

**Studiu privind eficientizarea lecției de educație fizică prin folosirea jocurilor motrice și a întrecerilor la clasele V-VIII. Metode și mijloace din fotbal****Valențele instructive și educative specifice jocurilor motrice și întrecerilor**

Jocurile motrice și întrecerile reunesc o serie de valențe instructiv-educative pe deplin valorificate în procesul de învățământ din educație fizică.

Utilizarea acestora rezolvă obiective legate de dezvoltarea fizică, motrică, intelectuală, afectivă și socială a copilului.

Astfel, valențele jocurilor motrice și întrecerilor pot fi sintetizate în două mari categorii, și anume: dezvoltarea capacității motrice și dezvoltarea personalității copiilor.

Deprinderile motrice, calitățile motrice, morale și de voință sunt solicitate la maximum în realizarea acțiunilor de joc. Deprinderile motrice se perfecționează ca urmare a legăturilor noi și complexe care se stabilesc între ele și datorită relațiilor de condiționare ce pot favoriza transferul pozitiv între cunoștințele copiilor. În același timp, se dezvoltă rezistența cardio-vasculară, forța musculară, coordonarea și se ameliorează compoziția corporală.

Jocului îi este specifică activitatea în colectiv, presupunând relații de cooperare între partenerii de joc, de armonizare a intereselor, a motivelor acțiunii și a eforturilor personale cu cele ale colectivului, încadrarea în colectiv, acceptarea și recunoașterea liderului, asumarea unor responsabilități, atitudine critică și autocritică. Coeziunea, unitatea în acțiuni și efortul conjugat al tuturor componentelor echipei condiționează reușita.

În timpul jocurilor motrice și întrecerilor apar diferite situații, favorabile sau nefavorabile jucătorilor, care determină o gamă largă de stări afective.

Jocurile motrice permit manifestarea inițiativei și independenței în acțiuni. Aceasta este posibilă numai în cazul în care copiii stăpânesc un bagaj larg de deprinderi, au calități fizice dezvoltate corespunzător și acționează în limitele unor reguli precise. Manifestarea independenței este condiționată și de înțelegerea scopului urmărit, de preocuparea de a găsi soluții, ceea ce favorizează dezvoltarea inițiativei personale, spiritului de observație și capacitatea de anticipare și generalizare.

Jocurile motrice au ca element caracteristic întrecerea. Prin intermediul acesteia crește interesul elevilor pentru activitate și implicarea lor activă și conștientă în activitatea motrică.

Pe lângă valențele incontestabile ale jocurilor, acestea prezintă și o serie de aspecte caracteristice ce pot fi considerate limitative pentru potențialul lor formativ.

Unul dintre acestea este reprezentat de faptul că ele promovează competiția și câștigarea acesteia. Consecința poate fi o înțelegere greșită a ideii de întrecere (care trebuie să se desfășoare în condiții de respect față de adversar) și stimularea dorinței de a câștiga cu orice preț. Pentru a evita o astfel de percepție greșită, profesorul trebuie să organizeze și să conducă jocurile motrice cu rigurozitate și consecvență, astfel încât toate regulile să fie respectate.

În același timp, jocurile motrice pot favoriza interacțiuni sociale negative. Acestea pot fi reprezentate de tendința de a trișa a unor copii, de dezamăgirea pe care o trăiesc cei ce pierd, și care adesea, devin subiect de amuzament pentru câștigători. Nu de puține ori ei se apără recurgând la violență verbală sau fizică. Adesea profesorii nu văd și nici nu își dau seama de aceste consecințe.

Majoritatea jocurilor favorizează, prin sarcinile motrice pe care le includ, copiii cu o capacitate motrică ridicată. Aceștia obțin o satisfacție deosebită în urma participării la întrecere, câștigând aprecierea profesorului și a colegilor.

Valoarea unui joc motric este cu atât mai mare cu cât acesta reușește să stimuleze participarea tuturor elevilor, chiar și a celor cu potențial motric redus. Profesorul își va dovedi măiestria pedagogică în acest sens, prin maniera de selectare, organizare și conducere a jocurilor motrice.

Maniera de organizare a jocurilor motrice și a întrecerilor este foarte importantă în obținerea unei densități motrice corespunzătoare a lecției de educație fizică. Profesorul va trebui să găsească cele mai potrivite variante, astfel încât să fie evitată eliminarea copiilor din joc.

Valențele instructiv-educative ale jocurilor motrice și întrecerilor justifică opțiunea profesorului de a le folosi ca mijloace de instruire.

În plus, acestea contribuie la consolidarea unor cunoștințe și deprinderi pe care copiii le dobândesc în cadrul altor discipline de studiu sau specifice altor laturi ale educației.

Jocurile motrice și întrecerile impun însușirea de către copii a regulilor de comportare adecvate participării la situația de instruire respectivă, a conceptului de fair-play, a modalității de acțiune în cadrul unui grup, e.t.c., cunoștințe cu care elevii vin în contact în cadrul educației civice. Prin intermediul experiențelor de învățare oferite de jocurile motrice și de întreceri, copiii își dezvoltă capacitatea de cooperare, de acțiune în grup, de asumare a responsabilității, e.t.c. Învăță ce înseamnă toleranța, acceptarea celuilalt, dar și luarea unei decizii și asumarea consecințelor ei.



Jocurile motrice oferă posibilitatea copiilor să înțeleagă asemănarea și evoluția acestor forme de activitate până la formele lor competiționale, respectiv, fotbal, volei, baschet, handbal e.t.c.

Jocurile pregătitoare pentru învățarea jocurilor sportive pun bazele formării deprinderilor motrice specifice, dar și a percepțiilor specializate solicitate de practicarea acestora din urmă.

**Prof. Marian TRANULEA**

**Școala Gimnazială Peceneaga, Tulcea**