

9. Obais, A. K. (2016). Determining standard levels of cognitive abilities-mobility of students in Babil province center of age 11 years according to gender. *Sciences Journal Of Physical Education*, 9(3).
10. Potolea D., Neacșu I., Manolescu M. (2011). Metodologia evaluării realizărilor școlare ale elevilor. Ghid metodologic general. București: Editura ERC PRESS.
11. Scheuer, C., Bund, A., Becker, W., & Herrmann, C. (2017). Development and validation of a survey instrument for detecting basic motor competencies in elementary school children. *Cogent Education*, 4(1), 1337544.
12. Sgro, F., Quinto, A., Platania, F., & Lipoma, M. (2019). Assessing the impact of a physical education project based on games approach on the actual motor competence of primary school children. *Journal of Physical Education and Sport*, 19, 781-786. DOI:10.7752/jpes.2019.s3111.
13. Taverna, L., Tremolada, M., Bonichini, S., Intra, F. S., & Brighi, A. (2021). Assessing children's gross-motor development: parent and teacher agreement. implication for school and wellbeing. *Journal of Physical Education and Sport*, 21, 560-566.
14. Truhin, I., Carp, I. (2017). Receptivitatea față de metodologia evaluării criteriale în cadrul lecțiilor de educație fizică în clasele primare. Conferință Științifică Internațională. Evaluarea în sistemul Educațional: deziderate actuale. In: *Evaluarea în sistemul educațional: deziderate actuale*. 9-10 noiembrie 2017, Chișinău. Chișinău: Institutul de Științe ale Educației, pp. 130-134.

<https://doi.org/10.52449.soh22.41>

ACTIVITĂȚILE EXTRAȘCOLARE ÎN DOMENIUL CULTURII FIZICE: PROFILURI, STRUCTURĂ ȘI IMPACT

Pozînărea Remus Mihail^{1,2}, doctorand, profesor

<https://orcid.org/0000-0002-1792-3042>

Calugher Viorica¹, dr., conf. univ.

<https://orcid.org/0000-0003-0405-5917>

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

²Colegiul Național "V. Alecsandri", Bacău, România

Abstract. *The social evolution, accompanied by the technological one, outlines a modern development of the new human type, therefore the discipline of physical education must offer students the opportunity to train, participating in a wide variety of physical activities that balance the study periods of the other disciplines in the education plan. At the same time, we can affirm that physical education (both as a curricular field and as an extracurricular activity) must become the main means of capitalizing on free time. The importance of practicing physical activities during free time is one of the main concerns of the specialists in our field, who state that physical education, through its specific means, constitutes a form of improving students, having considerable influences from an instructive-educational point of view, but also being the main means of developing the physical condition so necessary at this age. In the present research, carried out within the State University of Physical Education and Sport, we aimed to analyze the extracurricular activities in the field of physical culture and identify their main directions, the profile of the beneficiaries, the profile of the teachers/coaches who provide this type of activities, the forms and methods of realization, as well as the common aspects and differences attested in the activity of extracurricular service providers in the field of physical culture.*

Keywords: extracurricular activities, physical culture and sport, service providers, beneficiaries.

Introducere. Multilateralitatea individului, pregătit din punctul de vedere al tuturor componentelor educației generale, devine un deziderat din ce în ce mai important în dinamica societății actuale moderne, care presupune rezolvări de ordin social, economic sau profesional cât mai eficiente. Educația generală, în ansamblul componentelor sale, reprezintă temelia formării omului de tip european, multilateral dezvoltat din punct de vedere psihic, fizic dar și intelectual, moral, estetic și tehnico-profesional, care să fie pregătit să facă față cu eficiență crescută solicitărilor vieții moderne atât în activitatea profesională și socială, cât și în viața personală [5, 9].

O astfel de cerință complexă implică și deziderate crescute privind îmbunătățirea stării de sănătate a tinerei generații, aflate în plin proces de formare. Putem vorbi chiar și despre alte calități, pe care copilul le deține, de cele mai multe ori, în stare latentă, iar semnificația și eficiența procesului de formare poate determina variate disponibilități educaționale în raport cu influențele tot mai numeroase ale mediului social [8, 10].

Se remarcă faptul că activitatea de educație fizică nu se limitează doar la aspectul somatic, ci are o dimensiune mai largă, implicând menținerea unei stări optime de sănătate, dezvoltarea personală și integrarea socială. Furnizarea de deprinderi și priceperi motrice care împletesc educația cu activitățile extracurriculare, sprijină solid înțelegerea de către elevi a acestor tipuri de preocupări, însoțindu-i și în următoarele etape ale educației până la maturitate [1, 4, 7].

Nu trebuie omise nici efectele recreative și de reabilitare psihică și fizică ale activităților de tip extracurricular, care reprezintă una dintre formele de compensare, dar și de optimizare a pregătirii fizice a elevilor. Extrapolarea activității de educație fizică de la clasă spre activitățile extracurriculare, cu o implicare a unui număr cât mai crescut de elevi reprezintă preocuparea permanentă a cadrelor didactice școlare, a specialiștilor și cercetătorilor domeniului nostru [3, 6].

Din această perspectivă, concepțiile contemporane din învățământul de educație fizică implică adoptarea unui nou tip de sistem, ce trebuie să se afle în armonie deplină cu noile cerințe sociale, europene, democratice, în concordanță cu prioritățile solicitate de comanda socială, contribuind astfel la formarea unei personalități umane autonome și creative într-o societate extrem de dinamică.

Scopul cercetării. Studiul efectuat și-a propus analiza activităților extrașcolare în domeniul culturii fizice și identificarea direcțiilor principale ale acestora, profilul beneficiarilor și profilul cadrelor didactice/antrenorilor care asigură acest tip de activități, formele și modalitățile de realizare.

Metodologia și organizarea cercetării cuprinde: metoda analizei literaturii de specialitate, analiza actelor normative în domeniul educației, metoda de prelucrare a informațiilor, metoda de interpretare a informațiilor, metoda matematico-statistică și metoda

chestionarului sociologic aplicat pe un lot de 78 subiecți (profesori de educație fizică și antrenori de sport), cursanți la cursuri de formare profesională continuă la Universitatea de Stat de Educație Fizică și Sport în anul de studii 2021-2022.

Rezultate și discuții. În ultimii ani, relația dintre educația formală și cea nonformală s-a aflat din ce în ce mai frecvent în centrul discursului educațional internațional. În plan european, inițiativa promovării rolului important al activităților școlare și extrașcolare s-a concretizat în recomandările Consiliului Europei, prin Comitetul de Miniștri, în Recomandarea din 30 aprilie 2003. Acest document precizează direcțiile de acțiune referitoare la recunoașterea statutului echivalent al activităților educative școlare și extrașcolare, cu cel al educației formale, din perspectiva contribuției lor egale la dezvoltarea personalității libere a copilului și a integrării lui în societate.

La nivel național, în Republica Moldova a fost elaborat Cadrul de Referință al *Educației și Învățământului Extrașcolar* din Republica Moldova, care identifică următoarele profiluri pentru domeniul Sport, Turism și Agrement în învățământul extrașcolar:

sport recreativ – sport pentru toți, care include domenii de conținut, precum: tenis de masă, fotbal, volei, baschet, badminton, șah etc. Activitățile se desfășoară în scop recreativ, în baza grupelor de fortificare a sănătății și de pregătire inițială, grupelor de pregătire prin antrenamente.

sport aplicativ – forme de exerciții cu caracter sportiv-aplicativ, care includ: trasee aplicative/ jocuri aplicative; elemente din turismul sportiv/ pedestru; sporturi aplicative; salvatori etc., în scopul de a spori nivelul capacităților funcționale ale corpului uman, coordonarea motrice, asigurând adaptarea eficientă la diverși factori cotidieni.

sport adaptiv – sport pentru persoane cu deficiențe locomotorii/auditive/vizuale; recuperare și refacere.

turismul include toate formele de sporturi aplicative care asigură parcursul formării competențelor general-umane.

sport de performanță/pregătire sportivă – urmărește scopul de a atinge cel mai înalt nivel posibil de pregătire sportivă (pregătire tehnico-tactică, fizică și intelectuală), specific unei probe de sport pentru obținerea celor mai înalte rezultate posibile în activitatea competițională de diferit nivel [2].

Domeniul Sport, Turism și Agrement corelează cu următoarele competențe-cheie privind învățarea pe parcursul întregii vieți (Bruxelles, 2018):

- competențe de alfabetizare;
- competențe personale, sociale și de a învăța să înveți (*parțial*).

Fiind întrebați, profesorii de educație fizică și antrenorii de sport de la cursurile de formare profesională continuă din cadrul USEFS dacă sunt implicați în organizarea activităților extrașcolare, majoritatea covârșitoare a acestora au confirmat că organizează acest tip de activități (Figura 1).

Astfel, poate fi conturat profilul resursei umane care asigură organizarea activităților extrașcolare (sau pot activa) în cadrul domeniului Sport, Turism și Agreement: cadre didactice cu studii superioare de licență și/sau master în domeniul educației fizice și sportului, pedagogiei sportului și antrenori cu studii respective.

Instituțiile care realizează misiunea activităților extrașcolare în domeniul Sport, Turism și Agreement sunt: școlile sportive, cluburi sportive; federațiile de profil; asociații sportive; instituții de învățământ general (componenta extrașcolară) etc.

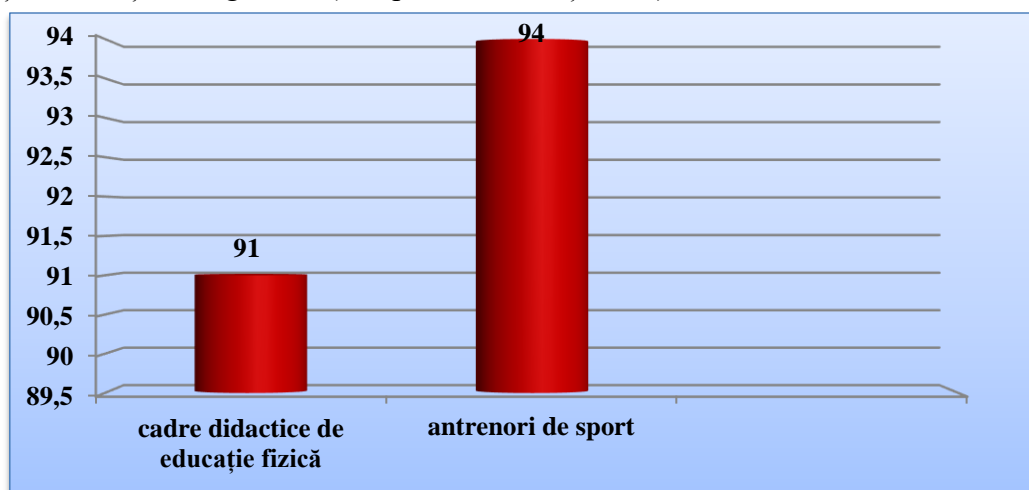


Figura 1. Reflectarea grafică a răspunsurilor cu privire la organizarea activităților extrașcolare (în %)

Totodată, poate fi descris profilul beneficiarilor care participă la activitățile extracurriculare în cadrul domeniului Sport, Turism și Agreement, după cum urmează: educabili cu abilități fizice și atitudini spre una sau altă activitate sportivă sau de agreement; educabili care vor să-și îmbunătățească sănătatea; educabili ce manifestă interes pentru sport etc.

Conceptul educației extrașcolare (nonformale) constă în realizarea funcției de extindere și de complementaritate în raport cu educația formală. Această funcție se realizează prin două direcții: activități organizate în afara clasei: cercuri, concursuri, olimpiade, întreceri, manifestări culturale și artistice etc.; activități organizate în afara școlii de învățământ general: excursii, vizite, tabere, expoziții, centre de creație; instituții de învățământ extrașcolar (nonformal) de profil artistic și sportiv etc. Caracteristicile de bază ale educației nonformale constituie: flexibilitate și o mai mare deschidere în raport cu educația formală; proiectarea pedagogică neformalizată, deschisă spre interdisciplinaritate și educație permanentă, spre inovație și experiment; evaluarea facultativă, neformalizată cu accente pe stimulare.

În acest context, prezentăm structura domeniului *Sport, Turism și Agreement* în raport cu profilurile și formele de organizare a educației extrașcolare (Figura 2).

Prin aceste caracteristici, educația nonformală se plasează în afara sistemului de învățământ formal, însă în strânsă corelație cu acesta, fiind menită să ofere serviciile sale

copiilor și tinerilor și să atingă obiectivele educaționale preconizate/identificabile. Educația nonformală se încadrează în conceptul educației pe parcursul întregii vieți și este privită ca o strategie de creare/ constituire a societății bazate pe cunoaștere.

Domeniul SPORT, TURISM și AGREMENT					
PROFILURI					
Sport recreativ	Sport aplicativ	Sport adaptiv	Turism	Sport de performanță/ pregătire sportivă	
INSTITUȚIILE - PRESTATORI DE SERVICII					
Școli sportive	Centre de copii și tineret/ Cluburi sportive	Școli de cultură generală cu profil sportiv	Școli de cultură generală (componenta sportivă extrașcolară)	Stații ale tinerilor turiști	ONG-uri, fedații, asociații, etc.
FORME ȘI MODALITĂȚI DE ORGANIZARE					
Lecții, secții, antrenamente etc.	Cercuri, secții, antrenamente etc.	Cercuri, secții, antrenamente etc.	Cercuri, Secții etc.	Antrenamente, Excursii etc.	Cluburi sportive etc.

Figura 2. Structura domeniului Sport, Turism și Agrement în raport cu profilurile și formele de organizare a educației extrașcolare [2]

În **concluzie**, putem afirma că activitățile extrașcolare sunt importante prin faptul că contribuie la gândirea și completarea procesului de învățare, la dezvoltarea înclinațiilor și aptitudinilor elevilor, la organizarea rațională și plăcută a timpului lor liber. Scopul activităților extracurriculare în domeniul culturii fizice este dezvoltarea unor aptitudini speciale, antrenarea elevilor în proiecte cât mai variate și bogate în conținut, cultivarea interesului pentru activități sportive și recreative, facilitarea integrării în mediul școlar, fructificarea talentelor personale și corelarea aptitudinilor cu atitudini caracteriale. Activitățile extrașcolare, care se desfășoară într-un cadru informal, permit elevilor cu dificultăți de afirmare în mediul școlar să reducă nivelul anxietății și să-și maximizeze potențialul intelectual. Se constată importanța activităților extrașcolare în domeniul culturii fizice în dezvoltarea și socializarea elevilor: „activitățile extralecție de educație fizică sunt tocmai cele care pun în evidență noi fațete ale conduitei, ale actului motrice în relația sa directă cu activitatea socială” sau „o importanță deosebită o are și valoarea acestor activități, fiind în egală măsură profilaxie, compensare și terapie, activitățile sportive stimulează integrarea colectivă a individului, educându-i atitudini de cooperare, cinste și corectitudine” [1].

Referințe bibliografice:

1. Angelescu, C. (1997). Timpul liber: condiționări și implicații economice. București: Economică, p. 46-61. ISBN 973-9198-83-X
2. Cadrul de referință al educației și învățământului extrașcolar din Republica Moldova (2020)/ Nicolae Bragarenco, Alina Burduh, Marina Cosumov [et al.]; coordonatori

generali: Grîu, N., Crudu, V.; coordonator științific: Guțu, V.; Ministerul Educației, Culturii și Cercetării al Republicii Moldova. Chișinău: S.n. 99 p.

3. Chiriță, G. (1994). Activitățile corporale și factorii educativi. București: Stadion. 223 p.
4. Colibaba-Evuleț, D. (2007). Praxiologie și proiectare curriculară în educație fizică și sport. Craiova: Universitatea. 288 p.
5. Educație fizică. Ghid de implementare a curriculumului modernizat pentru treapta primară și gimnazială. Autori: Grimalschi T., Boian I. Ministerul Educației al Republicii Moldova. Chișinău: Lyceum, 2011. 95 p.
6. Ionescu, M. (2000). Demersuri creative în predare și învățare. Cluj-Napoca: Presa Universitară Clujeană, p. 132.
7. Ionescu, M., Chiș, V. (1992). Strategii de predare și învățare. București: Ed. Științifică.
8. Stănescu, M., Bejan, R., Vasiliu, A. (2009). Locul educației fizice în bugetul de timp al elevilor din ciclul gimnazial. În: Conferința Științifică Internațională UNEFS, p. 14-17.
9. Șiclovan, I. (1970). Formele de organizare a procesului instructiv-educativ. București: Stadion, p. 240 - 270.
10. Zlate, Ș. (2009). Creativitatea și învățarea creativă, componente esențiale ale unui învățământ modern. În: Reflecții didactice, Târgoviște, p.2-6.

<https://doi.org/10.52449.soh22.42>

STUDIUL PRIVIND DEZVOLTAREA CAPAȚILOR PSIHOMOTRICE PRIN METODE ȘI MIJLOACE SPECIFICE GIMNASTICII RITMICE ÎN CADRUL PROCESULUI DE INSTRUIRE ȘI ANTRENAMENT

Reaboi Natalia¹, dr., lector univ.

¹Școala Sportivă a Rezervelor Olimpice, Chișinău, Republica Moldova

Abstract. *Psychomotor ability must be understood as an educational purpose that indicates the degree of development of the student's motor skills to perform technically correctly the physical exercise (expressive, economical, resultant performance). Through its complex content of jumps, pirouettes, balances and handling of portable objects (rope, circle, ball, clubs and ribbon), rhythmic gymnastics makes a significant contribution to solving the tasks provided in the specialized regulations. The experimental results highlight the fact that the indices of psychomotor abilities, obtained by the gymnasts of the experimental group of 5–6 years, represent the incipient activity of training motor skills.*

Keyword: *sports training, rhythmic gymnastics, psychomotor ability, methods and means, the process of training and coaching.*

Actualitatea temei de cercetare. În prezent, gimnastica ritmică cunoaște noi tendințe moderne privind conținutul și aprecierea exercițiilor. Noile modificări ale codului de punctaj, care vizează dificultatea elementelor tehnice și mânuirea obiectelor portative, adică acordarea punctajelor la fiecare dificultate și, nu în ultimul rând, specificarea cerințelor pentru fiecare procedeu tehnico-artistic, care vor determina noi orientări privind volumul și intensitatea efortului fizic în cadrul procesului de instruire și antrenament.