



CZU796.322:373.3

ÎNVĂȚAREA JOCULUI DE HANDBAL PRIN JOCURI DE MIȘCARE LA ELEVII CICLULUI PRIMAR

Constantin Iuliana Luminița¹

Chirazi Marin²

¹Școala gimnazială "N. Iorga" nr. 42, Iași, România

²Universitatea „Alexandru Ioan Cuza”, Iași, România

Rezumat. În activitatea didactică s-a constatat că cel mai ușor se însușește un procedeu tehnic prin joc, deoarece copilul este la vârsta la care jocul este prioritar în activitatea de zi cu zi. Jocul, ca mijloc al educației fizice, este în același timp un fenomen social, format și statornicit în cadrul societății.

În cadrul acestui studiu, s-a urmărit optimizarea procesului de predare a educației fizice prin folosirea jocurilor de mișcare cu elemente tehnice din handbal în cadrul lecțiilor de educație fizică cu elevii claselor primare, observându-se influența acestora asupra învățării jocului de handbal, a integrării sociale și a nivelului dezvoltării psihomotrice.

În urma aplicării jocurilor de mișcare în lecțiile de educație fizică la ciclul primar, la toți indicatorii cercetați s-au înregistrat creșteri la grupa experiment, față de rezultatele elevilor din grupa martor în care predarea lecțiilor a fost desfășurată cu mijloace tradiționale. Aceste creșteri se datorează selecției unor jocuri care angrenează întregul colectiv, în opoziție cu mijloacele tradiționale, confor cărora exersarea are loc individual, nefiind prezent caracterul de întrecere între elevi.

Cuvinte-cheie: handbal, jocuri de mișcare, educație fizică, elevi, integrare socială.

Introducere. Până în prezent, handbalul a avut o evoluție și o dezvoltare deosebită, organizându-se competiții sportive la care participă sportivi de toate vârstele. Concepția de joc este mereu în continuă schimbare, ținând pasul cu evoluția pe plan internațional.

Handbalul are un regulament cu reguli precise, în spiritul moral sportiv, spectatorii trăind din plin fazele mărețe ale jocului, desfășurate în spirit de fair-play [3].

Handbalul este un joc sportiv de echipă, care se referă la manevrarea mingii (prinderea, pasarea, aruncarea, driblingul, respingerea și blocarea ei), mișcarea sau deplasarea în teren a jucătorilor – pe scurt, structuri și acțiuni motrice prestabilite, accesibile, concretizate în elemente și procedee tehnice folosite cu eficiență maximă în joc [13].

În concepția lui I. Kunst Ghermănescu [13], trebuie să se țină seama de particularitățile de vârstă ale copiilor, dar și de punctele critice specifice treptelor de dezvoltare.

„Handbalul practicat sub îndrumare competentă, pe lângă calitățile fizice, dezvoltă voința, combativitatea, inițiativa, perseverența, curajul, calitățile morale, ca respectul față de adversar” [15].

Rolul preponderent și deosebit al jocurilor de mișcare cu elemente din diferite ramuri sportive pentru formarea la elevii din clasele primare a anumitor capacități psihofizice, a priceperilor și deprinderilor motrice, dar și pentru orientarea și selecția inițială în unele ramuri sportive, este specificat în cadrul multiplelor cercetări de-a lungul timpului. În acest context, o importanță majoră în educația fizică la elevii din ciclul primar aparține



jocurilor de mișcare care, prin conținutul lor specific de influențare analitică competitiv-individuală, posedă potențialul formării la aceștia a capacităților socio-psiho-motrice și a atitudinilor de autoafirmare, autoevaluare și a orientării valorice a personalității.

Jocul, ca mijloc al educației fizice, este în același timp un fenomen social, format și statornicit în cadrul societății. În opinia specialiștilor [1] jocurile de mișcare oferă o gamă largă de posibilități pentru consolidarea și aplicarea în condiții variate a priceperilor și deprinderilor învățate, pentru dezvoltarea calităților motrice. De asemenea, jocul este un exercițiu care pregătește copilul pentru viață, este oglinda mediului în care trăiește și se dezvoltă copilul.

„Jocul este parte integrantă a vieții omului, iar în didactica modernă este considerat mijloc și metodă de învățare și educare. Jocurile de mișcare pot contribui la optimizarea procesului învățării prin creșterea interesului copiilor pentru mișcare, prin crearea unor condiții care ușurează consolidarea actelor motrice, asigurând succesul, prevenind sau înlăturând eșecul, prin formarea capacităților de a depăși greutățile, prin dezvoltarea superioară a calităților motrice, a responsabilității fiecărui elev” [11]. Pentru a completa definiția jocului, este neapărat necesar să luăm în considerare principalele caracteristici pe care le are, subliniază V. Gogâltan [12].

Considerăm că o mai corectă și cuprinzătoare sistematizare a jocurilor o asigură criteriul sarcinilor de rezolvat [5, 16]. Potrivit acestora, jocurile de mișcare se împart în:

- jocuri pentru formarea și perfecționarea deprinderilor motrice de bază și utilitar aplicative (jocuri pentru alergare, jocuri pentru sărituri; jocuri pentru aruncare; jocuri pentru cățărare; jocuri pentru târâre; jocuri pentru escaladare);

- jocuri pentru formarea și dezvoltarea unor deprinderi motrice specifice unor ramuri de sport (jocuri pregătitoare pentru handbal, jocuri pregătitoare pentru fotbal, jocuri pregătitoare pentru baschet, jocuri pregătitoare pentru volei, jocuri pregătitoare pentru gimnastică, jocuri pregătitoare pentru atletism);

- jocuri pentru sensibilizarea motrice și dezvoltarea calităților motrice de bază (jocuri pentru dezvoltarea simțului de orientare în spațiu, jocuri pentru dezvoltarea simțului de echilibru);

- jocuri pentru educarea atenției.

În general, jocurile de mișcare au fost sistematizate pe două criterii fundamentale, și anume: după funcțiile didactice și după obiectivele didactice pe care le pot rezolva.

Numeroși specialiști [6, 8, 16] sistematizează jocurile de mișcare după funcțiile didactice: funcția formativ-educativă a personalității umane; funcția de cunoaștere; funcția stimulativă a motricității, care satisface cele mai importante nevoi ale „omului jucăuș” (homo ludens): nevoia de mișcare, nevoia de întrecere, consumarea energiilor suplimentare, funcții strict specifice jocului: recreerea, echilibrarea funcțională, distracția, fortificarea, compensarea, refacerea, odihna, terapia, purificarea, plăcerea.

Sistematizarea lui Claparede, citat de E. Colibaba [7], I. Bota [2]:

- jocurile funcțiilor generale: jocuri senzoriale, jocuri de mimare, agilitate, deprinderi utilitare și jocuri psihice, intelectuale, afective, volitive etc.;

- jocurile funcțiilor speciale: jocuri de luptă, jocuri de hazard, jocuri de vânătoare; jocuri familiale cu păpuși, jocuri de imitație.

Clasificarea jocurilor de mișcare după criteriul sarcinilor didactice vizate (secondate de criteriul organizatoric și de ambianță) arată în felul următor [9]:

- jocuri de mișcare pentru formarea și perfecționarea deprinderilor de bază și aplicative;

- jocuri de mișcare pentru formarea și perfecționarea deprinderilor motrice specifice ramurilor sportive (handbal, baschet, fotbal etc.);

- jocuri pentru educarea sensibilității motrice și a calităților motrice de bază;

- jocuri pentru educarea unor funcții și procese psihice.

Jocul de mișcare se caracterizează printr-un conținut simplu cu reguli puține și ușor de înțeles. În organizarea jocurilor de mișcare trebuie respectate unele cerințe metodice care condiționează în mare măsură atingerea obiectivelor urmărite. Conținutul jocului trebuie să corespundă particularităților somato-funcționale și psihice ale elevilor. Regulile trebuie să fie înțelese și reținute de elevi, elementele care-l compun să fie cunoscute, durata efortului și solicitarea organismului să fie corespunzătoare vârstei și nivelului de pregătire.

Ipoteza cercetării: S-a presupus că, prin folosirea jocurilor de mișcare în cadrul lecțiilor de educație fizică la clasa a IV-a, se va învăța jocul de handbal, într-un timp mai scurt, dar cu aceleași rezultate eficiente. Ne propunem să demonstrăm această ipoteză, folosind jocurile de mișcare la clasele experimentale la fiecare lecție, în diferite momente ale acesteia și în scopuri variate.

Motivul pentru care am abordat această temă este acela că am dorit să aflăm cât mai multe detalii despre acest joc, în special cum se manifestă, cum ajută jocurile de mișcare la învățarea jocului de handbal și cum rezolvă anumite probleme (subestimarea colegilor etc.) apărute la orele de educație fizică. Jocul de handbal numărându-se printre jocurile sportive cu răspândire mare în școlile generale, există o preocupare deosebită în ceea ce privește

învățarea jocului într-un interval de timp mai scurt, la fel de eficientă și cu aceleași scopuri îndeplinite. Se știe că jocul sportiv reprezintă principalul punct de interes pentru elevii de toate vârstele și de ambele sexe.

Scopul studiului îl constituie optimizarea procesului de predare a educației fizice prin folosirea jocurilor de mișcare cu elemente tehnice din handbal în cadrul lecțiilor de educație fizică cu elevii claselor primare și observarea influenței acestora asupra integrării sociale și a nivelului dezvoltării psihomotrice, dar și a modului în care rezolvă anumite probleme (vedetism, violență, subaprecierea adversarului, subestimarea colegilor etc.) apărute la orele de educație fizică.

Sarcinile cercetării au constat în:

- studierea temei în literatura de specialitate și selectarea mijloacelor specifice realizării obiectivelor urmărite;

- cunoașterea nivelului de dezvoltare socio-motrice și psihică a eșantionului cuprins în cercetare, prin aplicare de teste motrice;

- investigarea capacităților motrice sub aspectul calităților motrice;

- stabilirea etapelor de organizare și desfășurare a cercetării;

- studierea programei școlare și a conținutului ce urmează a fi însușit de eșantionul cuprins în cercetare;

- elaborarea criteriilor de evaluare, testarea inițială și finală a eșantionului;

- prelucrarea rezultatelor obținute, înregistrarea și compararea rezultatelor obținute de clasa experiment cu cele obținute de clasa martor;

- validarea ipotezei.

Organizarea. Cercetarea s-a desfășurat în trei etape, pe parcursul anului școlar 2017-2018: Etapa I a presupus următoarele activități: analiza izvoarelor literaturii de specialitate, desfășurată pe toată durata cercetării și observarea pedagogică, care a fost efectuată pe

tot parcursul experimentului prealabil și a celui de bază. Etapa a II-a a constat într-un experiment constatativ, desfășurat în luna octombrie 2017, la Școala Gimnazială „Nicolae Iorga” din Iași. În experimentul pedagogic au fost cuprinși elevi cu vârste între 10-11 ani. Etapa a III-a a cercetării a constituit-o organizarea experimentului de bază, care a avut loc în perioada noiembrie-mai. Programul de pregătire s-a desfășurat în cadrul lecțiilor de educație fizică, conform documentelor de planificare elaborate și S.N.E.E [14]. S-a lucrat câte 2 ore pe săptămână, durata lecțiilor fiind de 50 minute. La începutul și sfârșitul experimentului pedagogic, subiecții au fost testați în cadrul programului de pregătire, ceea ce a determinat ulterior dinamica dezvoltării indicilor somatici și motrici, ce puteau să confirme sau să

infirme ipoteza lucrării. Pentru măsurarea progresului realizat de copii am folosit teste motrice.

Metodele de cercetare folosite au fost: metoda de documentare bibliografică; metoda observației; metoda experimentală; metoda matematico-statistică [4].

Analiza rezultatelor. În urma aplicării jocurilor de mișcare în lecțiile de educație fizică la ciclul primar, la toți indicatorii cercetați s-au înregistrat creșteri în grupa experiment, față de rezultatele elevilor din grupa martor, în care predarea lecțiilor a fost desfășurată cu mijloace tradiționale. Creșterea se datorează selecției unor jocuri care angrenează întregul colectiv, în opoziție cu mijloacele tradiționale, care presupun exersarea în mod individual, nefiind prezent caracterul de întrecere între elevi.

Tabelul 1. Rezultatele testărilor predictive ale nivelului pregătirii motrice al elevilor

Probe de control	Băieți $X \pm S$	Media pe țară $X \pm S$	Fete $X \pm S$	Media pe țară $X \pm S$
Alergare de viteză 30 m, s	6,28±0,47	6,1	6,85±0,56	6,4
Viteza de deplasare, m/s	4,48	4,92	4,37	4,69
Săritură în lungime, cm	141,05±15,11	138,5±5,2	128,97±16,25	130,7±5,9
Aruncarea mingii de oină, m	20,53±3,92	21,5±4,6	12,86±2,45	13,7±3,7
Aruncare la o țintă verticală, nr. reușite	1,77±0,84	1	1,43±0,88	1

Viteza. Dezvoltarea vitezei a fost evaluată prin proba de alergare de viteză 30 m cu start din picioare. Grupa de fete are media de $6''85 \pm 0,56$, iar grupa de băieți are media în valoare de $6''28 \pm 0,47$. Analizând datele din proba de alergare de viteză 30 m, observăm că la grupa de fete viteza de deplasare este de 4,37m/s. Comparând datele cu mediile pe țară, observăm că media grupei de fete este inferioară mediei pe țară: 4,69 m/s la viteza de deplasare, din cauza faptului că, în cazul eșantionului studiat, se atestă un număr redus de cazuri cu rezultate foarte bune, iar majoritatea cazurilor sunt situate în jurul mediei. Observăm că viteza de deplasare la

băieți este de 4,48 m/s, iar dacă comparăm viteza de deplasare a băieților cu viteza de deplasare medie pe țară: 4,92 m/s, constatăm o superioritate de 0,44 m/s în favoarea cercetărilor efectuate în 1992 la această categorie de vârstă.

Forța - săritura în lungime de pe loc. La grupa de fete media aritmetică este 128,97 cm; abaterea standard este $\pm 16,25$, iar coeficientul de variabilitate este 8,17%; eroarea medie este 0,07.

Grupa de băieți are o medie aritmetică de 141,05 cm; abaterea standard este $\pm 15,11$, iar coeficientul de variabilitate este 10,71%;

eroarea medie este 1,93. Omogenitatea colectivului de elevi este medie la această probă.

Aruncarea mingii de oină – probă tehnică. Grupa de fete are media aritmetică 12,86 m; abaterea standard este $\pm 2,45$, iar coeficientul de variabilitate este 19,06%; eroarea medie este 0,32. Grupa de băieți are media aritmetică 20,53 m; abaterea standard a grupei este $\pm 3,92$, iar coeficientul de variabilitate este 19,08%; eroarea medie este 0,50. Parametrii statistici indică o omogenitate medie atât la fete, cât și la băieți; dar mediile sunt reprezentative pentru această grupă, deoarece eroarea medie are valori mici.

Îndemânarea - aruncarea la țintă verticală. Indicatorii statistici la grupa de fete sunt: media aritmetică este 1,43; abaterea standard este $\pm 0,88$, iar coeficientul de variabilitate este 61,49%. Eroarea medie este 0,12. Grupa de băieți are media aritmetică 1,77; abaterea standard este $\pm 0,84$, iar coeficientul de variabilitate este 47,70%; eroarea medie este 0,11. Omogenitatea colectivului este mică. Grupa de băieți are, de asemenea, o medie superioară baremului minimal (o aruncare din trei), dar distribuția valorilor individuale este ușor asimetrică, deoarece avem un număr mic

de cazuri cu rezultate foarte bune; amplitudinea rezultatelor este mare; colectivul de elevi nu este omogen (avem valoarea coeficientului de variabilitate: 47,70%).

Viteza - alergare de viteză 30m cu start din picioare. Analizând datele din proba de alergare de viteză 30m, observăm că în cazul fetelor, mediile vitezei de alergare sunt 4,74m/s în grupa martor și 5,03m/s în cea experimentală.

Dacă comparăm datele cu mediile pe țară, observăm că grupele de eleve prezintă medii care au o valoare superioară doar la grupa experiment pe țară (5,02m/s). Distribuția acestor valori individuale este reprezentată de un număr redus de cazuri cu rezultate foarte bune iar majoritatea cazurilor sunt situate în jurul mediei. În cazul băieților, viteza de deplasare este de 5,17m/s în grupa martor și 5,29m/s în cea experimentală.

Comparând aceste date cu media pe țară, observăm că ele sunt superioare mediei pe țară (5,26m/s); coeficientul de variabilitate indică atât la fete, cât și la băieți o omogenitate bună. Valorile individuale cu rezultate bune la băieți sunt prezente la un număr foarte mic de cazuri, iar majoritatea rezultatelor sunt grupate în jurul mediei.

Tabelul 2. Dinamica indicilor motrici la fete

Proba de control	Eșantion	Testare inițială			Testare finală			T	P
		$X \pm Em$	S	CV	$X \pm Em$	S	CV		
Alergare de viteză 30 m, sec	E	6,81 $\pm$ 0,10	0,53	7,76	5,97 $\pm$ 0,06	0,30	5,09	7,179	<0,001
	M	6,89 $\pm$ 0,11	0,60	8,74	6,61 $\pm$ 0,10	0,54	8,54	1,879	>0,5
Săritura în lungime de pe loc, cm	E	134,07 $\pm$ 3,10	16,38	12,22	158,11 $\pm$ 2,21	11,69	7,40	6,315	<0,001
	M	124,20 $\pm$ 2,71	14,85	11,95	144,73 $\pm$ 1,85	10,14	7,01	6,257	<0,001
Aruncarea mingii de oină, m	E	13,15 $\pm$ 0,54	2,88	21,90	19,55 $\pm$ 0,58	3,06	15,64	8,030	<0,001
	M	15,58 $\pm$ 0,36	1,98	15,78	16,87 $\pm$ 0,36	1,96	11,62	1,945	>0,5
Aruncare la țintă verticală, nr. reușite	E	1,50 $\pm$ 0,18	0,96	64,15	2,71 $\pm$ 0,09	0,46	16,95	6,020	<0,001
	M	1,77 $\pm$ 0,15	0,81	59,17	2,17 $\pm$ 0,14	0,79	36,53	1,951	>0,5

Tabelul 3. Dinamica indicilor motrici la băieți

Proba de control	Eșan tion	Testare inițială			Testare finală			T	P
		X±Em	S	CV	X±Em	S	CV		
Alergare de viteză 30 m, sec	E	6,15 ±0,10	0,53	7,76	5,81±0,06	0,30	5,09	7,179	<0,001
	M	6,40 ±0,11	0,60	8,74	5,68±0,10	0,54	8,54	1,879	>0,5
Săritura în lungime de pe loc, cm	E	140,17±3,10	16,38	12,22	157,76±2,21	11,69	7,40	6,315	<0,001
	M	141,84±2,71	14,85	11,95	162,96±1,85	10,14	7,01	6,257	<0,001
Aruncarea mingii de oină, m	E	20,88±0,54	2,88	21,90	24,58±0,58	3,06	15,64	8,030	<0,001
	M	20,22±0,36	1,98	15,78	26,10±0,36	1,96	11,62	1,945	>0,5
Aruncare la o țintă verticală, nr. reușite	E	1,86±0,18	0,96	64,15	2,52±0,09	0,46	16,95	6,020	<0,001
	M	1,69±0,15	0,81	59,17	2,75±0,14	0,79	36,53	1,951	>0,5

Legendă: T.I.= Testare Inițială; T.F.= Testare Finală; t - s-a calculat între indicatorii inițiali și finali ai fiecărei grupe; P - este cel din tabela lui Fischer în conformitate cu eșantionul cercetat

Observăm că media grupei experiment fete este mai mare decât media grupei martor cu 0” 36. De asemenea, grupa experiment băieți are media superioară cu 0”13 față de grupa martor. Viteza de deplasare la grupa experiment este mai bună cu 0,29m/s în cazul fetelor și cu 0,12m/s în cazul băieților. Superioritatea indicatorilor grupelor experiment față de grupa martor ne obligă să afirmăm că jocurile cu elemente din handbal influențează pozitiv viteza și sunt superioare mijloacelor tradiționale cu 6% în cazul fetelor și cu 3% în cazul băieților.

Testul de semnificație statistică este la toate probele mai mare, la grupele de fete decât cel din tabela lui Fischer, valoarea lui T este 7,179 (P<0,001) în grupa experiment, iar în grupa martor T este 1,879 (P<0,001). Și în cazul băieților testul de semnificație statistică este mai mare decât cel din tabela lui Fischer, valoarea lui T este 6,990 (P<0,001) la grupa experiment, iar la grupa martor T este 3,009 (P<0,001).

Conform testului T al lui Student, diferența statistică cea mai mare se înregistrează în

grupele experiment atât la fete cât și la băieți. În grupa experiment (fete) creșterea este superioară grupei martor cu 3,84%, iar în cazul băieților creșterea înregistrată în grupa experiment este superioară celei grupei martor cu 5,61%.

Forța - săritura în lungime de pe loc. Confruntând datele rezultate cu media pe țară la această probă, se constată că media grupelor de elevi este superioară față de media pe țară în cazul fetelor. Colectivul de elevi este omogen deoarece dispersia rezultatelor este mică. Argumentul datorită căruia grupele experiment au valori mai mari față de grupa martor constă în faptul că grupa experiment fete are media aritmetică mai mare cu 13,38 cm față de media grupei martor. Grupa experiment de băieți are media aritmetică superioară cu 5cm față de media grupei martor. Se observă din tabel superioritatea grupelor experiment. Creșterea este de 20,53cm la fete M și 24,04cm la fete E; la băieți M creșterea este de 17,59 cm; la grupa E creșterea este de 21,10cm.

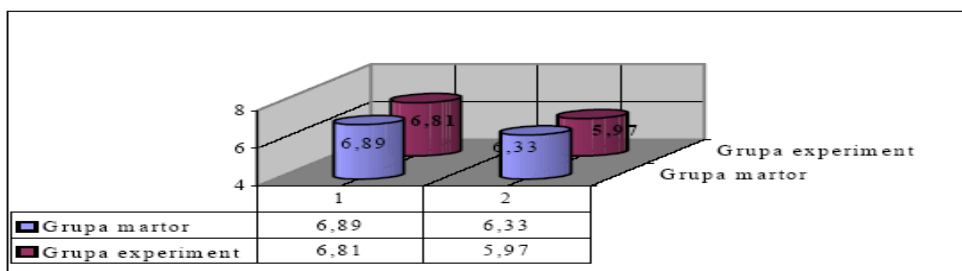


Fig. 1. Dinamica vitezei la fete

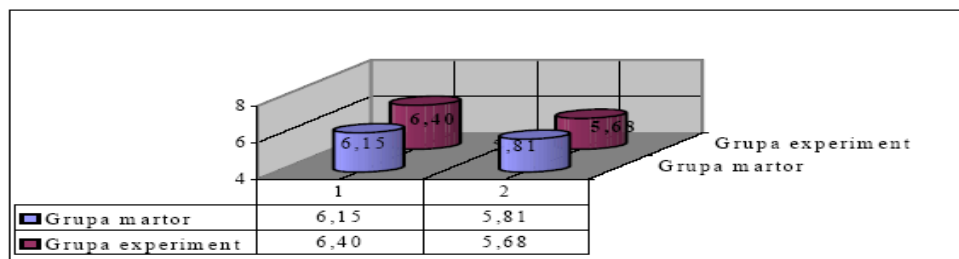


Fig. 2. Dinamica vitezei la băieți

Testul de semnificație statistică este mai mare la toți indicatorii, la grupele de fete decât cel din tabela lui Fischer, valoarea lui T este 6,315 ($P < 0,001$) la grupa experiment, iar la grupa martor T este 6,257 ($P < 0,001$). Testul de semnificație statistică este mai mare și la grupele de băieți decât cel din tabela lui Fischer, valoarea lui T este 5,781 ($P < 0,001$) la grupa experiment, iar la grupa martor T este 5,152 ($P < 0,001$).

Creșterea în grupa experiment (fete) este superioară grupei martor cu 1,40%, iar în cazul băieților creșterea grupei experiment este superioară grupei martor cu 3,73%. În cazul calităților motrice combinate viteză+forță (detentă), jocurile dinamice cu elemente din handbal sunt superioare cu 9% la fete și cu 5% în cazul băieților față de mijloacele tradiționale.

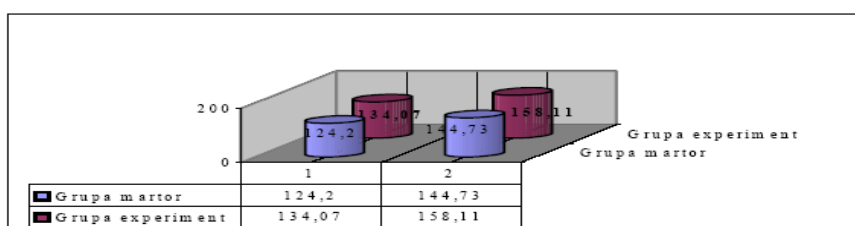


Fig. 3. Dinamica rezultatelor săriturii în lungime la fete

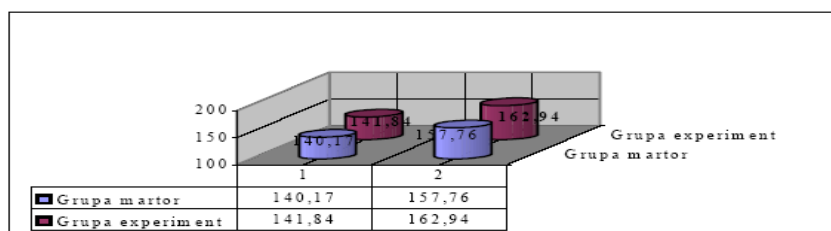


Fig. 4. Dinamica rezultatelor săriturii în lungime la băieți

Aruncarea mingii de oină. Se constată o diferență superioară de 3-6m între media grupului de fete și media pe țară (13,7m), omogenitatea colectivului testat este medie, pe când la testarea pe țară valorile omogenității sunt medii datorită numărului mare de cazuri.

Omogenitatea este mare: la grupa experimentală valoarea C.V. este 9,27%. Diferența dintre medii este 2,68m în favoarea grupei experiment de fete. Aruncarea mingii de oină este specifică handbalului, iar aceste performanțe sunt evaluate ca foarte bune în orientare și selecție inițială în handbal. În cazul acestei probe, care este apropiată jocului de handbal rezultatele sunt bune la fete E. 19,55 și foarte bune la băieți M. 24,59m și băieți E. 26,10m. Ratele de progres cele mai concludente le au grupa experiment cu 5,88m la băieți și 6,40m la fete. Testul de semnificație statistică este mai mare la grupa

experiment de fete decât cel din tabela lui Fischer, valoarea lui T este 8,081 ($P < 0,001$) la grupa experiment, iar la grupa martor T este mai mic decât cel din tabela lui Fischer: 1,945 ($P < 0,001$). Testul de semnificație statistică este mai mare și la grupele de băieți decât cel din tabela lui Fischer, valoarea lui T este 7,500 ($P < 0,001$) la grupa experiment, iar la grupa martor T este 3,630 ($P < 0,001$). Creșterea la fete experiment este superioară grupei martor cu 14,65%, iar la băieți creșterea grupei experiment este superioară grupei martor cu 11,32%. Fetele și băieții care au fost cuprinși în experiment prezintă performanțe superioare cu 14% și 5% față de componenții grupelor martor. După cum se observă în figura de mai sus precum și în figura următoare, mișcarea de bază în această probă este aruncarea prin azvârlire, care este specifică doar handbalului.

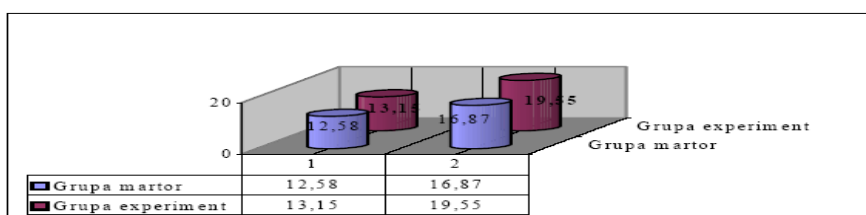


Fig. 5. Dinamica aruncării mingii de oină la fete

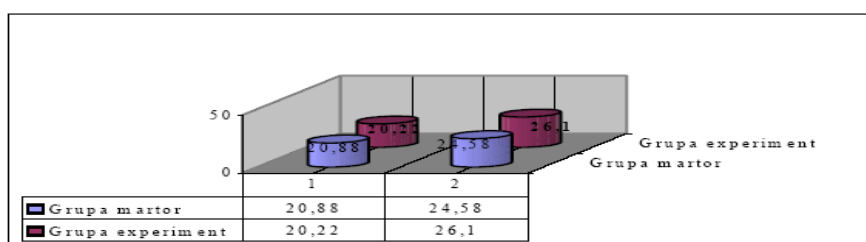


Fig. 6. Dinamica aruncării mingii de oină la băieți

Îndemânarea: Aruncarea la țintă verticală. La sfârșitul cercetării, clasele experimentale au înregistrat valori de 2,71 aruncări la fete și 2,75 aruncări la băieți. Grupele martor au valorile finale de 2,17 aruncări fete și 2,52 aruncări la băieți.

Observăm rezultatele superioare la grupele experiment față de grupele martor.

Media grupei de fete este mai mare cu 0,60 față de media grupei martor. Băieții grupei experiment au o performanță medie superioară cu 0,23 față de grupa martor.

Rezultatele variază la fete între 2,17-2,71 și între 2,52-2,75 la băieți. Rata de creștere cea mai mare se înregistrează la fetele din grupa experiment 1,21; urmează grupa de băieți experiment 1,06; fetele din grupa martor ocupă a treia poziție cu 0,80; iar ultimii sunt băieții din grupa martor cu 0,66. Menționăm că elevul execută aruncarea azvârlită cu minge de oină care îi asigură o priză mai bună, deci, implicit, precizia va fi mai bună. Nu este menționată în S.N.E. durata de timp în care să se efectueze această probă. Ea este executată o singură dată, conform S.N.E.

Testul de semnificație statistică este peste tot mai mare, la grupele de fete decât cel din tabela lui Fischer, valoarea lui T este 6,020 ($P < 0,001$) la subiecții din grupa experiment, iar la cei din grupa martor T este 1,951

($P > 0,05$). Testul de semnificație statistică este mai mare și în grupele de băieți decât cel din tabela lui Fischer, valoarea lui T este 5,889 ($P < 0,001$) la grupa experiment iar la grupa martor T este 1,957 ($P > 0,05$). Rezultatele sunt bune iar diferența între medii este semnificativă la toate grupele. Creșterea la fete experiment este superioară grupei martor cu 22,28%, iar la băieți creșterea grupei experiment este superioară grupei martor cu 27,24%. Influențele jocurilor dinamice cu elemente din handbal sunt multiple, ele au influențat pozitiv rezultatele elevilor și la proba de aruncare la țintă verticală. Prin compararea mediilor se observă avantajul lor comparativ cu mijloacele tradiționale. În procente, avantajul este de 20% la fete și 10% la băieți.

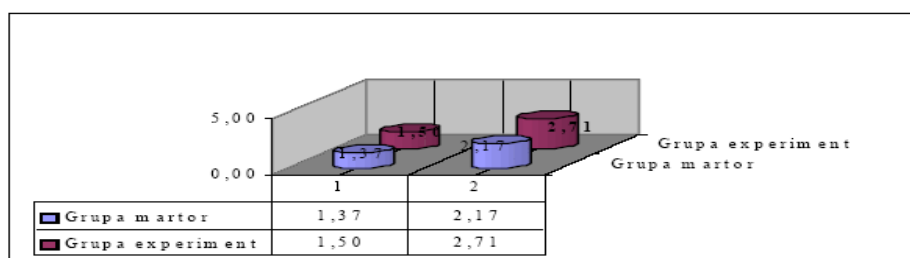


Fig. 7. Dinamica aruncării la țintă verticală la fete

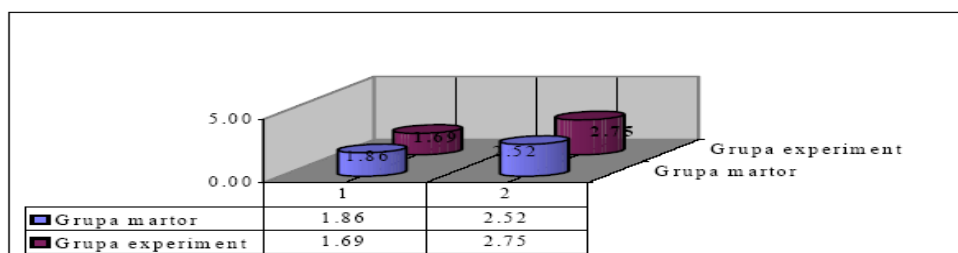


Fig. 8. Dinamica aruncării la țintă verticală la băieți

Considerații generale

Din datele prelucrate statistic observăm că media aritmetică a fiecărei grupe experiment este superioară mediei grupei martor la fiecare probă, dar colectivele prezintă în continuare o lipsă de omogenitate, din cauza unei dispersii foarte mari a performanțelor obținute.

Concluzii. În urma analizei rezultatelor pregătirii tehnice bazate pe însușirea procedeelor tehnice din handbal la acest nivel de vârstă, s-a observat că grupa experiment prezintă rezultate superioare față de grupa martor datorită selecției unor jocuri care angrenează întregul colectiv, în opoziție cu

mijloacele tradiționale, când exersarea are loc individual, nefiind prezent caracterul de întrecere între elevi. Superioritatea grupei experiment față de grupa martor este evidentă în cazul pasării mingii din deplasare, al conducerii mingii printre jaloane, al aruncării mingii din deplasare, fapt lămurit prin efectul transferului pozitiv al deprinderilor și priceperilor motrice în urma aplicării jocurilor de mișcare cu elemente din handbal.

Recomandări practico-metodice. Jocurile de mișcare cu elemente tehnice din handbal

trebuie să fie adecvate structurii dinamice a exercițiilor de bază din cadrul educației fizice la clasele a IV-a, să corespundă particularităților comportamentale și motivaționale ale elevilor. Temele de lecție vor avea un caracter concret, delimitând obiectivele de instruire. Obiectivele de instruire vor fi stabilite în funcție de locul temei în lecție și în sistemul de lecții. Numărul de jocuri utilizate este de cel mult 3-4 în cadrul unei lecții.

Referințe bibliografice:

1. Badiu T., Iacob I. (1997) Exerciții, complexe de exerciții și jocuri de mișcare pentru copii. Iași: Editura Universității „Al. I. Cuza”.
2. Bota I., Bota M. (1990) Handbal: 500 exerciții pentru învățarea jocului. București: Editura Sport –Turism.
3. Cătună G., Alupoaie M. (2012) Handbal/Curs în tehnologia IFR. București: Editura Fundației România de Mâine.
4. Chirazi M., Petrea R. (2015) Metode de cercetare științifică în educație fizică și sport. Iași: Editura Universității „Alexandru Ioan Cuza”.
5. Chiriță G. (1983) Educație fizică prin jocuri de mișcare. București: Editura Stadion.
6. Claparede E. (1975) Psihologia copilului și pedagogia experimentală. București: Editura Didactică și Pedagogică.
7. Colibaba-Evuleț D., Bota I. (1998) Jocuri Sportive - Teorie și metodică. București: Editura Aldin.
8. Epuran M. (1976) Psihologia educației fizice. București: Editura Sport-Turism.
9. Epuran V. (1973) Jocuri de mișcare. București: Editura IEFS.
10. Ghermănescu I. K., Gogăltan V., Janu E., Negulescu, (1983) Teoria și metodică handbalului. București: Editura Didactică și Pedagogică.
11. Ghervan P. (2006) Jocuri pregătitoare pentru handbal. Suceava: Editura Universității.
12. Gogăltan V. (1974) Instruirea copiilor și juniorilor în handbal. București: Editura Stadion.
13. Kunst Ghermănescu I., (1963). Curs de handbal. București: E.D.P.
14. M.E.N. – S.N.E.E. – Sistemul Național Școlar de Evaluare la disciplina educație fizică și sport. – 1999. București.
15. Popovici I. (2006) Handbal – curs de bază. Iași: Editura Universității „Al. I. Cuza”.
16. Șchiopu U., Verza E. (1997) Psihologia vârstelor – ciclurile vieții. Ediția a III-a. București: Editura Didactică și Pedagogică.