influențat pozitiv asupra performanțelor de execuție a compozițiilor artistice.

Rezultatele sportive obținute de gimnastele 5–6 ani sunt prezentate în Tabelul 3.3.

Conform datelor prezentate în Tabelul 3.3 rezultatele evaluate în rezolvarea capacităților de execuție a compoziției sportiv-artistice fără obiect și cu coarda de gimnastică, gimnastele grupei experimentale au demonstrat performanțe mai solicitate față de gimnastele grupei martor (P<0,01–0,001). Suma totală de puncte acumulată de grupa experimentală la testarea finală al experimentului conține 14,24±0,45 puncte, față de grupa martor 12,52±0,59 puncte. Valoarea lui „t” Student este de 2,32, P<0,05. În comparație cu testarea inițială 12,39±0,56 puncte, la testarea finală grupa experimentală a acumulat cu o medie de 1,85 puncte mai multe față de testarea inițială, rezultatele fiind semnificative la pragul de P<0,01.

Tabelul 3.3. Analiza comparativă a nivelului de dezvoltare a competențelor artistice ale gimnastelor grupelor martor și experimentală 5–6 ani (n=16)

Nr. crt.	Parametrii testați	Grupa	Date statistice		t	P
			Testare inițială	Testare finală		
			$\bar{X} \pm m$	$\bar{X} \pm m$		
1	Capacitatea de execuție a compoziției sportiv artistice fără-obiect (puncte)	M	6,24 ± 0,30	6,28 ± 0,29	0,242	>0,05
		E	6,25 ± 0,30	7,12 ± 0,21	4,743	<0,01
		t	0,03	2,34	-	-
		P	>0,05	<0,05	-	-
2	Capacitatea de execuție a compoziției sportiv artistice coarda (puncte)	M	6,19 ± 0,31	6,24 ± 0,30	0,234	>0,05
		E	6,14 ± 0,29	7,12 ± 0,28	5,529	<0,001
		t	0,13	2,15	-	-
		P	>0,05	<0,05	-	-
3	Total (puncte)	M	12,43 ± 0,60	12,52 ± 0,59	0,238	<0,05
		E	12,39 ± 0,56	14,24 ± 0,45	5,258	<0,01
		t	0,05	2,32	-	-
		P	>0,05	<0,05	-	-

**Notă:** (f=14) *Eșantioane conjugate* (f=7) *Eșantioane conjugate*  
M = 8; r = 0,811 P – 0,05; 0,01; 0,001 P – 0,05; 0,01; 0,001  
E = 8; 2r = 1,622 2,145; 2,977; 4,140 2,365; 3,499; 5,408

Prin intermediul obiectelor portative se acționează, în special, asupra dezvoltării fizice corecte și armonioase, a coordonării complexe, a vitezei sub diversele ei forme de manifestare, a forței dinamice și forței de susținere– statice, a rezistenței specifice, prin cerința de mînuire continuă, dar și asupra capacității de concentrare, a voinței, perseverenței, creativității [25].

***Valorificarea eficienței structurii și conținutului metodologiei formării competențelor artistico-motrice și psihomotrice la gimnastele de 7–8 ani din grupele martor și experimentale.***

În situația cercetării capacităților motrice și psihomotrice se poate afirma că sunt dependente de o anumită structură a utilizării conținuturilor exercițiilor. La vârsta de 7–8 ani, în experimentul pedagogic utilizarea exercițiilor pentru dezvoltarea capacităților motrice și psihomotrice a constat în asigurarea unui caracter cât mai variat ca formă și conținut a competențelor artistice, fapt care va contribui la activitatea pregătirii sportive.

În experiment s-a pus scopul ca gimnastele de 7–8 ani să poată măsura ceea ce cunoaște precis, să aibă posibilitatea de a defini situații în execuția compozițiilor artistice. Definițiile să aibă structura „capacitatea de a realiza performanțe”, pentru a putea judeca suficient de corect procesul psihomotoric care duce la formarea și dezvoltarea respectivei capacități/competențe. Gimnasta de 7–8 ani să aplice cele învățate anterior la o situație particulară, va fi, de fapt să îndeplinească o performanță mai superioară. Ceea ce va însemna că respectiva capacitate sau competență i-a fost formată. Elementele tehnice în compozițiile artistice au fost efectuate cu amplitudine, forță și viteză mai mare, fără influență negativă asupra efectelor și structurii exercițiilor. Pentru perfecționarea compozițiilor artistice a fost mai mic numărul de repetări și consolidate mai mult în condiții variate, în comparație cu vârsta de 5–6 ani.

Compararea rezultatelor obținute la testarea inițială și finală a grupei experimentale de 7–8 ani ce rezolvă scopurile formării competențelor artistice la determinarea valorii indicatorilor capacităților artistico–motrice și psihomotrice, a pus în evidență diferențe semnificative între rezultatele obținute de gimnastele grupei experimentale ( $t=5,004$ ;  $P<0,01$ ). Valoarea criteriul „t” Student la grupa martor este mai mică decât cea tabelară ( $t=0,552$ ,  $P>0,05$ ).

Cercetările privind valoarea și efectele trăsăturilor afectiv–atitudinale în formarea competențelor artistice la gimnastele de 7–8 ani, au constatat că la această vîrstă s-a dezvoltat atitudinea creatoare față de cunoștințe, este stimulată creativitatea, muzicalitatea motrice și capacitățile psihomotrice. Acestea sporește considerabil gradul de formare a competențelor artistice a gimnastelor, aspect ce va fi amplificat prin priceperea și deprinderea de execuție artistică de diverse concursuri și competiții.

Analizînd statistic, datele obținute de gimnastele grupei experimentale la vârsta de 7–8 ani, trăsăturilor afectiv–atitudinal sunt în creștere (Tabelul 3.4)

Tabelul 3.4. Valorile comparative a trăsăturilor afectiv-atitudinale ale gimnastelor de 7-8 ani (n=8)

Nr. crt.	Valorile testate	Testarea inițială	Testarea finală	t	P
		$\bar{X} \pm m$	$\bar{X} \pm m$		
1	ICCG (pct)	3,45 ± 0,15	4,05 ± 0,14	6,510	<0,001
2	IAAS (pct)	3,16 ± 0,17	3,74 ± 0,13	5,813	<0,001
3	IIS (pct)	3,40 ± 0,14	3,89 ± 0,12	5,755	<0,001
4	ICCP (pct)	3,85 ± 0,16	4,41 ± 0,15	5,582	<0,001
5	ICI (pct)	3,45 ± 0,15	3,95 ± 0,14	5,622	<0,001
6	ICAAG (pct) $\bar{X}$	3,42 ± 0,16	4,01 ± 0,15	6,251	<0,001

Notă: (f=7) P – 0,05; 0,01; 0,001  
2,365; 3,499; 5,408

Procesul de cunoaștere implică seturi de mecanisme psihofiziologice dominante, de structuri individualizate și controlate, cum ar fi și abilitatea de a depista dificultățile învățării.

Explicit, aceasta semnifică ideea că capacitățile gimnastelor de 7-8 ani, mai ales calitatea execuției va fi căutată nu numai în deprinderi și priceperi ci în capacitatea de concentrare a gândirii (4,05 puncte), capacitatea de încredere în sine (3,89 puncte), corespunzător și capacitatea de creștere a performanțelor (4,41 puncte). Atmosfera antrenamentului sportiv și competițională la vârsta de 7-8 ani oferă anumite paradigme și scheme structural-funcționale de acțiuni la nivel mai pronunțat în compozițiile artistice, tehnicii de execuție și în metode ce generează un anumit fel de a funcționa mecanismele psihice comportamentale [1]. Acest lucru poate fi observat la testarea finală –4,01 puncte, corespunzător 15,74 puncte, în cazul evoluției trăsăturilor generale afectiv-atitudinale și a rezultatelor obținute de gimnaste în cadrul competițiilor naționale și internaționale (Tabelul 3.5).

Tabelul 3.5. Analiza comparativă a nivelului de dezvoltare a competențelor artistice ale gimnastelor grupelor martor și experimentală 7-8 ani (n=16)

Nr. crt.	Parametrii testați	Grupa	Date statistice		t	P
			Testare inițială	Testare finală		
			$\bar{X} \pm m$	$\bar{X} \pm m$		
1	Capacitatea de execuție a compoziției sportiv artistice fără-obiect (puncte)	M	7,16 ± 0,19	7,24 ± 0,20	0,611	>0,05
		E	7,12 ± 0,21	7,91 ± 0,19	5,766	<0,001
		t	0,09	2,38	-	-
		P	>0,05	<0,05	-	-
2	Capacitatea de execuție a compoziției sportiv artistice coarda (puncte)	M	7,20 ± 0,20	7,25 ± 0,21	0,395	>0,05
		E	7,17 ± 0,19	7,83 ± 0,16	5,872	<0,001
		t	0,11	2,19	-	-
		P	>0,05	<0,05	-	-
3	Total (puncte)	M	14,36 ± 0,35	14,49 ± 0,37	0,552	<0,05
		E	14,59 ± 0,39	15,74 ± 0,32	5,004	<0,01
		t	0,42	2,51	-	-
		P	>0,05	<0,05	-	-

Notă: (f=14) Eșantioane conjugate (f=7) Eșantioane conjugate  
M = 8; r = 0,811 P – 0,05; 0,01; 0,001 P – 0,05; 0,01; 0,001  
E = 8; 2r = 1,622 2,145; 2,977; 4,140 2,365; 3,499; 5,408

Totalul punctelor acumulate la executarea compozițiilor sportiv–artistice de gimnastele grupei experimentale la testarea finală –  $15,74 \pm 0,32$  puncte se deosebește semnificativ de cele inițiale  $14,59 \pm 0,39$  cu valoarea criteriului „t” Student de 5,004 și de gimnastele grupei martor cu media de  $14,49 \pm 0,37$  puncte, valoarea criteriului „t” Student fiind mai mică 2,51, la pragul de  $P < 0,05$ .

Coefficientul de corelație dintre rezultatul sportiv și indicele trăsăturii afectiv–atitudinal general este de legătură medie  $r = 0,530$ ,  $P < 0,05$ .

În Figura 3.2 sunt prezentate date statistice privind influența valorilor trăsăturilor afectiv–atitudinale generale asupra rezultatelor sportive ale gimnastelor de 5–6, 6–7 și 7–8 ani.

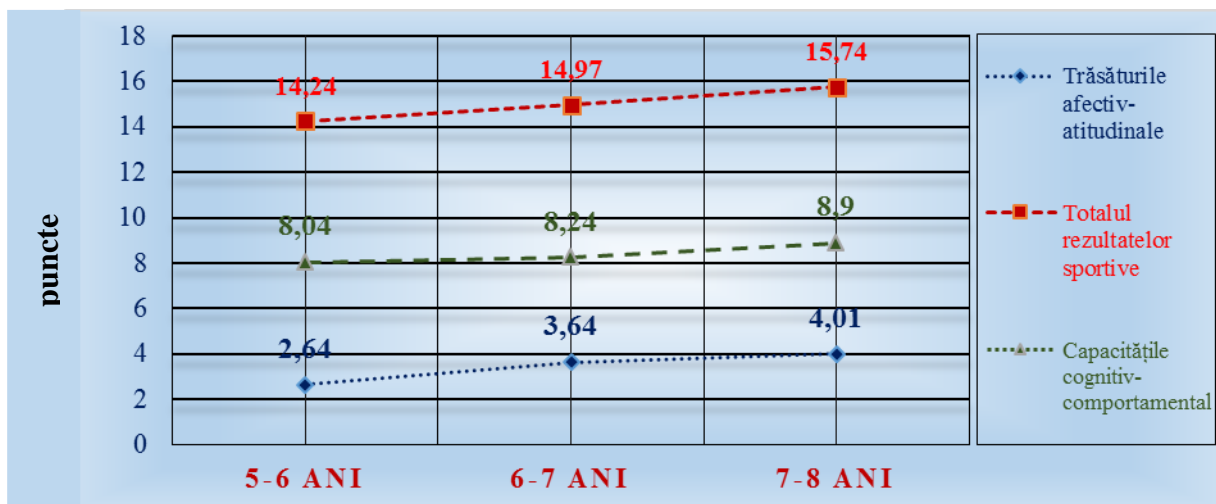


Fig. 3.2. Interacțiunea valorilor trăsăturilor afectiv–atitudinale și cognitiv–comportamentale asupra rezultatelor sportive ale gimnastelor de 5–8 ani

Gimnastele grupei martor n-au obținut rezultate semnificative. Valoarea criteriului „t” Student este mai mică decât 0,552 la pragul de  $P > 0,05$ .

O analiză calitativă a datelor furnizate de experimentul pedagogic se impune:

- ❖ În primul rând, s-a constatat eficiența metodologiei pregătirii artistico–motrice și psihomotrice a gimnastelor grupelor experimentale;

- ❖ La nivelul grupei experimentale a gimnastelor de 5–6 ani cunoștințele și capacitățile artistice reacționează cu întârziere, în ritm mai lent și cu intensitate mai scăzută în comparație cu grupa experimentală de 6–7 și 7–8 ani;

- ❖ Soluțiile adaptate în experimentul pedagogic depinde nu numai de abilitățile artistice a gimnastelor, ci și de interacțiunea parametrilor testați care se dovedește a fi un factor dominant ce facilitează performanța formării și dezvoltării competențelor artistice, îndeosebi la vârsta de 7–8 ani.

Formarea competențelor artistice la etapa incipientă de pregătire sportivă a micilor gimnaste în cadrul antrenamentului sportiv la gimnastica ritmică reprezintă competențele complexe ale imaginii artistice, în rândul cărora se înscrie competențele cognitiv–teoretice, artistico–motrice și psihomotrice (competențele fizice), afectiv–atitudinale (psihologice).

Pentru antrenorul de gimnastică ritmică modelul conceptual al competenței artistice (Figura 3.3) are o valoare practică, ajutând identificarea corectă și exactă a structurii și conținutului pregătirii sportive în procesul de formare a competențelor artistice.

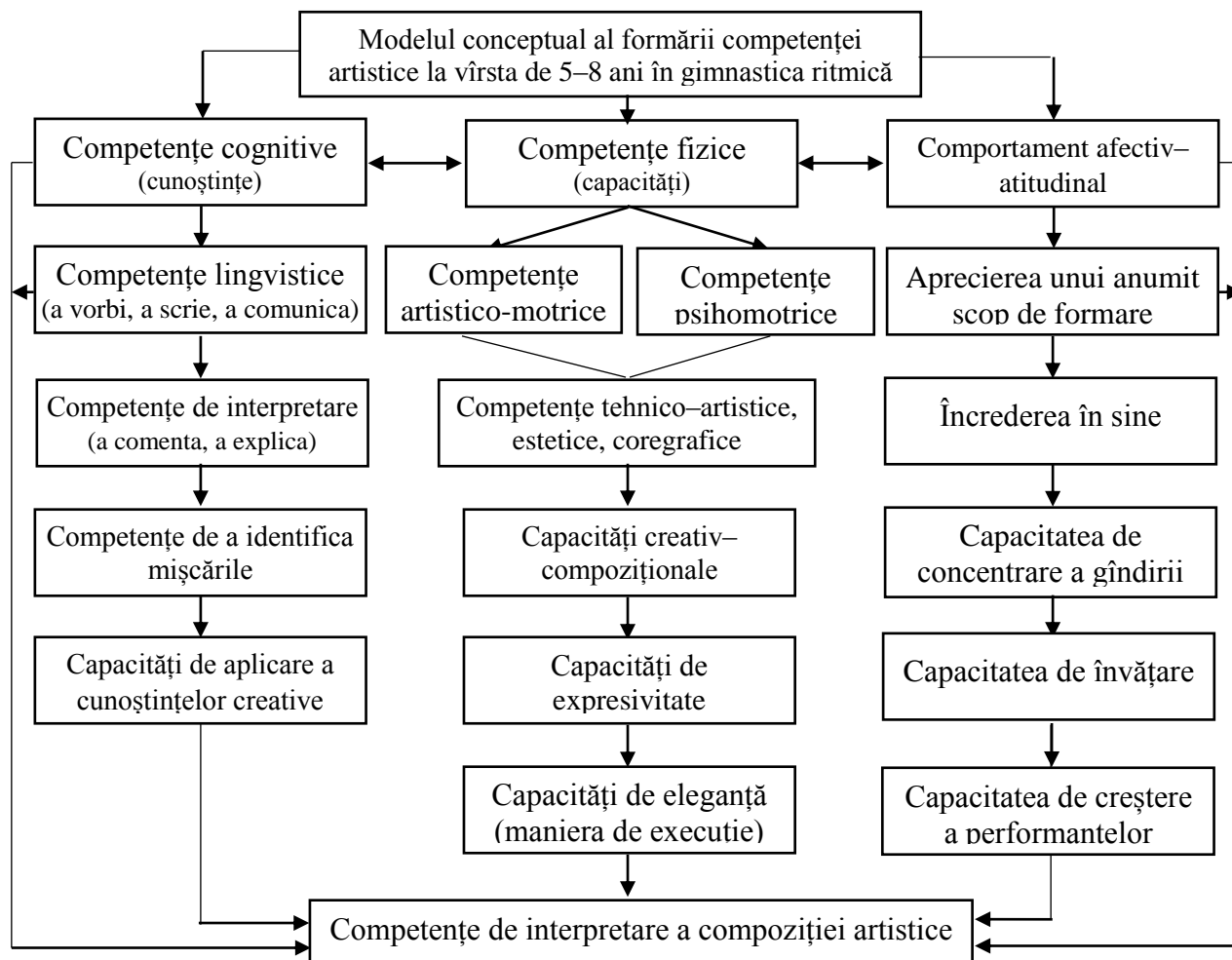


Fig. 3.3. Modelul conceptual al formării competenței artistice la gimnastica ritmică la etapa incipientă de pregătire sportivă

Cu ajutorul modelului pot fi studiate proprietățile și particularitățile de pregătire sportiv-artistică a gimnastelor la nivel de competențe lingvistice, tehnico-artistice sau coregrafice, care sunt în strînsă corelație cu competențele creativ-compoziționale, muzicale, auditive (acustice), vizual-spațiale și de interpretare corectă a compozițiilor artistice, în vederea demonstrării capacităților de expresivitate, de eleganță a exercițiilor, ca proces de educare și produs în concursuri și competiții oficiale. Rezultatele experimentului pedagogic confirmă ipoteza specifică privind formarea competențelor artistice în gimnastica ritmică la etapa incipientă de pregătire sportivă.

**Problema științifică importantă soluționată în domeniu** o constituie formarea și dezvoltarea competențelor artistice la etapa incipientă de pregătire sportivă a micilor gimnaste în cadrul antrenamentului sportiv la gimnastica ritmică, prin fundamentarea metodologiei de aplicare a produsului cunoștințelor, abilităților psihomotrice și atitudinilor formate, ceea ce va conduce la sporirea nivelului de pregătire.

## CONCLUZII GENERALE ȘI RECOMANDĂRI

Finalizând acest demers științific, formulăm un complex de concluzii generale și recomandări, a căror natură teoretică și practică confirmă complexitatea scopului și a obiectivelor studiului în cauză:

1. Ca rezultat al analizei și sintezei cercetării teoretico–metodologice fundamentale privind problema formării competențelor artistice, la etapa incipientă de pregătire sportivă în gimnastica ritmică, se poate constata că metodologia organizării și desfășurării acestui proces, atât în plan național, cât și în plan internațional este la un început de cale și nu este destul de explorată. În același timp, trebuie să menționăm că gimnastele de 5–8 ani la etapa incipientă desfășoară o activitate specifică, cu o pregătire teoretică, motrice și psihomotrice scăzută. În Codul de punctaj al FIGR (2013 – 2016) nu sunt prevăzute pe deplin cerințele specifice de educare a unei gimnaste competente, care ar putea condiționa modalitatea de practicare eficientă și inteligentă a compozițiilor sportiv–artistice de concurs. În documentele de planificare a antrenamentului sportiv cercetate, formarea competențelor artistice ale gimnastelor la etapa incipientă are o pondere neadekvată. Conținutul pregătirii sportive, de asemenea, este relativ redus în componenta formării cunoștințelor, capacităților și atitudinilor.

2. Practica existentă evidențiază faptul că nu a fost luat în considerare modul în care gimnastele de 5–8 ani își formează aptitudini cognitive și competențe artistico–motrice și psihomotrice, începând cu etapa incipientă de pregătire sportivă. În urma analizei și sintezei opiniei specialiștilor în domeniul gimnasticii ritmice, s-au constatat unele dificultăți legate în special de anumite succesiuni de aplicare a obiectivelor centrate pe educarea unei gimnaste competente, de ameliorare a abilităților artistice.

3. Evaluarea răspunsurilor la întrebările din anchetare demonstrează că formarea competențelor artistice la gimnastica ritmică are un impact pozitiv, dar, totodată, nu este lipsită de un șir de lacune, care au fost reflectate în opiniile profesioniștilor–antrenori și coregrafi. Putem sesiza că formarea competențelor gimnastelor de 5–8 ani, mai mult de 85,71%, nu-i motivează pregătirea intelectuală prin cunoaștere științifică și prin informațiile necesare formării lor calitative. Este nevoie de o modernizare serioasă a componentei formării valorilor competențelor artistice la vârsta de 5–8 ani, cum ar fi originalitatea compoziției artistice – 3,68 p, creativitatea – 3,48 p, educarea sentimentului estetic – 2,13 p și expresivitatea 2,16 p. Conform opiniei specialiștilor, 88% afirmă că se impune necesitatea elaborării unei programe speciale de formare a competențelor artistice ale gimnastelor de această vârstă. Totodată, trebuie să se ia în considerație metodologia dezvoltării calităților de mobilitate articulară–plasticitate corporală 88% răspunsuri, de orientare în spațiu–coordonarea (88%) și viteza de execuție – 68% răspunsuri.

4. Nivelul inițial al formării competențelor artistice la gimnastele de 5–6 ani la etapa incipientă de pregătire sportivă nu este înaltă. Note de zece au obținut 5,68%, note de nouă 29,54%, 35% gimnaste au fost apreciate cu note de 8 (opt), 7 (șapte) – 22,72% și 6,81% au obținut note de 6 (șase). În cadrul pregătirii sportive se asimilează și recrează experiența, se constituie spațiul general de activitate specific tensiunilor sale legate de caracteristicile individuale ale gimnastei, dar și de situația creată în cadrul instruirii incipiente de acomodare, de cunoaștere, de dezvoltare a capacităților învățate. Competențele cognitive ale gimnastelor de 7–8 ani sunt la un nivel mai înalt de performanță, 69,22% dintre acestea, obținând note de 9–10, față de gimnastele de 5–6 ani – 35,22% – și cele de 6–7 ani – 39,42%.

5. Rezultatele experimentale pun în evidență faptul că indicii capacităților artistico–motrice și psihomotrice, obținuți de gimnastele grupei experimentale de 5–8 ani, reprezintă activitatea incipientă de formare a competențelor artistice, proiectată și realizată semnificativ prin reprezentarea și crearea valorilor grației la nivelul formării competențelor artistico–motrice, a dezvoltării mobilității articulare ( $t=5,61-6,25$ ,  $P<0,01-0,001$ ), maniera integratoare a execuției artistice ale exercițiilor coregrafice ( $t=4,57-6,34$ ,  $P<0,01-0,001$ ), capacităților de forță, de viteză a valorilor competențelor psihomotrice ( $P<0,01-0,001$ ) inclusiv și a comportamentului afectiv–atitudinal. S-a constatat că competența artistică, la etapa inițială de formare, are două componente majore *de ordin metodologic*, care provine din actul valorilor cognitive, din metodele de pregătire sportivă și procedeele metodice de apreciere în execuția exercițiilor coregrafiei clasice: *de ordin practic*, ce provine din concepția clasică a pregătirii artistice a gimnastelor la nivelul formării competenței artistice, prin intermediul capacităților specifice de modelare a mișcărilor coregrafice, motrice și psihomotrice în compozițiile artistice, care depind de capacitatea de mobilitate articulară, forță, viteză de execuție, orientare în spațiu. Valorile „t” ale criteriului Student calculate sunt mai mari decât cea tabelară, la  $P<0,05-0,001$ . Astfel, se poate conchide că rezultatele obținute în cadrul experimentului pedagogic formează competențe artistice la nivel semnificativ.

6. Implementarea modelului experimental al structurii și conținutului antrenamentului sportiv la etapa incipientă de pregătire aduce probe elocvente în favoarea faptului că competențele artistice ale micilor gimnaste se formează în trei perioade: incipientă, la vârsta de 5–6 ani; secundară, la vârsta de 6–7 ani și corectivă de bază, la vârsta de 7–8 ani.

Subiecții grupei experimentale au demonstrat o creștere treptată a competențelor cognitive, a celor psihomotrice și a trăsăturilor afectiv–atitudinale, diferențele fiind semnificative la gimnastele din lotul experimental ( $P<0,05$ ,  $P<0,01$ ,  $P<0,001$ ).

7. Analiza calitativă a rezultatelor experimentale evidențiază că la vârsta de 5–8 ani formarea competențelor artistice primare se bazează pe relațiile interpersonale, profesor–antrenor și gimnastă, prin intermediul sistemului de comunicare orală și al limbajului scris. Compoziția finală fără–obiect

și coarda de gimnastică, elaborată de profesorul–antrenor cu participarea nemijlocită a copilului, aplicată în procesul de antrenament și respectiv în cadrul competiției sportive evidențiază mai pregnant tendințele artistice. La executarea compozițiilor sportiv–artistice de gimnastele grupei experimentale de 7–8 ani la testarea finală – 15,74±0,32 puncte se deosebesc semnificativ de grupa martor cu media de 14,45±0,37 puncte ( $P<0,05$ ). În realizarea obiectivului de demonstrare a capacităților artistice, se constată corelații semnificative de valoare pozitivă, între variabilele experimentale. Coeficienții de corelație ( $r = 0,871-0,892$ ) ai parametrilor testați demonstrează o legătură strânsă între rezultatele învățării și aplicării compozițiilor artistice, a capacităților artistico–motrice, psihomotrice și afectiv–atitudinale.

8. În baza studiilor și a cercetărilor experimentale, la etapa incipientă a pregătirii sportive s-a depistat ponderea etapelor de formare a competențelor artistice:

*\*etapa de materializare, de concretizare a acțiunii însușite* – în baza elementelor imaginii artistice și a formării incipiente a imaginii artistice, se formează competențe de acomodare vizual–spațiale;

*\*etapa antrenării operațiilor de exprimare verbală*, a însușirii terminologiei specifice gimnasticii ritmice, în limbaj activ și în limbaj scris este cea de realizare a unor sarcini didactice de formare a competenței comunicativ–verbale;

*\*etapa integrării operațiilor elementare*, cu includerea elementelor imaginii artistice, la nivelul unui stereotip dinamic, formând capacități de eleganță și artistico–motrice elementare;

*\*etapa sistematizării acțiunii în compozițiile artistice* în baza studierii simbolurilor gimnasticii ritmice, formând competența tehnico–artistică, coregrafică și creativ–compozițională;

*\*etapa de integrare a acțiunilor automatizate adaptive* în dimensiunile pregătirii sportive, cu aspectele selective și structurale ale competenței artistice integrative.

9. Modelul conceptual al structurii și conținutului de formare a competențelor artistice în gimnastica ritmică la etapa incipientă de pregătire sportivă a micilor gimnaste se valorifică prin integrarea competențelor cognitive (cunoștințe) – lingvistice, de interpretare, de a identifica mișcările, de aplicare a cunoștințelor creative; competențelor fizice (capacități) – tehnico–artistice, estetice, coregrafice, creativ–compoziționale, de expresivitate, eleganță și comportamentului afectiv–atitudinal – de aprecierea unui anumit scop de formare, de încredere în sine, de concentrare a gândirii și capacitatea de învățare și creștere a performanțelor.

**Problema științifică importantă soluționată în domeniu** o constituie formarea și dezvoltarea competențelor artistice la etapa incipientă de pregătire sportivă a micilor gimnaste în cadrul antrenamentului sportiv la gimnastica ritmică, prin fundamentarea metodologiei de aplicare a produsului cunoștințelor, abilităților psihomotrice și atitudinilor formate, ceea ce va conduce la sporirea nivelului de pregătire.



\* \* \*

Rezultatele analizei și generalizării abordărilor teoretice privind pregătirea incipientă în gimnastica ritmică a permis să formulăm următoarele recomandări:

1. Dezvoltarea abilităților cognitive va avea o eficiență majoră dacă va începe de la cea mai fragedă vîrstă incipientă (5–6 ani), fapt ce le permite micilor gimnaste să cunoască, să înțeleagă și să aplice informațiile recomandate pentru a deveni mai elegante, mai perseverente, pentru a da dovadă în continuarea de mai multă încredere în sine și creativitate la vîrsta de 7–8 ani.

2. În scopul sporirii eficienței procesului de formare a capacităților, priceperilor, deprinderilor de antrenament, pregătirea sportivă trebuie să fie realizată de către un cadru specializat (antrenor, coregraf, corepetitor, într-un antrenament special, în fiecare zi de antrenament).

3. Formarea nemijlocită a competențelor gimnastelor de 5–8 ani trebuie să fie eșalonată ca proces, în etape, la nivelul cărora să se respecte succesivitatea formațiunilor cu caracter cognitiv, abilitativ și atitudinal, asigurînd o calitate superioară la nivelul competiției integrative, transformînd-o astfel într-o continuitate de dezvoltare sportiv–artistică a gimnastelor de 5–6 ani și 7–8 ani.

4. Programa de formare a competențelor artistice va avea eficiență sporită prin implementarea unui ghid de formare incipientă a capacităților artistice ale copiilor de 6–8 ani, în conținutul căreia este necesar să fie prezentate module ale tuturor comportamentelor necesare sportivelor de această vîrstă.

5. În structura și conținutul antrenamentului sportiv de pregătire artistică e necesar să fie incluse și abordate cu seriozitate dificultățile artistice impuse de Codul de punctaj al FIGR, astfel încît exercițiile fără–obiect și cu obiecte portative să îndeplinească și să corespundă cerințelor obligatorii pentru formarea unei imagini artistice într-o compoziție sportivă.

6. Conținutul antrenamentului sportiv trebuie completat cu exerciții pentru dezvoltarea ritmicității și a muzicalității motrice, ce oferă expresivitate, virtuozitate artistică micilor gimnaste.

7. Aptitudinile creativ–coregrafice trebuie să se folosească în procesul de antrenament ca un mijloc de dezvoltare a unei imagini artistice a gimnastelor de 5–8 ani.

8. Trebuie să se insiste în permanență asupra formării și dezvoltării mișcărilor artistice, ce sunt reflectate de amplitudine, dinamism, grație, eleganță și armonie a dificultăților impuse de Codul de punctaj, în special la vîrsta de 7–8 ani.

9. Acompaniamentul muzical este obligatoriu la fiecare antrenament, inclusiv la fiecare etapă de pregătire și, nemijlocit, realizat de un specialist în domeniul muzical (coregraf, corepetitor).

10. În ceea ce privește dezvoltarea aptitudinilor motrice, pentru formarea pregătirii artistice se va pune accent, la această vîrstă, pe mobilitatea pasivă, viteza de execuție, iar aceasta urmează să se facă în armonie cu coordonarea și dibăcia.

## BIBLIOGRAFIE

1. Callo T. Pedagogia practică a atitudinilor. Chișinău: Litera, 2014, p. 115–117.
2. Dobrescu T. Expresia corporală, dans și euritmie. Iași: Pim, 2006. 146 p.
3. Dobrescu T. Creativitatea – dimensiune în procesul de formare. Iași: Pim, 2008, p. 125–152.
4. Dumitrescu E. Gimnastica ritmică sportivă. Curs de bază. Reprografia universității. Craiova, 2001. 140 p.
5. Epuran M. Metodologia cercetării activităților corporale în educația fizică și sport, vol. II. București: A.N.E.F.S., 1996, p. 239–316, 451–459.
6. Federația Internațională de gimnastică. Codul de punctaj (2013–2016). 48 p.
7. Gogoncea D., Grimalschi T. Arta mișcării în gimnastica artistică ritmică de performanță. În: „Probleme științifice ale învățămîntului și sportului culturii fizice”: Materialele conferinței internaționale a doctoranzilor. Chișinău: USEFS, 2007, p. 196.
8. Grigore V și colab. Pregătirea artistică în gimnastica de performanță. București: ANEFS, 2002. 76 p.
9. Grimalschi T., Pîrlog N. Elaborarea și aplicarea noilor tehnologii de testare și control al elasticității musculare în gimnastica ritmică. În: „Problemele actuale ale teoriei și practicii culturii fizice”: Materialele conferinței științifice internaționale studențești. Chișinău: USEFS, 2009, p. 140–145.
10. Grimalschi T., Pîrlog N. Gimnastica estetică-mijloc al culturii fizice școlare. În: Revista științifico-metodică. Teoria și arta educației fizice în școală, nr. 4. Chișinău, 2009, p. 38–41.
11. Jeleascov C. Gimnastica ritmică de bază. București: Editura Fundației „România de mâine”, 2000. 204 p.
12. Liușnea D. Eficiența pregătirii artistice a gimnastelor în ciclul anual de antrenament: Teză de doctor în științe pedagogice. Chișinău, 2012. 182 p.
13. Nanu L. Expresivitate corporală și motrică prin utilizarea mijloacelor gimnasticii ritmice. Galați: University Press, 2010. 193 p.
14. Pascari V. Continuitatea în formarea competențelor de învățare la copiii de 6-8 ani. Chișinău: S.n. Tipografia centrală, 2009. 180 p.
15. Piaget J. Psihologia copilului. Editura: Cartier, 2011. 160 p.
16. Pîrlog N. Pregătirea coregrafică. În: Manual. Didactica gimnasticii. Volumul I. Teorie și metodică (coord științifici: Grimalschi T., Filipenco E.), Chișinău: USEFS, 2013, p. 300–315.
17. Pîrlog N. Formarea eleganței artistice în baza dezvoltării capacității de răsucire a segmentelor articulare la gimnastele de 6–8 ani. În: Revista Știința culturii fizice, Chișinău, nr. 15/3, 2013, p. 40–43.
18. Pîrlog N. Educația artistică și culturală în școală. În: Revista științifico-metodică. Teoria și arta educației fizice în școală, Chișinău, nr. 1, 2013, p. 57–60.
19. Pîrlog N. Învățarea priceperii artistice în gimnastica ritmică la copii de 6–8 ani. În: Revista științifico-metodică. Teoria și arta educației fizice în școală, Chișinău, nr. 2, 2013, p. 57–60.
20. Pîrlog N. Valorile esențiale ale educației artistice în gimnastica ritmică. În: Revista științifico-metodică. Teoria și arta educației fizice în școală, Chișinău, nr. 3, 2013, p. 37–42.
21. Reaboi N. Raportul de corelație a indicilor capacităților artistice în gimnastica ritmică la copii de 5–6 ani. În: „Problemele actuale privind perfecționarea sistemului de învățămînt în domeniul culturii”: Materialele conferinței științifice internaționale, Chișinău: USEFS, 2013, p.171–175.

22. Reaboi N. Raportul de corelație dintre indicii capacităților artistice în gimnastica ritmică la copii de 7–8 ani. În: „Problemele actuale privind perfecționarea sistemului de învățământ în domeniul culturii”: Materialele conferinței științifice internaționale, Chișinău: USEFS, 2013, p. 176–181.
23. Reaboi N. Abecedarul competenței micilor gimnaste. (coord. Grimalschi T.), Chișinău: „Foxtrot”, 2014. 18 p.
24. Reaboi N. Ghid experimental de formare incipientă a capacităților artistice ale copiilor de 6-8 ani în gimnastica ritmică. (coord. Grimalschi T.), Chișinău: „Foxtrot”, 2014. 38 p.
25. Reaboi N. Formarea atitudinii și a comportamentului dominant în gimnastica ritmică. În: „Problemele actuale privind perfecționarea sistemului de învățământ în domeniul culturii fizice”: Materialele conferinței științifice internaționale consacrat zilei Mondiale a Calității. Chișinău: USEFS, 2014, p.162–166.
26. Reaboi N. Expressivity formation of plastic movements in artistic composition in rhythmic gymnastics. În: Revista „Studia universitatis „Vasile Goldiș”. Seria Educației Fizice și Kinetoterapie”, Arad, Volumul 3, Nr. 2 (6), din 2014, p. 118–122.
27. Reaboi N. Proiect didactic la gimnastica ritmică pentru grupa de începători anul I. În: Culegere de proiecte didactice. Suport de curs (coord. Grimalschi T.), Chișinău: „Reclama”, 2014, p. 77–86.
28. Reaboi N. Proiect didactic de pregătire artistică în cadrul lecției de coregrafie pentru la grupa de începători anul I. În: Culegere de proiecte didactice. Suport de curs (coord. Grimalschi T.), Chișinău: „Reclama”, 2014, p. 102–107.
29. Sîrbu S., Cemortan S. Competențele de cunoaștere prin conținuturi integrate. Ghid metodic. Chișinău: Epigraf, 2004, p. 12.
30. Карпенко Л. А. Отбор и начальная подготовка занимающихся художественной гимнастикой. Метод. рек. Ленинград: ГДОИФК, 1989. 24 с.
31. Карпенко Л. А. Основы спортивной подготовки в художественной гимнастике. Уч. пособие. С – Петербург: ГАФК. 2000. 40 с.
32. Карпенко Л. А. Компоненты спортивного мастерства и основы обучения упражнениям художественной гимнастики. Уч.–метд. пособие. СПб.: Изд – во СПбГАФК, 2002. 40с.
33. Карпенко Л. А. Художественная гимнастика. Москва, 2003. 366 с.
34. Назарова О. М. Методика проведения занятий по художественной гимнастике с детьми 5–6 лет. Методическая разработка для тренеров (под общей редакцией Э. П. Аверкович), Москва: ООО «Мультипринт», 2001. 38 с.
35. Новик М. Г. Структура и композиция комбинаций. Художественная гимнастика, (под ред. Т. С. Лисицкой), Москва: Физкультура и спорт, 1982, с. 122–132.
36. Степанова И. А. Формирование творческого подхода к обучению элементам художественной гимнастики: Учеб. пособие – СПб.: Изд – во СПбГАФК, 1996. 26 с.
37. Степанова И. А. Природа практической выразительность в художественной гимнастике. В: Материалы научно – практической конференции, посвященной 100 – летию со дня рождения Л. П. Орлова Санкт – Петербург, 2001, с. 79 – 83.
38. Хуторской А. В. Ключевые компетенции как компонент личностно – ориентированной парадигмы образования. Народное образование, 2003, №2, с. 58–65.
39. Чебураев В. С., Минаева Н. А., Чернышенко Ю. К. Психолого – педагогические характеристики. В: Методические рекомендации «Методы комплексного контроля и модельные характеристики подготовленности юных гимнасток 7–10 лет». Москва: ВНИИФК, 1984, с. 22–29.

## ADNOTARE

Reaboi Natalia: **Formarea competențelor artistice în gimnastica ritmică la etapa incipientă de pregătire sportivă.** Teză de doctor în științe pedagogice: 533.04. Educație fizică, sport, kinetoterapie și recreație. Chișinău, 2015.

**Structura tezei:** introducere, 3 capitole, concluzii generale și recomandări, bibliografie 255 surse, 10 anexe, 147 pagini de text de bază, 31 figuri, 31 tabele. Rezultatele obținute sunt publicate în 15 lucrări științifice.

**Cuvinte cheie:** gimnastică ritmică, antrenament sportiv, cunoștințe, competențe artistice, etapa incipientă de pregătire sportivă, aptitudini creativ–artistice, pregătire coregrafică, capacități artistico–motrice și psihomotrice, trăsături afectiv–atitudinale, rezultat sportiv.

**Domeniul de studii:** pedagogie

**Scopul cercetării** constă în valorificarea eficienței structurii și conținutului metodologiei de formare a competențelor artistice în gimnastica ritmică la etapa incipientă de pregătire sportivă a gimnastelor de 5–8 ani.

**Obiectivele cercetării:** 1. Fundamentarea teoretică de abordare a problemelor de pregătire a sportivelor în gimnastica ritmică. 2. Aprecierea nivelului inițial al cunoștințelor, competențelor artistice și comportamentului afectiv–atitudinal al copiilor de 5–8 ani în gimnastica ritmică la etapa incipientă de pregătire sportivă. 3. Elaborarea structurii și conținutului modelului experimental de formare a competențelor artistice la etapa incipientă de pregătire sportivă. 4. Argumentarea experimentală și valorificarea eficienței structurii și conținutului metodologiei de formare a competențelor artistice în gimnastica ritmică la etapa incipientă de pregătire sportivă.

**Noutatea și originalitatea științifică a lucrării** constă în faptul că a fost elaborată și argumentată metodologia de formare și aplicare a competențelor artistice ale gimnastelor de 5–8 ani la etapa incipientă de pregătire sportivă în gimnastica ritmică. A fost determinat decalajul dintre posibilitățile de educare a micilor gimnaste la vârsta de 5–8 ani sub aspect cognitiv, psihomotor și afectiv–atitudinal. S-a stabilit eficiența și ponderea competențelor artistice primare (la vârsta de 5–6 ani), secundare (la 6–7 ani) și corective (la 7–8 ani) în cadrul antrenamentului de bază al competițiilor naționale și internaționale la gimnastica ritmică.

**Problema științifică importantă soluționată în domeniu** o constituie formarea și dezvoltarea competențelor artistice la etapa incipientă de pregătire sportivă a micilor gimnaste în cadrul antrenamentului sportiv la gimnastica ritmică, prin fundamentarea metodologiei de aplicare a produsului cunoștințelor, abilităților psihomotrice și atitudinilor formate, ceea ce va conduce la sporirea nivelului de pregătire.

**Importanța teoretică** a prezentei cercetări rezidă în argumentarea eficienței aplicării structurii și conținutului metodologiei de formare a competențelor artistice în gimnastica ritmică, care presupune valorificarea componentelor cognitive, competențelor artistico–motrice, psihomotrice și aprecierea comportamentului afectiv–atitudinal a gimnastelor de 5–8 ani la etapa incipientă de pregătire sportivă.

**Valoarea aplicativă** a lucrării este sesizată prin posibilitatea folosirii ample a programei experimentale și a metodologiei elaborate, centrate pe formarea competențelor artistice la etapa incipientă de pregătire sportivă. Rezultatele obținute vin să completeze bazele de date teoretice și practice din domeniul planificării și dirijării antrenamentului sportiv la gimnastica ritmică, în vederea educării unei gimnaste competente.

**Implementarea rezultatelor științifice.** Rezultatele cercetării sunt implementate în cadrul antrenamentelor sportive organizate la Școala Sportivă a Rezervelor Olimpice, Centrul Sportiv de pregătire a loturilor Naționale și Universitatea de Stat de Educație Fizică și Sport în procesul de pregătire a specialiștilor în domeniu.

## АННОТАЦИЯ

Рябой Наталья: **Формирование артистических компетенций в художественной гимнастике на начальном этапе спортивной подготовки**, диссертация на соискание ученой степени доктора педагогических наук. Кишинэу, 2015.

**Структура работы:** Введение, 3 главы, выводы и рекомендации, библиография 255 источников, 10 приложений, 147 страниц основного текста, 31 рисунок, 31 таблица. Полученные результаты опубликованы в 15 научных работах.

**Ключевые слова:** художественная гимнастика, спортивная тренировка, знания, артистические компетенции, начальный этап спортивной подготовки, хореографическая подготовка, двигательные психомоторные способности, художественные–творческие способности, аффективные черты и отношения.

**Область исследования:** педагогика.

**Цель исследования** состоит в выявлении о эффективности структуры и содержания методологии формирования артистических компетенций в художественной гимнастике на начальном этапе спортивной подготовки гимнасток 5–8 лет.

**Задачи исследования:** 1. Теоретическое обоснование внедрения проблемы подготовки спортсменок в художественной гимнастике. 2. Определение исходного уровня знаний, артистической компетенций и поведенческих аффективных черт отношения детей 5–8 лет в художественной гимнастике на начальном этапе спортивной подготовки. 3. Разработка структуры и содержания экспериментальной модели формирования артистических компетенций на начальном этапе спортивной подготовки. 4. Экспериментальная аргументация ценности использования структуры и содержания методологии формирования артистической компетенции в художественной гимнастике на начальном этапе спортивной подготовки.

**Научная новизна и оригинальность работы** заключается в разработке и внедрении методологии формирования и применения артистической компетенции гимнасток 5–8 летнего возраста на начальном этапе спортивной подготовки в художественной гимнастике. Экспериментально аргументировалось различие между потенциальными возможностями в воспитании компетентных гимнасток 5–8 летнего возраста в когнитивном аспекте, психомоторного и аффективно–поведенческого отношения. Установлено значение и эффективность первоначальных артистических способностей (у детей 5–6 летнего возраста), второстепенных (6–7 лет) и коррективных (7–8 лет) компетенций в основных учебно–тренировочных занятиях, в республиканских и международных соревнованиях по художественной гимнастике.

**Актуальная научная проблема** высокой значимости заключается в формировании артистической компетенции на начальном этапе подготовки юных гимнасток в учебно–тренировочном процессе по художественной гимнастике, посредством обоснования методологии внедрения результатов сформированных знаний, способностей и отношений.

**Теоретическая значимость** настоящего исследования заключается в аргументации эффективности внедрения структуры и содержания методологии формирования артистических компетенций в художественной гимнастике, которое представляет определение ценности когнитивных, психомоторных компонентов и эффективно–поведенческих отношении гимнасток 5–8 летнего возраста на начальном этапе спортивной подготовки.

**Практическая значимость** работы заключается в возможности внедрения и практического применения разработанной программы спортивной подготовки по художественной гимнастике сосредоточенной на формирование артистической компетенции юных гимнасток 5–8 летнего возраста на начальном этапе спортивной подготовки. Полученные результаты способствуют дополнению теоретических и практических сведений по эффективному планированию и управлению спортивной тренировки направленной на воспитание компетентной гимнастки.

**Внедрение научных результатов.** Результаты исследования были внедрены в учебно–тренировочные занятия по художественной гимнастике Спортивной Школы Олимпийского Резерва, Центр по Спортивной Подготовке Национальных Команд и Государственного Университета Физической Культуры.

## ANNOTATION

The dissertation “**The formation of artistic competences in rhythmic gymnastics at the initial stage of sports training**” at the specialty 533.04 – Theory and methodology of physical education, sport, kinetotherapy and recreation written by: Reaboi Natalia.

**The structure of the dissertation:** Introduction, 3 chapters, conclusions and recommendations, 255 sources of bibliography, 10 appendices, 147 pages of main text, 31 figures, 31 tables. The achieved results are published in 15 scientific works.

**Keywords:** rhythmic gymnastics, sports training, initial stage of training, artistic skills, choreographic training, knowledge, artistic creative skills, artistic competences motor and psychomotor skills, affective and behavioral traits, sports results.

**Field of study:** pedagogy

**The purpose of research** is to use the structure and content the effectiveness methodology artistic skills training in rhythmic gymnastics at the initial stage of sports training of gymnasts 5-8 years.

**Research objectives:** 1. Theoretical and practical substantiation of approaches the problems of sportsmen training in rhythmic gymnastics. 2. Appreciation of initial level of knowledge, behavioral affective skills and attitudinal behavior of 5–8 years old children in rhythmic gymnastics at the initial stage. 3. Elaboration of experimental model of the structure and contents of forming the artistic competences at the initial stage of sports training. 4. Experimental argumentation and efficient valorification of structure and contents of forming the methodology of artistic competences in rhythmic gymnastics.

**The scientific novelty and originality:** of the work lies in the development and implementation of the methodology of formation and application of artistic competence of 5–8 years old gymnasts (girls) in rhythmic gymnastics at the initial stage of sports training. It was determined the gap between potential possibilities of educating of competence in 5–8 year old small gymnasts (girls) in cognitive, psychomotor and affective aspects. It was established the efficiency and the share of primary artistic skills (at the age of 5–6), secondary (at the age of 6–7 years) and corrective (at the age of 7–8) during the basic training, friendly sports matches, national and international competitions in rhythmic gymnastics.

**Current scientific problem:** Of high importance is the formation of artistic and development competence at the initial stage in the training process of small gymnast (girls) in Rhythmic Gymnastics by the study methodology of the results generated by the knowledge, skills and attitudes.

**The theoretical importance** of this research lies in the argument structure and content application efficiency methodology artistic skills training in rhythmic gymnastics, which entails the use of components cognitive, artistic-motive skills, psychomotor and affective behavior and attitude appreciation at the initial stage of sports training of gymnasts 5-8 years.

**The value of the work:** is notified by the possibility of using extensive experimental program and elaborated methodologies in the formation of artistic competences at the initial stage of sports training. The wrench can contribute to completion of the theoretical and practical basis data from the domain of planning and managing sports, training is rhythmic gymnastics.

**Implementation of scientific results** The research results of organized sports training are implemented in the Reserves Sports School Olympic Sports, Center where training the national teams and in the State University of Physical Education and Sport where are the preparation of specialists in the field.

**REABOI NATALIA**

**FORMAREA COMPETENȚELOR ARTISTICE ÎN GIMNASTICA  
RITMICĂ LA ETAPA INCIPIENTĂ DE PREGĂTIRE SPORTIVĂ**

**Specialitatea 533.04 – Educație fizică, sport, kinetoterapie și recreație**

**Autoreferatul tezei de doctor în științe pedagogice**

---

Aprobat spre tipar 30.12.2015

Formatul hârtiei 60×84 1/16

Hârtie ofset. Tipar ofset

Tirajul 30 ex.

Coli de tipar 2,0

Comanda 21

---

**Universitatea de Stat de Educație Fizică și Sport  
MD-2024, Republica Moldova, Chișinău, str. A.Doga, 22**

