

CZU: 37.016:796.4:378.4(478-25)

[https://doi.org/10.59295/sum9\(169\)2024_30](https://doi.org/10.59295/sum9(169)2024_30)

PREDAREA MODULELOR PE PROBE DE SPORT ÎN CADRUL DISCIPLINEI EDUCAȚIE FIZICĂ DIN UNIVERSITATEA DE STAT DIN MOLDOVA. DEMERSURI METODOLOGICE

*Nicolae BRAGARENCO, Corneliu RUSU,**Universitatea de Stat din Moldova*

Volumul de ore alocat pentru studierea sau învățarea unui modul/ probă de sport, pe parcursul unui semestru, doar în cadrul lecției de educație fizică din USM este insuficient, fapt confirmat de teoriile educației fizice și sportului. Pentru realizarea eficientă a procesului educațional și realizarea conținuturilor curriculare cadrele didactice universitare sunt mereu în căutarea noilor soluții, aplicarea unor strategii complexe pentru a face față noilor cerințe impuse disciplinei. Una din soluții care și-a demonstrat eficiența în educația fizică și sport este algoritimizarea conținuturilor specifice modulelor/probelor de sport. Scopul acestei cercetări constă în elaborarea algoritmului de predare-învățare-evaluare a modulelor în cadrul disciplinei educație fizică universitară pentru eficientizarea procesului educațional, dar și axarea pe formarea competențelor specifice la studenții încadrați în proces.

Cuvinte-cheie: educație fizică, algoritimizare, modulul volei.

TEACHING MODULES ON SPORTS TESTS WITHIN THE PHYSICAL EDUCATION DISCIPLINE FROM THE STATE UNIVERSITY OF MOLDOVA. METHODOLOGICAL APPROACHES

The volume of hours allocated for studying or learning a sport module/ test, during a semester, only within the physical education lesson in USM is insufficient, a fact confirmed by the theories of physical education and sport. For the effective implementation of the educational process and the realization of the curricular contents, university teaching staff are always looking for new solutions, applying complex strategies to face the new requirements imposed on the discipline. One of the solutions that has proven its effectiveness in physical education and sports is the algorithmization of the contents specific to the sports modules/ tests. The purpose of this research is to develop the teaching-learning-evaluation algorithm of the modules within the university physical education discipline to make the educational process more efficient, but also to focus on the training of specific skills for the students included in the process.

Keywords: physical education, algorithmization, volleyball module.

Introducere

Studiul și cercetările anterioare, publicate în revistele de specialitate [1, 2, 3, 4], organizate specific disciplinei educației fizice din Universitatea de Stat din Moldova au permis proiectarea noului curriculum al disciplinei care să corespundă cerințelor educației actuale, dar și așteptărilor actorilor implicați în procesul educațional.

Noul curriculum presupune reconceptualizarea totală a disciplinei educației fizice universitare. Prin proiectarea modularizată a conținuturilor curriculare, care au scop de eficientizare a calității instruirii, procesul de predare-învățare-evaluare a lecției pentru studenți la fel necesită actualizare și reorganizare. Actualizarea și reorganizarea procesului educațional la disciplină presupune aplicarea noilor strategii didactice, moderne, axate pe formarea/ dezvoltarea de competențe, care să corespundă vârstei și nivelului de dezvoltare a participanților, punând accent pe individualizare și diferențiere.

Este de menționat faptul că un modul al noului curriculum la disciplina educație fizică din cadrul USM, studiază o probă de sport pe parcursul unui semestru. Planurile de studii ale USM, pentru toate specialitățile alocă disciplinei educației fizice un număr 15 ore de contact direct și 15 ore de lucru individual al studentului, deci, o probă de sport/un modul se va studia pe parcursul a 7 activități practice. Acest volum de ore de fapt este considerat insuficient pentru studiul unui modul/ probe de sport care include în sine multitudinea de deprinderi și acțiuni motrice specifice.

Conform teoriilor și practicilor din educația fizică și sport procesul de învățare a unei deprinderi motrice „este un proces complex care presupune acțiunea cumulată a profesorului care transmite cunoștințe, dirijează și organizează exersarea mișcării și cea a subiectului care percepe, analizează și efectuează mișcarea” [5, p. 39].

Autorul Rață G. [5, p. 40] subliniază că procesul de formare a deprinderilor motrice include în sine patru operații care au o succesiune și sunt interdependente între ele:

- percepția sau cunoașterea senzorială a acțiunii ce urmează să fie executată, presupune recepționarea informațiilor;

- înțelegerea deprinderii ce urmează a fi executată, exersată (analiză, judecată, analogie sinteză);

- memorarea datelor necesare realizării deprinderilor motrice, a exercițiilor (stocarea datelor de tip practic și cognitiv pe anumite perioade);

- aplicarea în practică a cunoștințelor sau exersarea (operația finală).

Structura unui modul curricular (modulul Badminton), prezentat în tabelul 1, constituit din mai multe componente (competențe specifice (pentru fiecare probă de sport), unități de conținut (cunoștințe generale ale educației fizice și sportului, cunoștințe specifice probei de sport, reguli specifice sportului, deprinderi și priceperi motrice specifice), sugestii de evaluare și bibliografie), iar cea de formare a deprinderilor motrice specifice probei de sport necesită din partea cadrului didactic o planificare riguroasă a mijloacelor de învățare dar și o organizare eficientă a lecțiilor de educație fizică.

Tabel 1. Structura și conținutul unui modul la disciplina educație fizică universitară.

Modulul JOCURI SPORTIVE (VOLEI)		
Competențe specifice	Unități de conținut	Nr. ore
- Cunoașterea noțiunilor de bază ale educației fizice și sportului în activități de învățare conexe, demonstrând atitudine și interes față noi modalități de învățare urmând regulilor de securitate și normelor de igienă. - Reproducerea acțiunilor motrice în structuri de bază și complexe specifice jocului sportiv, manifestând efort pentru învățare rapidă și eficiență în vederea asigurării dezvoltării fizice armonioase. - Aplicarea achizițiilor motrice în activități cotidiene și în condiții de concurs, susținând relații comportamentale bazate pe fair-play, respectând valorile sportului de masă.	- Calități și capacități motrice specifice probei de sport.	Pe parcursul lecțiilor
	- Reguli de securitate.	
	- Reguli de joc. Sisteme de organizare a competițiilor.	
	- Tehnica elementelor/procedeele tehnice.	
	Tema 1. Tehnica prizei/pozițiilor, deplasărilor.	2
	Tema 2. Tehnica jocului ofensiv.	2
	Tema 3. Tehnica jocului defensiv.	2
	Tema 4. Tehnica specializată.	2
	Tema 5. Acțiuni tactice individuale în atac și apărare.	2
Tema 6. Acțiuni tactice de grup în atac și apărare.	2	
Tema 7. Acțiuni tactice de echipă și sisteme de joc în atac și apărare.	2	
Tema 8. Joc competițional.	1	
Total	15 ore	
Evaluare:		
Testarea 1. Evaluarea cunoștințelor specifice probei de sport.		
Testarea 2. Evaluarea deprinderilor motrice specifice probei de sport.		
Bibliografie:		
1. Ciorbă, C. <i>Baschet, pregătirea fizică</i> . Chișinău: Garamond-Studio, 2016.		
2. Ciorbă, C. ș.a. <i>Jocuri sportive, ghid metodic</i> . Chișinău: Valinex, 2016.		

Scopul lucrării constă în elaborarea algoritmului de predare-învățare-evaluare a modulelor în cadrul disciplinei educație fizică universitară pentru eficientizarea procesului de formare a competențelor specifice pe probe de sport.

Pentru realizarea scopului au fost formulate și propuse următoarele *obiective*: analiza abordărilor teoretice și metodologice privind formarea deprinderilor motrice specifice probelor sport; elaborarea algoritmului de predare-învățare-evaluare a modulelor în cadrul disciplinei educație fizică universitară; aplicarea algoritmului de predare a modulelor elaborat în cadrul lecției de educație fizică universitară.

Concept și metodologie

Procesul de predare a disciplinei educație fizică reflectă unele operațiuni ale cadrului didactic care constau în: planificarea predării conținuturilor, organizarea/managementul predării, conducerea/ dirijarea procesului educațional, evaluarea predării, precum și reglarea de către profesor a celor patru enunțate [5, p. 70].

Planificarea conținuturilor modulului/probei de sport constă în construcția unei succesiuni metodice care neapărat să asigure realizarea procesului de predare a conținuturilor modulelor prin stabilirea succesiunii mijloacelor probelor de sport.

Organizarea/managementul predării presupune selectarea metodelor de predare, aplicarea metodelor de organizare a subiecților, precum și pregătirea materialelor și a inventarului pentru realizarea procesului educațional.

Conducerea/dirijarea procesului educațional constă în raționalizarea exercițiilor după volum și intensitate în dependență de timpul și capacitatea subiecților de a însuși conținuturile, asigurarea feedback-ului și a intervențiilor pentru diminuarea greșelilor, organizarea și reorganizarea grupului de subiecți pentru eficientizarea procesului de învățare a deprinderilor și acțiunilor motrice noi.

Evaluarea (operațională) presupune confirmarea reușitei, corectarea și diminuarea greșelilor în urma folosirii mijloacelor planificate spre realizare.

Aceste operațiuni întreprinse de cadrul didactic la nivel de programare și planificare, pentru acoperirea procesului didactic la nivel calitativ și cantitativ și este recunoscută ca metoda modelării în educația fizică și sport. Metoda modelării este însoțită de algoritmi, asigurate de mijloacele specifice, ce asigură eficiența procesului de învățare a deprinderilor și acțiunilor motrice specifice probelor de sport. Această activitate este denumită algoritmizare, care atestă orientări ale strategiei didactice în scopul realizării obiectivelor lecțiilor de educație fizică.

În opinia lui Cucuș C. citat de Ivașcu D. [6, p. 30] „algoritmizarea ca metodă se bazează pe folosirea algoritmului în actul predării, aceasta reprezentând o succesiune de scheme, operații și exerciții prin structura cărora se ușurează îndeplinirea unor sarcini și obiective”.

Algoritmizarea conținutului modulelor în procesul educațional la disciplina educație fizică universitară, în contextul insuficienței numărului de ore, cu siguranță va asigura un proces eficient în care studentul își va forma competențele specifice modulului, dar totodată își va forma deprinderi specifice probei de sport pentru practicarea independentă înafara orelor de curs. Pentru algoritmizarea conținutului specific modulului volei a fost necesară sistematizarea în grupe a exercițiilor specifice pentru însușirea acțiunilor tehnico-tactice (Tabelul 2) pe blocuri (grupe) alocându-le coduri specifice.

Tabel 2. Sistematizarea exercițiilor pentru însușirea acțiunilor tehnico-tactice jocului de volei.

Acțiuni tehnico-tactice	Cod	Bloc de exerciții
Poziții și deplasări specifice jocului volei	PD1	Exerciții individuale
	PD2	Exerciții în perechi
Pasarea cu două mâini de sus în jocul de volei	PS1	Exerciții individuale
	PS2	Exerciții în perechi
	PS3	Exerciții în 3 jucători
	PS4	Exerciții în 2,3,4 coloane cu deplasare după pase
Pasa cu două mâini de jos	PJ1	Exerciții individuale
	PJ2	Exerciții în perechi
	PJ3	Exerciții în 3 jucători
	PJ4	Exerciții de preluare după atac și serviciu

Lovitura de atac	LA1	Exerciții analitice și globale pentru însușirea loviturii de atac
	LA2	Exerciții pentru lovitură de atac după pasă/ ridicare
	LA3	Exerciții în 2-3 jucători
	LA4	Exerciții pentru lovitură de atac în diferite zone
Serviciul de jos și de sus	S1	Exerciții individuale la perete și în perechi
	S2	Exerciții pentru serviciu la precizie
	S3	Exerciții de serviciu-preluare

Fiecare bloc va include exerciții/mijloace operaționale pentru însușirea unei acțiuni tehnico-tactice din volei pe care cadrul didactic le va realiza în activitățile practice ale lecției de educație fizică. Exemplu de exerciții, pe blocuri, pentru însușirea acțiunilor tehnico-tactice *poziții de bază și deplasări* sunt prezentate în Tabelul 3.

Tabel 3. Exerciții/mijloace specifice, pe blocuri, pentru învățarea poziției fundamentale și a deplasărilor specifice jocului volei.

Cod	Bloc de exerciții	Exerciții/mijloace specifice pentru învățare
PD1	Exerciții individuale:	<ul style="list-style-type: none"> - sărituri pe loc cu schimbarea alternativă a piciorului din față; - sărituri cu răsucirea trunchiului în partea opusă piciorului din față; - alergare ușoară cu schimbarea direcției la semnal sonor, oprire în poziție fundamentală; - alergare ușoară cu sărituri în cercuri și opriri în diferite poziții; - alergare cu spatele la semnal sonor oprire în poziție fundamentală cu fața pe direcții precizate; - deplasare laterală cu trei pași adăugați spre dreapta, întoarcere 180°, urmată de trei pași adăugați spre stânga spre fileu.
PD2	Exerciții în perechi:	<ul style="list-style-type: none"> - unul în spatele celuilalt la distanță de 1 m, primul execută diferite deplasări dreapta-stânga-înainte, iar cel de al doilea îl urmează, la semnal sonor schimbă rolurile; - unul oferă mingea celuilalt pe diferite direcții obligându-l pe acesta să realizeze fandări laterale sau înainte-înapoi pentru a prinde mingea; - aruncarea mingii cu două mâini de deasupra capului spre coechipier; - aruncarea mingii cu mâna dreaptă/ stânga de deasupra capului spre coechipier; - pasarea mingii de la piept spre coechipier etc.

Mijloacele specifice pentru învățarea acțiunilor tehnico-tactice voleiului, după structurarea pe conținuturi și blocuri de exerciții, atribuind-le coduri, au fost proiectate pentru realizare într-un mod sistemic și logic construind un algoritm de învățare a tuturor conținuturilor modulului respectând principiile specifice educației fizice Tabelul 4.

Tabel 4. Algoritmizarea mijloacelor specifice modulului Volei pentru lecțiile de educație fizică universitară.

Modulul VOLEI
<p>Competențe specifice:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Cunoașterea noțiunilor de bază ale educației fizice și sportului în activități de învățare conexe, demonstrând atitudine și interes față de noi modalități de învățare urmând regulile de securitate și normele de igienă. - Reproducerea acțiunilor motrice în structuri de bază și complexe specifice jocului sportiv, manifestând efort pentru învățare rapidă și eficientă în vederea asigurării dezvoltării fizice armonioase.

- Aplicarea achizițiilor motrice în activități cotidiene și în condiții de concurs, susținând relații comportamentale bazate pe fair-play, respectând valorile sportului de masă.		
Unități de conținut	Bloc de exerciții	Nr. ore
- Calități și capacități motrice specifice probei de sport. - Reguli de securitate. - Reguli de joc. Sisteme de organizare a competițiilor. - Tehnica elementelor/procedeele tehnice.		Pe parcursul lecțiilor
Tema 1. Tehnica prizei/pozițiilor, deplasărilor.	PD1; PD2	2
Tema 2. Tehnica jocului ofensiv.	PD2; PS1	2
Tema 3. Tehnica jocului defensiv.	PD2; PS2; PJ1; S1	2
Tema 4. Tehnica specializată.	PS1; PS3; PJ1; PJ2; S2	2
Tema 5. Acțiuni tactice individuale în atac și apărare.	PS3; PJ3; LA1; S3	2
Tema 6. Acțiuni tactice de grup în atac și apărare.	PS4; LA2; S3; PJ4	2
Tema 7. Acțiuni tactice de echipă și sisteme de joc în atac și apărare.	PD2; LA3; LA4; S3; PJ4	2
Tema 8. Evaluarea deprinderilor motrice specifice probei de sport. Joc competițional.	PS1; PJ1; S3	1
Total		15 ore
Evaluare: Testarea 1. Evaluarea cunoștințelor specifice probei de sport: - perioada atestării 1, conform calendarului. Testarea 2. Evaluarea deprinderilor motrice specifice probei de sport PS1; PJ1; S3.		

Rezultate și discuții

Conținuturile algoritmizate modului de volei au fost aplicate în lecția de educație fizică studenților anul II de studii ai facultății Științe Economice pe parcursul semestrului III, în anul de studii 2023-2024, grupelor care au optat pentru studierea modului de volei în lecția de educație fizică. Iar eficiența aplicării conținuturilor algoritmizate este reflectată prin evaluările formative (atestări periodice) și evaluarea finală prin calificativul „admis”.

Din cele patru grupe academice ale facultății Științe Economice cuprinse în experiment (86 studenți), constatăm 78 studenți, 91%, au obținut calificativul „admis” la sfârșitul semestrului susținând proba practică specifică jocului de volei. Proba practică specifică jocului de volei a constat din îndeplinirea pasei cu 2 mâini de sus, 10 ori consecutiv deplasând mingea la cel puțin 3m înălțime, executantul situându-se într-un cerc cu diametrul de 3m.

În concluzie putem afirma că prin algoritmizarea mijloacelor de învățare a jocului de volei, și realizarea acestora în procesul de predare-învățare-evaluare a modului în cadrul lecțiilor de educație fizică universitară s-au înregistrat progrese privind însușirea conținuturilor practice, unde studenții au obținut rezultate foarte bune reflectate în evaluarea finală. Aceasta confirmă eficiența metodei de algoritmizare a conținuturilor modulelor/probelor de sport ale curriculumului disciplinar, care, într-un număr mic de ore, se pot realiza obiectivele propuse și este asigurată pe deplin formarea competențelor specifice proiectate. Totodată, este de menționat că algoritmizarea mijloacelor de învățare a conținuturilor poate fi aplicată cu succes în procesul de predare a tuturor modulelor cu unele adaptări specifice probelor de sport.

Referințe:

- BRAGARENCO, N., SALCOCI, A., GOJAN, V., SMIRNOVA, N. *Studiu (sondaj) privind satisfacerea necesităților de mișcare ale studenților Universității de Stat din Moldova prin intermediul lecției de educație fizică și activităților sportive*. În: *Studia Universitatis Moldaviae (Seria Științe ale Educației)*, 2022, nr. 5(155), pp. 101-108. ISSN 1857-2103. DOI: 10.5281/zenodo.6619315

2. BRAGARENCO, N. *Conceptul curriculumului la disciplina „educație fizică și sport” în Universitatea de stat din Moldova. În: Integrare prin cercetare și inovare.: Științe ale educației*, 10-11 noiembrie 2022, Chișinău. Chisinau, Republica Moldova: Centrul Editorial-Poligrafic al USM, 2022, SE, pp. 198-200. ISBN 978-9975-62-471-8.
3. BRAGARENCO, N., CIORBĂ, C., GUȚU, V. *Reconceptualisation of physical education discipline in higher education institutions. În: Annals of „Dunarea de Jos” University of Galati. Fascicle XV, Physical Education and Sport Management*, 2023, vol. 1, pp. 5-16. ISSN 2784-2495. DOI: 10.35219/efms.2023.1.01
4. GOJAN, V., BRAGARENCO, N. *Modularizarea disciplinei educație fizică în Universitatea de stat din Moldova. În: Integrare prin cercetare și inovare.: Științe ale educației*, 10-11 noiembrie 2022, Chișinău. Chisinau, Republica Moldova: Centrul Editorial-Poligrafic al USM, 2022, SE, pp. 211-213. ISBN 978-9975-62-471-8.
5. RAȚĂ, G. *Metodica educației fizice și sportului*. Alma Mater, BACĂU, 2010, 108 pag. ISBN 978-606-527-055-8.
6. IVAȘCU, D. *Efectele aplicării mijloacelor specifice jocului de volei în cadrul lecțiilor de educație fizică cu elevii claselor liceale. Teza de doctor*. Chișinău, 2016, 184 p. Disponibil: http://www.cnaa.md/files/theses/2016/50168/daniela_ivascu_thesis.pdf

Date despre autori:

Nicolae BRAGARENCO, doctor în științe pedagogice, conferențiar universitar, șef al Departamentului Educație Fizică, Facultatea de Psihologie și Științe ale Educației, Sociologie și Asistență Socială, Universitatea de Stat din Moldova.

E-mail: nicolae.bragarenco@usm.md

ORCID: 0000-0003-1994-6317

Corneliu RUSU, asistent universitar, Departamentului Educație Fizică, Facultatea de Psihologie și Științe ale Educației, Sociologie și Asistență Socială, Universitatea de Stat din Moldova.

ORCID: 0009-0004-7228-9189

Notă: *Lucrarea a fost efectuată în cadrul Programului de Stat Cadrul conceptual, metodologic și managerial al educației nonformale în Republica Moldova, cifrul 20.80009.0807.23.*

Prezentat la 09.10.2023