

Jocul de mișcare – mijloc principal al procesului instructiv-educativ la vârsta școlară

Dezvoltarea psihică a omului nu poate fi înțeleasă dacă nu se ia în considerare una din dimensiunile fundamentale psiho-comportamentale: jocul.

Ce este jocul? Iată o întrebare la care nu s-a putut răspunde multă vreme. Majoritatea definițiilor consemnează ca jocul este o activitate specifică copilăriei sau procesului de formare și de dezvoltare a ființei umane. Ulterior s-a constatat că, de fapt, omul este un jucăuș (HOMO LUDENS) pe toată durata vieții.

Jocurile, în general, sunt activități de tip ludic, cu implicații deosebite asupra dezvoltării personalității executanților din mai multe puncte de vedere, inclusiv din cel al contribuției pe planul integrării sociale.

Jocurile în care rolul mișcărilor este clar exprimat poartă, în general, denumirea convențională de „jocuri de mișcare” (dinamice).

Jocul de mișcare este o variantă a activității de joc. Baza ei o constituie diferitele acțiuni motrice active, motivate de un subiect (temă, idee) și parțial îngrădite de reguli.

Totodată, ele urmăresc învingerea, în condiții mereu schimbătoare ale mediului de joc, a diferitelor dificultăți sau obstacole ivite în calea atingerii scopului propus.

Jocul a fost considerat de majoritatea psihologilor ca o activitate caracteristică vârstei de creștere. După cum se știe, însă, jocurile însoțesc întreaga evoluție a omului, până la bătrânețe; chiar dacă formele lor de manifestare se modifică, principalele caracteristici se păstrează, dând fiecărei vârste o savoare particulară, răspunzând specific unor nevoi și tendințe firești și permanente umane.

Pentru a contribui cât mai eficient la realizarea obiectivelor la vârsta școlară, jocurile de mișcare pot fi organizate și desfășurate în forme foarte variate. Folosirea lor în lecție este utilă, însă numai atunci când conțin acțiuni care conduc nemijlocit la realizarea anumitor obiective instructiv-educative, la perfecționarea capacității motrice a sportivilor.

Jocul de mișcare reprezintă o variantă a activității ludice în care rolul mișcărilor este foarte important.

Pedagogia modernă atribuie jocului o semnificație de asimilare a realului la activitatea copilului, fapt pentru care a devenit azi una din principalele metode active, atractive, extrem de eficiente în munca instructiv-educativă cu școlarii mici.

Faptul că jocurile de mișcare se practică în lecția de educație fizică din școală, în viziunea copilului capătă diferite semnificații, deși copilul trăiește și activează mai intens în cadrul jocului decât în realitate, mediul ambiant exercită totuși o influență dintre cele mai puternice asupra jocului la copil. De asemenea jocul este un exercițiu care pregătește copilul pentru viață, este oglinda mediului în care



trăiește se dezvoltă copilul. Încadrând jocurile în cadrul metodelor bazate pe acțiune pedagogul român, I. Cerghit le consideră metode de simulare în care sunt imitate situații foarte variate. Unii autori îi caută esența în tendința omului de a domina, de a-i întrece pe ceilalți, alții îl considera mijloc de contracarare a unor porniri dăunătoare sau ca o umplutură necesară într-o activitate orientată prea unilateral sau ca îndeplinirea unor dorințe ce nu pot fi satisfăcute în realitate. Preocupări privind originea și evoluția jocului au existat întotdeauna, însă abia către sfârșitul secolului al XIX-lea cercetările au luat o mare amploare. Teoria lui Lazarus citat de U. Șchiopu și M. Chirazi explica jocul ca mijloc de satisfacere a necesității de repaus, de recreere.

Teoria lui F. Schiller, la care adera și H. Spencer citat de G. Chiriță, este la fel de fragilă. Ei consideră jocurile de mișcare ca formă de manifestare a unui surplus de energie care nu a fost utilizată în alte activități. Practica a dovedit însă că, în cele mai multe cazuri, copii nu se joacă pentru a utiliza energia de care dispun.

În lucrarea Terminologia educației fizice și sportului noțiunile de joc și joc sportiv sunt descrise astfel:

- jocul este o activitate complexă, predominant motrică și emoțională, desfășurată spontan după reguli prestabilite, în scop recreativ, sportiv și totodată de adaptare la realitatea socială;

- jocul sportiv este un complex de exerciții fizice practicate sub forma de joc cu un anumit obiect (minge, puc etc.) având dimensiuni specifice, prin care cele două echipe sau doi adversari se întrec conform unor reguli de organizare și de desfășurare.

O importanță majoră în educația fizică a elevilor din clasele primare aparține jocurilor de mișcare cu elemente tehnice din diferite ramuri sportive, care prin conținutul lor specific de influențare analitică, posedă potențialul formării la aceștia a capacităților socio-psiho-motrice și a atitudinilor de orientare valorică a personalității.

Jocurile de mișcare cu elemente tehnice din diferite probe sportive reprezintă activități complexe predominant motrice și emoționale; desfășurate după reguli prestabilite și totodată de adaptare la realitatea socială. Jocurile de mișcare cu elemente tehnice din probe sportive satisfac nevoia ludică a copiilor; provoacă o activitate atractivă prin stările afective pozitive, plăcere senzorială și stările tensionale, satisfacția succesului și prin toate acestea angajează total toate componentele ființei umane (fizice, psihice, sociale).

Utilizarea jocurilor de mișcare la clasele primare are rolul de a forma și perfecționa priceperile și deprinderile motrice de bază; dezvoltă calitățile motrice, educa calitățile morale și de voință.

Vârsta cea mai propice pentru învățarea elementelor tehnice din jocurile sportive este 10-11 ani deoarece la această vârstă se dezvoltă capacitățile motrice de bază necesare jocurilor sportive.

Jocurile de mișcare cu elemente tehnice din diferite probe sportive asigură o mobilizare crescută a colectivului de elevi iar în cadrul lecției de educație fizică se utilizează „exersarea frontală”, fapt care

presupune desfășurarea unei activități frontale cu întreg colectivul de elevi, ceea ce asigură o bună densitate motrică a lecției și asigură același nivel de efort tuturor elevilor. Particularitățile morfo-funcționale la vârsta de 10-11 ani, asigură o bună bază pentru formarea deprinderilor și priceperilor motrice, precum și dezvoltarea calităților motrice prevăzute de curriculumul la disciplina "educația fizică" pentru vârsta respectivă.

Bibliografie

1. Cerghit I. – Metode de învățământ, Editura Didactică și Pedagogică, București, 1976
2. Chirazi M. – Întrecerea individuală – mijloc de optimizare a personalității elevului, Editura Pamfilius, Iași, 2001
3. Chiriță G. – Educație prin jocuri de mișcare, Editura Sport Turism, București, 1983
4. Șchiopu U. – Psihologia copilului, Editura Didactică și Pedagogică, București, 1967

Prof. Dan Cristian STOICESCU
Școala Gimnazială Baia, jud. Tulcea

