

5. Tomă, N. *Pregătirea studenților facultăților de educație fizică și sport pentru comunicarea dialogo-didactică* : Autoref. dis. dr. în t. ped. Chișinău: INEFS, 2003. 28 p.

## CU PRIVIRE LA SONDAJUL PEDAGOGIC REFERITOR LA INSTRUIREA EXERCITIILOR DE DEZVOLTARE FIZIC GENERAL (EDFG)

**Tomă Nicolae,**

Universitatea de Educație Fizică și Sport a Republicii Moldova

**Keywords:** *general physical development exercises, difficulties possession of the methodology, indices.*

**Summary.** *This work is based on the results of the pedagogical survey of I course students of the University of Physical Education and Sport to the question of the methodology education of physical general-development exercises.*

**Actualitatea.** Problema pregătirii cadrelor didactice rămâne a fi mereu actuală. De nivelul pregătirii specialiștilor de cultură fizică și sport într-o măsură oarecare depinde sănătatea fizică și spirituală a tinerii generații așrie.

Unul din compartimentele pregătirii profesionale a viitoarelor cadre de cultură fizică și sport este axat pe metodologia exercitiilor de dezvoltare fizic generală, ca unul din principalele mijloace ale educației fizice.

Iată de ce drept scop al lucrării noastre a servit cercetarea opiniei studenților anului I USEFS referitor la problema instruirii exercitiilor de dezvoltare fizic generală.

**Obiectivele cercetării:** 1. Determinarea opiniei studenților anului I Universității de Educație Fizică și Sport (USEFS) în ceea ce privește metodologia exercitiilor de dezvoltare fizic generală (EDFG). 2. Aprecierea valorii dificultăților studenților anului I USEFS către organizarea și desfășurarea exercitiilor de dezvoltare fizic generală. 3. Studiarea doleanțelor studenților anului I referitor la instruirea EDFG. 4. Elaborarea unei metodici de

pregătirea studenților anului I către organizarea și desfășurarea complexelor de EDFG.

Pentru rezolvarea obiectivelor trasate în octombrie 2016 a fost desfășurat un sondaj pedagogic cu studenții anului I ai facultăților Pedagogie și Kinetoterapie referitor la metodologia EDFG. La acest sondaj au participat 103 studenți (gr. 108 EF – 10, gr.109 – EFr – 6, gr. 110 FTD – 18, gr. 111 K – 19, gr. 112 K – 24, gr. 113K – 12, gr. 114Kr – 14 studenți). Ei au avut loc după ce studenților li s-au înțeles 26 ore de gimnastică din cele 64 ore practice și 16 ore teoretice prevăzute de planul de instruire, după programa curriculară generală, fapt ce confirmă inițierea într-o măsură oarecare, a studenților în problema cercetărilor noastre.

Rezultatele respondenților cu privire la aprecierea metodologiei instruirii EDFG sunt prelucrate și prezentate în tabelul 1.

**Tabelul 1.**

**Rezultatele sondajului pedagogic desfășurat cu studenții anului I USEFS referitor la instruirea exercițiilor de dezvoltare fizică generală**

Întrebarea	Varianta de răspuns	GRUPELE												TOTAL			
		108 EF	109 EFr	110 FTD	111K	112 K	113 K	114 Kr	NUMĂRUL DE STUDENȚI						7 grupe		
		10	6	18	19	24	12	14							103		
		REZULTATELE															
		Nr.	%	Nr.	%	Nr.	%	Nr.	%	Nr.	%	Nr.	%	Nr.	%	Nr.	%
Cum apreciați metodologia instruirii EDFG	<i>Foarte complicat</i>	-	-	-	-	-	-	1	5,3	1	4,2	-	-	-	-	2	1,9
	<i>Complicat</i>	5	50,0	2	33,3	3	16,7	3	15,8	7	29,2	4	33,3	9	64,3	33	32,0
	<i>Pu în complicat</i>	4	40,0	1	16,7	13	72,2	12	63,2	13	54,2	6	50,0	5	35,7	54	52,4
	<i>Nu-i complicat</i>	1	10,0	3	50,0	2	11,1	3	15,8	3	12,5	2	16,7	-	-	14	13,6

Din tabel se observă 4 semnificative propuse studenților pentru aprecierea metodologiei învățării EDFG: „Foarte complicat”, „Complicat”, „Pu în complicat” și „Nu-i complicat”. Respectiv cu primul semnificativ metodologia instruirii EDFG a fost apreciată de 1,9 % respondenți, cu al doilea – 32,0 %, cu al treilea – 52,4 % și cu ultimul – 13,6 %. Prevalază, în viziunea studenților respondenți, aprecierea drept pu în complicat a metodologiei EDFG. Pentru o

comparație mai bună a rezultatelor aprecierii metodologiei instruirii EDFG, date de respondenți, prezentate în Figura 1.

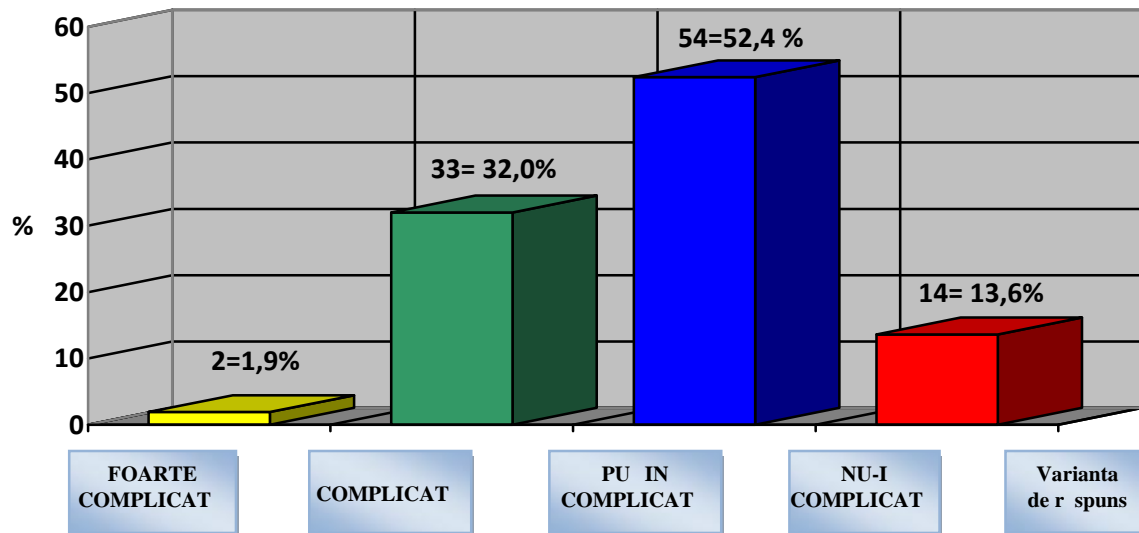


Fig.1. Aprecierea metodologiei instruirii EDFG în viziunea studenților anulului I USEFS

Din Figura 1 se poate generaliza că cele 13,6% respondenți care au apreciat metodologia instruirii EDFG cu semnificativul „nu-i complicat” și, într-o măsură oarecare, cele 52,4% – „pu in complicat” n-au conștientizat la maximum problema dată. Concluzia vine din faptul că studenții se bazează pe un nivel de dificultăți întâlnite la instruirea EDFG.

În tabelul 2 sunt prezentate rezultatele aprecierii în ordine descrescând a valorii dificultăților întâlnite de respondenți la instruirea EDFG.

Studenților li s-a propus să aranjeze în ordine descrescând a valorii dificultățile întâlnite la îndeplinirea a 8 indici ai EDFG. Conform mediei rezultatelor respondenților acest aranjament este după cum urmează :

1. Terminologia gimnasticii .....45,0%
2. Indicații de organizare-metodice .....46,3%
3. Elaborarea complexelor de EDFG .....52,5%
4. Variante, metode, varietăți de desfășurare a EDFG .....55,0%
5. Procedee de scriere a EDFG .....58,8%
6. Moduri de desfășurare a EDFG .....60,0%
- 7-8. Demonstrarea tehnicii EDFG .....63,8%
- 7-8. Utilizarea comenzilor și dispozițiilor .....63,8%

**Tabelul 2.**

**Rezultatele aprecierii descrescânde a valorii dificultăților studenților an. I  
USEFS la organizarea și desfășurarea exercițiilor de dezvoltare  
fizic general**

nr. d/o	INDICII EDFG	GRUPELE ACADEMICE														TOTAL	
		108 EF		109 EFr		110 FTD		111K		112 K		113 K		114 Kr		7 grupe	
		NUMĂRUL DE STUDENȚI															
		10		6		18		19		24		11		14		102	
		REZULTATELE															
—	%	—	%	—	%	—	%	—	%	—	%	—	%	—	%	—	%
1	<i>Terminologia gimnasticii</i>	3,7	37,0	3,5	58,3	4,1	51,3	4,1	21,6	4,1	17,1	2,6	23,6	3,1	22,1	3,6	45,0
2	<i>Demonstrarea tehnicii EDFG</i>	4,7	47,0	5,7	95,0	6,2	77,5	5,0	26,3	4,4	18,3	4,9	44,6	4,6	32,9	5,1	63,8
3	<i>Indicații de organizare-metodice</i>	4,0	40,0	2,2	36,7	3,8	47,5	4,8	25,3	3,8	15,8	4,0	36,4	3,6	25,7	3,7	46,3
4	<i>Utilizarea comenzilor</i>	5,4	54,0	5,2	86,7	5,3	66,3	4,8	25,3	4,2	17,5	5,6	50,9	5,1	36,4	5,1	63,8
5	<i>Procedee (moduri) de desfășurare a EDFG</i>	3,8	38,0	4,8	80,0	4,3	53,8	5,1	26,8	5,0	20,8	5,7	51,8	5,1	36,4	4,8	60,0
6	<i>Variante, metode, variante de desfășurare a EDFG</i>	4,4	44,0	4,7	78,3	3,7	46,3	4,5	23,7	5,3	22,1	3,8	34,6	4,4	31,4	4,4	55,0
7	<i>Elaborarea complexelor EDFG</i>	5,0	50,0	5,0	83,3	3,8	47,5	3,5	18,4	4,0	16,7	4,3	39,1	4,1	29,3	4,2	52,5
8	<i>Procedee de scriere a EDFG</i>	5,0	50,0	3,8	63,3	4,3	53,8	4,5	23,7	4,7	19,6	5,1	46,4	5,8	41,4	4,7	58,8

În figura 2 este descris diapazonul variațiilor rezultatelor aprecierii dificultăților la instruirea EDFG în grupele academice. El este de la 15,8 % la indicile „Indicații de organizare-metodice” în grupa 112 K la 95,0 % indicele „Demonstrarea tehnicii EDFG” în grupa 109 EFr.

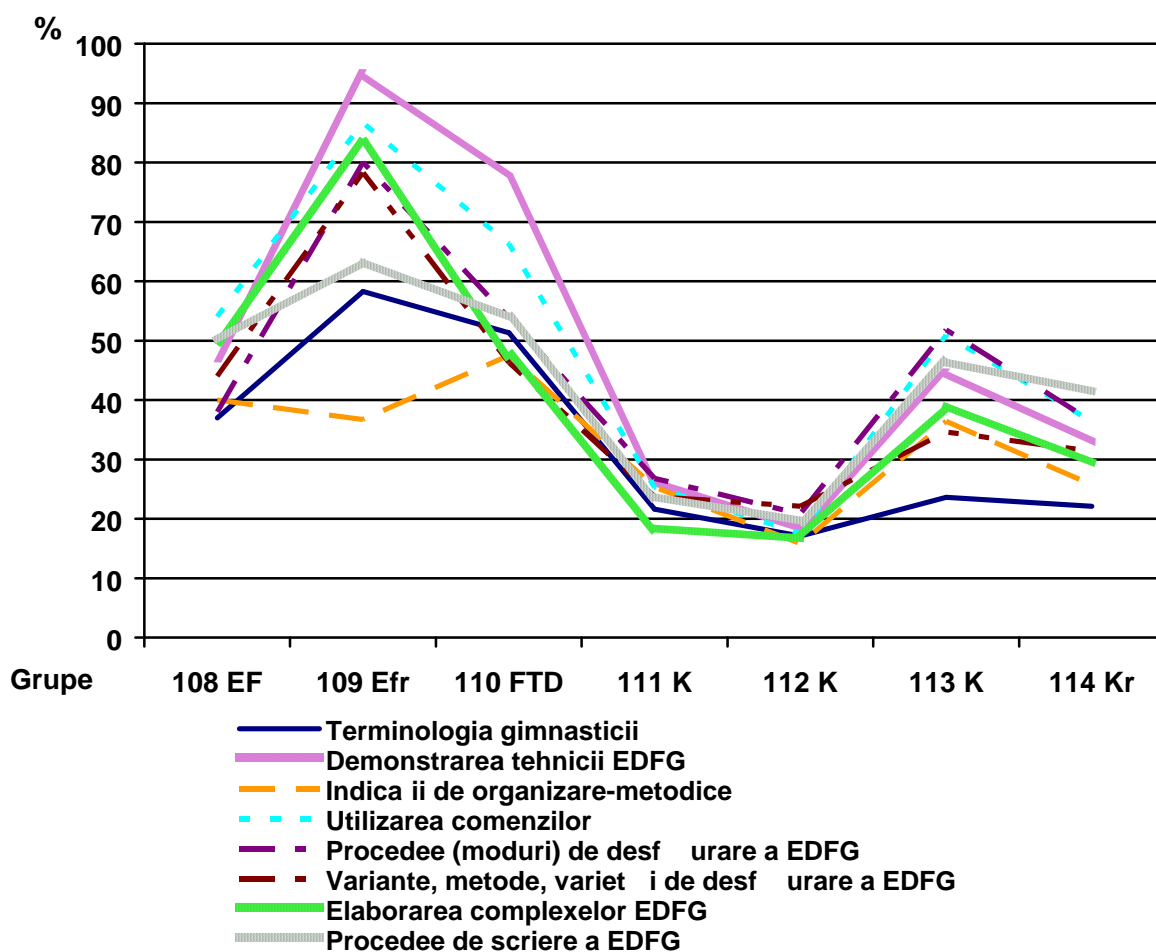


Fig. 2. Graficul procesul al aprecierii valorii dificultăților studenților anului I la instruirea EDFG (̄)

Pentru înlăturarea dificultăților întâlnite de respondenți la instruirea EDFG a fost elaborat o metodă specială, care constă din Alfabetul desfășurării unui exercițiu de dezvoltare fizică generală și schema de elaborare a complexelor de EDFG în baza perioadei muzicale de 16 tacte (vezi tab. 3). La elaborarea lor s-a ținut cont de unele date descrise în literatura de specialitate [1-5] și experiența bogată de muncă pedagogică a profesorilor catedrei de gimnastică (E. Filipenco, S. Danail, A. Boiachin, Gh. Cerescu, O. Aftimiciuc și alții).

**Alfabetul desfășurării unui exercițiu de dezvoltare fizică generală :**

1. Indicarea poziției inițiale din care urmează să se desfășoare exercițiul.
2. Lămurirea conținutului exercițiului.
3. Darea comenzii „Poziția inițială, primiți!”

**Tabelul 3**  
**Schema de elaborare a complexelor de EDFG în baza perioadei muzicale de 16 tacte**

Nr. d/o	CONȚINUTUL EDFG	NUMĂRUL DE REPETIȚII			
		1	2	3	4
		Enumărarea, tempoul	Direcția, segmentul corpului	Indicații organizaționale metodice	Enumărarea, tempoul comanda „STAI !”
I	P.i. – p.b. 1 – braele înainte 2 – braele sus 3 – braele lateral 4 – p.i. (Variantă de scriere a EDFG cu liter mic )	unu doi trei patru	înainte sus lateral jos	braele drepte paralel cu solul	unu doi trei „stai !”
II	P.i. – stând mult deplasat aplecat, braele lateral. 1. Întoarcerea trunchiului spre stânga, mâinile după cap 2. P.i. 3. Întoarcerea trunchiului spre dreapta, mâinile după cap • • •	unu doi trei patru	stânga revenire dreapta la loc	întoarcere profund coatele desfăcute	unu doi trei „stai !”
XII	(varianta de scriere a EDFG cu litere mari)				

4. Darea comenzii de începere a executării exerciului cu indicarea direcției sau segmentului corpului (Exemplu: „Exerciul înainte, începe!” sau „Exerciul cu dreptul, începe!”).

5. Desfășurarea primei repetiții a exerciului cu indicarea tempoului numărării (unu, doi, trei, patru).

6. Desfășurarea repetiției a doua a exerciului cu indicarea direcției sau segmentului corpului (Înainte, sus, lateral, jos!) sau „Dreptul, al turat, stângul, revenire!”

7. Desfășurarea repetiției a treia a exerciului cu precizarea indicațiilor metodice principale, care caracterizează mișcarea respectivă.

8. Desfășurarea ultimei repetiții a exercițiului cu indicarea timpului și comenzii „Stai!”.

**În încheiere concluzionăm:**

1. Opinia studenților mărțurisește că metodologia instruirii EDFG este: 1,9% – foarte complicat, 13,6% – nu-i complicat, 32,0% – complicat și 52,4% – puțin complicat.

2. Cele mai complicate dificultăți la instruirea EDFG studenții le întâlnesc la posesia și utilizarea terminologiei de gimnastică și a indicațiilor organizatorice metodice; mai puțin complicate la elaborarea complexelor de EDFG, la variantele de desfășurare a EDFG și la procedeele de scriere a EDFG; în ultimul rând – la modurile de desfășurare a EDFG, la demonstrarea tehnicii EDFG și la utilizarea comenzilor și dispozițiilor.

3. Doleanțele respondenților la instruirea EDFG sunt:

a) repartizarea mai multor ore pentru instruirea EDFG la compartimentele teoretic, metodic, practic;

b) distribuția orelor de gimnastică în mai multe semestre de învățământ;

c) acordarea timpului pentru metodologia de elaborare a complexelor de EDFG;

d) desfășurarea mai multor EDFG la aparatele de gimnastică;

e) sincronizarea materialului teoretic cu cel practic.

4. Au fost elaborate pentru instruirea EDFG schema de alcătuire a complexelor de exerciții și Alfabetul desfășurării unui exercițiu.

**Bibliografia**

1. Filipenco, E.M. *Exercițiile de dezvoltare fizică generală*. În: *Gimnastica / Coordonatori științifici: T. Grimalschi, E. Filipenco, P. Tolmaciiov*. Chișinău: Lumina, 1993, p. 42-51.

2. Filipenco, E.M., Levodeanschi, I.M. *Exercițiile de dezvoltare fizică generală*. Chișinău, 1996. 120 p.

3. Filipenco, E.M., Tomă, N.S. *Gimnastica: Recomandări metodice pentru studenții USEFS privind studiul cursului teoretic programat, USEFS*. Chișinău: „Valinex” SRL, 2011. 78 p.

4. Gönczi-Raicu, M., Aftimiciuc, O., Danail, S. *Competențele de coordonare complexă în cadrul activităților didactice integrative a profesorilor de educație fizică*: Monografia. Chișinău: Valinex SRL, 2014. 160 p.

5. Tomă, N. și alții. *Specificul organizării și desfășurării exercițiilor de dezvoltare fizică generală* (EDFG). În: Sport. Olimpism. Sinteze: Congres științific Internațional. Chișinău: USEFS, 2016, Vol. 1, p. 473-480.

## **PREGĂTIREA PROFESIONALĂ A VIITORILOR MANAGERI DIN DOMENIUL CULTURII FIZICE PENTRU ACTIVITATEA MANAGERIALĂ ÎN ORGANIZAȚIILE INOVATIVE**

**Volcu Irina, Budevici-Puiu Anatolie,**

Universitatea de Educație Fizică și Sport a Republicii Moldova

***Keywords:** manager competencies, initial and continuous training, practical experience, professionalisation.*

***Summary.** The training and development of specific competencies, in the management domain, is a career-long process that involves a specialized kind of training, taking place both inside the organization, as well as in the more general ensemble of the professional and social environment. Competence refers to the process that leads to performance, the end result. Competence means to do; it must have a context and bring results. A competent person needs to know what to do in order to get to the expected result, needs to possess certain skills. Thus, the need for clearly defined standards, accessible and accredited, to relate those abilities of a competent person to.*

Expresii de genul “este un bun profesionist, este competent”, “îmi doresc acest tip de competență” au devenit curențe în spațiul managementului resurselor umane.

Formarea și dezvoltarea competențelor, în domeniul managerial, constituie un proces desfășurat pe întreaga durată a pregătirii și implică o formare specializată, realizată, atât în cadrul organizației cât, și în ansamblul mediului profesional.

Controversa între specialiști în domeniul managementului, se referă la educabilitatea abilităților manageriale. Se pune întrebarea dacă managerii sunt înnăscuți sau se pot crea prin educație? Bineînțeles că talentul și înclinațiile naturale au un rol important.