

<https://doi.org/10.52449.soh22.15>

PROCESUL DE ANTRENAMENT SPORTIV AL GIMNASTELOR DE 8-11 ANI ÎN BAZA INFORMAȚIILOR BIOPSIHOELECTROMAGNETICE ALE ORGANISMULUI

Dumitru Răzvan-Constantin^{1,2}, doctorand, asistent univ.

<https://orcid.org/0000-0002-9500-7904>

Grimalschi Teodor², dr., prof. univ.

¹Universitatea "Vasile Alecsandri", Bacău, România

²Universitatea de Stat de Educație Fizică și Sport, Chișinău, Republica Moldova

Abstract. *The sports training activity in artistic gymnastics is characterized by operational information regarding body movements of a technical nature, executed with ease, amplitude, expressiveness, motor coordination, emotional balance, resistance to stress and focused attention. The psychobiological training must induce the psychic component, along with the motor component with which it interconditions. Biopsychenergy has the ability to increase sensitivity, moral strength, intellectual power, strength, vigor, determination in attitudes, in actions and the ability to act. The body constantly emits and absorbs energy fields, which interact. Sounds, light, electricity, magnetism, electromagnetism, as well as various other types of energy originate from it [9, p. 18]. Because of the strong electromagnetic universe of the aura, we constantly emit electrical energy and absorb magnetic energy [9, p. 34]. According to Guja C. [3], electric charges at rest produce only electric field, their movement with uniform speed produces magnetic field, but the accelerated movement of these charges produces the electromagnetic field.*

From a biomechanical point of view, artistic gymnastics contains a very wide variety of movements, with the help of which a wide range of connections and combinations can be achieved, the gymnast being forced to master the biopsychomagnetism of the body in unusual conditions, to overcome its internal forces and external ones. The alternation of dynamic and static effort also brings with it a peculiarity of bioelectromagnetic information of the body.

The results of the research contained in this article will be useful to gymnastics coaches, and not only, having an important methodological value at the level of knowledge of the style of integral technical-tactical training based on the biopsychoelectromagnetic information of the body of 8-11-year-old gymnasts.

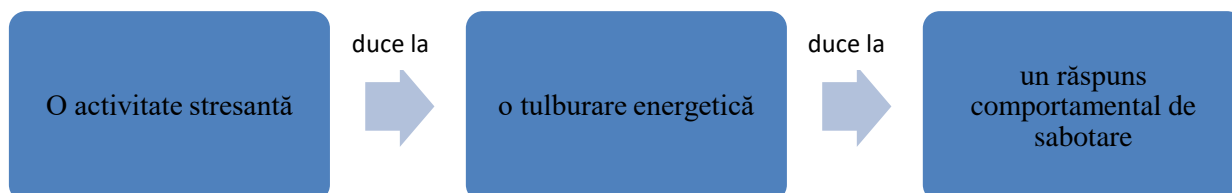
Keywords: *sports training, artistic gymnastics, biopsychoelectromagnetic information, energy levels, technical-tactical training, 8-11 year-old gymnasts.*

Actualitatea și importanța temei abordate. Informațiile biopsihoelectromagnetice ale organismului sportivilor sunt cele mai importante, pe care antrenorii le au la dispoziție pentru dirijarea unui program bine organizat, eficient, de antrenament.

Problema conținutul antrenamentului sportiv încadrat într-o strategie pe termen lung sau scurt pe baza programelor actualizate și planurilor special elaborate pe niveluri energetice: *fizic – material, emoțional mintal și nivel transcendent* [5, p. 94], conectate între ele la nivelul corpului energetic, este destul de actuală. Nivelele energetice sunt conectate între ele prin intermediul centrilor energetici care permit trecerea energiei dintr-un nivel în altul, filtrând și adaptând energia universală conform necesităților organismului, realizând aducerea indicatorilor la parametrii de funcționare. Sub influența antrenamentului sportiv la poliatlonul de gimnastică, procesele fundamentale care au loc în sistemul nervos central, potențialul energetic este variabil în timp, cu limite strict personale.

Activitatea antrenamentului obișnuit poate duce la un consum diferit de energie, de la o zi la alta, de la un aparat de gimnastică la altul [4, p. 167]. O activitate stresantă de randament

suprasolicitat din cauza creșterii intensității efortului de lungă durată, contracții musculare cu agresiune energetică, scăderea cantității de oxigen [9, p. 76], determină reacție emoțională de apărare ce creează modificări neurologice, corespunzător, duce la dezechilibrarea structurii biopsihoelectromagnetice importante, ce radiază toate energiile uzate produse în propriul corp [5, p. 93, 291], prezentat pe scurt:



Buna funcționare a organismului derive din schimbul dintre diverse tipuri de energie: *energie primară, energie utilizată, energie restituită*. De regulă, sunt remediate în timpul alocat pentru odihnă, în cadrul căruia se reface potențialul energetic la limitele normale, specifice aparatului de gimnastică. În interacțiunile și transformările de energie primară au loc momente de rezonanță, de vibrații energetice electrice și magnetice, ce produc lumină, electricitate, magnetism, electromagnetism [8, p. 18], odată cu organizarea de circulație pe care energia le realizează traversând corpul [1, p. 266] prin toate celulele nervoase care conțin cristale lichide. Toate cristalele produc efectul piezoelectric atunci când se execută presiuni asupra lor [10, p. 76]. De exemplu, la efectuarea elementelor tehnice la diverse aparate de gimnastică, a combinațiilor de forță, forță-viteză, rezistență, generând continuu curenți bioelectrici în zona presiunii.

După Luule Viilma (2002), coloana vertebrală joacă un rol hotărâtor în funcționarea capacității de muncă fizică. Din fiecare vertebră cervicală prin canalul energetic circulă energia transmisă în fiecare organ [12, p. 164-165], având avantaje fiziologice, menține deschise în întregul corp meridianele energetice, mărinde cantitatea de hrană a celulelor și întreținând sistemul imunitar, cardiovascular, cerebrovascular etc.

Lipsa unor informații în structura biopsihoelectromagnetică provoacă anomalii mai mult sau mai puțin grave.

Informațiile care lipsesc pot fi completate numai pe cale energetică cu metode de cercetare științifică specială.

Scopul cercetării îl constituie modelarea activității de antrenament sportiv în baza informațiilor biopsihoelectromagnetice ale organismului gimnastelor de 8-11 ani.

Obiectivele cercetării:

1. Studiul fundamentelor teoretico-științifice și praxiologice ale fenomenului biopsihoelectromagnetic la nivelul constatării faptelor.

2. Identificarea fenomenului informațional al caracteristicilor biopsihoelectromagnetice ale organismului.

3. Determinarea posibilității de aplicare a informațiilor biopsihoelectromagnetice ale organismului gimnastelor în dirijarea randamentului sportiv al gimnastelor.

Metodologia cercetării științifice. Într-o concepție doctrinară, se afirmă că există o distincție metodologică a științelor medicinei energetice, psihologiei energetice, biologiei, fizicii, biomecanicii, gimnasticii energetice, distincție întemeiată pe ideea că domeniul cunoașterii științifice a fenomenelor energiei biopsihoelectromagnetice în domeniu este dublu afectat de subiectivitate. Din acest motiv, se impune necesitatea utilizării diverselor metode, care includ în mod egal atât tehnici și procedee de cercetare, cât și principii, postulate ce duc spre cunoașterea științifică a temei investigate.

Pentru analiza materială a temei de cercetare, vor fi utilizate următoarele metode:

- metoda logică cu operațiile sale – analiza, sinteza, deducția, inducția, generalizarea, abstractizarea;
- metoda istorică a abordărilor privind fenomenele energiei biopsihoelectromagnetice a corpului uman;
- metoda testelor cardiovasculare, cerebrovasculare și sistemului nervos specifice energetice;
- metoda experimentului constatativ;
- metoda statistico-matematică de prelucrare și interpretare a datelor recoltate.

Organizarea cercetării. Cercetarea științifică în problema identificării informației energiei biopsihoelectromagnetice ale organismului gimnastelor de 8-11 ani în activitatea antrenamentului sportiv au fost realizate în trei etape:

Etapa I (01.11.2020 – 01.11.2021) – studierea cadrului general al problemei de cercetare, modalitățile de abordare metodică a obiectului, determinarea scopului și obiectivelor cercetării.

Etapa a II-a (octombrie 2021 – octombrie 2022) – organizarea experimentului constatativ privind mecanismul de manifestare al informației energiei biopsihoelectromagnetice al organismului gimnastelor.

Etapa a III-a (octombrie 2022 – martie 2023) – prelucrarea datelor recoltate, ipotezelor științifice, verificarea și confirmarea ipotezelor inițiale pentru organizarea experimentului de bază.

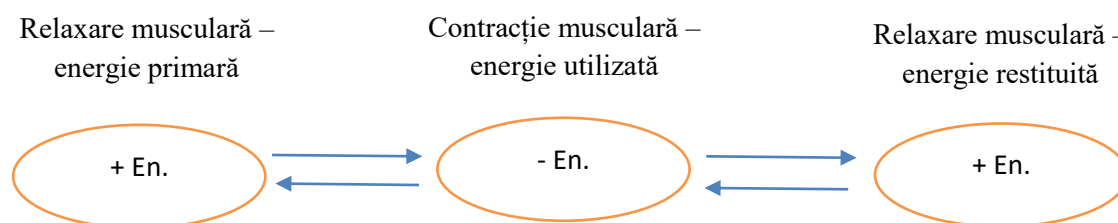
Noutatea și originalitatea științifică a temei abordate rezidă faptul că în baza analizei conceptelor doctrinare privind fenomenul energiei biopsihoelectromagnetice ale organismului se vor identifica cele mai importante informații de frecvență a câmpului de energie internă a gimnastelor, în baza cărora se va modela randamentul sportiv.

Rezultatele investigației. Gimnastica artistică are drept finalitate a pregătirii participarea la competiții, începând cu cele de mică anvergură (club, municipiu, zonă, țară) și terminând cu cele de mare anvergură (Campionate Europene, Campionate Mondiale, Cupe Mondiale, Jocuri Olimpice).

Numărul mare al probelor, diferite din punctul de vedere al construcției și al solicitărilor, determină și specificul mișcărilor pe aparate.

Fiecare aparat în parte are cerințe de compoziție, cerințe tehnice specifice și de calitate a execuției [7, p. 7]. Exercițiile de forță-viteză se caracterizează printr-un consum mare de energie într-o perioadă de timp scurtă în anaerobioză, ceea ce duce la crearea unei importante datorii de oxigen [9, p. 79].

La efectuarea exercițiilor statice, de contracții izometrice de durată relativ scurtă, necesitând intrarea în acțiune a unui mare număr de grupe musculare, implică un consum maxim de energie. Principiul fenomenelor energiei biopsihoelectromagnetice este demonstrată în figura de mai jos.



Acest principiu este legat de anumite stadii de transformare a energiei biopsihoelectromagnetice care este în corelație cu tehnica de execuție a diferitor mișcări în legături de elemente și combinații. Ea se modifică, în general, prin creșterea dificultății mișcărilor, exprimată prin mărimea amplitudinii, tempoului de execuție, schimbării centrului de greutate, efectuarea unor acțiuni suplimentare pe traiectoria deplasării corpului. Această deplasare a corpului este legată de anumite stadii de transformare a energiei potențiale în energie cinetică. Deci energia se caracterizează prin situația sistemului de activitate. Ca rezultat al lucrului efectuat, se schimbă și tipurile de energie [11, p. 36].

Din rezultatele cercetării reiese faptul că, în fiecare perioadă de activitate, valoarea componentei magnetice va fi alta și deci, în funcție de timp și vârstă, se va determina pregătirea pentru participare la competiții.

Componenta intensității câmpului electromagnetic al copiilor de 8 ani constituie o valoare de 0,156 unități, 9 ani – 0,155, 10 ani – 1,267, 11 ani – 1,416 unități. În funcție de valoarea câmpului electromagnetic, se va modela randamentul sportiv și participarea la competiții cu cele de mică și mare anvergură. Valoarea de dificultate trebuie să corespundă vârstei și valorii câmpului electromagnetic.

Deficiențele biopsihoelectromagnetice la nivel mintal, în caz de eșec competițional, pot fi rezolvate prin tratamente energetice, cu excepția unor probleme ce țin de gradul de uzură a organismului.

Concluzii:

1. Metodologia antrenamentului sportiv în gimnastica artistică este influențată de caracteristicile energetice ale câmpului biopsihoelectromagnetic ale organismului, luând în considerație interacțiunea energiei asupra randamentului sportiv.

2. Procesul de antrenament trebuie desfășurat în baza informațiilor biopsihoelectromagnetice ale organismului, iar realizarea obiectivelor de participare la competiții să se conducă de valoarea magnetică a vârstei respective.

3. Direcționarea și aplicarea eforturilor intensive trebuie să poarte un caracter cursiv și succesiv, sporindu-se treptat, atingând astfel limitele posibile ale potențialului energetic al organismului, luând în calcul valoarea magnetică.

4. Informațiile bioelectromagnetice ale organismului gimnastelor indică modificări în funcțiile cardiovasculare și cerebrovasculare la etapa finală, după efort, în raport cu testarea inițială, până la efort, îndeosebi în cristale de colesterol cu 6,07%, vâscozitatea sângelui – cu 5,9%, grăsimi în sânge – 116,8%, cererea de sânge la nivelul inimii cu 65,5%, rezistența vasculară cu 82,5%. Datele obținute caracterizează valoarea energetică a organismului, în baza căreia se vor elabora proiecte strategice de instruire, luând în considerație informațiile privind valoarea reglatoare a schimburilor energetico-informaționale.

Referințe bibliografice:

1. Dicționar enciclopedic de psihologie (1997). Coord. Ursula Șchiopu. București: Babel, p. 265, 371, 659.
2. Feinstein, D., Eden, D., Craig, G. (2011). Ce este psihologia energetică? În: Psihologie energetică. Iași: Polirom, p. 18.
3. Guja, C. (2000). Câmpul electromagnetic. În: Aura corpului uman. Iași: Polirom, p. 48.
4. Grimalschi, T. (2021). Principiul fenomenelor energiei biopsihoelectromagnetice. În: Fundamente psihoedagogice ale antrenamentului sportiv în gimnastica artistică. Chișinău: Foxtrot, p. 51-52.
5. Hristenco, D. (2010) Noțiuni de bioenergetică umană. În: Reiki tradițional. București: Teora, p. 93-95.
6. Zlate, M. (1994). Teoria informației. În: Introducere în psihologie. București: Șansa SRL, p. 217.
7. Sârbu A. (2021). Transcedența. Chișinău: Tipocart Print, p. 212.
8. Andrews, T. (2004). Cum să citim psihicul prin atingere. Incursiune în psihologie. Iași: Polirom, p. 18, 34.
9. Ulmeanu F.C. (1966). Noțiuni de fiziologie cu aplicații la exercițiile fizice. Ediția a II-a revăzută. Oradea: Ed. Uniunii de Cultură Fizică și Sport, p. 76.
10. Lubeck, W., Arjava, F., William, P., Rand, L. (2009). O explicație științifică a energiei Reiki de William Lee Rand. În: Spiritul Reiki. Manual complex al sistemului Reiki. Traducere din limba engleză de Mihaela Ștefan. București: Meteor Press, p. 76-79.
11. Донской, Д.Д., Зациорский, В.М. (1979). Энергетическая характеристика. В: Биомеханика. Учебник для институтов физической культуры. Москва: Физкультура и спорт, с. 36.
12. Лууле, В. (2002). Размещение энергии в человеческом теле. В: Душевный свет. Книга 1. Екатеринбург: У-Фактория, с. 164-165.