



CZU796.328:373.5

STUDIU PRIVIND PREGĂTIREA ECHIPEI REPREZENTATIVE ȘCOLARE DE OINĂ ÎN ÎNVĂȚĂMÂNTUL GIMNAZIAL

*Gălățeanu Sorin¹**Benedek Florian²*¹Școala Gimnazială „Aurelian Stanciu” Salcea, România²Universitatea „Ștefan cel Mare”, Suceava, România

Rezumat. *Practicarea jocului de oină are influențe pozitive asupra organismului și a personalității elevilor.*

Prin lucrarea de față ne-am propus să elaborăm un model de pregătire a echipei reprezentative a școlii în ciclul gimnazial, care, pe lângă participarea la toate competițiile sportive, să poată constitui una dintre furnizoarele de talente pentru echipele de categorie mai mare din punctul de vedere al vârstei, precum și al popularizării oinei prin acești practicanți, care, odată cu absolvirea școlii gimnaziale, o vor duce cu siguranță mai departe.

De aceea, în pregătirea elevilor din echipa reprezentativă, este necesară o mai mare atenție din partea profesorului de educație fizică, în sensul că sarcinile sale sunt mai complexe, plecând de la selecție, întocmirea de programe de pregătire pe etape și perioade, monitorizarea atentă a evoluției fiecărui individ în parte privind progresul, capacitatea de efort pentru a evita insuccesul.

Cuvinte - cheie: *oină, echipă reprezentativă, școală, model de pregătire, tradiție.*

Introducere. Fiecare joc practicat în momentul de față în diferite competiții, olimpiade, campionate mondiale, campionate europene etc., își are propria istorie legată de apariția și dezvoltarea sa. Aria de răspândire a acestora este dată, în mare parte, de caracteristicile jocului, de modul de promovare adaptat și susținerea financiară primită. Datele literaturii de specialitate [2, 5] permit să constatăm că, noi românii, avem oina, sportul nostru național, o manifestare sportivă ale cărei origini se pierd în negura timpului.

Prin lucrarea de față ne-am propus să elaborăm un model de pregătire a echipei reprezentative a școlii în ciclul gimnazial, care, pe lângă participarea la toate competițiile sportive, să poată constitui una dintre furnizoarele de talente pentru echipele de categorie mai mare din punctul de vedere al vârstei, precum și al popularizării oinei prin acești practicanți, care, odată cu absolvirea

școlii gimnaziale, o vor duce, cu siguranță, mai departe.

Prezenta lucrare este și o încercare personală de a veni în ajutorul profesorilor de educație fizică, a acelor care doresc să înființeze la nivelul școlii gimnaziale o echipă reprezentativă.

Se știe că profesorul de educație fizică nu pregătește echipa reprezentativă de oină a școlii după un anumit model, ci după modelul pe care l-a avut el ca jucător. Însă, de cele mai multe ori, profesorul nu a jucat oină, iar pregătirea se face empiric.

De aceea, în pregătirea elevilor din echipa reprezentativă, trebuie o mai mare atenție din partea profesorului de educație fizică, în sensul că sarcinile sale sunt mai complexe, plecând de la selecție, întocmirea de programe de pregătire pe etape și perioade, monitorizarea atentă a evoluției fiecărui individ în parte privind progresul, capacitatea de efort pentru a evita insuccesul [1, 3, 4].



Predarea jocului de oină în Școala Gimnazială „Aurelian Stanciu” Salcea este avantajată de faptul că s-a creat o tradiție. Pe seama acțiunii favorizante a tradiției, are loc o mutație spre vârste mici a momentului începerii predării jocului. Abordarea din clasele a V-a și a VI-a este firească în această situație.

În această lucrare am plecat de la următoarea ipoteză: se presupune că echipa reprezentativă a școlii poate obține rezultate optime, dacă se aplică un program eficient de pregătire, care să fie corespunzător cerințelor actuale privind modelele de joc și pregătire utilizate la nivel național.

Scopul cercetării a fost acela de a implementa un model de pregătire la nivelul echipei reprezentative de oină a școlii noastre (Școala Gimnazială „Aurelian Stanciu” Salcea), iar prin utilizarea unor metode și mijloace adecvate de a contribui la creșterea eficientă a acesteia în competițiile la care participă.

Material și metodă. Experimentul a fost organizat și desfășurat la „Școala Gimnazială „Aurelian Stanciu” din orașul Salcea, județul Suceava, pe toată perioada anului școlar 2016-2017.

Pentru demersul științific experimental a fost ales un eșantion de 16 de subiecți, cu vârstă de 12 – 13 ani (băieți) la momentul începerii experimentului.

Subiecții au fost rezultatul unei selecții prealabile, eșantionul s-a constituit din efectivele unui număr de două clase a VI-a.

Pe parcursul experimentului s-au utilizat mijloace pentru pregătirea specifică jocului de oină, adică exerciții pentru prinderea și pasarea mingii, exerciții pentru țintirea adversarului, exerciții pentru servirea mingilor, exerciții pentru oprirea mingilor, exerciții pentru bătaia mingii, exerciții pentru apărare etc.

Probele de control la care au fost supuși subiecții sunt următoarele:

-alergare laterală pe 12 metri în poziția apărătorului: este o alergare mult uzitată în jocul de oină, distanța reprezintă echivalentul lungimii unui careu din terenul de oină pentru copii (juniori III). Testarea a fost efectuată după câteva repetări de învățare. Alergarea s-a executat cu start din picioare, cronometraj la mișcare. Se efectuează o singură încercare și rezultatul se înregistrează în secunde și zecimi de secundă.

-alergarea de 50 metri cu start din picioare, cu întoarcere în poziția apărătorului de 360 grade în careul al doilea: distanța este echivalentul lungimii terenului pentru copii între linia de plecare și linia de scăpare. Alergarea se execută cu start din picioare, cu cronometraj la mișcare. Se efectuează două încercări cu pauze de minim 10 minute între alergări și se înregistrează cea mai bună. Rezultatele se înregistrează în secunde și zecimi de secundă.

-aruncarea mingii de oină la țintă fixă: aruncarea înseamnă transmiterea mingii către partener, în cazul pasei, și către adversarul static, în cazul țintirii. Ținta este reprezentată de un cerc cu diametrul de 70 centimetri agățat la înălțimea de 1,5 metri. Aruncarea se efectuează de la distanța de 10 metri. Timpul efectuat pentru cele 10 aruncări este de 30 secunde. Se înregistrează numărul de aruncări în țintă (cerc).

-aruncarea mingii la țintă mobilă: aruncarea reprezintă țintirea adversarului în mișcare, adică finalizarea în cele mai multe cazuri. Ținta este reprezentată de un cerc cu diametrul de 70 centimetri rostogolit pe sol de doi elevi aflați la o distanță de 10 metri între ei. Cercul trebuie să treacă la o distanță de 8 metri față de elevul care efectuează aruncarea la țintă. Se aruncă 10 mingi fără limită de timp. Se înregistrează numărul de aruncări prin cerc.

-*pasa în doi*: reprezintă elementul tehnic esențial pentru jocul de oină, fără de care jocul nu poate fi posibil. Distanța dintre cei 2 (doi) parteneri este de 12,5 metri, adică distanța dintre două cercuri pentru terenul de joc pentru juniori III (copii). Timpul acordat efectuării paselor este de 1 minut. Se înregistrează numărul de pase.

-*bătaia mingii cu bastonul*: reprezintă procedeul care poate aduce puncte valoroase echipei, când se află la bătaie, conform regulamentului actual, dar are și implicații tactice în joc. Se execută 10 bătaii în timp nelimitat. Servirea se execută de aceeași persoană pentru constanță.

Rezultatele tuturor acestor măsurători și testări sunt consemnate în tabele.

La începutul anului școlar 2016-2017, după testarea inițială, elevii au fost anunțați că vor repeta aceste teste la sfârșitul anului școlar, în utimele două săptămâni.

În interpretarea datelor obținute, am folosit formulele de calcul pentru a obține amplitudinea, media aritmetică, abaterea standard și coeficientul de variabilitate.

Rezultate și discuții. În urma efectuării testărilor inițiale și apoi a celor finale, s-a ajuns la niște rezultate ce sunt inserate în tabelele de mai jos.

Tabelul 1. Rezultatele la probele de control ce vizează pregătirea specifică jocului de oină a elevilor subiecți la începutul anului școlar 2016-2017

Parametri statistici	Alergare 12m lateral în poziția apărătorului	Alergare 50m cu întoarcere 360 grade în careul II	Aruncarea la țintă fixă	Aruncarea la țintă mobilă	Bătaia mingii cu bastonul	Pase în doi într-un minut
Media aritmetică	3,59	11,53	4,68	4,06	4	27,37
Amplitudinea	0,5	1,8	4	3	4	8
Abaterea standard	0,22	0,58	0,95	0,95	0,95	2,69
Coeficientul de variabilitate	6,15	5,04	19,96	23,93	24,35	9,81

Tabelul 2. Rezultatele la probele de control ce vizează pregătirea specifică jocului de oină a elevilor subiecți la sfârșitul anului școlar 2016-2017

Parametri statistici	Alergare 12m lateral în poziția apărătorului	Alergare 50m cu întoarcere 360 grade în careul II	Aruncarea la țintă fixă	Aruncarea la țintă mobilă	Bătaia mingii cu bastonul	Pase în doi într-un minut
Media aritmetică	3,38	11,08	7,87	7,12	7,75	39,5
Amplitudinea	0,7	2	5	5	4	5
Abaterea standard	0,23	0,66	1,45	1,61	1,18	1,97
Coeficientul de variabilitate	6,87	5,91	18,71	23,90	15,77	5,05

Probele din acest set sunt cele care scot în relief nivelul pregătirii specifice în jocul de oină. Rezultatele înregistrate la probele de control sunt prezentate în tabelele nominale 5

și 6. În tabelul următor observăm evoluția indicelui mediu pe parcursul perioadei de referință la probele avute în vedere.

Tabelul 3. evoluția indicelui mediu pe parcursul perioadei de referință

Proba	Alergare 12m lateral în poziția apărătorului	Alergare 50m cu întoarcere 360 grade în careul II	Aruncarea la țintă fixă	Aruncarea la țintă mobilă	Bătaia mingii cu bastonul	Pase în doi într-un minut
Indice mediu inițial	3,59	11,53	4,68	4,06	4	27,37
Indice mediu final	3,38	11,08	7,87	7,12	7,75	39,5
Diferența	0.21	0.45	3.19	3.06	3.75	12.13

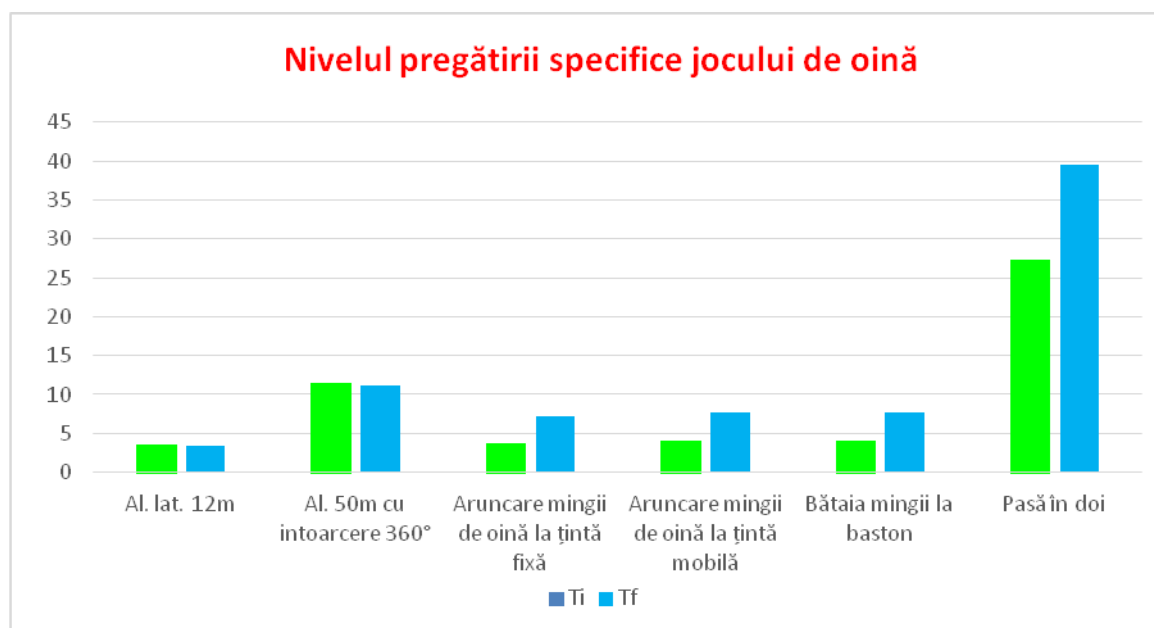


Fig. 1. Nivelul pregătirii specifice jocului de oină

În Figura 1 sunt interpretate rezultatele înregistrate la testarea inițială și la cea finală.

Alergarea laterală 12 metri în poziția apărătorului

Elementele statistice ale eșantionului celor 16 subiecți supuși testărilor realizează un

indice mediu inițial de 3.59 secunde și un indice mediu final de 3.38 secunde, înregistrându-se o diferență de 0.21 secunde. Această diferență este rezultatul dezvoltării somatice în simbioză cu influențarea exercitată prin lecții de antrenament și jocuri.

Alergarea de 50 metri cu start din picioare și întoarcere 360 grade în careul II

Eșantionul realizează un indice mediu inițial de 11.53 secunde și final de 11.08 secunde, cu o îmbunătățire de 0.45 secunde, fapt datorat creșterii în vârstă, dar și practicării jocului de oină și pregătirii aferente.

Aruncarea mingii de oină la o țintă fixă

Evoluția indicelui mediu a fost de la 4.68 aruncări la testarea inițială la 7.87 aruncări la cea finală, rezultând o creștere de 3.19 aruncări. Acest progres se datorează în primul rând practicării jocului de oină, pregătirii intense.

Aruncarea mingii de oină la țintă mobilă

Din efectuarea unei baterii de 10 aruncări, s-au obținut următorii indici medii: inițial 4.06 aruncări și final 7.12 aruncări, cu un progres de 3.06 aruncări, datorat practicării jocului de oină.

Bătaia mingii cu bastonul

Indicele mediu a evoluat de la 4 lovituri la testarea inițială la 7.75 lovituri la cea finală, cu o creștere de 3.75 lovituri datorată practicării jocului în antrenamentele din cadrul orelor de cerc sportiv.

Pasa în doi într-un minut

Eșantionul realizează un indice mediu inițial de 27.37 pase pe minut, iar la testarea

finală 39.5 pase pe minut. Creșterea a fost de 12.13 pase pe minut și se datorează pregătirii și practicării jocului de oină pe parcursul anului școlar.

Concluzii:

În urma studiului, ipoteza de la care am plecat a fost confirmată, adică echipa reprezentativă a școlii poate obține rezultate optime, dacă se aplică un program eficient de pregătire, care să fie corespunzător cerințelor actuale față de modelele de joc și de pregătire utilizate la nivel național.

Nivelul pregătirii specifice a elevilor - subiecți ai cercetării crește pe parcursul anului școlar atât ca urmare a acumulărilor somatice, cât și în mod deosebit, ca rezultat al practicării organizate a jocului de oină.

Predarea jocului de oină influențează pozitiv indicii de sănătate, stimulează creșterea somatică, influențează favorabil capacitatea motrice a elevilor. În acest sens, jocul de oină poate sta alături de celelalte jocuri ce se predau în școală în rezolvarea sarcinilor și a obiectivelor educației fizice școlare.

Predarea jocului de oină la clasă facilitează depistarea și pregătirea echipei școlii prin cunoașterea elevilor din punct de vedere fizic, tehnico-tactic, al calităților psihice.

Referințe bibliografice:

1. Buiac D., Buleu A. (2005) Oina, jocul preferat. București: Editura Profexim.
2. Dragnea A. (1984) Măsurare și evaluare în Educație fizică și sport. București: Editura Sport-Turism.
3. Negulici D. (1986) Algoritmizarea pregătirii fizice în jocul de oină. În: Revista Educație Fizică și Sport, nr.12. București: CNEFS.
4. Pantelimon G., Zlate M., Verza E. (1991) Psihologia copilului. București: Editura Didactică și Pedagogică.
5. Roată R. (2014) Învățarea jocului de oină și pregătirea echipei reprezentative. Suceava: Editura Universității „Ștefan cel Mare”.