

GRADUL DE SATISFAȚIE AL ADOLESCENȚILOR FAȚĂ DE LECȚIILE DE EDUCAȚIE FIZICĂ DESFĂȘURATE PRIN METODA JOCULUI ȘI A COMPETIȚIEI

Delipovici Irina¹

¹Universitatea de Stat de Educație Fizică și Sport, Chișinău, Republica Moldova

Abstract. *Physical education lessons in high school not only have the role of changing the biological state of the body of 14-15 year old students, but also their biosocial integrity. Therefore, the physical culture of the personality can be appreciated not only in terms of developing and improving the motor qualities of adolescents, but also by capitalizing on ideas, spiritual values and feelings that characterize them, by the degree of development of interest, needs and expressed beliefs. In the gymnasium cycle, students are guided by the principle of hedonism, which is an ethical conception and a philosophical current that proclaims pleasure, satisfaction and delight as the supreme good, and the longing to obtain them, the principle of behavior. The specificity of the formation of the student's personality within the physical education lessons is the realization of the physiological needs of the individual that stimulates his activity, and what does not cause him pleasure stops his involvement. Therefore, it is necessary to know what is the satisfaction of students from physical education lessons and training methods accepted and supported by them. They served as a benchmark in selecting the method of play and competition to streamline physical education lessons and to increase the satisfaction of adolescents in high school.*

Keywords: *physical education lessons, satisfaction, physical exercises, teenagers, game, competition.*

Actualitatea. Е.П.Ильин [9] consideră că principala cauză a scăderii motivației adolescenților pentru frecventarea lecțiilor de educație fizică este absența *emoțiilor pozitive*. În scopul asigurării unei stări emoționale optime, este necesar ca efortul fizic planificat pentru fiecare elev să corespundă posibilităților funcționale ale acestuia. Experiența pedagogică demonstrează că formularea unor cerințe prea mari ori prea mici conduce treptat la reducerea interesului elevilor față de lecțiile de cultură fizică [6]. Totodată, este cunoscut că însăși *pasiunea* profesorului față de activitatea pe care o desfășoară, abilitățile lui de a face lecțiile captivante și neordinare, pot aprinde interesul elevilor pentru această disciplină. Unii autori susțin că "educația fizică trebuie să fie pentru fiecare cea mai iubită disciplină din școală, din universitate și în viață" [5].

Așadar, cadrele didactice implicate în procesul de predare a disciplinei „Educația fizică” adolescenților trebuie să-și adapteze metodologia predării la particularitățile de vârstă ale elevilor, dând dovadă de suficientă măiestrie pedagogică și creativitate, pentru a-i implica în activitate [1, 4, 8]. Profesorul de educație fizică trebuie să fie conștient de faptul că, la această etapă de creștere

și dezvoltare a organismului tânăr, activitatea frontală cu elevii poate fi uneori destul de complicată, cea mai eficientă fiind activitatea individuală, astfel încât fiecare dintre ei să se bucure de atenția lui, dar și de posibilitatea de a le demonstra colegilor aptitudinile și capacitățile proprii. De aceea el trebuie să aplice cât mai frecvent o atitudine personalizată față de elevi, dar evitând anumite excese. Elevii oboresc ușor executând exerciții fizice grele, iar deseori refuză să participe la activitățile motrice ce nu corespund așteptărilor lor. În acest context, ar fi potrivite exercițiile executate sub formă de joc, a căror dozare nu este reglementată riguros, dar care, fiind folosite creativ, pot asigura perfecționarea continuă a tuturor calităților motrice [3, 5], dar și satisfacerea necesităților de afirmare personală ale elevilor.

S-a stabilit că frecvența și reușita elevilor la disciplina respectivă depinde, în esență, de atitudinea lor față de orele de educație fizică, exprimată prin gradul lor de satisfacție și de motivație [2,5]. Cei satisfăcuți de calitatea lecțiilor și de rezultatele obținute în cadrul lor manifestă un interes mai mare față de ele, comparativ cu cei nemulțumiți. Metoda jocului, folosită pe larg în cadrul lecțiilor de educație fizică din instituțiile de învățământ primar, rămâne valabilă și pentru adolescenții ce finalizează treapta gimnazială a învățământului. La această etapă, *jocul devine o încercare a personalității*, iar prin îmbinarea metodei jocului cu competiția este satisfăcut motivul real al întrecerii – *mândria personală*. În același timp, implicarea adolescentului în jocuri - competiții, capătă un real folos pentru el, în contextul combaterii hipochineziei și al îmbunătățirii funcționalității organismului, ceea ce asigură perfecționarea calităților motrice de bază [7, 10].

Scopul cercetării constă în evaluarea gradului de satisfacție al adolescenților față de lecțiile de educație fizică desfășurate prin îmbinarea jocului cu competiția.

Organizarea cercetării: cercetările s-au desfășurat în LT „M. Sadoveanu” și LT „Pro-succes” din mun. Chișinău pe un contingent de adolescenți (n=70) de 14-15 ani în dinamica anului școlar 2015-2016.

La momentul actual, eficiența lecțiilor de educație fizică trebuie apreciată nu doar prin rolul lor în perfecționarea nivelului de pregătire fizică generală a organismului și menținerea stării de sănătate, dar și prin contribuția ei la formarea personalității elevului și atingerea aceluși grad de satisfacție în urma

realizării exercițiilor fizice care i-ar crea emoții pozitive și încredere în forțele proprii [5].

Ancheta care a fost completată de către fiecare dintre băieții și fetele lotului experimental, la începutul și finele anului de învățământ, cuprindea o singură întrebare „Sunteți satisfăcut(ă) de lecțiile de educație fizică?”. Urma ca elevul să aleagă doar un răspuns din variantele: „foarte satisfăcut”, „satisfăcut”, „mai degrabă satisfăcut decât nesatisfăcut”, „nu știu”, „mai degrabă nesatisfăcut decât satisfăcut”, „nesatisfăcut”, „complet nesatisfăcut”.

Analizând rezultatele obținute la începutul anului de învățământ, am stabilit că doar 51% dintre elevi erau *satisfăcuți și foarte satisfăcuți* de lecțiile de educație fizică (Figura 1), iar 16% se considerau *mai mult nesatisfăcuți decât satisfăcuți* de orele respective, fiind urmați de cei *nesatisfăcuți*, a căror cotă constituia 9%. Datele din bibliografia de specialitate indică faptul că rezultatele obținute de noi sunt sub nivelul rezultatelor stabilite de alți autori [5], care afirmă că 70,9% dintre elevi sunt satisfăcuți de lecțiile de educație fizică.

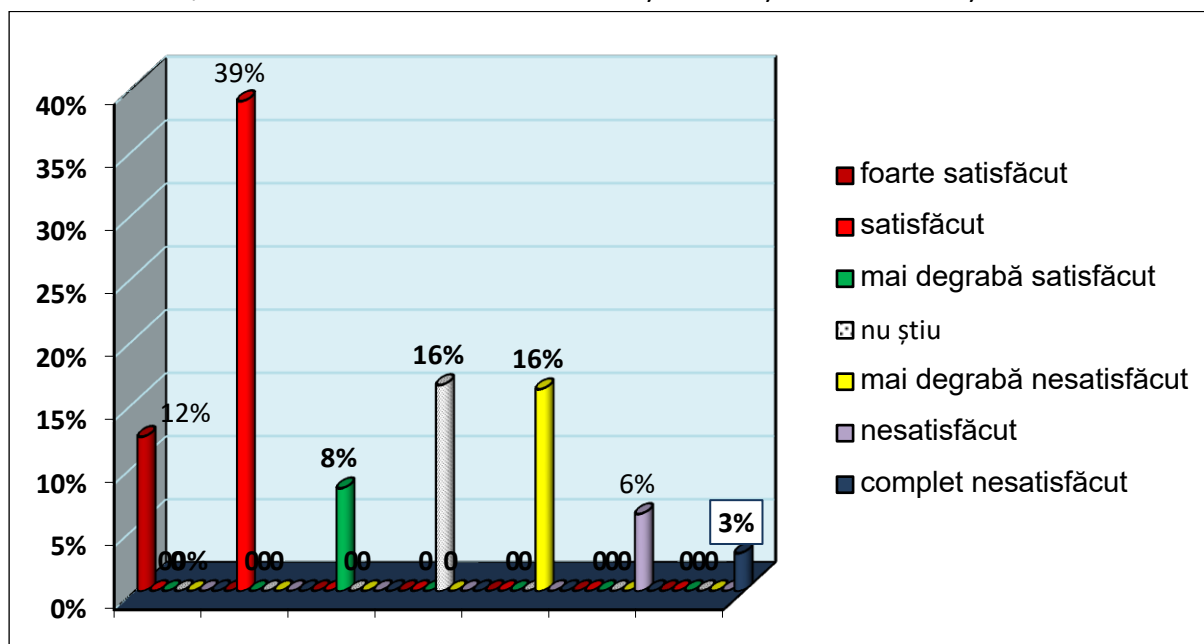


Fig. 1. Structura răspunsurilor la întrebarea „Sunteți satisfăcut(ă) de lecțiile de educație fizică?” (%)

Printre elevii *foarte satisfăcuți* de lecțiile de educație fizică, cota fetelor constituia 17,39% , iar cea a băieților 7,69%, iar printre cei *satisfăcuți* fetele dețineau cota de 43,48%, iar băieții 34,62%. Printre fete nu exista nici o persoană *complet nesatisfăcută* de lecțiile de educație fizică, în timp ce cota

băieților respectivi constituia 3,85%. Cota băieților *mai mult nesatisfăcuți de lecțiile de educație fizică decât satisfăcuți* constituia 23,1% , iar cea a fetelor respective - 8,7%. Deci anume băieții se regăseau în contingentul *nesatisfăcut* de modul de organizare și desfășurare a lecțiilor.

Analiza rezultatelor anchetării adolescenților respectivi la finele anului școlar denotă că cota elevilor *foarte satisfăcuți și satisfăcuți* de lecția de educație fizică atinge valoarea de 66,67%, fiind în creștere cu 15,67% față de cea inițială (51%), de la începutul anului (Figura 2).

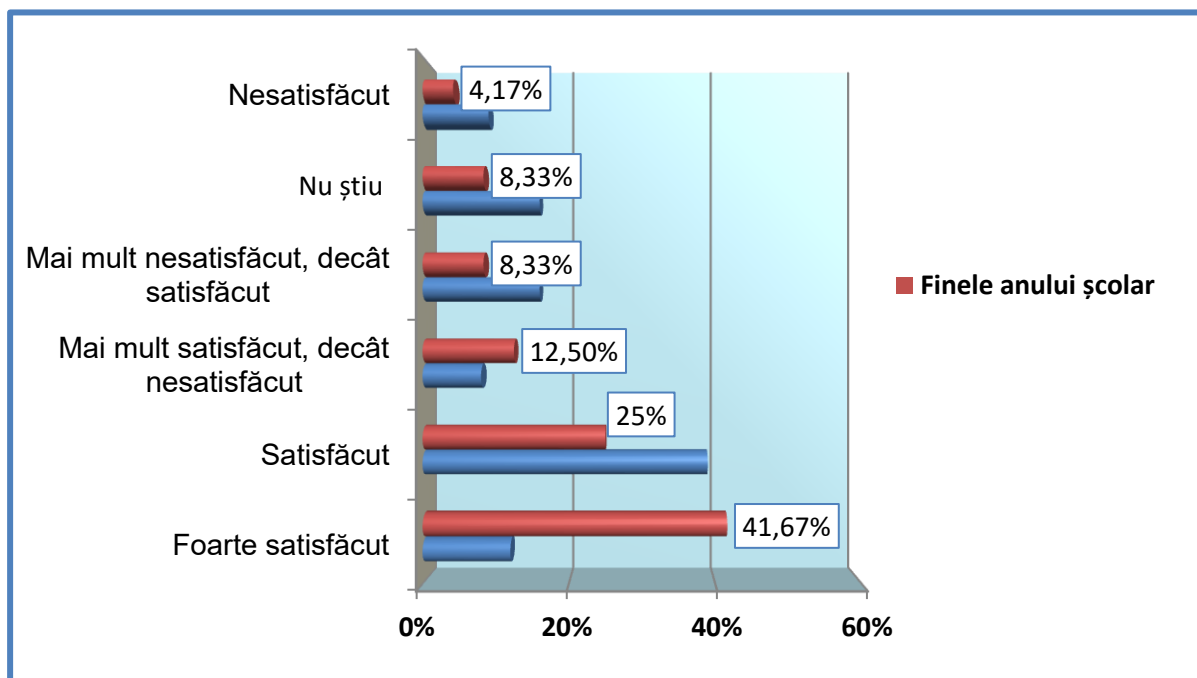


Fig.2. Prezentarea comparativă a structurii răspunsurilor lotului experimental la întrebarea „Sunteți satisfăcut(ă) de lecțiile de educație fizică?”, la începutul și finele anului școlar (%)

Cota celor nesatisfăcuți s-a redus de 2,2 ori în acest răstimp (lunile octombrie - mai), ceea ce denotă că lecțiile de educație fizică organizate în baza metodei jocului în îmbinare cu metoda competițională sporește satisfacția elevilor și influențează pozitiv starea spirituală a acestora.

La finele anului școlar contingentul fetelor *foarte satisfăcute și satisfăcute* de lecțiile experimentale de educație fizică a atins cota de 58,33%, iar cea a băieților respectivi –de 58,34%. Cota băieților *mai mult nesatisfăcuți de lecțiile de educație fizică decât satisfăcuți* s-a redus de 2,8 ori față de cifra inițială (23,1%), ceea ce reflectă faptul că lecțiile experimentale au influențat benefic opinia acestora.

Așadar, lecțiile de educație fizică în cadrul cărora s-a implementat metoda jocului și competiției asigură creșterea gradului de satisfacție al adolescenților în urma studierii disciplinei date.

Concluzii:

1. Adolescenții de 14-15 ani au cerințe și pretenții exagerate față de activitatea profesorului, de aceea cadrele didactice din acest domeniu trebuie să dea dovadă de creativitate, dar și de suficientă măiestrie pedagogică, pentru a pune în aplicare metode și mijloace adecvate așteptărilor acestora.

2. La finele anului școlar contingentul fetelor *foarte satisfăcute* și *satisfăcute* de lecțiile experimentale de educație fizică a atins cota de 58,33%, iar cea a băieților respectivi – de 58,34%. Cota elevilor *mai mult nesatisfăcuți de lecțiile de educație fizică decât satisfăcuți* s-a redus de 2,8 ori față de cifra inițială (23,1%), ceea ce denotă că lecțiile experimentale au influențat benefic opinia acestora, fiind eficiente pentru adolescenți atât din punct de vedere psihologic, cât și emoțional.

Referințe bibliografice:

1. Constantin L.-V. *Eficiența utilizării TIC în procesul instructiv-educativ*. În: *Materialele Conferinței Naționale de Învățământ Virtual, ediția a IV-a, 2006*, p. 297-12.
2. Delipovici I. *Lecțiile de educație fizică și dinamica anuală a indicilor stării funcționale a organismului elevilor de 14-15 ani*. În: *Știința culturii fizice*, nr. 26/2, 2016, p.20.
3. Dragu M. *Jocuri de mișcare*. Galați: Editura academică, 2006. 28 p.
4. Chimpu A., Budevici-Puiu A. *Teoria și metodică jocurilor dinamice*. Chișinău: Tipografia „Valinex” SRL, 2016. 480 p.
5. Ilie I. *Motivația - pârghie importantă în conștientizarea actului motric în cadrul procesului instructiv-educativ*. În: *Educația fizică și sportul în perspectiva spațiului universitar European*. București, 2007, p. 33-42.
6. Kondakov V. *Despre necesitatea perfecționării sistemului de lecții de cultură fizică în școlile medii de cultură generală în contextul tehnologiilor pedagogice moderne*. În: *Teoria și arta educației fizice în școală*, 3/2014, p. 38.
7. Matveev L.P., Novicov A.D. *Teoria și metodică educației fizice și sportului*. București: Editura Sport – Turism, 1980, p. 250-254.
8. Moroșan R., Delipovici I., Cojocaru E. *Cunoașterea particularităților psihologice, morfologice și funcționale ale elevilor de 14-15 ani – necesitate imperioasă pentru profesorii de educație fizică*. În: *Teoria și arta educației fizice în școală*, nr.3/2015, p.55-59, 42.
9. Ильин Е.П. Эмоции и чувства. www.koob.ru/iljin (accesat la 12.03.2016).
10. Синягина Н.Ю., Синягин Ю.В., Зайцева Н.В. и др. *Повышение уровня научно-методического обеспечения организации занятий физической культуры и спортом и интереса к ним. Методические рекомендации*. Москва, 2012. 51с.