

UNIVERSITATEA DE STAT DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT

Cu titlul de manuscris

C.Z.U.: 796.333.015(043.3)

BULAI Veaceslav

**DEZVOLTAREA CREATIVITĂȚII LA RUGBIȘTII ÎNCEPĂTORI
ÎN CADRUL ANTRENAMENTULUI SPORTIV**

Specialitatea 533.04. Educație fizică, sport, kinetoterapie și recreație

Teza de doctor în științe ale educației

Conducător științific:

**DORGAN Viorel, doctor
habilitat în științe pedagogice,
profesor universitar**

Consultant științific:

**BUDEVICI-PIIU Anatolie,
doctor în istorie,
profesor universitar**

Autor:

BULAI Veaceslav

CHIȘINĂU, 2024

© **Bulai Veaceslav, 2024**

CUPRINS:

ADNOTARE (în limba română, rusă și engleză)	4
Lista tabelelor	7
Lista figurilor	8
Lista abrevierilor	10
INTRODUCERE	11
1. REPERE TEORETICO-METODOLOGICE ALE DEZVOLTĂRII CREATIVITĂȚII LA RUGBIȘTII ÎNCEPĂTORI ÎN CADRUL ANTRENAMENTULUI SPORTIV	19
1.1. Abordări conceptuale ale creativității și creativității rugbiștilor	19
1.2. Particularitățile dezvoltării creativității rugbiștilor începători	29
1.3. Caracterizarea metodelor și tehnicilor de stimulare a creativității la rugbiștii începători	37
1.4. Aspecte metodologice ale antrenamentului sportiv privind pregătirea rugbiștilor începători	51
1.5. Concluzii la capitolul 1	58
2. COORDONATE METODOLOGICE ȘI EXPERIENȚIALE DE DEZVOLTARE A CREATIVITĂȚII RUGBIȘTILOR ÎNCEPĂTORI	59
2.1. Metode de cercetare științifică în dezvoltarea creativității rugbiștilor începători	59
2.2. Opiniile specialiștilor din domeniu privind dezvoltarea creativității la rugbiști	72
2.3. Profilul echipei creative adaptată în sportul de performanță	79
2.4. Modelul pedagogic de dezvoltare a creativității rugbiștilor începători în cadrul lecțiilor de antrenament	88
2.5. Concluzii la capitolul 2	93
3. DEMERS EXPERIMENTAL PRIVIND DEZVOLTAREA CREATIVITĂȚII LA RUGBIȘTII ÎNCEPĂTORI ÎN CADRUL ANTRENAMENTULUI SPORTIV	94
3.1. Program experimental privind dezvoltarea creativității la rugbiștii începători	94
3.2. Dinamica indicilor psihomotrici rugbiștilor începători în cadrul experimentului pedagogic	117
3.3. Analiza indicilor pregătirii tehnice a rugbiștilor începători	122
3.4. Concluzii la capitolul 3	128
CONCLUZII GENERALE ȘI RECOMANDĂRI	130
BIBLIOGRAFIE	134
ANEXE	146
DECLARAȚIA PRIVIND ASUMAREA RĂSPUNDERII	159
CURRICULUM VITAE	160

ADNOTARE
BULAI Veceaslav
Dezvoltarea creativității la rugbiștii începători în cadrul antrenamentului sportiv
prin metoda sinectică
Teză de doctor în științe ale educației, Chișinău, 2024

Structura tezei: introducerea, trei capitole de bază, concluziile generale și recomandări, bibliografie 184 titluri, 4 anexe, 130 pagini text de bază, 51 figuri, 13 tabele.

Publicații la tema tezei: Rezultatele obținute sunt publicate în 10 lucrări științifice (ghid metodologic, articole în reviste de profil, 4 comunicări la conferințe internaționale).

Cuvinte-cheie: rugbiști începători, creativitate, abilități creative, antrenament sportiv, performanță, metode creative, metoda sinectică, pregătire motrice, pregătire tehnică.

Scopul cercetării: stabilirea demersurilor teoretice și metodologice de dezvoltare a creativității la rugbiștii începători.

Obiectivele cercetării: studierea teoriei și practicii dezvoltării creativității la rugbiștii începători în cadrul antrenamentului sportiv; conceptualizarea modelului de echipă creativă adaptată (ECA); constatarea nivelului de dezvoltare a creativității la rugbiștii începători; elaborarea Programului experimental privind dezvoltarea creativității la rugbiștii începători prin aplicarea metodei sinectice; validarea experimentală a eficienței Programului experimental de dezvoltare a creativității la rugbiștii începători prin aplicarea metodei sinectice.

Noutatea și originalitatea științifică a cercetării constă în conceptualizarea *modelului de echipă creativă adaptată* ca strategie de dezvoltare a creativității rugbiștilor începători și *Modelului pedagogic de dezvoltare a creativității rugbiștilor începători în cadrul antrenamentului sportiv*; elaborarea și valorificarea *Programului experimental de dezvoltare a creativității la rugbiștii începători prin aplicarea metodei sinectice*; structurarea antrenamentelor sportive din punct de vedere teoretic și metodologic; determinarea conținuturilor necesare pentru dezvoltarea creativității la rugbiștii începători (Ghid teoretico-practic privind dezvoltarea creativă a sportivilor începători (rugbiști) în cadrul lecțiilor de antrenament).

Rezultatele obținute care au contribuit la soluționarea problemei științifice: identificarea bazelor teoretico-praxiologice, elaborarea și validarea *Modelului pedagogic de dezvoltare a creativității la rugbiștii începători în cadrul antrenamentului sportiv*, fapt care a reperat valorificarea *Programului experimental de dezvoltare a creativității la rugbiștii începători prin aplicarea metodei sinectice*, contribuind la pregătirea sportivilor rugbiști începători.

Semnificația teoretică a lucrării rezidă din definirea noțiunilor de creativitate, creativitatea sportivilor rugbiști; din identificarea aspectelor teoretice ale reperelor conceptuale ale cercetării; din analiza teoretică a opiniilor, viziunilor, concepțiilor în domeniul creativității, antrenamentului sportiv, jocului de rugby; din dezvăluirea caracteristicilor conținuturilor dezvoltării abilităților creative a rugbiștilor începători în procesul de antrenament; din determinarea nivelurilor de formare a abilităților creative la rugbiștii începători.

Valoarea aplicativă a lucrării este reprezentată de elaborarea și implementarea modelului de echipă creativă adaptată, contribuind la creșterea nivelului de formare a abilităților creative a rugbiștilor începători în procesul de pregătire sportivă; valorificarea și validarea praxiologică a *Programului experimental privind dezvoltarea creativității la rugbiștii începători prin aplicarea metodei sinectice*.

Implementarea rezultatelor științifice s-a realizat cu specialiștii din domeniu, profesori de educație fizică din Chișinău, antrenori și sportivi de performanță, sportivii rugbiști din carul ȘSSAR din Chișinău..

АННОТАЦИЯ БУЛАЙ Вячеслав

Развитие творческих способностей начинающих регбистов в спортивной тренировке синектическим методом.

Докторская диссертация в области педагогических наук, Кишинев, 2024 г.

Структура диссертации: введение, три основные главы, общие выводы и рекомендации, библиография 184 наименования, 4 приложения, 130 страниц основного текста, 51 рисунок, 13 таблиц.

Публикации по теме диссертации: Полученные результаты опубликованы в 10 научных работах (методическое пособие, статьи в специализированных журналах, 4 сообщения на международных конференциях).

Ключевые слова: начинающие регбисты, креативность, творческие способности, спортивная подготовка, результативность, творческие методы, синектический метод, двигательная подготовка, техническая подготовка.

Цель исследования: установление теоретико-методических подходов к развитию творческих способностей начинающих регбистов.

Задачи исследования: Изучение теории и практики развития творческих способностей у начинающих регбистов в процессе спортивной тренировки; концептуализация модели адаптированной творческой группы (АКА); выяснение уровня развития творческих способностей у начинающих регбистов; разработка экспериментальной Программы по развитию творческих способностей начинающих игроков в регби; экспериментальное подтверждение эффективности Экспериментальной программы развития творческих способностей начинающих регбистов.

Новизна и научная оригинальность исследования заключаются в: концептуализации модели творческого коллектива, адаптированной как стратегия развития творческих способностей начинающих регбистов и Педагогической модели развития творческих способностей у начинающих регбистов в спорте. Разработка и внедрение экспериментальной Программы развития творческих способностей начинающих регбистов; структурирование спортивной подготовки с теоретико-методической точки зрения; определение содержания, необходимого для развития творческих способностей у начинающих регбистов (Теоретико-практическое пособие по творческому развитию начинающих спортсменов (регбистов) на тренировочных занятиях).

Полученные результаты способствовали решению научной проблемы: выявлению теоретико-психологических основ, разработке и обоснованию Педагогической модели развития творческих способностей начинающих регбистов в спортивной тренировке определило актуальность Экспериментальной программы по развитию творческих способностей у начинающих регбистов, способствующей подготовке начинающих спортсменов-регбистов.

Теоретическая значимость работы заключается в определении понятий творчества, творчества спортсменов-регбистов; от выявления теоретических аспектов концептуальных ориентиров исследования; от теоретического анализа мнений, видений в области творчества, спортивной подготовки, игры в регби; от выяснения раскрытия особенностей содержания развития творческих способностей начинающих регбистов в тренировочном процессе; от определения уровня сформированности творческих способностей у начинающих регбистов.

Прикладная ценность работы заключается в разработке и внедрении адаптированной творческой группы (АКА), способствующей повышению уровня тренированности творческих способностей начинающих регбистов в процессе спортивной подготовки; апробация и психологическое обоснование экспериментальной Программы развития творческих способностей начинающих игроков в регби.

Внедрение научных результатов осуществлялось совместно со специалистами в данной области, преподавателями физкультуры, тренерами и спортсменами, воспитанниками по регби из С.С.Ш.А.Р. города Кишинева.

ANNOTATION
BULAI Veceaslav

The development of creativity in beginner rugby players in sports training through the synectics method.

PhD thesis in education sciences, Chisinau, 2024

Thesis structure: introduction, three basic chapters, general conclusions and recommendations, references 184 titles, 4 appendices, 130 pages of basic text, 51 figures, 13 tables.

Publications on the thesis topic: The results obtained are published in 10 scientific works (methodological guide, articles in specialized journals, 4 communications at international conferences).

Keywords: beginner rugby players, creativity, creative skills, sports training, performance, creative methods, synectics method, motor training, technical training.

The purpose of the research: establishing the theoretical and methodological approaches for developing creativity in beginner rugby players.

The objectives of the research: Studying the theory and practice of developing creativity in beginner rugby players during sports training; conceptualizing the adapted creative team (ACT) model; ascertaining the level of creativity development in beginner rugby players; the elaboration of the experimental Program regarding the creativity development in beginner rugby players; experimental validation of the Experimental Program effectiveness for the development of creativity in beginner rugby players.

Scientific novelty and originality of the research consists in: conceptualization of *the adapted creative team model* as a strategy for developing in the beginner rugby players the creativity and *the Pedagogical Model for developing creative skills in beginner rugby players through in sports training*; elaboration and valuing *The experimental program on the creativity development in beginner rugby players*; structuring sports training from a theoretical and methodological point of view; determining the contents necessary for developing in the beginner rugby players the creativity through (Theoretical and practical guide on the creative development of beginner athletes (rugby players) during training lessons).

The results obtained that contributed to the solution of the scientific problem: identification of theoretical-praxiological bases, elaboration and validation of *the pedagogical model for developing creativity in beginner rugby players through in sports training*, which identified the value of *the experimental program on developing creativity in beginner rugby players*, contributing to the beginner rugby athletes training.

The theoretical significance of the work lies from the definition of the creativity, rugby athletes creativity notions; the identification of the theoretical aspects of the conceptual guidelines of the research; the theoretical analysis of opinions, views in the field of creativity, sports training, rugby game; the elucidation in revealing the content characteristics of developing in beginner rugby players the creative skills during training process; determining levels of creative skill training in beginner rugby players.

The applicative value of the work is represented by the development and implementation of the adapted creative team model, contributing to the increase in the level of training of the creative skills of beginner rugby players in the sports training process; valorisation and praxeological validation of the experimental Program regarding the development of creativity in beginner rugby players.

Implementation of scientific results was realized with specialists in the field, physical education teachers from Chisinau, coaches and performance athletes, rugby athletes from the SSSAR Chisinau.

Lista tabelelor

1. Tabelul 2.1. Rezultatele chestionării
2. Tabelul 2.2. Răspunsurile respondenților cu privire la ECA
3. Tabelul 2.3. Completarea semnelor din jocul rugby 7
4. Tabelul 2.4. Rezultatele respondenților la testul de imaginație creativă
5. Tabelul 2.5. Compararea mediilor în grupul experimental și grupul martor
6. Tabelul 2.6. Datele privind climatul psihosocial al colectivelor
7. Tabelul 3.1. Elemente ale Testului Torrance de creativitate figurală
8. Tabelul 3.2. Programului experimental privind dezvoltarea creativității la rugbiștii începători prin aplicarea metodei sinectica
9. Tabelul 3.3. Activitățile antrenorului cu rugbiștii- începători
10. Tabelul 3.4. Niveluri de creativitate figurativă a rugbiștilor începători (10-11 ani)
11. Tabelul 3.5. Niveluri de creativitate verbală ale rugbiștilor începători (10-11 ani), %
12. Tabelul 3.6. Indicii pregătirii motrice a rugbiștilor începători (inițial-final, n = 20)
13. Tabelul 3.7. Rezultatele însușirii tehnicii de joc de către rugbiștii începători implicați în experimentul pedagogic

Lista figurilor

1. Figura 1.1. Dimensiunile complementare ale creativității la rugbiștii începători
2. Figura 1.2. Fazele procesului de creație
3. Figura 1.3. Caracteristicile esențiale ale produsului creativ înregistrat de sportivii-rugbiști
4. Figura 1.4. Principiile metodei sinectică (Apud W. Gordon)
5. Figura 1.5. Tipuri de analogii ale metodei sinectice (Apud W. Gordon)
6. Figura 1.6. Principiile antrenamentului (după N.G. Ozolin)
7. Figura 1.7. Principii pedagogice ale antrenamentului sportiv (Apud R. Manno)
8. Figura 1.8. Principii privind conținutul antrenamentului sportiv (Apud D. Harre)
9. Figura 1.9. Principiile orientării și dirijării efortului (Apud I. Șiclovan)
10. Figura 2.1. Necesitatea dezvoltării creativității în cadrul procesului de antrenament
11. Figura 2.2. Necesitatea pregătirii creative a sportivilor rugbiști
12. Figura 2.3. Noțiunea ECA
13. Figura 2.4. Cunoașterea metodelor de stimulare a creativității
14. Figura 2.5. Răspunsurile cu privire la programa existentă în Școlile sportive
15. Figura 2.6. Necesitatea unei programe Școlare (sportivă) care ar eficientiza procesul pregătirii creative a sportivilor rugbiști începători
16. Figura 2.7. Cunoașterea metodei sinectica
17. Figura 2.8. Necesitatea introducerii în cadrul procesului de antrenament a conținuturilor teoretico-practice
18. Figura 2.9. Necesitatea acordării pregătirii teoretico-practice prin utilizarea creativității
19. Figura 2.10. Necesitatea elaborării Ghidului teoretico-practic privind dezvoltarea creativității
20. Figura 2.11. Răspunsuri cu privire despre antrenorii eficienți pentru sportivii începători
21. Figura 2.12. Profilul ECA în sportul de performanță
22. Figura 2.13. Modelului pedagogic de dezvoltare a creativității rugbiștilor începători în cadrul antrenamentului sportiv
23. Figura 3.1. Rezultatele sportivilor începători din grupul martor
24. Figura 3.2. Rezultatele sportivilor începători din grupul experimental
25. Figura 3.3. Rezultatele dezvoltării creativității la subiecții grupelor martor și experimentală la etapa inițială a cercetării (n=40)
26. Figura 3.4. Determinarea înclinațiilor creative ale rugbiștilor începători
27. Figura 3.5. Dezvoltarea gândirii creative a rugbiștilor începători (Johnson Creativity Questionnaire, modificat de E. Tunick)

28. Figura 3.6. Rezultatele sportivilor privind nivelul creativității grupelor martor și experimental la etapa finală (n=40)
29. Figura 3.7. Rezultatele sportivilor privind nivelul creativității la grupele martor și experimental la etapa inițială și finală (n=40)
30. Figura 3.8. Raportul procentajului la indicatorul fluiditate
31. Figura 3.9. Raportul procentajului la indicatorul originalitate
32. Figura 3.10. Raportul procentajului la indicatorul elaborarea figurală
33. Figura 3.11. Raportul procentajului la indicatorul titluri abstracte
34. Figura 3.11. Raportul procentajului la indicatorul „rezistență la închidere”
35. Figura 3.12. Raportul procentajului la indicatorul capacitatea de abstractizare semantică
36. Figura 3.13. Raportul procentajului la indicatorul capacitatea de fluiditate (creativitatea verbală)
37. Figura 3.14. Raportul procentajului la indicatorul capacitatea de flexibilitate (creativitatea verbală)
38. Figura 3.15. Raportul procentajului la indicatorul originalitatea (creativitatea verbală)
39. Figura 3.16. Raportul procentajului la indicatorul elaborarea verbală (creativitatea verbală)
40. Figura 3.17. Rezultatele probei „alergare de viteză” între grupul martor și experimental (băieți)
41. Figura 3.18. Rezultatele dezvoltării vitezei în regim de coordonare (alergare suveică, 3x10 m) la subiecții grupelor martor și experimental
42. Figura 3.19. Rezultatele probei „Săritura în lungime de pe loc” între grupele martor și experimental
43. Figura 3.20. Rezultatele probei „Alegare de rezistență pe distanța de 6 min” între grupele martor și experiment
44. Figura 3.21. Rezultatele probei „Aplecare înainte din șezând” între grupele martor și experiment
45. Figura 3.22. Dinamica indicatorilor motrici ai rugbiștilor începători, grupul martor
46. Figura 3.23. Dinamica indicatorilor motrici ai rugbiștilor începători la grupul experimental
47. Figura 3.24. Dinamica indicatorilor motrici ai rugbiștilor începători la grupele martor și experimentală
48. Figura 3.25. Rezultatele însușirii paselor
49. Figura 3.26. Rezultatele însușirii prinderii balonului
50. Figura 3.27. Rezultatele însușirii loviturii cu piciorul
51. Figura 3.28. Rezultatele însușirii deplasărilor

Lista abrevierilor

ȘSSAR din Chișinău - Școala Sportivă Specializată de Acrobatică și Rugby din Chișinău

FSNR - Federația Sportivă Națională de Rugby

ECA - echipă creativă adaptată

WR - World Rugby

GE - grupul experimental

GM - grupul martor

INTRODUCERE

Actualitatea temei de cercetare și importanța problemei abordate. Dezvoltarea învățământului modern este dominată de tendința de umanizare a conținutului său, precum și a formelor și metodelor de predare și instruire a elevilor, ceea ce a condus la creșterea interesului pedagogiei și psihologiei autohtone și străine pentru problema formării unei *personalități creative*. De o importanță deosebită este formarea *abilităților creative ale elevilor*, ceea ce face necesară identificarea esenței acestui proces. Preocupările numeroase pentru studiul creativității, pentru identificarea și utilizarea unor metode de antrenare și dezvoltare a creației, la nivel individual și de grup, sunt justificate de cerințele sociale actuale și de viitor.

Problema dezvoltării creativității a devenit o cerință de politică economică și de politică a educației. Această deschidere pentru creativitate și spiritele creative o anunță, cu mult timp în urmă, psihologul A. Stoica: o societate care stimulează creativitatea asigură cetățenilor săi patru libertăți de bază: libertatea de studiu și pregătire, libertatea de explorare și investigare, libertatea de exprimare și libertatea de a fi ei înșiși [101].

Baza procesului de formare a abilităților creative ale elevilor în cultură fizică și sportivă se referă la: capacitatea de a opera cu un complex de opțiuni pentru rezolvarea unei sarcini motorii și capacitatea de a genera idei pentru a crea acțiuni motrice originale și constă în a introduce în procesul de predare/instruire a unui complex de sarcini motrice creative, a căror formulare și soluție independentă stimulează dezvoltarea a trei componente principale ale creativității la elevi: *motivația, gândirea productivă și imaginația* [4, 7, 15].

Dezvoltarea capacităților creatoare este un proces continuu ce trebuie realizat pe tot parcursul antrenamentului sportiv, având în vedere factorii cognitivi, caracteriali și sociali. Dezvoltarea acestui atribut esențial al personalității umane poate fi favorizat de următoarele condiții: mediul sportiv creativ, concretizat în folosirea modalităților adecvate care să conducă la fundamentarea procesului creator real.

Cu toate acestea, sfera sportului, inclusiv procesul instructiv-educativ ca verigă esențială, este reflectată din punctul de vedere al creativității în număr limitat de lucrări. Pentru o lungă perioadă de timp, profesorilor de sport li s-au oferit „doar cele mai generale orientări în ascensiunea lor către creativitate” [131, p.93].

În acest context s-a susținut că deținerea *unui talent creativ* este lucru esențial pentru orice lider [166]. Astfel, antrenorii creativi trebuie să caute energic noi probleme având astfel succes, îndeosebi cu privire la abordarea noilor provocări ce impun soluții în afara rutinei

strategiilor de antrenament. *Creativitatea* este o resursă umană importantă, iar persoanele implicate într-un proces de antrenament trebuie să încerce să utilizeze această resursă prin crearea unei ambianțe în care talentele sportive creatoare să poată să exceleze prin performanță [35].

Descrierea situației în domeniul de cercetare și identificarea problemelor de cercetare

Cercetătorii ale căror lucrări au adus o contribuție neprețuită la *dezvoltarea creativității*, evidențiem T. Amabile [4], M. Bejat [7], M. Călin [18], A. Munteanu [68], A. Roșca [89], A. Stoica [101], I.P. Ilini [156], A. Slastenin [156], B. C. Юркевич [163], D.B. Elkonin [164], C Rogers [178], E.P.Torrance [181] și alții. Creativitatea este greu de cercetat și provoacă multe controverse, întrucât domeniul empiric al faptelor legate de această problemă este foarte complex, aceasta, considerată în diverse concepte, potrivit lui G. W. Allport apare ca părți ale unui întregu, pe care nimeni nu l-a putut asambla în întregime.

Analiza lui K.Urban [169] asupra tendințelor studiilor americane și europene ale creativității l-a condus la concluzia că a lua în considerare creativitatea din orice poziție - fie din poziția teoriei cunoașterii, fie din poziția teoriei personalității - duce inevitabil la contradicții insolubile. Prin urmare, atunci când și-a creat teoria creativității, pe care a numit-o teoria 4P, a încercat să generalizeze toate aspectele înțelegerii creativității: o problemă care trebuie rezolvată creativ; procesul care duce de la formularea problemei până la rezultatul soluționării acesteia; produsul acestei decizii creative și, în sfârșit, calitățile personale ale creatorului.

Potrivit lui A.J.Cropley, K.K. Urban [169], toate aceste aspecte, în interacțiune cu condițiile de manifestare a gândirii creative, ar trebui să ofere o idee cuprinzătoare a creativității și a dezvoltării acesteia.

Conform opiniei lui V.N. Druzhinin [129] se identifică trei forme comune de experiență operațională care pot fi distinse în orice tip de activitate: *achiziție, aplicare și transformare*. „Abilitatea de a dobândi cunoștințe se numește învățare, abilitatea de a aplica experiența se numește inteligență, abilitatea de a transforma experiența se numește creativitate”.

Marii pedagogi: J. Piaget, T.S. Komarova, I. Nicola susțin că, de la naștere, copilul posedă doar o anumită potențialitate creativă, care sub influența procesului educativ și a mediului se dezvoltă spre noi nivele ale creativității exprimate prin originalitate și inventivitate.

La vârsta școlară mică suportul natural al creativității îl constituie însușirile psihice caracteristice: *activismul intelectual, receptivitatea vie, interesul de cunoaștere sporit, curiozitatea mereu activă (exprimată prin întrebări frapante, imaginație bogată, capacitate de a inventa, pasiune pentru fabulos, pentru mister); sensibilitate afectivă și sensibilitate la probleme*

(prezentă prin identificarea problemelor chiar și în cazul situațiilor ori lucrurilor aparent arhicunoscute; necesitatea de auto-exprimare, succes și apreciere, îngrijite și exercitate anume în această perioadă prielnică dezvoltării lor, ele se cristalizează în trăsături durabile, iar purtătorul lor se manifestă în toate ca personalitate creativă.

Fiind un complex de însușiri și aptitudini psihice care, în condiții favorabile, generează produse noi și de valoare pentru societate, creativitatea, ca formațiune complexă de personalitate, se formează și exersează cu metode cât mai adecvate structurii sale, metode care să acționeze pe tot parcursul școlarității elevului.

După cum menționează specialiștii: T. Amabile [4], M. Bejat [7], [4], J.G. Rawilson [84], M. Roco [84], A. Stoica [101], W.I.I. Gordon [172] prin *folosirea metodelor de creativitate în grup* se stimulează creația de idei, obținându-se nu numai suma ideilor, ci și altele generate sau îmbogățite. Este necesară lipsa cenzurii sau autocenzurii asupra ideilor, înlăturarea ideilor negative de orice fel, permanenta încărcare de a emite idei.

Metoda sinectică este utilă în multe sectoare de activitate umană. A. Munteanu [68, p. 272] precizează faptul că „*dacă în formulă exhaustivă ea este mai dificil de promovată în școală, se pot fructifica, în schimb, chiar în cadrul orelor curente, principiile și tehnicile de bază ale metodei*”.

Sinectica este cea mai puternică dintre metodele de activare psihologică a creativității create în străinătate. Este o dezvoltare și îmbunătățire ulterioară a brainstorming-ului. Cu toate acestea, dacă metoda obișnuită de brainstorming este realizată de oameni care nu sunt instruiți în tehnici creative speciale, atunci sinectica implică o metodă de căutare a unei idei prin atacarea problemei apărute cu grupuri specializate de profesioniști care utilizează diverse analogii și asociații.

Atunci când se utilizează sinectica, grupurile permanente (echipa), compoziția optimă de 5-7 persoane, (în cazul nostru rugby -7) sunt formate din sportivi pe diferite posturi, cărora li se învață tehnici inventive.

Problema dezvoltării abilităților creative ale elevilor este una dintre principalele probleme ale pedagogiei școlare, deoarece „fenomenul creativității elevilor” nu a fost încă studiat pe deplin și rămân întrebări legate de abilitățile creative ale unui sportiv rugbist începător. Sportivul începător este capabil de propria sa cunoaștere creativă multidimensională și de auto-realizare. Într-adevăr, la această vârstă se păstrează într-o mai mare măsură trăsăturile sensibilității pentru dezvoltarea abilităților creative și a proceselor mentale aferente.

Analiza stării de fapt despre dezvoltarea creativității la sportivii rugbiști începători a contribuit la identificarea următoarelor **contradicții**:

- între necesitatea dezvoltării abilităților creative ale sportivilor rugbiști începători în cadrul activității de antrenament și lipsa suportului metodologic pentru organizarea acestui proces;
- între importanța utilizării condițiilor pedagogice eficiente de realizare a metodei sinectica în cadrul grupului și insuficiența cunoașterii de către antrenori, ce ar asigura dezvoltarea abilităților creative ale sportivilor rugbiști începători.

De aceea, cele expuse anterior ne-au permis să identificăm faptul că dezvoltarea creativității la rugbiștii începători în cadrul antrenamentului sportiv prin metoda sinectică este o problemă actuală, iar cercetarea ei ne va permite să obținem performanțe scontate.

În acest context, **problema cercetării** este: Care sunt reperele psihopedagogice de utilizare a metodei sinectica pentru dezvoltarea creativității la rugbiștii începători în cadrul antrenamentului sportiv?

Obiectivele cercetării:

- studierea teoriei și practicii dezvoltării creativității la rugbiștii începători în cadrul antrenamentului sportiv; conceptualizarea modelului de echipă creativă adaptată (ECA);
- constatarea nivelului de dezvoltare a creativității la rugbiștii începători;
- elaborarea *Programului experimental privind dezvoltarea creativității la rugbiștii începători prin aplicarea metodei sinectica*;
- validarea experimentală a eficienței *Programului experimental de dezvoltare a creativității la rugbiștii începători prin aplicarea metodei sinectica*.

Ipoteza cercetării. S-a presupus că elaborarea și implementarea *Modelului pedagogic de dezvoltare a creativității rugbiștilor începători în cadrul antrenamentului sportiv*, precum și a *Programului experimental privind dezvoltarea creativității la rugbiștii începători prin aplicarea metodei sinectica*, va contribui substanțial la creșterea nivelului pregătirii sportive a acestora.

Sinteza metodologiei de cercetare și justificarea metodelor de cercetare alese:

Dezvoltarea creativității prin metodele culturii fizice va duce la realizarea abilităților creative în alte domenii ale vieții. Sportul rugby va permite a păstra și întări „pregătirea psihologică”, care este o condiție importantă pentru dezvoltarea abilităților creative [159].

Cercetarea a fost axată pe rezultatele investigațiilor din antrenamentul sportiv pe plan național și internațional, fiind analizate lucrările diversilor specialiști din domeniu și anume pe *jocul de rugby*, folosind rezultatele specialiștilor cu renume, cum ar fi: D. Badea [6], V. Constantin [26], V. Tăbîrța [107], N. Bragarenco [8], G. Lepciuc [58] și alții.

Cercetătorul V.Tăbîrța menționează că rolul important în cadrul antrenamentului sportiv, inclusiv și în jocul de rugby, îl joacă dozarea corectă a efortului fizic [107].

N.Bragarenco [8] menționează că cunoașterea regulilor de joc și pregătirea fizică a arbitrilor nu este suficient pentru a dirija un meci de rugby, a aplica corect și imparțial prevederile regulamentului, arbitrul trebuie să aibă cunoștințe aprofundate despre tehnica și tactica jocului care va permite anticiparea abaterilor de la regulament.

Esențele cercetării au fost dezvăluite în baza următoarelor metode: *la nivel epistemologic* - documentarea științifică, metoda inductiv-deductivă, analiza conceptuală și sinteza hermeneutică, raționamentul și argumentarea; *la nivel teoretic* – modelizarea experimentului pedagogic, observarea, colectarea datelor, prelucrarea matematică a datelor, interpretarea datelor; *la nivel hermeneutic* – sinteza interpretativă, sistematizarea și comentarea, deducerea; *la nivel praxiologic* – chestionarea, observarea, experimentul pedagogic, metode statistice de prelucrare a rezultatelor experimentului (criteriul Torrens, S.I. Gin., E. Tunick).

Noutatea și originalitatea științifică a cercetării constă în:

- *fundamentarea dezvoltării creativității rugbiștilor începători axată pe metoda sinectică;*
- *conceptualizarea Modelului de echipă creativă adaptată ca strategie de dezvoltare a creativității rugbiștilor începători și Modelului pedagogic de dezvoltare a creativității rugbiștilor începători în cadrul antrenamentului sportiv;*
- *elaborarea și valorificarea Programului experimental privind dezvoltarea creativității la rugbiștii începători prin aplicarea metodei sinectică;*
- *structurarea antrenamentelor sportive din punct de vedere teoretic și metodologic;*
- *determinarea conținuturilor necesare pentru dezvoltarea creativității la rugbiștii începători prin metoda sinectică (Ghid teoretico-practic privind dezvoltarea creativă a sportivilor începători (rugbiști) în cadrul lecțiilor de antrenament).*

Rezultatele obținute care au contribuit la soluționarea problemei științifice: identificarea bazelor teoretico-praxiologice, elaborarea și validarea *Modelului pedagogic de dezvoltare a creativității rugbiștilor începători în cadrul antrenamentului sportiv*, fapt care a reperat valorificarea *Programului experimental privind dezvoltarea creativității la rugbiștii începători prin aplicarea metodei sinectică*, contribuind la pregătirea sportivilor rugbiști începători.

Semnificația teoretică rezidă din definirea noțiunilor de creativitate, creativitatea sportivilor rugbiști; din identificarea aspectelor teoretice ale reperelor conceptuale ale cercetării; din analiza teoretică a opiniilor, viziunilor, concepțiilor în domeniul creativității, antrenamentului

sportiv, jocului de rugby; din elucidarea metodei sinectica în dezvoltarea caracteristicilor conținuturilor dezvoltării abilităților creative a rugbiștilor începători în procesul de antrenament; din determinarea nivelurilor de formare a abilităților creative la rugbiștii începători.

Valoarea aplicativă este reprezentată de elaborarea și implementarea modelului de echipă creativă adaptată, contribuind la creșterea nivelului de formare a abilităților creative a rugbiștilor începători în procesul de pregătire sportivă; valorificarea și validarea praxiologică a *Programului experimental privind dezvoltarea creativității la rugbiștii începători prin aplicarea metodei sinectica*.

Implementarea rezultatelor științifice s-a realizat cu specialiștii din domeniu, profesori de educație fizică din Chișinău, antrenori și sportivi de performanță, sportivii rugbiști din carul ȘSSAR din Chișinău.

Aprobarea rezultatelor cercetării s-a realizat prin prezentările la conferințele științifice naționale și internaționale: Stimulating creativity in the game of rugby 7 through the synectic method. In: Middle East International Conference on Contemporary Scientific Studies-V. Proceedings book. Volume III. Ankara, Turkey, March 27-28, 2021; Pilot study regarding the model of adapted creative team in performance sport. In: Sport și Societate, Vol. 18, Iași, 2019; Stimularea creativității în jocul rugby 7 prin metoda sinectică. În: Cultura fizică: probleme științifice ale învățământului și sportului: Materialele Conferinței științifice internaționale a doctoranzilor. Chișinău: USEFS, 2012; Dezvoltarea creativității copiilor care practică rugby în cadrul școlilor sportive = Developing the creativity of children who practice rugby in sports schools. În: Știința culturii fizice, nr. 37/1, 2021; Studiu experimental privind manifestarea creativității la rugbiștii începători (10-11 ani) prin Testul Torrance = Experimental study on the manifestation of creativity in beginner rugby (10-11 years) through the Torrance Test. În: Știința culturii fizice, nr. 36/2, 2020; Dezvoltarea atitudinii pozitive a elevilor prin educație fizică și sport. În: Simpozionul național științifico-practic “Promovarea valorilor sportului național în comunitatea școlară prin metodele de bune practici”. Chișinău: Valinex, 2019; Managementul organizațiilor de educație fizică și sport. Chișinău: Valinex, 2021

Cuvinte-cheie: rugbiști începători, creativitate, abilități creative, antrenament sportiv, performanță, metode creative, metoda sinectică, pregătire motrice, pregătire tehnică.

Structura tezei. teza include introducerea, trei capitole de bază, concluziile generale și recomandări, bibliografie 184 titluri, 4 anexe, 130 pagini text de bază, 51 figuri, 13 tabele.

Sumarul compartimentelor tezei

Introducerea reprezintă esența suportului argumentării temei alese pentru cercetare. În această direcție s-a făcut referire la: actualitatea și importanța problemei abordate în metodologia

creativității și antrenamentului sportiv, la problema cercetării noastre, s-a formulat scopul, s-au stabilit obiectivele cercetării, precizându-se inclusiv și noutatea științifică. Totodată s-a argumentat importanța teoretică și valoarea aplicativă a lucrării, fiind elucidate principalele rezultate științifice. Au fost determinate fundamentele teoretice și metodologice ale eficientizării procesului de pregătire a rugbiștilor începători prin stimularea creativității (metoda sinectica), fapt ce a condus la elaborarea modelelor de programe adecvate. De asemenea, complexul de mijloace de dezvoltare a creativității la rugbiștii începători în cadrul antrenamentului sportiv a condus la eficientizarea procesului de pregătire a acestora.

Este descrisă noutatea științifică a rezultatelor obținute, importanța teoretică și valoarea aplicativă a lucrării orientată spre soluționarea problemelor existente în perspectiva dezvoltării creativității la rugbiștii începători în cadrul antrenamentului sportiv, dar și modalitatea de aplicare a rezultatelor cercetării științifice prin concluzii și recomandări metodice.

Capitolul 1. Repere teoretico-metodologice ale dezvoltării creativității la rugbiștii începători în cadrul antrenamentului sportiv conține abordarea conceptelor cheie. Se face o analiză temeinică a surselor documentare la tema tezei. Se definește noțiunea de creativitate, argumentându-se ca fiind un proces, o aptitudine etc. De asemenea se descriu trăsăturile creativității, fazele procesului creator. Apoi cu lux de amănunte se descrie creativitatea rugbiștilor, implicând faze și trăsături. Un rol important se acordă descrierii jocului de rugby. Sunt descrise problemele teoretice și metodologice ale antrenamentului sportiv în contextul utilizării metode sinectica, care este o metodă de creativitate ce se realizează în cadrul echipei sportive.

Se evidențiază aspectele metodei sinectica care ajută la detectarea constrângerilor false sau redundante ce împiedică găsirea unei soluții la problemă și, în consecință, contribuie la apariția unei idei noi. De asemenea se menționează faptul că sportivii pot fi învățați că pot acționa în moduri diferite în anumite situații. Acest lucru contribuie la dezvoltarea gândirii creative, creșterea stimei de sine precum și în reducerea anxietății.

Se menționează că scopul sarcinilor rezolvate de grupul sinectic (echipa) se extinde (număr de jucători, de asemenea, în comparație cu grupul de resurse în brainstorming. Dar sesiunea sinectică necesită mai mult timp (în cazul nostrum de volum de antrenamente) și impune, de asemenea, cerințe mai stricte asupra compoziției grupului (echipei) și a liderului (antrenorului).

În **Capitolul 2. Coordonate metodologice și experiențiale de dezvoltare a creativității rugbiștilor începători** este descris cadrul experimental al cercetării, cu referiri exacte la metode de cercetare științifice utilizate în teză, la testele aplicate precum și la maniera de organizare și

desfășurare a experimentului pedagogic. Sunt prezentate metode de prelucrare și interpretare a informațiilor statistico-matematice aplicate în cercetare și efectele utilizării instrumentului matematic pentru determinarea eficienței modelului de echipă creativă adaptată (ECA) în sportul de performanță. În acest capitol, s-a menționat necesitatea elaborării și aplicării *Programului experimental privind dezvoltarea creativității la rugbiștii începători prin aplicarea metodei sinectica* precum și *Modelului pedagogic de dezvoltare a creativității rugbiștilor începători în cadrul antrenamentului sportiv*.

Capitolul 3. Demers experimental privind dezvoltarea creativității la rugbiștii începători în cadrul antrenamentului sportiv. Acest capitol este consacrat argumentării datelor furnizate de experimental pedagogic care constă în aprecierea și dinamica indicatorilor de criterii a abilităților creative, precum și indicatori motrici înregistrați la rugbiștii începători cuprinși în cadrul experimentului pedagogic în grupele martor și experimental.

Reprezentarea grafică a analizei statistico-matematice potențează rezultatele experimentului, facilitează inteligibilitatea rezultatelor și argumentează la nivel de cercetare concluziile și recomandările abordate.

Se finalizează cu **Concluzii generale și recomandări**, anexe și acte de implementare a rezultatelor cercetării în practică orientate spre stimularea creativității în jocul de rugby.

1. REPERE TEORETICO-METODOLOGICE ALE DEZVOLTĂRII CREATIVITĂȚII LA RUGBIȘTII ÎNCEPĂTORI ÎN CADRUL ANTRENAMENTULUI SPORTIV

1.1. Abordări conceptuale ale creativității și creativității rugbiștilor

Cercetarea creativității este unul din dezideratele societății postmoderne, care se caracterizează prin schimbări continue și rapide, în toate aspectele vieții noastre – educație, știință, tehnologii, asigurând o dezvoltare armonioasă culturală, atât în plan individual, cât și în perspectiva educației.

Literatura de specialitate, în primul rând, cea *psihologică*, precizează faptul că, din punct de vedere istoric, studiul *creativității* a întâmpinat cel puțin șase obstacole majore, acestea fiind [99, p.132]:

- la început, *cercetarea creativității* s-a desprins din tradiția misticismului și a spiritualității, aparent indiferentă sau poate chiar contrară spiritului științific;
- impresia creată de abordările pragmatice ale creativității că studiul acesteia se desfășoară sub semnul „comercializării” care, deși îi asigură popularitate, o privează de fundamentarea teoretică psihologică și de validarea specifică experimentului psihologic;
- atât din punct de vedere teoretic, cât și metodologic, studiile inițiale legate de creativitate s-au izolat de principalul curent al psihologiei științifice, transformând *creativitatea* într-un fenomen considerat marginal în raport cu preocupările centrale ale întregului domeniu al psihologiei;
- dificultățile în definirea și stabilirea criteriilor creativității au ridicat probleme de metodologie a cercetării. Testele de creativitate de tip creion-hârtie au rezolvat unele dintre aceste probleme, dar au atras critici referitoare la trivializarea fenomenului;
- abordările individuale au insinuat că *fenomenul creativ* este un proces de excepție al proceselor și structurilor existente și, prin urmare, studierea separată a creativității nu a fost întotdeauna necesară. În realitate, astfel de abordări au presupus că fenomenul creativității este subordonat lor, fiind considerat un caz excepțional al fenomenelor supuse deja investigației;
- abordările unidisciplinare înclinate să confunde un aspect parțial al creativității (de exemplu, procesele cognitive sau trăsăturile de personalitate caracteristice individului

creativ) cu fenomenul în ansamblul său au avut, adesea, ca rezultat o viziune limitată asupra creativității.

Nu există o poziție pe deplin dezvoltată și unificată cu privire la natura creativității, condițiile și stimulentele acesteia, deși pot fi indicate unele tendințe generale în abordări. Cercetătorii M. Roco [87], A. Roșca [89], A. Stoica [101] în domeniul creativității susțin ideea, care rezultă în mod natural din poziția activității psihicului uman, că creativitatea este esența activității umane.

Creativitatea este, de asemenea, inerentă omului ca și conștiință, gândire, memorie, imaginație. Condiția prealabilă pentru creativitate este flexibilitatea bine-cunoscută gândirii umane, care se manifestă prin capacitatea individului de a avea o viziune multilaterală a lumii. În *creativitate*, o persoană apare ca o ființă independentă, care se dezvoltă de sine stătător, ca subiect și, în același timp, rezultatul propriei activități.

După cum menționează F. Barron și D. Harrington [165, p. 45] „Experiența creativității depășește depresia, dualitatea, aservirea către exterior. Prin *creativitate* ne referim întotdeauna nu la crearea produselor culturale, ci la șocul și ascensiunea întregii ființe umane, îndreptate către o viață diferită, superioară ... Acesta este elementul de libertate care intră în orice act creativ autentic”.

Varietatea de opinii privind definirea *creativității* evidențiază ideea unui fenomen obiectiv determinat de stadiul cercetărilor. Aproximarea punctelor de vedere este o consecință necesară și firească a diversității, care reflectă căutările divergente și aspirațiile de a defini creativitatea.

Problema creativității este abordată, în diferite moduri, de curente și școli de psihologie, iar numeroasele teorii evidențiază esența *procesului creativ*, care poate fi nuanțat, interpretat și reinterpretat. Creativitatea a constituit, însă, o provocare pentru toate școlile psihologice care au abordat-o ca pe o ramură de sine stătătoare, în conformitate cu conceptele lor fundamentale [112, p.19].

Conform cercetărilor din domeniul creatologiei, se disting mai multe definiții ale conceptului de *creativitate*, ca fiind activitatea care vizează producerea a ceva complet nou și care se distinge prin originalitate și unicitate [89, 90, 91].

Definirea conceptului de *creativitate* reprezintă o problemă teoretică importantă. Diferiți cercetători își propun propriul sens și denumesc criterii diferite, distingând procesul creativ de cel necreativ.

În opinia noastră, cercetarea trebuie să înceapă în *psihopedagogia creativității* cu o justificare teoretică clară a conceptelor esențiale, cu clarificarea specificului obiectului și

subiectului de studiu propriu-zis, și atunci putem vorbi despre creativitate ca proprietate a oricărei materii sau a unei persoane.

În primul caz, înțelegerea naturii creativității este asociată cu o înțelegere largă a legilor care guvernează universul, cu ideea evoluției generale a naturii etc. [43].

În psihologie termenul de *creativitate* a fost introdus G. W. Allport, desemnând capacitatea de a produce noul, dispoziția generală a personalității spre nou, o anumită organizare a proceselor psihice în sistemul de personalitate [3, p.112]. Deși a lansat termenul, G. W. Allport nu s-a preocupat și de analiza procesului de creație sau de structurile individuale creative.

J. Moran este cel care propune termenul de *creativitate*, desemnând prin aceasta facultatea de a introduce în lume un lucru oarecare nou [176]. După R. Sternberg *creativitatea* este procesul care are rezultat un lucru nou accentuat ca justificabil, util sau satisfăcător de către un grup într-un anumit timp [99, p.95].

Dicționarul psihologic semnat de U. Șchiopu definește *creativitatea* ca fiind dispoziția spontană de a crea și inventa și evidențiază potențialul în fiecare persoană, la toate vârstele [103].

Din altă perspectivă, *creativitatea* este, înainte de toate, un proces care duce la un anumit produs [90, p.45]. M. Gîrboveanu susține că actul creator poate fi considerat ca o serie de operații intelectuale simple a căror natură și legi de succesiune trebuie determinate [45, p.56]. După A. Munteanu *esența creativității* constă în reorganizarea experienței anterioare și în construirea unor noi modele din vechile elemente de cunoaștere [68].

Cercetătorul P. Popescu – Neveanu definește *creativitatea* drept „operație intelectuală care antrenează abilitățile de gândire divergentă, redefinire și transformare, puse în mișcare de sensibilitatea la probleme” [76, p. 108].

Psihologul E. P. Torrance definește *creativitatea* „un proces de sensibilizare la probleme, deficiențe, goluri în cunoștințe, elemente care lipsesc, dizarmonii etc.; identificarea dificultăților; căutarea de soluții sau formularea ipotezelor asupra deficiențelor: testarea și retestarea acestor ipoteze și, posibil, modificarea și retestarea lor; în final, comunicarea rezultatelor” [181].

În baza conceptului lui J. Guildford, E. Torrance a evidențiat ideea că *creativitatea* este ca „o abilitate care se bazează pe interrelațiile dintre inteligență, caracteristici personale și abilități de gândire productivă. Ei au împărțit procesul creativ în percepția unei probleme, căutarea unei soluții, apariția și formularea ipotezelor, testarea ipotezelor, modificarea lor și găsirea rezultatului [181]”.

Pedagogul V. A. Slastenin accentuează că prin „*creativitate* se înțelege capacitatea, reflectând proprietatea profundă de a crea valori originale și neobișnuite, de a lua decizii nestandarde.” Autorul se referă la acest concept în legătură cu abordările moderne ale educației,

deoarece principala cerință astăzi este dezvoltarea unei persoane creative, capabilă să depășească ceea ce este cunoscut, să ia decizii nestandard și să producă performanțe caracterizate de nouitate [156].

Având în vedere diferitele opinii și abordări ale acestora, formulăm următoarea definiție a *creativității*, care reprezintă „abilitatea creativă a unei persoane, ce se caracterizează printr-o disponibilitate de a accepta și de a crea idei și produse radical noi, care diferă de modelele tradiționale de gândire, în general, acceptate și este inclusă în structura dotației ca factor independent, precum și capacitatea de a rezolva problemele care apar în cadrul parametrilor neschimbați ai sistemului”.

Psihologul J.G Rawilson consideră că una dintre fazele dezvoltării creativității umane - *viața* și această fază generează evoluția constantă a creativității naturale [84]. A. Roșca stabilește *creativitatea* în centrul evoluției lumii, care, în opinia sa, începe cu elemente chimice și se termină în sufletul geniului [90, p.78].

Astfel, creativitatea este inerentă naturii neînsuflețite și celei vii - înainte de apariția omului, și a societății.

O altă viziune asupra *creativității* o desemnează ca fiind caracteristica specifică a vieții umane, ca ceva care distinge oamenii și indivizii oricărei altei specii. Într-un sens mai restrâns, *creativitatea* este o activitate profesională, specială în astfel de domenii creative: *știință, artă, literatură* etc..

I. Moraru definește *creativitatea* ca pe un proces de transformare a unor elemente asociative în combinații și distinge trei feluri de asociații creative [65, pp.113-114]:

- *serendipitatea* – adică posibilitatea de a realiza asociații pe baza contiguităților întâmplătoare ale mediului, asociații care conduc spre noi descoperiri;
- *asemănarea* – poate promova creativitatea pe baza contiguității unor cuvinte, ritmuri, structuri și obiecte;
- *medierea* – prin simboluri, cum ar fi cele folosite în matematică, chimie și alte științe, poate determina asociații care ne conduc spre idei noi.

M. Roco a reușit să pătrundă natura posibilităților omului de a gândi creativ, elaborând totodată și instrumentele necesare măsurării acestor aptitudini. Inițial, aceste instrumente erau destinate exclusiv măsurării aptitudinilor adulților [87].

A. I. Taylor diferențiază *cinci niveluri de creativitate* [Apud P. Jelescu, I.Racu]:

1. *Creativitatea expresivă* reprezintă treapta de bază, o expresie independentă pentru care originalitatea și calitatea produsului nu sunt esențiale. Caracteristica principală a acestei creativități o constituie spontaneitatea și libertatea.

2. *Creativitatea productivă*, implică punerea în funcțiune a talentelor sau aptitudinilor dezvoltate și controlate, persoana dezvoltând un nivel superior de comportament, chiar dacă produsul este sau nu original în raport cu producțiile altora.
3. *Creativitatea inventivă*, caracterizată prin surprinderea unor noi relații și utilizarea originală a experienței dobândite.
4. *Creativitatea inovatoare superioară*, implică modificarea semnificativă a fundamentelor sau principiilor care stau la baza unui domeniu, necesitând o remarcabilă aptitudine de conceptualizare.
5. *Creativitatea emergentă*, nivelul cel mai elaborat, corespunde conceperii de principii fundamentale noi.

Dacă luăm în considerare faptul că ponderea muncii mentale în aproape toate profesiile este în continuă creștere și o parte din ce în ce mai mare a activității de desfășurare este transferată la tehnologii, devine evident că *gândirea creativă a unei persoane* ar trebui să fie recunoscută ca fiind cea mai esențială parte a intelectului său, iar sarcina dezvoltării sale este una dintre cele mai importante acțiuni privind educația unei persoane postmoderne.

Pornind de la definirea creativității ca rezolvare de probleme, *gândirea creativă a elevilor* este considerată drept o formă aparte a comportamentului de rezolvare, caracterizată prin [79, p.39]:

- noutate și valoare, chiar dacă numai pentru subiectul în cauză;
- neconvenționalitate, în sensul că cere modificarea sau respingerea ideilor anterioare;
- motivație și persistență ridicate, manifestate fie pe o durată mare de timp, fie la o intensitate înaltă;
- dificultate în formularea problemei.

Prin urmare, în educația școlară, o atenție specială ar trebui acordată dezvoltării unui stil de *gândire creativ* și nu numai reproductiv. În acest moment, este nevoie de psihologi, profesori, părinți, antrenori, care vor îmbunătăți modalitățile de influență psihologică și pedagogică asupra formării personalității unui copil pentru a-i dezvolta abilități intelectuale, comunicative și creative.

La vârsta școlară mică, cele mai eficiente sunt mecanismele psihologice de imitare a unui adult creativ, manifestându-se stima de sine, acceptarea și stăpânirea rolurilor, întrucât elevii sunt caracterizați, pe de o parte, prin imitarea adultului; prin crearea de produse ale activității și, pe de altă parte - din cauza lipsei de experiență, a imposibilității implementării independente a multora dintre ideile, jocurile și mijloacele (exerciții motrice) creative [27].

Prin urmare, este inevitabilă o orientare către opinia altcuiva semnificativă în dorința de a-l imita, implementarea realizărilor lor creative în comparație cu ale colegilor lor de clasă sau cu ale antrenorului.

Creativitatea rugbiștilor este un proces, care se manifestă prin explorarea problemelor în cadrul jocului de rugby și oferirea de soluții pertinente. Una dintre condițiile prioritare pentru dezvoltarea creativității este adoptarea unui cadru legal specific mediului educațional, inerent microclimatului școlilor sportive din Moldova. În cadrul acestora putem identifica un mediu educațional special de dezvoltare, care permite rezolvarea eficientă a problemelor dezvoltării complexe a sportivilor rugbiști.

Există mai multe opinii conform cărora dimensiunile complementare creative sunt în număr de trei: *potențial creativ*, *proces creativ* și *produs creativ*, care racordate la tema cercetării, creativitatea rugbiștilor, ar include aspecte ce se pot caracteriza prin: potențialul creativ - sportivi (rugbiști) începători; procesul creativ - procesul de antrenament; produsul creativ - rezultate competiționale, fiind reprezentate în figura 1.1.

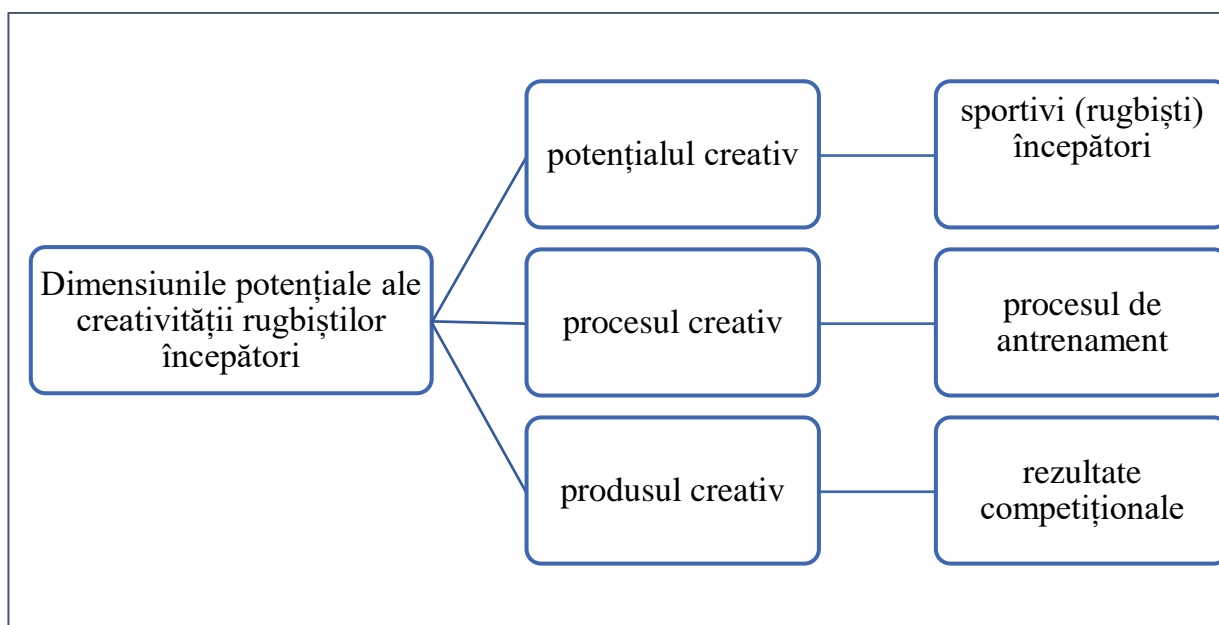


Figura 1.1. Dimensiunile complementare ale creativității la rugbiștii începători [24, p. 234]

Cercetătorul A. Poincaré distinge patru *faze ale procesului creativ* [177]: prima este *faza inițială* sau pregătitoare, a doua este *incubația* sau maturizarea, a treia este *iluminarea* sau o perspectivă, iar a patra este *verificarea* (Figura 1.2).

Prima fază a creativității nu începe cu fapte, dar începe cu realizarea problemei. Faptele și situațiile din care apare problema sunt, de obicei, disponibile pentru mulți. Dar numai cei instruiți le pot evalua și formula soluții în baza analizei problemei. Abilitatea de a simți, a găsi și

a formula problema este una dintre caracteristicile principale ale *gândirii creative*. Cu toate acestea, sursele obiective ale problemelor creative se pretează analizei. Adesea curiozitatea și amuzamentul inactiv sunt sursa lor.

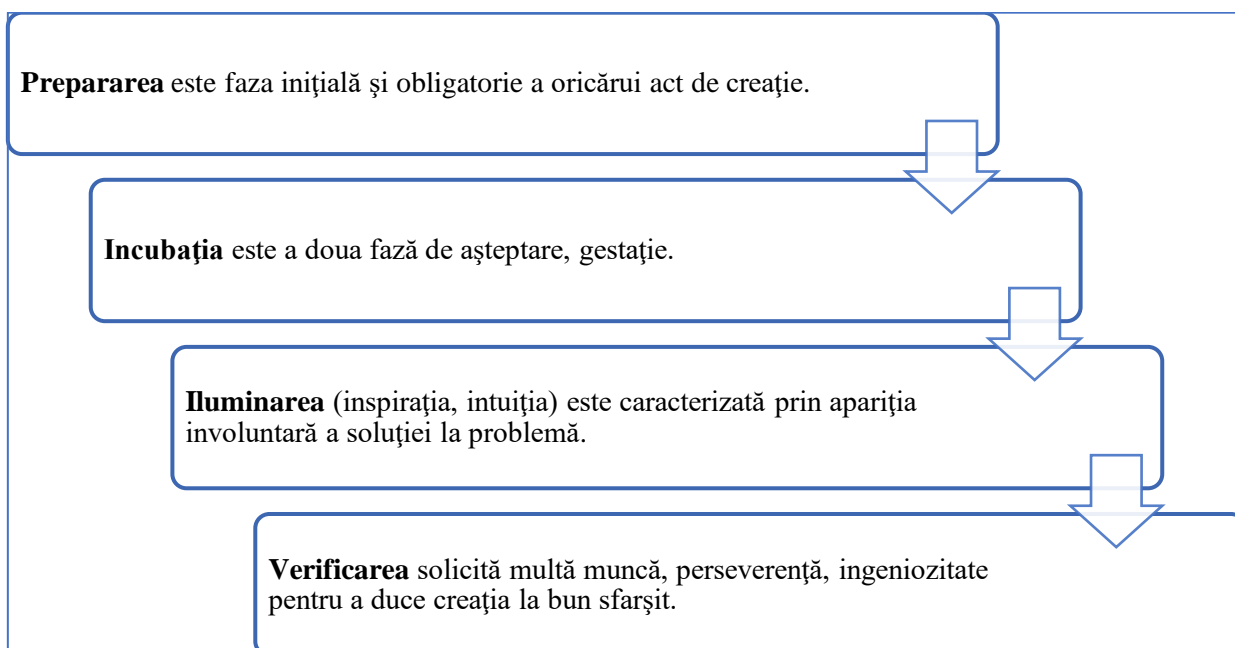


Figura 1.2. Fazele procesului de creație [177]

Pregătirea constă în cercetarea conținutului nou, prelucrarea și planificarea acestuia, meditația în baza unor sarcini, ce urmează a fi rezolvate și reprezintă o perioadă de concentrare conștientă asupra problemei. Ea cuprinde mai multe subetape: *sesizarea problemei, formularea ei în termeni foarte clari, analiza datelor problemei, enunțarea și testarea diferitelor ipoteze rezolutive*.

Incubația înseamnă distragerea atenției de la sarcină, când „evenimente mentale” încep să se întâmple involuntar (subconștient) fără controlul conștiinței. Este aparent pasivă, această fază este una de „arderii intense”, când au loc o serie de prelucrări paralele, când se stabilesc conexiuni care nu au fost realizate anterior. În această perioadă, este mai bine să faci altceva sau doar să te relaxezi. Perioada de incubație poate dura de la câteva ore la câțiva ani.

Iluminarea reprezintă apariția „unui fulger” de conștientizare că s-a găsit o soluție la problemă. Inconștientul dă rezultatul muncii depuse, care se obține adesea prin combinarea imaginilor și asociațiilor aleatorii. Poate fi considerat „momentul străfulgerării ideii”, când răspunsul pe care îl căutăm „apare ca o iluminare bruscă a conștiinței, ca o intuiție instantanee și aproape miraculoasă”.

Control reprezintă verificarea conștiinței asupra soluției găsite, selectarea ideilor și testarea ipotezelor. Ideea originală este evaluată, rafinată și susținută de argumente raționale.

Este faza finală în care soluția găsită este testată, examinată pentru a fi eliminate posibile erori/lacune și pentru a stabili valoarea de originalitate și utilitate a produsului obținut.

Există alte metode de verificare mai eficiente a soluțiilor, deși sunt mai laborioase. În domeniul creativității, cel mai simplu mod este de a construi un model și, în acest caz, este ușor să se stabilească gradul de eficacitate al soluției găsite.

O altă modalitate este de a recrea fenomenele, în condiții artificiale, prin experiență (dacă este vorba de antrenor), experiment (când este cazul de a verifica eficiența sus amintită), asupra cărora gândirea creativă a presupus soluții.

Un produs creativ poate fi creat atât în artă, cât și în știință. Mai mult, potrivit cercetătorilor F. Barron, D. Harrington *creativitatea* este prezentă și la toate nivelurile și în toate domeniile [165]. Prin legătura dintre trăsăturile creativității și proprietatea intelectuală, ei evidențiază domenii, însoțite de creativitate: *programarea computerelor, fotografia, designul, filmul, videoclipul, muzica, editura, televiziunea, sportul și anume jocuri sportive, iar în cazul nostru rugby.*

Privită ca produs, *creativitatea elevilor* prezintă două aspecte relativ diferite [90]:

1. produsul sau capacitatea dobândită pe baza factorilor (intelectuali, aptitudinali și de personalitate) prin activitate, educație și experiență;
2. produs al creației, exprimat în ceva material (un desen, un proiect, o compunere, un obiect construit etc.).

Federația Sportivă Națională de Rugby din Republica Moldova este o instituție de educație pentru copii de cultură fizică și orientare sportivă destinată desfășurării activității educaționale în cluburi sportive de rugby, de formare a tinerilor sportivi, oferind pregătirea inițială și de bază pentru specializarea în această probă de sport. Având în vedere definiția termenului de școală sportivă, trebuie remarcat faptul că antrenamentul în cadrul acesteia are drept scop educarea unui sportiv profesionist cu potențial de a obține rezultate înalte. Prin urmare, antrenamentul de rugby se bazează pe activitatea fizică, precum și pe formarea/dezvoltarea componentei sportive a copiilor.

Caracteristicile esențiale cu privire la produsul creativ, în cazul de față, jocul de rugby s-au manifestat și la sportivii rugbiști (Figura 1.3.):

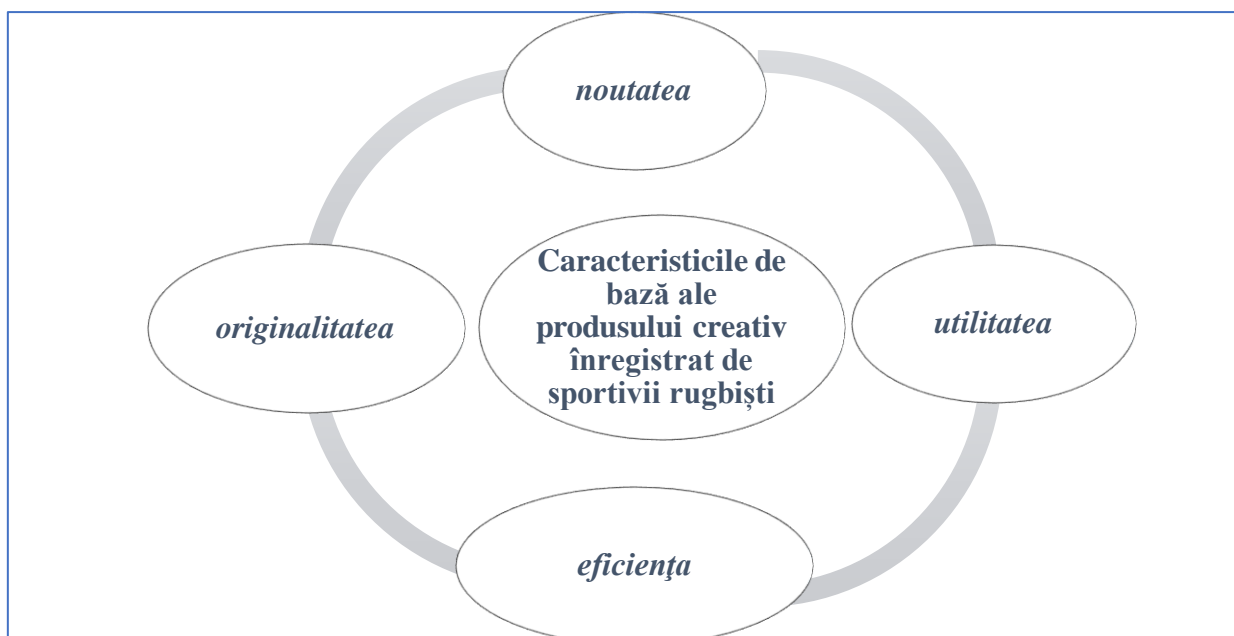


Figura 1.3. Caracteristicile esențiale ale produsului creativ înregistrat de sportivii rugbiști [91]

- *Originalitatea* reprezintă produsul autentic raportat la nivelul unei echipe, ori la sportiv, în mod individual. Originalitatea dobândește diferite dimensiuni cum ar fi: imprevizibilitate, surpriză, unicitate etc. *Imprevizibilitatea* presupune că produsul realizat să nu fie rezultatul unor procese logice obișnuite, ci al așa numitei „gândiri laterale”. Cât privește *surpriza*, aceasta este o reacție psihică produsă de ceva neașteptat, iar *unicitatea* produsului este o garanție a originalității sale. Originalitatea poate fi apreciată și în mod statistic, atunci când se caută unicitatea în cadrul unei mulțimi de răspunsuri. Cu cât frecvența apariției unui răspuns este mai mică în cadrul colectivului de elevi, cu atât este mai original.
- *Noutatea* se regăsește în produsul elaborat, care trebuie să fie original și nou, adică acțiunile jocului de rugby. Este vorba de capacitatea persoanei creative de a transforma funcția unui obiect pentru a-l face util într-o formă nouă;
- *Utilitatea* - produsul ar trebui să rezolve unele probleme, să realizeze scopul specific al jocului rugby. Produsul creat desemnează măsura în care acesta este relevant, adică răspunde unei nevoi practice sau este adecvat realității. Utilitatea produsului este, de fapt, un criteriu introdus pentru a distinge rezultatul imaginației aplicate la realitate de producțiile aberante și rupte de realitate din timpul stărilor de alterare a conștiinței. Este vorba de situații în care imaginația debordantă încalcă anumite legități obiective;
- *Eficiența* evidențiază caracterul performanței, rezultatul înregistrat de sportivii rugbiști prin valorificarea unui produs creativ.

Aceste *caracteristici evidențiază și caracterizează produsul creativ*, valorificând trăsăturile individuale ale fiecărui rugbist [170].

Natura creativă a activității sportive a jocului are un efect versatil asupra dezvoltării corpului elevului și devine principalul motiv pentru menținerea interesului pentru joc pe tot parcursul vieții umane. Și de aceea jocurile sunt în mod constant îmbunătățite și dezvoltate.

Jocul, inclusiv jocul sportiv, este un tip independent și colectiv (echipă) de activitate creativă, de natură simbolică, datorită nevoii de cunoaștere a lumii înconjurătoare și a transformării sale active. Activitatea de joc este o activitate psihomotorie complexă a jucătorilor care vizează atingerea unor obiective stabilite condițional, a căror valoare subiectivă stă direct în procesul de joc în sine.

Majoritatea jocurilor sportive și dinamice în aer liber includ o mulțime de exerciții fizice, a căror implementare necesită transferul abilităților motorii existente la situația jocului.

O importanță deosebită este utilizarea metodei sarcinilor creative, care asigură dezvoltarea creativității în pregătirea combinațiilor de exerciții fizice [108].

Specific termenului de *creativitate* se utilizează și termenul *abilități*, care are o aplicație îndelungată și răspândire în psihologie, dar prezența în literatura de specialitate a definițiilor precise ale acestuia, este ambiguă.

În prezent, cea mai răspândită definiție de *abilitate* care se axează pe următoarele trei caracteristici identificate de P. Popescu – Neveanu sunt următoarele:

- acestea sunt caracteristici psihologice individuale care disting o persoană de alta;
- numai acele caracteristici care sunt relevante pentru succesul activității sau mai multor activități;
- nu sunt reductibile la cunoștințe, aptitudinile și abilitățile care au fost deja dezvoltate de o persoană, deși ele determină ușurința și viteza de dobândire a acestora [76].

Abilitățile creative sunt caracteristicile individuale ale unei persoane, care determină succesul realizării activității creative de diferite tipuri.

Analizând punctele de vedere prezentate mai sus cu privire la problematica creativității și a componentelor abilităților creative, putem sintetiza că, în ciuda diferenței de abordare a definiției lor, cercetătorii evidențiază în unanimitate aspecte cu privire la imaginația creativă și calitatea gândirii creative ca componente esențiale ale abilităților creative.

Devenit un obiectiv prioritar al învățământului, dezvoltarea creativității are implicații multiple în instrucție și educație, iar realizarea acestui obiectiv complex presupune restructurarea procesului de învățământ la toate nivelurile sale.

Precizăm faptul că exigența metodologică este cea mai importantă pentru realizarea acestor demersuri și constituie aplicarea viziunii sistemice. Perspectiva sistemică este indispensabilă pentru modernizarea și eficientizarea elementelor constitutive ale procesului de învățământ în abordarea unei pedagogii a creativității, respectiv pentru:

- restructurarea și/sau reelaborarea curriculumului școlar;
- proiectarea pedagogică utilă și eficientă;
- asigurarea unui management educațional modern;
- utilizarea unei metodologii didactice prospective și operaționale;
- îmbogățirea sistemului formelor de organizare a activităților educaționale;
- eficientizarea verificării și evaluării randamentului școlar al elevilor;
- eficientizarea autoverificării și autoevaluării randamentului școlar al elevilor;
- reglarea permanentă a demersurilor didactice și a activităților educaționale;
- modernizarea relațiilor: cadru didactic-elev etc. [51, p.32].

Pornind de la cele expuse anterior menționăm că aplicarea conceptului de creativitate în context educațional, este atât un proces, cât și o acțiune practică, iar scopul său principal este de a ghida acțiunile sportivilor către soluții tehnice și tactice pentru a depăși situațiile problematice de viitor (strategice).

1.2. Particularitățile dezvoltării creativității rugbiștilor începători

Dezvoltarea rapidă a științei și tehnologiei necesită anticiparea strategică a educației, manifestată în disponibilitatea unei persoane de a acționa în situații nestandard, adică în dezvoltarea potențialului său creativ.

Dezvoltarea gândirii creative în standardele naționale pentru antrenamentul sportiv este prescrisă pentru sporturile de echipă, astfel încât testarea creativității și dezvoltarea ei ulterioară prezintă interes atât din punct de vedere practic, cât și metodologic [109].

Dezvoltarea creativității elevilor este o problemă complexă și stringentă. A fi creativ înseamnă a căuta, a inventa și a crea. În consecință, activitatea cognitivă creativă a sportivilor începători este o căutare independentă, care necesită creare și construire a ceva nou. Activitatea creativă este de neconceput fără conștientizarea scopului cercetării, fără reproducerea activă a cunoștințelor studiate anterior, fără interes în completarea cunoștințelor și în căutarea independentă, în cele din urmă, fără imaginație și emoții.

În consecință, principalul criteriu al creativității în activitatea cognitivă a unui sportiv este: *independența* (completă sau parțială); *căutarea și selecția posibilelor opțiuni* pentru deplasarea către obiectiv [14, p.54].

Creativitatea într-o formă sau alta este prezentă în toate probele sportive (ciclice, jocuri sportive, coordonare complexă, viteză-putere și arte marțiale). Studiarea expresivă a abilităților creative în diverse sporturi a fost realizată, folosind analiza evaluărilor de către expert.

Jocurile sportive (rugby), artele marțiale, jocul și tipurile de coordonare complexă sunt manifestări creative fiind apropiate unele de altele, ca, la rândul lor, tipurile ciclice și forță-viteză. În practică s-au înregistrat diferențe semnificative statistice privind nivelul de dezvoltare a componentelor abilităților creative în rândul reprezentanților artelor marțiale și sporturilor ciclice.

Factorii determinanții individuali ai dezvoltării abilităților creative în activitățile sportive sunt: *nivelul ridicat de aspirații, motivația de realizare, independența, selectivitatea în comunicare, adaptabilitatea socială, autoaprecierea, evaluarea și controlul adecvat.*

Începutul *practicării jocului de rugby* coincide cu siguranță în perioada celei de-a doua crize fiziologice (7 ani). Există schimbări esențiale în corpul copilului, acesta crește activ, se schimbă particularitățile fizice, organele interne cresc, sistemul nervos autonom este restructurat. Se pare că schimbările cardinale în sistemul de relații, în relațiile sociale ale elevului coincid cu schimbarea bruscă a tuturor funcțiilor și sistemelor corpului, ceea ce necesită o cantitate uriașă de energie, tensiune, activarea tuturor rezervelor individuale. Pentru a extinde activ activitatea cognitivă a unui sportiv, rugbist-începător, este necesar crearea unei percepții emoționale despre ceea ce se întâmplă în noul mod de viață, receptivitate, empatie.

La rugbiștii începători se necesită dezvoltarea abilităților creative, deoarece în acest moment sunt puse bazele activității creative. Un elev de vârstă școlară mică este capabil să creeze un nou model, o variantă de acțiune de joc/ imagine, manifestă fantezie, care se distinge prin *originalitate, variabilitate, flexibilitate și mobilitate* [13, p.136].

Elevii din învățământul primar au dorința clar exprimată de a lua o poziție nouă, mai matură în viață și de a desfășura o activitate nouă sportivă – rugby, care este importantă nu numai pentru ei, ci și pentru cei din jur. Acest lucru se realizează în eforturile pentru poziția socială a elevului și pentru învățare ca activitate nouă semnificativă din punct de vedere social.

Această vârstă este caracterizată de o poziție activă prin manifestarea de acțiuni, curiozitate, întrebări constante adresate unui adult, capacitatea de a comenta verbal procesul și rezultatul propriei activități - rugby, motivație persistentă, o imaginație destul de dezvoltată și perseverență. Inițiativa este asociată cu curiozitatea, capacitatea, ingeniozitatea minții,

capacitatea de reglare volitivă a comportamentului, capacitatea de a rezolva probleme nestandard de joc etc..

Luând în considerare, analizând și comparând trăsăturile, din punctul de vedere al condițiilor prealabile pentru dezvoltarea abilităților creative ale unui rugbist începător, se poate observa că la această vârstă imaginația elevului se dezvoltă activ. Manifestându-se în procesul activității de joc, imaginația unui sportiv trece și în sfera activității educaționale.

Analiza, planificarea și reflecția, formarea operațiunilor specifice și trecerea la dezvoltarea structurilor operaționale formale și dezvoltarea intensivă a creativității sunt de obicei atribuite neoplasmelor psihologice ale gândirii elevilor de vârstă școlară mică [6].

La *rugbiștii începători* se acumulează multă experiență în acțiuni și abilități practice (în cadrul jocului), *un nivel suficient de dezvoltare a percepției, memoriei, gândirii*, ceea ce crește sentimentul de *încredere în sine*, acest lucru se exprimă în stabilirea unor obiective din ce în ce mai diverse și complexe, a căror realizare este facilitată de dezvoltarea reglării volitive a comportamentului [167].

Vârsta școlară mică este definită în literatura științifică ca fiind sensibilă, adică cea mai favorabilă dezvoltării imaginației. Astfel, imaginația este baza psihologică a creativității sau a capacității universale a unei persoane de a construi noi imagini prin transformarea experienței practice, senzuale, intelectuale, emoționale și semantice.

Pedagogia modernă afirmă că este posibilă dezvoltarea creativității doar prin găsirea condițiilor optime pentru un astfel de antrenament. Pentru dezvoltarea abilităților creative ale elevilor de vârstă școlară mică este necesar să ne referim sistematic la experiențele sale emoționale.

Oportunitatea de a-și exprima stările emoționale oferă sportivului începător un sentiment de întruchipare a propriei sale individualități unice, ceea ce îi permite să profite de toate oportunitățile potențiale pe care le are la dispoziție, *sportivul creativ* are nevoie de capacitatea de a-și asuma riscuri și de a nu se teme de responsabilitatea luată pentru decizia sa [160, p.12]. Acest lucru se datorează faptului că de multe ori modurile vechi și obișnuite de a gândi sunt mai înțelese de majoritatea oamenilor, iar ajutorul antrenorului este să-l învețe pe sportiv să creeze.

Volumul sarcinilor creative care sunt rezolvate în stadiul inițial al antrenamentului rugbiștilor începători este neobișnuit de vast ca și complexitate, de la rezolvarea unui procedeu tehnic până la inventarea unui nou model sau schemă de joc (atac/apărare), dar esența lor este aceeași: atunci când sunt rezolvate, creativitatea se dezvoltă, se descoperă o nouă cale sau se creează ceva nou. În astfel de situații sunt necesare momente, calități speciale ale minții, precum

capacitatea de observa, a analiza, a compara, a combina, a găsi conexiuni și dependențe, tipare etc.. Tot ceea ce se realizează în ansamblu are la bază abilitățile creative [164].

Personalitatea elevilor se dezvoltă concomitent în mai multe direcții: *intelectuală, afectivă, volitivă, morală și fizică*. Corespunzător idealului învățământului general, și anume, dezvoltarea armonioasă a personalității copilului, conținutul acestui nivel de educație instituționalizată vizează formarea de cunoștințe priceperi, deprinderi și obișnuințe.

Astfel, sportul este un complex de mișcări: cu cât mișcărilor sunt mai variate, cu atât mai mult trebuie să fie tensionat cortexul cerebral. De multe ori tactica și strategia sunt adăugate mișcărilor. Viteza de reacție în sport ajută la îmbunătățirea percepției informațiilor noi și la găsirea soluțiilor [35, p.32].

Sportul este joc și jocul este creativitate. Jocul de rugby este un mecanism care permite unei persoane să fie creativă.

În general, rezultatele studierii datelor ne permit să vorbim despre potențialul ridicat al impactului mijloacelor de educație fizică asupra gândirii creative a sportivilor-începători, în special, principiul creativ în activitatea motorie a jocului de rugby, este evident.

Jocurile dinamice ocupă locul principal în dezvoltarea gândirii creative a rugbiștilor începători și, nu numai, prin intermediul sportului. În primul rând, acestea sunt jocuri în care elevul, în cadrul regulilor, poate alege independent un curs de acțiune. În același timp, regulile jocurilor nu ar trebui să fie stereotipate pe întreaga perioadă de antrenament, iar rolul antrenorului constă în schimbarea periodică a acțiunilor de joc. Mișcărilor imitative (fentele) sunt folosite în jocuri și exerciții. Elevii pot combina exerciții singuri, pot veni cu jocuri proprii sau improvizate. Pentru aceasta, exercițiile trebuie învățate cu antrenorul (pentru a evita greșelile care duc la tulburări posturale etc.). Pentru a depăși inerția gândirii, putem folosi executarea acțiunilor în ordine inversă (dimpotrivă, în cealaltă direcție, direcții diferite etc.).

Dezvoltarea tehnologiei pedagogice, care este solicitată în practica sportivă, îl ajută pe antrenor să implementeze o metodologie corectă, contribuind la realizarea eficientă a antrenamentelor, datorită următoarelor funcții [15, p.53]:

- identificarea clară a caracteristicilor procedurale ale sistemului pentru dezvoltarea potențialului creativ al sportivilor;
- aplicarea de standarde pentru nivelul de dezvoltare a potențialului creativ al sportivilor, pe care antrenorul le utilizează în activitatea sa pedagogică;
- descrierea mijloacelor pedagogice, metodelor și formelor destinate dezvoltării potențialului creativ al elevilor în procesul de pregătire sportivă;

- determinarea metodologiei pentru dezvoltarea potențialului creativ în cadrul sistemului de antrenamente al sportivilor rugbiști.

Atunci când aplicăm tehnologia selectată pentru dezvoltarea potențialului creativ al sportivilor, se evidențiază etapele procesului creativ desfășurat în practica sportivă și trăsăturile personalității creative. Tehnologia dezvoltată se adresează, în primul rând, subiectelor procesului de antrenament sportiv în jocurile sportive. Creativitatea în procesul pedagogic sportiv se realizează ca o cocreație, antrenorul având rolul principal de organizator, interesat de dezvoltarea potențialului creativ al sportivilor

Cocrearea are loc ca o interacțiune între un antrenor și un sportiv, ce se organizează pe baza unor obiective comune și constă în soluționarea coordonată a problemelor sportive și motorii. În procesul de dezvoltare a potențialului creativ, este necesar să ne concentrăm asupra **fazelor procesului creativ în jocul de rugby** [10]:

Prima fază – sportivul rugbist acumulează o bază de date informațională în conformitate cu conceptul problemei formate într-o căutare comună cu antrenorul. Există un proces de aprofundare în sarcină, colorarea emoțională a acesteia. Starea unui sportiv în această etapă este caracterizată din punct de vedere psihologic ca fiind tensionată: sfera emoțională semnalează că problema nu a fost rezolvată. În această etapă, este de o mare importanță să discutăm probleme interesante în legătură cu problema care se rezolvă, să testăm opțiunile pentru rezolvarea unei probleme sport-motorie într-o formă vizual-eficientă. În această perioadă, sunt posibile idei false, bucuria pe termen scurt a unei descoperiri apropiate (rezolvarea unei probleme) alternează cu dezamăgirea și pierderea speranței.

A doua fază - o retragere conștientă de la rezolvarea problemei, trecând atenția la alte probleme legate de procesul de antrenament sportiv, alte sfere ale vieții.

A treia fază - în interior. Se manifestă printr-o realizare neașteptată, apariția soluției dorite (motor-tehnică, tehnico-tactică sau altă sarcină).

A patra fază - testarea în practică, justificarea, explicarea mecanismului de implementare practică a soluției găsite în legătură cu tehnica, tactica, conținutul antrenamentului, discuția, demonstrarea în practica sportivă.

Un antrenor, care și-a stabilit obiectivul de a dezvolta potențialul creativ al sportivilor rugbiști, ar trebui să prevadă următoarele procese în organizarea sesiunilor de antrenament sportiv [123, p.112]:

- ✓ dezvăluirea esenței creativității, rolul său în viața societății ca mecanism al schimbărilor progresive, inclusiv în istoria dezvoltării jocului de rugby;

- ✓ clarificarea semnificației aspirațiilor creative pentru individ, influența creativității asupra bogăției experiențelor, dezvoltarea spirituală a unui sportiv, creșterea stimei de sine și o atitudine pozitivă față de personalitatea creativă a celorlalți (jucători de echipă, antrenori, fani, familii etc.);
- ✓ identificarea raportului dintre disciplina jocului de rugby și manifestările creative ale sportivilor; clarificarea semnificației atitudinii estetice a unui sportiv față de activitatea sport-joc, stabilind relația dintre creativ și estetic în acțiunile sportivilor în diverse sporturi, inclusiv rugby și în forma aleasă;
- ✓ evaluarea de către antrenor a calităților sportivilor în jocul de rugby, învățarea autoanalizării situațiilor de joc din punctul de vedere al creativității;
- ✓ explicație și promovare a unei performanțe frumoasă, estetică a acțiunilor tehnice și tactice;
- ✓ explicarea conținutului categoriilor estetice ale jocului de rugby ca manifestare a dezvoltării componentei creative și estetice a personalității și acțiunilor unui sportiv;
- ✓ identificarea problemelor activității sportive, formularea unei probleme, căutarea comună a soluțiilor dintre sportiv, antrenor și a jucătorilor echipei;
- ✓ selecția independentă de exerciții pentru dezvoltarea factorilor personali creativi (abilități): *imaginație; intuiție; originalitate; curiozitate; empatie.*

Dezvoltarea abilităților creative este un proces dinamic, de transformare, în care are loc o schimbare regulată și calitativă a componentelor structurale ale fenomenului studiat în procesul activității special organizate - joc de rugby.

Rugby-ul este un joc emoționant, plin de momente înflăcărâte, combinații tactice jucate rapid, luptă de putere în grup. Nu degeaba rugby-ul este numit jocul celor puternici și curajoși. Jucătorii sunt puternici fizic, persistenti, intră cu îndrăzneală într-o luptă individuală cu inamicul, obțin succes. Rugby-ul este fratele fotbalului, dar în rugby, jucătorii au dreptul să joace nu numai cu picioarele, ci și să ia mingea în mâini și să efectueze diverse aruncări, la fel ca în baschet, și, în plus, sunt permise acțiuni individuale și de grup [151, p.78]. În ultimii ani, acest joc dinamic și complex a devenit foarte pasionat de tineri și s-a răspândit în toată țara.

Federația Sportivă Națională de Rugby (FSNR) se ocupă de organizarea și desfășurarea competițiilor de rugby din Republica Moldova în rândul copiilor, tinerilor și echipelor de tineret.

Competițiile de rugby din toată Moldova se desfășoară în conformitate cu Regulamentul privind competițiile sportive oficiale naționale în rugby pentru 2020, Programul unificat al culturii fizice și evenimentele sportive naționale și internaționale pentru 2020, Metodologia jocului de rugby.

Regulamentul este un act de reglementare local al FSNR care definește o procedură și condiții uniforme pentru participarea echipelor / cluburilor de rugby, sportivilor, liderilor echipei / cluburilor și oficialilor, antrenorilor, oficialilor, arbitrilor, inspectorilor la competițiile oficiale de rugby din Republica Moldova.

O *echipă* este un reprezentant al unei organizații sportive de orice formă organizațională și juridică, având statutul de persoană juridică și participă la competiții oficiale de rugby din Republica Moldova.

Persoane care însoțesc echipa - persoane incluse în certificat / cerere echipe, precum și părinții jucătorilor care se află în locurile de competiție, emise prin ordinul organizației care le trimite, ca persoane însoțitoare.

Regulile la proba Rugby sunt un document oficial aprobat de World Rugby și aprobat de Comitetul Executiv FSNR pentru sezonul curent [150].

Arbitru Principal (arbitru) - un oficial numit de FSNR și convenit cu Colegiul de arbitri din toată țara pentru organizarea, desfășurarea și arbitrajul competițiilor oficiale de rugby organizate de FSNR.

Oficialii – numiți de FSNR, membri ai Comitetului executiv FSNR, reprezentanți ai organizației raionale autorizate de FSNR, care participă la organizarea și desfășurarea competițiilor oficiale FSNR.

Raport oficial al meciului - un document oficial despre meci, care reflectă rezultatul și caracteristicile sale cantitative și calitative, și observații speciale.

Jucător (sportiv) - un atlet care joacă pentru o echipă, a intrat în raportul de meci, o aplicație în conformitate cu regulamentele și regulile în vigoare.

Modul divergent de gândire stă la baza gândirii creative, care se caracterizează prin următoarele trăsături principale:

- *viteza* - capacitatea unei persoane de a exprima numărul maxim de idei (în acest caz, nu calitatea lor contează, ci cantitatea lor).
- *flexibilitatea* - capacitatea de a prezenta un număr cât mare de idei.
- *originalitate* - capacitatea de a întruchipa idei noi non-standard (aceasta se poate manifesta în răspunsuri, decizii care nu coincid cu cele general acceptate).
- *completitudine* - capacitatea de a-ți maximiza „produsul” sau de a-i oferi un aspect finit.

Toate aceste trăsături sunt necesare în jocul de rugby și specifice sportivilor începători, care se regăsesc în ghidul teoretico – practic, privind dezvoltarea creativă a rugbiștilor-începători [10].

Regulile Rugby 7

Loc de joaca: Pentru a juca rugby 5, se folosește un teren de handbal sau baschet, iar rugby 7 folosește un teren închis între liniile de punctare, laterale și centrale ale unui teren de rugby normal [169, p.118].

Pentru mini-rugby, un teren de rugby normal este împărțit în două jumătăți. Dacă joacă doar două echipe, este alocat un teren.

Terenul de joc, care are forma unui dreptunghi, este limitat de liniile de 22 de metri ale câmpului obișnuit și de două noi linii de 10 metri trasate în interiorul acestuia; lungimea zonei de joc ajunge la 56 m, iar lățimea - 47 m; câmpul în poartă este situat în spatele liniei de 22 de metri.

Dacă se joacă simultan două jocuri, terenul poate fi împărțit.

La rugby șapte, este numit un arbitru, care este simultan singurul lider pe teren și cronometrul. Când joci rugby 5 în timpul orelor de educație fizică, jocul poate fi condus de un sportiv special instruit în acest scop.

Numărul de jucători [ibidem]

Când joci rugby 5, o echipă este formată din 5 persoane și tot atâtea supleanți, iar când joci rugby 7, echipa este formată din 7 jucători și 4 supleanți.

Jucătorii pot fi înlocuiți după fiecare pauză.

Forma Se joacă rugby 5 în forma prevăzută pentru lecțiile de educație fizică. La rugby șapte, toți jucătorii trebuie să poarte aceeași uniformă (tricou, pantaloni scurți, jambiere, papuci de tenis sau treninguri).

Durata jocului La rugby 5 jocul durează 2 reprize de 10 minute, cu o pauză de 5 minute, la rugby 7 - 2 reprize de 15 minute, cu o pauză de 10 minute.

Începutul jocului (rugby 5 și rugby 7) Jocul începe prin lovirea mingii, după care orice jucător poate face următoarele:

- aleargă cu mingea;
- efectuează sau imită o pasă către un partener, capturează un adversar în posesia mingii; participă la luptă.

Pozițiile pe care echipele trebuie să le ocupe în acest moment sunt determinate de următoarele reguli:

- toți partenerii jucătorului care efectuează aruncarea, trebuie să fie în spatele lui;
- echipele trebuie să fie la cel puțin 3 m distanță la rugby 5 și 10 m la rugby 7.

Desfășurarea directă a competiției este încredințată arbitrului.

Cerințe pentru participanții în competiție [10, p.34]:

Antrenorul care reprezintă echipa la competițiile și campionatele din Republica Moldova și inclus în aplicația oficială a clubului / echipei trebuie să aibă un certificat valabil de nivel 1 de rugby mondial (WR, nivel 1). În absența acestui certificat, antrenorul nu are voie să participe la competiție și este eliminat din aplicația echipei.

Antrenorul primește certificatul de nivel 1 World Rugby (WR) după ce a finalizat pregătirea la seminarele din cadrul Academiei de Rugby sau la un stagiul desfășurat (condus de Educator WR), acumulând numărul necesar de credite.

Pentru a participa la campionatele de rugby 7 din Republica Moldova, conducerea clubului / echipei trebuie să depună cerere la Federația de rugby cu cel puțin 10 zile înainte de începerea competiției.

1.3. Caracterizarea metodelor și tehnicilor de stimulare a creativității la rugbiștii începători

Stimularea creativității este unul dintre aspectele importante, care favorizează generarea de idei noi, găsirea celor mai bune soluții cu caracter de noutate, cu influență externă asupra dezvoltării personalității, deși, desigur, o astfel de influență nu garantează dezvoltarea completă a potențialului creativ. Creativitatea ca proces complex, angajează întreaga personalitate a rugbiștilor începători în cadrul activităților sportive.

Metodele de stimulare a creativității, pot fi definite ca un sistem de procedee specifice, polivalente, orientate spre dezvoltarea mentală a elevului, prin oferirea de oportunități pentru a încerca idei noi, modalități noi de gândire și de rezolvare a problemelor [70].

Brainstorming-ul este o metodă de dezvoltare a creativității și are drept scop emiterea unui număr cât mai mare de soluții, de idei, privind modul de rezolvare a unei probleme, iar, prin combinarea lor se va obține soluția optimă. Include două etape: *etapa divergentă*, fiind generatoare de idei, când sunt propuse multe idei diferite fără a le discuta și o *etapă convergentă*, în care ideile propuse sunt analizate și evaluate [29].

Brainstorming-ul se poate realiza și sub formă de sesiuni, care durează 40-80 de minute.

Participanții la fiecare sesiune sunt:

- *moderatorul* (furnizorul de sarcini) - poate fi fie o persoană individuală, fie un grup, ca reprezentant „extern”;
- grup de resurse umane (generatori de idei) - un grup care oferă soluții la problema propusă de moderator;
- facilitator - lider al sesiunii de brainstorming.

Fiecare sesiune ar trebui să fie precedată de o sesiune de pregătire de către facilitator. Pregătirea constă în lucrul cu grupul de resurse umane și clarificarea sarcinii propuse, a dorințelor, restricțiilor etc.; selectarea preliminară a conținutului referitor la sarcină; selectarea membrilor grupului de resurse; stabilirea orei și a locului sesiunii.

Sesiunea de brainstorming începe cu o introducere, în care prezentatorul explică esența metodei, principiile și regulile acesteia. După aceea, uneori se efectuează un exercițiu mental și / sau fizic mic (3-5 minute) pentru a preciza următoarele aspecte [44]:

- participanții la brainstorming se gândesc la anumite probleme, pe care le făceau înainte de sesiune;
- se creează o atmosferă psihologică favorabilă pentru a lucra într-un grup, încât participanții să se simtă ca o echipă, cu un confort psihologic pentru ca ei să se angajeze imediat în procesul de generare a ideilor;
- se descriu în practică principiile de bază și regulile de brainstorming (acest lucru este util, mai ales, pentru acei membri ai grupului de resurse care nu au participat anterior la sesiuni de brainstorming).

De exemplu, ca *exercițiu mintal*, se poate folosi utilizarea neobișnuită a lucrurilor familiare, „*Ce se poate face cu o minge etc.?*” Opțiunile ar trebui oferite foarte scurt în două sau trei cuvinte, fără a le explica sau discuta. Inițial, de regulă, sunt propuse idei standard, dar după 1-2 minute soluțiile devin mai originale și neașteptate. Sunt recutate 20 sau mai multe idei. Participanții sunt liberi, văzând că nimeni nu critică ideile, chiar și pe cele complet ridicole. Ei se simt mai bine și se distrag de la activitățile lor anterioare [59, p.62].

După aceasta, *moderatorul* explică situația problemei, formulează problema, definește obiectivul. Problema și scopul sunt scrise pe tablă. Apoi, participanții la sesiune formulează întrebări pentru a înțelege mai bine situația problematică.

În cazul în care, problema este formulată în mod vag sau prea general, se propun expresii principale de reformulare a problemei, răspunzând la întrebare, „ar fi bine dacă ... (în continuare - una dintre modalitățile de a rezolva problema)”. În 3-5 minute participanții își propun formulările, care sunt scrise și pe tablă (etapa divergentă a declarației problemei), după care moderatorul alege o nouă versiune a declarației problemei (etapa convergentă) sau o lasă pe cea originală. În orice caz, această etapă ajută la comprehensiunea problemei, la vizualizarea componentelor sale. Întreaga etapă de formulare, înțelegere și reformulare a problemei durează de obicei 3-7 minute.

După formularea problemei, începe generarea de idei (10-15 minute). Elevii își exprimă ideile într-un ritm rapid, prezentându-le pe scurt (într-o frază scurtă, sau chiar mai bine - în două

sau trei cuvinte). Participanții își notează rezolvarea problemei pe o bucată de hârtie, le citesc cu voce tare. Întrucât critica, orice comentariu, argumentare și justificare a ideilor propuse sunt interzise în acest stadiu, generarea de idei se desfășoară într-un ritm foarte rapid. De obicei 10 min un grup de lucru format din 8-10 persoane oferă 70-100 sau mai multe idei [20].

Cu toate acestea, nu este posibil să se evite complet o atitudine critică față de ideea propusă. Deși critica directă este interzisă, rămân oportunități pentru critica nonverbală: participanții ridică din umeri, dau din cap, zâmbesc sceptic etc.. Acest lucru este valabil, mai ales, dacă membrii grupului nu au mai participat niciodată la sesiuni de brainstorming. După 2-3 sesiuni, nivelul criticilor, inclusiv criticile nonverbale, scade semnificativ.

De obicei, primele 2-3 minute reprezintă etapa „balansării”, în timpul căreia sunt propuse idei standard (stereotipurile operează) [29]:

1. Dar, din moment ce grupul este eterogen, un singur stereotip este absent sau estompat. Câmpul de căutare se extinde în mod vizibil. Treptat, propunerile devin mai originale, în timp ce numărul soluțiilor crește. Combinația de idei duce la un efect sinergic al unei creșteri notabile a numărului de idei propuse. Deci, există o multiplicare a capacităților grupului în așa fel, încât potențialul său general devine mai mare, decât suma potențialelor individuale ale participanților individuali. La un moment dat, apare *inspirația colectivă*;

2. Ideile sunt prezentate ca și cum involuntar, apar ideile cele mai îndrăznețe și originale. Aceste idei care apar spontan sunt considerate cele mai valoroase produse de brainstorming. Apoi, intensitatea generării de idei scade treptat.

M. Fryer a descris acest moment de brainstorming astfel: „De fiecare dată când se aplică brainstorming-ul pentru a rezolva o problemă, există întotdeauna o soluție standard care vine prima. Se notează și apoi se propune de găsit alte soluții. Cred că această regulă funcționează în 9 cazuri din 10. Ceea ce este specific este modul obișnuit standard și este puțin probabil ca cineva să-l rețină. Trebuie de căutat soluții neașteptate pentru a trece peste obișnuit [44].

După finalizarea *etapei divergente a brainstorming-ului*, începe etapa convergentă: evaluarea și selectarea ideilor promițătoare. În etapa divergentă, ideile sunt depersonalizate. De obicei, în stadiul analizei, puțini participanți își amintesc de autorii ideilor. Acest lucru permite să se discute obiectiv despre ideile în sine și nu la relațiile personale care există în orice grup. Uneori ideile bune sunt respinse, iar ideile rele sunt acceptate tocmai din cauza relațiilor personale sau a statutului.

Etapa convergentă ar trebui să fie de cel puțin de 2 ori mai lungă decât durata divergentă, adică dacă generarea de idei a fost realizată în decurs de 10 minute, atunci cel puțin 20 de minute ar trebui alocate pentru selectarea ideilor.

Etapa de selectare a ideilor nu este mai puțin importantă, decât etapa de generare a acestora. Cu o selecție slab organizată, rezultatul generării de idei non-banale este redus la zero. Cea mai frecventă greșeală atunci când se desfășoară o sesiune de brainstorming este „plierea” etapei de analiză prea repede, desfășurând-o la întâmplare.

Etapa convergentă poate fi implementată sub diferite opțiuni: selecția ideilor poate fi realizată de membrii grupului de resurse, managerul de sarcini sau un grup de experți care nu au fost implicați în procesul de generare a ideilor.

Pentru selectarea ideilor în timpul etapei convergente, se folosesc de obicei tehnici simple, cum ar fi gruparea ideilor. Ideile sunt grupate în funcție de motive adecvate, care sunt determinate de conținutul ideilor. O altă opțiune este de a determina cel mai promițător grup de idei. Apoi, fiecare idee din acel grup este evaluată în conformitate cu criteriile predefinite [20, p.210].

O opțiune de selecție simplificată poate fi marcarea ideilor fără grupare preliminară (fiecare participant marchează 3-5 idei). Ideile care primesc cele mai multe note sunt considerate cele mai bune. Rezultatul acestei etape este selectarea a aproximativ 20% din toate ideile propuse.

Din ideile selectate, moderatorul alege 3-5, în opinia sa, cele mai „puternice” soluții la problemă. Aceste decizii sunt scrise pe tablă. Aceasta este urmată de o analiză a ideilor propuse, care se realizează cu implicarea tuturor membrilor grupului de resurse. Sarcina principală a acestei etape este evidențierea propunerilor făcute.

Analiza constă în faptul că la început, pentru fiecare idee selectată, se găsesc aspectele sale pozitive: *Ce contribuție poate aduce la soluționarea problemei propuse* (3-5 „plusuri”); apoi, pentru aceeași idee, ei determină perspectivele posibile pentru implementarea acesteia: *Ce alte aspecte pozitive va aduce implementarea acestei idei în viitor* (3-5 „perspective”); și în cele din urmă - dificultățile care pot apărea în implementarea acestei idei (3-5 puncte). Discuțiile raționale și comentariile extinse sunt încurajate în acest stadiu [18].

De obicei, orice evaluare a ideilor începe cu critici, dar avantajele ideii pot să nu fie observate în baza neajunsurilor descoperite. Prin urmare, este important de început cu analiza aspectelor pozitive. Critica este firească pentru fiecare persoană, dar trebuie să ne putem abține de la critici.

Natura conflictuală a creativității și numeroasele exemple ale modului în care ideile, inițial sunt respinse, după un timp au câștigat recunoaștere și au devenit *modele de creativitate*.

La etapa de identificare a *complexităților fiecărei probleme*, este util de testat ideile în baza metodei „prin contradicție”: *Cum va eșua această idee, dacă este implementată?*

Chiar și în căutarea punctelor slabe ale fiecărei idei, trebuie de încercat de a le elimina. Se recomandă ca „complexitatea” să nu fie formulată ca o problemă, ci ca o întrebare. De exemplu, nu pentru a spune „nu va funcționa”, ci pentru a formula complexitatea posibilă după cum urmează: „*Cum să o faci să funcționeze?*”.

Analiza ajută la înțelegerea mai bună a ideilor selectate, a rezolvării problemei, a descoperirii perspectivelor și dificultăților implementării lor, uneori în această etapă apar noi soluții și idei eficiente [20, p.212].

În concluzie, rezultatele sunt rezumate (1-2 min), sunt denumite opțiunile selectate. Participanții la această etapă pot avea idei noi care pot fi adăugate la rezultate.

Pentru a rezolva o problemă complexă sunt necesare 400-500 de idei, astfel încât se pot organiza mai multe sesiuni. Fiecare sesiune poate avea drept scop rezolvarea unuia dintre aspectele problemei, care au fost evidențiate în etapa de reformulare a problemei. De asemenea, pot fi organizate sesiuni suplimentare de brainstorming pentru a dezvolta idei pentru depășirea problemelor identificate.

După finalizarea sesiunii de brainstorming, toate materialele sunt date moderatorului. În unele cazuri (în scopuri educaționale sau când se rezolvă o problemă deosebit de importantă), sesiunile de brainstorming sunt înregistrate pe audio sau casetă video pentru analiza ulterior a procesului în sine sau a soluțiilor propuse.

Recomandări pentru pregătirea și desfășurarea unei sesiuni de brainstorming.

Se oferă o descriere destul de generală a sesiunii de brainstorming. Procesul real și rezultatul depind de mulți factori legați de participanții grupului de resurse, de munca facilitatorului, de natura sarcinilor de rezolvat și chiar de locul și ora sesiunii.

Compoziția cantitativă a grupului de resurse este determinată, în principal, de posibilitățile de comunicare directă, de contact față în față. Grupul ar trebui să fie suficient de mare pentru a oferi un flux intens de idei diferite. În același timp, grupul ar trebui să fie suficient de mic, în primul rând, pentru a stimula toți participanții să caute idei noi și, în al doilea rând, astfel încât grupul să rămână o echipă coerentă. În timpul unei sesiuni, grupului nu ar trebui să i se permită să se împartă în subgrupuri, participanții cărora ar discuta și comenta ideile propuse de membrii unui alt subgrup. Cu o dimensiune semnificativă a grupului (mai mult de 12-15 persoane), 2-3 persoane aproape întotdeauna se separă de grup și conduc o conversație interesată deoparte. Făcând acest lucru, se izolează de restul grupului, ceea ce complică munca. Numărul recomandat de membri ai grupului de resurse este de 5-9 persoane [48].

Statutul social al participanților ar trebui să fie aproximativ aceleași, în scopul de a exclude influența autorităților în timpul prezentării și evaluarea ulterioară a ideilor. Prin urmare,

atunci când se prezintă participanții la începutul sesiunii, nu se numesc pozițiile lor și alte semne de stare. Dacă condiția egalității de statut este dificil de asigurat (de exemplu, participanții se află într-o relație de subordonare oficială în cadrul aceleiași organizații), moderatorul folosește anumite tehnici de „alinare a statutului”. Un lucru este important ca moderatorul să sugereze o idee, altul – alte idei. Pentru a spori efectul, la etapa de „încălzire”, se poate cere participanților să formuleze întrebări, pentru a crea o atmosferă interactivă și creativă.

O mare valoare în munca de grup o reprezintă *diversitatea* – etapă, care ar trebui să fie variată prin rezolvarea problemelor. Multe fapte, opinii, poziții, abordări ar trebui să apară pentru a crea o tensiune constructivă, stimulatoare în grup și discuții în etapa de selecție a ideilor [20, p.217].

Este imposibil să se includă în grup doar specialiști din domeniul căruia îi aparține situația problematică, pentru soluția căreia este organizată o sesiune de brainstorming. Remarcăm că cunoștințele profunde și specializate împiedică adesea apariția unei idei noi. Cunoscutul antreprenor M. Fryer a spus că specialiștii sunt dăunători, deoarece sunt mai predispuși decât alții să găsească neajunsurile unei noi idei, să prezinte multe obiecții împotriva ei și astfel să o elimine.

Pe de altă parte, dacă grupul include doar participanți, care nu au absolut nicio experiență în domeniul problemei determinate, propunerile lor pot fi supraoriginale, dar complet ineficiente. Se recomandă să se implice: o treime dintre participanți, care sunt specialiști în domeniul problemei care se soluționează; o treime - specialiști în domenii conexe și o treime - specialiști din alte domenii de activitate.

Există persoane care se pricep la generarea de idei, dar nu sunt capabili la analiza lor. În schimb, unii sunt mai înclinați să critice ideile, decât să le genereze. Se asigură că grupul este divers privind stilurile de rezolvare a problemelor, adică sunt necesare persoane cu stiluri adaptative, inovatoare, generatoare de idei, optimizatoare și implementatoare.

Desigur, prezentatorul nu cunoaște întotdeauna stilurile participanților și are ocazia să le evalueze, folosind instrumente speciale. Dar, în practică, sesiunile utilizează grupuri cu o compoziție destul de stabilă a participanților, iar moderatorul sesiunilor își poate evalua stilurile în avans.

Fiecare membru al echipei de resurse ar trebui să fie conștient de faptul că [59, p.43]:

- nu există probleme de nerezolvat;
- fiecare problemă are multe soluții;
- ideile sale sunt necesare pentru succesul lucrării comune;
- nu poartă nicio responsabilitate pentru ideile propuse;

- nu va implementa propuneri;
- are aceleași drepturi cu toți ceilalți;
- el trebuie să ofere cât mai multe idei diferite;
- cu cât ideea este mai neobișnuită, cu atât este mai bună;
- nimeni nu își va critica ideile;
- cea mai bună formă de obiecție este propria propunere;
- majoritatea deciziilor se nasc ca urmare a combinării ideilor;
- ideile existente pot fi modificate în zeci de moduri diferite.

Rolul facilitatorului este de a ghida creativitatea membrilor grupului de resurse, dar nu de a o limita. Este posibil ca facilitatorul să nu fie un expert în problema de față, dar trebuie să fie expert în desfășurarea unei sesiuni de brainstorming. Prin urmare, organizațiile invită adesea un specialist extern să organizeze și să conducă astfel de sesiuni.

Facilitatorul trebuie să pregătească din timp materialele pentru sesiune (autocolante, foi de hârtie, pixuri, creioane, tablă etc.); formează un grup de resurse, este de acord cu privire la ora sesiunii (cel mai bine este să se organizeze sesiunea la jumătatea zilei de lucru, când angajații nu sunt încă obosiți); selectează publicul pentru sesiune. Este de dorit ca publicul să realizeze sesiunea în baza formeii masă rotundă, astfel încât participanții să se poată vedea, să fie față în față [101].

Acțiunile fizice cresc eficiența, astfel încât facilitatorul poate invita participanții să se ridice, să se țină de mână, să facă câteva exerciții simple și să se deplaseze între etape. Pentru a menține o atmosferă prietenoasă de lucru în echipă, se poate efectua exercițiul masaj, care se dovedește a fi eficient: participanții stau unul după altul într-un cerc, pun mâinile pe umerii celui din față și fac unul sau două cercuri. Dar, după cum arată experiența, acest tip de exerciții (precum și „încălzirile”) pot fi uneori percepute negativ de participanții la sesiune etc.. Liderul trebuie să înțeleagă și să „simtă” specificul grupului și să folosească tehnici adecvate.

La începutul sesiunii, facilitatorul explică regulile și *principiile brainstorming-ului*, creează o atmosferă adecvată pentru lucru. Ar trebui create condiții favorabile pentru a depăși inerția psihologică și teama de a exprima idei ridicole din cauza fricii criticilor lor. Prezentatorul creează un spațiu în care creativitatea „curge de la sine”. Pentru a face acest lucru, el trebuie să asigure progresul către obiectiv, menținând o atmosferă relaxată [20].

Este foarte important ca participanții să aibă interes înainte de a începe sesiunea de brainstorming. Un stimulent de interes poate fi importanța problemei discutate pentru participanți, capacitatea de a evita un impact negativ sau unele beneficii pentru participanți. Într-un grup de participanți dezinteresați, generarea și discuția ulterioară a ideilor este de obicei lentă.

Facilitatorul coordonează eforturile tuturor participanților, se asigură că procesul nu se oprește, oferă tuturor oportunitatea de a vorbi, stimulează procesul de generare a ideilor. Facilitatorul ar trebui să se abțină de la a face presiuni asupra participanților, dar trebuie să aibă în continuare o anumită influență pentru ca brainstorming-ul să fie dirijat. Participanții sunt responsabili pentru numărul de idei, iar liderul este responsabil pentru calitatea lor.

Este foarte important ca situația problematică prezentată de furnizorul de sarcini să fie bine înțeleasă de către participanții grupului de resurse. Dacă participanții nu formulează întrebări în stadiul de a pune și reformula problema, iar facilitatorul „simte” „neclaritatea”, ambiguitatea problemei, el însuși poate formula întrebări, de exemplu: „De ce este această situație o problemă?”, „De ce doriți să rezolvați problema?”, „Cine, în afară de tine, este interesat să rezolve problema?”, „Care este dificultatea de a rezolva problema?” etc.. Aceste întrebări sunt foarte generale și pot fi aplicate în orice situație.

Adesea în timpul procesului de brainstorming, există „scufundări” când intensitatea generării de idei este redusă. Liderul trebuie să fie pregătit pentru acest lucru și să ofere una sau mai multe dintre propriile sale soluții pregătite în prealabil (liderul știe în prealabil despre problema propusă pentru soluționare). Prezentatorul poate folosi una dintre metodele de activare a creativității, iar liderul trebuie să ofere propriile sale tehnici. Prezentatorii profesioniști au un întreg arsenal de variate tehnici, care stimulează prezentarea ideilor originale [44].

Influența reciprocă a ideilor membrilor grupului de resurse poate fi sporită prin interpretarea obligatorie a ideilor exprimate. De exemplu, facilitatorul poate întreba mai mulți participanți: „Cum înțelegeți o astfel de idee?”, „Cum poate fi dezvoltată?”, „Ce se poate schimba în această idee?” etc.. Interpretările dezvoltă adesea în mod substanțial ideea originală. Această tehnică poate fi utilizată atât în etapa de generare a ideilor pentru activarea procesului, cât și în etapa de analiză.

Există o metodă bine-cunoscută de „pauză activă”, care poate fi utilizată dacă procesul de prezentare a ideilor noi este lent, intensitatea noilor propuneri este scăzută, participanții își dezvoltă slab ideile reciproce. După ce a auzit o idee interesantă, promițătoare, din punctul său de vedere, prezentatorul propune ca timp de 1 minut să scrie idei, dar să nu le exprime verbal, pentru a-i implica în activitate. În acest timp, participanții pot acumula mai multe idei, care, după ce au fost exprimate, stimulează un nou val de activitate.

În toate etapele de brainstorming este recomandabil ca liderul să vizualizeze procesul și rezultatele muncii.

Este necesar de scris pe tablă tot ce se întâmplă sau se rezolvă: *scheme de gândire, imagini, grafice, cuvinte-cheie, concluzii, idei* etc. [43, p.123].

Facilitatorul ar trebui să structureze în mod clar procesul de brainstorming în timp, utilizând eficient etapele și, în același timp, să mențină un ritm intens de lucru. Nu ar trebui să existe pauze, abateri de la problema principală etc., conversații străine. Facilitatorul ar trebui să simtă când participanții sunt obosiți și trec la etapa următoare. Etapa divergentă a sesiunii de brainstorming în orice caz nu trebuie să depășească 20 de minute, deoarece după 20 de minute participanții obosească, de obicei, și performanța lor este redusă drastic, inclusiv în etapele ulterioare. Nu poți transforma brainstorming-ul într-un „asediu cerebral” [20].

Facilitatorul ar trebui să știe că:

- participarea tuturor la căutarea ideilor este la fel de necesară;
- critica neconstructivă și ridiculizarea împiedică avansarea ideilor;
- o problemă bine formulată este la jumătatea drumului spre succes;
- disputele și discuțiile nu sunt permise;
- nu trebuie să se atragă atenția la persoana care a propus ideea, întrucât întregul grup este autorul colectiv al tuturor propunerilor;
- rezolvarea unei probleme nu este distractivă, ci lucrativă și este util să se aplice metode speciale;
- nu ar trebui să existe pauze în fluxul de idei.

Datorită ordonării reduse a etapei de generare a ideilor, ideile promițătoare emergente pot să nu fie dezvoltate și să fie „blocate” de alte idei care să îndepărteze soluția problemei. Uneori, o idee poate fi deliberat întreruptă de unul dintre participanți ca o variantă a criticii ascunse.

Fiecare idee exprimată este înregistrată și oricare dintre ideile propuse are șansa de a fi selectată în etapa de analiză sau după aceasta, dar această șansă este mică pentru ideile care par „brute” și nu foarte atractive. Ca rezultat al selecției ideilor, ideile originale sunt adesea pierdute, deoarece nu este întotdeauna clar cum să le implementăm în practică. Prin urmare, în etapa de selecție, este necesar să se determine în mod specific cele mai originale idei, fără a fi atenți la alte criterii.

Brainstorming-ul este o metodă destul de universală care poate fi aplicată în domenii diverse pentru a găsi soluții non-standard și ajută la depășirea inerției psihologice și la intensificarea activității de căutare.

Cu toate acestea, nu toate problemele sunt potrivite pentru rezolvarea acestei metode.

Brainstorming-ul se poate realiza sub diverse forme: *brainstorming în două etape* (grupuri diferite în stadii convergente și divergente), *brainstorming în rețea* (efectuat printr-o rețea de calculatoare) etc..

Una dintre varietățile metodei este *brainstormingul invers*. Spre deosebire de clasicul brainstorming prezentat, *reversestormingul* începe cu analize și critici. Această abordare este utilizată pentru a rezolva o serie de probleme legate de îmbunătățirea unui produs, serviciu, obiect tehnic sau sistem [59]. O sesiune de brainstorming invers, în acest caz, începe cu o analiză critică a obiectului care este îmbunătățit și prin deficiențele sale posibile. Pe baza acestor neajunsuri, sunt formulate sarcini (probleme). Mai mult, pentru a o rezolva, se efectuează un atac „direct”. Evident, grupul de resurse ar trebui să includă specialiști care sunt bine familiarizați cu obiectul îmbunătățirii.

Brainwriting-ul este o variantă a brainstorming-ului scris. Fiecare participant primește o foaie de hârtie delimitată în 9 pătrate. O foaie albă se află în centrul mesei. Fiecare participant își notează cele trei opțiuni pentru rezolvarea problemei și schimbă foaia cu cea din centru. În acest fel, participanții văd ideile altora și pot dezvolta și sugera idei noi. Avantajul acestei opțiuni este că unele persoane pot lucra doar concentrându-se, adică au nevoie de timp să se gândească și să înregistreze ideile. Versiunea clasică a brainstorming-ului nu este pentru ei, este prea intensă și zgomotoasă, iar scrierea oferă o astfel de oportunitate. Brainwriting-ul este anonim în ceea ce privește autorul ideilor propuse și această circumstanță poate elibera și unii dintre participanți [ibidem].

Practica arată că scrierea oferă mai puține idei originale, dar mai practice, mai adaptabile. Unii facilitatori practică următoarea tehnică: o parte a etapei divergente de brainstorming se desfășoară în versiunea tradițională orală, iar cealaltă în versiunea brainwriting.

În cazurile în care nu este posibil să se efectueze un brainstorming „complet”, adică nu sunt furnizate condițiile pentru eterogenitatea grupului de resurse, lipsește liderul calificat, echipa nu are experiența și abilitățile de brainstorming etc., se folosesc unele opțiuni simple de brainstorming.

Metoda sinectica (sau sinectica) a fost dezvoltată în anii 1950 și este bazată pe metoda de brainstorming ca o încercare de a-și îmbunătăți eficacitatea. Autorii metodei sunt W. Gordon și G. Prince. În anul 1952 W. Gordon a organizat primul grup permanent pentru rezolvarea problemelor inventive. În anul 1960, grupul devenise Synectics Incorporated, o afacere de rezolvare a problemelor și de dezvoltare a gândirii creative. Astfel, *sinectica* a devenit prima metodă de creativitate industrială, adică metoda utilizată pentru rezolvarea diverselor probleme non-standard „la comandă” [172].

Cuvântul „sinectică” este împrumutat din limba greacă și înseamnă o combinație de elemente diferite. Denumirea metodei subliniază faptul că este axată pe optimizarea creativității colective (din acest motiv am selectat această metodă în cercetarea noastră) prin formarea unor

grupuri de specialiști cu profiluri diferite (în cazul nostru este vorba de grupuri de sportivi - începători rugbiști pe diferite posturi: atacanți-pilieri stânga și dreapta, linia a doua- săritori, linia a treia; apărători – mijlocași, uvertură, centri, fundași și aripi-stânga, dreapta), oferind o varietate de idei (acțiuni tehnico-tactice).

În general, sesiunea sinectică trece prin aceleași etape ca și sesiunea de brainstorming [10]:

- formularea inițială a problemei (elaborarea acțiunilor tehnico-tactice de joc);
- reconstrucția (înțelegerea nouă a situației și reformularea problemei), în cazul cercetării noastre schimbarea strategiei de joc în caz că nu corespunde realității;
- căutarea soluțiilor;
- discuția și selectarea celor mai promițătoare și eficiente soluții.

Cu toate acestea, există o serie de diferențe vizibile în ceea ce privește *sinectica* care face posibilă considerarea acesteia ca o metodă independentă și nu ca o modificare a brainstormingului.

Principala diferență este că se acordă mult mai multă atenție formării grupului în sinectică, decât în metoda de brainstorming, ceea ce din punct de vedere al teoriei și metodologiei jocului de rugby constituie caracteristica de bază - jocul de echipă.

În primul rând, spre deosebire de brainstorming, unde grupul de resurse este de obicei format din nou pentru fiecare sesiune, *sinectica* presupune crearea unui grup creativ permanent care să rezolve diverse probleme, adică compoziția grupului ar trebui să fie mai mult sau mai puțin constantă – ceea ce ne interesează, în mod obligatoriu - păstrarea echipei în vederea obținerii performanței [172].

În al doilea rând, grupurile trebuie să fie echilibrate în stilurile de gândire și abordările de rezolvare a problemelor, iar în cazul jocului de rugby este vorba de consolidarea grupurilor mici ale jucătorilor conform posturilor de joc. Membrii grupului trebuie să aibă compatibilitate psihologică pentru a evita conflictele și a forma o echipă omogenă aptă pentru competitivitate, dar nu numai pentru jocul de rugby [10].

În al treilea rând, echipele trebuie să fie pregătite pentru o varietate de provocări, adică competiții de diferit grad. Grupurile includ reprezentanți ai diverselor discipline științifice și tehnice, domenii de afaceri și chiar artă, iar natura multidisciplinară a participanților este încurajată (mai multe formațiuni, experiență în diferite domenii, deținerea mai multor specialități etc.). Dacă este necesar, pot fi adăugați 2-3 specialiști „din afară” la grup (în cazul nostru completarea echipei cu sportivi din alte probe), care sunt invitați, de obicei, pentru fiecare sesiune cu privire la problema în discuție, realizarea unor teste, antrenamente și jocuri de control.

Vârsta recomandată pentru participanți este de 25-40 de ani (pentru marea performanță), iar în cercetarea noastră am încercat să folosim elemente de stimulare a creativității la rugbiștii începători.

Ca rezultat, se formează un singur subiect integral, care posedă cunoștințe versatile, diverse scheme de activitate și stiluri de gândire, iar în cazul nostru – cunoștințe adecvate jocului de rugby, scheme tehnico-tactice, dinamică evaluativă. Personalitatea participanților se completează cu cunoștințe din domeniul jocului de rugby și se echilibrează reciproc. Membrii grupului sinectic se obișnuiesc treptat să lucreze împreună, încetează să se mai teamă de critici (de adversari), nu se jignesc când cineva le respinge propunerile. Experiența în rezolvarea problemelor se acumulează treptat, înțelegerea reciprocă crește, ideile sunt „cuprinse dintr-o privire”, participanții iau indicii, dezvoltă idei de la alți participanți, realizează o coeziune neașteptată, performanța în rugby evoluează treptat, spiritul de echipă „se cristalizează”, iar rezultatele devin pe măsură etc.. Datorită cooperării eficiente, apare un efect sinergic mai puternic, decât în brainstorming-ul clasic (echipa devine sinergică).

După fiecare sesiune, adică după fiecare meci, analiza se efectuează din punctul de vedere al organizării sesiunii și al interacțiunii participanților: „Cum a funcționat grupul?”, „Ce a interferat?” Prin această analiză, grupul găsește modalități de a îmbunătăți comunicarea, este vorba despre analiza jocului propriu-zis și elaborarea de noi strategii [109, p.153].

O altă diferență importantă între *sinectică* și *brainstorming* este următoarea. Autorii sinecticii au introdus o abordare euristică specială, care joacă un rol de ghidare în găsirea soluțiilor la problemă și crește ordonarea etapei de brainstorming divergent. Abordarea sinectică presupune ideea că atunci când se rezolvă o problemă, ar trebui să existe o tranziție „de la neobișnuit la cunoscut” (de la incertitudinea situației problemei - la ideile și cunoștințele subiectului), precum și trecerea de la „cunoscut la neobișnuit”, de la punctele de vedere tradiționale, stabilite și explicate - la o nouă soluție a problemei (abordări noi – nestadarde jocului și regulamentului acestuia, dar în limite permissive).

Când se rezolvă o problemă, folosind metoda sinectică, se folosesc două principii: familiarul către familiar și familiarul către nou-neobișnuit (Figura 1.4).

Primul principiu înseamnă să studiezi problema și să te obișnuiești cu ea, să vezi ceva familiar în spatele unei situații problematice noi și neobișnuite și, prin urmare, să fie rezolvată prin mijloace cunoscute.

Al doilea principiu înseamnă că avem nevoie de o „privire nouă” asupra a ceea ce a devenit deja familiar, adică trebuie să renunți la stereotipurile obișnuite.

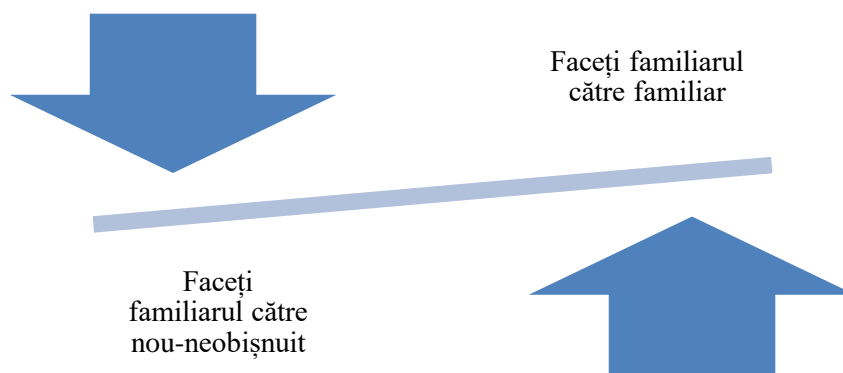


Figura 1.4. Principiile metodei sinectica (Apud W. Gordon) [172]

În cadrul metodei sinectica se utilizează *conectarea analogiilor*, care sunt folosite ca mecanisme de implementare, fiind necesară găsirea unei analogii, o conexiune metaforică între o situație problematică cu ceva deja cunoscut, adică o comparație subînțeleasă. Conexiunea metaforică reprezintă transferuri de sensuri de la un obiect spre altul și, în acest caz, se propun alte probe care sporesc interesul și eficiența la sportivi - atletismul, diferite ștafete, jocuri cu alergări, sărituri, împingeri, placaje etc., lupte diferite (libere, greco-romane, judo și altele) [172].

Utilizarea limbajului metaforic contribuie la schimbarea viziunii stabilite a subiectului, oferă o nouă interpretare semantică.

Se recomandă utilizarea a patru tipuri de analogii, fiind sintetizate în figura 1.5.

1. *Analogia directă* constă în compararea problemei care se rezolvă sau a dispozitivului proiectat cu obiecte deja cunoscute, căutarea unor procese similare în alte domenii ale cunoașterii, naturii etc.. Căutarea soluțiilor se efectuează prin analogie cu rezolvarea problemelor din alte domenii ale cunoașterii, cu adaptarea ulterioară a acestor soluții la problema luată în considerare. De exemplu, pentru a rezolva problema de a câștiga o grămadă ordinară în rugby, următoarea analogie poate fi utilă: înainte de a împinge o grămadă, se leagă jucătorii și se poziționează astfel, încât să mărească rezistența la adversari din poziția static bine stabilită, apoi începe mișcarea în forță înainte.

2. *Analogia personală* (empatie) - o încercare de a privi problema, identificându-se cu un obiect și introducând imaginea acestuia se obișnuiește, „se reîncarnează” în acest obiect. Această identificare cu obiectul și cu orice element al unei situații-problemă presupune reflecție, de exemplu, transmiterea balonului, o ridicare inoperantă etc.. Se propune imaginarea unui obiect legat de problema dată și se încearcă să enumere sentimentele și modalitățile de rezolvare a unei probleme tehnice (un jucător recuperează balonul, utilizând capacitățile individuale, rezolvă problema, elaborând o strategie).

3. *Analogia simbolică* constă în utilizarea imaginilor estetice și a metaforei pentru a formula o sarcină, găsind o scurtă descriere simbolică a unei sarcini sau a unui obiect. Subiectul sau problema este asociat cu cea mai importantă caracteristică, restul sunt „aruncate”. Această tehnică permite să se descrie mai clar și mai concis problema existentă. În jocul de rugby sunt utilizate pentru anumite acțiuni tehnico-tactice diferite denumiri simbolice care aparțin doar echipei date: aeroportul, torpeda, vector, ori nume –porecle ale jucătorilor inițiați etc..

4. *Analogia fantastică* se axează pe ideea că problema este privită prin ochii ființelor ireale, un anumit element fantastic („basm”, „magie”) este folosit pentru a o rezolva, legile fundamentale ale naturii (de exemplu, gravitația) sunt ignorate, problema este prezentată în termeni și concepte de basme, mituri, legende. O analogie fantastică sugerează introducerea unor instrumente sau personaje fantastice într-o problemă inventivă sau într-o problemă de afaceri care să îndeplinească ceea ce este cerut de condiția problemei. În jocul de rugby astfel de analogie este deja regulamentară folosită permanent – lifting [172].

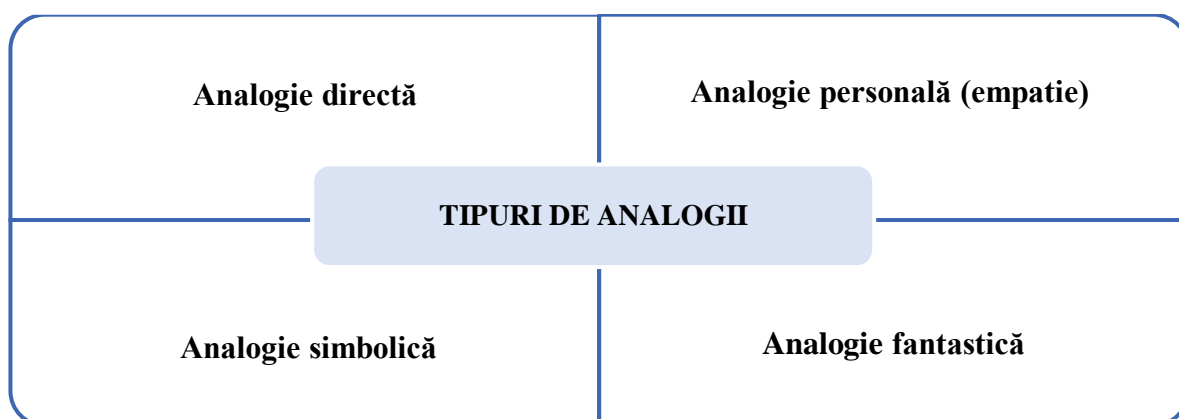


Figura 1.5. Tipuri de analogii ale metodei sinectica (Apud W. Gordon) [172]

Această tehnică, *sinectica*, ajută la detectarea constrângerilor false sau redundante care împiedică găsirea unei soluții la problemă și, în consecință, contribuie la apariția unei idei noi.

În sinectică, metoda stimulului aleatoriu și a asocierilor forțate este, de asemenea, utilizată activ pentru a construi metafore și a utiliza diverse tipuri de analogii. Prin utilizarea acestor principii euristice, procesul de găsire a unei soluții este mai ordonat, decât în brainstorming. Cu tehnici complementare și o coeziune mai mare a grupului, soluțiile rezultate pot fi mai eficiente.

Putem concluziona că, scopul sarcinilor rezolvate de grupul sinectic (echipa de rugby) se extinde prin numărul de jucători. În comparație cu grupul de resurse din sesiunea de brainstorming, sesiunea sinectica necesită mai mult timp (în cazul nostru de volum de

antrenamente) și impune, de asemenea, cerințe mai stricte asupra compoziției grupului (echipei) și a liderului (antrenorului).

Astfel în perioadă de dezvoltare a rugbiștilor începători, care reprezintă aspecte calitative ale calităților psihomotrice, un moment de restructurare esențială a psihicului și de dezvoltare a personalității sportivilor este crearea celor mai favorabile condiții pentru *dezvoltarea abilităților creative*, pentru formarea anumitor proprietăți psihologice și comportament adecvat.

O atenție deosebită pentru desfășurarea activităților creative a rugbiștilor începători se acordă în sistemul de Școli Sportive și Cluburi de rugby [11, p.30], unde ei se pot manifesta nestandard, inventiv, imprevizibil. Metoda sinectica corespunde, în opinia noastră, celui mai favorabil aspect de dezvoltare a echipei creative în jocul de rugby, iar brainstorming-ul reprezintă baza din care a derivat metoda Sinectica.

1.4. Aspecte metodologice ale antrenamentului sportiv privind pregătirea rugbiștilor începători

Tendențele moderne în practicarea jocului de rugby au accentuat dezvoltarea unui complex de calități ale unui jucător precum: *agilitate, viteză, forță, rezistență, flexibilitate* [108, 109, 160]. În același timp, jucătorilor de rugby li se cere să folosească calitățile fizice ca mijloc de creștere a eficienței jocului.

Sarcina antrenorului este redusă la dezvoltarea maximă posibilă a uneia dintre cele mai importante calități (de exemplu, viteza) și la aducerea la nivelul optim. Este important ca un nivel ridicat de dezvoltare fizică să fie combinat cu calitatea posesiei mingii, luptei cu putere, tehnicilor speciale și eficienței acțiunilor tactice [60, p.64].

Pregătirea fizică trebuie să fie în concordanță cu cerințele specifice ale jocului de rugby- [179, 171]. Antrenamentul complex ar trebui să fie cât mai aproape de condițiile unui joc real. Jucătorii trebuie să simtă în mod constant legătura dintre antrenament și joc. O atitudine conștiincioasă în practicarea antrenamentului poate apărea numai după înțelegerea modului în care această muncă poate afecta succesul activității de joc, modul în care poate fi aplicată în joc.

Deci, metodele speciale de antrenament, care vizează dezvoltarea forței fizice, se realizează în antrenamente la intervale de timp și sarcinile constante, cu toată specificitatea lor, pot fi combinate cu exerciții tehnice și tactice care sunt aproape de mediul de joc. Activitățile monotone „omoară” activitatea interioară și bucuria, fiind contrare cerințelor specifice jocului.

Accelerații și sărituri în lupta pentru o minge înaltă, un impuls puternic în lupta pentru minge, forța loviturii și forța piciorului de sprijin, puterea brațelor atunci când trebuie să

amortizeze, greutatea corpului după o cădere - sunt doar câteva dintre principalele puncte de aplicare a forței în rugby. În plus, la rugby, importanța luptei după recuperarea mingii este în continuă creștere [151, 152] și astfel este necesară pregătirea athletică a jucătorului de rugby.

Exercițiile de forță sunt utilizate pe scară largă pentru a dezvolta grupe musculare ale întregului aparat motor, precum și exerciții selective pentru grupe musculare individuale. Exercițiile ar trebui să aibă, în principal, o natură și o structură dinamică similară cu mișcările jucătorilor de rugby folosite în joc [151, p.12]. Metoda eforturilor repetate este utilizată, în principal.

Procesul de dezvoltare fizică și maturizare este însoțit de dezvoltare mentală și socială: creșterea conștiinței de sine, trecerea de la gândirea concretă la cea abstractă. Al doilea sistem de semnalizare se dezvoltă rapid.

Sportivii devin capabili să se inhibe în mod conștient atunci, când apare una sau altă acțiune semi-voluntară. Creșterea excitabilității și echilibrul insuficient al principalelor procese nervoase pot fi cauza unei perturbări temporare a interacțiunii funcțiilor motrice și autonome. Psihicul majorității sportivilor începători este încă foarte instabil, jocul este adecvat vârstei. În funcție de gradul de importanță al calităților volitive la această vârstă, apare hotărârea. Deoarece percepțiile sportivului devin intenționate și organizate [9], apar condiții pentru dezvoltarea percepțiilor specializate („simțul mingii”, „simțul câmpului”, „simțul partenerului” etc.).

Numai persoanele care au trecut un examen medical au voie să participe la antrenamentele de rugby.

Antrenamentele de rugby se desfășoară în echipament special unic. Când se desfășoară o lecție în sală sau pe teren, trebuie să existe o trusă de prim ajutor, cu echipamentul necesar primului ajutor în caz de accidentări. Sportivii trebuie să respecte regulile de securitate la incendiu, să știe amplasarea mijloacelor primare de stingere a incendiilor. În cursul studiilor, ar trebui respectate regulile pentru practicarea sportului, purtarea echipamentului sportiv și încălțăminte, precum și respectarea regulilor de igienă personală.

Obiectivele din antrenament și sarcinile de activități competiționale necesită implicare și realizare. Procesul de antrenament în rugby vizează distribuirea uniformă a conținuturilor programului pe ani și etape de pregătire. Pentru fiecare an de pregătire, se întocmesc planuri de instruire adecvate vârstei sportivilor.

Rezultatele sportive pot fi planificate atât pentru anul următor, cât și pentru Ciclu olimpice de patru ani. Este necesar să planificăm nu numai rezultatul, ci și locul posibil ocupat de sportivi în competiție. Antrenorul împreună cu sportivii stabilesc controlul, calificarea și competițiile principale ale următorului ciclu de pregătire sportivă.

Antrenorul trebuie să stabilească sarcini fezabile, în fața sa și a sportivilor, iar rezultatele planificării ar trebui să ia în considerare următorii factori [62, p.220]:

- vârsta sportivului;
- experiență de activitate sportivă;
- calificările sportive și experiența sportivului;
- rezultatele prezentate de sportiv în sezonul sportiv anterior;
- starea de sănătate a sportivului;
- nivelul motivației sportive a participantului;
- nivelul de stabilitate psihologică a unui sportiv, starea sa morală;
- prezența problemelor interne;
- mediul familial, sprijinul persoanelor apropiate;
- prezența oricăror probleme în instituția de învățământ;
- alte circumstanțe de care depinde pregătirea sportivă cu succes.

Pe baza caracteristicilor sportivului, a obiectivelor antrenamentului pe termen lung sunt determinați:

- indicatorii motrici și tehnici pe etape (ani);
- planificarea facilității de formare de bază;
- volumul și intensitatea sarcinilor de antrenament;
- numărul competițiilor;
- notarea acelei părți ale pregătirii sportivului, pe care sunt concentrate atenția antrenorului și a sportivului pentru a asigura indicatorii planificați.

Toate aceste sarcini în forma cea mai complexă determină direcțiile principale ale antrenamentului sportiv.

Pregătirea sportivului reprezintă un proces multilateral și complex, care include antrenamentul sportiv, competițiile sportive și alți factori care completează antrenamentul și competițiile - modul general de viață, alimentația specială, odihna, instrumentele de recuperare etc.. Principalele direcții ale antrenamentului sportiv sunt: *pregătirea fizică, tehnică, tactică, psihologică și teoretică*.

Scopul antrenamentului sportiv este de a obține rezultatul maxim, care este posibil la un anumit nivel tehnico-tactic, fizic și psihologic, datorită caracteristicilor specifice jocului de rugby și cerințelor activității competiționale, iar *antrenamentul psihologic* are ca scop formarea atitudinii sportivului față de activitatea competitivă și crearea condițiilor de adaptare la extremele unei astfel de activități. Acest fapt ce se datorează, pe de o parte, capacităților individuale ale

sportivilor în cadrul competiției, iar pe de altă parte, originalității individuale a personalității sportivilor [35].

Pregătirea psihologică ajută la crearea unei astfel de stări mentale care, pe de o parte, contribuie la utilizarea cât mai mare a pregătirii fizice și tehnice și, pe de altă parte, permite să reziste factorilor precompetitivi și competiționali.

Antrenamentul psihologic sub formă de influențe succesive este una dintre opțiunile de gestionare a perfecționării unui sportiv, dar în cazul utilizării influențelor de către sportivul însuși, acesta este un proces de autoeducare și autoreglare [16].

Astfel *pregătirea psihologică a unui sportiv (echipă)* este procesul de întărire a capacităților mintale potențiale ale acestuia (eia) în rezultate obiective care sunt adecvate acestor capacități.

Drept consecință, construcția pregătirii sportive este asociată cu utilizarea anumitor principii. N.G. Ozolin [145] propune respectarea următoarelor principii ale antrenamentului sportiv, vezi Figura 1.6.

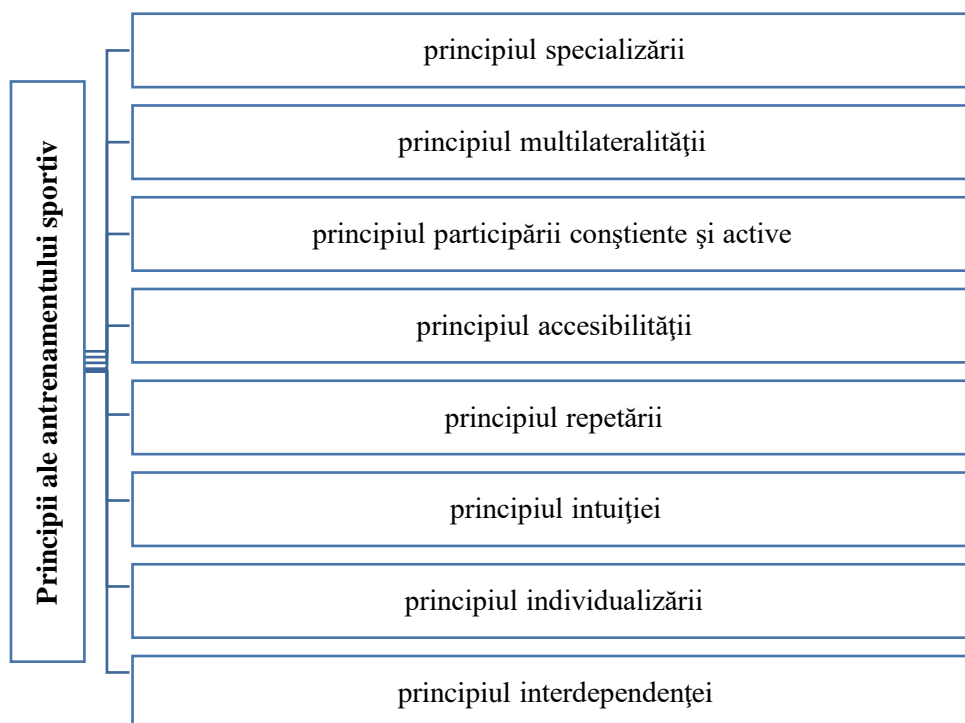


Figura 1.6. Principiile antrenamentului (după N.G. Ozolin) [145]

În această ordine de idei, D.Harre recunoaște următoarele principii: accesibilitatea, efortul continuu, periodizarea și structura ciclică a efortului, participarea conștientă și activă, sistematizarea, intuiția; individualizarea, însușirea temeinică [49].

De altă părere sunt autorii L. P. Matveev și A. D. Novicov, care identifică următoarele principii generale și principii metodice după cum urmează [62]:

- *principii generale*: dezvoltarea armonioasă, dezvoltarea multilaterală a individului, legarea educației fizice de muncă, fortificarea sănătății.
- *principii metodice*: participarea conștientă, intuiția, accesibilitatea și individualizarea, sistematizarea, creșterea treptată a exigențelor.

După R. Manno, procesul taxonomiei principiilor antrenamentului sportiv sunt [60]:

- *principii generale*: motivația, realitatea (imitarea acțiunilor din realitate), accesibilitatea.
- *principii de dirijare a efortului*: continuitatea antrenamentelor, progresivitatea, individualizarea, dezvoltarea multilaterală a calităților motrice și a indicilor morfo-funcționali.

I. Șiclovan enumeră următoarele principii [104]: principiul specializării aprofundate a instruirii, principiul adaptării la eforturi intense și maxime, principiul individualizării, principiul dezvoltării multilaterale a calităților motrice și indicilor morfo-funcționale, principiul modelării.

M. Epuran identifică *principiile generale*, și anume [41]: principiul dezvoltării multilaterale a personalității și integrării socioprofesionale, principiul eficienței maxime și economicității, principiul complementarității teoriei cu practica.

Principiile privind obiectivele antrenamentului sportiv sunt: maximizarea sau stabilizarea capacității de performanță, dezvoltarea aptitudinilor motrice, cognitive, afective și volitive, controlul și evaluarea activității, colaborarea dintre antrenor și sportiv.

Principiile privind conținutul antrenamentului se referă la: interdisciplinaritatea, raționalizarea, operaționalizarea.

Principiile metodico-strategice aplicate în cadrul antrenamentului sportiv sunt: individualizarea, conștientizarea, motivația și efortul voluntar, accesibilitatea, interacțiunea mijloacelor verbale cu cele nonverbale, modelul, stimularea, supraînvățarea, specializarea, autoreglarea.

Principiile pedagogice ale antrenamentului sportiv sunt prezentate în figura 1.7:

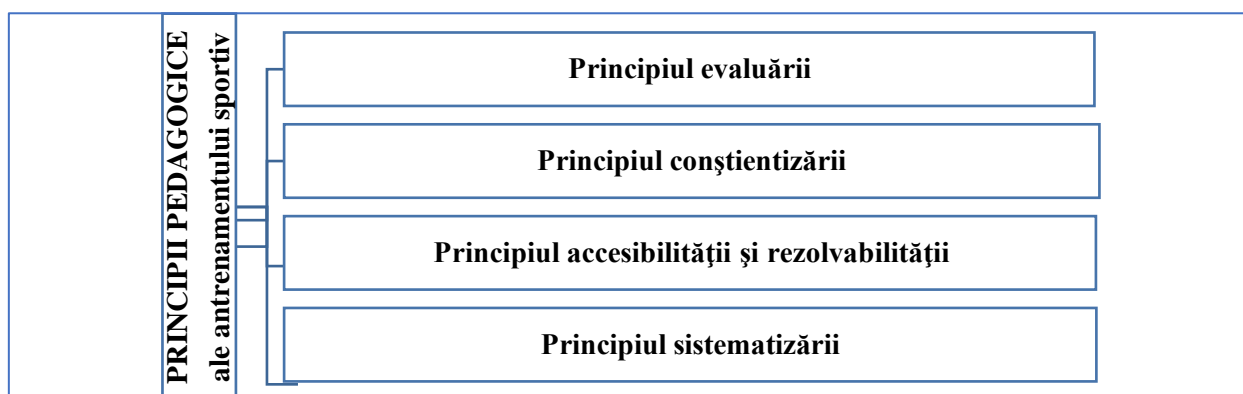


Figura 1.7. Principii pedagogice ale antrenamentului sportiv (Apud R. Manno) [60]

Principiile privind realizarea conținuturilor antrenamentului sportiv sunt reprezentate în figura 1.8.

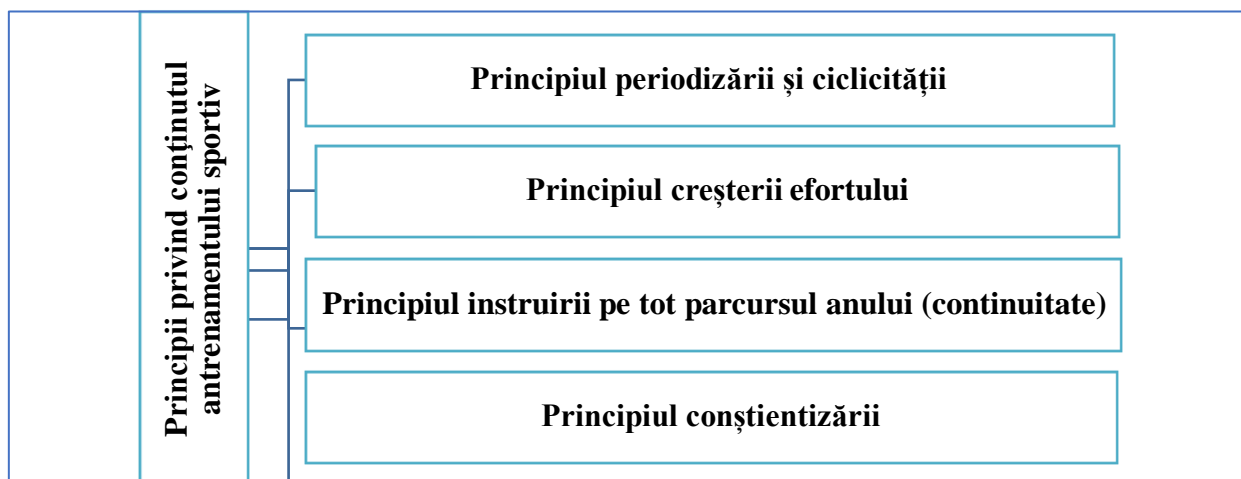


Figura 1.8. Principii privind realizarea conținutului antrenamentului sportiv (Apud D. Harre) [49]

De asemenea există și principiile ale orientării și dirijării eforturilor, care sunt sistematizate în figura 1.9.

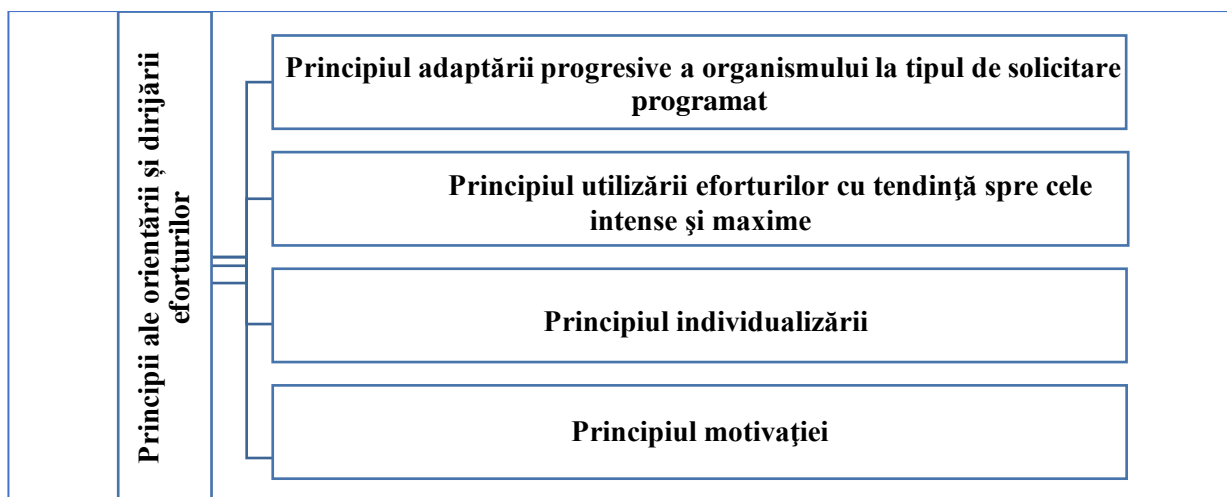


Figura 1.9. Principiile orientării și dirijării eforturilor (Apud I. Șiclovan) [104]

Principiul adaptării progresive a organismului la tipul de solicitare programat. Adaptarea în sensul direct înseamnă adaptabilitate la mediul extern. În cazul adaptării complete, trebuie să vorbim despre pierderea (absența) influenței mediului, deoarece adaptarea și-a atins limita. Cu sarcini regulate de antrenament, procesul de adaptare nu poate fi permanent pentru o lungă perioadă de timp, sunt necesari factori „confuzi” care obligă corpul să se adapteze la condițiile noi (raționale pentru tipul de sport și calificările sportivilor). Abilitățile adaptative sunt determinate, în principal, de plasticitatea sistemului nervos, caracteristicile reglării hormonale, activitatea enzimatică, rezistența hipoxică.

Criteriul de evaluare a raționalității procesului de adaptare este „plata” minimă pentru această activitate. Sarcina motorie este un stimul specific care afectează energia intracelulară, care îmbunătățește procesele intracelulare și duce la hipertrofie moderată.

Sinteza îmbunătățită a proteinelor structurale și enzimatică într-o celulă care funcționează activ are loc prin acumularea de creatină în mușchi, ceea ce extinde capacitatea funcțională a structurilor celulare și mărește reglarea proceselor metabolice. Este recomandabil să se identifice un răspuns adaptativ urgent și unul pe termen lung. Baza adaptării pe termen lung (stabilă) este numărul de structuri funcționale, hiperplazia lor, ducând la o creștere a puterii funcționale. Acesta este tocmai procesul de instruire. „Costul structural al adaptării” este mai mare pentru sportivii care se antrenează intermitent, decât pentru sportivii care se antrenează continuu folosind micro-, macro- și mezocicluri.

În acest sens, schimbările în volumul și intensitatea sarcinilor de antrenament și, în opinia unor autori, și a orelor de antrenament, dau un efect mai bun decât sarcinile strict planificate cu sarcini monotone [35]. Există multe definiții adaptate sarcinilor specifice, dar nu există nimic acceptat universal. Acest lucru se datorează dificultății de a construi o definiție generalizatoare a adaptării tipice și, cu atât mai mult, a adaptării individuale.

Unii autori sunt de partea factorilor ontogenetici de adaptare, alții sunt înclinați spre teoria genetică, iar alții încă asociază adaptarea cu procesele biochimice profunde. Un set de interpretări fiziologice limitează esența morfologică. Pe lângă o încercare de a lega fenomenul de adaptare cu problemele de vârstă și morfologie sportivă, adaptarea structurilor corpului este, de asemenea, slab acoperită, ceea ce, după toate probabilitățile, este asociat cu norma reacției lor la influențele externe. Rata de reacție este un concept introdus de genetici, care are și un sens fenotipic. Viteza de reacție nu este doar moștenită, ci și crescută în timpul comunicării versatile a organismului cu mediul înconjurător. Procesele de creștere ale copiilor în condiții motorii diferite arată că există răspunsuri de intensitate variabilă la același efect. Stabilirea sarcinii medii de vârstă (are cea mai bună capacitate de a dezvolta în mod eficient corpul) este un proces multilateral și este asociat subtil cu maturitatea structurilor individuale ale sistemelor nervoase și endocrine. Variabilitatea individuală a proceselor de creștere a sistemelor individuale ale corpului este, de asemenea, strâns legată de varianta dezvoltării biologice a individului.

Putem conchide că motivația unui sportiv este determinată, în mare măsură, de nivelul său de pregătire specială, care este una dintre componentele principale ale performanței sportive. Cert este că puterea și stabilitatea motivației, în mare măsură, este determinată de capacitatea subiectului de a se satisface într-un anumit tip de activitate sportivă și nivelul lui de cunoștințe speciale, aptitudini și abilități, care determină capacitățile unui sportiv adevărat, astfel apare

certitudinea că în realizările sportive, motivația joacă un rol de importanță majoră din motiv că se impune un grad adecvat de manifestare a capacităților sportivului.

1.5. Concluzii la capitolul 1

1. Prin analiza definițiilor circumscrise conceptului de *creativitate*, care are implicații multiple, se evidențiază mai multe unghiuri de vedere, dintre care: creativitatea este „operație intelectuală care antrenează abilitățile de gândire divergentă”; E. P. Torrance tratează creativitatea ca „un proces de sensibilizare la probleme, deficiente”; A. Slavenin accentuează că prin „*creativitate* se înțelege capacitatea, reflectând proprietatea profundă de a crea valori originale”; L. Taylor stabilește nivelurile creativității; J.P. Guilford evidențiază structura și factorii creativității etc..

2. Este importantă relevarea *dezvoltării personalității creative, inovative*, cu un grad de gândire și imaginație sporit, care se referă la: nivelul de inteligență dezvoltată, gândire divergentă, fluentă a gândirii; receptivitate față de probleme, spirit de observare, imaginație creatoare, originalitate, capacitate combinatorie, perseverență, inițiativă; nonconformism în idei.

3. *Creativitatea rugbiștilor* implică generarea unor idei sau acțiuni noi, manifestate în cadrul jocului de rugby. Sintetizând *caracteristicile creativității rugbiștilor*, menționăm că creativitatea rugbiștilor denotă spirit de observație și exactitate în activitatea pe care o desfășoară, inițiativă, gândire divergentă și convergentă, imaginație și gândire spațială dezvoltată, precizie în acțiunile efectuate, inițiativă și independență în gândire, gust estetic, urmărind dezvoltarea capacităților de nivel maxim al potențialului uman. Rugbiștii începători își dezvoltă capacitățile creative prin antrenamente sportive, în cadrul jocului de rugby, care presupune formarea a două echipe și aruncarea mingii atât cu mâna, cât și cu piciorul.

4. Relativ la descrierea *procesului de antrenament sportiv* trebuie să se țină cont nu numai de etapizarea conținuturilor pe ani, dar și de motivația individuală a fiecărui sportiv, prin care antrenorul și rugbiștii ar trebui să își formeze o motivația pentru a obține rezultate, performanțe în activitățile lor sportive.

5. În contextul metodologic al cercetării, *sinectica* ajută la detectarea constrângerilor false sau redundante care împiedică găsirea unei soluții la problemă și, în consecință, contribuie la apariția unei idei/ acțiuni noi, iar metoda stimulului aleatoriu și a asocierilor forțate este utilizată activ pentru a construi diverse analogii.

2. COORDONATE METODOLOGICE ȘI EXPERIENȚIALE DE DEZVOLTARE A CREATIVITĂȚII RUGBIȘTILOR ÎNCEPĂTORI

2.1. Metode de cercetare științifică în dezvoltarea creativității rugbiștilor începători

Metodele de dezvoltare a creativității contribuie la realizarea unor comportamente individuale și colective orientate spre căutarea, aflarea și aplicarea noului. Realizarea obiectivelor cercetării presupune utilizarea minuțioasă a informației cu privire la investigația științifică, utilă, ce se referă atât la colectarea metodologică a datelor experimentale, precum și prelucrarea acestora.

Pentru realizarea obiectivelor cercetării și organizarea experimentului pedagogic în trei etape s-au utilizat varii metode reflectate în lucrările de valoare ale cercetătorilor pedagogi.

Reieșind din cele expuse anterior, în cadrul cercetării s-au aplicat următoarele metode:

- analiza, sinteza și generalizarea datelor literaturii de specialitate;
- examinarea documentației standard (de planificare, de evidență, de evaluare și de totalizare) din cadrul procesului de antrenament al rugbiștilor începători;
- sondajul sociologic (ancheta, interviul);
- observația pedagogică;
- metoda testelor;
- experimentul pedagogic;
- prelucrarea matematică a datelor statistice și prezentarea lor grafică.

a) *Analiza, sinteza și generalizarea datelor literaturii de specialitate*

Pentru documentarea științifică la tema cercetării s-au selectat lucrările care reflectă aspectele importante, veridice, evidențiindu-se procese, fenomene, caracteristici ale domeniului cercetat, luând în considerare și starea actuală. S-au nominalizat titluri ale autorilor autohtoni și străini, elaborându-se bibliografia completă a lucrării.

Esența tratării teoretice a lucrării în cauză au constituit-o concepțiile cu privire la: procesul instructiv-educativ al sportivilor, periodizarea ciclică a antrenamentului sportiv, bazele psihopedagogice și fiziologice ale sportului juvenil, pregătirea sportivă în rugby 7 și planificarea-modelarea programului experimental al antrenamentului sportiv.

b) *Examinarea documentației standard folosită în procesul de pregătire al rugbiștilor începători* a vizat acte normative în vigoare, politici educaționale elaborate etc.

În perioada 2010–2019 au fost studiate și analizate programele anuale de antrenament, planurile de etapă, mijloacele de acționare, precum și succesiunea obiectivelor specifice fiecărei

perioade de pregătire, caracteristică nivelului rugbiștilor începători din Republica Moldova și România.

Ne-au preocupat, de asemenea, rezultatele obținute de sportivi la probele de control. Concret au fost analizate 12 planuri anuale (grafice de eșalonare a temelor), 12 anexe ale planurilor, 300 de proiecte didactice. Analizând programarea existentă cu sistemul ei de verificare, apreciere și depistare, asistând la lecții de antrenament sportiv, consultând proiecte de tehnologie didactică (de lecție), inițiind convorbiri cu cei implicați în această activitate am constatat că nu în toate cazurile există o concordanță între elaborările teoretice și situația practică existentă. Corelația informațiilor obținute prin documentare bibliografică, precum și analiza documentelor praxiologice domeniului ne-au creat o imagine de ansamblu privind modul de desfășurare a activității instructiv-educativă-creativă la acest nivel (inițiere). De aici a reieșit necesitatea optimizării modalităților de intervenție la acest nivel în vederea realizării obiectivelor propuse în cercetarea noastră.

c) Sondajul sociologic

Recomandările conceptuale și elaborările metodologice din domeniul cercetării sociologice propuse ne-au condus la elaborarea și efectuarea chestionării sociologice după autorii: S. Chelcea [21], L. Vlăsceanu [111], Gh. Arădăvoaicei, Șt. Popescu [5], F. Georgescu [46], V. Miftode [64].

Prezentarea conținutului din cadrul temei de cercetare s-a efectuat și în baza anchetării la care au participat 30 de sportivi și antrenori cu specializare rugby. Loturile experimentale au fost constituite din două grupe (martor și experimental) formate din 7-15 membri, selectate pentru a desfășura un proces de antrenament riguros, sistematic, pentru o perioadă îndelungată de cel puțin 0,5-1 an.

Literatura de specialitate cu privire la stimularea creativității de grup poate să constituie un model de referință pentru conceperea unor activități de dezvoltare a gândirii creative în antrenamentul sportiv și în sistemul de perfecționare a pregătirii sportivilor de performanță. În acest context, în cadrul acestei cercetări vizăm sportivii de performanță din cadrul unei echipe pentru proba de sport rugby.

Dintre direcțiile de cercetare care ne-au condus la abordarea acestei problematici o constituie studiile de psihosociologie a unei echipe mici. Acestea au pus în evidență o serie de factori care condiționează eficiența activității în cadrul echipei.

Scopul anchetării este de a elabora modelul de echipă creativă adaptată (ECA) cu posibilitatea aplicării acestuia și în sportul de performanță (echipa de rugby 7).

Chestionarul adresat sportivilor a cuprins un număr de 11 întrebări a căror finalitate a avut drept scop stabilirea indicatorilor utili pentru rezolvarea problemelor cercetării propuse. Am solicitat sportivilor chestionați să răspundă sincer și corect, sub acoperirea anonimatului, făcând, în același timp, precizarea că răspunsurile urmează a fi utilizate numai în scop științific.

Se poate observa din rezultatele chestionării că pentru factorii intelectuali ai creativității (fluiditate, flexibilitate și originalitate) grupul experimental a înregistrat valori mai mari față de grupul martor.

În vederea obținerii unor informații în legătură cu tema, am discutat cu specialiștii din domeniu despre planul existent. În acest context, am utilizat metodele *conversația și interviul*, având la bază recomandările propuse de S. Chelcea [22]. Spre deosebire de chestionar, *interviul* impune stabilirea unui raport mai strâns între cel care ia interviul și persoana interviuată. Întrebările interviului au fost elaborate din timp, fiind un interviu structurat. Altă modalitate care a completat interviul a fost *discuția liberă*, având drept scop nu numai informarea, dar și expunerea punctului de vedere în baza temei. Acest tip de dialog, fiind mai flexibil, a dat posibilitate de a interveni și a completa unele aspecte, care nu au fost evidențiate în interviu. Aceste discuții au fost realizate în timpul desfășurării experimentului. În cadrul dialogului au participat profesorii de specialitate, antrenorii loturilor naționale și membrii unor echipe din străinătate (Franța, Țara Galilor, România, Anglia) care ne-au împărtășit opiniile lor față de problema cercetată. Opiniile rezultate în urma aplicării acestor metode ne-au dat posibilitatea să cunoaștem și să evidențiem o serie de aspecte referitoare la conținutul activității creative.

d) *Observațiile pedagogice*

Observațiile pedagogice cu caracter de constatare s-au efectuat în scopul studierii multilaterale a actualei probleme în practică și s-au utilizat în conformitate cu indicațiile și recomandările autorilor: S. Stanciu [97], Gh. Dumitriu [37], G. King, R. Keohane, S. Verba [56].

Aceste *observații* s-au desfășurat în trei etape, după cum urmează.

În prima etapă, în perioada anului 2016, s-au efectuat observații asupra planului axat pe pregătirea rugbiștilor începători din cadrul procesului instructiv, a fișelor de apreciere utilizate de antrenorii ce activează în cadrul Școlilor Sportive Specializate, Cluburilor Sportive Școlare și Liceelor cu Program Sportiv. Datele observațiilor se completau și se concretizau prin rezultatele convorbirilor și discuțiilor ținute cu alți specialiști ai domeniului, precum și cu datele obținute în urma anchetării antrenorilor de rugby.

Această etapă s-a finalizat cu observațiile asupra stabilirii unităților de conținut pentru elaborarea planului de pregătire sportivă și a planificării acestuia.

În etapa a doua, observațiile pedagogice s-au desfășurat în anul 2017 în cadrul procesului instructiv de pregătire a rugbiștilor începători.

Rezultatele observațiilor ne-au permis determinarea rolului planului în vederea perfecționării pregătirii adecvate. În același timp, introducerea fișelor de evaluare a pregătirii sportive pentru aprecierea nivelului respectiv a contribuit la evidențierea corelării directe între calitatea procesului instructiv din cadrul planului și asigurarea lui metodico-științifică.

Observația dirijată asupra unor componente ale jocului de rugby a urmărit aprecierea nivelului creativității al echipei în timpul antrenamentelor, a evidențiat trăsăturile esențiale. Deși aprecierile sunt subiective, ele au constituit repere pentru a analiza modul în care comportamentul fiecărui jucător, în timpul jocului, a ajuns la un nivel creativ cerut de modelul ECA.

Observațiile au completat informațiile obținute în urma anchetării antrenorilor specializați în rugby, care au participat la acest experiment.

În etapa a treia, desfășurată pe parcursul anilor 2017-2018, observațiile pedagogice au fost desfășurate în cadrul procesului de perfecționare a pregătirii rugbiștilor începători conform pregătirii psihopedagogice.

Observațiile autorului au completat informațiile obținute în urma anchetării antrenorilor, cu privire la planurile de pregătire individualizată pe posturi și a planului de pregătire și perfecționare a procesului instructiv.

Datele obținute în această etapă ne-au permis să stabilim modelul final al planurilor individuale de pregătire, model pe care îl considerăm conform cerințelor propuse de politicile educaționale în vigoare, adică o structură finală a planului.

Altă modalitate aplicată a fost metoda *sinectica*, care este destul de complicată în execuție, dar cu *performanțe* de înaltă calitate, ce poate da rezultate incredibile. Elementele și tehnicile individuale pot fi adoptate de către cei care caută soluții extraordinare.

Comparativ cu brainstormingul, *sinectica* se individualizează prin următoarele aspecte [172]:

- este o metodă care se aplică doar în situație de grup (echipă);
- are un caracter calitativ, întrucât se elaborează o singură idee care se modelează de-a lungul intinerarului sinectic;
- obiectivul propus nu se rezumă doar la simpla găsim a soluției la problemă, ci se accede mai departe, ceea ce determină apariția unor faze suplimentare:
 - se elaborează modelul;
 - se experimentează modelul;

- are loc prospectarea lui;
- grupul sinectic este stabil ca structură (6-8 persoane) și eterogen în ceea ce privește formația (profesia) și experiența profesională a participanților;
- termenul unei întruniri este de 1,5-2 ore.

Organizarea unei ședințe se axează pe două direcții fundamentale:

- schimbarea necunoscutului în cunoscut;
- schimbarea cunoscutului în necunoscut.

Intinerarul sinectic presupune parcurgerea următoarelor *etape*:

- ✓ *prima etapă* presupune prezentarea temei de rezolvat așa cum este, insistând asupra tuturor detaliilor implicate și răspunzând la eventualele întrebări de clarificare, formulate de participanți;
- ✓ *etapa a doua* redefinește subiectul după cum s-a stabilit anterior, ceea ce înseamnă schimbarea necunoscutului în cunoscut. Din acest moment demarează „excursia creativă”, ce presupune utilizarea unor strategii euristice cum ar fi: *analogia și extrapolarea, inversiunea, empatia* etc.. Dintre toate tehnicile euristice existente, *sinectica* pune accent, mai ales, pe *analogii*;
- ✓ în *etapa a treia*, participanții refac drumul invers, transformând familiarul în necunoscut, adică se îndepărtează de problemă pentru a o regândi, din acest unghi de vedere;
- ✓ *ultima etapă* constă în reconvertirea a ceea ce a fost necunoscut în familiar; mai precis, ea presupune o explicitare a soluției în termeni clari, accesibili.

Distingem mai multe forme de sinectică:

- *analogia simbolică* constă în recursul la o imagine-simbol, or una cu valoare estetică, ca substituit al unei situații problemă [62, 106];
- *analogia fantezistă* face apel la soluții șocante, neconvenționale pentru rezolvarea unei teme aflate în discuție;
- *analogie directă* presupune aspecte, care atunci când se necesită rezolvarea unei probleme se apelează la cunoștințe dintr-un alt domeniu cunoscut;
- *analogia personală* se asociază cu *empatia*, respectiv cu tehnica de a se substitui problemei sau unui element al ei, pentru a acționa din această nouă ipostază.

Metoda sinectică este utilă în multe domenii de activitate umană. A. Munteanu precizează faptul că „dacă în formulă exhaustivă ea este mai dificil de promovat în școală, se pot fructifica, în schimb, chiar în cadrul orelor curente, principiile și tehnicile de bază ale metodei” [68, p. 272].

Abilitățile creative nu se dezvoltă simultan cu maturizarea biologică, dar au nevoie de o implicare specifică, privind managementul timpului și, în acest context, orice antrenor ar trebui să le valorifice prin procese formativ-evaluative pe care le implementează cu maximă responsabilitate și relevanță adecvată.

Dezvoltarea creativității la rugbiști începători

În prezent, este deosebit de important să crești nu doar o persoană sănătoasă și puternică, ci și un întreprinzător gânditor, capabil de o abordare creativă a oricărei afaceri.

O persoană modernă trebuie să fie competentă în toate sferele vieții, iar o poziție de viață activă poate fi justificată dacă o persoană gândește creativ, dacă vede o oportunitate de îmbunătățire etc..

Scopul metodei sinectice este de a crea condiții eficiente pentru dezvoltarea gândirii creative la rugbiștii începători în cadrul Școlii Sportive.

Acțiunile preconizate:

- Studierea aspectelor teoretice ale dezvoltării gândirii creative a sportivilor rugbiști începători;
- identificarea condițiilor pedagogice pentru dezvoltarea abilităților creative ale rugbiștilor începători;
- dezvoltarea și implementarea unui sistem de activități creative, concentrate pe dezvoltarea imaginației creative a rugbiștilor începători;
- implementarea programului experimental;
- interpretarea rezultatelor obținute;
- generalizarea și sintetizarea datelor experimentului pedagogic.

Rezultate scontate:

- îmbunătățirea calității cunoștințelor la nivelul de pregătire a rugbiștilor începători;
- studierea independentă a informațiilor necesare pentru proiectarea și cercetarea jocului de rugby;
- creșterea numărului de participanți la diferite competiții de grad diferit;
- utilizarea intensivă a ECA în activitatea de joc la rugbiștii începători;
- determinarea dinamicii pozitive a nivelului de creație la rugbiștii începători.

Etapele experimentale:

Pregătitoare : septembrie - octombrie 2018;

De bază: noiembrie-2018, martie 2019;

De încheiere: aprilie - mai 2019.

S-a determinat sistemul de criterii pentru dezvoltarea abilităților creative ale rugbiștilor începători, utilizându-se testul Torrens.

Creativitatea conform lui Torrens reprezintă o sensibilitate la sarcini, deficite și lacune în cunoaștere, dorința de a combina informații diverse. Creativitatea identifică problemele asociate cu dizarmonia elementelor, caută soluțiile acestora, propune presupuneri și ipoteze despre posibilitatea soluțiilor, verifică și respinge aceste ipoteze, le modifică, le reverifică și, în final, fundamentează rezultatul [182].

E. Torrens a dezvoltat 12 teste grupate într-o baterie verbală, vizuală și sonoră. Partea nonverbală a acestui test, cunoscută sub numele de *Forma Figurală Torrens*, a fost adaptată de Institutul de Cercetare de Psihologie Generală și Pedagogică al APS în anul 1990. O altă parte a testului - „Finalizarea imaginilor” (Figuri complete) a fost adaptată între anii 1993-1994 în laboratorul de diagnosticare a abilităților și AMP al Institutului de Psihologie al Academiei de Științe din Rusia [ibidem].

Testul figurat al lui E. Torrens este destinat adulților, școlărilor și copiilor de la 5 ani. Acest test constă din trei sarcini. Răspunsurile la toate sarcinile sunt prezentate sub formă de desene și legende. Timpul pentru îndeplinirea sarcinii nu este limitat, deoarece procesul creativ implică organizarea liberă a componentei temporare a activității creative. Nivelul artistic de performanță în desene nu este luat în considerare.

Pentru a determina nivelul de gândire creativă s-au utilizat diverse metode. Pentru a evita o evaluare unilaterală, subiectivă a creativității elevilor, este necesară aplicarea metodelor de diagnostic psihologic și pedagogic într-un complex. Pentru a evalua indicatorii precum *gândirea creativă și imaginația creativă* este necesar să se țină cont de rezultatele diagnosticelor psihologice, efectuate, de exemplu, folosind metodele E.P. Torrens, E. Tunick.

Diagnosticarea creativității personale conform *metodei Elenei Evghenievna Tunick* accentuează determinarea celor patru caracteristici ale unei persoane creative: *curiozitate, imaginație, complexitate și asumare de riscuri* [101].

Elevii curioși tind să fie interesați de o mare varietate de subiecte, să studieze informații noi, să caute noi moduri de gândire, să exploreze idei și lucruri noi, să caute soluții neobișnuite la tot felul de probleme, să citească multe cărți, pentru a studia imagini și hărți, să caute jocuri pentru a maximiza cunoștințele.

Elevii imaginativi pot vorbi despre locuri în care nu au fost niciodată, să-și imagineze cum se vor descurca alții cu problemele pe care le-au întâlnit ei înșiși, să viseze la multe locuri și lucruri, să se gândească la fenomene pe care nu le-au întâlnit încă, să vadă într-un mod

neobișnuit ceea ce este descris în desene și imagini, pentru a fi surprins de diverse lucruri și evenimente.

e) Metoda testelor

Testarea pregătirii fizice specifice reprezintă potențialul biomotric, ce rezultă din sumarea calităților motrice, acestea putând fi definite ca forme de manifestări a interacțiunilor factorilor morfo-funcționali. Aprecierea justă a valorii acestui potențial poate fi făcută prin măsurarea capacității de efort fizic a tânărului, exprimată prin performanțele lui motrice.

Testarea pregătirii motrice are în vedere manifestările caracteristice calităților motrice întâlnite în jocul de rugby. S-au aplicat următoarele teste considerate a fi edificatoare la rugbiști:

Alergare 30 m

Scopul acestui test: determinarea vitezei pe distanță și a capacității de accelerare din poziție statică. Jucătorul este determinat să parcurgă cât mai rapid posibil distanța de 30 m. Momentul startului este determinat de jucător individual.

Încercări: trei (3), cu pauză de minimum 3 min. între ele.

Material ajutătoare: bariere cu fotoelemente, ruletă de măsurare.

Evaluare: se înregistrează cel mai bun timp din cele trei încercări pe distanța de 30 m.

Alergare de suveică 3x10 m

Acest test motric este destinat pentru studierea vitezei mișcării în corelație cu capacitățile motrice de coordonare a elevilor, care într-o anumită măsură pot oferi o înțelegere privind starea lor motrică corespunzător vârstei. Testarea se realizează în condițiile standard ale sălii de sport în conformitate cu metodica descrisă în continuare. În sala de sport se marchează distanța de 10 m cu indicarea startului și finisului, cu instalarea a două suporturi verticale - la linia de start și la finiș. La comanda profesorului elevul începe alergarea de la linia de start indicată (din partea dreaptă a primului suport) și cu viteză maximă aleargă până la partea stângă a suportului, unde distanța se termină, înconjoară rapid suportul și continuă alergarea înapoi în tempou rapid până la primul suport, iarăși rapid îl înconjoară prin partea dreaptă și cu viteză maximă aleargă spre finiș. Timpul alergării navetă (suveică) 3x10 m se fixează din momentul startului elevului până la atingerea liniei de finiș. Timpul a fost măsurat cu ajutorul cronometrului electronic, care a trecut testul metrologic cu precizia până la 0,01 sec.

Săritura în lungime de pe loc

Scopul: determinarea forței explozive din poziție statică.

Din poziția stând depărtat, se execută un balans (o singură balansare a brațelor) și săritură în lungime cât mai departe, cu aterizare pe ambele picioare. Se măsoară de la vârful picioarelor (poziția de plecare) până la călcâie (poziția de aterizare). Sunt permise două încercări și se

înregistrează cea mai bună săritură. Jucătorul este obligat să efectueze fără elan cu ambele picioare un salt în lungime cu forță maximă.

Total încercări: trei (3), cu pauză de minimum 3 min. între ele.

Materiale ajutătoare: conuri, ruletă de măsurare.

Evaluare: se înregistrează cea mai bună săritură.

Alergare 6 minute

Scop: determinarea rezistenței generale. Timp de 6 minute jucătorul este determinat să parcurgă o distanță cât mai lungă posibil pe un traseu stabilit de 300 – 400 m în jurul terenului.

Total încercări: una (1).

Materiale ajutătoare: conuri ce delimitează traseul, cronometru, ruletă.

Evaluare: se înregistrează rezultatul încercării.

Aplecare înainte din șezând pe podea, cm

Aplecarea trunchiului: din șezând, călcâiele lipite, tălpile alipite de banca de gimnastică, se îndeplinește aplecarea trunchiului, neîndoind picioarele în regiunea genunchilor, iar mâinile se întind la maximum. Măsurarea se face de la vârfurile degetelor picioarelor până la degetul mijlociu al mâinilor, cu ajutorul riglei. Dacă la aplecare degetele mâinii nu trec de vârfurile degetelor picioarelor, atunci valoarea supleței se notează cu semnul „-” (nivel jos de dezvoltare a supleței generale a corpului), dacă trec de linia degetelor picioarelor, se notează cu semnul „+” (nivel bun de dezvoltare a supleței generale a corpului).

Pentru a evolua performanța sportivă a rugbiștilor începători incluși în experimentul pedagogic au fost analizați mai mulți indicatori ce reprezintă nivelul *pregătirii tehnice* a acestora. În acest context au fost aplicate mai multe teste, care reprezintă nivelul însușirii elementelor și procedeele tehnice de joc:

- a) *Pasarea balonului.* Pentru a evolua nivelul însușirii paselor au fost testate două procedee tehnice ce reprezintă acest element, acestea fiind:
 - *pasa la distanță*, jucătorii urmau să paseze mingea la distanță maximă;
 - *pasa la precizie*, jucătorii urmau să paseze mingea într-o țintă fixă, aceasta fiind un inel suspendat vertical.
- b) *Prinderea balonului.* Elementul dat a fost reprezentat prin două procedee tehnice, dintre care:
 - din lovitură cu piciorul, jucătorul trebuie să prindă balonul;
 - din pasare cu mâinile, jucătorul trebuie să prindă cu ambele mâini balonul.
- c) *Lovitură cu piciorul.* Pentru a testa precizia loviturii de picior, se utilizează două procedee:

- din poziție fixă: se face o lovitură cu piciorul a balonului spre but la o distanță fixă;
 - în dinamică: se face o lovitură cu piciorul în mișcare spre o țintă.
- d) Deplasările permit testarea abilităților rugbiștilor de a se mișca rapid și rațional în spațiul și timpul limitat. S-au efectuat două procedee:
- deplasarea cu zigzag este mișcarea jucătorului cu balonul în brațe pe linie de zigzag într-un timp anumit.
 - suveică este deplasarea jucătorului înainte-înapoi cu balonul în brațe, punând accent pe start-stop într-un timp limitat pe distanța de 5 m.

f) *Experimentul pedagogic*

Experimentul este o metodă a cunoașterii științifice aplicată în medicina experimentală care trece apoi în științele particulare unde determină mutații metodologice însemnate [40].

Experimentul pedagogic s-a desfășurat în trei etape: *de formare, de constatare, de control*. Au participat două grupe: experimental și martor. Componenții grupelor: experimental și martor au în medie 2 ani de pregătire sportivă în cadru organizat și la testările inițiale s-a observat că indicatorii somatici, de pregătire fizică specifică și de pregătire tehnico-tactică sunt, în general, apropiați.

Aplicarea sistemului de creativitate a rugbiștilor de vârsta 10-11 ani s-a făcut în anul competițional 2018 - 2019. Experimentul a început prin testările sportivilor la un număr de 10 indicatori: 3 morfologici, 3 de pregătire fizică specifică și 4 de pregătire tehnico-tactică.

Pe tot parcursul anului competițional 2018 - 2019 în cadrul Școlii Sportive Specializată de Acrobatică și Rugby, grupul martor a lucrat după programul standard (profesorii lor au acceptat testarea), iar grupul experimental a lucrat după modelul propriu de program elaborat privind dezvoltarea creativității

La sfârșitul anului competițional (iunie 2019) am efectuat testarea finală.

g) *Prelucrarea statistico-matematică a datelor și reprezentarea lor grafică*

Indicii rezultatelor au fost prelucrați în conformitate cu metodele statistico-matematice selectate corespunzător caracterului datelor experimentale și a sarcinilor cercetării prin stabilirea nivelului de verificare a diferenței dintre medii a indicilor grupelor experimentale și martor, în cadrul cărora s-au efectuat următoarele calcule [97]:

$$\text{Media aritmetică } (\bar{x}): \quad \bar{x} = \frac{x_1 + x_2 + \dots + x_n}{n} = \frac{\sum_{i=1}^n x_i}{n} \quad (2.1)$$

unde: \bar{x} – media aritmetică;

Σ – operatorul adunării (suma);

X – valorile variabilei de la 1 la n;

n – numărul total de cazuri.

$$\sigma = \sqrt{\frac{\sum_{i=1}^n (x_i - \bar{x})^2}{n}} = \sqrt{\frac{1}{n} \sum_{i=1}^n (x_i - \bar{x})^2}$$

2. Abaterea standard (σ): (2.2)

unde: $(x_i - \bar{x})$ – abaterea valorilor de la media aritmetică;

n – numărul total de cazuri.

$$E_m = \sqrt{\frac{\sum_{i=1}^n (x_i - \bar{x})^2}{n(n-1)}}$$

3. Eroarea standard a mediei (2.3)

unde: m – eroarea medie;

n – număr de subiecți.

4. Testul Student pentru eșantioane independente (grupe neconjugate)

$$t = \frac{|\bar{x}_1 - \bar{x}_2|}{\sqrt{m_1^2 + m_2^2}} ; \quad (2.4)$$

f=n1+n2-2 - numărul gradelor de libertate

$\bar{x}_1 - \bar{x}_2$ sunt mediile aritmetice ale variabilelor;

m1 + m2 reprezintă valorile amplitudinii standard a valorilor medii.

5. Criteriul t-Student pentru eșantioane dependente (grupe conjugate)

$$t = \frac{|\bar{x}_1 - \bar{x}_2|}{\sqrt{m_1^2 + m_2^2 - 2*r*m_1*m_2}} , \quad (2.5)$$

f= n-1 - numărul gradelor de libertate;

r = coeficient de corelație

Organizarea cercetării

Cercetarea prezentă a beneficiat anticipat de un plan de organizare judicios întocmit și care a cuprins trei etape. Fiecare etapă și-a adus o importantă contribuție la îndeplinirea obiectivelor cercetării, asigurând cadrul științific necesar pentru programarea instruirii pe bază de obiective la nivelul rugbiștilor începători pentru a dezvolta noi valențe.

În cadrul primei etape de cercetare preliminară, desfășurată în perioada 2015 – 2016, au fost programate și s-au realizat următoarele analize și sinteze ale literaturii de specialitate, concretizată prin:

- concepții ce stau la baza antrenamentului sportiv cu juniorii;
- tendințe actuale în programarea și planificarea antrenamentului sportiv în rugby la elevi și juniori;
- sistemul obiectivelor de instruire pentru juniori;
- antrenamentul sportiv ca proces pedagogic desfășurat sistematic;
- bazele psihopedagogice ale pregătirii juniorilor;
- abordarea antrenamentului sportiv ca sistem didactic;
- bazele fiziologice ale antrenamentului la elevi și juniori;
- antrenamentul sportiv ca proces de adaptare;
- procesele de conducere, dirijare și reglare îndreptate spre îmbunătățirea aptitudinilor psihomotrice (condiționale și coordinative);
- evoluția indicatorilor pentru pregătirea fiecărei componente a antrenamentului sportiv;
- concepția de joc și pregătire în rugby la începători;
- model și modelare în antrenamentul sportiv.

Datele obținute prin documentarea amplă efectuată, au constituit premise pentru generalizări și concluzii și au devenit fundamente științifice pentru cercetare. Astfel aceste date ne-au permis: să argumentăm aspectele de bază ale conținutului activității de programare și planificare a antrenamentului prin introducerea unui plan model pe un an competițional ciclat pe etape (mezocicluri) specifice nivelului formativ respectiv; să programăm obiectivele operaționale și mijloacele de acționare spre raționalizare pe baza criteriilor de apreciere a nivelului de pregătire creativă, tehnico-tactică și fizică și să evidențiem prognoza dinamicii progresului cu dinamica progresului realizat. În final, cele mai noi concepții cu privire la pregătirea juniorilor, ne-au motivat să lucrăm și științific în elaborarea programului formativ și a ghidului teoretico-practic privind dezvoltarea creativă a sportivilor începători (rugbiști) în cadrul lecțiilor de antrenament.

S-au examinat documentele de lucru ale profesorilor și antrenorilor care pregătesc grupe de juniori, programările și planificările, rezultatele testelor și probelor de control, performanța sportivă obținută, pentru anul competițional care s-a încheiat. Datele obținute au fost supuse criticii și, în funcție de gradul lor de actualitate, au fost implementate în rezultatul final al cercetării noastre.

S-a alcătuit un chestionar, conținând concepte ale temei de cercetare, respectându-se recomandările și cerințele metodologice din domeniul cercetării sociologice. Chestionarul a cuprins unsprezece întrebări și a avut drept finalitate obținerea de indicatori care să contribuie la acumularea informațiilor pertinente.

Desfășurarea unui interviu și a unor discuții cu specialiștii din domeniu, conform planului stabilit anterior ne-au oferit date suplimentare referitoare la tema supusă cercetării noastre.

Etapa a II-a a experimentului este cea *formativă*, care s-a desfășurat în perioada 2016-2017.

În scopul îndeplinirii obiectivelor cercetării, prin realizarea practică a procesului de antrenament care asigură o programare eficientă a instruirii în baza metodelor creative la rugbiștii începători, a stabilirii conținuturilor specifice acestui nivel formativ, am efectuat mai multe activități.

Am utilizat sub formă experimentală *Programului experimental privind dezvoltarea creativității la rugbiștii începători prin aplicarea metodei sinectica*, care a fost elaborat în urma unei documentări extinse și la cercetătorii din străinătate și a *Ghidului teoretico-practic privind dezvoltarea creativă a sportivilor începători (rugbiști) în cadrul lecțiilor de antrenament*. Documentația elaborată a fost valorificată în cadrul experimentului realizat cu o grupă de sportivi de la ȘSSAR Chișinău compusă din 20 subiecți cu vârsta de 10 - 11 ani. Experimentul a validat caracterul eficient al programării.

Desfășurarea procesului de antrenament cu grupul experimental, în condiții metodico - științifice, a oferit posibilitatea pilotării *Ghidului teoretico-practic privind dezvoltarea creativă a sportivilor începători (rugbiști) în cadrul lecțiilor de antrenament*.

Etapa a III-a, *de finalizare*, s-a desfășurat în perioada 2018-2019.

În cadrul acestei etape s-au prevăzut activități de sistematizare și prelucrare a datelor obținute în cadrul experimentului, a celor obținute din analiza și sinteza literaturii de specialitate, a datelor obținute în urma sondajului aplicat specialiștilor din domeniu.

Analiza finală a determinat dinamica progresului realizat privind componentele: *tactică, tehnică, fizică, creativă* etc..

S-au analizat datele comparative între grupul martor și grupul experimental. Toate aceste sarcini au fost îndeplinite concret, rezultatele obținute au fost comparate cu cele ale grupului martor, demonstrându-se necesitatea abordării creativității la rugbiștii începători.

2.2. Opiniile specialiștilor din domeniu privind dezvoltarea creativității la rugbiști

Studiul a fost realizat cu specialiștii din domeniu, profesori de educație fizică din Chișinău, antrenori și sportivi de performanță, stabilindu-se întrebări clare pentru subiectul abordat.

A fost organizată și implementată metoda chestionării (Tabelul 2.1), având ca scop *obținerea informațiilor referitoare la opinia specialiștilor privind dezvoltarea creativității la rugbiștii începători*. Chestionarul a vizat întrebări referitoare la necesitatea elaborării și introducerii ECA, a implementării *Programei standard* și a *Ghidului teoretico-practic privind dezvoltarea creativă a sportivilor începători (rugbiști) în cadrul lecțiilor de antrenament*.

Chestionarul a fost completat în număr de 171 persoane, dintre care au fost chestionați: 50 de profesori EF, 34 de antrenori și 87 sportivi de performanță (Anexele 1).

Tabelul 2.1. Rezultatele chestionării

Nr. crt.	Conținutul întrebărilor din chestionarea efectuată în cadrul cercetării	Profesori EF	Antrenori	SP
		N = 50	N = 34	N = 87
		Procentaj obținut (%)	Procentaj obținut (%)	Procentaj obținut(%)
1.	Sunteți familiarizați cu necesitatea dezvoltării creativității în cadrul procesului de antrenament?			
	da	26%	41%	15%
	nu	5%	5%	2%
2.	Sub ce formă este necesară pregătirea creativă a sportivilor rugbiști?			
	-teoretică	3%	4%	1%
	-practică	37%	35%	10%
3.	Sunteți cunoscut cu noțiunea ECA?			
	da	2%	1%	1%
	nu	27%	40%	26%
4.	Cunoașteți metodele de stimulare a creativității?			
	da	15%	49%	14%
	nu	5%	6%	3%
5.	Credeți că programa existentă este suficientă pentru dezvoltarea creativității în cadrul procesului de antrenament?			
	da, integral	1%	4%	5%
	da, parțial	10%	39%	32%
6.	Este necesară o nouă programă școlară (sportivă) care ar eficientiza procesul pregătirii creative a sportivilor rugbiști începători?			
	da, total	25%	49%	13%
	da, parțial	3%	4%	2%

	nu	2%	1%	1%
7.	Știți ce înseamnă <i>Sinectica</i> ca și metodă de dezvoltare a creativității? da, total. da, parțial. nu.	5 % 26% 2%	2% 24% 2%	8% 29% 2%
8.	Este necesară introducerea în cadrul procesului de antrenament a conținuturilor teoretico-practice privind dezvoltarea creativă a sportivilor rugbiști începători? da nu greu de răspuns	11% 4% 2%	40% 5% 4%	28% 3% 3%
9.	Considerați că este necesar să se acorde o pondere mai mare pregătirii teoretico-practice prin utilizarea creativității? da, total. da, parțial. nu.	20% 3% 1%	38 % 5% 3%	27% 2% 1%
10.	Este necesară elaborarea Ghidului teoretico-practic privind dezvoltarea creativă a sportivilor începători? da nu greu de răspuns	22% 1% 2%	37% 3% 3%	27% 2% 3%
11.	Oare toți antrenorii pot fi eficienți cu sportivii începători? da nu greu de răspuns	7% 13% 1%	14% 33% 1%	11% 19% 1%

Analizând răspunsurile obținute la întrebările din chestionarul adresat profesorilor, antrenorilor și sportivilor de performanță, am obținut informații importante legate de necesitatea introducerii ECA, *Programei școlare (sportive)* și a *Ghidului teoretico-practic privind dezvoltarea creativă a sportivilor începători (rugbiști) în cadrul lecțiilor de antrenament.*

Răspunzând la întrebarea *Sunteți familiarizați cu necesitatea dezvoltării creativității în cadrul procesului de antrenament?* În figura 2.1 sunt reprezentate rezultatele, dintre care 26% din profesorii respondenți au afirmat că sunt familiarizați cu utilizarea creativității în cadrul procesului de antrenament. În linii majore putem remarca niveluri diferite ale răspunsurilor pozitive ale profesorilor și a antrenorilor, ultimii obținând un procentaj 41% datorită faptului că în cadrul activității se întâlnesc mai des cu necesitatea aplicării creative a exercițiilor și mijloacelor, privind obținerea performanței sportive, iar sportivii au reprezentat eșantionul cel mai scăzut la această întrebare, fiind 15%, întrucât nu li s-a explicat metoda creativă cercetată.

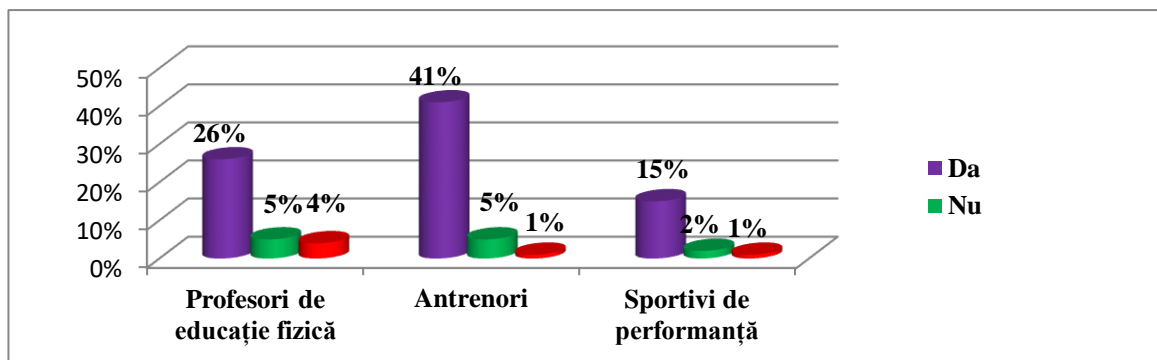


Figura 2.1. Necesitatea dezvoltării creativității în cadrul procesului de antrenament

La întrebarea – *Sub ce formă este necesară pregătirea creativă a sportivilor rugbiști?* În figura 2.2 se atestă că 37% dintre profesorii anchetați au răspuns că este necesară o pregătire creativă a sportivilor rugbiști, iar 35% dintre antrenori au susținut punctul de vedere al profesorilor, în timp ce sportivii de performanță, fiind 10% au considerat că pregătirea creativă practică prin *metoda Sinectica*, va eficientiza antrenamentul începătorilor, dar nu este folosită atât de des. Nu toți cunosc și aplică această metodă. Ei recunosc că pot aplica unele elemente ale sinecticii care contribuie la dezvoltarea creativității începătorilor.

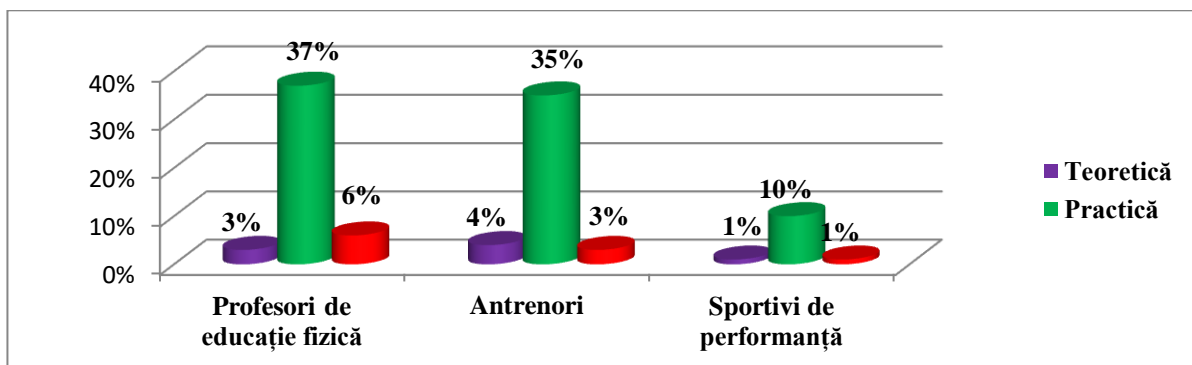


Figura 2.2. Necesitatea pregătirii creative a sportivilor rugbiști

Cu privire la răspunsurile formulate de către respondenții chestionați la întrebarea *Sunteți cunoscut cu noțiunea ECA?* În figura 2.3 sunt sistematizate răspunsurile, iar profesorii de data aceasta au răspuns aproximativ în egală măsură cu sportivii de performanță, respectiv 27% și 26%, enunțând ideea că nu cunosc aspecte ale ECA, în schimb punctul de vedere al antrenorilor a fost mai accentuat spre varianta negativă 40%, fapt ce denotă că probabil nu a fost reflectată în *Programa școlară (sportivă)* noțiunea de ECA în măsura suficientă.

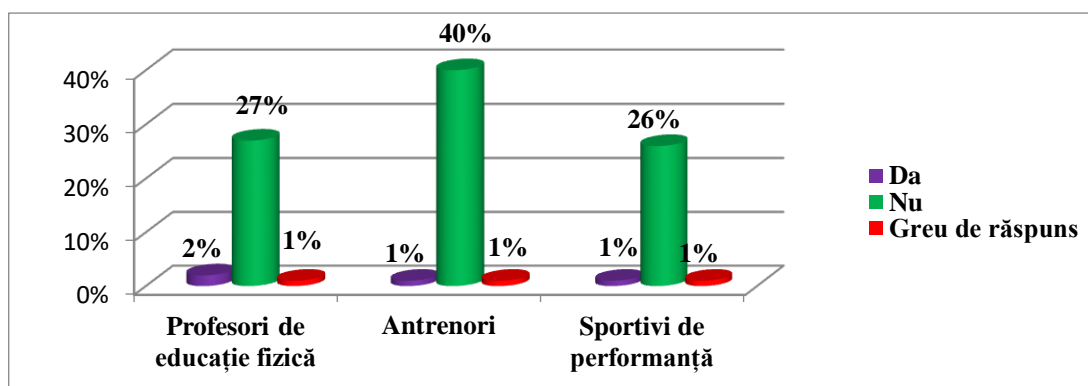


Figura 2.3. Noțiunea ECA

În ceea ce privesc răspunsurile date de cei anchetați la întrebarea *Cunoașteți metode de stimulare a creativității?* Răspunsurile sunt sistematizate în Figura 2.4, acestea fiind repartizate într-o măsură aproximativ egală între profesori și sportivii de performanță - 15% și 14%, afirmând că majoritatea le cunosc și răspunsurile antrenorilor s-au încadrat în varianta afirmativă, însă cu o diferență destul de mare față de cei inițiali, respectiv de - 49%, motivul probabil fiind că antrenorii în cadrul antrenamentului și /sau cursurilor de perfecționare s-au familiarizat, într-o măsură mai mare, cu metodele creative.

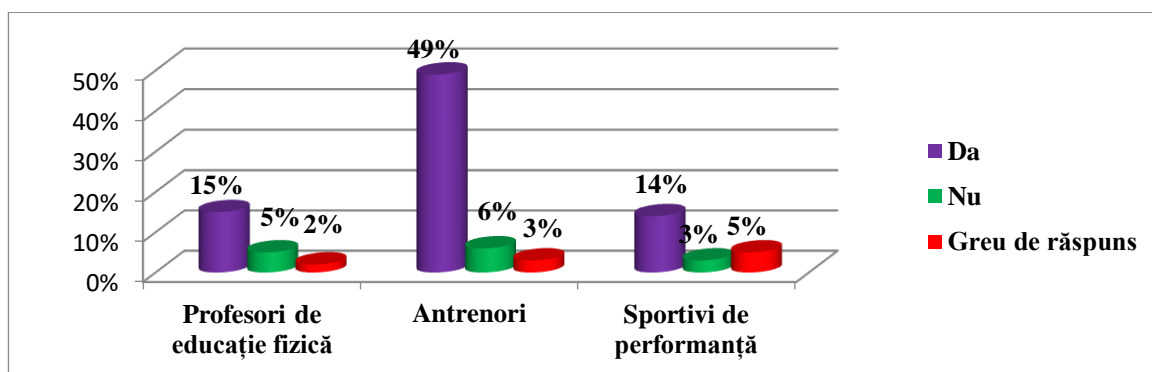


Figura 2.4. Cunoașterea metodelor de stimulare a creativității

Referitor la întrebarea *Credeți că Programa școlară (sportivă) este suficientă pentru realizarea pregătirii creative în cadrul procesului de antrenament?* Figura 2.5 sistematizează răspunsul respondenților, prin care se punctează că atât sportivii, cât și antrenorii au remarcat insuficiența programei existente, iar prin răspunsurile formulate cu „da”, „parțial” s-au înregistrat un procentaj cu mici diferențe, respectiv de 32% și 39%, iar 10% dintre profesori au considerat programa existentă la rugbiștii începători ca fiind suficientă pentru pregătirea creativă.

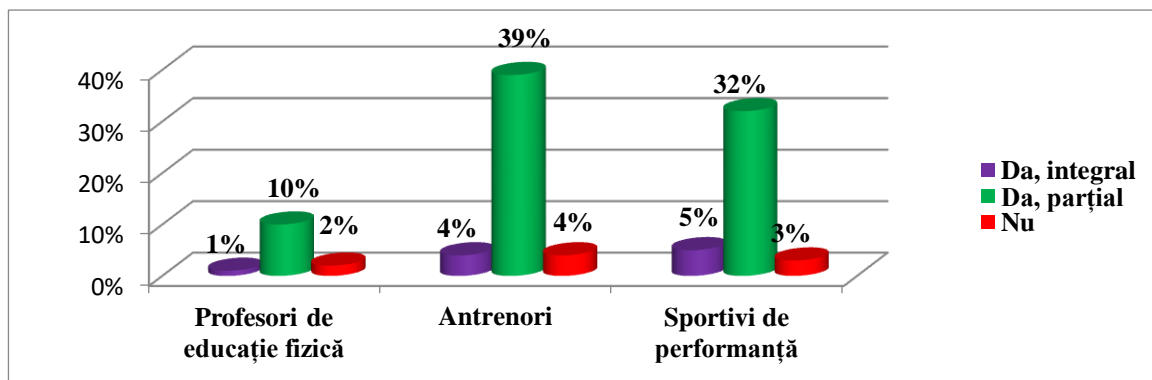


Figura 2.5. Răspunsurile cu privire la programa existentă în Școlile sportive

La întrebarea *Este necesară o nouă Programă școlară (sportivă) care ar eficientiza procesul pregătirii creative a sportivilor rugbiști începători?* Figura 2.6 prezintă rezultatele astfel: profesorii au răspuns afirmativ - 25%, iar ponderea sportivilor s-a situat la 13% cu răspunsuri pozitive, pe când antrenorii în număr de 49% au apreciat necesitatea noii programe școlare (sportive) mai eficiente, deoarece deja au parcurs conținutul respectiv, reușind să argumenteze importanța acesteia în pregătirea profesională a rugbiștilor începători.

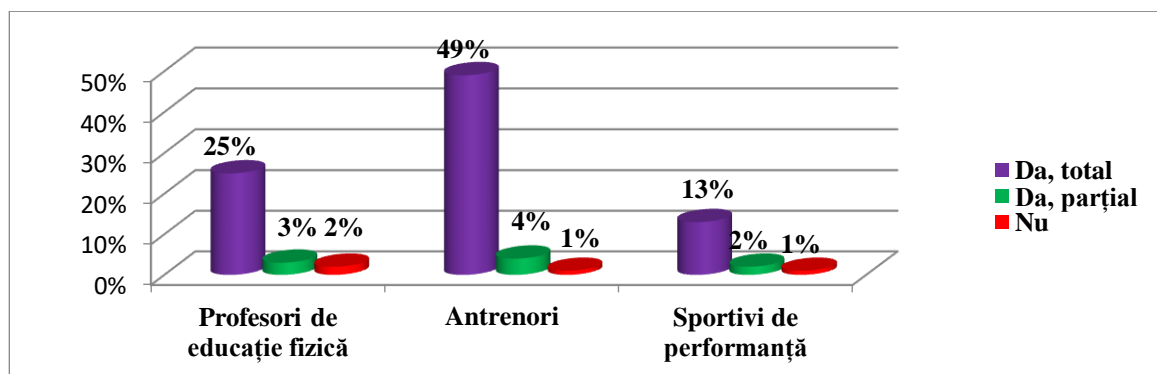


Figura 2.6. Necesitatea unei Programe Școlare (sportivă) pentru eficientizarea procesului pregătirii creative a sportivilor rugbiști începători

La întrebarea *Știți ce înseamnă Sinectica ca și metodă de dezvoltare a creativității?* Figura 2.7. prezintă sinteza răspunsurilor, dintre care răspunsurile cu da, parțial, înregistrându-se un procent omogen între respondenți, respectiv sportivii de performanță - 29%, profesorii - 26%, iar antrenorii - 24%, fapt ce denotă că majoritatea respondenților nu cunosc *metoda sinectica*.

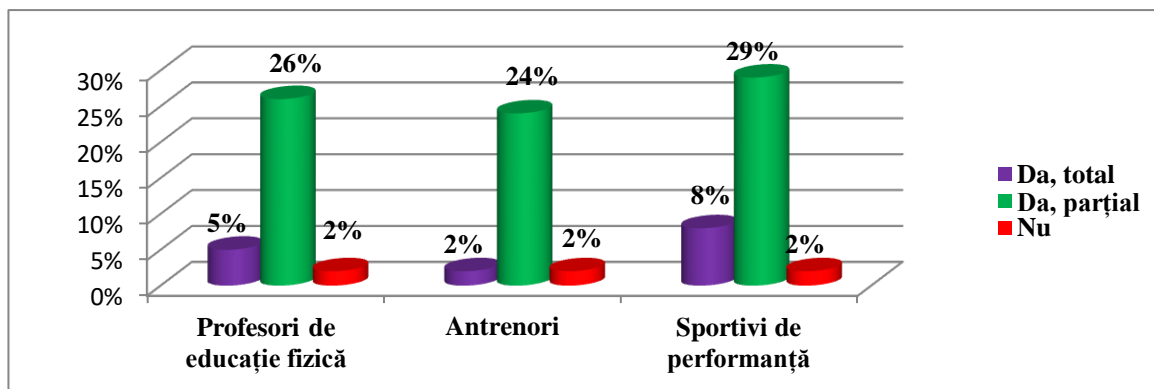


Figura 2.7. Cunoașterea metodei sinectica

Răspunsurile la întrebarea *Este necesară introducerea în cadrul procesului de antrenament a conținuturilor teoretico-practice privind dezvoltarea creativă a sportivilor rugbiști începători?* Răspunsurile sunt prezentate în figura 2.8 și s-a înregistrat o diferență semnificativă: antrenorii - 40% au considerat că aceste conținuturi teoretico-practice privind dezvoltarea creativă a sportivilor rugbiști începători vor contribui pozitiv; sportivii - 28% au afirmat că introducerea în cadrul procesului de antrenament a conținuturilor teoretico-practice privind dezvoltarea creativă au un rol important în predare-învățare, pe când profesorii au înregistrat un procentaj mai mic, respectiv 11% și tot au menționat influența pozitivă a acestor conținuturi.

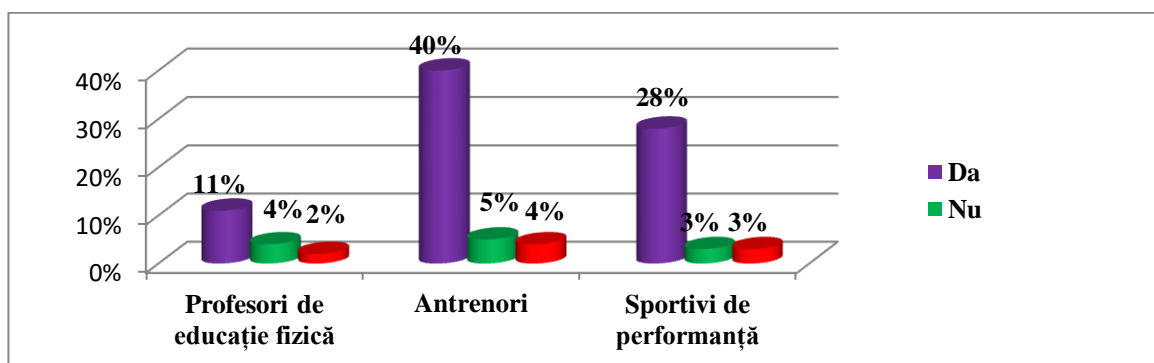


Figura 2.8. Necesitatea introducerii în cadrul procesului de antrenament a conținuturilor teoretico-practice

Respondenții la întrebarea *Considerați că este necesar să se acorde o pondere mai mare pregătirii teoretico-practice prin utilizarea creativității?* În figura 2.9 rezultatele cu răspuns afirmativ cu privire la necesitatea a se acorda o pondere mai mare pregătirii teoretico-practice prin utilizarea creativității sunt prezentate astfel: profesorii - 20%, antrenorii - 38%, sportivii de performanță - 27%.

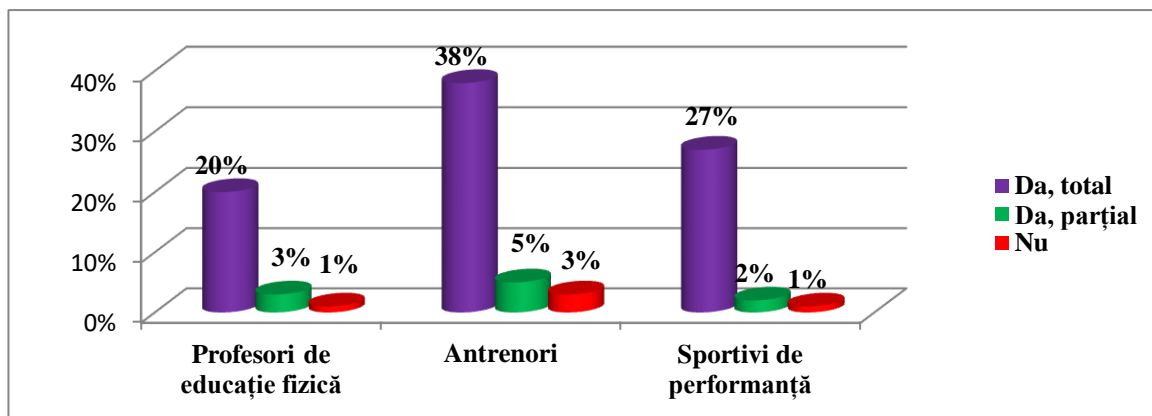


Figura 2.9. Necesitatea utilizării creativității în cadrul conținuturilor teoretico-practice

Cu privire la întrebarea *Este necesară elaborarea Ghidului teoretico-practic privind dezvoltarea creativității la sportivii începători?* Figura 2.10 sintetizează răspunsurile, prin care majoritatea chestionaților au considerat oportună elaborarea Ghidului teoretico-practic privind dezvoltarea creativității la sportivii rugbiști începători astfel: profesorii - 22%, antrenorii - 37%, iar sportivii de performanță - 27%. Sistematizăm necesitatea elaborării și editării unui astfel de ghid pentru sportivii rugbiști. După cum se observă din rezultatele anchetării circa o treime din cei vizați susțin elaborarea unui Ghid pentru dezvoltarea creativității la rugbiștii începători, iar prin acest lucru, confirmă încă o dată importanța dezvoltării creativității acestora.

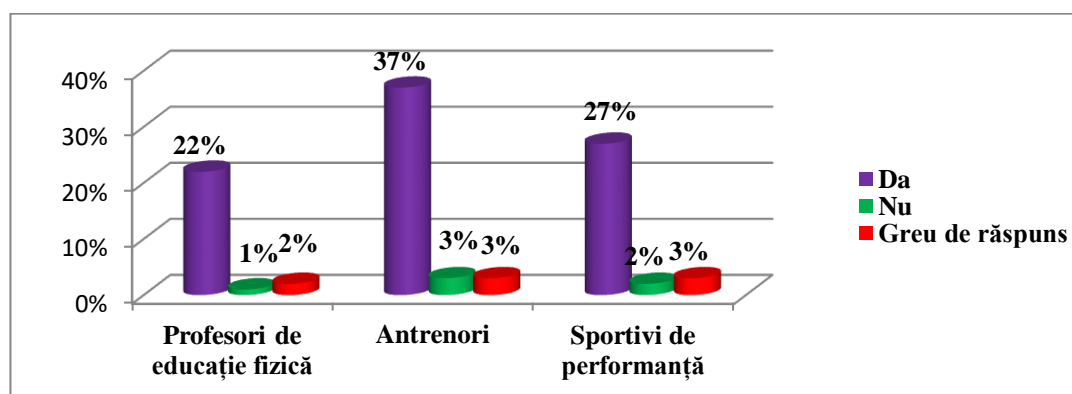


Figura 2.10. Necesitatea elaborării Ghidului teoretico-practic privind dezvoltarea creativității

La întrebarea *Oare toți antrenorii pot fi eficienți cu sportivii începători?* În Figura 2.11. sunt prezentate răspunsurile celor chestionați, evidențiindu-se, în marea lor majoritate, răspunsul negativ, deoarece este cunoscut faptul că nu toți antrenorii pot fi eficienți cu începătorii. Astfel sportivii au răspuns - 19%, iar profesorii - 13%. Răspunsurile formulate de către antrenorii din nou au înregistrat un decalaj semnificativ față de ceilalți respondenți, respectiv răspunsurile negative ale acestora înregistrând 33%. Prin urmare, nu toți antrenorii pot fi destul de eficienți

privind pregătirea sportivilor începători, motiv pentru care foarte mulți antrenori sunt specializați pe categorii de vârstă.

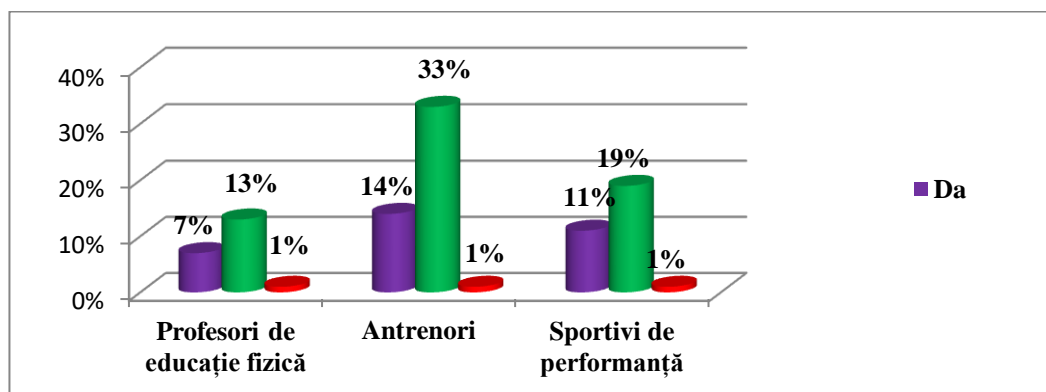


Figura 2.11. Răspunsurile respondenților despre antrenorii eficienți pentru sportivii începători

În urma analizei literaturii de specialitate, a opiniei specialiștilor și a rezultatelor chestionarului efectuat a fost elaborată o Programă școlară (sportivă), care are la bază conținuturi de stimulare a creativității prin metoda sinectica, conținuturi teoretice și practice din ghidul elaborat și modelul de echipă creativă adaptată (ECA).

2.3. Profilul echipei creative adaptată în sportul de performanță

Echipa creativă reprezintă un cadru de soluționare a problemelor ce funcționează pe durate relativ scurte și presupune alegerea unor coechipieri cu nivel de creativitate ridicat. Aplicarea metodelor și tehnicilor de stimulare a creativității la sportivii de performanță este benefică pentru formarea unei gândiri flexibile, divergente și fluente ale acestora, generând participarea lor activă și deplină, psihică și fizică, individuală și colectivă în procesul de antrenament. Performanța în sport se obține prin identificarea la sportivi a unor aptitudini motrice speciale, completate de dezvoltarea proceselor psihice cum ar fi: *gândirea critică, flexibilă, divergentă, inteligența, atenția și motivația*.

În elaborarea modelului de echipă creativă adaptată este important de a identifica două categorii de date, vezi Figura 2.12: *experiența pozitivă a sportivilor de performanță* ce dispun de capacități creative înalte și *depistarea insuficiențelor pe linia valorificării potențialului creativ individual al sportivilor de performanță* (prin analiza sportivilor slab creativi) și *colectiv*, la nivelul grupului (prin analiza rezultatelor scăzute). Astfel, pe baza rezultatelor obținute și a studierii literaturii de specialitate se pot selecționa și adapta anumite procedee de antrenare a

gândirii și imaginației creatoare la sportivii de performanță, precum și unele principii de funcționare a echipei.

Mai mult, putem menționa că echipa creativă, ca modalitate de stimulare a creativității, contribuie în mod cert la activarea potențialului creativ individual al sportivului. De asemenea, facem precizarea că echipa creativă trebuie să se permanentizeze pentru ca progresul înregistrat să fie constant. Creativitatea de grup se dovedește a fi superioară celei individuale, în cazul stimulării potențialului creativ. Ea permite modelarea în cadrul echipei, a sistemului de relații și condiții proprii creativității, asimilarea cu maximum de eficiență a metodelor de gândire și imaginație creativă.

Antrenamentul sportiv, prin sistemul său de organizare, planificare și realizare, reprezintă un cadru optim pentru exersarea creativității și crearea echipei sportivilor de performanță, în scopul educării lor sistematice și permanente în vederea însușirii stilului propriu în executarea exercițiilor fizice, în luarea deciziilor, de care vor avea absolut nevoie, ca viitori specialiști în domeniu.

În Figura 2.12 prezentăm profilul ECA în sportul de performanță.

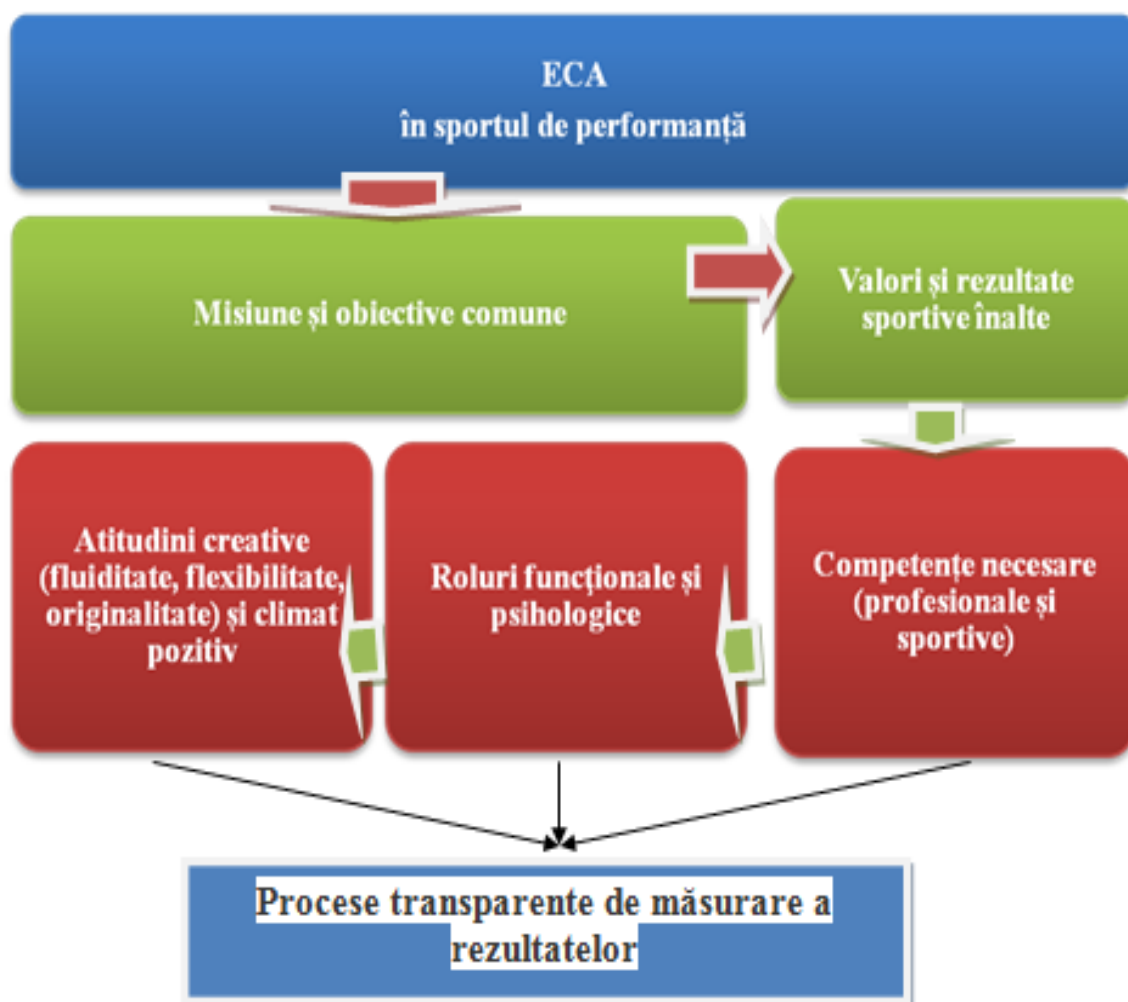


Figura 2.12. Profilul ECA în sportul de performanță

Modelul ECA are la bază *misiunea* de a implementa metode și tehnici de stimulare a creativității la sportivii de performanță.

Din cele relatate se conturează următoarele *obiective*:

- prezentarea modelului echipei ECA, care poate fi aplicabil unui grup de mărime mică (7-15 persoane), astfel încât în rugby 7 să se încadreze destul de bine;
- omogenitatea echipei în privința potențialului creativ al membrilor - factor favorabil pentru eficiența antrenamentului;
- inițierea antrenorului echipei în metodele de conducere democratică a echipei, fiind o persoană valoroasă din punct de vedere a specialității;
- colaborarea antrenorului și cu un expert în creatologie.

Pentru eficiența ECA un rol aparte le revine calităților motrice și calităților moral – profesionale ale membrilor, care se manifestă prin *valori și rezultate sportive înalte*. Prin rezultatele sportive obținute se manifestă *competențele profesionale și sportive* ale membrilor echipei. Totuși un factor important îl constituie și interesul pentru problemele abordate în ECA.

Ca element al competențelor profesionale și sportive sunt *atitudinile creative*, ce trebuie antrenate la intervale de timp optime (de regulă săptămânal) pentru a se obține progres. Echipa creativă adaptată ca modalitate de stimulare a creativității contribuie în mod cert la activarea potențialului creativ individual.

Anume creativitatea de echipă permite modelarea în cadrul acesteia a sistemului de relații și condiții proprii creativității, asimilarea cu maximum eficiență a metodelor de gândire și imaginație creativă.

Literatura de specialitate cu privire la stimularea creativității de grup poate oferi modele de referință pentru conceperea unor activități de dezvoltare a gândirii creative în antrenamentul sportiv și în sistemul de perfecționare a pregătirii sportivilor de performanță. În acest context, în cadrul acestei cercetări, vizăm sportivii de performanță din cadrul unei echipe pentru proba de sport - rugby.

Acestea au pus în evidență o *serie de factori* care condiționează eficiența activității în cadrul echipei:

- structura și caracteristicile sarcinilor abordate (de învățare și definire a conceptelor, de rezolvare a problemelor, de elaborare creativă);
- raportul dintre tipul sarcinii de rezolvat și comunicarea dintre membrii echipei;
- relațiile interumane din cadrul echipei și modul în care acestea sunt percepute și motivate de membri;

- stabilirea și utilizarea la nivel de echipă a unor modalități concrete de verificare a progresului înregistrat;

- omogenitatea în privința gradului de dezvoltare a factorilor intelectuali și nonintelectuali ai creativității membrilor echipei;

- interacțiunea reciprocă a motivațiilor individuale în cadrul echipei [15].

Metodele de cercetare, precum și cele de *stimulare a creativității* au fost utilizate în fiecare etapă de funcționare a echipei și în funcție de particularitățile concrete ale acesteia.

Elaborarea și punerea în funcțiune a echipei creative adaptate (ECA), eficientă în sportul de performanță la proba sportivă de rugby s-a realizat în următoarele etape:

- determinarea potențialului creativ al membrilor echipei înainte de constituirea sa integrală și investigarea preferințelor sportivilor față de anumite principii de organizare și funcționare a acesteia, stilurilor și regimurilor de antrenament, tipurilor de conducere și dirijare a antrenamentului de către antrenori;

- obținerea de informații despre colectivele sportive din care provin membrii viitoarei echipei creative adaptate (ECA), nivelul de creativitate al acestora, stilul de conducere a antrenamentului sportiv și însușirile de personalitate ale antrenorului, relațiile interumane.

Antrenamentul creativ realizat cu membrii ECA a parcurs trei mari direcții:

- inițierea membrilor ECA cu noțiuni și concepte despre fenomenul creației, despre factorii inhibitori și stimulativi ai creației, fapt ce ne-a permis să monitorizăm ca viitorii participanți ai ECA să-și dea seama de anumite insuficiențe în privința potențialului lor creativ și să conștientizeze necesitatea utilizării unor metode specifice în procesul de antrenament, care pot contribui la stimularea creativității;

- informarea amplă a viitorilor membri ECA cu date despre modul în care echipa își va desfășura activitatea (principii creative de funcționare, modalități de pregătire a antrenamentului sportiv, atmosfera în cadrul procesului de antrenament și relațiile dintre membri, rolul și atribuțiile antrenorului etc.);

- explicarea și asimilarea unui sistem de cunoștințe referitoare la metodele de creativitate aplicative (de abordare și definire logică a problemelor identificate în cadrul procesului de antrenament, de gândire divergentă, de imaginație creatoare, de inducere a motivelor și atitudinilor creative, generatoare de performanță sportivă) [35, p.212].

Intrarea în funcțiune a echipei creative adaptate constituie etapa în care membrii acesteia trec de fapt la abordarea creativității în procesul de antrenament.

Progresul înregistrat de membrii ECA

Loturile experimentale au fost constituite din grupul martor și grupul experimental, format din 7 membri, selectat pentru a desfășura un proces de antrenament riguros, sistematic, pentru o perioadă îndelungată de cel puțin 2 ani. Înainte de constituirea acestor grupe au avut loc întâlniri premergătoare cu rugbiștii în cadrul cărora li s-au prezentat informații generale cu privire la elaborarea ECA, rugându-i să-și exprime dorința de participare.

Scopul: identificarea și elaborarea modelului de echipă creativă adaptată, care va influența rugbiștii-începători în sportul de performanță (echipa de rugby 7).

Pentru realizarea acestui scop s-au aplicat metodele *chestionarul* și *testul*. Conținutul acestor metode a fost adaptat în corespundere cu scopul și obiectivele stabilite.

În cadrul *chestionarului* a fost organizat și desfășurat un *sondaj constatativ*, având ca scop obținerea informațiilor referitoare la necesitatea organizării și funcționării viitoarei ECA din care vor face parte.

S-a elaborat *chestionarul ECA* din patru itemi și li s-a propus participanților să-și exprime preferințele despre numărul de membri în echipă, calitățile unui antrenor, calitățile sportivilor, omogenitatea echipelor, referitor la grupul creativ.

Chestionar ECA

1. Cum formăm numărul de membri în echipă?
2. Enumerați calitățile unui antrenor.
3. Enumerați calitățile sportivilor – rugbiști.
4. Există diferențe între membrii echipei?

Rezultatele sondajului constatativ cu privire la ECA sunt reflectate în tabelul 2.2.

Tabelul 2.2. Răspunsurile respondenților cu privire la ECA

	Grupul experimental 60		Grupul martor 40	
	Nr.	%	Nr.	%
1. Cum formăm numărul de membri în echipă?				
7 membri	60	100%	40	100%
1. Enumerați calitățile unui antrenor				
pasiune	10	16,66%	30	75%
nivel înalt de competitivitate	50	83,33%	34	85%
creativitate	45	75%	32	80%
abilități organizatorice	55	91,66%	40	100%
performanță sportivă	60	100%	38	95%
3. Enumerați calitățile sportivilor – rugbiști				

interes pentru performanța sportivă a echipei	56	93,33%	33	82,5%
pregătire fizică	55	91,66%	40	100%
inteligență și creativitate	50	83,33%	30	75%
competență profesională și sportivă	60	100%	39	97,5%
4. Există diferențe între membrii echipei?				
Nu	60	100%	40	100%
Echipea trebuie să fie omogenă	60	100%	40	100%

Din datele reflectate în Tabelul 2.2 constatăm că respondenții din cele două grupe au dat răspunsuri cu diferențe mici în procentaj. Astfel, la prima întrebare ambele grupe au răspuns corect că echipa trebuie să aibă un număr de maxim 7 persoane.

La întrebarea a doua au menționat că este important ca antrenorul viitoarei echipe ECA să dispună de anumite calități precum: *pasiune, nivel înalt de competitivitate, creativitate, abilități organizatorice și performanță sportivă*. Dintre aceste calități cele mai multe procente l-au acumulat *performanța sportivă (95%-100%), creativitatea (75%-80%), abilitățile organizatorice (91,66%-100%)*.

Un procent cuprins între 75% - 100% au precizat că și membrii echipei trebuie să dispună de anumite calități, cum ar fi: *interes pentru performanța sportivă a echipei, inteligență și creativitate, competență profesională și sportivă*.

La ultima întrebare în ceea ce privesc diferențele între membrii echipei este foarte important ca echipa să fie omogenă și între aceștia să existe relații pozitive bazate pe afinități profesionale, sportive, constructive și comune.

Pentru determinarea potențialului creativ al echipei au fost utilizate două teste cu scopul *identificării gradului de activare a factorilor intelectuali ai creativității și a atitudinilor creative ale membrilor din cadrul celor două grupe*.

Testul de imaginație creativă a fost adaptat conform particularităților de vârstă ale elevilor și domeniului.

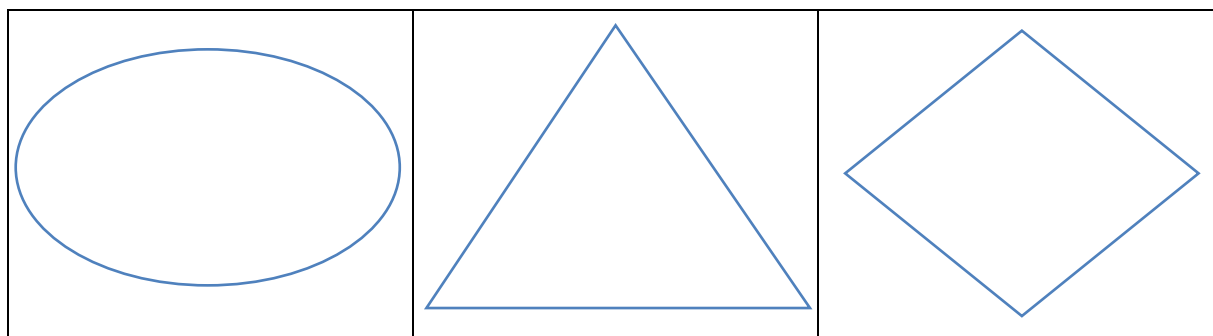
Testul 1. „Desenează o imagine”. Acest test conține următoarele sarcini:

Desenați o imagine, în timp ce luați un oval ca bază pentru desen. Culoarea ovalului depinde de tine. Figura de stimul are forma și dimensiunea unui balon de rugby. De asemenea, trebuie să dați un nume desenului dvs.

Desenați o imagine, în timp ce aveți un triunghi ca bază pentru desen. Culoarea triunghiului depinde de tine. Figura de stimul are forma și caracteristicile jocului de rugby. De asemenea, trebuie să dați un nume desenului dvs.

Desenați o imagine, în timp ce aveți un romb ca bază pentru desen. Culoarea rombului depinde de tine. Figura de stimula are forma și caracteristicile jocului de rugby. De asemenea, trebuie să dați un nume desenului dvs.

Fiecare elev participant a realizat sarcinile testului, respectând cerințele și domeniul.



Test 2. „Completarea figurii”.

Desenați 3 figuri ale jocului de rugby. Și, de asemenea, veniți cu un titlu pentru fiecare imagine.

Tabelul 2.3. Completarea semnelor din jocul rugby 7

Semne	Titlul figurii

Prelucrarea rezultatelor sportivilor începători a presupus evaluarea în baza indicatorilor: *fluentă, originalitate și flexibilitate*.

Fluentă - caracterizează productivitatea creativă a unei persoane.

1. Pentru evaluare este necesar să se numere numărul total de desene;
2. La calcularea indicatorului se iau în considerare doar desenele adecvate.

Dacă un desen, din cauza inadecvării sale, nu primește un punctaj pentru *fluență*, atunci este exclus din toate calculele ulterioare. Următoarele desene sunt considerate nevalide:

- desene care sunt abstracții fără sens cu un nume fără sens;
- desene semnificative, dar repetate de mai multe ori.

Originalitatea este cel mai semnificativ indicator al creativității, care evidențiază unicitatea și specificul gândirii creative a persoanei testate. Indicatorul de *originalitate* este calculat pentru toate cele două subteste în conformitate cu regulile:

1. Scorul pentru *originalitate* se bazează pe raritatea statistică a răspunsului. Răspunsurile obișnuite, care apar frecvent sunt evaluate la 0 puncte, toate celelalte răspunsuri la 1 punct.
2. Poza se judecă, nu titlul!
3. Punctajul general pentru originalitate se obține prin adunarea punctajelor pentru toate desenele.

Flexibilitatea se exprimă prin capacitatea de a modifica și restructura desenul, de a găsi soluții cât mai variate.

Analiza testelor a permis sintetizarea răspunsurilor elevilor în baza celor trei indicatori și sunt reflectați în tabelul 2.4. Pentru fiecare membru al celor două grupe, inclusiv și la nivelul grupei, s-au calculat scorurile obținute de aceștia pentru următorii factori intelectuali ai creativității: fluiditate (numărul total de răspunsuri), flexibilitate (numărul de soluții oferite la diverse problematice creative); originalitate (răspunsuri corespunzătoare la nivel de grupă și adecvate sarcinii de rezolvat).

Tabelul 2.4. Rezultatele respondenților la testul de imaginație creativă

	Grupul experimental		Grupul de control	
	respondenți	%	respondenți	%
fluiditate	14	23,33%	9	22,5%
flexibilitate	18	30%	10	25%
originalitate	28	46,66%	21	52,5%

Tot în baza acestor teste am determinat și *atitudinile creative ale elevilor*. Rezultatele sunt înregistrate în tabelul 2.5, fiind evidențiați trei factori ai creativității. Grupul experimental a înregistrat valori mai mari față de grupul martor. Dintre atitudinile creative monitorizate pentru membrii celor două grupe au fost: *receptivitatea la situații noi, atracția față de problemele*

dificile, finalizarea ideilor, interesul pentru calitatea jocului, recunoașterea superiorității profesionale a altor membri din echipă.

De asemenea, ne-am putut face și o părere despre *atitudinile mai slab activate* în cadrul celor două grupe, cum ar fi: *surpriza față de anumite situații banale, evitarea metodelor tradiționale în joc și care, de fapt, duc la reușită, relativă independență de opiniile altora corelată cu capacitatea de autoevaluare, vocația profesională, spirit de cooperare profesională și fair-play.*

Membrii grupului experimental au obținut scoruri semnificativ mai înalte (la pragul de 0,001) pentru următoarele atitudini creative: *spirit fantezist, creativ în joc; satisfacții și reușite profesionale; satisfacții datorate abordării unor idei noi în procesul de pregătire fizică; abilitatea de argumentare a propriilor idei; preferința ca rezultat al activității de antrenament apreciat și reflectat după gradul de originalitate; inițiativă profesională în joc, relativă independență de acțiunile altora; finalizarea ideilor prin punerea lor în practică; vocație sportivă, asumarea riscului.*

Tabelul 2.5. Compararea mediilor în grupul experimental și grupul martor

Etapa inițială							
Grupul martor				Grupul experimental			
	Fluiditate	Flexibilitate	Originalitate		Fluiditate	Flexibilitate	Originalitate
Atitudini creative	t=2,534 p<0,05	t=1,435 p > 0,05	t=2,579 p<0,05	Atitudini creative	t=0,234 p > 0,05	t=0,853 p > 0,05	t=1,546 p > 0,05

În tabelul 2.6 sunt prezentate datele privind climatul psihosocial al colectivelor din care fac parte membrii celor două grupe.

Tabelul 2.6. Datele privind climatul psihosocial al colectivelor

Aprecierile membrilor	Nivelul de creativitate (%)					
	Înalt		Mediu		Scăzut	
	nr	%	nr.	%	nr.	%
Grupul martor (40)	2	5%	30	75%	8	20%
Grupul experimental (60)	20	33%	35	58%	5	9%

În cadrul grupului martor s-a constatat o atitudine relativ sceptică față de dezvoltarea creativității, considerarea acesteia ca o trăsătură nativă proprie doar anumitor persoane. De aceea, am considerat necesar ca unul dintre obiectivele procesului de antrenament să fie și luarea în calcul a modelului echipei ECA.

După comunicarea membrilor celor două grupe a rezultatelor obținute la chestionarul ECA și la testul de imaginație creativă am putut observa, ca reacție la cele prezentate a următoarelor aspecte: cei care au obținut rezultate mai slabe nu au fost influențați negativ sub raport emoțional, ci dimpotrivă au căutat să exerseze mai intens metodele studiate, solicitând informații suplimentare pentru dezvoltarea creativității individuale; membrii cu rezultate mai bune au fost dezamăgiți de faptul că între valoarea răspunsurilor date de și cele identificate de inventatori conform literaturii de specialitate sunt totuși diferențe semnificative. Probabil că aceste situații se datorează, în principal, atmosferei și stilului de antrenament din echipe.

Totodată, putem menționa că pentru toți factorii creativității (fluiditate, flexibilitate și originalitate) grupul experimental a obținut creșteri semnificative, întrucât gradul de exersare a tehnicilor de creativitate a fost mai înalt.

2.4. Modelul pedagogic de dezvoltare a creativității rugbiștilor începători în cadrul lecțiilor de antrenament

Creativitatea rugbiștilor începători reprezintă un produs original, care poate fi creat datorită apariției unor idei, cu ajutorul unor metode creative în activitatea non-standard. În psihologie, conceptul de *creativitate* este considerat ca și capacitatea de a genera idei noi și originale, găsiind soluții netradiționale pentru implementarea lor.

În cazul cercetării noastre, *creativitatea* este considerată ca o modalitate de dezvoltare a personalității sportivilor rugbiști începători, deoarece la rezolvarea problemelor cu ajutorul gândirii creative, nu valorile specifice realizărilor sunt importante, ci procesul de căutare și generare a unei idei creative.

Conform teoriei creativității a lui V.S. Rotenberg, procesul creativ de rezolvare a unor probleme analitice complexe necesită ca o persoană să fie capabilă să armonizeze idei aparent incompatibile cu ajutorul gândirii creative.

Interesul pentru problema dezvoltării *creativității rugbiștilor începători* poate fi explicată prin analiza personalității creative, dezvoltarea gândirii creative în cadrul antrenamentului sportiv și interacțiunea dintre atitudinile creative și aptitudinile creative.

Modelul pedagogic de dezvoltare a creativității rugbiștilor începători în cadrul lecțiilor de antrenament (Figura 2.13) conține aspecte teoretice, metodologice și praxiologice.

Conceptele teoretice stipulează aspecte generale ale creativității, printre care **factorii** cuprinși în modelul lui J.P.Guilford cei mai frecvenți sunt [Apud A. Cosmovici]:

- **fluiditatea** înseamnă ușurința cu care individul este în stare să elaboreze ideile și asociațiile legate de obiectul respectiv. Factori ai fluidității: *fluența vorbirii, fluența ideilor, fluența asociațiilor, fluența expresivității*.

- **flexibilitatea** înseamnă fluiditatea informațiilor asimilate: circumscrierea „spontană” a claselor de informații, posibilitatea de abordare „adaptativă” adecvată a unor probleme.

- **originalitatea** este disponibilitatea de a vedea în alt mod realitatea, capacitatea care se măsoară prin: răspunsuri ieșite din comun, asociații îndepărtate, îndemânare, istețime.

- **elaborarea** reprezintă aptitudinea care ne permite să creăm o structură pe baza informațiilor date, se realizează prin trecerea de la o idee la un plan concret.

- **senzitivitatea** față de probleme – aptitudinea de a sesiza probleme, receptivitate față de lumea înconjurătoare.

- **redefinirea** – aptitudinea de a interpreta un obiect sau o parte a acestuia în alt mod decât a fost interpretat în trecut și de a-l folosi în scopuri cu totul noi. J.P.Guilford menționează că acest factor al redefinirii semantice reprezintă a treia modalitate de flexibilitate a gândirii.

Creativitatea poate fi analizată ca proces de realizare a unui produs creativ. Produsul poate fi unic și valoros pentru un grup/echipă în jocul de rugby, pentru o societate sau numai pentru individ.

Creativitatea sportivilor rugbiști poate fi analizată, de asemenea, din perspectiva produselor, performanțelor procesului creativ. Analiza produselor activității trebuie raportată la câteva caracteristici de bază ale produsului creativ realizat de către sportivii rugbiști.

Calitățile creativității sunt, conform Mihaelei Roco, următoarele:

- **productivitatea** face referire la numărul mare de idei, soluții, lucrări de specialitate, produse mai mult sau mai puțin materiale;

- **utilitatea** se referă, în special, la rezultatele acțiunii, care trebuie să fie folositoare, să contribuie la buna desfășurare a activității;

- **eficiența** se referă la randamentul acțiunii, la performanțele care se pot obține prin folosirea rezultatelor activității creatoare;

- **valoarea produselor activităților creatoare** trebuie să prezinte performanțele sportivilor;

- **ingeniozitatea** presupune eleganță și o deosebită eficacitate a metodelor de rezolvare;

- **noutatea** se referă la distanța în timp a lucrurilor, ideilor.

- **originalitatea** se apreciază prin raritatea ideilor, soluțiilor sau produselor [86, p.18].

Produsul sportivilor trebuie să fie, așadar, nou, original, de valoare pentru societate, putând avea diferite forme. Deci, creativitatea este aplicată și în cadrul *jocului de rugby*, manifestându-se capacitățile creative ale sportivilor de a realiza ceva nou și de valoare și totodată de a respecta regulile jocului. Regula devine fenomen central, un fel de certitudine ce-l ajută în adaptare și pe care o consideră reper ca atare. Regula se detașează și se manifestă pentru conduita de colectiv a sportivilor. Se poate presupune că această organizare în dependență de reguli, uneori excesivă (la nivelul copiilor de clasele II și III) exprimă o formă de restructurare a disponibilităților personalității. Aici putem vorbi atât de creativitatea individuală, cât și de grup.

Factorii care pot determina creativitatea individuală în cadrul *jocului de rugby* sunt [159, p.82]:

- *expertiza* îi oferă unui sportiv cunoștințele tehnice, procedurale și intelectuale pentru a identifica elementele importante și soluțiile oportune în jocul de rugby.
- *competențe de gândire creativă*: se referă la modul imaginativ, inventiv și flexibil în care sportivul identifică soluții. Aceste competențe depind de trăsăturile personale (independență, orientare spre acceptarea riscului, toleranță pentru ambiguitate) și de tipul de gândire. Gândirea creativă se caracterizează prin abilitatea puternică de a genera noi idei, prin combinarea unor elemente anterior disparate.
- *Motivația* este, în general, acceptată ca fundamentală pentru creativitate, iar cei mai importanți factori motivați sunt *pasiunea intrinsecă* (auto-motivația) și *interesul intrinsec* de a obține rezultate, care sunt mai eficienți decât *motivația extrinsecă* (recompense, recunoaștere).

Sportivii obțin propriile valori și motivații în cadrul realizării diferitelor antrenamente.

Antrenamentul sportiv este procesul pedagogic ce se desfășoară în scopul pregătirii și adaptării organismului uman la eforturile (fizice și psihice) impuse de acord. Este necesar ca în cadrul *antrenamentului sportiv* de respectat următoarele **principii de bază**: *principiul specializării; principiul multilateralității; principiul participării conștiente și active; principiul accesibilității; principiul repetării; principiul intuiției; principiul individualizării; interdependența principiilor* [35].

Antrenorul devine factorul esențial în stimularea creativității sportivilor dacă abordează la echipă un management bazat pe anumite repere [ibidem]:

- pornește în demersul didactic de la o viziune pozitivă asupra naturii umane;
- consideră că este absolut normal ca cineva să se simtă implicat într-o decizie la formularea căreia a luat parte;
- crede în capacitatea de autorealizare a sportivilor și îi încurajează în acest sens;

- apreciază individualitatea, personalitatea fiecăruia;
- încurajează, promovează și recompensează creativitatea;
- este angajat într-un proces de schimbare permanentă și are competențe necesare pentru a gestiona schimbarea;
- pune accentul mai mult pe motivația internă, decât pe cea externă;
- pune accentul pe proces și nu pe produs, pe ceea ce se întâmplă cu structurile psihice implicate în învățare și nu pe produsele obiectuale.

Prin urmare, un profesor/antrenor modern trebuie să caute modalități eficiente de a crea condiții pentru dezvoltarea creativității la rugbiștii începători atât în procesul educațional, cât și în cadrul antrenamentului sportiv ca și proces pedagogic.

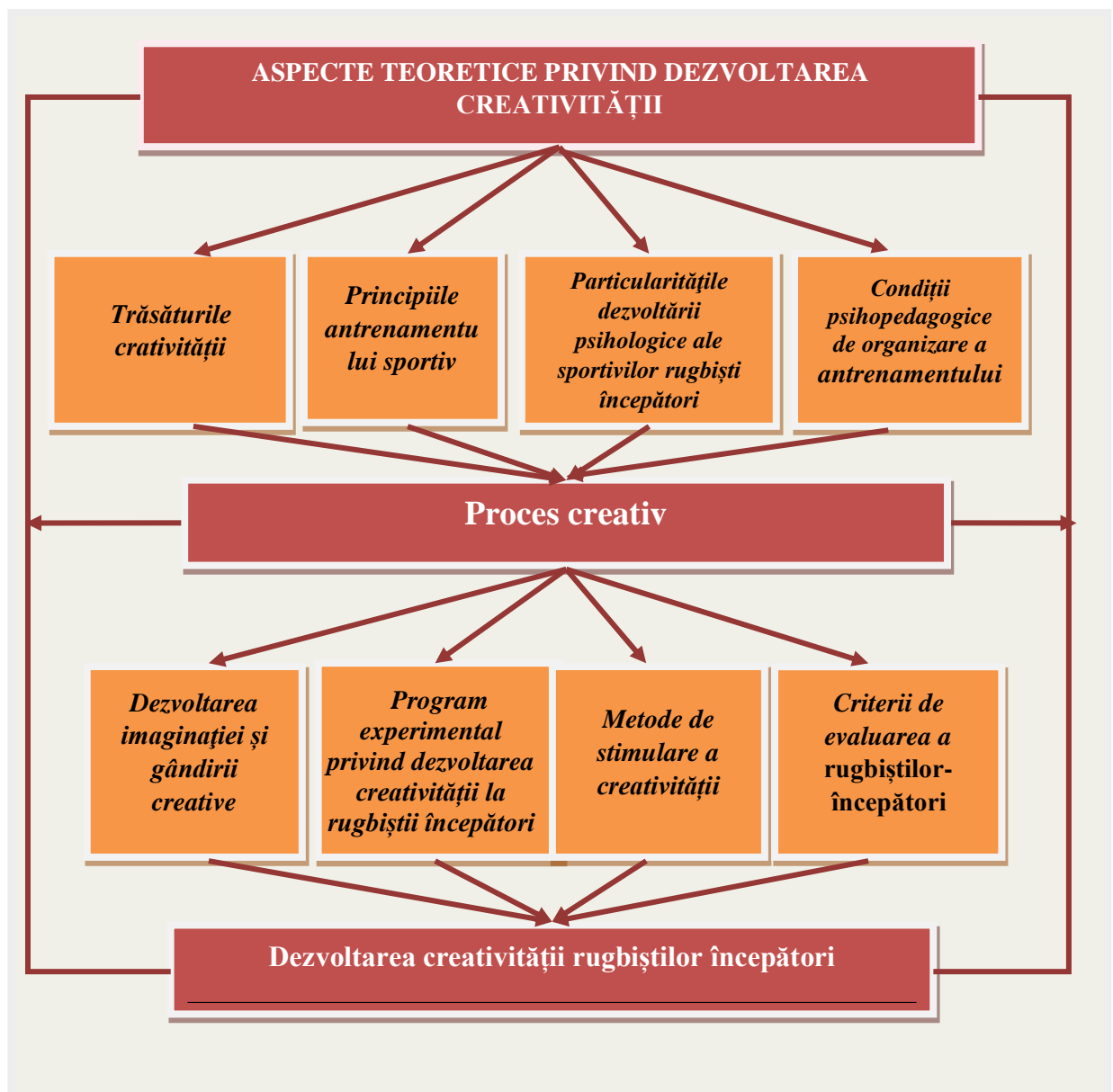


Figura 2.13. Modelului pedagogic de dezvoltare a creativității rugbiștilor începători în

cadrul antrenamentului sportiv

Altă componentă a modelului vizează *cadrul metodologic*, ce include elaborarea Programului experimental pentru dezvoltarea creativității rugbiștilor începători 10-11 ani prin aplicarea exercițiilor creative. Acest program experimental a fost dezvoltat ca parte a sprijinului psiho-pedagogic a procesului educațional și este destinat să dezvolte și să stimuleze *gândirea creativă a sportivilor rugbiști*.

Programului experimental privind dezvoltarea creativității la rugbiștii începători prin aplicarea metodei sinectica include:

- Antrenamentul numărul 1. Familiarizarea cu grupul (instruire, reguli de grup)
- Antrenamentul numărul 2. Creativitate prin antrenament
- Antrenamentul numărul 3. Gândirea critică
- Antrenamentul numărul 4. Gândirea asociativă
- Antrenamentul numărul 5. Creativitatea în mișcări
- Antrenamentul numărul 6. Sinectica - metodă creativă de grup
- Antrenamentul numărul 7. Creativitatea verbală
- Antrenamentul numărul 8. Creativitatea figurală
- Antrenamentul numărul 9. Sculptori și pantomime
- Antrenamentul numărul 10. Finalul. „Cupa Școlii”

Al treilea aspect al modelului este cel *praxiologic*, care include elementele esențiale de dezvoltare a creativității rugbiștilor începători și se manifestă prin implementarea cu succes a trei faze - *capacitatea de a vedea și a formula în mod independent probleme, de a găsi soluția lor și de a le transpune creativ într-un produs specific*. Și, de asemenea, se evidențiază prin faptul că orice persoană investeste un principiu creativ în toate tipurile de activități. În ceea ce privește rolul antrenamentului în stimularea creativității sau în inhibarea acesteia s-a constatat ca factorul major îl constituie atitudinea antrenorului față de relația sa cu sportivul. Astfel, adeseori se poate vorbi de sportivi creativi prin rezultatele obținute.

În această perspectivă a stimulării creativității sportivilor rugbiști, antrenorul trebuie să acorde mai multă atenție modului în care se realizează evaluarea. *Evaluarea* trebuie orientată în direcția evidențierii aspectelor pozitive și a progreselor înregistrate de fiecare sportiv în parte, care se manifestă respectiv prin: *gândire critică, independentă și originală; aplicarea cunoștințelor și deprinderilor în contexte noi; rezolvarea de probleme teoretice și practice; prelucrarea și utilizarea contextuală a unor informații complexe* [39].

Evaluarea poate fi apreciată și prin recompensă, ceea ce contribuie la întărirea aceluși comportament. Competiția este mai complexă decât recompensa și evaluarea realizată separat, le conține pe amândouă.

Aceste rezultate vor fi folosite de profesorul antrenor pentru a crește productivitatea antrenamentelor și pentru a obține un succes mai mare în cadrul echipei școlare de rugby în competiții.

2.5. Concluzii la capitolul 2

1. Complexitatea și provocările societății contemporane fac ca creativitatea sportivilor rugbiști să fie practică tot mai des în context educațional. Experiența creării ECA a dat rezultate foarte bune, devenind tot mai indispensabilă și oportună pentru rezultatele competitive de ordin personal și profesional.

2. Trăsăturile esențiale ale activității creatoare sunt: *noutatea, originalitatea, ingeniozitatea, valoarea teoretică sau practică* și se manifestă plener în cadrul jocurilor de rugby prin utilizarea metodei sinectice, care asigură dezvoltarea creativității în pregătirea combinațiilor de exerciții fizice. Dezvoltarea gândirii creative a sportivilor rugbiști va contribui la identificarea soluțiilor/ideilor pentru jocul de rugby, la creșterea performanțelor acestora.

3. Elaborarea *Modelului pedagogic de dezvoltare a creativității rugbiștilor începători prin metoda sinectica în cadrul antrenamentului sportiv* s-a bazat pe principii ale antrenamentului sportiv, pe conținuturile curriculare referitoare la jocul de rugby, pe metodele de stimulare a creativității, cât și pe diferite condiții și criterii de evaluare. Componenta praxiologică a fost direcționată spre structurarea *Profilului sportivului rugbist începător*.

4. Pentru dezvoltarea creativității rugbiștilor începători au fost elaborate antrenamente sportive:

a. fondate pe teorii privind structura și principiile antrenamentului sportiv; nivelurile creativității; etapele procesului creator;

b. construite în funcție de structura lecțiilor de antrenament și cuprind un ansamblu de exerciții creative, forme de organizare a jocului de rugby, care asigură buna funcționalitate și eficacitate a procesului de instruire.

3. DEMERS EXPERIMENTAL PRIVIND DEZVOLTAREA CREATIVITĂȚII LA RUGBIȘTII ÎNCEPĂTORI ÎN CADRUL ANTRENAMENTULUI SPORTIV

3.1. Program experimental privind dezvoltarea creativității la rugbiștii începători

Cercetarea experimentală s-a bazat pe rezultatele investigației teoretice, incluzând *Programul experimental privind dezvoltarea creativității la rugbiștii începători prin aplicarea metodei Sinectica*. Experimentul pedagogic s-a desfășurat la ȘSSAR din Chișinău. Eșantionul țintă l-a constituit un lot de subiecți din 100 sportivi rugbiști. Experimentul pedagogic a derulat în trei etape: de constatare, de formare, de control

Etapele experimentale:

Pregătitoare: septembrie - octombrie 2018;

De bază: noiembrie-2018, martie 2019;

Etapa pregătitoare prevede (Fig. 3.1.):

- definirea ideilor principale ale cercetării, scopul, obiectivele, rezultatele așteptate;
- studierea problemei abordate în teorie și practică;
- selectarea metodelor de diagnosticare pentru a urmări nivelul de dezvoltare a abilităților creative ale sportivilor rugbiști;
- organizarea de conversații, observații ale elevilor pentru a identifica pregătirea rugbiștilor începători pentru munca creativă independentă.

Condiții pedagogice:

- colaborarea dintre antrenor și rugbiștii începători menită să declanșeze creativitatea și potențialul acestora;
- determinarea tipurilor de exerciții pentru dezvoltarea abilităților creative;
- crearea diferitor situații de alegere și de realizare a succesului în antrenament și competiție.

Creativitatea este capacitatea de a genera idei neobișnuite, de a se abate de la tiparele tradiționale de gândire și de a rezolva rapid situațiile problematice. O persoană creativă este capabilă să dea dovadă de: *originalitate, diversitate, inventivitate, imaginație, flexibilitate, fluiditate, risc*.

Scopul experimentului pedagogic constă în dezvoltarea creativității la rugbiștii începători și implementarea *Programului experimental privind dezvoltarea creativității la rugbiștii începători prin aplicarea metodei Sinectica*, ca unitate componentă a *Modelului pedagogic de dezvoltare a creativității rugbiștilor începători în cadrul antrenamentului sportiv*.

În concordanță cu scopul cercetării, s-au trasat următoarele *obiective ale experimentului*:

- diagnosticarea nivelului de dezvoltare a creativității rugbiștilor începători din grupul experimental și cel martor;
- realizarea experimentului formativ prin aplicarea *Programului experimental privind dezvoltarea creativității la rugbiștii începători prin aplicarea metodei sinectica*;
- observarea, testarea, compararea nivelului de dezvoltare a creativității rugbiștilor începători din grupul experimental și cel martor;
- implementarea activităților din ghidul teoretico-practic privind dezvoltarea creativă a sportivilor începători (rugbiști) în cadrul lecțiilor de antrenament pe parcursul experimentului formativ;
- validarea post-experimentală a nivelului de dezvoltare a creativității rugbiștilor începători din grupul experimental și cel martor;
- sintetizarea opiniilor sportivilor implicați în experiment.

Scopul etapei de constatare: determinarea nivelului de dezvoltare a creativității la sportivii rugbiști din grupul experimental și grupul de control.

Obiectivele experimentului de constatare

- determinarea diferențelor în dezvoltarea creativității la rugbiștii începători;
- exprimarea propriilor opinii vizavi de problema abordată

În cadrul cercetării am pornit de la ipoteza că probabil de la vârsta (10-11) ani ar putea să existe unele diferențieri ale dezvoltării și manifestării creativității sportivilor rugbiști.

Am utilizat **Testul Torrance**, care a avut ca scop studierea gradului de dezvoltare a creativității la rugbiștii începători (T.T.C.T.).

Sarcina 1. Formulează întrebări

Instruire. Notați toate întrebările la care vă puteți gândi în baza acestei imagini (la aceasta și la sarcinile ulterioare este atașată o foaie de hârtie, la care numerele întrebărilor de la 1 la 20 sunt într-o coloană). Formulează toate întrebările necesare pentru a înțelege ce s-a întâmplat. Nu formula întrebări la care se poate răspunde uitându-se la imagine. Privește poza cât de mult vrei.

Sarcina 2. Ghiciți motivele

Instruire. Încercați să găsiți și să notați cât mai multe motive posibile pentru evenimentul prezentat în figură. Se poate porni de la acele evenimente care s-ar fi putut întâmpla înainte de momentul prezentat în imagine, sau mult după acesta. Nu vă fie frică să speculați.

Sarcina 3. Ghiciți consecințele

Instruire. Indicați cât mai multe rezultate posibile ale evenimentului descris în figură. Scrieți despre ce s-ar putea întâmpla imediat după eveniment sau despre ce s-ar putea întâmpla în viitorul îndepărtat.

Sarcina 4. Rezultatele îmbunătățirii

Instruire. Vedeți o schiță a unei mingi de rugby. Gândiți-vă cum puteți schimba această minge pentru a o face mai distractivă pentru sportivii cu care să se joace. Notează cele mai interesante și neobișnuite modalități de a o schimba.



Foto 3.1. Rugbist în posesia mingii

Aceste rezultate obținute în experimentul nostru, grupul martor (Figura 3.1), ne demonstrează faptul că 40% dintre sportivii-începători au dat dovada de un grad scăzut de creativitate, 39% au arătat un grad mediu de manifestare a creativității și numai 21% sunt suficienți de creativi pentru această vârstă. Astfel doar o cincime dintre sportivii studiați au înregistrat rezultate care ne demonstrează gradul înalt al creativității.

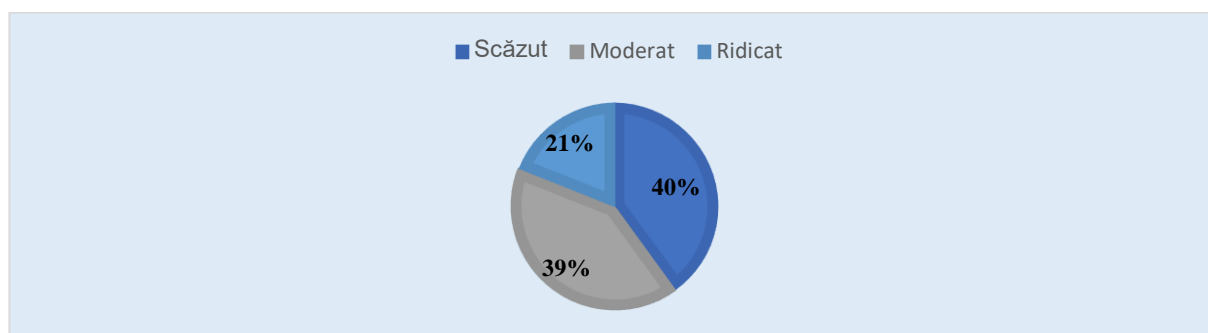


Figura 3.1. Rezultatele sportivilor începători din grupul martor

Rezultatele grupului experimental (figura 3.2) demonstrează faptul că 39% dintre sportivii începători au înregistrat indici integrali care demonstrează un grad diminuat al creativității, 41% ai sportivilor obțin indici integrali care reflectă un nivel mediu și 20% au înregistrat indicatori ce sunt în corespundere cu nivelul sporit al dezvoltării creativității.

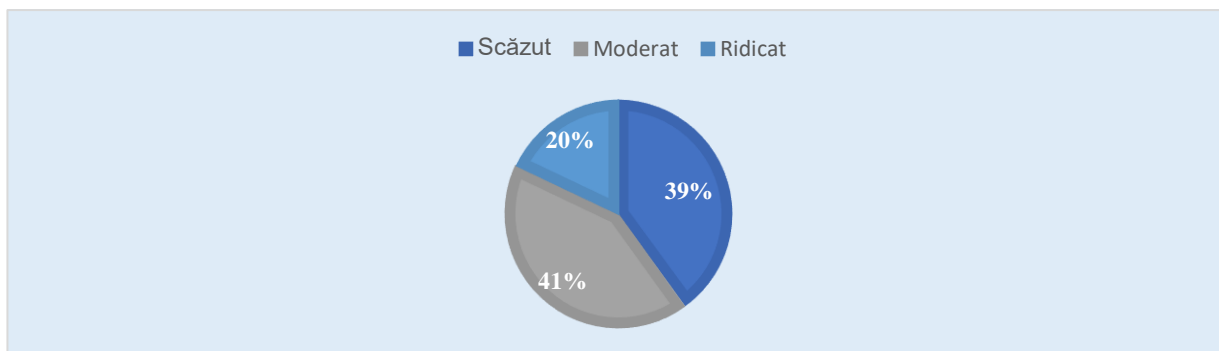


Figura 3.2. Rezultatele sportivilor începători din grupul experimental

Indicatorii/procentajul înregistrat la etapa dată, ne-a arătat că aproape jumătate dintre sportivi au înregistrat un grad insuficient al creativității – 40%. Datele obținute sunt contradictorii cu ceea ce ne-am propus anterior cu privire la dezvoltarea și practicarea unui grad sporit de creativitate la sportivii- începători.

Următorul test aplicat a fost **Testul Torrance de creativitate figurală**

Sarcina: Completează desenul.

Instructaj:




1. Adăugați linii la figurile incomplete de mai jos, puteți schița câteva obiecte sau desene. Încercați din nou să vă gândiți la lucruri la care nimeni altcineva nu s-ar mai gândi. Faceți povestea dvs. cât mai completă și mai interesantă cu putință, adăugând noi construcții în jurul primei idei ce vă vine în minte. Elaborati un titlu original pentru fiecare din desenele dvs. și scrieți-l sub acestea.
2. Următoarea figură este o formă rotunjită. Gândiți-vă la un tablou ori un obiect pe care să-l desenați, incluzând această figură ca o parte integrantă a unui joc de rugby, încercați să vă gândiți la un desen la care nimeni nu s-a gândit. Adăugați primei idei care vă vine în minte altele noi, astfel încât să concepeți o poveste cât mai interesantă.
3. După ce ați completat tabloul vostru, gândiți-vă la un nume sau un titlu pentru el pe care să-l scrieți în partea de jos a paginii, în spațiul prevăzut pentru aceasta. Găsiți un titlu cât mai inteligent și mai neobișnuit care să descrie povestea voastră.
4. Va uitați la ultimul desen și completați cu obiecte pentru a reprezenta jocul de rugby. De asemenea, va veți opri din activitate atunci, când veți termina aceste sarcini.

Interpretare rezultatelor:

- *fluiditatea* înseamnă mai multe idei;
- *flexibilitatea* - noi soluții când situația se schimbă;
- *originalitatea* - idei neuzuale;

- *elaborarea* - detaliile;
- *abstractizarea semantică* - capacitatea de interpretare abstract-verbală a figuralului.

Tabelul 3.1. Elemente ale Testului Torrance de creativitate figurală

Schițe	Denumirea obiectului
	
	
	

Rezultatele sunt confirmate și de indicii înregistrați de sportivii-începători la testul următor.

La această etapă a cercetării am încercat să determinăm diferențele dintre cei ce nu practică programul experimental, grupul martor, și sportivii rugbiști din grupul experimental la etapa inițială.

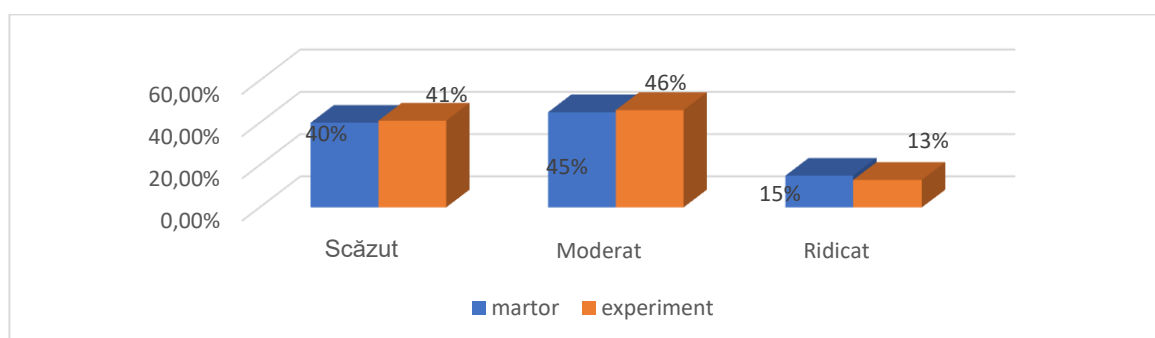


Figura 3.3. Rezultatele dezvoltării creativității la subiecții grupelor martor și experimental la etapa inițială a cercetării (n=40)

Datele prezentate în figura 3.3 ne permit să constatăm că nivelul scăzut de creativitate a fost obținut de 40% din grupul martor și 41% din grupul experimental la etapa inițială a experimentului, aceasta ne demonstrează că grupele au fost omogene. Cu privire la gradul moderat al creativității s-a înregistrat 45% în grupul martor și 46% în grupul experimental, iar nivelul ridicat de creativitate al grupului martor a înregistrat 15% în comparație cu cel experimental, care a obținut 13%. Rezultatele înregistrate permit să menționăm că nu există

diferențe semnificative privind evaluarea creativității (grad scăzut și înalt) între grupul martor și cel experimental.

Experimentul de baza de asemenea a fost realizat cu două grupe de sportivi-începători cu vârstă 10 - 11 ani a câte 20 de persoane fiecare.

Experimentul de formare a avut drept scop implementarea *Programului experimental privind dezvoltarea creativității la rugbiștii începători prin aplicarea metodei sinectica* (Anexa 2)

Etapa de bază a avut următoarele obiective:

- sistematizarea sarcinilor creative și a jocurilor din cadrul antrenamentelor programate fiind axate pe dezvoltarea imaginației creative a rugbiștilor începători;
- dezvoltarea de noi resurse educaționale digitale, materiale de control și măsurare;
- activități de dezvoltare creativă la sportivi (jocuri);
- participarea sportivilor la antrenamente rugbistice și competiții.

A foste elaborat și implementat *Programului experimental privind dezvoltarea creativității la rugbiștii începători prin aplicarea metodei sinectica*.

Scopul principal al programului: *dezvoltarea creativității la membrii echipei și crearea coeziunii de grup între aceștia*.

Obiectivele programului:

- dezvoltarea gândirii creatoare: flexibilitate, fluența gândurilor, dezvoltarea ideilor;
- asimilarea cunoștințelor despre creativitate, gândire creativă;
- analiza situațiilor din mai multe perspective.

Procesul pedagogic – antrenamentul sportiv a fost organizat, folosind tehnicile metodologice descrise anterior, făcând ajustări semnificative naturii dinamicii dezvoltării gândirii creative a elevilor/rugbiștilor începători.

Pentru a extinde gama de modele de comportament și comunicare între sportivii rugbiști, este necesar dezvoltarea gândirii creative în viața de zi cu zi și manifestarea acesteia în timpul repetițiilor. Este necesar de a dezvolta spiritul de echipă în rândul sportivilor prin capacitatea de a acționa împreună, de a asculta pe ei înșiși și pe ceilalți în activități comune.

Creativitatea este o calitate personală, bazată pe dezvoltarea funcțiilor mentale superioare și este formată în proporție de 95% datorită influenței mediului social, orientării sale valorice, cerințelor pentru o persoană creativă, organizării fluxului de informații și orientării țintă de tot felul de activități, începând de la academic.

Astfel, acest program se bazează pe modalitățile de dezvoltare a creativității în cadrul antrenamentelor sportive.

Munca de dezvoltare a creativității grupului de sportivi din cadrul acestui program s-a realizat în procesul de instruire, deoarece formarea este una dintre cele mai active forme de educare și dezvoltare. Clasele din această formă permit fiecărui participant să își arate calitățile individuale, să lucreze atât în grup, cât și independent, să demonstreze creativitate, să realizeze nevoia de dezvoltare de sine și de respect de sine.

Deoarece există o sarcină suplimentară de coeziune a grupului, programul include exerciții care nu numai dezvoltă creativitatea sportivilor rugbiști, dar și exerciții pentru construirea echipei. De asemenea, în activități sunt incluse „fișe informative”, care prezintă informații despre creativitate ca calitate personală, ca formă de gândire, despre modalități și recomandări pentru dezvoltarea acesteia, precum și despre câteva caracteristici interesante ale gândirii creative.

Acest tip de informații și discuții, caracteristicile gândirii creative îi vor pregăti pe sportivii rugbiști pentru rezultate la competiții, îi vor ajuta în viitor să revină la aceste note în ceea ce privește punctele de referință familiare, verificând corectitudinea punctului de vedere științific cu experiența lor.

Tabelul 3.2. Programul experimental privind dezvoltarea creativității la rugbiștii începători prin aplicarea metodei sinectica

SCOPUL	Subiectul antrenamentelor	Activități creative
Prezentarea grupului și facilitarea trecerii de la forma obișnuită a gândirii la una neobișnuită, imaginativă.	Antrenamentul numărul 1. „Familiarizarea cu grupul” (instruire, reguli de grup) (ajută participanții să se cunoască mai bine; contribuie la crearea unei unități emoționale pozitive a grupului)	„Ce este în numele meu”, „Omul și cifra”, „Scaun minune”, „Ce urmează”.
Reducerea anxietății participanților;	Antrenamentul numărul 2. „Creativitatea prin antrenament” (participanții manifestă idei noi, găsește soluții)	„10 secunde”, „Ecranul de transformare”, „Ajungeți la comoară...”.
Mobilizarea capacităților creative ale participanților;	Antrenamentul numărul 3. „Gândirea critică” (încurajarea participanților la instruire să prezinte în mod activ calități creative: flexibilitate în gândire, ingeniozitate, observație, imaginație)	„Sticla”, „Reframing” „Confuzie”.
Contribuie la crearea unei atmosfere favorabile și reeducative pentru grup. Instruirea mobilității gândirii ca factor al comportamentului creativ;	Antrenamentul numărul 4. „Gândirea asociativă” (dezvoltarea gândirii elevilor prin spontaneitatea exercițiilor, prin implicarea participanților la antrenament)	„Dă o strângere de mână”, „Situatii”, „Mașina de scris”, „Probleme, probleme”, „Dacă îți place, atunci fă-o...”, „Asociații”,

		„Jocul culorilor”.
Flexibilitatea gândirii, ingeniozitate, observație și imaginație	Antrenamentul numărul 5 „Creativitatea în mișcări”	„Una dintre cele 3” , „Bliț”, „Ce faci aici?”, „Sentimente încâpățanate”.
Dezvoltarea unor idei și identificarea soluțiilor originale, inedite;	Antrenamentul numărul 6. „Sinectica - metodă creativă de grup”	„Ștafeta mișcărilor”, „Sinectica în grup”, „Filips 6”.
Dezvoltarea abilității de a vedea problema într-o varietate de abordări.	Antrenamentul numărul 7. „Creativitate verbală” (Generarea numărului maxim de idei pe un subiect dat)	„Contact”, „Brainstorming”, „Rechinii stiloului”, „Trecerea”.
Dezvoltarea logicii gândirii și a acțiunii într-o situație de joc, trecând granițele creativității.	Antrenamentul numărul 8. „Creativitatea figurală”	„Construcția spectrogramelor”, „Ștafeta verbală”, „În cercul problemelor” , „Trei mișcări”.
Extinderea gamei de auto-exprimare de către participanți prin utilizarea expresiilor faciale, a gesturilor și a pantomimei; stimularea gândirii creative a participanților.	Antrenamentul numărul 9. „Sculptori și pantomime”	„Încălziți-vă”, „Sculptura simțurilor”, „Crocodil”, „Fotografia grupului”.
Dezvoltarea capacității de a combina idei opuse; se antrenează pentru a privi sarcina prin ochii prietenilor; crearea unui mediu problematic și neprescriptiv care să conducă la o căutare independentă a unei soluții la problemă.	Antrenamentul numărul 10. Finalul „Cupa Școlii” TVC „Creativitatea în grup”	"Ce culoare este starea ta de spirit acum?" „Pe un val creativ”.

Fiecare lecție de antrenament a avut următoarea structură:

1. Salut
2. Încălzire.
3. Partea principală:
 - 2 exerciții pentru dezvoltarea creativității și
 - un exercițiu pentru coeziunea de grup
5. Reflecție (schimb de sentimente, emoții și opinii).
6. Adio.

Ultima lecție a fost planificată să fie susținută ca un joc final sau punerea în aplicare a oricărui proiect final de grup / individual.

S-a planificat implementarea *Programului experimental privind dezvoltarea creativității la rugbiștii începători prin aplicarea metodei sinectica* conform schemei de experiment formativ: QX1 X QX2, unde QX1 și QX 2 este diagnosticul nivelului de dezvoltare a creativității la sportivi înainte și după antrenament, iar X este efectul formativ în sine (antrenament pentru dezvoltarea creativității).

Procesarea rezultatelor obținute a fost realizată, folosind criteriul Wilcoxon T, care permite evaluarea fiabilității schimbării indicatorului (în acest caz, a nivelului de dezvoltare a creativității) într-o mică probă.

Este posibil ca grupele să fie organizate de 2 ori pe săptămână, dacă este posibil, înainte de repetițiile echipei. Stare: pentru multe exerciții este nevoie de o cameră spațioasă liberă.

Programul experimental privind dezvoltarea creativității la rugbiștii începători prin aplicarea metodei sinectica este conceput pentru 10 lecții de 1-1,5 ore. În total 12 ore.

Rezultatul așteptat: creșterea nivelului de creativitate la sportivi, extinderea gamei de auto-manifestare, spontaneitate, flexibilitate și labilitatea gândirii, precum și consolidarea simțului „nou” în echipă. Acest rezultat va fi folosit de antrenor pentru a obține un succes mai mare al echipei școlare de rugby în competiții.

În Tabelul 3.3. sunt prezentate etapele activității creative ale antrenorului pentru rugbiștii începători.

Tabelul 3.3. Activitățile antrenorului cu rugbiștii începători

Etapă	Caracteristicile etapei activității creative	Posibile activități ale antrenorului
1.	Acumularea de cunoștințe, enunțarea problemei	Pentru informarea sportivilor cu fapte și evenimente, jocuri a fost prezentat ghidul teoretico-practic destinat dezvoltării creativității rugbiștilor începători. Este important la această etapă a învăța sportivul să se îndepărteze de stereotipurile gândirii, să pună la îndoială faptele obișnuite.
2.	Concentrarea eforturilor	Este necesar să se asigure sportivului timp liber, o atmosferă creativă, liniște pe teren. Trebuie amintit că pentru unii este important să fie în echipă, să discute cu partenerii.
3.	Perioadă incubației	Pasul euristic poate fi frustrant. Măsuri compensatorii: trecerea la un alt tip de activitate (de exemplu, pregătirea de forță, selecția imaginilor video de joc la tema stabilită, pregătirea inventarului, echipamentelor etc.).
4.	Perioada „introspecției”	Este important să se ofere emoții pozitive, este imposibil să ai o atitudine negativă față de invenția sportivului, să critici. Dacă ceva nu a funcționat așa cum a fost planificat, atunci împreună cu sportivul ar trebui de revenit la etapa numărul unu, adică se extinde conținutul și se ia în considerare alte opțiuni pentru implementarea unui element tehnico-tactic din rugby .

5.	Întruchiparea ideii într-un produs specific jocului de rugby	Instruire în protecția și prezentarea creației dvs., reflecție, analiza și compararea altor elemente ale activității creative.
----	--	--

În continuare se prezintă câteva modele de lecții de antrenament din ghid (Anexa 3)

Antrenamentul „Creativitatea prin antrenament”

1. Salutări

"Ce culoare este starea ta de spirit acum?"

Exercițiul 1. "10 sec."

Scop: reducerea anxietății participanților, contribuind la cunoașterea participanților și la crearea unei stări emoționale pozitive a grupului.

Resurse: spațiu liber.

Timp: 5-15 minute

2. Exercițiul 2 „Ajungeți la comoară”

Obiectiv: împingeți limitele creativității, cufundându-vă într-un joc pentru a îndepărta frica. Înainte de necunoscut, înainte de a pune problema, creați un mediu problematic și neprescriptiv care să conducă la o căutare independentă a unei soluții la problemă.

Aveți următoarea imagine, ce acțiuni necunoscute apar?

Materiale: imagine.

Timp: 10-20 minute.

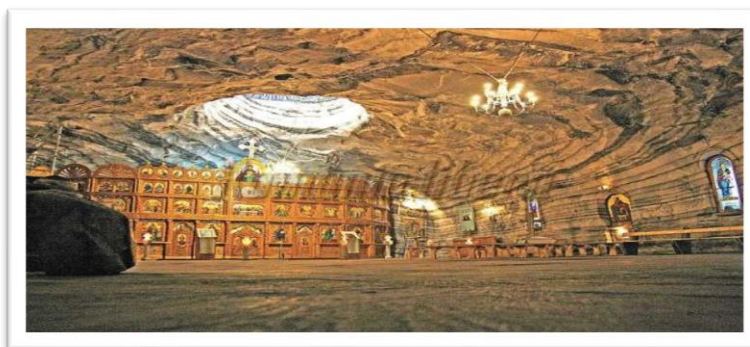


Foto 3.2. Lectura imaginii cu acțiuni necunoscute

Exercițiul 3. „Ecranul de transformare”

Scop: mobilizarea capacităților creative ale participanților și încurajarea acestora în instruire să afișeze în mod activ calități creative: *flexibilitate în gândire, ingeniozitate, observație, imaginație*.

Contribuie la dezvoltarea spontanietății, a realizării exercițiilor de către participanți în antrenament.

Materiale: un ecran sau perdea portabilă, de preferință de la cel puțin un metru și jumătate la doi metri și o înălțime de aproximativ 2 metri.

Stând în fața unui ecran: Ce simți? Ce vezi? Cum ești?

Timp: până la 20 de minute

Antrenamentul . „Gândirea asociativă”

Salutări „Ce culoare este starea ta de spirit acum?”

Exercițiul 1. „Dacă îți place, atunci fă-o...”

Obiectiv: încălzește grupul înainte de începerea lecției, creând o atmosferă de acceptare în grup.

Materiale: nu sunt necesare

Timp: 10 minute

Cursul exercițiului: fiecare participant trebuie să vină și să demonstreze un fel de mișcare cu cuvintele „Dacă doriți, atunci faceți acest lucru...”. Și grupul trebuie să-și amintească și să repete mișcarea arătată. Și astfel într-un cerc toți membrii grupului execută. Apoi, întregul grup trebuie să refacă simultan întregul lanț de mișcări din memorie.

Exercițiul 2. „Asociații”

Scop: stimularea interacțiunii funcțiilor intelectuale, volitive, emoționale, contribuind la activarea și extinderea cadrului gândirii asociative.

Materiale: nu este necesar.

Ce asocieri vă vin în minte când auziți cuvântul minge?

Timp: 30 minute

Exercițiul 3. „Jocul culorilor”.

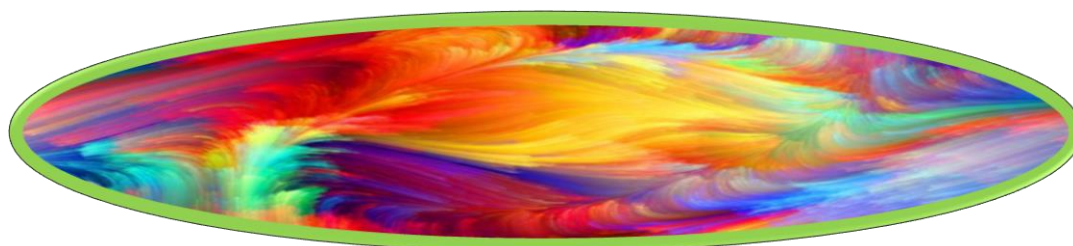
Scop: instruirea mobilității gândirii ca factor al comportamentului creativ;

Încurajați participanții să afișeze activ calități creative: *flexibilitate în gândire, ingeniozitate, observație și imaginație.*

Materiale: nu este necesar.

Ce culoare poate avea natura? Exemplificați.

Timp: 15 minute



tec de culori

F

oto

3.3.

Ames

Exercițiul 4. „Numărarea”

Scop: Crearea unei atmosfere confidentiale în grup și efectul coeziunii grupului.

Materiale: nu este necesar

Timp: 10 minute

Desfășurarea exercițiului: grupul este cu ochii închiși și ar trebui să fie numiți la rândul lor numere (fără a fi de acord asupra secvenței) până la 20. Dacă două persoane sună numărul, jocul începe din nou.

Finalizarea instruirii. Schimb într-un cerc de emoții, sentimente, impresii, dorințe.

Adio.

Antrenamentul „Creativitatea în mișcări”

Salutări „Ce culoare este starea ta de spirit acum?”

Exercițiul 1. „Cadou”

Scop: încălzirea grupului stimulând gândirea creatoare, dezvoltarea modalităților de comunicare nonverbală.

Materiale: nu este necesar

Timp: 10 minute

Instrucțiune: „Așezați într-un cerc, oferiți-vă aproapelui un cadou imaginar în stânga, nu puteți folosi cuvinte atunci când descrieți un cadou, ci doar expresii faciale și gesturi. Vecinul trebuie să ghicească ce cadou i-au dat și să-i mulțumească etc.. Elevii se așază într-un cerc și jocul continuă conform acelor de ceasornic ”.



Foto 3.4. Cadoul magic

Exercițiul 2. „Biroul de brevete”

Scop: mobilizarea capacităților creative ale participanților și dezvoltarea spontaneității participanților la instruire;

Participanți vor manifesta calitățile critice: *flexibilitate a gândirii, ingeniozitate, observație și imaginație.*

Materiale: (pe baza fiecărui subgrup): un ou crud, 4 paie pentru cocktail, 10 bețe de lemn pentru popsicle, 10 gume de farmacie, 2 bile de spumă sau pentru tenis de masă (plastic), 3 baloane, 2 creioane din lemn, o bobină de ață, 4 agrafe metalice, lipici PVA, foarfece, bandă de

canal, o cutie de chibrituri. În plus, hârtie colorată, coli vatman, pixuri cu pâslă, guașă, foarfecă și alte materiale de decor pentru faza de publicitate.

Timp: 60 minute



Foto 3.5. „Imaginea brevetului”

Pe 11 iunie 2002, Congresul american a dat un decret prin care se recunoaște că, dacă Meucci și-ar fi permis să plătească taxa de 10 dolari în 1874, el ar fi obținut brevetul pentru inventarea telefonului, iar Bell nu ar mai fi putut face acest lucru.

Ce este brevetul? Elaborați un brevet din domeniul sportului.

Exercițiul 3. „minge”

Scop: crearea coeziunii grupului, încurajarea grupului să acționeze împreună.

Materiale: minge de tenis, capac de plastic cu diametrul de 10-12 cm, cu firele legate de ea în funcție de numărul de participanți la antrenament.

Instrucțiune: Este necesar ca toți participanții să țină coarda cu mingea împreună de fire pentru a o ridica de la podea până la înălțimea unghiului drept al brațelor întinse și a o transporta în jurul camerei în direcția ușii, fără a lăsa mingea. Dacă mingea cade, exercițiul începe din nou.

"

Timp: 15 minute

Finalizarea instruirii.

Schimb într-un cerc de emoții, sentimente, impresii, dorințe.

Adio.



Foto 3.6. Mingea de rugby

În continuare se prezintă: criteriile, indicatorii și metodele de evaluare stabilite.

Următoarea etapă a *experimentul a fost cea de control.*

Scopul experimentului pedagogic la etapa de control: *evaluarea nivelului de dezvoltarea a creativității elevilor din grupul martor și grupul de control.*

Obiectivele experimentului de validare:

- compararea nivelului de dezvoltare a creativității sportivilor rugbiști în grupul martor și grupul experimental;
- validarea, compararea și generalizarea rezultatelor obținute prin experiment.

Experimentul a vizat validarea nivelului de dezvoltare a creativității sportivilor rugbiști și a fost axat pe:

- exerciții creative, care pot valorifica libertatea imaginației și opiniei elevilor și pot stimula interesul pentru cunoaștere, pentru exprimarea punctului de vedere;
- schimbul de feedback dintre sportivii rugbiști, de a revedea o soluție, demonstrarea abilităților de a realiza o sarcină în grup.
- colaborare și cooperare în cadrul realizării sarcinilor de grup.

La această etapă a fost aplicat **Testul Torrance**, care a avut ca scop: evaluarea abilităților creative ale rugbiștilor.

În Figura 3.4 sunt reflectate rezultatele înregistrate de grupul martor și grupul experimental cu privire la abilitățile creative. Grupul martor a urmat lecții de antrenament conform programului existent, iar grupul experimental a practicat antrenamentele conform *Programului experimental privind dezvoltarea creativității la rugbiștii începători prin aplicarea metodei sinectica.*

La criteriul *inventivitate*, grupul martor a înregistrat 22 de puncte, iar cel experimental respectiv 27 de puncte, astfel s-a adeverit faptul că mijloacele selectate în cadrul *Programului experimental privind dezvoltarea creativității la rugbiștii începători prin aplicarea metodei sinectica* și *ghidului teoretico-practic privind dezvoltarea creativă a sportivilor începători (rugbiști) în cadrul lecțiilor de antrenament* sunt eficiente, iar diferența constituie 5 puncte față de grupul martor care a urmat programul standard.

La criteriile *originalitate*, *flexibilitate* și *fluiditate* s-au înregistrat diferențe aproximativ egale (4 puncte), iar la *imaginație* - diferența a fost foarte semnificativă, respectiv 11 puncte, ceea ce denotă că utilizarea jocurilor și a exercițiilor creative contribuie la o imaginație sporită.

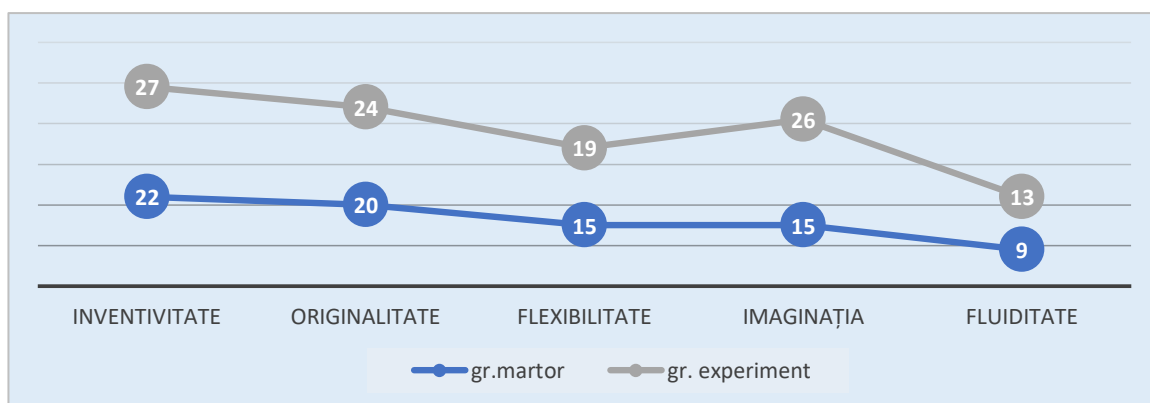


Figura 3.4. Determinarea înclinațiilor creative ale rugbiștilor începători

În perioada anului 2018-2019 (Figura 3.5), după pilotarea *Programului experimental privind dezvoltarea creativității la rugbiștii începători prin aplicarea metodei sinectica* s-au înregistrat la nivelul foarte înalt diferență importantă de 10 puncte, la nivelul înalt rezultatele au fost apropiate, iar diferența cea mai mare de 20 de puncte s-a obținut la nivelul mediu.

În figura 3.5. este reflectat punctajul înregistrat cu privire la gradul de dezvoltare a gândirii creative.

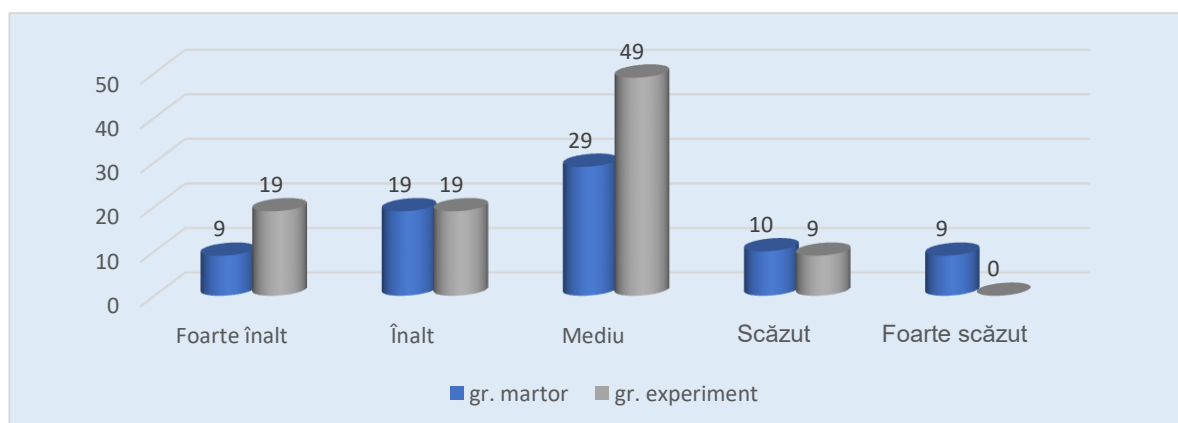


Figura 3.5. Dezvoltarea gândirii creative la rugbiștii începători (Johnson Creativity Questionnaire, modificat de E. Tunick)

Rezultatele Testului Torrance au fost semnificative privind manifestarea creativității între grupul martor și cel experimental doar la nivelul ridicat, unde la ambele grupe s-a observat o creștere procentuală, la grupul martor respectiv cu 4% a sporit creativitatea, pe când la cel experimental sporul a fost de 12% (Figura 3.6).

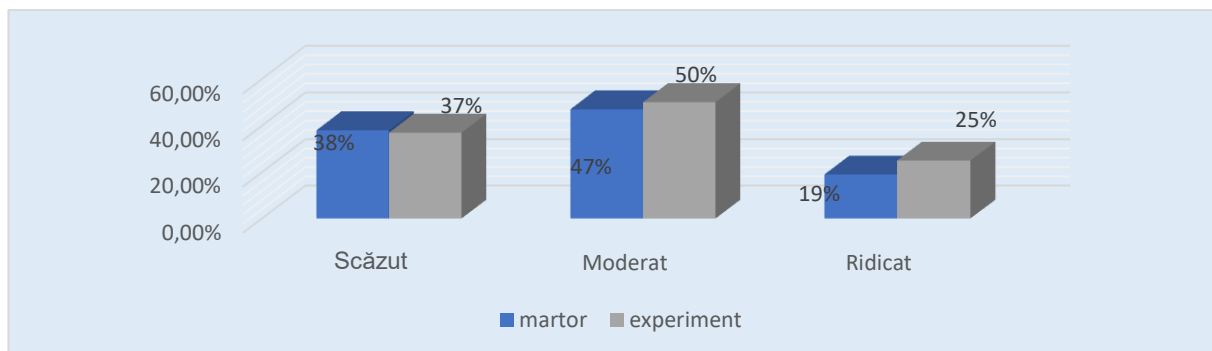


Figura 3.6. Rezultatele sportivilor privind nivelul creativității grupelor marțor și experimental la etapa finală (n=40)

Deci putem afirma că creativitatea la sportivii rugbiști începători este dezvoltată mai bine (nivel mai înalt) la grupul experimental, care a urmat *Programului experimental privind dezvoltarea creativității la rugbiștii începători prin aplicarea metodei sinectica* în comparație cu grupul marțor, care a practicat acest sport conform metodei tradiționale (Figura 3.7).

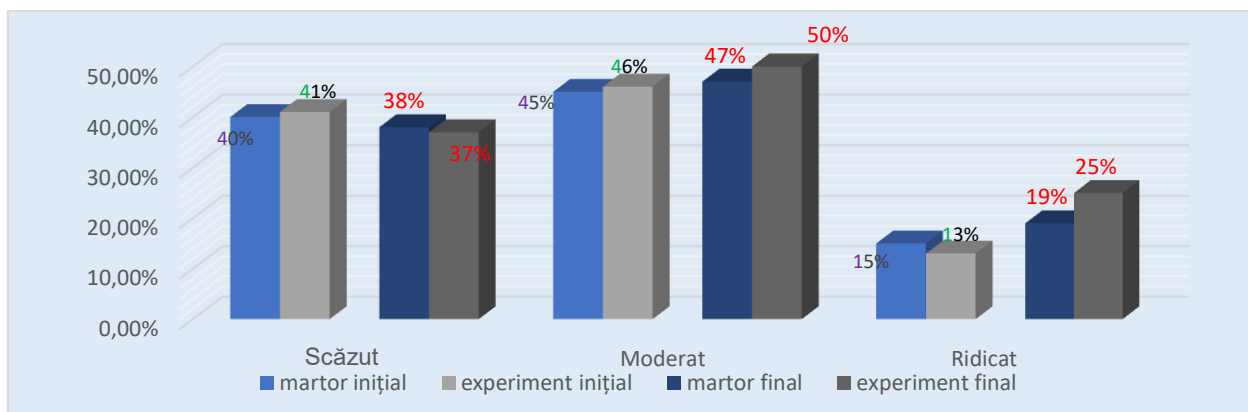


Figura 3.7. Rezultatele sportivilor privind nivelul creativității la grupele marțor și experimental la etapa inițială și finală (n=40)

În depistarea capacităților creative la elevi a fost administrat *Testul Torrance de gândire creativă forma figurală* (Activitățile 1 și 2) după cum urmează:

Activitatea 1 - Completarea de desene.

Activitatea 2- Construcția unui tablou;

Prin intermediul Activității 1 – Completarea de desene s-a depistat prezența și nivelul performanței creative prin intermediul a șase variabile: *fluiditatea, flexibilitatea, originalitatea, elaborarea, abstractizarea semantică și rezistența la închidere*. Conținutul acestor factori este descris în conformitate cu parametrii elaborați de Torrance E.

La *etapa finală* pentru a evalua creativitatea figurală, având drept indicatori: *fluența, originalitatea, elaborarea figurală, titluri abstracte, rezistență la „închidere”, capacitatea de abstractizare semantică* am realizat aceste 2 activități.

Datele din studiu au demonstrat că în grupele generale este aproximativ același nivel de *creativitate figurativă*.

În figura 3.8. se observă că gradul de *fluiditate* la rugbiștii de 10-11 ani este înregistrat la nivel aproximativ egal cu indicatorul (medie) 64.7% și 64.1%, iar la indicatorii (scăzut și înalt) diferența înregistrată este de aproximativ 5%.

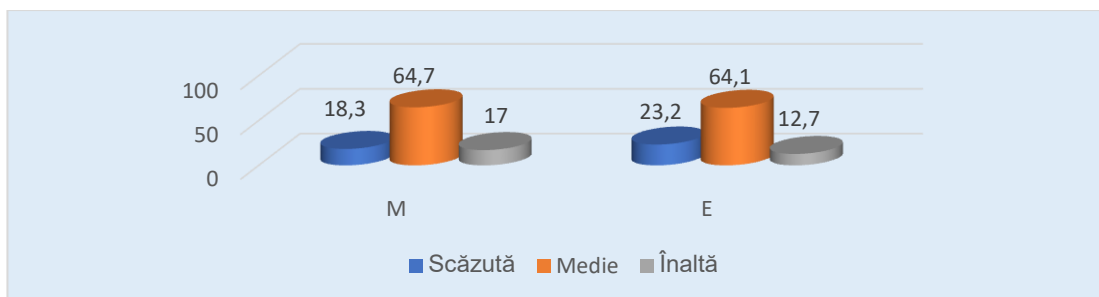


Figura 3.8. Raportul procentajului la indicatorul fluiditate

Cel mai mare număr de sportivi rugbiști care știu să completeze desenele sunt elevii grupului martor ai școlii sportive, iar cei care știu să folosească modele originale sunt sportivii grupului experimental al acestei școli. Numărul de sportivi cu potențial creativ ridicat în școli a fost de 12,6% (G.M.) și, respectiv, 20,4% (G.E.). La elevii grupului martor s-a depistat lipsa celor care au reușit să realizeze modele originale -14,2%, iar cei din grupul experimental, respectiv 13%. Un număr limitat de elevi ar putea folosi aceste cuvinte în combinații logice. O parte din grup sunt elevii, care nu au reușit să facă propunerile date.

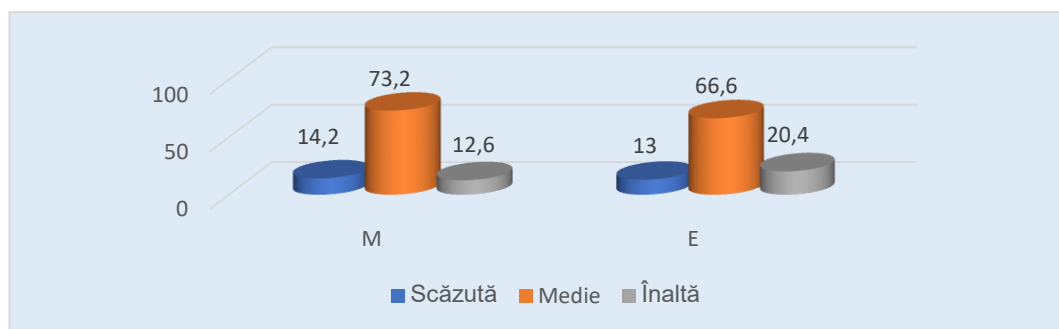


Figura 3.9. Raportul procentajului la indicatorul originalitate

Figura 3.10 demonstrează că procentul de elaborare figurală/de completare a desenului la elevii din grupul martor nu au dinamică vizibilă în dezvoltarea creativității figurative. Acest lucru se datorează unei anumite „stări latente”, dar totuși cei din grupul experimental la indicatorul medie și înaltă înregistrează o diferență de 4 %.

Indicele de elaborare figurală reprezintă numărul de detalii care completează și nuanțează răspunsul.

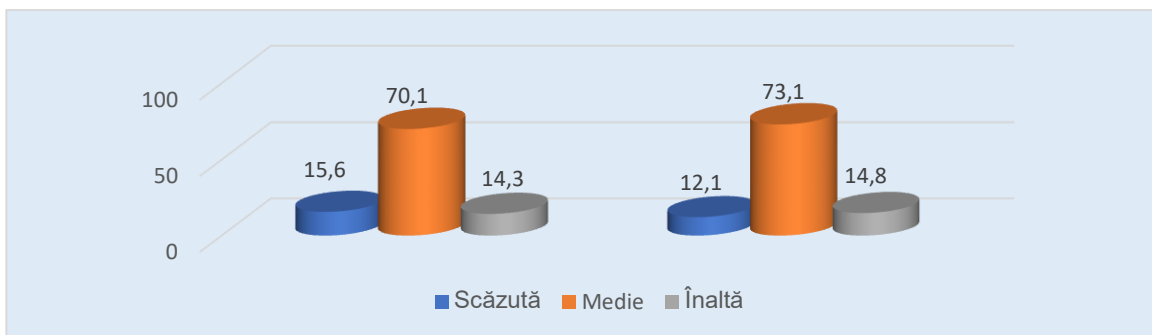


Figura 3.10. Raportul procentajului la indicatorul elaborarea figură

O importanță deosebită pentru a determina nivelul creativității figurative îl înglobează și denumirea desenului/imaginii. Sunt elevi care îl intitulează creativ, alții din contra îi dau un singur titlu sugestiv. Sportivii din grupul experimental au dat denumiri metaforice, denumiri captivante. La ambele grupe se înregistrează aproximativ același nivel mediu.

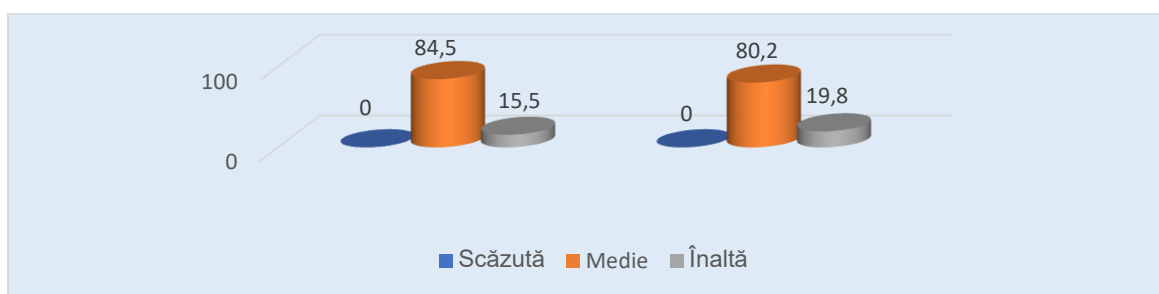


Figura 3.11. Raportul procentajului la indicatorul titluri abstracte

Indicatorul „rezistență la închidere” măsoară capacitatea de rezistență perceptivă la figura indusă prin stimul sau rezistență la „gestal”; indicele reprezintă măsura în care subiectul este independent de învățarea perceptivă și este specific creativității figurale (figura 3.11).

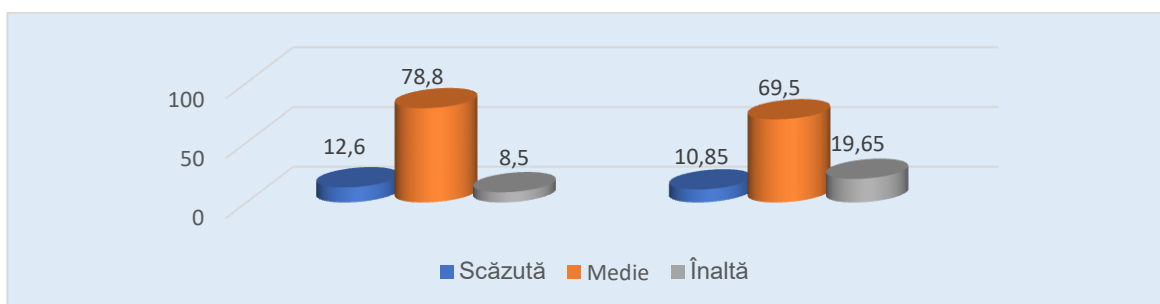


Figura 3.11. Raportul procentajului la indicatorul „rezistență la închidere”

Capacitatea de abstractizare semantică este capacitatea de interpretare abstractă, verbală a desenului prin titlul acordat; indicele reprezintă nivelul de abstractizare al conținutului titlului. Evidențierea esențialului este definită ca fiind capacitatea de a integra contrastele. Nivelul mediu creativității imaginative este mai mare în grupul experimental, decât în cel de control. Nivelul înalt în ambele grupe este aproximativ același.

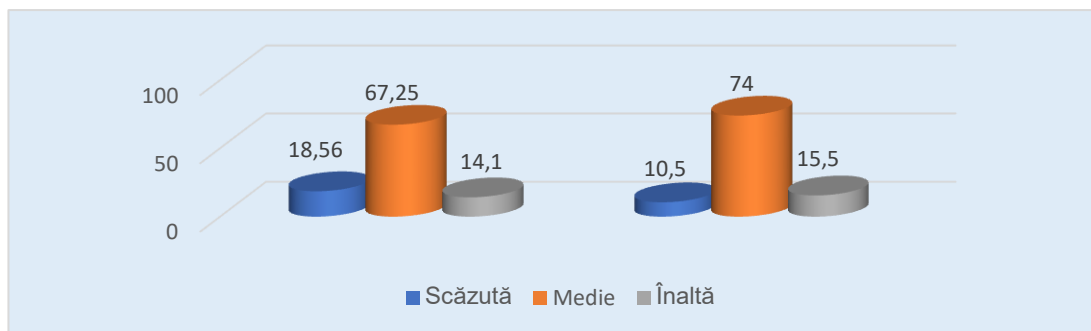


Figura 3.12. Raportul procentajului la indicatorul capacitatea de abstractizare semantică

În Tabelul 3.4. se prezintă datele privind raportul de distribuție a sportivilor pe niveluri caracteristice *creativității figurative*.

Tabelul 3.4. Niveluri de creativitate figurativă a rugbiștilor începători (10-11 ani)

Grup	Fluiditate			Originalitate			Elaborarea figurală		
	Înalt	Medie	Scăzut	Înalt	Medie	Scăzut	Înalt	Medie	Scăzut
GM	17%	64,7%	18,30	12,6%	73,2%	14,2%	14,3%	70,1%	15,6%
GE	12,7%	64,1%	23,2%	20,40%	66,60%	13%	14,8%	73,1%	12,1%
	Titluri abstracte			Rezistență la „închidere”			Abstractizarea		
	Înalt	Medie	Scăzut	Înalt	Medie	Scăzut	Înalt	Medie	Scăzut
GM	15,5%	84,5%	0	8,5%	78,8%	12,6%	14,1%	67,25%	18,56
GE	19,8%	80,2%	0	19,65%	69,5%	10,85%	15,5%	74%	10,5%

Indicii medii de dezvoltare a capacităților creative, identificați prin intermediul testului Torrance, forma figurală, se află la nivelul de norma vârstei de dezvoltare. În grupele din experimentul pedagogic scorurile pentru factorii *fluiditate, flexibilitate și originalitate abstractizarea semantică, elaborarea și rezistența la închidere* sunt la un nivel mediu de dezvoltare.

Alt studiu efectuat s-a referit la evaluarea *nivelului de creativitate verbală ale rugbiștilor începători*. Indicii de evaluare au fost: *fluiditate, flexibilitate, originalitate, elaborare verbală*.

Figura 3.13 demonstrează că nivelurile arată aproximativ același procent de creativitate verbală. Elevii clasei nu au absolut nicio dinamică în dezvoltarea creativității atât figurative, cât și verbale. Acest lucru se datorează unei anumite „stări latente”.

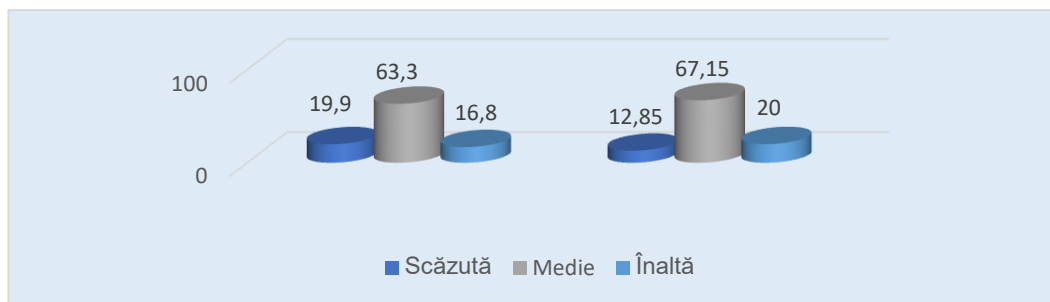


Figura 3.13. Raportul procentajului la indicatorul capacitatea de fluiditate (creativitatea verbală)

O analiză substanțială a lecțiilor din școala sportivă a arătat că antrenorii nu folosesc suficient exerciții speciale pentru dezvoltarea abilităților creative de vorbire ale elevilor și sarcini specifice care ajută la dezvoltarea nu numai a vitezei de construire a asociațiilor, dar și a originalității asociației. Același lucru se observă și la flexibilitate, adică există o ușoară creștere la elevii din grupul experimental datorită și programului pilotat.

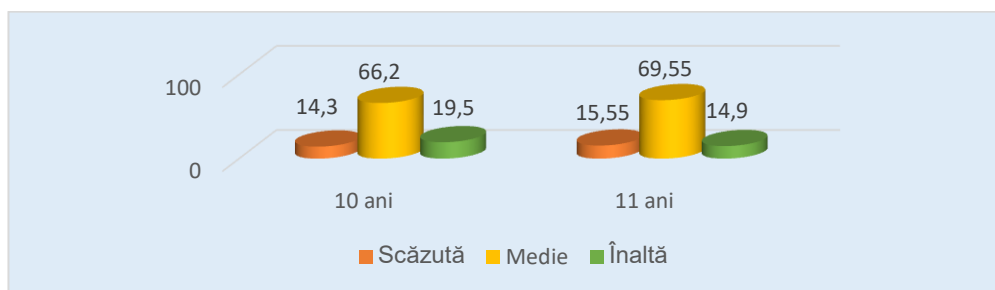


Figura 3.14. Raportul procentajului la indicatorul capacitatea de flexibilitate (creativitatea verbală)

Acest lucru duce la faptul că nivelul de creativitate al sportivilor rugbiști începători la vârsta de 10 și 11 ani rămâne neschimbat în timpul pregătirii fizice, tehnice, tactice, etc.. Majoritatea indicatorilor primari se caracterizează printr-o incapacitate de a stabili relații cauzale, de a compara obiecte, de a transfera semnele obiectelor între ele, de a combina părți ale diferitelor obiecte, creând o nouă, incapacitate de a se desprinde de obișnuit.

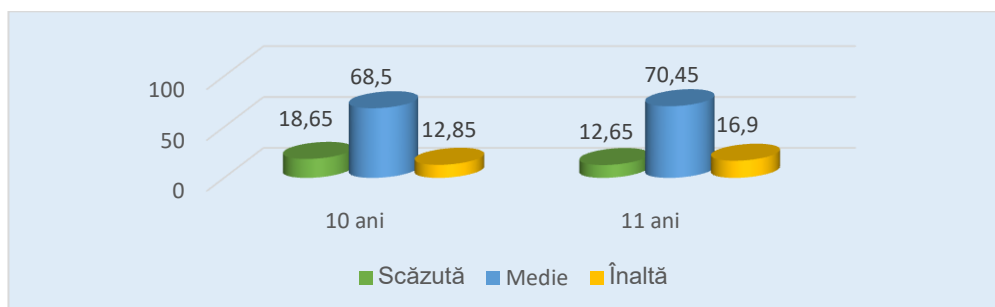


Figura 3.15. Raportul procentajului la indicatorul originalitatea (creativitatea verbală)

Prin urmare, una dintre cele mai importante sarcini este de a-i învăța pe sportivi să depășească stereotipurile mentale obișnuite. Rezultatele acestei lucrări ne-au permis să evidențiem condițiile necesare dezvoltării orientării creative a rugbiștilor începători (Fig.3.16). Acestea includ cunoașterea și înțelegerea de către părinți a specificului gândirii creative, găsirea unor modalități adecvate de instruire a acestora, bazându-se pe personalitatea elevilor. În formarea orientării creative a personalității elevilor, trebuie acordată o atenție deosebită tipurilor de creativitate specifică.

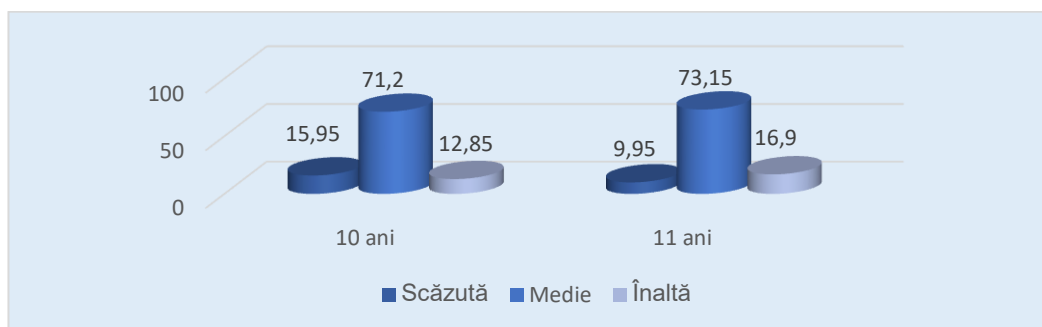


Figura 3.16. Raportul procentajului la indicatorul elaborarea verbală (creativitatea verbală)

În procesul dezvoltării orientării creative a personalității, este necesar să se abțină de la proprietățile și relațiile specifice ale obiectelor și fenomenelor realității, pentru a evidenția componentele lor cele mai semnificative. Obiectul căutării mentale a sportivilor rugbiști ar trebui să fie relațiile cauzale, legile activității obiective, iar produsul ar trebui să fie descoperirea lor.

Datele de baterie obținute la testele verbale, care reflectă creativitatea generală a sportivilor sunt reflectate în Tabelul 3.5.

Tabelul 3.5. Niveluri de creativitate verbală ale rugbiștilor începători (10-11 ani), %

Grupe	Fluiditate			Flexibilitate		
	Înalt	Medie	Scăzută	Înalt	Medie	Scăzută
GM	16,8%	63,3%	19,9%	19,5%	66,2%	14,3%
GE	20%	67,15%	12,85%	14,9%	69,55%	15,55%
	Originalitate			Elaborarea verbală		
	Înalt	Medie	Scăzută	Înalt	Medie	Scăzută
GM	12,85%	68,5%	18,65%	12,85%	71,2%	15,95%
GE	16,9%	70,45%	12,65%	16,9%	73,15%	9,95%

Sintetizând datele din tabelul 3.4. și tabelul 3.5. nivelurile arată aproximativ același procent de creativitate verbală.

În evaluarea creativității verbale am lansat ideea de formare a unor asociații. Cantitatea de asociații la elevii crescuți în familii depășește semnificativ cantitatea de asociații la elevii dintr-un orfelinat, ceea ce se datorează probabil nivelului lor scăzut de dezvoltare. Dezvoltarea creativității verbale necesită un anumit minim de vocabular și exprimarea punctului de vedere.

Un fapt interesant este că numărul asociațiilor emise pentru imaginile prezentate la elevii atât din orfelinat, cât și din școala sportivă este foarte diferit. Am identificat o gamă semnificativă a acestor diferențe. În timpul experimentului, a fost înregistrat un nivel diferit de abilități în construcția unei structuri semantice. La calcularea potențialului creativității, a flexibilității gândirii a fost luată în considerare capacitatea de a nu se concentra pe un singur subiect.

Pe parcursul activității, s-a constatat că în familii se acordă foarte puțină atenție dezvoltării abilităților creative ale elevilor. O analiză a sondajului efectuat cu părinții a arătat că mai mult de jumătate dintre părinți delegă responsabilitățile către profesori, sunt interesați de succesul elevilor, dar nu iau măsuri pentru identificarea și dezvoltarea potențialului creativ al elevilor lor. Elevii crescuți cu ambii părinți au reprezentat 66%; crescut cu un părinte - 34%. Vârsta medie a subiecților în Școala sportivă este de 10-11 ani.

În orfelinat, s-a constatat că deseori nu se observă orice formă de manifestare a creativității, uneori inițiativa elevilor se confruntă cu obstacole din partea educatorilor, accentul se pune pe ascultare.

S-a remarcat faptul că în orfelinat și în familie nu există adesea influențe educaționale necesare dezvoltării trăsăturilor de personalitate creatoare, ceea ce, desigur, împiedică dezvoltarea la timp a potențialului creativ al personalității elevilor. Rezultatele studiului au arătat că stilurile de interacțiune și tactica educațională a părinților reflectă adesea atitudinea lor față de activitățile educaționale. Motivele părinților se regăsesc în comunicarea cu elevii indirect, în interpretările evaluative ale acțiunilor copilului în diverse situații. Referențialitatea face ca aceste interpretări să fie semnificative, personale. Am constatat că în cazurile de referințe înalte ale părinților, sferile motivaționale ale adultului și ale elevilor sunt similare.

Dacă părinții accentuează motivele de educare și creativitate, elevul este implicat în activități de învățare și își asimilează motivele. Dacă părinții au motive prestigioase, „multe cunoștințe”, includerea unui elev în activitățile de învățare este plină de dificultăți semnificative. În cazul unei schimbări accentuate (în situația experimentului) pentru adulți, direcția care

definește sistemul de interpretări semantice influențează și elevul schimbă tactica și se concentrează pe învățare.

Studiul nostru a arătat că aproape toți profesorii, indiferent de programul educațional, folosesc sarcini pentru dezvoltarea potențialului creativ în lecții de antrenament sportiv, dar fac acest lucru pentru a îmbunătăți calitatea asimilării conținutului învățat, nu încearcă să dezvolte în mod corespunzător activitatea cognitivă a elevului.

Elevii din Școala sportivă depind, în special, de atitudinea adulților. În plus, au funcții educaționale insuficient formate, cunoștințe extrem de slabe, abilități, orizonturi înguste, vorbire stângace. Atunci când interpretăm caracteristicile calitative ale valorilor cantitative (în puncte T) ca un indicator al creativității verbale și figurative conform testului E. Torrens, ne-am confruntat cu faptul că la elevii care au participat în cercetarea desfășurată, depășirea indicatorilor de scară ai normei este foarte rară.

Deci limitele inferioare ale datelor de graniță sunt fie la cea mai mică notă a normei, fie ușor mai mari decât norma în conformitate cu scala de scor T, iar cele superioare în doar două cazuri depășesc ușor norma.

Astfel, formarea gândirii creative este o sarcină educativă complexă. O condiție importantă pentru formarea gândirii creative este un sistem special organizat de echipe bazat pe o pregătire individuală, direcționată individual și maxim diferențiată, care nu trebuie să rămână fragmentată și/sau izolată.

Astfel că componentele gândirii creative ca inițiativă, capacitatea de a depăși tiparele, manifestarea individualității în diferite tipuri de creativitate au propriile lor caracteristici. Subiectele de formare trebuie utilizate pentru a antrena forme de gândire creativă. Pregătirea percepției, imaginației, memoriei este la fel de necesară dezvoltării gândirii creative, precum și a tehnicilor pur operaționale.

Creativitatea este întotdeauna individuală. Condițiile pentru trezirea activității gândirii creative sunt, de asemenea, individuale. Datele noastre au arătat că doar la 8% dintre elevi, activitatea creativă și nevoia de activitate se manifestă indiferent de conținutul specific al activității, în timp ce pentru alții, ei s-au manifestat selectiv doar în diferite tipuri de activitate intelectuală, atunci când efectuează o activitate specifică tipului de sarcini.

Am găsit, de asemenea, o limită certă a complexității sarcinilor, care încurajează activitatea creativă a elevilor. Unii sportivi s-au caracterizat printr-o manifestare spontană a inițiativei în a complica o sarcină simplă și au propus diverse combinații. Pentru alți elevi, dimpotrivă, a fost nevoie de un tip complex de misiune pentru a trezi aceeași activitate. Astfel,

utilizarea tehnicilor individuale, un ritm diferit, condiții externe diferite afectează căutarea creativă.

De aceea, încrederea în personalitatea sa este esențială pentru dezvoltarea orientării creative a elevilor, a gândirii sale creative. Mai mult decât atât, căutarea unui stil individual în activitatea educativă și cea mai bună modalitate de memorare și organizare a diverselor teme ar trebui să devină obiecte de căutare creativă pentru elevii înșiși, adică este de dorit ca sportivii să solicite o analiză reflectivă a sferei cognitive, o căutare a unui stil de activitate individual.

Baza pentru formarea abilităților creative în activitățile educaționale, care constituie condiția necesară pentru dezvoltarea activității creative, se află în mecanismul de analiză și generalizare semnificativă a relațiilor în domeniul de activitate corespunzător.

3.2. Dinamica indicilor psihomotrici la rugbiștii începători în cadrul experimentului pedagogic

Pregătirea fizică generală și multilaterală este un proces orientat către dezvoltarea și educarea calităților motrice, realizat prin exerciții de prelucrare selectivă și globală a segmentelor corpului, a mărimilor funcționale ale organismului și a calităților motrice.

Aplicând în practică *Programului experimental privind dezvoltarea creativității la rugbiștii începători prin aplicarea metodei sinectica*, evoluția parametrilor motrici ai elevilor cuprinși în experimentul pedagogic, la nivelul ambelor grupe a prezentat un interes deosebit. Probele folosite sunt des întâlnite în literatura de specialitate și aplicate în practica domeniului de cercetare.

În vederea realizării analizei parametrilor motrici s-a folosit o baterie de 5 teste, respectiv câte una pentru viteză, îndemânare și rezistență, de asemenea alergarea de viteză pe 60 de metri cu start din picioare, naveta, și alergarea de rezistență pe 6 minute și pentru evaluarea forței, respectiv pentru partea inferioară- săritura în lungime de pe loc, iar pentru partea superioară și suplețe, aplecare înainte din șezând pe podea.

Analiza indicatorilor motrici înregistrați în urma testării subiecților din grupul martor și experimental, a dat posibilitate de a calcula indicatorii statistici privind distribuția valorică sau omogenitatea rezultatelor, realizând comparații valorice între grupul martor și grupul experimental, în urma testărilor efectuate.

Tabelul 3.6. Indicii pregătirii motrice a rugbiștilor începători (inițial-final, n = 20)

№ crt	Teste	Grupe și caracteristici statistice	Indicatori inițiali	Indicatori final	t	P
			$\bar{X} \pm m$	$\bar{X} \pm m$		
1	Alergare 30 m (s)	GM	6,71±0,19	6,54±0,18	0,88	> 0,05
		GE	6,64±0,19	5,98±0,16	3,76	< 0,01
		t	0,26	2,33	—	—
		P	> 0,05	< 0,05	—	—
2	Alergare de suveică 3x10 m (s)	GM	9,91±0,27	9,64±0,26	1,00	> 0,05
		GE	9,81±0,28	8,90±0,22	3,71	< 0,01
		t	0,25	2,18	—	—
		P	> 0,05	< 0,05	—	—
3	Săritura în lungime de pe loc (cm)	GM	137,0 ±3,78	140,0 ±3,70	0,93	> 0,05
		GE	138,0 ±3,80	149,2 ±3,65	3,75	< 0,01
		t	0,19	2,10	—	—
		P	> 0,05	< 0,05	—	—
4	Alergare 6min (m)	GM	850,1 ±23,62	873,2 ±23,20	1,05	> 0,05
		GE	862,3 ±23,40	952,1 ±23,00	4,07	< 0,01
		t	0,59	2,41	—	—
		P	> 0,05	< 0,05	—	—
5	Aplecare înainte din șezând pe podea, cm	GM	6,10±0,17	6,19±0,16	1,12	> 0,05
		GE	6,13±0,18	6,73±0,15	3,62	< 0,01
		t	0,56	2,45	—	—
		P	> 0,05	< 0,05	—	—

Notă: n - 20 P - 0,05 0,01 0,001
 f - 14 t = 2,145 2,977 4,140
 f - 28 t = 2,049 2,763 3,674
 GM - grupul martor; GE - grupul experimental.

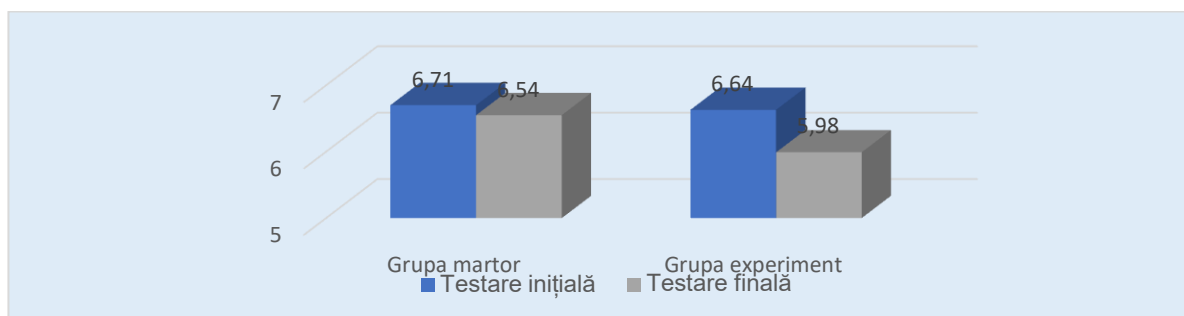


Figura 3.17. Rezultatele probei „Alergare de viteză” între grupul martor și experimental (băieți)

La băieții din cadrul experimentului pedagogic, rezultatele testărilor diferă semnificativ față de testările inițiale: grupul martor 6,71 sec, dar pentru grupul experimental respectiv 6,64 sec., se constată un nivel superior de semnificație $P < 0,01$. Între rezultatele finale ale ambelor grupe $P < 0,05$, cu un t de 2,33. Prin urmare aplicarea metodei sinectica a influențat pozitiv rezultatele de dezvoltare a vitezei, deși această calitate este una destul de conservativă și se dezvoltă destul de lent, în special, înainte sau după perioada senzitivă specifică calității date.

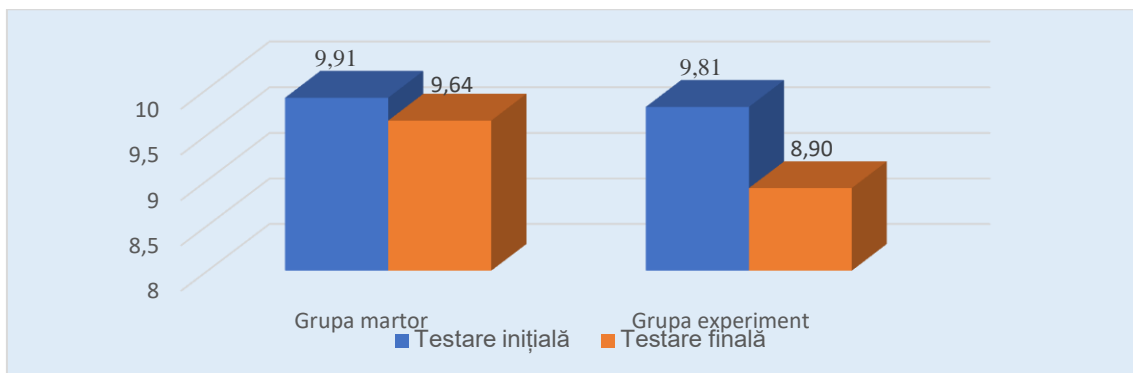


Figura 3.18. Rezultatele dezvoltării vitezei în regim de coordonare (alergare suveică, 3x10 m) la subiecții grupelor martor și experimental

Grupul martor la testare inițială a înregistrat un timp de 9,91 sec, iar la testarea finală 9,64 sec. și prezintă valori ale variabilei „ t ” (0,88) peste pragul de semnificație ($P > 0,05$), iar grupul experimental la testarea inițială a înregistrat o medie de 9,81 sec, iar la testarea finală respectiv 8,90 sec. și prezintă valori (3,71) ale variabilei „ t ” peste pragul de semnificație ($P < 0,01$), ceea ce arată un nivel superior de semnificație pentru grupul experimental.

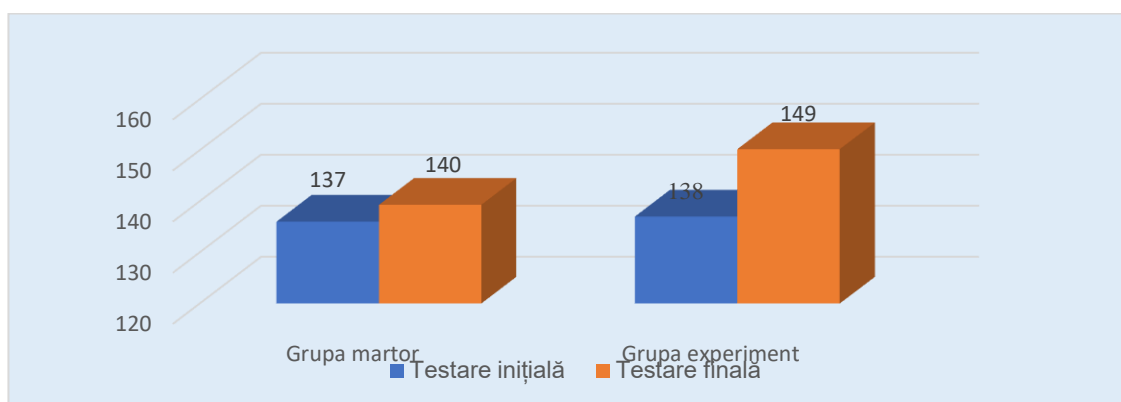


Figura 3.19. Rezultatele probei „Săritura în lungime de pe loc” între grupele martor și experimental

Pentru proba săritura în lungime de pe loc se constată că la grupul martor inițial 137cm, la testarea finală -140 cm, media de grup s-a îmbunătățit cu 3 cm față de testarea inițială, iar la

grupul experimental - 149 cm, performanțele sau îmbunătățit cu 13cm, (Figura 3.9), dar grupul experimental a realizat acest lucru cu valori semnificative $P < 0,01$.

Din analiza indicatorilor privind omogenitatea rezultatelor, poate fi observat faptul că abaterea standard și coeficientul de variabilitate sunt aproximativ egale pentru cele două grupe în cadrul testărilor inițiale și finale.

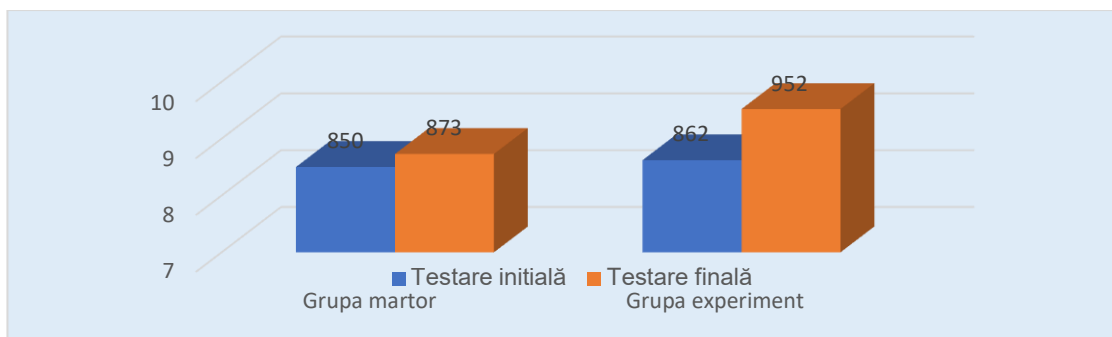


Figura 3.20. Rezultatele probei „Alergare de rezistență pe distanța de 6 min” între grupele martor și experiment

Rezultatele testărilor inițiale sunt omogene la grupul martor 8,50 m și cel experimental 8,62 m, cele finale diferă semnificativ ($P < 0,01$) față de testările inițiale, pentru grupul experimental ($t=4,07$), dar și pentru grupul martor ($t=1,05$) se constată un progres semnificativ statistic ($P < 0,05$) între indicatorii finali ai ambelor grupe.

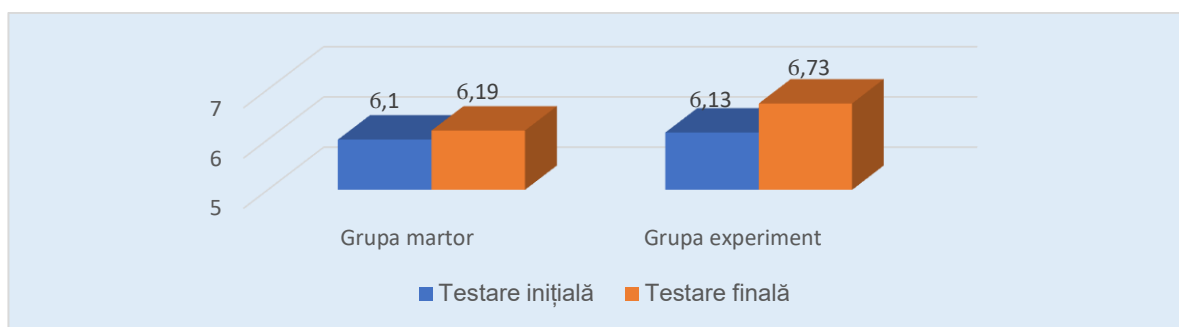


Figura 3.21. Rezultatele probei „Aplecare înainte din șezând” între grupele martor și experiment

La aplecare înainte din șezând, la testarea inițială grupul martor a înregistrat valori 6,1 cm și 6,13 cm grupul experimental, iar la testarea finală s-au înregistrat valori de 6,19 cm pentru grupul martor și 6,73 cm pentru grupul experimental de băieți, $P < 0,01$ la grupul experimental.

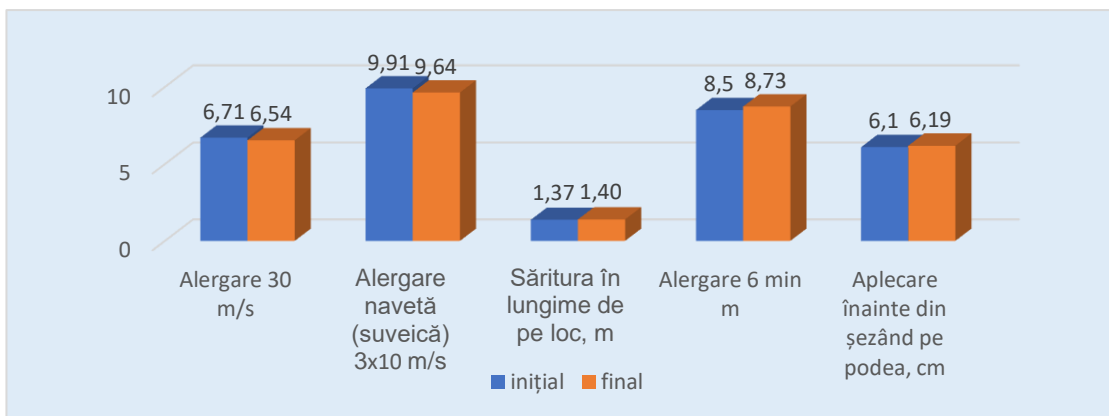


Figura 3.22. Dinamica indicatorilor motrici ai rugbiștilor începători, grupul martor

Valorile înregistrate în urma aplicării testărilor inițiale și finale pentru cele două grupe de băieți (martor și experimental) prezintă același grad de omogenitate a rezultatelor la toate măsurătorile efectuate. Pragul de semnificație nu are valori semnificative pentru nici unul dintre indicatorii măsurați la testările inițiale. La testările finale toate cele cinci probe indică diferențe statistice semnificative ($p < 0,05$) la indicatorii finali ai ambelor grupe.

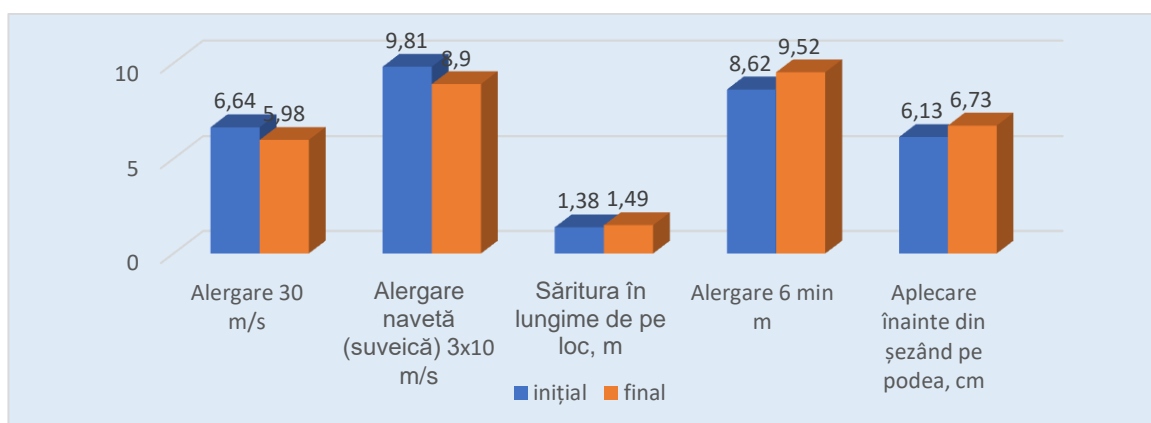


Figura 3.23. Dinamica indicatorilor motrici ai rugbiștilor începători la grupul experimental

După pilotarea *Programului experimental privind dezvoltarea creativității la rugbiștii începători prin aplicarea metodei sinectica* în grupul experimental de băieți la testările inițiale și finale s-au înregistrat valori semnificative cu ($p < 0,05$).

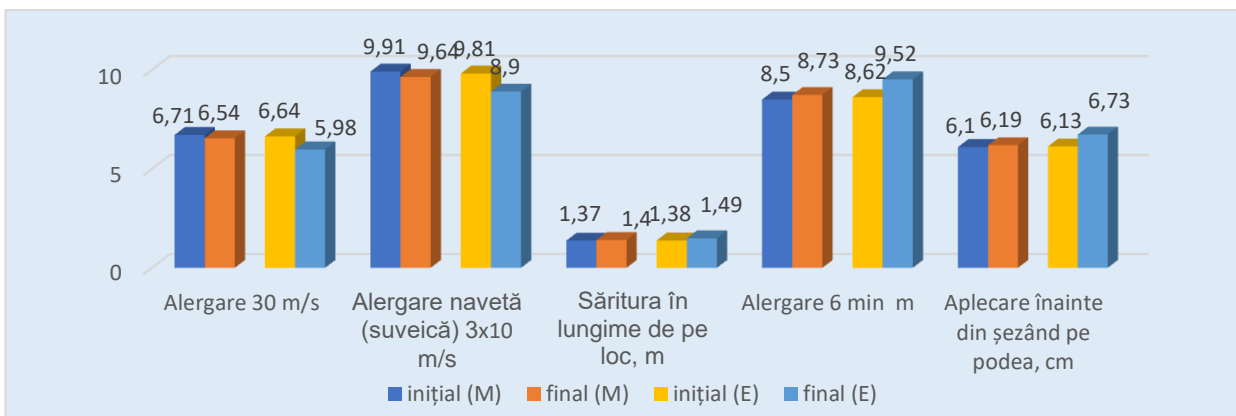


Figura 3.24. Dinamica indicatorilor motrici a rugbiștilor începători la grupele martor și experimental

În figura 3.24. sunt reflectați toți indicatorii motrici la ambele grupe la etapele inițială și finală care se regăsesc în tabelul 3.6. După cum se observă, la finele experimentului, atât sportivii din grupul experimental, cât și cei din grupul martor și-au îmbunătățit toți indicatorii supuși testărilor. În același timp, se observă o diferență, în cele mai dese cazuri aceasta fiind una semnificativă din punct de vedere statistic, față de rezultatele grupului martor, unde au fost înregistrate anumite progrese, însă acestea n-au fost atât de pronunțate comparativ cu rezultatele grupului experimental.

Astfel, analizând rezultatele privind nivelul pregătirii motrice a rugbiștilor începători încadrați în experimentul pedagogic, se observă clar, că implementarea *Programului experimental privind dezvoltarea creativității la rugbiștii începători prin aplicarea metodei sinectica* a avut un impact pozitiv asupra tuturor indicatorilor pregătirii fizice a acestora. În mare parte aceste rezultate se datorează efectelor transferului pozitiv al calităților motrice în urma aplicării mijloacelor specifice din programul experimental fapt demonstrat și probat.

3.3. Analiza indicilor pregătirii tehnice a rugbiștilor începători

Pregătirea tehnică este unul dintre factorii de bază, în mod special, la etapa pregătirii inițiale în orice probă sportivă, inclusiv și în jocul de rugbi.

Urmărind scopul cercetării date, unde accentul a fost pus pe dezvoltarea creativității rugbiștilor începători, ne-a interesat cum au evoluat indicii pregătirii tehnice a rugbiștilor cuprinși în experimentul pedagogic.

Astfel, la începutul și sfârșitul experimentului, atât grupul experimental, cât și cel martor, a fost testat la un șir de indicatori tehnici cum ar fi: *pasarea balonului, prinderea balonului,*

lovitură cu piciorul, deplasări. În plus, pentru fiecare element tehnic au fost supuse cercetărilor câte două procedee tehnice, cele mai des folosite în jocul de rugby.

Rezultatele sunt prezentate în tabelul 3.7.

Tabelul 3.7. Rezultatele însușirii tehnicii de joc de către rugbiștii începători implicați în experimentul pedagogic

Nr. or.	Procedeele tehnice	Elemente	Grupa	T.I. $\bar{X}_1 \pm m_1$	T.F. $\bar{X}_2 \pm m_2$	t	P
1.	Pasarea balonului	la distanță, m	GM	<u>11,50+0,48</u>	<u>12,23+ 0,53</u>	<u>1,03</u>	>0,05
			GE	<u>12,01+0,57</u>	<u>13,77+0,38</u>	<u>2,59</u>	<0,05
				t=0,66; P>0,05	t=2,36; P>0,05		
		la precizie, nr.	GM	<u>1,88+0,06</u>	<u>2,01+0,03</u>	<u>1,86</u>	>0,05
GE	<u>1,91+0,08</u>		<u>2,79+0,05</u>	<u>9,36</u>	<0,01		
		t=0,3; P>0,05	t=13; P>0,05				
2.	Prinderea balonului (din 10 încercări)	din lovitură cu piciorul, nr.	GM	<u>3,91+0,07</u>	<u>4,02+ 0,06</u>	<u>1,29</u>	>0,05
			GE	<u>3,98+0,08</u>	<u>4,63+0,05</u>	<u>6,57</u>	<0,01
				t=0,64; P>0,05	t=7,16 P<0,001		
		din pasare cu mâinile nr.	GM	<u>3,64+0,07</u>	<u>4,15+0,06</u>	<u>5,54</u>	<0,01
GE	<u>3,71+0,04</u>		<u>4,37+0,05</u>	<u>11,58</u>	<0,001		
		t=0,88; P>0,05	t=1,05 P>0,05				
3.	Lovitură cu piciorul	din poziție fixă, nr.	GM	<u>2,59+0,08</u>	<u>3,01+ 0,07</u>	<u>3,82</u>	<0,01
			GE	<u>2,62+0,09</u>	<u>3,24+0,08</u>	<u>7,75</u>	<0,001
				t=0,23; P>0,05	t=2,09 P<0,05		
		în dinamică, nr.	GM	<u>1,82+0,05</u>	<u>2,02+0,05</u>	<u>2,85</u>	<0,05
GE	<u>1,87+0,04</u>		<u>2,14+0,03</u>	<u>4,50</u>	<0,01		
		t=0,71; P>0,05	t=2,11 P<0,05				
4.	Deplasări	cu zigzag, s	GM	<u>8,62+0,07</u>	<u>8,02+ 0,06</u>	<u>2,60</u>	<0,05
			GE	<u>8,71+0,09</u>	<u>8,18+0,07</u>	<u>4,82</u>	<0,01
				t=0,82; P>0,05	t=1,70 P>0,05		
		suveică, s	GM	<u>11,11+0,14</u>	<u>10,93+0,13</u>	<u>0,90</u>	>0,05
GE	<u>11,21+0,13</u>		<u>10,31+0,15</u>	<u>4,50</u>	<0,001		
		t=0,51; P>0,05	t=3,10; P<0,01				

Primul element tehnic supus analizei a fost pasarea balonului, având două elemente de bază, dacă se transmite la distanță se măsoară lungimea pasei. Mingea se aruncă la precizie către un inel amplasat vertical, unde aceștia urmau să țintească cu exactitate. La cel de-al doilea element elevii urmau să arunce mingea la distanța maximală cu ambele mâini din lateral. Jucătorii realizau câte 5 încercări pentru ambele elemente, unde se înscriseră numărul reușitelor (Fig. 3.25.).

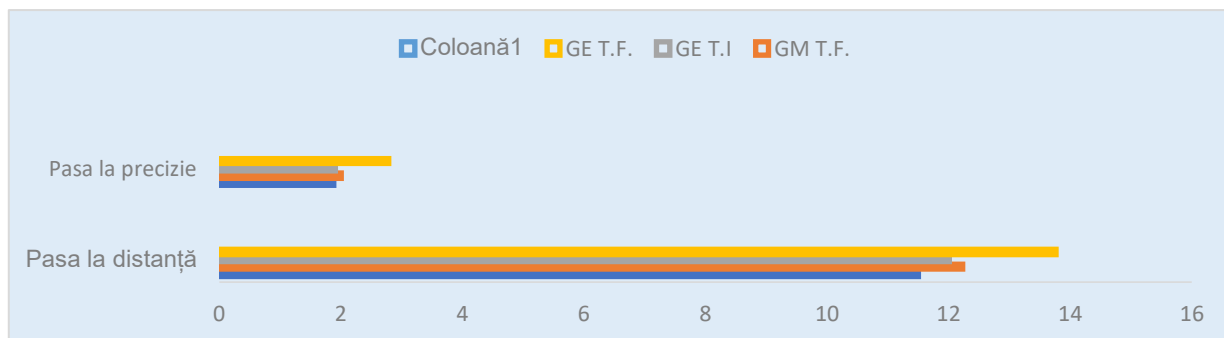


Figura 3.25. Rezultatele însușirii paselor

Conform tabelului de mai sus la testarea inițială la ambele grupe, martor și experimental, au înregistrat valori foarte apropiate, în jur de 11,50-12,01 metri, iar acest lucru ne vorbește despre omogenitatea grupelor participante în experiment. La finele experimentului rezultatele s-au îmbunătățit în ambele grupe, însă grupul experimental a fost net superior grupului martor și a înregistrat un rezultat de 13,77 metri față de 12, 23 metri din grupul martor. Conform calculelor statistice, diferențe semnificative ($P < 0,005$) s-au înregistrat doar în grupul experimental. Acest lucru ne indică eficiența implementării metodei sinectica în procesul de instruire al rugbiștilor începători.

Aproximativ aceeași tendință se înregistrează și în cazul celui de-al doilea procedeu tehnic, acesta fiind pasarea la precizie cu ambele mâini din lateral. La testarea inițială rezultatele din ambele grupe la fel au fost foarte apropiate (1,88-1,91 pase precise) și n-a existat diferențe semnificative între acestea ($P > 0,05$). Testările finale au înregistrat creșteri semnificative a calității îndeplinirii paselor la precizie în ambele grupe. Cu toate acestea rezultatele grupului experimental au fost superioare față de cele ale copiilor din grupul martor ($P < 0,05$), înregistrând valori de 2,79 pase corecte, față de 2,01 pasări exacte îndeplinite de către sportivii din grupul martor ($P > 0,05$).

Sportivii începători au însușit cu succes aceste procedee tehnice, ele de fapt, fiind cele mai des aplicate în jocul de rugby.

Al doilea procedeu tehnic al elementului „prinderea mingii” supus analizei a fost *Prinderea balonului (din 10 încercări)*, având două procedee de bază, dacă se transmite *din lovitură cu piciorul*, unde se indică numărul reușitei de prindere a balonului, iar cel de-al doilea fiind prinderea balonului *din pasare cu mâna*, unde sportivii urmau să prindă balonul în condițiile de joc. Jucătorii realizau câte 10 încercări pentru ambele procedee, unde se înscrisa numărul reușitelor (Fig. 3.26.).

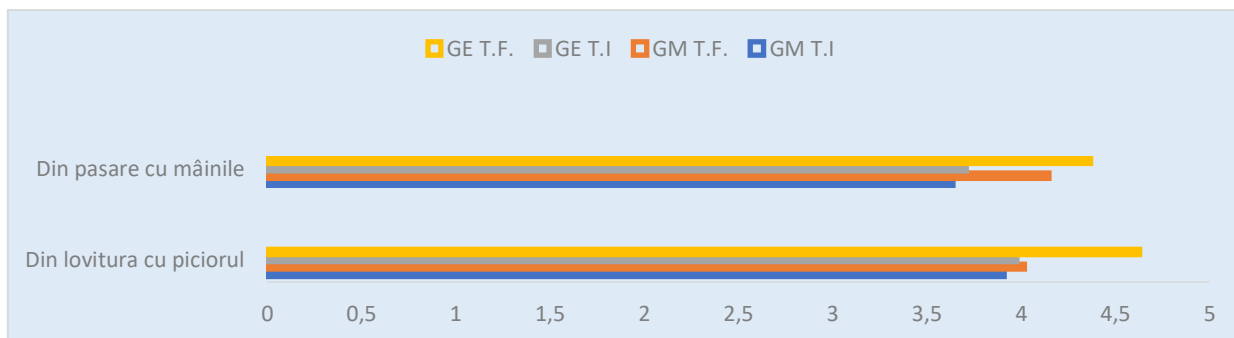


Figura 3.26. Rezultatele însușirii prinderii balonului

Dacă e să analizăm rezultatele probei, prinderea mingii din lovitura cu piciorul, observăm că la testarea inițială ambele grupe au înregistrat valori aproximativ egale, acestea fiind de 3,91-3,98 prinderi reușite. La finalul experimentului rezultatele au crescut în ambele grupe, cu pondere mai sporită la sportivii din grupul experimental, aceștia înregistrând o medie de 4,63 prinderi reușite, față de 4,02 reușite pentru sportivii din grupul martor. Calculele statistice au demonstrat o diferență semnificativă doar în cazul grupului experimental ($P < 0,05$), fapt ce demonstrează încă odată eficiența implementării în practică a programului experimental propus.

Nu diferă cu mult evoluția rezultatelor ce țin de eficiența însușirii prinderii mingii din pasarea cu mâinile, acesta fiind unul dintre procedeele cele mai frecvent aplicate în jocul de rugby și urmează ca toți jucătorii să-l însușească la perfecție, indiferent de postul de joc al fiecăruia.

Urmărind mediile grupelor prezentate la începutul cercetărilor vedem că s-au înregistrat rezultate aproximativ egale ca valori, acesta fiind între 3,64 la sportivii din grupul martor și 3,71 la cei din grupul experimental. Rezultatele finale însă diferă, în mare parte acestea fiind în favoarea sportivilor din grupul experimental, care și-au îmbunătățit rezultatele finale, înregistrând o medie de 4,37 prinderi reușite, aceasta fiind o creștere semnificativă a rezultatelor față de testarea inițială ($P < 0,05$), dar și față de testarea finală a grupului martor, care a înregistrat o medie de 4,15 prinderi reușite, aceasta fiind o creștere mai mică comparativ cu grupul experimental,, însă la fel fiind semnificativă din punct de vedere statistic ($P < 0,05$).

Prin urmare elementul tehnic „prinderea mingii”, a fost însușit la un nivel calitativ mai înalt comparativ cu rezultatele grupului martor, acest lucru datorându-se, în mare măsură, eficienței aplicării programului experimental axat pe dezvoltarea creativității și după cum s-a demonstrat, aceste metode sunt desul de benefice în pregătirea tehnică a rugbiștilor începători.

Al treilea element tehnic supus analizei a fost *Lovitură cu piciorul* (Fig. 3.27.), având două procedee la bază care au fost supuse analizei pedagogice, acestea fiind *lovitura din poziția fixă* și *lovitura în dinamică*, adică din diferite poziții de joc.

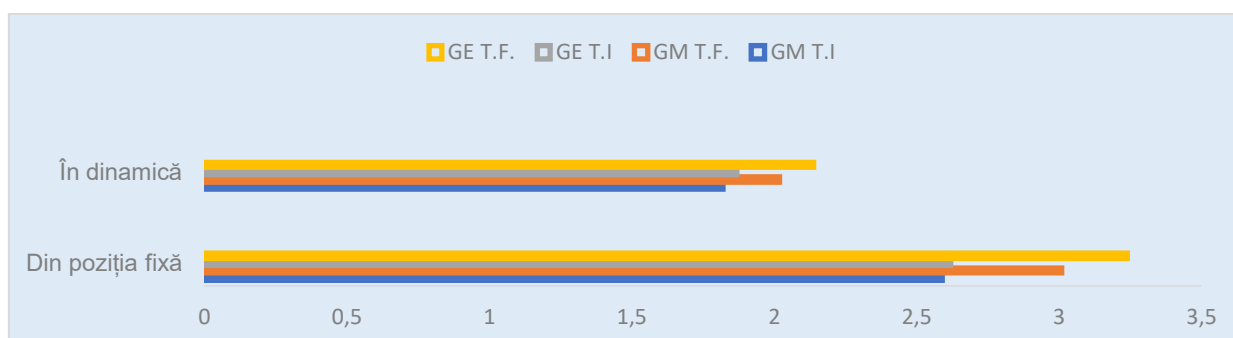


Figura 3.27. Rezultatele însușirii loviturii cu piciorul

Analizând primul procedeu, lovitura din poziția fixă, este clar că aceste lovituri în cea mai mare parte sunt loviturile spre buturile adversarului, adică lovituri pentru a înscrie în poarta adversarului. De regulă acestea lovituri se îndeplinesc de jucătorii specializați în astfel de lovituri, deși toți jucătorii, într-o măsură mai mare sau mai mică, trebuie să fie capabili să îndeplinească procedeul dat.

Astfel, la testarea inițială rezultatele au fost relativ egale, sportivii înregistrând medii de 2,59-2,62 lovituri exacte, iar la finele experimentului creșterile rezultatelor au fost diferite în ambele grupe, iar cea mai mare a fost înregistrată în grupul experimental, atingând valori de 3,24 lovituri, față de 3,01 lovituri exacte în grupul martor, astfel diferența față de testarea inițială fiind înregistrată atât în grupul experimentală, cât și în cel martor ($P < 0,05$).

Al doilea procedeu tehnic, „lovitura în dinamică” de regulă se îndeplinește pentru a da posibilitate partenerului să accelereze și să înscrie în careul adversarului, ori în funcție de poziția jucătorului, să execute o lovitură directă spre poarta adversarului pentru a încerca să înscrie.

Analizând rezultatele inițiale în ambele grupe se observă că sportivii în medie au avut rezultate relativ egale, acestea fiind de 1,82 în grupul martor și 1,87 în grupul experimental. La finalul experimentului ambele grupe și-au îmbunătățit rezultatele, însă o creștere vădită, chiar și din punct de vedere statistic a fost înregistrată de sportivii din grupul experimental. Acest lucru demonstrează încă odată eficiența programului aplicat pentru pregătirea rugbiștilor începători.

Al patrulea element conține două procedee ce vizează nivelul însușirii deplasărilor în jocul de rugby (Fig. 3.28.). E de menționat faptul că cele mai frecvente tipuri de mișcări pe parcursul unui meci sunt mișcările sub formă de zigzaguri, adică mișcări cu schimbări bruște de

direcție și viteză. Aici s-au analizat cele două tipuri de deplasări, unde primul deja fiind amintit mai sus, iar cel de-al doilea fiind așa numita „suveică”, care reprezintă mișcări tur-retur cu viteză maximă.

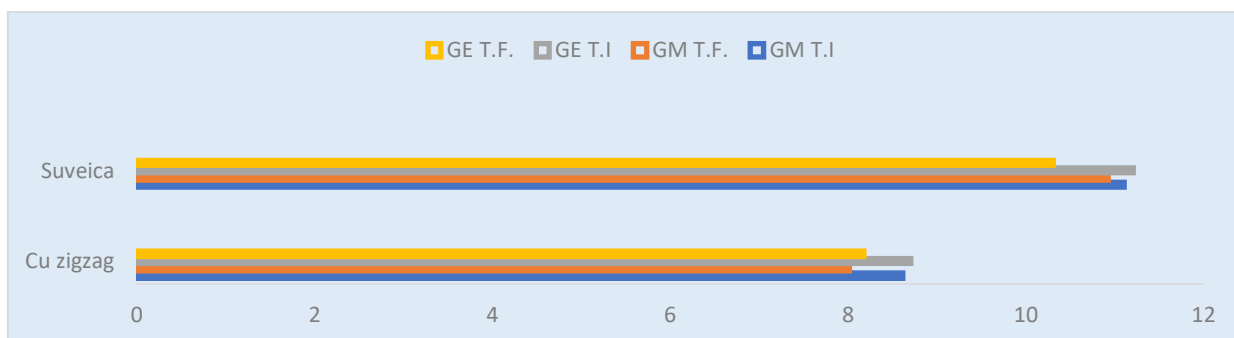


Figura 3.28. Rezultatele însușirii deplasărilor

În primul caz sportivii la testarea inițială în ambele grupe au avut rezultate foarte apropiate ca valori fiind între 8,62 secunde în grupul martor și 8,71 secunde în grupul experimental, acestea fiind statistic egale, la finele experimentului rezultatele au crescut în ambele grupe, cu pondere mai sporită în grupul experimental. Astfel, sportivii din grupul experimental au înregistrat rezultate cu media de 8,02 secunde, fiind o creștere semnificativă din punct de vedere statistic cu rezultatele inițiale ($P < 0,05$), ca și grupul martor, care a înregistrat o medie de 8,18 secunde, aceasta fiind la fel o creștere semnificativă din punct de vedere statistic comparativ cu datele inițiale ($P < 0,05$).

Ceva diferă în dinamica rezultatelor în cazul exercițiului „suveica”, acesta fiind unul mai specific jocului de rugby, care la testarea inițială în ambele grupe fiind destul de apropiate ca valori (11,11 – 11,21 secunde), ca la finalul experimentului acesta să difere relativ mult în favoarea grupului experimental, care a înregistrat o medie de 10,31 secunde, aceasta fiind o creștere semnificativă din punct de vedere statistic ($P < 0,05$), comparativ cu 10,93 secunde în grupul martor, fiind o creștere ne semnificativă din punct de vedere statistic ($P > 0,001$).

Rezultatele înregistrate în acest caz demonstrează faptul că deplasările, de fapt, sunt practicate permanent și sub diferite forme, fapt ce a dus la creșterea eficienței însușirii lor în ambele grupe participante la cercetări. Doar deplasările specifice jocului de rugby pot fi perfecționate prin aplicarea mijloacelor speciale dedicate învățării și perfecționării acestora.

Prin urmare, aplicarea în practică a metodei sinectica a avut un impact pozitiv privind calitățile tehnice în însușirea loviturilor cu piciorul, transmiterea balonului cu mâna, prinderea balonului, cât și diferite deplasări.

Drept concluzie generală la capitolul pregătirii tehnice a rugbiștilor începători putem conchide că aceasta este una de bază în pregătirea rugbiștilor la etapa de inițiere, poate și trebuie îmbunătățită pe orice căi, iar una dintre cele mai eficiente ar fi aplicarea metodei sinectica în procesul de instruire al acestora, fapt demonstrat prin rezultatele experimentului desfășurat în acest sens.

3.4. Concluzii la capitolul 3

1. În urma analizei situației actuale a planului-cadru, a elaborării *Programului experimental privind dezvoltarea creativității la rugbiștii începători prin aplicarea metodei sinectica* a fost evidențiat, în demersul nostru științific, necesitatea repartizării acestuia în trei blocuri: *intelectual, motric și cel de sănătate*. Acest fapt ne-a permis să obținem optimizarea și eficientizarea gradului de asimilare a cunoștințelor teoretice și practice și prin intermediul *Ghidul teoretico-practic privind dezvoltarea creativă a sportivilor începători (rugbiști) în cadrul lecțiilor de antrenament* (format letric și format pdf), iar sportivii rugbiști reușind, astfel, să se încadreze în noile cerințe ale pregătirii fizice, solicitate de planul-cadru.

2. Elaborarea *Programului experimental privind dezvoltarea creativității la rugbiștii începători prin aplicarea metodei sinectica* s-a realizat prin armonizarea componentelor motrice și intelectuale ale rugbiștilor începători, direcționat spre efectul de sănătate în cadrul procesului de studiu. Diferențierea conținutului de studiu din domeniul culturii fizice, privind realizarea metodologiei de armonizare a componentelor intelectuale, fizice și fortificarea stării de sănătate privind dezvoltarea rugbiștilor începători, este deschis spre eficientizare și dinamică prin conținuturile mereu adaptate la noile cerințe înaintate de planul-cadru.

3. Studiul efectuat asupra rugbiștilor începători a confirmat schema tradițională de corelație a componentelor de dezvoltare fizică cu indicii de sănătate, ori elevii cu nivel înalt de pregătire motrică dispun de o stabilitate mai mare contra factorilor adversi ai mediului ambiant, care se manifestă cu un grad de creativitate mai sporit. La acești sportivi se observă și un nivel mai înalt al creativității figurale și verbale, gradul de fluiditate la rugbiștii din grupul martor și experimental au înregistrat valori apropiate la indicatorul (medie) 64.7% și 64.1%, iar la indicatorii (scăzut și înalt) diferența înregistrată este de aproximativ 5%.

4. Analiza rezultatelor obținute ne-a permis să identificăm unele particularități ale dezvoltării fizice ale sportivilor cercetați, astfel la alergare 30 m/s cei din grupul martor inițial au înregistrat timpi de $6,71 \pm 0,19$, iar la final $6,54 \pm 0,18$ cu un t de 0,88 și $P > 0,05$, iar cei din grupul experimental au înregistrat la testarea inițială $6,64 \pm 0,19$, iar la finele experimentului $5,98 \pm 0,16$ cu un t de 3,76 și $P < 0,01$., iar particularitățile depistate în dinamica dezvoltării fizice a

rugbiștilor începători sunt determinate de o cercetare mai aprofundată, privind schimbările indicilor morfofuncționali, precum și a elaborării unor standarde specifice, dacă este cazul.

CONCLUZII GENERALE ȘI RECOMANDĂRI

1. Creativitatea este termenul cu multiple definiții, abordat în diverse domenii, dintre care: *aptitudinea* de a vedea sau de a percepe și de a reacționa la ceva nou; *capacitatea de a produce noul, dispoziția generală a personalității spre nou, o anumită organizare a proceselor psihice în sistemul de personalitate*; *procesul* care are rezultat un lucru nou accentuat ca justificabil, util sau satisfăcător de către un grup într-un anumit timp; *dispoziția spontană de a crea și inventa, care există potențial în fiecare persoană, la toate vârstele*. Abordările teoretice, metodele și tehnicile specifice au făcut posibilă definirea *abilităților creative* ca formare personală sistemică prin trăsăturile lor esențiale și prezentarea caracteristicilor semnificative ale criteriilor și indicatorilor la diferite niveluri de dezvoltare a acestora. *Dezvoltarea abilităților creative* este un proces dinamic de transformare, în care are loc o schimbare regulată și calitativă a componentelor structurale ale fenomenului studiat în procesul activității special organizate.

2. Din analiza literaturii *de profil specializat* privind pregătirea creativă a rugbiștilor începători s-a constatat că, în prezent, nu există lucrări științifice ce reflectă această problemă, însă, în marea lor majoritate, ele tratează subiectul utilizării elementelor creativității în antrenamentul sportiv, în general, și lipsesc abordările privind problema dezvoltării abilităților creative a rugbiștilor începători prin metoda sinectică. Esența procesului de formare a abilităților creative ale rugbiștilor începători este de a introduce în procesul de predare un set de sarcini motrice creative (jocuri dinamice), a căror formulare și rezolvare să fie *prin metoda sinectica*, care stimulează dezvoltarea celor trei componente principale ale creativității: motivația, gândirea productivă și imaginația. Însă practica sportivă demonstrează că pentru eficientizarea acestor capacități se poate lucra și cu sportivii, care nu au atins această categorie de vârstă, însă este semnificativ să se activeze permanent dezvoltarea creativității, indiferent de eșantionul de vârstă, de nivelul de instruire și etapa de pregătire, dar cu condiția să se utilizeze activități care cuprind trăsăturile: *fluiditate, flexibilitate și originalitate*.

3. Analiza specialiștilor cuprinși în anchetare ne-a permis să observăm că respondenții din cele trei grupe au dat răspunsuri cu un procentaj diferențiat. Astfel, doar 13% dintre profesorii de educație fizică sunt de acord cu programul existent, iar antrenorii de rugby - 47% au răspuns afirmativ, sportivii au înregistrat 40% pozitiv, astfel se adevărește necesitatea unui nou program teoretico-practic axat pe dezvoltarea creativă a sportivilor începători (rugbiști) în cadrul lecțiilor de antrenament prin metoda sinectică (doar 31% de profesori cunosc noțiunea metodei, respectiv 26 % dintre antrenori și 37 % dintre sportivi) fapt ce confirmă noutatea cercetării efectuate. De asemenea cu privire la elaborarea și pilotarea conținuturilor ghidului teoretico-

practic, 22% dintre profesori, 37% antrenori și 27% sportivi performeri au menționat necesitatea acestuia.

4. Rezultatele înregistrate confirmă ipoteza conform căreia, dezvoltarea creativității la rugbiștii începători, respectiv prin aplicarea *metodei sinectica* s-a realizat prin elaborarea și implementarea modelului de formare a echipei creative adaptate (ECA); s-au determinat nivelurile (scăzut, moderat, înalt), criteriile (*gândire creativă, originalitate, diversitate, imaginație creativă, inventivitate, imaginație, flexibilitate, fluiditate*), semnele diagnostice ale formării activității creative ale rugbiștilor începători în cadrul procesului de antrenament.

5. La baza experimentului pedagogic a fost *Modelul pedagogic de dezvoltare a creativității la rugbiștii începători în cadrul antrenamentului sportiv și Programul experimental privind dezvoltarea creativității la rugbiștii începători prin aplicarea metodei sinectica* realizat în cadrul lecțiilor de antrenament, iar rezultatele experimentale confirmă eficiența demersului formativ, care și-a adus contribuția la dezvoltarea abilităților creative prin intermediul metodologiei de dezvoltare a creativității. Rezultatele înregistrate în cadrul experimentului pedagogic au demonstrat variații semnificative la majoritatea criteriilor care se reflectă atât prin procentaj, cât și prin punctaj.

6. Media punctajelor obținute în urma desfășurării testărilor abilităților creative (E. Torrens, S.I. Gin și E.E.Tunick) la grupul martor s-a înregistrat la *originalitate* o medie de 20 puncte, iar la grupul experimental media de 24 puncte; la *flexibilitate* media înregistrată la grupul martor 15 puncte, la grupul experimental 19 puncte; *fluiditatea*: 9 puncte – grupul martor și 13 puncte – grupul experimental, ceea ce confirmă ipoteza cercetărilor efectuate. Această diferență se datorează faptului că grupul experimental, după pilotarea *Programului experimental privind dezvoltarea creativității la rugbiștii începători de 10-11 ani* a înregistrat diferențele date, cu privire la gradul de dezvoltare a *gândirii creative* la calificativul foarte înalt diferență importantă de 10 puncte, la nivelul înalt rezultatele au fost apropiate, iar diferența cea mai mare de 20 de puncte s-a obținut la nivelul mediu între grupul martor și experimental [13].

7. În urma testării *creativității figurale* s-au obținut indicatori apropiați comparativ cu cei obținuți la studiile anterioare, cu unele diferențe nesemnificative. Respectiv 39% dintre sportivii începători au înregistrat indici integrali care demonstrează un grad diminuat al creativității, 41% ai sportivilor obțin indici integri care reflectă un nivel mediu și 20% s-au înregistrat indicatori ce sunt în corespundere cu nivelul sporit al creativității figurale [12].

8. Pentru a organiza educația diferențiată orientată spre personalitate, acest studiu a examinat trăsăturile *gândirii creative a rugbiștilor începători*, care au stat la baza creării *Programului experimental privind dezvoltarea creativității la rugbiștii începători prin aplicarea metodei*

sinectica și al identificării specificului gândirii creative a elevilor de 10-11 ani care învață în școala sportivă. La **creativitate figurativă** numărul de elevi cu potențial creativ ridicat în școli a fost 12,6% (G.M.) și, respectiv, 20,4% (G.E.). La elevii grupului martor s-a depistat lipsa celor care au reușit să realizeze modele originale -14,2%, iar cei din grupul experimental, respectiv 13%. Procentul de **creativitate verbală** la sportivii din grupul martor, nu au dinamică vizibilă în dezvoltarea creativității atât figurative, cât și verbale. Acest lucru se datorează unei anumite „stări latente”, dar totuși cei din grupul experiment la indicatorii medie și înaltă înregistrează o diferență de 4%.

9. Rezultatele pregătirii motrice a rugbiștilor începători pe perioada experimentului pedagogic (n - 20) datele inițiale sunt omogene la grupul martor 8,50 m. și cea experimentală 8,62 m., iar cele finale diferă semnificativ ($P < 0,01$) față de testările inițiale, pentru grupul experimental ($t=4,07$), dar și pentru grupul martor ($t=1,05$) se constată un progres semnificativ statistic ($P < 0,05$) între indicatorii finali ai ambelor grupe. Valorile înregistrate în urma aplicării testărilor inițiale și finale pentru cele două grupe de sportivi (martor și experimental) prezintă același grad de omogenitate a rezultatelor la toate măsurătorile efectuate. Pragul de semnificație nu are valori semnificative pentru niciunul dintre indicatorii mășurați la testările inițiale. La testările finale toate cele cinci probe indică diferențe statistice semnificative ($p < 0,05$) la indicatorii finali ai ambelor grupe.

10. Aplicând *Programul experimental privind dezvoltarea creativității la rugbiștii începători prin aplicarea metodei Sinectica* s-a demonstrat clar că impactul acestora asupra pregătirii tehnice a fost unul destul de eficient, unde rugbiștii începători și-au îmbunătățit majoritatea indicilor testați la acest compartiment. Cele mai semnificative creșteri s-au înregistrat în cazul însușirii pasărilor și deplasărilor, acestea de fapt fiind și elementele de bază ale jocului, în, mod special, la etapa inițială de pregătire.

11. Astfel, rezultatele cercetării au condus la **soluționarea problemei științifice importante**: identificarea bazelor teoretico-praxiologice, elaborarea și validarea *Modelului pedagogic de dezvoltare a creativității la rugbiștii începători în cadrul antrenamentului sportiv*, fapt care a reperat valorificarea *Programului experimental privind dezvoltarea creativității la rugbiștii începători prin aplicarea metodei sinectica*, contribuind la pregătirea sportivilor rugbiști începători.

În urma desfășurării experimentelor pedagogice cu rugbiștii începători au fost formulate un șir de recomandări cum ar fi:

- Orice echipă, inclusiv cea de începători, trebuie să dispună de un plan anual de pregătire, iar o parte componentă a acestuia va fi dezvoltarea creativității elevilor în procesul de instruire.
- Fiecare lecție de antrenament va conține mijloace specifice de dezvoltare a creativității elevilor, acestea fiind aplicate sub diferite forme, în cea mai mare parte sub formă de jocuri dinamice.
- Mijloacele pentru dezvoltarea creativității rugbiștilor începători vor fi selectate în funcție de nivelul pregătirii sportive a elevilor, aici referindu-ne la nivelul pregătirii motrice, tehnice, teoretice, accentual fiind pus pe aplicarea metodei sinectica, adică dezvoltarea creativității colective.
- Timpul acordat pentru dezvoltarea creativității sportivilor începători va depinde, în mare măsură, de obiectivele fiecărei lecții de antrenament, dar nu va depăși 15-20 minute din timpul total al lecției de antrenament.
- Principiul aplicării mijloacelor dezvoltării creativității la rugbiștii începători va fi cel de la simplu la complex, de la ușor la greu, unde se va ține cont de complexitatea mijloacelor aplicate și de nivelul pregătirii motrice a sportivilor.
- Sportivii vor fi stimulați sub diferite forme în cazul demonstrării unui nivel înalt al creativității în diferite situații de joc.
- Pentru dezvoltarea creativității vor fi folosite mijloace nestandarde, echipament specializat selectat în funcție de obiectivele lecției de antrenament și nivelul pregătirii sportive al rugbiștilor începători.

BIBLIOGRAFIE

1. AGRIGOROAIE, D. Educație pentru gândire creatoare. Piatra Neamț: Ed. Alfa, 2005.
2. ALBU, G. Introducere într-o pedagogie a libertății. Iași: Ed. Polirom, 1998. 192 p.
3. ALLPORT, G.W. Structura și dezvoltarea personalității. București: Editura Didactică și Pedagogică, 1991., 575 p. ISBN: 973-30-1151-7
4. AMABILE, T. Creativitatea ca mod de viață. Ghid pentru părinți și profesori. București: Ed. Știință și tehnică, 1997. 250 p. ISBN 973-9236-20-0
5. ARĂDĂVOAICEI, G., POPESCU, Ș. Autocunoașterea personalității. București: Editura Antet, 1998.
6. BADEA, D. Rugby, strategia formativă a jucătorului. București: Editura FEST, 2003. 164 p
7. BEJAT, M. Creativitatea în știință, tehnică și învățământ. București: Ed. Didactică și Pedagogică, 1981, p. 28.
8. BRAGARENCO, Nicolae. Aprecierea nivelului de dezvoltare a capacităților coordinative ale rugbiștilor juniori de vârsta 16-17 ani. În: *Teoria și Arta Educației Fizice în Școală*, 2012, nr. 4, p. 39-42. ISSN 1857-0615.
9. BRAGARENCO, Nicolae. Influența capacităților coordinative asupra nivelului pregătirii motrice al rugbiștilor de 16 - 17 ani. In: *Știința Culturii Fizice*, 2015, nr. 23(3), pp. 8-19. ISSN 1857-4114
10. BUDEVICI-PIUIU, A., **BULAI, V.** Ghid teoretico-practic privind dezvoltarea creativă a sportivilor începători (rugbiști) în cadrul lecțiilor de antrenament. Chișinău: USEFS, 2019 (Tipogr. "Valinex"). 118 p. ISBN 978-9975-131-81-0
11. BUDEVICI-PIUIU, A., **BULAI, V.** Stimularea creativității în jocul rugby 7 prin metoda sinectică. În: *Cultura fizică: probleme științifice ale învățământului și sportului: Materialele Conferinței științifice internaționale a doctoranzilor*. Chișinău: USEFS, 2012, p. 29-33. ISBN 978-9975-4425-0-3.
12. **BULAI, V.** Dezvoltarea creativității copiilor care practică rugby în cadrul școlilor sportive = Developing the creativity of children who practice rugby in sports schools. În: *Știința culturii fizice*, nr. 37/1, 2021, p. 128-135. ISSN 1857-4114, eISSN 2537-6438 <https://doi.org/10.52449/1857-4114.2021.37-1.10>
13. **BULAI, V.** Studiu experimental privind manifestarea creativității la rugbiștii începători (10-11 ani) prin Testul Torrance = Experimental study on the manifestation of creativity in beginner rugby (10-11 years) through the Torrance Test. În: *Știința culturii fizice*, nr. 36/2,

2020, p. 132-143. ISSN 1857-4114, eISSN 2537-6438 <https://doi.org/10.52449/1857-4114.2020.36-2.08>

14. **BULAI, V., BUDEVICI-PIUIU, A.** Dezvoltarea atitudinii pozitive a elevilor prin educație fizică și sport. În: Simpozionul național științifico-practic “Promovarea valorilor sportului național în comunitatea școlară prin metodele de bune practici”. Chișinău: Valinex, 2019, p. 52-61. ISBN 978-9975-131-80-3
15. CALUSCHI, M. Echipa creativă de formare. Iași: Ed. Cantes, 2001.
16. CARP I. Rolul autoeducației în pregătirea specialistului de educație fizică și sport Specialitatea: 533.04 – Educație fizică, sport, kinetoterapie și recreație. Autoreferatul tezei de doctor în științe pedagogice. Chișinău, 2015, 30 p. C.Z.U.: 37.041:378.0+796.0:005.4
17. CĂLCÎI, M., CEMORTAN, S. Dezvoltarea creativității la preșcolari. Chișinău: Universitas, 2001. 144 p. ISBN 9975-9657-1-7
18. CĂLIN, M. Educarea creativității In: teoria Educației. București, 1996.
19. CĂPĂLNEANU, I. Inteligență și creativitate. București: Ed. Militară, 1978.
20. CERGHIT, I. Metode de învățământ. Iași: Ed. Polirom, 2006. 320 p. ISBN 973-46-0175-X
21. CIORBĂ C. Jocuri dinamice pentru inițiere în Baschet. Chișinău, Goromont Studio, 2018, 118 p. ISBN 978-9975-134-19-4.
22. CIORBĂ, C. Baschet. Pregătire fizică. Chișinău. Garomont Studio.- 2016. -230 p. ISBN 978-9975-136-04-4
23. CIOBANU-MOCANU, L. Învăță jucându-te. Chișinău: Editura Ruxanda, 1998. 96 p. ISBN 9975-72-024-2
24. CLAPAREDE, E. Psihologia copilului și pedagogia experimentală. București: E.D.P., 1975.
25. COJOCARU, C. Creativitate și inovație. București: Editura Științifică și Enciclopedică, 1995.
26. CONSTANTIN, V. Rugby, specializarea posturilor. București: Editura FEST, 2002
27. COSMOVICI, A. Psihologie generală. Iași: Polirom, 2005. 253 p. ISBN 973-9248-27-6
28. COSMOVICI, A., IACOB, L. Psihologie școlară, Iași: Ed. Polirom, 1999. 301 p. ISBN 973-683-048-9
29. CRIȘAN, L., ȘINDILĂ, D. Stimularea creativității elevilor prin metode de cooperare. Botoșani: Ed. Axa, 2008.
30. CRISTEA, S. Dicționar de termeni pedagogici. București: Ed. Didactică și Pedagogică, 1998. 474 p. ISBN 973-30-5130-6

31. CREȚU, C. Psihopedagogia talentelor și a creativității. Curs ID volum printat și on-line. Facultatea de Psihologie și Științe ale Educației, Secția Psihologie, an III. UAIC, Iași, 2020
32. CUCOȘ, C. Psihopedagogie. Iași: Ed. Polirom, 2006.
33. CUCOȘ, C. Pedagogie. Ediția a III-a. Iași: Ed. Polirom, 2014. 534 p.
34. DANII, A., RACU, A. Intervenția psihopedagogică în școală incluzivă. Chișinău, 2007. 230 p.
35. DRAGNEA, A. Antrenamentul sportiv: Teorie și metodică. București: [s. n.], 1996. 364 p. ISBN 973-30-4703-1
36. DRUȚĂ, M. E. Cunoașterea elevului. București: Aramis, 2004. 112 p.
37. DUMITRIU, G. Comunicare și învățare. București: Didactică și Pedagogică, 1998. 254 p. ISBN 973-30-5178-0
38. ELCONIN, D.V. Psihologia jocului. București, 1975.
39. EPURAN, M. Metodologia cercetării activității corporale. București, 1992.
40. EPURAN, M. Pedagogie și psihologie. București, 1985.
41. EPURAN, M., Modelarea conduitei sportive. București: Editura Sport-Turism, 1990, p. 38-39.
42. EPURAN, M. Despre știința activităților corporale – teoria și filosofia lor. București: s.n., 2005. 104 p. ISBN 973-87158-4-9
43. FEIER, V.V. Creativitate și creativitate managerială. București: Ed. Expert, 1995. 254 p. ISBN: 973-96770-8-8
44. FRYER, M. Predarea și învățarea creativă. Chișinău: Editura Uniunii Scriitorilor, 1996, p. 11.
45. GÎRBOVEANU, M. Stimularea creativității elevilor în procesul de învățământ. București: Ed. Didactică și Pedagogică, 1981. 231 p.
46. GEORGESCU, F. Îndrumar pentru cercetarea sociologică în cultura fizică. București: Sport-Turism, 1979.
47. GOLU, P., ZLATE, M., VERZA, E. Psihologia copilului. București: Editura Didactică și Pedagogică, R.A., 1992.
48. GUSAC, M., ZEMȚOV, T. Activități creative ale elevilor de vârstă mică. Chișinău: Lumina, 1995. 70 p.
49. HARRE, D. Teoria antrenamentului. București, 1973.
50. HAVÂRNEANU, C. Cunoașterea psihologică a persoanei. Iași, 2000.
51. IONESCU, M. Demersuri creative în predare și învățare. Cluj-Napoca: Ed. Presa Universitară Clujeană, 2000.

52. IONESCU-MIRON, R. I. Didactica modernă. Cluj-Napoca: Ed. Dacia, 2001.
53. JELESCU, P., RACU, I. Psihologie generală. Chișinău: Tipografia Centrală, 2007. 160 p.
54. JOIȚA, E. Pedagogie. Știința integrativă a educației. Iași: Polirom, 1999. 176 p.
55. JURCĂU, N. (coord.) Psihologia educației. Cluj-Napoca: Ed. U.T.Pres, 2001.
56. KING, G., KEOHANE, R., VERBA, S. Fundamentele cercetării sociale. Iași: Editura Polirom, 2000.
57. LANDAU, E. Psihologia creativității. București: Ed. Didactică și Pedagogică, 1979. 137 p.
58. LEPCIUC, G., DORGAN, V., POPESCU, V., Analiza privind adaptarea morfologică specifică în jocul de rugby în 7 - feminin, nivel seniori. In: *Știința Culturii Fizice*, 2021, nr. 37(1), pp. 69-78. ISSN 1857-4114. DOI: 10.52449/1857-4114.2021.37-1.06
59. MANDRU, E., NICULAE, A. Strategii didactice interactive. București: Ed Didactica Publishing House, 2010. 120 p. ISBN 9789733024477
60. MANNO, R. Bazele teoretice ale antrenamentului sportiv. București: CCPS, 1996. 128 p.
61. MATEI, N. C. Educarea capacităților creatoare în procesul de învățământ. București: E.D.P., 1982. 171 p.
62. MATVEEV, L.P., NOVIKOV, A.D. Teoria și metodică educației fizice. București: Sport-Turism, 1980. 600 p.
63. MAZILU, V., NICU, A., FOCȘĂNEANU, A., PARASCHIV, V. Selecția în sport. București, 1980. 118 p.
64. MIFTODE, V. Introducere în metodologia investigației sociologice. Iași: Junimea, 1982, p. 59.
65. MORARU, I. Psihologia creativității. București: Ed. Victor, 1997. 166 p. ISBN 973-97318-7-2
66. MORARU, I. Știința și filosofia creației. București: Ed. Didactică și Pedagogică, 1995. 360 p. ISBN 973-30-3847-4
67. MOSER, C.A. Modele de anchetă în integrarea fenomenelor sociale. București: Stadion, 1967, p. 75-76.
68. MUNTEANU, A. Incursiuni în creatologie. Timișoara: Ed. Augusta, 1994. 362 p.
69. MUSTER, D. Verificarea progresului școlar prin teste docimologice. Contribuție la modernizarea examenelor. București: Ed. Didactică și Pedagogică, 1970. 118 p.
70. NESTOR, I.M. Creativitatea. București: Ed. Științifică și Enciclopedică, 1980.
71. OPREA, N. Colaborare și educație. Lumina, 1991.
72. OSTROVSKAIA, L. Situații pedagogice, Lumina, Chișinău, 1993, 158 p.

73. PĂUN, E., POTOLEA, D. *Pedagogie. Fundamentări teoretice și demersuri aplicative*, Polirom, Iași, 2002, 248 p.
74. PERETEATCU, M. *Educația și instruirea copiilor în grupele mixte*. Chișinău: Lumina, 1994. 120 p.
75. PLANCHARD, E.. *Cercetarea în pedagogie*. București: E.D.P., 1972.
76. POPESCU – NEVEANU, P. *Psihologie*. București: Editura Didactică și pedagogică, 1991. 202 p.
77. POPESCU-NEVEANU, P., ZLATE, M., CRETU, T.. Psihologie. Manual pentru clasa a X-a, școli normale și licee. Cap. Creativitatea, București: E.D.P., 1993. 221 p. ISBN 973-30-3604-8
78. PREDESCU, T., MOANȚĂ, A. *Baschetul în școală, instruire – învățare*, Ed. Semne, București, 2001.
79. RACU, I. *Creativitatea la vârsta școlară mică*. În: *Psihologie. Pedagogie Specială. Asistență Socială*, 2012, nr. 27, p. 37-46. ISSN 1857-0224.
80. RACU, I. *Psihodiagnoza. Statistica psihologică*. Chișinău, 2005.
81. RACU, I., RACU, Iu. *Psihologia dezvoltării*. Chișinău, 2007.
82. RACU, I. PERJAN, C. *Psihologia dezvoltării și psihologia pedagogică*. Chișinău: Univers pedagogic, 2007. 160 p. ISBN 978-9975-48-039-0
83. RADU, I., IONESCU, M. *Experiență didactică și creativitate*. Cluj-Napoca: Ed. Dacia, 1987. 226 p.
84. RAWILSON, J.G. *Gândire creativă și brainstorming*, București: Ed. Codecs, 1998.
85. RĂFĂILĂ, E. *Educarea creativității la vârsta preșcolară*. București: Editura Aramis, 2002. 112 p. ISBN 973-8473-34-9
86. ROCO, M. *Creativitate și inteligență emoțională*. Iași: Polirom, 2004, 246 p. ISBN 973-681-630-3
87. ROCO, M. *Creativitatea individuală și de grup – studii experimentale*. București: Ed. Academiei Române, 1979.
88. ROCO, M. *Probleme ale stimulării creativității individuale*, În: *Revista de psihologie*, nr. 12, 1991.
89. ROȘCA, A. *Creativitatea*. București: Editura Enciclopedică Română, 1972. 141 p.
90. ROȘCA, A., *Creativitate generală și specifică*. București: Ed. Academiei R.S.R, 1981.
91. ROȘCA, A., *Creativitate, modele, programare*. București: Ed. Științifică, 1967. 280 p.
92. ROUSSEAU, J.J. *Emil sau Despre educație*. București: E.D.P., 1973, p. 23.

93. RUSU, I., PAȘCAN, I., GROSU, E.F., CUCU, B. Gimnastica. Cluj-Napoca: Ed. G.M.I., 1998.
94. SĂLĂVĂSTRU, D. Psihologia educației. Iași: Polirom, 2004. 288 p. ISBN 973-681-553-6
95. SCHAUB H., ZENKE K.G. Dicționar de pedagogie. Iași: Polirom, 2001. 344 p. ISBN 9736836657
96. SOLOENENCO, G., STEPANOVA, N., ONOI, M., DORGAN, V. Analiza programelor de pregătire a înotătorilor de performanță în cadrul macrociclului de bază al ciclului anual de antrenament. In: *Știința Culturii Fizice*, 2020, nr. 35(1), pp. 71-77. ISSN 1857-4114. DOI: 10.52449/1857-4114.2020.35-1.09
97. STANCIU, S. Cercetarea pedagogică: aspect metodologice. București: Editura Didactică și Pedagogică, 1989. 240 p.
98. STANCIU, S. Educație și societate: introducere în studiul fenomenelor socioeducaționale. București: Ed. Politică, 1971. 303 p.
99. STERNBERG, R. J. Manual de creativitate. Iași: Ed. Polirom, 2005.
100. STOICA-CONSTANTIN, A., CALUSCHI, M. Evaluarea creativității. Ghid practic. Iași: Performantica, 2005. ISBN 973-730-123-4.
101. STOICA, A. Creativitatea elevilor. Posibilității de cunoaștere și de educare. București: Ed. Didactică și Pedagogică, 1983. 220 p.
102. STOICA-CONSTANTIN, A. Creativitatea pentru studenți și profesori. Iași: Ed. Institutul European, 2004. 254 p. ISBN 978-973-611-307-8
103. ȘCHIOPU, U. ș.a. Dicționar enciclopedic de psihologie. București: Ed. Babel, 1997.
104. ȘICLOVAN, I. Teoria educației fizice și sportului. Ediția a III-a. București: Sport-Turism, 1979. 262 p.
105. SHMAREVA, E. A. Sprijin psihologic al dezvoltării creative a școlărilor mai mici prin intermediul înotului care îmbunătățește sănătatea. Nijni Novgorod, 2011.
106. ȘUFARU, C. Metodologia programării antrenamentului sportive al handbaliștilor junior II pe bază de obiective operaționale. Bacău: Alma-Mater, 2015. 139 p. ISBN 978-606-527-010-7
107. TĂBÎRȚĂ, V. Concepte actuale privind dezvoltarea capacității de forță-viteză a rugbiștilor de performanță. In: *Știința Culturii Fizice*, 2020, nr. 35(1), pp. 85-88. ISSN 1857-4114. DOI: 10.52449/1857-4114.2020.35-1.10
108. TĂBÎRȚĂ, V. Influența aplicării aparatelor ajutătoare asupra acțiunilor de joc ale rugbiștilor de performanță. In: *Știința Culturii Fizice*, 2013, nr. 14(2), pp. 37-45. ISSN 1857-4114.

109. TĂBÎRȚĂ, V, SCUTELNIC, V. Programarea antrenamentului sportiv prin prisma dezvoltării capacităților de forță-viteză a rugbiștilor de performanță. În: *Sport. Olimpism. Sănătate*, Ed. 6, 16-18 septembrie 2021, Chișinău. Chișinău, Republica Moldova: Editura USEFS, 2021, Ediția 6, pp. 151-156. ISBN 978-9975-131-99-5.
110. TERESA M.A. Creativitatea ca mod de viață. Ghid pentru părinți și profesori. București: Ed. Știință-tehnică, 1997. 250 p. ISBN 973-9236-20-0
111. VLĂSCEANU, L. Introducere în metodologia cercetării sociologice. Universitatea din București, 2008. 116 p.
112. VOLCU, I. Pregătirea masteranzilor facultăților de educație fizică și sport prin creativitate managerială. Chișinău, 2019, 34 p.
113. VOLOȘIN, E. Educația artistico-plastică a preșcolarilor. Chișinău: Stelart, 2006. 122 p.
114. VRABIE, D. Psihologia educației. Galați: Editura Geneze, 2002. 303 p.
115. ZBÎRCIOG, V., BUDEVICI, A., LEVODEANSCHI I. Pedagogia aplicativă în domeniul educației fizice. Chișinău: s.n., 1999. 160 p.

În limba rusă

116. АБУД, С. Готовность к регби. / Абуд С., Хэндерсон Э., Фибери У., О’Ши Б. Дублин: Международный совет регби, 2008. 40 с.
117. АНТОНОВ, Е.И. Регби. Настольная книга детского тренера. Этап спортивной специализации 13 - 15 лет. Методическое пособие / Е. И. Антонов, Н.А. Ватошкин. М.: ФГБУ «Федеральный центр подготовки спортивного резерва», 2012. 184 с.
118. БЕРДЯЕВ Н.А. Самопознание (Опыт философской автобиографии). Москва: Международные отношения, 1990. 336 с. ISBN 5-85207-006-8
119. БЛОНСКИЙ П. П. Задачи и методы новой народной школы. Избранные педагогические и психологические сочинения. Том 1. Москва: Педагогика, 1979, с. 39-85.
120. БОЖОВИЧ, Л., И. Личность и ее формирование в детском возрасте. М.: Просвещение, 1968. 464 с.
121. БРУШЛИНСКИЙ, А., В. Субъект: мышление, учение, воображение. М.: Институт практической психологии; Воронеж: НПО «Модэк», 1996. 392 с.
122. ВАСИЛЬЕВ, И., А. Мотивационно-эмоциональная регуляция мыслительной деятельности: Автореф. дис. ... д-ра психол. наук. М., 1998. 41 с.

123. ВИТАЛЬЕВА, О.Г. Играем в регби. / О. Г. Витальева, В. А. Грачев, Е. П. Щукин. Красноярск, МАОУДОД «СДЮСШОР «Красный Яр», 2011. 144 с.
124. ВЫГОТСКИЙ Л.С. Воображение и творчество в детском возрасте. Психологический очерк. Книга для учителя. Москва: Просвещение, 1991. 93 с. ISBN 5-09-003428
125. ГОДОВИКОВА, Д.Б. Общение и познавательная активность у дошкольников. Вопросы психологии, № 1, 1984, с. 34-41.
126. ДАВЫДОВ, В., В. Проблемы развивающего обучения. М.: Интор, 1996. 544 с.
127. ДАНИЛОВА, Е.Н., САБИНИН, Л. Т. Актуальные проблемы подготовки спортивного резерва по регби. Выпуск 7 / Под ред. В. Д. Наделяева. Красноярск: КрасГАСА, 2004. С.158-163.
128. *ДЕРКАЧ*, А.А., ИСАЕВ, А.А. Творчество тренера. М.: ФиС, 1982. 236 с.
129. ДРУЖИНИН, В., Н. Психология общих способностей. СПб.: Питер Ком, 1999. 368 с.
130. ЕКЖАНОВА, Е. А. Эффективная коррекция для первоклассников в играх и упражнениях: методика коррекц.-пед. работы в нач.кл. образоват.шк.: науч.-метод. Пособие. М.: КАРО, 2007. – 271 с.
131. ЖИДКОВА, Р. А. Современные методы оценивания результатов обучения // Известия ПГПУ им. В. Г. Белинского. 2012. № 28. С. 779–782.
132. ЗАГАЙНОВ, Р.М. Психология современного спорта высших достижений: Записки практического психолога. М.: Советский спорт, 2012. 292 с.
133. ИЛЬИН, И.П. Психология творчества, креативности, одаренности. Питер: Санкт Петербург, 2009. 448 с. ISBN 978-5-49807-239-5
134. ИЛЬЯСОВ, И., И. Система эвристических приемов решения задач. М.: РОУ, 1992. 140 с.
135. КАПИЛЕВИЧ, Л.В. Физиологические методы контроля в спорте / Л. В. Капилевич, Е. В. Кошельская, Ю. П. Бредихина, В. И. Андреев. Томск: Томский политехнический университет, 2009. 172 с.
136. КАПТЕРЕВ, П.Ф. Избранные педагогические сочинения. Москва: Педагогика, 1982. 703 с.
137. КУЗЬМИНА, Н. В. Акмеологическая теория повышения качества подготовки специалистов образования: Монография. М.: Исслед. центр проблем качества подгот. специалистов, 2001. 144 с. [ISBN 5-7563-0199-2](#)
138. КУРАМШИН, Ю.Ф. Теория и методика физической культуры, М.: Советский спорт, 2010. — 320 с. 2003. 464 с. ISBN 978-5-9718-0431-4.

139. КУРЬШЕВА, И. В., ШМАРЕВА, Е. А. Развитие творческого потенциала младшего школьника средствами оздоровительного плавания. Актуальные проблемы науки и гуманитарного образования : межвуз. сборник науч. трудов. Вып. 14 / под ред проф. В. В. Рыжова. - М. : Изд-во Русско-американского ин-та, 2009. - С. 146 - 149.
140. ЛЕОНТЬЕВ, Д.А. Психология смысла: природа, строение и динамика смысловой реальности. Москва: Смысл, 2019.
141. ЛУК, А.Н. Психология творчества. М: Наука, 1978.
142. МАКАРЕНКО, А.С. Проблемы школьного советского воспитания. Москва: Учпедгиз, 1963. 140 с.
143. МАРКЕВИЧ, Е. М. Психология спортивной личности / Е. М. Маркевич, Е. Е. Ачкасов // Спорт медицина: наука и практика. Москва, 2010. № 1. С. 16-22.
144. НАЗАРОВА, Л. Р. Развитие творческой активности учащихся основной школы в изобразительной деятельности с использованием информационных технологий: дис. ... канд. пед. наук. М., 2002. 162 с.
145. ОЗОЛИН, Н.Г. Современная система спортивной тренировки. М.: ФиС, 1970. 477 с.
146. ПИДКАСИСТЫЙ, П. И. Технология игры в обучении и развитии: учеб.пособие М. : Рос. пед. агентство, 1996. 269 с.
147. ПЛАТОНОВ, В. Н., Спорт высших достижений и подготовка национальных команд к Олимпийским играм. Из-во: Советский спорт, 2010 310 с. ISBN 978-5-9718-0447-5
148. ПОДДЪЯКОВ, Н., Н. Творчество и саморазвитие детей дошкольного возраста. Волгоград: Перемена, 1994. 48 с.
149. Правила игры союза регби. Дублин: Международный совет регби, 2013. 210 с.
150. Программа по регби. /Иванов В. А., Антонов Е. И., Агафонова А. В. М.: ФиС, 2007. 67 с.
151. Регби - 7. Руководство для тренеров и игроков. Перевод Ватошкин Н.В. М.: Союз регбистов России, 2003 - 48 с.
152. Руководство для начинающих по регби - Дублин: Международный совет регби, 2008. - 16 с.
153. РЮМИНА, Ю. Н., Педагогическая технология формирования творческой активности в процессе интеграции различных видов деятельности детей дошкольного возраста, Кандидатская, 2003. Екатеринбург, 253 с.
154. САХАРОВА, М.В. Особенности подходов к разработке проекта подготовки высококвалифицированных регбистов в годичном цикле. // Сборник научных трудов молодых ученых и студентов РГАФК. М., 2000. С.47-52.

155. Симановский, А. Э. Развитие творческого мышления детей: популяр. пособие для родителей и педагогов. Ярославль : Гринго, 1996.192с.
156. СЛАСТЕНИН В.А. и др. Педагогика: Учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений / В. А. Сластенин, И. Ф. Исаев, Е. Н. Шиянов; Под ред. В.А. Сластенина М.: Издательский центр "Академия", 2002. - 576 с.
157. Тренерская работа - уровень 1. Введение в регби. - Дублин: Международный Совет Регби, 2008. - 82 с.
158. ФИЛИСТОВИЧ, О. А., АВА-терапия в комплексе современных инновационных технологий: сборник трудов конференции. // Психолого-педагогическое сопровождение общего, специального и инклюзивного образования детей и взрослых : материалы II Всерос. науч.-практ. конф. с междунар. участием (Тула, 7 апр. 2022 г.) / редкол.: С.Н. Башинова [и др.] – Чебоксары: ИД «Среда», 2022. – С. 257-259. – ISBN 978-5-907561-23-6.
159. ХОЛОДОВ, Ж. К. Основы подготовки регбистов / Ж. К. Холодов, Б. А. Варакин, В. К. Петренчук. М.: Физкультура и спорт, 1984. 189 с.
160. ХОЛОДОВ, Ж.К., КУЗНЕЦОВ, В.С., Теория и методика физического воспитания и спорта: Учеб. пособие для студ. высш. учеб.заведений. -2-е изд.,исир.идоп. - М.: Издательский центр «Академия», 2003. - 4S0 с. ISBN 5-7695-0853-1
161. ЦАПЛИНА, О.В., Интеллектуальные игры как фактор когнитивного развития личности // Творчество в современном мире: человек, общество, технологии. Материалы Всероссийской научной конференции, посвященной 100-летию со дня рождения Я.А. Пономарева. Москва, 2020. С. 173–174.
162. ШТАКИНА, О.В., ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РАЗВИТИЯ ТВОРЧЕСКИХ ВОЗМОЖНОСТЕЙ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПОДРОСТКОВОГО ВОЗРАСТА, УДК 373 DOI: 10.17277/voprosy.2018.01. pp.124-126
163. ЮРКЕВИЧ, В. С. Одарённый ребёнок и игра для учителей и родителей. М., 1996.
164. ЭЛЬКОНИН, Д. Б. Игра и психическое развитие. Психическое развитие в детских возрастах: избр. психол. тр. Моск. психол.-социал. ин-т; под ред. Д. И. Фельдштейна. – М.; Воронеж, 2001. С. 218-238.

În limba engleză

165. BARRON, F., HARRINGTON, D. Creativity, Intelligence and Personality. In: Annual Review of Psychology, vol. 32, 1981, p. 439-476.

166. BILLI E., COLINOT F., DAVID L. 1000 exercices et jeux de rugby, Edistion VIGOT, 1993. – 238 p.
167. **BULAI, V.** Stimulating creativity in the game of rugby 7 through the synectic method. In: Middle East International Conference on Contemporary Scientific Studies-V. Proceedings book. Volume III. Ankara, Turkey, March 27-28, 2021, p. 261-265. ISBN 978-625-7898-38-6
168. **BULAI, V., BUDEVICI-PUIU, A.** Pilot study regarding the model of adapted creative team in performance sport. In: Sport și Societate, Vol. 18, Iași, 2019, p. 7-10. ISSN 1582-2168, e -ISSN 2344-3693
169. CROPLEY, A.J., URBAN, K.K, Programs and strategies for nurturing creativity. In: Heller KA, Mönks FJ, Sternberg RJ, Subotnik RF (eds.), International Handbook of Giftedness and Talent. 2nd ed. 2000. Oxford: Pergamon, pp. 481–494.
170. CURRY, A., HEPTONSTALL, V., WARWICK C. The Future of Rugby : An HSBC Report HSBC World Rugby Sevens. Series, 2016.
171. DRUZHININ, V. N, KHAZRATOVA, N. V. Experimental Inheritance of Microenvironment's Forming Influence on Creativity/ V. N. Druzhinin, N. V. Khazratova // Psychological Journal. - 1994. - № 4. - P. 28-36.
172. GORDON, W.I.I. Synectics. New-York, 1961
173. HORN, T.S. Coaching Effectiveness in the Sport Domain. In: Horn, T.S., Ed., Advances in Sport Psychology, Human Kinetics, Champaign, IL, 309–354, 2002
174. KELLY, G.A. The Psychology of Personal Constructs. London: Routlege, 2020. ISBN 9781134957293
175. MARANTZMAN, V.G. Methods and methods of the literary work analysis at school. Methods of teaching literature: Textbook for pedagogical higher education institutions / Under edition of O.Y. Marantzman published in 2 parts. Part 1, Moscow, 2003. (In Russian)
176. MORAN, JAMES D. III; MILGRAM, ROBERTA M.; SAWYERS, JANET K.; and Fu, VICTORIA, A. Original Thinking in Preschool Children. 2001.
177. POINCARÉ, H. Mathematical Creation In: Newman, James R. *The World of Mathematics*, Vol.4. pp.2041-2050, 1956.
178. ROGERS, C. Toward a Theory of Creativity. ETC: A Review of General Semantics, no 11, 1954, p. 249-260.
179. ROSS, A., GILL, N., CRONIN, J. The match demands of international rugby sevens. J Sports Sci. 2014; (January): 37-41. doi:10.1080/02640414.2014.979858.

180. ROSS, A., GILL, N., CRONIN, J. Match analysis and player characteristics in rugby sevens. *Sport Med.* 2014; 44(3):357-367. doi:10.1007/s40279-013-0123-0.
181. TORRANCE, E.P. *Guiding Creative Talent.* Englewood Cliff, 1964.
182. TORRANCE, E.P. *Tests of creative thinking.* New Jersey, 1968.
183. KAUFMAN, J.C., STERNBERG, R. *The Cambridge handbook of creativity.* Cambridge Univ. Press, 2012. Online ISBN 9780511763205.
184. VESELOVA, L.G. *Pedagogical conditions for the development of creative activity of children of seniorpreschool age in the process of aesthetic education: abstract of the dissertation of the Candidate of Pedagogical Sciences: 13.00.01 / L.G. Veselova; Murmansk State Pedagogical University. univ. Petrozavodsk, 2006.*

ANEXE

Anexa 1

CHESTIONAR

Răspunsurile la întrebările chestionarului vor fi folosite numai în scop științific.

Vă mulțumim anticipat!

Stimate coleg !

În scopul obținerii informației privind optimizarea conținutului antrenamentului și perfecționării procesului de pregătire a rugbiștilor de performanță se adresează dumneavoastră cu rugămintea să răspundeți la următoarele întrebări:

Școala nr.....din.....

Funcția administrativă.....

Vechimea de activitate pedagogicăani.

Gradul didactic.....

1.	Sunteți familiarizați cu activitatea managerială a antrenamentului privind metodele de stimulare a creativității?	Da Nu Greu de răspuns123
1.1.	Dacă răspunsul la întrebarea nr.1 este afirmativ, atunci care din funcții, după părerea dvs., sunt prioritare în activitatea managerială antrenamentului(bifați 3 variante) - funcția de planificare - funcția de organizare - funcția de orientare metodologică - funcția de evaluare alte funcții (numiți)	----- ----- -----	
2.	După opinia dvs., antrenorul de rugbi în ce măsură exercită funcțiile menționate? - pe deplin - parțial - nu exercită (bifați o variantă)	----- ----- -----	
3.	Cum considerați pregătirea antrenorului pentru exercitarea funcției manageriale de antrenament, în comparație cu alte discipline probe sportive?		

	<p>(bifați o variantă)</p> <ul style="list-style-type: none"> - mai bine pregătit - la același nivel - mai slab pregătit - nu este pregătit 	<p>-----</p> <p>-----</p>	
4.	<p>Care credeți că sunt obiectivele principale ale pregătirii performerilor?</p> <p>(bifați o variantă)</p> <ul style="list-style-type: none"> - instructive - educativ-formativ - asanativ-formativ 	<p>-----</p> <p>-----</p>	
5.	<p>Corespund activitățile antrenorului, obiectivelor menționate?</p>	<p>Da</p> <p>Nu</p> <p>Greu de răspuns</p>	<p>-----</p> <p>-----</p> <p>-----</p>
6.	<p>Menționați, vă rugăm, orientările în definirea managerial-educatională de către antrenorul de rugby a performanțelor posibile la sportivi.</p> <p>(bifați o variantă)</p> <ul style="list-style-type: none"> - intelectuale - fizice - valorice 	<p>-----</p> <p>-----</p>	
7.	<p>Care considerați că este nivelul de cunoștințe ale antrenorului privind metodele creative?</p> <p>(bifați o variantă)</p> <ul style="list-style-type: none"> - insuficient - suficient - bun - foarte bun 	<p>-----</p> <p>-----</p>	
8.	<p>Vă rugăm să apreciați nivelul documentelor de planificare realizate de către antrenorii din rugby</p> <p>(bifați o variantă)</p> <ul style="list-style-type: none"> - insuficient - suficient - bun - foarte bun 	<p>-----</p> <p>-----</p>	
9.	<p>Considerați că este necesară pregătirea creativă a antrenorilor specializați în rugby pentru activitatea de performanță?</p>	<p>Da</p> <p>Nu</p> <p>Greu de răspuns</p>	<p>-----</p> <p>-----</p> <p>-----</p>

9.1.	Dacă răspunsul la întrebarea 9 este afirmativ, atunci precizați sub ce formă. (bifați variantele necesare) - teoretică - practică - metodică	----- -----	
10.	Cum credeți că sunt relațiile antrenorului cu sportivii (bifați o variantă) - insuficient - suficient - bun - foarte bun	----- -----	
11.	Propunerile dvs.pentru perfecționarea nivelului de pregătire managerială a performerilor metode de stimulare a creativității	----- -----	
12.	Orice antrenor poate fi și un bun manager?	Da Nu Greu de răspuns	----- ----- -----
13.	Considerați necesară o pregătire specială pentru formarea unor buni antrenori?	Da Nu Greu de răspuns	----- ----- -----
14.	Credeți că programa existentă cursului de bază este suficientă pentru realizarea pregătirii manageriale a antrenorilor?	Da, integral Da, parțial Nu	----- ----- -----
15.	Este necesară o nouă curriculă universitară care ar eficientiza procesul pregătirii manageriale a viitorilor antrenori?	Da, total Da, parțial Nu	----- ----- -----
16.	Știți ce înseamnă concepție de pregătire a antrenorilor de rugby prin utilizarea metodelor creative	Da, total Da, parțial Nu	----- ----- -----

17.	Introducerea în cadrul programului managerial a concepției de pregătire creativă ar eficientiza procesul de formare antrenorilor de rugby?	Da Nu Greu de răspuns	----- ----- -----
18.	Considerați că este necesar să se acorde o pondere mai mare pregătirii practico-metodice prin utilizarea creativității?	Da,integral Da,parțial Nu	----- ----- -----
19.	Utilizați în procesul de învățare alte materiale decât cele prevăzute?	Da,integral Da,parțial Nu	----- ----- -----
20.	Este necesară schimbarea cursului de bază în favoarea celui de „pregătire creativă” la rugby	Da Nu Greu de răspuns	----- ----- -----

Vă mulțumim anticipat pentru colaborare. Vă dorim succese în activitatea didactică.

Semnătura. _____

PROGRAM PRIVIND DEZVOLTAREA CREATIVITĂȚII

La rugbiști începători 10-11 ani

CELE MAI BUNE EXERCIȚII PENTRU DEZVOLTAREA CREATIVITĂȚII

Acest program a fost dezvoltat ca parte a sprijinului psiho-pedagogic al procesului educațional și este destinat să dezvolte și să stimuleze gândirea creativă la adolescenți.

Scopul principal al programului este de a dezvolta creativitatea în rândul membrilor echipei, precum și de a crea coeziune de grup între aceștia. Obiectivele programului:

1. Activați gândirea creatoare: flexibilitate, fluența gândurilor, dezvoltarea ideilor.
2. Lărgirea orizonturilor adolescenților pe tema creativității, creativității, gândirii creative.
3. Învățați-i să vadă o situație dată din mai multe unghiuri.
4. Pentru a extinde gama de modele de comportament și comunicare între copii.
5. Să învețe utilizarea gândirii creative în viața de zi cu zi.
6. Să învețe cum să se manifeste mai spontan în repetiții.
7. Dezvoltați „spiritul de echipă” în rândul copiilor, capacitatea de a acționa împreună, de a asculta pe ei înșiși și pe ceilalți în activități comune.

Creativitatea este o calitate personală, bazată pe dezvoltarea funcțiilor mentale superioare și este formată în proporție de 95% datorită influenței mediului social, orientării sale valorice, cerințelor pentru o persoană, organizării fluxului de informații și orientării țintă de tot felul activități începând de la academic.

Creativitatea se manifestă prin implementarea cu succes a trei faze - capacitatea de a vedea și a pune în mod independent probleme, de a găsi soluția lor și de a le transpune creativ într-un produs specific. Și, de asemenea, mai ales în faptul că o persoană investeste un principiu creativ în toate tipurile de activități.

Astfel, acest program se bazează pe determinism socio-pedagogic și o abordare activă a dezvoltării creativității.

Munca de dezvoltare a grupului cu adolescenții din cadrul acestui program este construită sub formă de instruire, deoarece formarea este una dintre cele mai active forme de formare, educare și dezvoltare. Clasele din această formă permit fiecărui participant să își arate calitățile individuale, să lucreze atât în grup, cât și independent, să arate creativitate, să realizeze nevoia de dezvoltare de sine și de respect de sine.

Deoarece există o sarcină suplimentară de coeziune a grupului, programul va include exerciții care nu numai dezvoltă creativitatea școlărilor, dar și exerciții pentru construirea echipei. De asemenea, în cursuri vor fi incluse „fișe informative” pentru adolescenți, care vor vorbi despre creativitate ca calitate personală, ca formă de gândire, despre modalități și recomandări pentru dezvoltarea acesteia, precum și despre câteva caracteristici interesante ale gândirii creative.

Acest tip de informații și discuții, caracteristicile gândirii creative îi vor pregăti pe copii pentru o percepție mai serioasă a problemei, ajută în viitor să revină la aceste note în ceea ce privește punctele de referință familiare, verificând corectitudinea punctului de vedere științific cu experiența lor.

Structura lecțiilor este următoarea: 1. Salut 2. încălzire, 3. Partea principală: 2 exerciții pentru dezvoltarea creativității 4. exercițiu pentru coeziune de grup 5. Reflexie (schimb de sentimente, emoții și opinii) în cercul 6.

adio. Ultima lecție este planificată să fie susținută ca un joc final sau punerea în aplicare a oricărui proiect final - grup / individ.

Se planifică implementarea programului conform schemei de experiment formativ: QX1 X QX2, unde QX1 (2) este diagnosticul nivelului de dezvoltare a creativității la adolescenți înainte și după antrenament, iar X este efectul formativ în sine (antrenament pentru dezvoltarea creativității).

Procesarea rezultatelor obținute este planificată să fie realizată folosind criteriul Wilcoxon T, care permite evaluarea fiabilității schimbării indicatorului (în acest caz, a nivelului de dezvoltare a creativității) într-o mică probă.

Programul este format din 5 secțiuni: Notă explicativă (descrie programul în sine, metodologia pe baza căreia este dezvoltat programul, obiectivele și obiectivele programului, precum și descrie structura și formele grupelor); planul tematic (care indică subiectele claselor și timpul alocat acestora);

în continuare - conținutul principal al programului (cursul cursurilor și exercițiile propuse sunt descrise aici); Bibliografia și aplicația completează structura programului, unde sunt furnizate materialele necesare pentru diagnosticul și desfășurarea cursurilor. Diagnosticul nivelului de dezvoltare a creativității la începutul și la sfârșitul antrenamentului este planificat să fie efectuat folosind testul Torrens și alternativa sa.

Este posibil ca clasele să fie organizate de 2 ori pe săptămână, dacă este posibil, înainte de repetițiile echipei. Stare: pentru multe exerciții aveți nevoie de o cameră spațioasă liberă. Programul este conceput pentru 12 antrenamente de 1-1,5 ore. Doar 14 ore. Rezultatul așteptat: creșterea nivelului de creativitate la adolescenți, extinderea gamei de auto-manifestare, spontaneitate, flexibilitate și labilitatea gândirii, precum și consolidarea simțului „noi” în echipă.

Acest rezultat va fi folosit de profesorul antrenor pentru a crește productivitatea antrenamentelor și pentru a obține un succes mai mare al echipei școlare de rugby în competiții.

PLANUL TEMATIC

"Programul antrenamentelor privind dezvoltarea creativității la rugbiști începători 10-11 ani"

14 ore

Antrenamentul numărul 1. Familiaritate. (cu grup, instruire, reguli de grup)

Antrenamentul numărul 2. "Creativitatea antrenamentului."

Antrenamentul numărul 3. „Vedere din cealaltă parte”

Antrenamentul numărul 4. „Aceasta este situația.”

Antrenamentul numărul 5. Gândire asociativă

Antrenamentul numărul 6. „Do it yourself”

Antrenamentul numărul 7. „Creativitatea în mișcări”

Antrenamentul numărul 8. Percepția muzicală

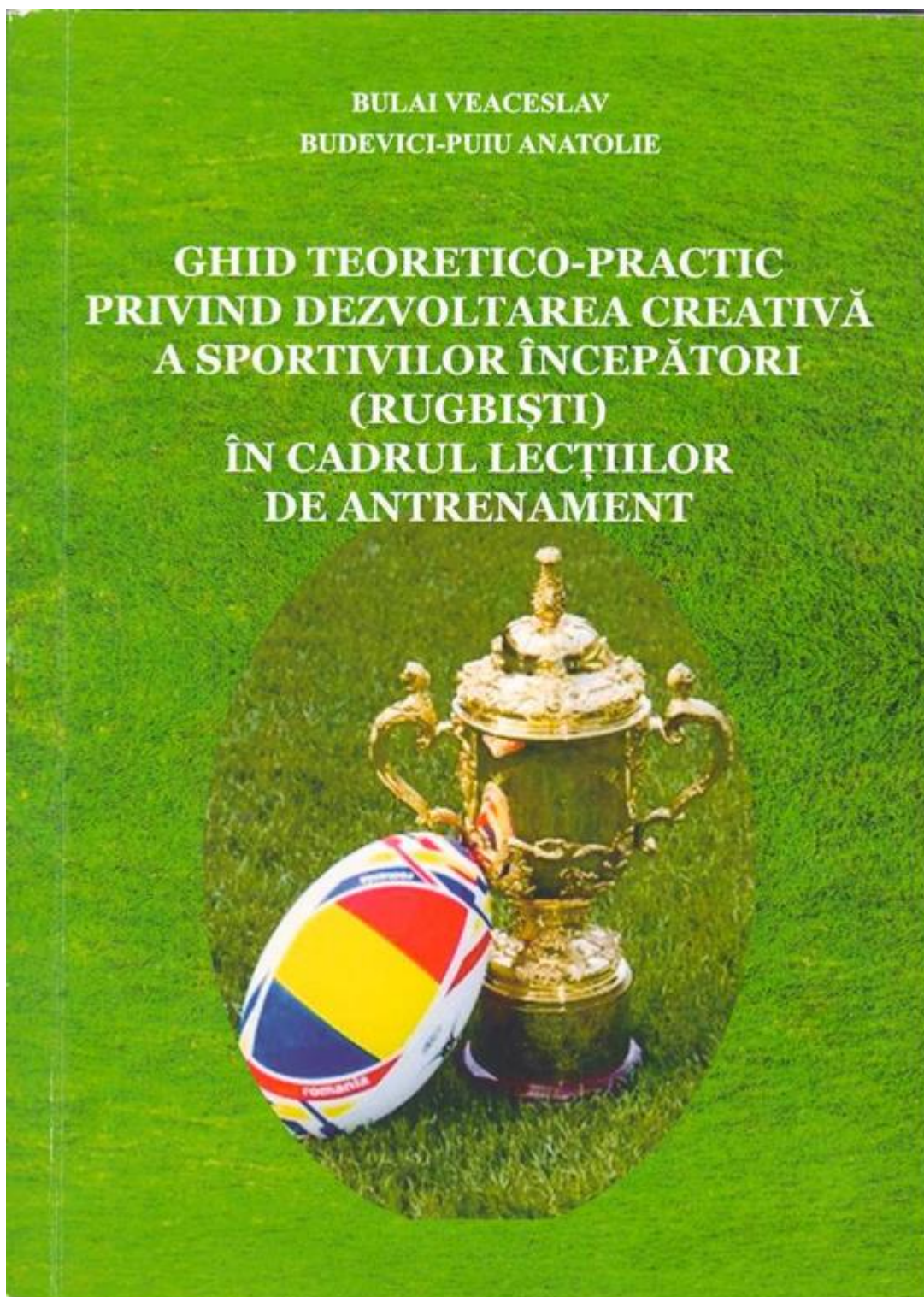
Antrenamentul numărul 9. Creativitate verbală

Antrenamentul numărul 10. Creativitate verbală (continuare)

Antrenamentul numărul 11. „Sculptori și pantomime”

Antrenamentul numărul 12. Finalul. „Cupei Școlii”

Ghid teoretico-practic privind dezvoltarea creativă a sportivilor începători (rugbiști) în cadrul lecțiilor de antrenament



CZU 796.333.015

B 91

Autori

Drd., director Școala Sportivă Specializată de Acrobatică și Rugby; Antrenor emerit la rugby, Bulai Veaceslav

Prof. Univ. dr. Budevici – Puiu Anatolie

Recenzenți:

Triboi Vasile, conf.univ., dr., decan Facultatea Sport, USEFS, Chișinău

Volcu Gheorghe, conf.univ., dr., prodecan Facultatea Sport, USEFS, Chișinău

DESCRIEREA CIP A CAMEREI NAȚIONALE A CĂRȚII

Bulai, Veaceslav.

Ghid teoretico-practic privind dezvoltarea creativă a sportivilor începători (rugbiști) în cadrul lecțiilor de antrenament / Bulai Veaceslav, Budevici-Puiu Anatolie. – Chișinău : USEFS, 2019 (Tipogr. "Valinex"). – 118 p.

Bibliogr.: p. 113-117 (101 tit.). – 300 ex.

ISBN 978-9975-131-81-0.

796.333.015

CUPRINS:

CAPITOLUL 1. ASPECTE TEORETICE PRIVIND DEZVOLTAREA CREATIVĂ A SPORTIVILOR ÎNCEPĂTORI	4
<i>1.1. Noțiunea de creativitate</i>	4
<i>1.2. Procesul creativ</i>	5
<i>1.3. Particularitățile dezvoltării psihologice ale sportivilor rugbiști începători</i>	8
<i>1.4. Nivelurile creativității</i>	13
CAPITOLUL 2. CONȘTIINȚA ȘI EXPRESIA CULTURALĂ	16
<i>2.1. Dezvoltarea imaginației și creativității</i>	17
<i>2.2. Managementul învățării creative</i>	19
<i>2.3. Metode de stimulare a creativității</i>	24
<i>2.4. Program privind dezvoltarea creativității</i>	27
CAPITOLUL 3. ACTIVITĂȚI EXTRAȘCOLARE PENTRU SPORTIVII ÎNCEPĂTORI	53
Bibliografie	113
Anexă	118

Acte de implementare

REPUBLICA MOLDOVA
MUNICIPIUL CHIȘINĂU
ASOCIAȚIA OBȘTEASCĂ
CIORESCU RUGBY



MD-2089, municipiul Chișinău, comuna Ciorescu, str. Ștefan cel Mare, nr. 7
telefon: 07-96-71-429; e-mail: ciorescu_rugby@yahoo.com
cod fiscal: 1009620000125; codul băncii: MOBBMD22; cod IBAN: MD11MO2224ASV29383767100

“28 ” noiembrie 2022

nr. 1

Act de implimentare

Clubul de Rugby Ciorescu, confirmă, că D-ul Veceslav Bulai a elaborat și a implementat pentru sportivii noștri un program de pregătire specială cu stimularea creativității la rugbistii începători (metoda sinectică) la rugby-7.

Rezultatele și eficacitatea implementării programului și a ghidului sunt evidente și confirmate în practică prin obținerea rezultatelor obținute de către echipa experimentală în cadrul competițiilor naționale și internaționale.

Programul de pregătire și ghidul elaborat de către doctorandul Bulai Veaceslav, au o importanță majoră și constituie o noutate și un impuls în procesul de pregătire specială a rugbystilor începători folosind dezvoltarea creativă și stimularea creativității (metoda sinectică) în rugby-7 în procesul de antrenament.

Cu deosebită considerație,

Ion Cebotari
Președintele Asociației Obștești de Rugby Ciorescu



REPUBLICA MOLDOVA
MUNICIPIUL CHIȘINĂU
ASOCIAȚIA OBȘTEASCĂ
CIORESCU RUGBY



MD-2089, municipiul Chișinău, comuna Ciorescu, str. Ștefan cel Mare, nr. 7
telefon: 07-96-71-429; e-mail: ciorescu_rugby@yahoo.com
cod fiscal: 1009620000125; codul băncii: MOBBMD22; cod IBAN: MD11MO2224ASV29383767100

“28 ” noiembrie 2022

nr. 1

A D E V E R I N Ț A

Clubul de Rugby Ciorescu, confirmă, că D-ul Veceslav Bulai a elaborat și a implementat pentru sportivii noștri un program de pregătire specială cu stimularea creativității la rugbistii începători (metoda sinectică) la rugby-7.

Rezultatele și eficacitatea implementării programului și a ghidului sunt evidente și confirmate în practică prin obținerea rezultatelor obținute de către echipa experimentală în cadrul competițiilor naționale și internaționale.

Programul de pregătire și ghidul elaborat de către doctorandul Bulai Veaceslav, au o importanță majoră și constituie o noutate și un impuls în procesul de pregătire specială a rugbystilor începători folosind dezvoltarea creativă și stimularea creativității (metoda sinectică) în rugby-7 în procesul de antrenament.

Cu deosebită considerație,

Ion Cebotari
Președintele Asociației Obștești de Rugby Ciorescu





**FEDERAȚIA SPORTIVĂ NAȚIONALĂ DE
RUGBY
DIN REPUBLICA MOLDOVA**

Nr. 1 din 18 noiembrie 2022

Act de implementare

Federația Sportivă Națională de Rugby din Republica Moldova confirmă faptul, că domnul Veceslav Bulai a elaborat și a implementat un program de pregătire specială bazat pe stimularea creativității la rugbiștii începători (metoda sinectică) la rugby-7.

Rezultatele și eficacitatea implementării programului și a ghidului acestuia, au fost confirmate în practică prin compararea rezultatelor obținute de către grupurile experimentale în cadrul testelor, competițiilor naționale și internaționale.

Programul de pregătire elaborat de către doctorandul Bulai Veceslav, reprezintă o lucrare de o importanță majoră, oferind tehnici noi în procesul de pregătire specială a rugbiștilor începători prin stimularea creativității (metoda sinectică) în rugby7 din Republica Moldova.

**Președintele Federației Sportive Naționale
de Rugby din Republica Moldova
Anatol CURECHI**



MINISTERUL EDUCAȚIEI ȘI CERCETĂRII AL REPUBLICII MOLDOVA
ȘCOALA SPORTIVĂ SPECIALIZATĂ DE ACROBATICĂ ȘI RUGBY

2024 mun. Chișinău
str. Andrei Doga 26



2024 г. Кишинэу
ул. Андрей Догă 26

nr. 17
25.11.2022

mun. Chișinău

ACT DE IMPLEMENTARE

Prin prezenta, administrația Școlii Sportive Specializate de Acrobatică și Rugby din mun. Chișinău, confirmă faptul că pe parcursul anului 2018-2019 a fost implementat în procesul de antrenament Programul teoretico-practic privind dezvoltarea creativă la rugbiștii începători prin metoda sinctică, elaborat de către doctorandul Bulai Veaceslav.

Eficacitatea aplicării programului propus a fost confirmată în practică prin compararea rezultatelor obținute de către subiecții grupului experimental și a celui martor în cadrul testărilor. Ansamblul testelor și modelul de pregătire propuse de către domnul Bulai Veaceslav au avut o importanță majoră în dezvoltarea creativă și în obținerea performanțelor Lotului Național.

Director adjunct al ȘSSAR
Borovcov Valentina



Declarația privind asumarea răspunderii

Subsemnatul, declar pe răspundere personală că materialele prezentate în teza de doctorat sunt rezultatul propriilor cercetări și realizări științifice. Conștientizez că, în caz contrar, urmează să sport consecințele în conformitate cu legislația în vigoare.

Bulai Veaceslav _____

20.01.2024

CURRICULUM VITAE



Curriculum vitae Europass



Informații personale

Nume / Prenume **Bulai Veaceslav**
Adresă(e) Chișinău, str. A. Vlahuța 19/3, ap. 6
Telefon(oane) + (373) 69121740
E-mail(uri) migdal.bv@gmail.com
Naționalitate(-ități) Republica Moldova
Data nașterii 01.08.1969

Experiența profesională

Perioada 2015 - prezent
Funcția sau postul ocupat Președinte Clubul de Rugby "Rechinii"

Perioada 2015 - prezent
Funcția sau postul ocupat Președinte Federația de Acrobatică Sportivă

Perioada 2006 - prezent
Funcția sau postul ocupat Vice-președinte al Federației de Rugby

Perioada 2014 - prezent
Funcția sau postul ocupat Director Școala sportivă specializată de acrobatică și rugby

Perioada 2000 - prezent
Funcția sau postul ocupat Fondator SRL "VIBA"

Perioada 1996 - 2006
Funcția sau postul ocupat Manager Lotul Național de Rugby

Perioada 1995 - 1998
Funcția sau postul ocupat Sportiv profesionist de rugby

Educație și formare

Perioada 2013 – prezent
Calificarea / diploma obținută STUDII DOCTORALE
Domeniul studiat / aptitudini ocupaționale Științe ale educației
Numele și tipul instituției de învățământ / furnizorului de formare Universitatea de Stat de Educație Fizică și Sport, Chișinău, Republica Moldova

Perioada 2010-2012
Calificarea / diploma obținută DIPLOMĂ DE MASTER
Domeniul studiat / aptitudini ocupaționale Specializarea – Management în sport
Numele și tipul instituției de învățământ / furnizorului de formare Universitatea de Stat de Educație Fizică și Sport, Chișinău, Republica Moldova

Perioada 1990 - 1995
Calificarea / diploma obținută DIPLOMĂ DE LICENȚĂ
Domeniul studiat / aptitudini ocupaționale Specializarea – profesor de educație fizică
Numele și tipul instituției de învățământ / furnizorului de formare Universitatea de Stat de Educație Fizică și Sport, Chișinău, Republica Moldova

Aptitudini și competențe personale

Limba maternă **LIMBA ROMÂNĂ**

Limba(i) străină(e) cunoscută(e) **LIMBA RUSĂ; LIMBA FRANCEZĂ**

Autoevaluare

Nivel european (*)	Înțelegere				Vorbire				Scriere	
	Ascultare		Citire		Participare la conversație		Discurs oral		Exprimare scrisă	
Limba	C1	Franceză	C1	Engleză	C1	Engleză	C1	Engleză	C1	Engleză
Limba	C2	Rusă	C2	Rusă	C2	Rusă	C2	Rusă	C2	Rusă

(*) Nivelul Cadrului European Comun de Referință Pentru Limbi Străine

Competențe și abilități sociale Capacitate de a lucra în echipă, capacitate de adaptare, comunicare, seriozitate, capacitate de asimilare de noi informații și abilități.

Competențe și aptitudini organizatorice Spirit organizatoric, aptitudini de coordonare, spirit analitic, corectitudine, adaptabilitate.

Competențe și aptitudini de utilizare a calculatorului MS Office, Windows, PowerPoint

Premii, mențiuni, distincții, titlu onorifice et

- Medaliat cu bronz la campionatul Europei de Rugby 7 (2007)
- Maestru în sport la rugby
- Antrenor Emerit la rugby

