
INCREASING THE EFFICIENCY OF ATHLETIC SKILL LEARNING, BY USING THE DIFFERENTIAL TREATMENT IN THE PHYSICAL EDUCATION LESSON

Mujea Ana-Maria ^{1*}

¹ National University of Physical Education and Sports, Bucharest, 060056, Romania

Keywords: *differential treatment, physical education lesson, operational modules.*

Abstract

This paper aims to highlight the effects of using the differential treatment in physical education lessons, in pre-university education. Used both as a method and a principle, the differential treatment, although it is far from representing a novelty in motor activities, may acquire, through its specificity, multiple valences. In this research, the differential treatment was used according to the motor potential of pupils included in the study. We achieved an initial testing, which comprised events specific to the evaluation of athletic motor skills, namely the 50 m. speed running with a crouch start, oina ball throwing and running long jump. In the research, three samples were evaluated, they being represented by the 6th, 7th and 8th grades. These were the experiment groups, the control groups missing from our study. After applying the differential programme, we made the final testing, which emphasized the efficiency of using the differential treatment in physical education lessons.

1. Introduction

The approach of this topic supposes to achieve a theoretical and practical analysis, pragmatically in both cases, on the education and instruction process specific to the physical education system. In this sense, the paper contains a contextual framework presenting some educative-formative aspects based on information about the differential treatment.

The experimental part includes a longitudinal study that aims to validate the efficiency of applying and/or using the differential treatment in physical education lessons, in pre-university education.

Differential treatment represents a methodological orientation, through which the content of the instruction and education process is focused on the particularities of the subjects one works with (Șerbănoiu & Tudor, 2007). This method also has a diagnosis role, through which the possible differences at the level of subjects' motricity can be seized (Niculescu, 2002). After establishing

* E-mail: mujeaanamaria@yahoo.com

the level of each subject, some groups of values have been created. These groups of values may have either a closed or an open character.

In the case of closed groups, the migration of subjects from one group to another is not possible. The groups of values remain unchanged until the final evaluation is applied.

The open character consists of the fact that the subjects have the possibility to change the groups of values whenever a progress or a regression occurs at the level of one's own and the teammates' performances. The groups of values are generically called the 1st group of values, the 2nd group of values and the 3rd group of values.

The tasks to be performed by the subjects differ from one group to another, thus:

- the 1st group of values – characterized by the following: increase in the intensity of effort, execution of some varied structures of exercises, decrease in the volume of effort, progress in the complexity of effort;

- the 2nd and 3rd groups of values – characterized by the following: decrease in the intensity of effort, execution of some standard exercises, decomposition and analytical learning of the skill, increase in the volume of effort, increase in the amount of information received through the visual and auditory pathways, concretized in the utilization of demonstrations and explanations. Demonstrations can be performed by the pupils making part of the 1st groups of values.

These different tasks assigned to the subjects do not represent anything else but a result of each one's individual particularities.

The differences among individuals turn the differential treatment into a prerequisite for the education efficiency.

In this case, the physical education teacher has an important role in the achievement of the proposed objectives, being permanently concerned with choosing the most efficient means and methods specific to the tasks and the pupils' motor potential (Cârstea, 2000). The content and forms of activity are conditioned by morphological, functional, psychological or social factors. It results that the application of this method claims a good knowledge of the pupils' individual particularities (Ardelean, 1990).

Differentiation aims at adapting the learning process to the different possibilities of the pupils, to the capacity of understanding and the working rhythm proper to some groups of pupils or even to each pupil separately (Marolicaru, 1986).

Differential instruction, which refers to the personalisation or individualisation of the instructive-educative approach in relation to the set of observations and the examination of individual needs (specific to each child), represents a means for improving the education in general, by reconsidering the particularities pertaining to each pupil's evolution and development (Gheruț, 2006).

2. Material and methods

To conduct our experimental approach, we started from the premise that, in physical education, the implementation of some operational modules, conceived according to the subjects' particularities, might lead to the improvement of their performances.

The purpose of this research is to increase the efficiency of the education and instruction process in physical education lessons, by using the differential treatment.

The research hypothesis supposes that approaching the themes of the lessons on groups of values, created depending on the motor potential, has positive effects on the process of learning some athletic skills, such as: 50m speed running with a crouch start, oina ball throwing and running long jump.

The research methods used were the following: bibliographic study, the experiment, statistical-mathematical method and graphical method.

The experimental research took place during the first semester of the school year 2011-2012, at the Lower Secondary School no. 115 of Bucharest.

The sample included in the research was made up of pupils in the 6th, 7th and 8th grades. The pupils participating in the study, whose total number was 35, can be represented as follows (Fig. 1):

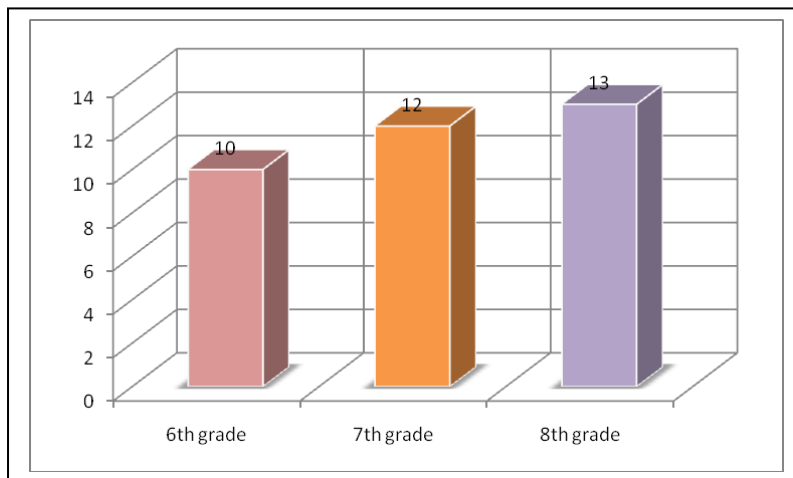


Figure 1. *Sample included in the research*

The activity was carried out within some programmes distributed twice a week, the lessons making part of the common core and having a temporal characteristic of 50 minutes per lesson. Lessons took place on the physical education grounds.

Pupils benefited from the utilisation of differential treatment, depending on their motor potential, and during the lessons, the work was done on groups of values. The classrooms were applied the same trials: speed running with a

crouch start, oina ball throwing and running long jump, both at the initial and final testing.

The groups of values have a closed character, which does not allow the pupils to migrate from one status to another while the preparation programme is in progress.

After the initial evaluation, the tested subjects can be framed, for one of the motor skills, within the 1st group of values, and for another motor skill, within the 2nd or 3rd group of values.

The distribution on groups of values was made depending on the performances achieved by the pupils at the applied trials. For each trial separately, some evaluation standards have been conceived, prior to the application of initial evaluation (table 1):

Table 1. Evaluation standards for the applied trials

Classroom	6 th grade			7 th grade			8 th grade		
	1 st	2 nd	3 rd	1 st	2 nd	3 rd	1 st	2 nd	3 rd
Oina ball throwing (m)	27 – >31	22 – 26	<20 – 21	29 – >33	25 – 28	<22 – 24	31 – >37	27 – 30	<24 – 26
Speed running (sec)	8.2 – <8.1	8.4 – 8.3	>8.6 – <8.5	8 – <7.9	8.2 – 8.1	>8.4 – <8.3	7.8 – <7.7	8 – 7.9	>8.2 – <8.1
Long jump (m)	2.75 – >2.85	2.6 – 2.7	<2.5 – 2.55	2.9 – >3	2.65 – <2.8	<2.55 – <2.6	3.1 – >3.2	2.8 – 3	<2.6 – <2.7

After establishing the groups of values, the differential programme was put into practice. The programme complied with the methods of teaching athletics in school and took into account the working technique for learning each motor skill under evaluation.

At the end of each learning unit, we made the final evaluation, which consisted of applying the same initial trials for each classroom separately.

This evaluation has emphasized the migration of groups as follows:

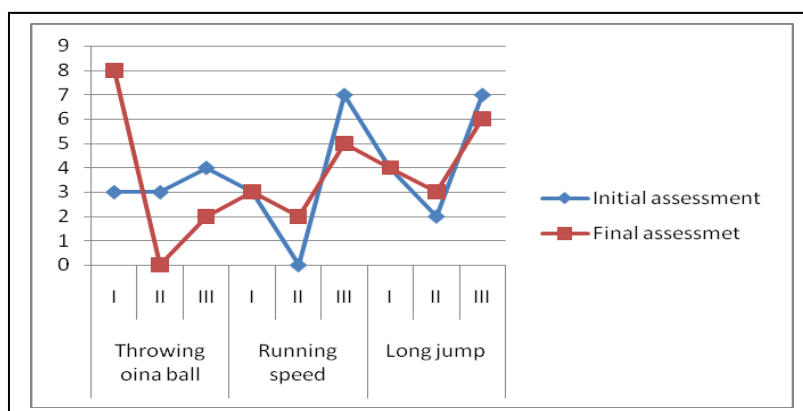


Figure 2. Migration of groups – 6th grade

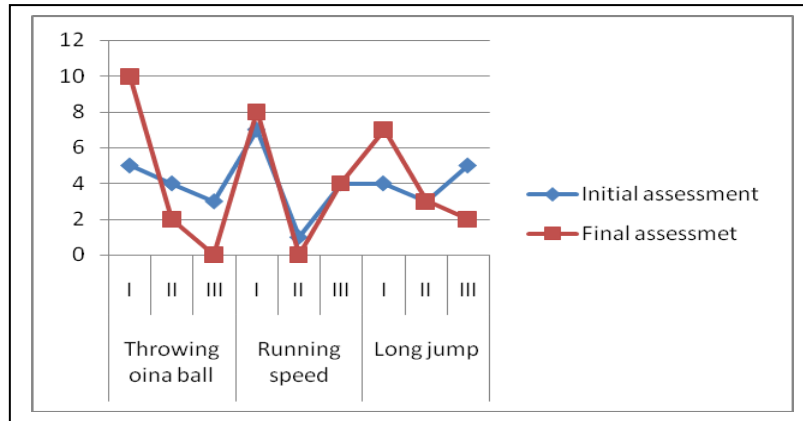


Figure 3. Migration of groups – 7th grade

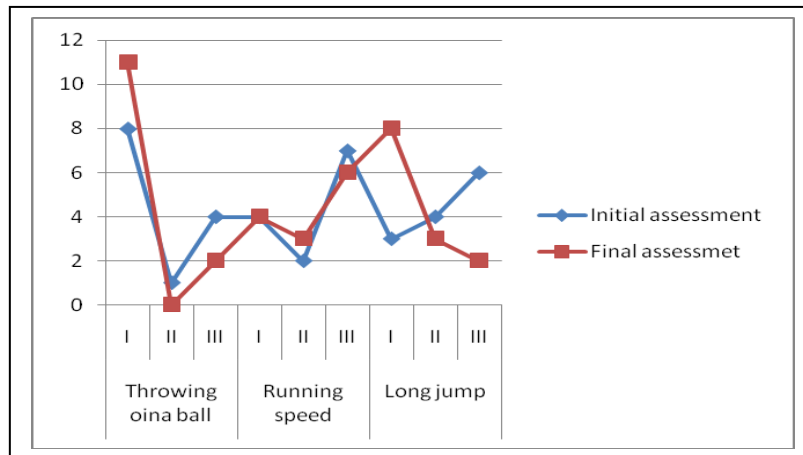


Figure 4. Migration of groups – 8th grade

3. Results and discussions

Analysis and interpretation of results for the 6th, 7th and 8th grades, at the initial evaluation (I.E.) and final evaluation (F.E.) – oina ball throwing (table 2):

Table 2. Results achieved for the oina ball throwing

Statistical Indicators	6 th grade		7 th grade		8 th grade	
	I.E.	F.E.	I.E.	F.E.	I.E.	F.E.
\bar{x}	21.1	28.8	27.33	34.25	33.15	42.15
S	7.651	5.808	6.827	4.372	12.12	11.01
Cv	36.26	20.17	24.98	12.76	36.57	26.13

Subsequent to the application of initial and final trials, which assess the

motor skill called “oina ball throwing”, it has been found that:

- for the 6th grade, the difference is concretized in 7.7 meters, in favour of the final testing. The coefficient of variability is excessive in the case of initial testing and moderate in the case of final testing;
- for the 7th grade, the difference between the two testing stages is 6.92 meters, a value recorded in favour of the final testing. The coefficient of variability is moderate in the case of initial evaluation and low in the case of final evaluation;
- for the 8th grade, the difference recorded after the final testing is 9 meters. The group homogeneity is excessive after applying the initial evaluation and high after applying the final evaluation.

Analysis and interpretation of results for the 6th, 7th and 8th grades, at the initial evaluation (I.E.) and final evaluation (F.E.) – 50m speed running with a crouch start (table 3):

Table 3. Results achieved for the speed running

Statistical indicators	6 th grade		7 th grade		8 th grade	
	I.E.	F.E.	I.E.	F.E.	I.E.	F.E.
\bar{x}	9.29	8.739	8.323	7.792	9.084	8.582
<i>S</i>	1.934	1.261	1.308	1.013	1.909	1.351
<i>Cv</i>	20.82	14.43	15.72	13	21.01	15.74

After the analysis of results, we may conclude that:

- for the 6th grade, the difference is concretized in 0.56 seconds, in favour of the final testing. The group homogeneity is moderate at the initial evaluation and low at the final evaluation;
- for the 7th grade, the difference between the two testing stages is 0.53 seconds, a value recorded in favour of the final testing. The group homogeneity is moderate at the initial evaluation and low at the final evaluation;
- for the 8th grade, the difference recorded after applying the final testing is 0.5 seconds. The group homogeneity is moderate in both of the cases.

Analysis and interpretation of results for the 6th, 7th and 8th grades, at the initial evaluation (I.E.) and final evaluation (F.E.) – running long jump (table 4):

Table 4. Results achieved for the running long jump

Statistical Indicators	6 th grade		7 th grade		8 th grade	
	I.E.	F.E.	I.E.	F.E.	I.E.	F.E.
\bar{x}	2.375	2.655	2.763	3.088	2.731	3.138
<i>S</i>	0.315	0.279	0.588	0.431	0.466	0.357
<i>Cv</i>	13.25	10.52	21.29	13.95	17.07	11.38

After applying the differential preparation programme, the following values have been recorded:

- for the 6th grade, a difference of 0.28 meters in favour of the final testing, compared to the initial testing. The group homogeneity is low after both of the evaluations, namely the initial and final ones;

- for the 7th grade, the arithmetic mean value at the initial evaluation is 2.37 meters, while the mean value at the final evaluation is 2.65 meters. It is recorded an increase of performances by 0.32 meters. The group homogeneity is moderate at the initial evaluation and low at the final evaluation;

- for the 8th grade, the arithmetic mean value at the initial evaluation is 2.73 meters, while the mean value at the final evaluation is 3.13 meters. It is recorded an increase of performances by 0.4 meters. The group homogeneity is moderate at the initial evaluation and low at the final evaluation.

4. Conclusions

Differential treatment requires the teacher to have experience, in the sense of a good knowledge of the pupils he/she works with, from the motor, functional, somatic and psychological points of view.

Following the application of the differential programme to the pupils in lower secondary education, the research hypothesis, according to which approaching the themes of the lessons on groups of values, created depending on the motor potential, has positive effects on the process of learning some athletic skills, such as: 50m speed running with a crouch start, oina ball throwing and running long jump, has been confirmed.

The differential process also stimulated the subjects' motivation and ambition, so that they wanted to achieve higher performances, which was proved by the values recoded at the three trials.

The instruction and education process is recommended to be made up of the combination between the activity carried out on groups of values and the frontal activity. In this sense, the pupils with clearly better performances, from the motricity point of view, will not stagnate or regress, and the pupils who are less gifted, from the motor point of view, may reach superior values.

Acknowledgements

This paper is made and published under the aegis of the National University of Physical Education and Sports from Bucharest, as a partner of program co-funded by the European Social Fund within the Operational Sectorial Program for Human Resources Development 2007-2013 through the project Pluri- and interdisciplinary in doctoral and post-doctoral programs Project Code: POSDRU/159/1.5/S/141086, its main beneficiary being the Research Institute for Quality of Life, Romanian Academy.

References

1. MAROLICARU, M. (1986). *Tratarea diferențiată în educație fizică*, București: Edit. Didactică și Pedagogică, p. 26;
2. GHERUȚ, A. (2006). *Psihopedagogia persoanelor cu cerințe speciale, Strategii diferențiate și incluzive în educație*, București: Edit. Polirom, p. 144;
3. ARDELEAN, T. (1990). *Particularitățile dezvoltării calităților motrice în atletism*, București: Edit. IEFS;
4. CÂRSTEA, G. (2000). *Teoria și metodică educației fizice și sportului*, București:Edit. Anda;
5. NICULESCU, M. (2002). *Metodologia cercetării științifice în educație fizică și sport*, București: Edit. ANEFS;
6. ȘERBĂNOIU, S., TUDOR, V. (2007). *Teoria și metodică educației fizice și sportului*, București: Edit. Discobolul.

EFICIENTIZAREA ÎNVĂȚĂRII DEPRINDERILOR ATLETICE, PRIN UTILIZAREA TRATĂRII DIFERENȚIATE ÎN LECȚIA DE EDUCAȚIE FIZICĂ

Mujea Ana-Maria ¹

¹Universitatea Națională de Educație Fizică și Sport, București, 060056, România

Cuvinte cheie: *tratare diferențiată, lecție de educație fizică, module operaționale.*

Rezumat

Lucrarea de față își propune să scoată în evidență efectele utilizării tratării diferențiate în lecțiile de educație fizică din învățământul preuniversitar. Folosită atât ca metodă, cât și ca principiu, tratarea diferențiată, deși nu reprezintă deloc o noutate în activitățile motrice, poate căpăta, prin specificul său valențe multiple. În prezenta cercetare am utilizat tratarea diferențiată în funcție de potențialul motric al elevilor cuprinși în cercetare. Am realizat o testare inițială, care a cuprins probe specifice evaluării deprinderilor motrice specifice atletismului și anume alergare de viteză 50 de metri, cu start de jos, aruncarea mingii de oină și săritura în lungime cu elan. În cercetare au fost cuprinse trei eșantioane, reprezentate de clasele a VI-a, a VII-a și a VIII-a. Acestea au fost grupe de experiment, neexistând grupe de control. În urma aplicării programului diferențiat am realizat testarea finală, care a evidențiat eficiența utilizării tratării diferențiate în lecțiile de educație fizică.

1. Introducere

Abordarea acestei teme propune să realizeze o analiză teoretică și practică, pragmatică în ambele cazuri asupra procesului de educare și instruire specific sistemului de educație fizică.

În acest sens, lucrarea cuprinde un cadru contextual, prin care se expun aspectele educațional-formative, de natură informațională referitoare la tratarea

diferențiată.

Partea experimentală cuprinde un studiu longitudinal, care urmărește validarea eficienței aplicării și/sau utilizării tratării diferențiate în lecția de educație fizică din învățământul preuniversitar.

Tratarea diferențiată reprezintă o orientare metodologică, prin care conținutul procesului de instruire și educație se adresează particularităților subiecților cu care se lucrează (Șerbănoiu & Tudor, 2007). Această metodă îndeplinește și un rol de diagnosticare, prin care eventualele diferențe la nivelul motricității subiecților pot fi sesizate (Niculescu, 2002). Ulterior stabilirii nivelului fiecărui subiect s-au întocmit grupe valorice. Aceste grupe valorice pot avea un caracter închis sau deschis. În cazul grupelor închise, migrarea subiecților de la o grupă la alta nu este posibilă. Grupele valorice rămân neschimbate până la aplicarea evaluării finale.

Caracterul deschis constă din posibilitatea subiecților de a schimba grupele valorice ori de câte ori se realizează un progres sau un regres la nivelul performanțelor personale și ale colegilor. Grupele valorice sunt denumite generic grupa valorică I, grupa valorică II și grupa valorică III.

Sarcinile pe care subiecții trebuie să le execute diferă de la o grupă la alta, astfel:

- grupa valorică I – caracterizată prin creșterea intensității de efort, prin efectuarea unor structuri variate de exerciții, prin scăderea volumului de efort, prin progres în ceea ce privește complexitatea efortului;

- grupele valorice II și III – caracterizate prin scăderea intensității de efort, prin efectuarea unor exerciții standard, prin descompunerea și învățarea analitică a deprinderii, prin creșterea volumului de efort, prin sporirea informațiilor pe cale vizuală și auditivă a primirii informațiilor, concretizată în utilizarea demonstrațiilor, explicațiilor. Demonstrațiile pot fi realizate de către elevii componenți ai grupelor valorice I.

Aceste sarcini diferite pe care le primesc subiecții nu reprezintă altceva decât un rezultat al particularităților individuale ale fiecăruia.

Deosebiriile dintre indivizi fac din tratarea diferențiată o condiție princeps a eficienței învățământului. În acest caz, profesorul de educație fizică are un rol important în realizarea obiectivelor propuse, fiind permanent preocupat de alegerea celor mai eficiente mijloace și metode specifice sarcinilor și potențialului motric al elevilor (Cârstea, 2000). Conținutul și formele activității sunt condiționate de factori morfologici, funcționali, psihologici sau sociali. Rezultă că aplicarea acestei metode reclamă buna cunoaștere a particularităților individuale a elevilor (Ardelean, 1990).

Diferențierea vizează adaptarea procesului învățării la posibilitățile diferite ale elevilor, la capacitatea de înțelegere și ritmul de lucru, proprii unor grupuri de elevi sau, chiar, fiecărui elev în parte (Marolicaru, 1986).

Instruirea diferențiată semnifică personalizarea sau individualizarea demersului instructiv-educativ în raport cu setul de observații și examinarea cerințelor individuale (specifice fiecărui copil), constituind un mijloc de

ameliorare a educației în general, prin reconsiderarea particularităților de evoluție și dezvoltare ale fiecărui elev în parte (Gheruț, 2006).

2. Material și metode

În vederea desfășurării demersului experimental am pornit de la premisa conform căreia în educația fizică, introducerea unor module operationale, concepute conform particularităților subiecților poate conduce la îmbunătățirea performanțelor acestora.

Scopul cercetării vizează eficientizarea procesului de educare și instruire în lecțiile de educație fizică, prin utilizarea tratării diferențiate.

Ipoteza cercetării experimentale presupune că abordarea temelor de lecție pe grupe valorice, constituite în funcție de potențialul motric are efecte pozitive asupra procesului de învățare a deprinderilor atletice precum: alergarea de viteză – 50 metri cu start de jos, aruncarea mingii de oină și săritura în lungime cu elan.

Metodele de cercetare folosite au fost reprezentate de metoda studiului bibliografic, experimentul, metoda statistico-matematică și metoda grafică.

Cercetarea experimentală s-a desfășurat pe parcursul primului semestru al anului școlar 2011 – 2012, la Școala Gimnazială nr. 115 din București.

Eșantionul cuprins în cercetare a fost alcătuit din elevi ai claselor a VI-a, a VII-a și a VIII-a. Elevii participanți la studiu, însumând un număr total de 35 pot fi reprezentați astfel (Fig. 1):

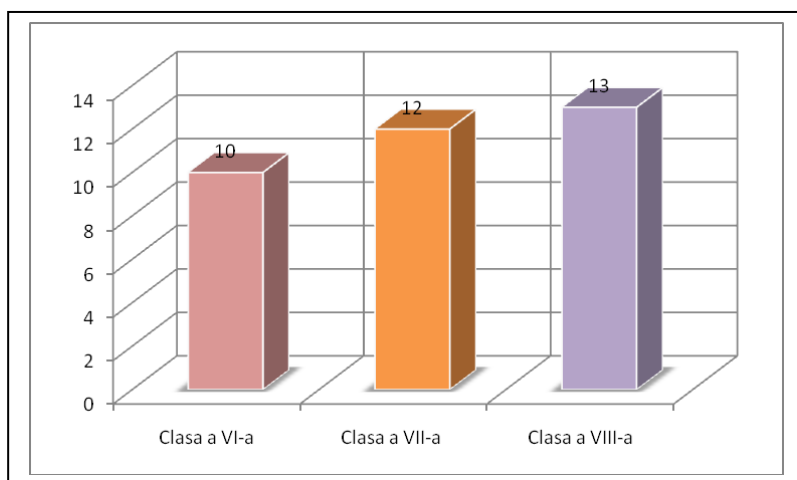


Figura 1. Eșantionul cuprins în cercetare

Activitatea s-a desfășurat în programe repartizate în două zile pe săptămână. Lecțiile fac parte din trunchiul comun și au o caracteristică temporală de 50 minute fiecare. Lecțiile s-au desfășurat pe terenul de educație fizică.

Clasele au beneficiat de utilizarea tratării diferențiate în funcție de potențialul motric, iar pe parcursul lecțiilor s-a lucrat pe grupe valorice. Acestor clase le-au fost aplicate aceleași probe de control: alergare de viteză, cu start de jos, aruncarea mingii de oină, săritura în lungime cu elan, atât inițiale, cât și finale.

Grupele valorice au un caracter închis, ceea ce nu permite elevilor migrarea de la un statut la altul pe parcursul derulării programului de pregătire.

Subiecții evaluați, după aplicarea evaluării inițiale se pot regăsi la una dintre deprinderi motrice în grupa valorică I, iar la altă deprindere motrică la grupa valorică II, sau la grupa valorică III.

Împărțirea pe grupe valorice s-a realizat în funcție de performanțele obținute de către elevi la probele de control aplicate. Pentru fiecare probă în parte au fost concepute bareme de evaluare, înaintea aplicării evaluării inițiale (tabel 1):

Tabelul 1. Bareme de evaluare pentru probele de control aplicate

Clasa	a VI-a			a VII-a			a VIII-a		
	I	II	III	I	II	III	I	II	III
Aruncarea mingii de oină (m)	27 – >31	22 – 26	<20 – 21	29 – >33	25 – 28	<22 – 24	31– >37	27 – 30	<24 – 26
Alergare de viteză (sec)	8,2 – <8,1	8,4 – 8,3	>8,6 – 8,5	8 – <7,9	8,2 – 8,1	>8,4 – 8,3	7,8 – <7,7	8 – 7,9	>8,2 – 8,1
Săritura în lungime (m)	2,75 – >2,85	2,6 – 2,7	<2,5– 2,55	2,9 –>3	2,65 – 2,8	<2,55 – 2,6	3,1 – >3,2	2,8 – 3	<2,6 – 2,7

Ulterior stabilirii grupelor valorice s-a desfășurat programul diferențiat. Programul a respectat metodica predării atletismului în școală, a ținut cont de tehnica de lucru pentru învățarea fiecărei deprinderi motrice evaluate.

La sfârșitul fiecărei unități de învățare s-a desfășurat evaluarea finală, care a constat din aplicarea aceluiași probe inițiale pentru fiecare clasă în parte.

Această evaluare a evidențiat migrarea grupelor astfel:

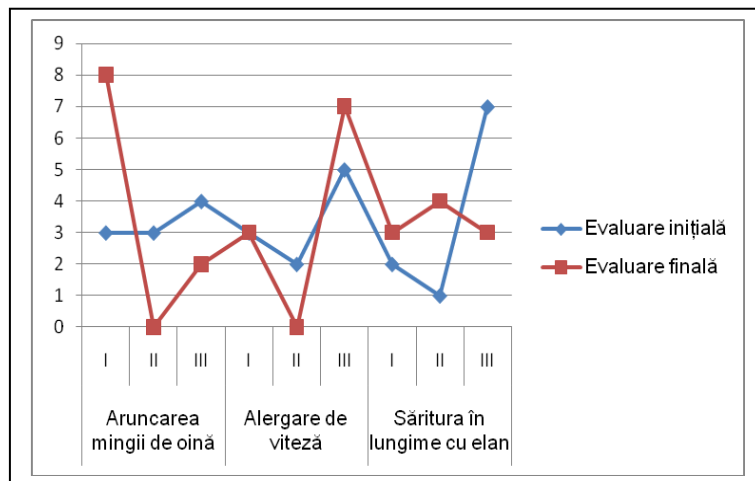


Figura 2. Migrarea grupelor – clasa a VI-a

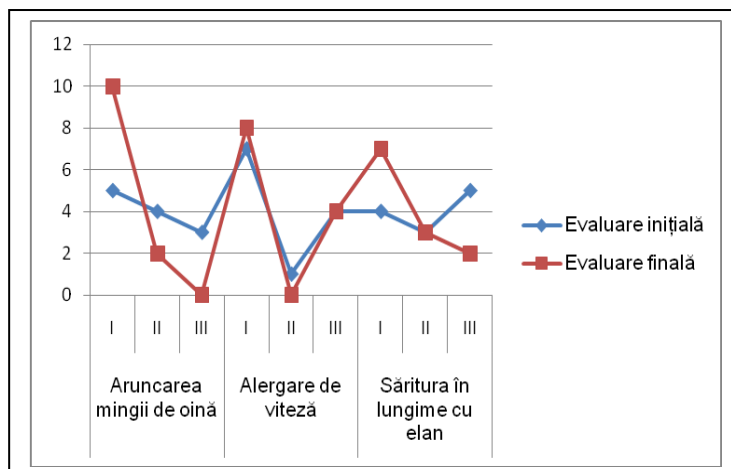


Figura 3. Migrarea grupelor – clasa a VII-a

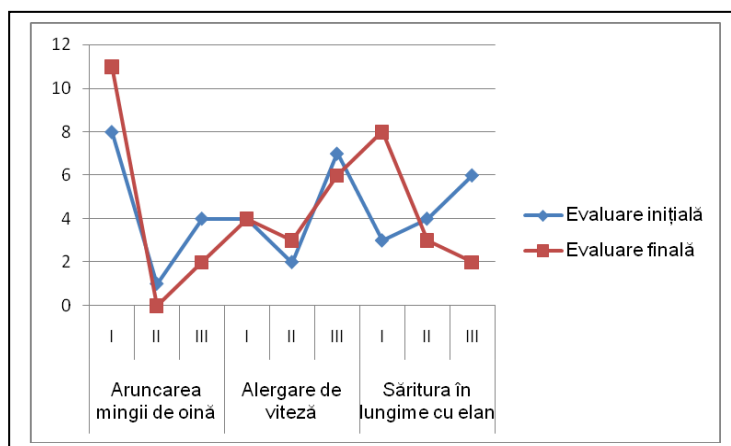


Figura 4. Migrarea grupelor – clasa a VIII-a

3. Rezultate și discuții

Analizarea și interpretarea rezultatelor la clasa a VI-a, a VII-a și a VIII-a la evaluarea inițială și la evaluarea finală – aruncarea mingii de oină (tabel 2):

Tabelul 2. Rezultate obținute la aruncarea mingii de oină

Indicatori statistici	Clasa a VI-a		Clasa a VII-a		Clasa a VIII-a	
	E.I.	E.F.	E.I.	E.F.	E.I.	E.F.
\bar{x}	21,1	28,8	27,33	34,25	33,15	42,15
S	7,651	5,808	6,827	4,372	12,12	11,01
Cv	36,26	20,17	24,98	12,76	36,57	26,13

Ulterior aplicării probei de control inițiale și finale, care evaluează deprinderea motrică aruncarea mingii de oină se constată că:

- la clasa a VI-a diferența se concretizează în 7,7 metri în favoarea testării finale. Omogenitatea este foarte mică, în cazul testării inițiale și moderată în cazul testării finale;
- la clasa a VII-a diferența între cele două testări este de 6,92 metri, valoare înregistrată în favoarea testării finale. Omogenitatea este moderată în cazul evaluării inițiale și mare în cazul evaluării finale;
- la clasa a VIII-a diferența înregistrată după aplicarea testării finale este de 9 metri. Omogenitatea grupului este foarte mică în urma aplicării evaluării inițiale și mică în urma aplicării evaluării finale.

Analizarea și interpretarea rezultatelor la clasele a VI-a, a VII-a și a VIII-a la evaluarea inițială și finală – alergare de viteză, 50 de metri, cu start de jos (tabel 3):

Tabelul 3. Rezultate obținute la alergarea de viteză

Indicatori statistici	Clasa a VI-a		Clasa a VII-a		Clasa a VIII-a	
	E.I.	E.F.	E.I.	E.F.	E.I.	E.F.
\bar{x}	9,29	8,739	8,323	7,792	9,084	8,582
S	1,934	1,261	1,308	1,013	1,909	1,351
C_v	20,82	14,43	15,72	13	21,01	15,74

În urma analizării rezultatelor putem conchide că:

- la clasa a VI-a diferența se concretizează în 0,56 secunde în favoarea elevilor la testarea finală. Omogenitatea grupului la evaluarea inițială este moderată și mare la evaluarea finală;
- la clasa a VII-a diferența între cele două testări este de 0,53 secunde, valoare înregistrată în favoarea testării finale. Omogenitatea grupului la evaluarea inițială este moderată și mare la evaluarea finală;
- la clasa a VIII-a diferența înregistrată după aplicarea testării finale este de 0,5 secunde. Omogenitatea grupului este moderată în ambele cazuri.

Analizarea și interpretarea rezultatelor la clasele a VI-a, a VII-a și a VIII-a la evaluarea inițială și finală – săritura în lungime cu elan (tabel 4):

Tabelul 4. Rezultate obținute la săritura în lungime de pe loc

Indicatori statistici	Clasa a VI-a		Clasa a VII-a		Clasa a VIII-a	
	E.I.	E.F.	E.I.	E.F.	E.I.	E.F.
\bar{x}	2,375	2,655	2,763	3,088	2,731	3,138
S	0,315	0,279	0,588	0,431	0,466	0,357
C_v	13,25	10,52	21,29	13,95	17,07	11,38

În urma aplicării programului de pregătire diferențiat, se înregistrează următoarele valori:

- la clasa a VI-a se înregistrează o diferență de 0,28 metri pentru elevii școlii la testarea finală comparativ cu testarea inițială. Omogenitatea grupului este mare în urma ambelor evaluări, atât inițială, cât și finală;
- la clasa a VII-a media aritmetică a valorilor la evaluarea inițială este de 2,37 de metri, în timp ce media valorilor la evaluarea finală este de 2,65. Se înregistrează o creștere a performanțelor cu 0,32 de metri. Omogenitatea grupului la evaluarea inițială este moderată, în timp ce la evaluarea finală este mare.
- la clasa a VIII-a media aritmetică a valorilor la evaluarea inițială este de 2,73 de metri, în timp ce media valorilor la evaluarea finală este de 3,13 metri. Se înregistrează o creștere a performanțelor cu 0,4 de metri. Omogenitatea grupului la evaluarea inițială este moderată, în timp ce la evaluarea finală este mare.

4. Concluzii

Tratarea diferențiată reclamă experiență din partea profesorului, în sensul unei bune cunoașteri a elevilor cu care se lucrează din punct de vedere motric, funcțional, somatic, psihologic.

În urma aplicării programului diferențiat, la elevii din învățământul gimnazial, ipoteza cercetării, conform căreia abordarea temelor de lecție pe grupe valorice, constituite în funcție de potențialul motric are efecte pozitive asupra procesului de învățare a deprinderilor atletice precum: alergarea de viteză – 50 metri cu start de jos, aruncarea mingii de oină și săritura în lungime cu elan s-a confirmat.

Procesul diferențiat a stimulat motivația și ambiția subiecților, astfel încât ei au dorit obținerea unor performanțe superioare, lucru dovedit prin valorile înregistrate la cele trei probe de control.

Se recomandă ca procesul de instruire și educare al elevilor să fie alcătuit din îmbinarea dintre activitatea desfășurată pe grupe valorice și activitatea frontală. În acest sens, elevii cu performanțe net superioare din punct de vedere al motricității nu vor stagna, sau nu vor înregistra regres, iar elevii mai puțin dotați din punct de vedere motric pot ajunge la valori superioare.

Acknowledgements

This paper is made and published under the aegis of the Research Institute for Quality of Life, Romanian Academy as a part of programme co-funded by the European Union within the Operational Sectorial Programme for Human Resources Development through the project for Pluri and interdisciplinary in doctoral and post-doctoral programmes Project Code: POSDRU / 159 / 1.5 / S / 141086.