



## **DEVELOPMENT METHODOLOGY OVERTHROW ACCURACY OF LEISURE PRIMARY SCHOOL PUPILS USING THE TECHNIQUES OF SPECIFIC INTERVENTION**

Toma Geanina<sup>1\*</sup>

<sup>1</sup> *University of Pitești, Romania*

**Keywords:** *spare time, providing the physical exercise, school, precision*

### **Abstract**

Children should be educated so that they understand the phenomenon of independent practice of physical exercises and this action begins in physical education classes through the reproductive activities of an independent. Children are endowed with knowledge, skills and ways of achieving the activities independently, and developed an interest in it. Essential in the practice of physical activity during leisure and work effort is independent of thought, will and action. Physical exercise gives the child a sense of freedom, spontaneity and the need to escape from reality. We must not forget that exercise can be achieved by practicing certain sports performance, contributes to both physical development and harmonious as the body's physical expressiveness. Knowledge of the environment, obtaining satisfaction, desire to compete, to be faster, stronger, with a high aesthetic sense, the imposition of physical supremacy are some things that make us understand the importance of physical exercise in leisure practice. Studies undertaken by some researchers have demonstrated the existence of direct relations, cause-effect relationship between lack of exercise, cardiovascular morbidity and mortality. However, strong epidemiological data support the effects of exercise to prevent coronary artery disease and reducing mortality from all causes, when exercise is an integral part of operational activities and leisure. Commit to a regular program of physical activity involving large muscle groups, can result in improved physiological systems, and an individual who has a physical condition, has a great capacity to cope with demands of everyday life, on how long an individual who has no physical condition, activity will not last because of fatigue.

### **1. Introduction**

It is necessary that the educational process, conducted in the form of lessons, to create a fund of knowledge, skills, abilities, whose effectiveness can be able to visualize and then work and leisure. It is known that learning requires a certain state of excitability of the cortex, an active state, a certain tone determined both quantitatively and qualitatively by the active and conscious participation. This

---

\* E-mail: geany\_gim@yahoo.com

participation is subsequently converted in attitudes based on motivation. The immediate reason this act (the desire and pleasure of moving and physical activity outside the educational process, and strive to overcome desire) and forward-looking reasons (desire to evolve the body).

The content forms the practice of physical exercises are conducted for educational purposes in schools, but also of school work, work in an organized sport in clubs, military training exercises in order, developing leisure games.

We must not forget that at this age children are motivated by certain reasons and necessities highlights. Thus the need for movement, fun to play, need to beat are very important psychological resource that can be exploited.

Perhaps the most important problem is the research theme motility children at this age is very malleable and accessible. Some authors (Hahn, E. (1996), Mitra Gh, Mogoş, Al., (1980), Colibaba, E., D., (1998, 2007), Golu, P., Zlate, M., Green, E. (1993), Fire, E., (1979, 1984), Dragnea, A., Bota, A. (1999), karst, Gh (1999), Ausubel, D. P. Robinson, F., G., (1981), and others) speak of the golden age of motricităţii period beginning in primary school. This aspect should be noted that in some schools physical education activities (even the set in the curriculum) is completely neglected. Especially in this respect our work trying to identify the tastes and the needs of children and later to be met formally organized activities both in school and through the succession of free time to be developed.

## **2. Material and methods**

### *The aim of study and hypothesis*

Leisure education on the special methodological guide for teachers in school education, there are no objectives, themes or specific programs that make accurate references to leisure activities. Lack of guidelines on how the organization, management and deployment of the most important forms of leisure activities and the means to exploit such activities in support of the formative process of students. Methodological guidelines given for extracurricular activities only leisure activities aimed at achieving performance in one area or another.

If we look we see that the curriculum outside the forms of organization of the students practicing the physical system contained in the school day, such as physical education lessons, sports circle, children's free time is somewhat filled by the planned activities teachers and this can be seen from carrying out certain activities, either individual or collective especially school competitions, traditional cups, championships, crosses, tourist activities, sports festivals, holiday camps, etc.

We believe that if the institutions dealing with children in primary education will offer packages of programs and activities with instructional objectives spelled out when their effects on the availability of bio-psycho-social aspects of students will be more evident.

### *Method*

The research included 70 children were of school age (7-12 years) divided into two groups: experimental group (n = 35), which was implemented a specific program of physical activity, applied 3 times a week physical education classes and

outside the control or control group (n = 35), who has worked after normal hours (2 hours physical education per week). For the smooth running of the experiment we worked with specialist teachers. Educational materials were used as the school and the personal endowment.

The research has been mixed, in that it has been pursued both the development of children included in the experimental group over a period of six months and how different development trends of other kids the same age, to eliminate the effect of aging. To test the objectification of research we used the fixed and mobile target shot, and for the experimental group and a special program in which I organized in rows below with an example.

### LEARNING UNIT



The unit includes activities for learning with means of stafete games and teaching preparatory games for samples and branches sporting (handball).

**Activity objectives:** the end of these activities to child indemanarii and improve indices, accuracy, balance, attention, coordination, speed of reaction, execution, detentei.

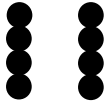
**Evidence of assessment:**

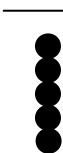
Choosing the target fixed-general coordination.

Choosing precision. to target furniture-general coordination and precision.

Activity 1	Working Bands	Dosage	Methodical	Materials
Children are disposed in a circle, is moving clockwise went and made a stop clapping fundamental position of handball, beating two resume their course - the same year but the movement is on the run; - Children are divided into groups of equal size, a distance of 20m, running back, running back with speed, to teach Relay - Children are prepared in a circle and went moving clockwise, the a beat-by-step moves added hands, facing the circle, arms folded high top, beating the two resume their walk, beating three, side-by-step movement added to the exterior, two beatings .- resume their hands walking	1. 	3'	It follows that the position be executed properly, with legs bent and folded his arms raised above an angle of 90 <sup>0</sup> , games are as competitive and win the team has reached during the first or lowest	Hall, land, balls,
	2. 	3'		
		2x		
		5'		
		2x		

on two columns, divided in equal numbers, said lateral pitch, 10m., facing inward, the ball right back to face outwards, 10m., returning to jogging;

Activity 2	Working Bands	Dosage	Methodical	Materials
Participants are divided into equal groups, we draw a straight line of 20m, each team receives one newspaper, the newspaper is located before the team and is not nobody on it, the sound signal received from each team walks on the newspaper, the last participant after embarked on the newspaper's pre-bend, pick up the newspaper and send it to the first participant.	2 	2x	It follows that at the end of the 20m newspaper is not broke, do race against the clock, to win the best team in the whole paper and the time is less.	hall, land, the newspaper.

Activity 3	Working Bands	Dosage	Methodical	Materials
The team is placed over the column, behind the line of departure, the sound signal jumping rope, five jumping, running diagonally winding, jumping on one leg in a square numbered 1 to 9, depending on the number called by driver return back jogging.		3x	Jumping rope will be done simultaneously on both feet.	hall, land, chord, drawing on groundside square.

### 3. Results and discussions

#### *Descriptive statistical analysis for the sample shot for fixed target*

Throwing In the fixed target sample in the initial testing phase, it is noted that the score in most cases (97.1% in the control group, 94.3% in the experimental group) did not exceed two points.

The final test phase, the fixed target test shot, it is noted that all subjects in the experimental group scored at least one and three quarters (77.2%) have scored two or three points.

*Inferential statistics fixed target sample shot*

In initial testing, there was no significant difference between experimental group and control group in terms of performance at fixed target sample shot ( $p > 0.05$ ).

At final testing, but there is a significant difference (Chi-square = 9.030,  $df = 3$ ,  $p = 0.029$ ). In the control group, only two children have won three points in this sample, compared with 10 children in the experimental group. Realizing the sign test, noted that progress between the initial and final stage occurred in the control group for a total of 17 children ( $p < 0.0005$ ), but was not as pronounced as progress in the experimental group, where 27 children improved their performance ( $Z = -5.004$ ,  $p < 0.0005$ ).

*Descriptive statistical analysis for the sample shot moving target*

The probe of shooting moving target, the initial testing phase, it is noted that most of the subjects (77.1% in the control group, 82.9% in the experimental group) were obtained within one point.

The final test phase, the moving target test shot, it is noted that in the controls most of the subjects (74.3%) obtained a point (modal), while the experimental group modal was two points (51.4%).

*Inferential statistics for the sample shot moving target*

In initial testing, there was no significant difference between experimental group and control group in terms of performance test shot for moving target ( $p > 0.05$ ).

At final testing, but there is a significant difference (Chi-square = 8.321,  $df = 3$ ,  $p = 0.040$ ). In the control group, most children (74.28%) obtained a point to this sample, the experimental group, most children (51.42%) have won two points in this sample.

Realizing the sign test, noted that progress between the initial and final stage occurred in the control group for a total of 14 children ( $p < 0.0005$ ), but was not as pronounced as progress in the experimental group, where 20 children improved their performance ( $p < 0.0005$ ).

**4. Conclusions**

As a leading factor of culture and civilization, the school must act in this direction, as strong, nurturing among students and citizens of all taste for the movement, the practice of systematic practice of physical exercises in order to maintain and increase work capacity, the harmonious development of personality.

Applying tools for sample inferential statistics fixed target Disposal ( $p > 0.05$ ), but there is a significant difference (Chi-square = 9.030,  $df = 3$ ,  $p = 0.029$ ), final testing, and making the sign test, we note that progress between the initial and final stage occurred in the control group for a total of 17 children ( $p < 0.0005$ ), but was not as pronounced as progress in the experimental group, where 27 children have improved performance ( $Z = -5.004$ ,  $p < 0.0005$ ).

Regarding the performance of shooting moving target test ( $p > 0.05$ ) in initial testing, there was no significant difference between experimental group and control

group but the final test but there is a significant difference (Chi-square = 8.321, df = 3, p = 0.040).

In today's tasks need to address school, along with other components of education and leisure activities will include human personality training program in full compliance with the requirements of today and tomorrow's contemporary society.

### References:

1. AUSUBEL, D., P., ROBINSON, F., G., (1981), *Învățarea în școală, O introducere în psihologia pedagogică*, Edit. Didactică și Pedagogică, București.
2. CÂRSTEA, GH., (1999), *Educația fizică – fundamente teoretice și metodice*, Casa de editură Petru Maior, București.
3. COLIBABA, E., D., (2007), *Praxiologie și proiectare curriculară în educație fizică și sport*, Edit. Universitaria, Craiova.
4. COLIBABA, E., D., BOTA, I., (1998), *Jocuri sportive, teorie și metodică*, Edit. Aldin, București.
5. DRAGNEA, A., BOTA, A., (1999), *Teoria activităților motrice*, Edit. Didactică și Pedagogică, R.A., București.
6. FIREA, E., (1979), *Metodica educației fizice școlare*, vol. I, II, I.E.F.S., București.
7. FIREA, E., (1984), *Metodica educației fizice școlare*, vol. I și II, I.E.F.S., București.
8. GEORGESCU, L., TOMA, G., MARINESCU, A., CĂTĂNESCU, A., COJANU, F., FIEROIU, E., (2006), *Intensive programme for outdoor sports education*, Edit. Universitaria Craiova.
9. GOLU, P., ZLATE, M., VERZA, E., (1993), *Psihologia copilului (învățare - dezvoltare)*, Edit. Didactică și Pedagogică, R.A, București.
10. HAHN, E., (1996), *Antrenamentul sportiv la copii, traducere M. T. S., C. C. S. P.*, București.
11. MITRA, GH., MOGOȘ, AL., (1980), *Metodica educației fizice școlare*, ediția a III a, Edit. Sport – Turism, București
12. TOMA, G.(2008) *Forme de practicare a exercițiilor fizice și utilizarea lor în organizarea activității de loisir*, Teză de doctorat, Universitatea din Pitești.

---

---

## METODOLOGIA DEZVOLTĂRII PRECIZIEI DE ARUNCARE ÎN TIMPUL LIBER AL ELEVILOR DIN CICLUL PRIMAR FOLOSIND TEHNICI DE INTERVENȚIE SPECIFICE

Toma Geanina<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Universitatea din Pitești, România

**Cuvinte cheie:** *timp liber, aruncare, exercițiul fizic, școală, precizie*

### Rezumat

Copiii ar trebui să fie educați astfel încât să înțeleagă fenomenul de practicare independentă a exercițiilor fizice acțiune care începe în cadrul orelor de educație fizică prin activitățile de reproducere a unui exercițiu fizic. Copiii sunt dotați cu cunoștințe, abilități și modalități de realizare a activităților independente. Exercițiile fizice oferă copilului un sentiment de libertate, spontaneitate și nevoia de a evada din realitate. Nu trebuie să uităm că practicarea anumitor sporturi de performanță, contribuie atât la dezvoltarea fizică armonioasă cât și la influențarea condiției fizice. Cunoașterea mediului, obținerea de satisfacție, dorința de a concura, pentru a fi mai rapid, mai puternic, cu un simț estetic ridicat, impunerea susținerii efortului fizic, sunt unele lucruri care ne fac să înțelegem importanța exercițiilor fizice practicate în timpul liber. Studiile întreprinse de unii cercetători au demonstrat existența unor relații directe, relația cauză-efect între lipsa de exercițiului, a mortalității și a bolilor cardiovasculare. Cu toate acestea, date epidemiologice sprijină puternic efectele de exercitare a prevenirii bolile coronariene și a mortalității reducerea cauzelor, atunci când exercițiu este o parte integrantă a activităților zilnice și de petrecere a timpului liber. Efectuarea unui program regulat de activitate fizică care implica grupele musculare mari, poate duce la îmbunătățirea parametrilor fiziologici și o persoană care are o condiție fizică, are o capacitate mare de a face față cerințelor vieții de zi cu zi, în timp ce un individ care nu are condiție fizică, nu va rezista efortului din cauza oboselei.

### 1. Introducere

Este necesar ca în cadrul procesului instructiv-educativ, desfășurat sub forma lecțiilor, să se creeze un fond de cunoștințe, deprinderi, priceperi, a căror eficiență să se poată întrevădea și cu care să poată opera ulterior și în timpul liber. Este cunoscut faptul că procesul de învățare reclamă o anumită stare de excitabilitate a scoarței cerebrale, o stare activă, un anumit tonus determinat atât cantitativ cât și calitativ de către participarea activă și conștientă. Această participare care ulterior se transformă în atitudini, se bazează pe motivație. În acest sens acționează motive imediate (dorința și plăcerea de a se mișca și a practica activități fizice și în afara procesului instructiv-educativ, dorința de depășire și autodepășire) și motive de perspectivă (dorința de a-și dezvolta armonios organismul).

Prin conținutul lor formele de practicare a exercițiilor fizice sunt desfășurate în scop educativ în cadrul instituțiilor școlare, dar și al celor extrașcolare, activitate desfășurată în mod organizat în cadrul cluburilor sportive, exerciții în vederea

pregătiri militare, desfășurarea jocurilor în timpul liber.

Nu trebuie uitat că la această vârstă copii sunt animați de anumite motivații și trebuințe marcante. Astfel nevoia de mișcare, plăcerea de a se juca, nevoia de întrecere sunt resurse psihologice deosebit de importante care pot fi valorificate.

Poate cea mai importantă problemă a temei de cercetare este motricitatea copiilor care la această vârstă este deosebit de maleabilă și accesibilă. Unii autori (Hahn, E., (1996), Mitra, Gh., Mogoș, Al., (1980), Colibaba, E., D., (1998, 2007), Golu, P., Zlate, M., Verza, E., (1993), Firea, E., (1979, 1984), Dragnea, A., Bota, A., (1999), Cârstea, Gh., (1999), Ausubel, D., P., Robinson, F., G., (1981) și alții) vorbesc de vârsta de aur a motricității care începe în perioada ciclului primar. Aici ar fi de remarcat aspectul că în unele școli activitățile de educație fizică (chiar și cea prevăzută în programa școlară) este complet neglijată. Mai ales sub acest aspect lucrarea noastră încearcă să identifice gusturile și trebuințele copiilor pentru ca ulterior să fie satisfăcute atât prin activități organizate oficial în școală cât și prin cele succesibile de a fi desfășurate în timpul liber.

## 2. Material și metode

### *Scopul și ipoteza cercetării*

Privind educația pentru timpul liber din Ghidul metodologic de specialitate, pentru cadrele didactice din învățământul preuniversitar, nu sunt prevăzute obiective, teme sau programe specifice care să facă referiri exacte la activități de timp liber. Lipsesc liniile directoare privind modalitățile de organizare, conducere și desfășurare a celor mai importante forme de activități din timpul liber, precum și a mijloacelor de valorificare a acestor activități în sprijinul procesului formativ al elevilor. Ghidurile metodologice menționează pentru activitățile extrașcolare de timp liber doar activitățile care propun atingerea performanței într-un domeniu sau altul.

Dacă ne uităm în planul de învățământ putem observa că în afara formelor de organizare a practicării exercițiilor fizice de către elevi cuprinse în regimul zilei de școală, cum ar fi lecția de educație fizică, cercul sportiv, timpul liber al copiilor este oarecum ocupat de activitățile programate de profesori și se poate constata acest lucru din desfășurarea anumitor activități fie ele individuale fie colective dar mai ales competițiile școlii, cupe tradiționale, campionate, crosuri, activități turistice, serbări sportive, tabere de vacanță etc..

Credem că dacă instituțiile care se ocupă de educația copiilor din ciclul primar vor face oferte de programe și pachete de activități cu obiective instructive bine precizate atunci efectele acestora asupra disponibilităților bio-psiho-sociale ale elevilor vor fi mai evidente.

### *Metoda de lucru*

În cercetare au fost incluși 70 de copii de vârstă școlară mică (7-12 ani) împărțiți în două grupe: *grupa experimentală* (n=35), pentru care a fost implementat un program de activități fizice specific, aplicat de 3 ori pe săptămână în afara orelor de educație fizică și *grupa de control sau martor* (n=35), care și-a desfășurat activitatea după programul normal (2 ore de educație fizică pe



săptămână). Pentru o bună desfășurare a experimentului am colaborat cu cadrele didactice de specialitate. S-au folosit materialele didactice atât ale școlii, cât și cele din dotarea personală .

*Modelul cercetării* a fost unul mixt, în sensul că a fost urmărită atât evoluția unor copii incluși în lotul experimental pe o perioadă de 6 luni cât și modul în care evoluția acestora a diferit de evoluția altor copii de aceeași vârstă, pentru a elimina efectul maturării. Pentru obiectivizarea rezultatelor cercetării am folosit testul de aruncare la țintă fixă și mobilă, iar pentru grupa de experiment și un program special organizat din care prezentăm în rândurile de mai jos un exemplu.

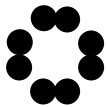
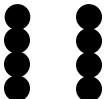
### UNITATEA DE ÎNVĂȚARE

Această unitate de învățare conține activități cu mijloace din ștafete jocuri didactice și jocuri pregătitoare pentru probe și ramuri sportive (handbal). Obiectivele activității: La finalul acestor activități copilul trebuie să-și îmbunătățească indicii îndemnării, echilibrului, atenției, coordonării, vitezei de reacție, de execuție, detentei.

#### Probe de evaluare:

Aruncarea la țintă fixă – coordonare generală, precizie.

Aruncarea la țintă mobilă – coordonare generală și precizie.

Activitatea 1	Formații de lucru	Dozare	Indicații metodice	Materiale
Copii sunt dispuși într-un cerc; se deplasează cu mers în sensul acelor de ceasornic și la o bătaie din palme fac oprire în poziția fundamentală din handbal; la două bătăi din palme își reiau mersul; - același exercițiu dar deplasarea se face din alergare;- copii sunt împărțiți în grupe egale ca număr; pe o distanță de 20m, alergare cu spatele, întoarcere cu alergare de viteză, pentru predarea ștafetei; - copii sunt dispuși într-un cerc și se deplasează cu mers în sensul acelor de ceasornic; la o bătaie de palme se deplasează cu pas adăugat, cu fața spre interiorul cercului, brațele îndoite ridicate sus; la două bătăi din palme își reiau mersul, la trei	În cerc	3'	Se urmărește ca poziția să fie executată corect;	Sală, teren, mingi,
		3'	picioarele	
	2 coloane	2x	îndoite cu brațele ridicate sus și îndoite	
		5'	formând un unghi de 90°;	
		2x	Jocurile se fac sub formă de concurs și câștigă echipa care ajunge prima sau are timpul cel mai mic	

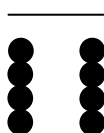
bătăi din palme, deplasare laterală cu pas adăugat, fața spre exterior, la două bătai din palme își reiau mersul.- pe două coloane, împărțiți în număr egal; deplasare laterală cu pas adăugat, 10m., cu fața spre interior, în dreptul mingii se întorc cu fața spre exterior, 10m., se întorc în pas alergător;

### Activitatea 2

Participanții sunt împărțiți în grupe egale; se trage o linie dreaptă de 20m; fiecare echipă primește câte un ziar; ziarul este așezat înaintea colectivului și nu stă nimeni pe el; la semnalul sonor primul din fiecare echipă pășește pe ziar; ultimul participant după ce a pășit pe ziarul dinaintea lui se apleacă, culege ziarul și-l trimite la primul participant

#### Formații de lucru

2  
coloane



#### Dozare

2x

#### Indicații metodice

Se urmărește ca la finalul celor 20m ziarul să nu fie rupt; cursa se face contra cronometru; va câștiga echipa care are ziarul cel mai întreg și timpul cel mai mic.

#### Materiale

Sală, teren, ziar.

### Activitatea 3

Colectivul este așezat, în coloană, înapoia liniei de plecare; la semnalul sonor sărituri cu coarda, 5 sărituri, alergare șerpuită pe diagonală, sărituri pe un picior într-un pătrat numerotat, de la 1 la 9, în funcție de numărul strigat de către conducător, întoarcere în alergare ușoară cu spatele.

#### Formații de lucru

În  
coloană

#### Dozare

3x

#### Indicații metodice

Săriturile cu coarda se vor face simultan pe ambele picioare;

#### Materiale

Sală, teren, coardă, pătrat desenat pe sol.

## 3. Rezultate și discuții

*Analiza statistică descriptivă pentru proba aruncare la țintă fixă*

La proba de Aruncare la țintă fixă, în faza de testare inițială, se observă faptul că scorul în majoritatea cazurilor (97,1% în lotul martor, 94,3% în lotul

experimental) nu a depășit două puncte.

*În faza de testare finală*, la proba de *Aruncare la țintă fixă*, se observă faptul că în grupa experimentală toți subiecții au obținut un punctaj de minim unu și peste trei sferturi (77,2%) au obținut un punctaj de două sau trei puncte.

*Statistici inferențiale pentru proba aruncare la țintă fixă*

La testarea inițială, nu a existat nici o diferență semnificativă între grupul experimental și grupul de control în ceea ce privește performanța la proba de *Aruncare la țintă fixă* ( $p > 0,05$ ).

La testarea finală, o diferență semnificativă se constată însă (Chi-pătrat=9.030, d.f.=3,  $p=0,029$ ). În grupa martor, doar doi copii au obținut trei puncte la această probă, comparativ cu 10 copii din grupa experimentală. Realizând testul semnului, remarcăm că un progres între etapa inițială și cea finală s-a înregistrat și în grupul martor pentru un număr de 17 copii ( $p < 0,0005$ ); dar nu a fost la fel de pronunțat precum progresul din lotul experimental, unde 27 de copii și-au îmbunătățit performanța ( $Z=-5,004$ ,  $p < 0,0005$ ).

*Analiza statistică descriptivă pentru proba aruncare la țintă mobilă*

*La proba de Aruncare la țintă mobilă*, în faza de testare inițială, se observă faptul că cei mai mulți dintre subiecți (77,1% în lotul martor, 82,9% în lotul experimental) au obținut maxim un punct.

*În faza de testare finală*, la proba de *Aruncare la țintă mobilă*, se observă faptul că în lotul martor cei mai mulți dintre subiecți (74,3%) au obținut un punct (valoarea modală), în timp ce în lotul experimental valoarea modală a fost de două puncte (51,4%).

*Statistici inferențiale pentru proba aruncare la țintă mobilă*

*La testarea inițială*, nu a existat nici o diferență semnificativă între grupul experimental și grupul de control în ceea ce privește performanța la proba de *Aruncare la țintă mobilă* ( $p > 0,05$ ).

*La testarea finală*, o diferență semnificativă se constată însă (Chi-pătrat=8.321, d.f.=3,  $p=0,040$ ). În grupa martor, cei mai mulți copii (74,28%) au obținut un punct la această probă; în grupa experimentală, cei mai mulți copii (51,42%) au obținut două puncte la această probă.

Realizând testul semnului, remarcăm că un progres între etapa inițială și cea finală s-a înregistrat și în grupul martor pentru un număr de 14 copii ( $p < 0,0005$ ); dar nu a fost la fel de pronunțat precum progresul din lotul experimental, unde 20 de copii și-au îmbunătățit performanța ( $p < 0,0005$ ).

#### 4. Concluzii

Ca principal factor de cultură și civilizație, școala trebuie să acționeze și în această direcție, cât mai ferm, cultivând în rândurile elevilor și ale tuturor cetățenilor gustul pentru mișcare, obișnuința de a practica sistematic exercițiile fizice în scopul menținerii și sporirii capacității de muncă, al dezvoltării armonioase a personalității.

Aplicând instrumentele statisticilor inferențiale pentru proba *Aruncare la țintă fixă* ( $p > 0,05$ ), o diferență semnificativă se constată însă (Chi-pătrat=9.030,

d.f.=3,  $p=0,029$ ), la testarea finală, realizând și testul semnului, remarcăm că un progres între etapa inițială și cea finală s-a înregistrat și în grupul martor pentru un număr de 17 copii ( $p<0,0005$ ); dar nu a fost la fel de pronunțat precum progresul din lotul experimental, unde 27 de copii și-au îmbunătățit performanța ( $Z=-5,004$ ,  $p<0,0005$ ).

În ceea ce privește performanța la proba de Aruncare la țintă mobilă ( $p>0,05$ ) la testarea inițială, nu a existat nici o diferență semnificativă între grupul experimental și grupul de control dar la testarea finală se constată însă o diferență semnificativă (Chi-pătrat=8.321, d.f.=3,  $p=0,040$ ).

În contextul actual al sarcinilor care trebuie să le rezolve școala, alături de celelalte componente educaționale și activitățile de loisir se vor include în programul formării personalității omului în concordanță deplină cu exigențele de azi și de mâine ale societății actuale.

### Referințe bibliografice:

1. AUSUBEL, D., P., ROBINSON, F., G., (1981), *Învățarea în școală, O introducere în psihologia pedagogică*, Edit. Didactică și Pedagogică, București.
2. CÂRSTEA, GH., (1999), *Educația fizică – fundamente teoretice și metodice*, Casa de editură Petru Maior, București.
3. COLIBABA, E., D., (2007), *Praxiologie și proiectare curriculară în educație fizică și sport*, Edit. Universitaria, Craiova.
4. COLIBABA, E., D., BOTA, I., (1998), *Jocuri sportive, teorie și metodică*, Edit. Aldin, București.
5. DRAGNEA, A., BOTA, A., (1999), *Teoria activităților motrice*, Edit. Didactică și Pedagogică, R.A., București.
6. FIREA, E., (1979), *Metodica educației fizice școlare*, vol. I, II, I.E.F.S., București.
7. FIREA, E., (1984), *Metodica educației fizice școlare*, vol. I și II, I.E.F.S., București.
8. GEORGESCU, L., TOMA, G., MARINESCU, A., CĂTĂNESCU, A., COJANU, F., FIEROIU, E., (2006), *Intensive programme for outdoor sports education*, Edit. Universitaria Craiova.
9. GOLU, P., ZLATE, M., VERZA, E., (1993), *Psihologia copilului (învățare - dezvoltare)*, Edit. Didactică și Pedagogică, R.A, București.
10. HAHN, E., (1996), *Antrenamentul sportiv la copii, traducere M. T. S., C. C. S. P.*, București.
11. MITRA, GH., MOGOȘ, AL., (1980), *Metodica educației fizice școlare*, ediția a III a, Edit. Sport – Turism, București
12. TOMA, G.(2008) *Forme de practicare a exercițiilor fizice și utilizarea lor în organizarea activității de loisir*, Teză de doctorat, Universitatea din Pitești.