

Rolul și importanța activităților sportive în dezvoltarea aptitudinilor personale din cadrul derulării proiectelor cu finanțare externă - ROSE

În acest articol, am hotărât să abordăm importanța activităților sportive asupra dezvoltării psiho-motrice a tânărului de liceu prin activitatea motrică și amotrică, mai exact, șahul „sportul minții” și fotbalul, cel mai răspândit în rândul tinerilor, fete/băieți de la toate ciclurile de învățământ, primar, gimnazial și liceal.

În cadrul Liceului Tehnologic Agricol „Nicolae Cornățeanu” Tulcea, elevii care au ales să participe la activitatea de șah, au fost motivați de curiozitate, pasiune pentru șah și de dorința de a-și testa capacitatea/aptitudinile. Elevii participanți la activitate, jucau acest joc în familie și cunoșteau parțial regulile, mulți dintre ei fiind începători. Motivul alegerii șahului în rândul celor de la liceu, este unul practic, elevii având nevoie să interacționeze pozitiv, să fie motivați să petreacă timpul liber într-un mod constructiv, să învețe și să se obișnuiască cu spiritul de fair-play, competitivitate, autoorganizare și autodisciplinare, ajungând la plasticitatea scoarței cerebrale.

Șahul a demonstrat de foarte multă vreme că are numeroase beneficii:

- îmbunătățește concentrarea;
- dezvoltă gândirea logică;
- stimulează memoria;
- susține calități precum răbdarea, voința, încrederea în sine.

Amintesc faptul că, după o perioadă de pregătire, am participat cu elevii claselor de liceu la Olimpiada Națională a Sportului Școlar, unde, am obținut și rezultate la faza județeană, locul III la fete și la băieți.

Fotbalul, rolul acestui joc sportiv, reprezintă unul dintre cele mai importante mijloace ale educației fizice școlare, datorită atributelor sale de ordin instructiv-educativ. Disciplina și punctualitatea, respectul față de adversari, coechipieri, arbitrii, antrenori/profesori, toate acestea, le dezvoltă spiritul de organizare, dăruire pentru echipa clasei sau a școlii, rezistența fizică și psihică. Îndeplinirea sarcinilor școlare, îmbinarea lor cu practicarea fotbalului în școală sau începutul unei activități de performanță, ordonează, viața zilnică a elevului, îi conferă acestuia responsabilitate, seriozitate, creșterea personalității.

Fotbalul își aduce o contribuție deosebită la rezolvarea sarcinilor educației fizice școlare, prin conținutul complex de mișcări executate în situații permanent schimbătoare. Dintre aceste sarcini, amintesc:

1. Întărirea sănătății;

2. Formarea unui bagaj de cunoștințe, deprinderi și priceperi motrice, utilizate cu mult succes în diverse condiții;
3. Îmbunătățirea calităților motrice de bază și specifice;
4. Dezvoltarea calităților morale și de voință;
5. Favorizarea proceselor de creștere;
6. Formarea capacității și obișnuinței de practicare sistematică a exercițiilor fizice;
7. Educarea calităților intelectuale.

Așadar, predarea fotbalului în școală, presupune parcurgerea unor etape și rezolvarea unor obiective instructiv-educative, cum ar fi: - obișnuirea cu mingea;

- inițierea în elementele tehnico-tactice fundamentale ale jocului;
- consolidarea deprinderilor motrice necesare executării elementelor tehnico-tactice fundamentale ale jocului;
- învățarea, consolidarea și perfecționarea elementelor tehnico-tactice de bază în forma de manifestare specifică fazelor de joc ale modelului prevăzut pentru școală.

„Potrivit opiniei lui (Oerter 1970), percepția îndemănrilor motrice, precum și a performanței intelectuale a gândirii centralizatoare (închidere a minții) și descentralizatoare (deschidere a minții), sunt dobândite, în mare parte, în cadrul acțiunilor motrice ale jocului. La clasele de liceu, profesorul trebuie să mențină conținutul tehnologiei utilizate în clasele de gimnaziu, să continue preocuparea pentru consolidarea, automatizarea mecanismelor de bază ale principalelor procedee tehnice din joc prin standardizarea, obiectivizarea și modelarea instruirii. Structurile tehnico-tactice să fie modelate pe faze de joc, să fie din ce în ce mai grele, să le repete, exerseze, în condițiile de intensitate crescută (viteză) și în prezența adversarilor, să se organizeze cât mai multe jocuri (competiții), în care, elevii să-și valorifice capacitatea de generalizare și de aplicare a cunoștințelor, deprinderilor în practicarea jocurilor cu adversari.

An de an, la clasele de liceu, întâlnesc elevi cu un potențial motric specific jocului de fotbal, atât la băieți cât și la fete, căutând să îi angrenez în această activitate plăcută și utilă, atât la orele de educație fizică, la orele de pregătire cu specific fotbal (ansamblu sportiv), cât și la orele de activități sportive la disciplina fotbal, din cadrul proiectului european ROSE, finalizând cu participarea la meciuri amicale și oficiale la Olimpiada Națională a Sportului Școlar și activități sportive organizate/desfășurate de Agenția Națională Antidrog.

Tot în cadrul disciplinei fotbal, am încheiat parteneriate de protocol educațional cu licee din municipiu, județ și județul Galați din cadrul Proiectului Educațional European ROSE, astfel, reușind



desfășurarea unor meciuri amicale și oficiale, evaluându-ne cunoștințele tehnico-tactice, deoarece, în rândul tinerilor, vedem din ce în ce mai mult dorința de afirmare, de a câștiga!

În încheiere, menționez faptul că sportul se practică, sportul unește oameni, țări, continente, adună mase mari de oameni, este un mod de viață, este un fenomen social.

BIBLIOGRAFIE:

1. Unitatea de management al proiectelor cu finanțare externă
 - Proiectul privind Învățământul Secundar/Romania Secondary Education Project – ROSE
 - Activități remediale și de tutoriat, București 2018.
Sub coordonarea Liliana Preoteasa, director UMPFE
2. Metodica handbalului și a fotbalului școlar – îndrumar metodic
Constantin Ploeșteanu, Zenovia Stan - Editura Fundației Universitare „Dunărea de Jos” – Galați 2004

Prof. Ganea Ionuț
Liceul Tehnologic Agricol „Nicolae Cornățeanu” Tulcea