

EDUCAȚIA FIZICĂ-JOCUL ȘI MIȘCAREA

Motto: „ *Un om cu frumoase calități nu poate trăi niciodată pentru dânsul,cum o rază nu-și poate da numai ei lumină*”

Nicolae Iorga

Rolul educativ al jocurilor de mișcare

Jocul a fost utilizat în toate timpurile ca mijloc educativ, mai ales la copii de vârstă mică și în special în cadrul familiei.

Primele noțiuni mai semnificative cu privire la valoarea educativă a jocului le găsim în scrierile filosofilor antici Aristotel și Platon, care considerau că până în al cincilea an de viață, copilul trebuie scutit de învățatură și de muncile aspre, ceea ce ar dăuna creșterii, asigurându-se, în schimb, mișcarea atât de necesară prin intermediul diverselor ocupații, dar mai ales prin joc. Recomandarea de a folosi jocul ca mijloc de educație pentru copii mici a fost făcută și de gânditorii Renașterii, ei insistând mai ales asupra rolului acestuia în realizarea educației morale; prin cerința de ai întrece pe alții sau de a se întrece pe sine se cultivă copilului tendința de a-și pune toate forțele în serviciul binelui.

Astăzi, jocul este apreciat ca importantă metodă de învățământ, fiind încadrat în capitoul „Metode bazate pe acțiune”, mai exact, prin metodele de simulare.

Ca formă de activitate, el oferă satisfacția elevilor, îi antrenează la o participare conștientă și determină, în același timp, o manifestare plenară a personalității lor.

Jocul are menirea de a-i conștientiza pe participanți de faptul ca se află într-o situație de învățare, în care primează aspectul cognitiv și că, prin urmare, activitatea trebuie să se desfășoare cu seriozitate, altfel este prejudiciată îndeplinirea sarcinilor de învățare prestabilite.

Jocul poate îndeplini diverse funcții în procesul pedagogic: mijloc și metodă eficientă de instruire și educare, procedeu sau formă de organizare a activității.

Funcțiile jocului de mișcare- ca de altfel și acela ale educației fizice și sportului, sunt după I. Șiclovan: „roluri, influențe ale activității în cauză, care au un caracter constant și, în același timp, răspund unor nevoi reale ale dezvoltării și vieții omului”.

Caracteristicile acestor activități sunt funcțiile de perfecționare a capacității motrice și de dezvoltare fizică armonioasă. Privite sub alte aspecte, ele ,ai pot fi **aplicative, compensatoare, stimulative**.

Funcțiile **educativă, igienică și recreativă** sunt asociate, ele realizându-se prin practicarea jocurilor de mișcare, dar și prin alte activități corporale și sociale.

Jocurile de mișcare reprezintă acțiuni educative polivalente, de influențare a dezvoltării personalității omului în integritatea sa.

După I. Șiclovan în „Teoria educației fizice și sportului”, menționează că „rezolvarea acțiunilor, intens corelată cu șansele de izbândă ce alternează de la o echipă la alta, înscrierea unui punct sau încrecenarea de forțe din finalul unei ștafete disputate între participanții vremelnici constituiți în adversari și coechipieri, depășesc cu mult semnificația unei dispute bazate numai pe forțe fizice. Ele apropie participanții de atributele erotismului, ale frumuseții datorite de sine, ale riscului rațional, elemente incontestabile ale dramatismului sportiv, ca fapt de influență activă asupra educării frumosului etic”.

Toate aceste funcții răspund unor nevoi reale ale dezvoltării și perfecționării omului ca și membru al societății.

Analiza esenței și conținutului jocurilor de mișcare pune în evidență rolul lor important în formarea și dezvoltarea personalității umane, în acțiunea educativă de integrare socială, prin intermediul celorlalte funcții subordonate și anume:

- ☑ **funcția cognitivă**- de cunoaștere a realității obiective;
- ☑ **funcția economică**-de pregătire pentru muncă;
- ☑ **funcția axiologică**- de formare a atitudinii față de sine și față de ceilalți.

Iată, de ce, departe de a considera locul o simplă distracție, remarcăm efectele lui educative și îi identificăm funcțiile cu acelea ale fenomenului educațional, jocul putând fi considerat, așa cum s-a mai spus, metodă, mijloc sau procedeu educativ, formă de organizare a activității. Oricum ar fi potrivit, jocul îmbină plăcutul cu utilul și facilitează acțiunea de formare a personalității umane, datorită caracterului său atractiv. Această particularitate îi conferă un plus de valoare în importantul act de observare a mișcărilor, de înțelegere a mecanismelor și de aplicarea lor în condiții mereu schimbate. Punându-i pe elevi în situația de a rezolva, independent și în grup, situații diferite, jocul îi activează. Satisfacția este generată de conținutul activității, care nu trebuie să fie simplă reproducere, ci o prelucrare creatoare a fondului însuși.

Participând conștient la joc, elevul compară ceea ce știe cu ceea ce i se cere și se străduiește să ajungă la model, în conformitate cu cerințele de execuție și reguli, uneori elaborând singur reguli și modalități de rezolvare a sarcinilor. Jocurile de mișcare mijlocesc cunoașterea realității motrice (acte motrice, mișcări, exerciții, structuri de exerciții, complexe de mișcări, procedee de execuție etc). Elevul observă această realitate, ia cunoștință de ea, face efort să înțeleagă, eproduce logic, reactualizează creator. Se dezvoltă astfel spiritul de observație, capacitatea de înțelegere, de apreciere



și autoapreciere, spiritul critic, spiritul de orientare, inițiativa și creativitatea. În joc își însușește acte motrice și totodată, învață cum să învețe, cu alte cuvinte, odată cu cunoștințele, priceperile și deprinderile motrice, el adoptă și un stil de muncă, o tehnică de învățare, care presupune organizarea activității, succesiunea logică a etapelor. Elevul este astfel solicitat să caute și să găsească soluția cea mai potrivită, modalitatea care asigură succesul dezvoltându-se astfel creativitatea. Jocurile de mișcare îi pregătesc pe elevi pentru muncă, formând și dezvoltând priceperi, deprinderi și calități motrice necesare în acest proces. Sunt asigurate dezvoltarea fizică și capacitatea de efort, precizia și rapiditatea de reacție și de execuție.

În cadrul jocului, între participanți se stabilesc relații de colaborare, cooperare, ajutor reciproc, care reflectă specificul relațiilor de muncă.

Jocul formează deprinderi organizatorice și dezvoltă capacitatea de auto-organizare, elevii asumându-și sarcini și obligații de care răspund în fața echipei. Prin intermediul acestei activități, elevii se deprind să lupte cu forțe sporite pentru obținerea victoriei, sprijinindu-și colegii la nevoie. Spiritul de echipă impune subordonarea intereselor personale celor colective, coordonarea acțiunilor individuale cu cele colective.

Jocul de mișcare trezește virtuți morale, îi învață pe elevi să suporte cu demnitate înfrângerea și în același timp, să prețuiască victoria fără multă fală.

Astfel ei devin mai hotărâți, mai curajoși, mai perseverenți. Existența regulilor de joc îi determină să se disciplineze, să stabilească acea legătură obligatorie între morală și lege. Necesitatea de a respecta regula pentru prevenirea pedepsei apare și mai pregnant în cadrul jocurilor cu împărțire pe echipe; elevul trebuie să fie conștient de faptul că orice greșală a sa, orice abatere de la regula jocului atrage după sine sancționarea întregii echipe. Doar regula este aceea care-i permite copilului, încă nesigur de posibilitățile sale, să-și asigure un autocontrol mult mai sever. În joc copilul se afirmă dar, în același timp, se supune regulilor.

J.Chateau afirma că „a-ți dirija conduita înseamnă a o ordona, deci a fi stăpân pe ea”.

Regula răspunde nevoii de ordine, exprimată prin ritmicitatea acțiunilor și prin repetare. Jocul îl învață pe copil semnificația unei sarcini. Prin intermediul acesteia, el se obișnuiește să-și concentreze atenția, să-și reprime instabilitatea naturală, să facă un efort. În situația când este întrecut de alții, elevul nu trebuie să rămână marcat de complexe de inferioritate. Deși este îngrădită de reguli, manifestarea participanților este liber consimțită.

Reacțiile în diferite situații, față de parteneri, coechipieri sau adversari, față de cerințe și rezultate ne oferă indicații prețioase cu privire la trăsăturile de caracter. Germenii atitudinii corecte față de muncă se regăsesc pe un suport afectiv: plăcerea, bucuria participării la joc, răspunderea pentru acțiunile proprii și colective, dorința de a executa corect sarcina primită etc.



În joc se produce trecerea de la motivele sub forma dorințelor ne mijlocite, preconștiente, de nuanță afectivă, la acelea sub forma intențiilor generalizate, situate la hotarul conștientizării. În joc elevul își controlează manifestările, adoptând un comportament voluntar caracterizat prin prezența controlului realizării modelului propus.

Eticul se corelează cu esteticul, căci jocul îi sensibilizează pe elevi, le formează gustul pentru frumos, capacitatea de a observa și înțelege frumusețea actelor motrice, de a reflecta prin propria execuție corectitudinea, îndemânarea și coordonarea, grația și eleganța, suplețea. Putem aminti și despre frumusețea morală concretizată în cinste și sinceritate, în dăruire și entuziasm.

Privit prin prisma funcției de integrare socială, jocul apare ca un prim factor de socializare. Faptul că toți participanții luptă pentru victoria echipei din care face parte duce la educarea responsabilității pentru execuția proprie dar și pentru cea a colegilor. Valoarea deosebită pe care o prezintă jocul pentru procesul de integrare motivează asimilarea lui ca mijloc al educației fizice și, totodată, subordonarea lui acțiunii dirijate în vederea unei socializări optime. În majoritatea cazurilor, elevii practică jocurile de mișcare în grupuri, interacționează ca ființe sociale, sunt conștienți, capătă un anumit statut, joacă un anumit rol etc. Putem afirma că în joc apar formele elementare de socializare deoarece fiecare participă la activitatea celorlalți. În măsura în care grupul constituit în vederea jocului satisface cerințele acestuia, asistăm la integrare.

Jocul reprezintă cea mai simplă organizare socială în care este cuprins un colectiv al cărui membri își propun un scop comun și au aceleași interese, au un conducător, se supun de bunăvoie unor reguli și luptă pentru realizarea scopului subordonând interesele proprii celor colective. Această activitate permite însușirea unor norme și reguli de conduită socială. Jocul creează condiții care permit dezvoltarea unor autentice aptitudini de organizator și totodată, favorizează dezvoltarea autocontrolului, a perseverenței și fermității, copiii obișnuindu-se astfel să conducă și să fie conduși.

Bibliografie:

1. Ioan Șiclovan,- „*Teoria educației fizice și sportului*”, București, Editura Sport-Turism, 1979
2. Mircea Dragu,- „*Jocuri motrice*”, Ed. Fundației universitare „Dunărea de Jos”, Galați 2002
3. M.Taiban,- „*Probleme psihologice ale jocurilor și distacțiilor*”, E.D.P. București 1970

Prof. Constantin COCA
Liceul Tehnologic „Simion Leonescu” Luncavița

