

correspond to all children's particularities, and for the other ones should be applied a series of measures (using exercises with different difficulty level, organising some recovery activities during the evening, utilising some physical education activities with varied in methods-resources and different teaching ways).

Information about the conditions that the teacher has for the physical education activity. The real conditions that the teacher has for developing the physical education activities used for elaborating the macroprojection can be resources or restrictions. The existence of a good instruction environment offers some different macroprojection, organisation and physical education activity's developing possibilities, than the existence of a not so good environment has to offer. From this reason the information in this field must offer to the teacher the security of the resources that he can rely on when he is realising the macroprojection.

Conclusions

As a conclusion, the teaching profession, even though it is realised in kindergartens or in the high school, involve countless educative responsibilities. The job of modelling the child's character as the contemporary society's educational ideal demands, of coordinating and of unifying the educative influences from the other factors, is the school's and the teacher's job. In this context, it is urgent for the teachers to know their group\class under all the developing aspects (physic, psychic, intellectual), because this way, they can mould them and guide them depending on their individual particularities. Based on the fact that you know the children, you can realize an efficient macroprojection of the activities which have as a finality fulfilling the objectives from the scholar documents.

ROLUL EVALUĂRII ÎN CREȘTEREA PERFORMANȚELOR SPORTIVE

Ion MIHĂILĂ,
Universitatea din Pitești

Cuvinte cheie: antrenament sportiv, evaluare, performanță

Rezumat

Rolul evaluării în creșterea performanțelor sportive este pus în evidență de concepția team-work-ului referitor la obiectivele, scopul și funcțiile evaluării, precum și cu operațiile, metodele și strategiile de evaluare a comportamentului sportivilor. Alegerea celor mai adecvate metode și strategii de evaluare oferă posibilitatea unei evaluări complexe, veridice și sensibile la diferențele individuale dintre sportivi, îmbinarea lor oportună putând duce la informații relevante cu privire la rezultatele și progresele înregistrate în antrenament și competiții.

O evaluare obiectivă îi stimulează pe sportivi, le sporește încrederea în obținerea unor rezultate superioare, îi oferă feed-back-ul asupra nivelului atins în realizarea obiectivelor, sportivul își reglează efortul, optimizează timpul pregătirii, își consolidează sau modifică procedeele și metodele de antrenament.

Introducere

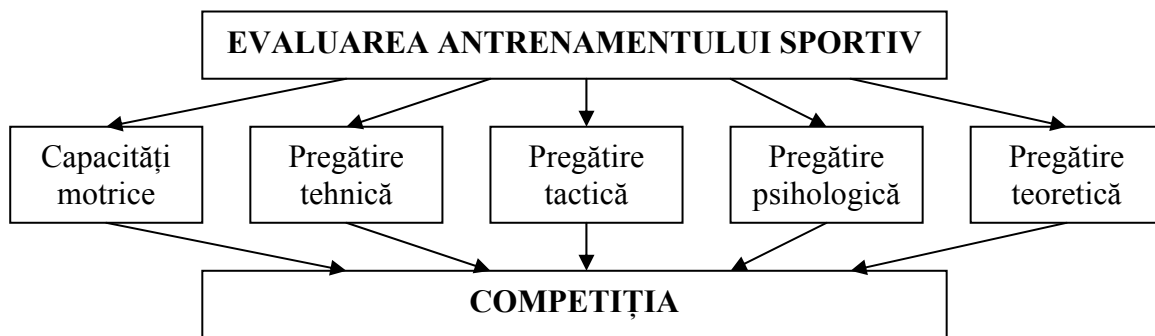
Prin multitudinea problemelor pe care le ridică obținerea unor performanțe înalte, antrenamentul sportiv contemporan constituie o activitate interdisciplinară deosebit de complexă, ce interesează deopotrivă pe conducători, antrenori, sportivi, psihologi, medici, metodiști, sociologi, economiști etc.

Rolul evaluării în creșterea performanțelor sportive este pus în evidență de concepția team-work-ului referitor la obiectivele, scopul și funcțiile evaluării, precum și cu operațiile, metodele și strategiile de evaluare a comportamentului sportivilor. Alegerea celor mai adecvate metode și strategii de evaluare oferă posibilitatea unei evaluări complexe, veridice și sensibile la diferențele individuale dintre sportivi, îmbinarea lor oportună putând duce la informații relevante cu privire la rezultatele și progresele înregistrate în antrenament și competiții.

Scopul principal al evaluării constă în evidențierea modificărilor funcționale prezente sub forma stărilor de adaptare, determinate de influențele antrenamentului de durată lungă, medie sau scurtă (Dragnea, C., A, 2002, pag. 530)

Conținut

În antrenamentul sportiv pentru verificarea și evaluarea nivelului de pregătire a sportivilor pot fi folosite probe și teste de control (elaborate de federația de specialitate, sau stabilite de team-work, care pot avea drept obiective stabilirea nivelului de pregătire a componentelor antrenamentului sportiv (pregătire fizică generală și specifică, pregătire tehnică, tactică, teoretică, psihologică), precum și înregistrări efectuate în concursuri, cu ajutorul cărora se obțin cele mai fidele date despre comportamentul performanțial al sportivului.



Pentru sportiv și antrenor, marile competiții reprezintă evaluarea supremă, în care se pot stabili ierarhii și clasificări ce pot dăinui peste timp. Evaluarea creează astfel o imagine asupra capacității sportivilor și ierarhii care pot marca destinul acestora.

Actul evaluării are pentru sportiv, și o valoare formativă deosebită, vizând nucleul formativ al personalității umane supus procesului de instruire sportivă, determinând sportivul să se pregătească permanent, să cunoască nivelul performanțelor sale, conturându-i aspirațiile și interesul pentru atingerea unor rezultate de excepție.

În sportul de performanță, evaluarea formativă trebuie neapărat însoțită și de evaluarea normativă (Colibaba, E., D., 1998, pag. 295), prin compararea performanțelor obținute de subiect în conformitate cu o scară exprimată în unități etalon de clasificare valorică a subiecților.

O evaluare obiectivă îi stimulează pe sportivi, le sporește încrederea în obținerea unor rezultate superioare, îi oferă feed-back-ul asupra nivelului atins în realizarea obiectivelor, sportivul își reglează efortul, optimizează tempoul pregătirii, își consolidează sau modifică procedeele și metodele de antrenament.

Integrându-se funcțional în procesul de antrenament, evaluarea îi conferă acestuia „mai multă raționalitate și prin aceasta o mai mare eficiență” (Savu – Cristescu, M., 2007, pag. 100). Prin obiective, funcții, conținut și metodologie, noua concepție asupra evaluării induce efecte pozitive în planul pregătirii, contribuind la obținerea unor rezultate superioare.

În viziunea noastră, beneficiile evaluării antrenamentului sportiv sunt următoarele:

- stimulează obținerea unor rezultate superioare în antrenament și competiție;
- ne indică nivelul performanțial atins de sportiv la momentul evaluării;
- prognozează obținerea rezultatelor în viitoarele concursuri;
- înștiințează pe antrenor de valabilitatea metodelor și mijloacelor de antrenament folosite în cadrul programelor de pregătire utilizate;
- ierarhizează sportivul în cadrul grupului sportiv și al sportului practicat.

Evaluarea performanțelor nu trebuie să fie un secret pentru sportivi, ei trebuind să fie familiarizați din timp cu conținutul și exigențele evaluării, prin exerciții pregătitoare asemănătoare actului evaluativ, descrierea probelor și testelor de control care urmează a fi utilizate, simulări evaluative etc.

Concluzii

Analiza relației dintre procesele evaluative, pe de o parte, și performanțele sportivilor, pe de altă parte, conduce la concluzia că, actele evaluative nu pot fi considerate prin ele însele factor hotărâtor în asigurarea succesului sportiv, după nici cum nici principala sursă a eșecurilor, dar ele pot favoriza apariția și menținerea unor asemenea fenomene.

Pentru realizarea unei evaluări corecte privind calitatea și eficiența procesului de antrenament sportiv, obiectivele operaționale trebuie definite în termeni care desemnează un comportament observabil sau/și măsurabil printr-un test sau probă de control.

La nivelul procesului de antrenament, evaluarea mediază relația antrenor-sportiv, care prin dialogul deschis dintre cei doi se transformă în autoevaluare, contribuind major la dezvoltarea capacității de autoantrenament, autocontrol și autoapreciere. Evaluarea trebuie să fie însoțită de fenomenul de feed-back, care după caz, să asigure corecțiile necesare.

Argumentele teoretice și experimentale, demonstrează că în antrenamentul sportiv evaluarea își manifestă rolul specific în creșterea performanțelor sportive numai în interdependență cu procesul instructiv educativ și motivațiile sportivilor.

Bibliografie

1. BONTAȘ, I., *Tratat de pedagogie*, Ed. Bic All, București, 2007;
2. COLIBABA, EVULEȚ, D., *Praxiologie și proiectare curriculară în educație fizică și sport*, Ed. Universitaria, Craiova, 2007;
3. COLIBABA, EVULEȚ, D., BOTA, I., *Jocuri sportive teorie și metodică*, Ed. Aldin, București, 1998;
4. DRAGNEA, C., A., TEODORESCU, MATE, S., *Teoria sportului*, Ed. FEST, București, 2002;
5. MIHĂILĂ, I., *Evaluarea și pregătirea handbaliștilor de performanță*, Ed. Universitaria, Craiova, 2006;
6. SAVU, CRISTESCU, M., *Rolul evaluării în creșterea performanțelor școlare*, Ed. Bibliotheca, Târgoviște, 2007;
7. SĂLĂVĂSTRU, D., *Didactica psihologiei*, Ed. Polirom, Iași, 2006.

THE PURPOSE OF THE EVALUATION IN INCREASING THE SPORTING PERFORMANCES

Ion MIHĂILĂ,
University of Pitești

Keywords: Sports training, evaluation, performance

Abstract

The purpose of the evaluation in raising the sporting performances is underlined by the conception of team-work regarding the objectives, the purpose and the functions of the evaluation, as well as the operations, methods and strategies of evaluation of the sportsmen's behavior. The choosing of the most adequate methods and strategies of evaluation gives the possibility of a complex, true and sensitive evaluation at the individual differences between sportsmen, their timely joining might lead to relevant information regarding the results and progresses registered in training and competitions.

An objective evaluation stimulates the sportsmen, increases their trust in obtaining some superior results, gives them a feed-back of the level achieved in completing the objectives, the sportsman adjusts his effort, optimizes the tempo of the training, consolidates or modifies the proceedings and methods of training.

Introduction

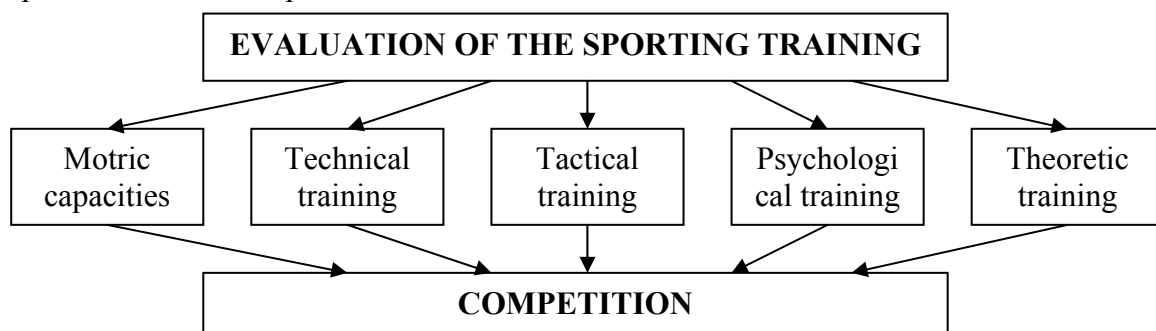
Through the multitude of the problems that rise the obtaining of some high performances, the contemporary sports training constitutes an inter-disciplinary activity highly complex, which interests at the same time the leaders, trainers, sportsmen, psychologists, doctors, methodists, sociologists, economists, etc.

The purpose of the evaluation in raising the sporting performances is underlined by the conception of team-work regarding the objectives, the purpose and the functions of the evaluation, as well as the operations, methods and strategies of evaluation of the sportsmen's behavior. The choosing of the most adequate methods and strategies of evaluation gives the possibility of a complex, true and sensitive evaluation at the individual differences between sportsmen, their timely joining might lead to relevant information regarding the results and progresses registered in training and competitions.

The main purpose of the evaluation consist in underlying the current functional modifications under the form of state of adaptation, determined by the influences of the training of long, medium and short period. (Dragnea, C., A, 2002, page 530)

Content

In the sports training, in order to verify and evaluate the level of training of the sportsmen, trials and control tests can be used (elaborated by the federation of specialty, or established by the team-work, which can have as objectives the establishment of the level of training of the components of the sports training (general and specific physical training, technical, tactical, theoretical, psychological training), as well as recordings made during competitions, with the help of which one can obtain the most accurate data about the behavior of performance of the sportsman.



For the sportsman and the trainer, the great competitions represent the supreme evaluation, in which one can establish hierarchies and classifications that can last over time. The evaluation creates, this way, an image over the capacities of sportsmen and hierarchies that can mark the destiny of those.

The act of evaluation has for the sportsman, a special formative value too, aiming the formative nucleus of the human personality subjected to the process of sports training, determining the sportsman to permanently train, to know the level of his performances, outlining his aspirations and interest for reaching some exceptional results.

In the sport of performance, the formative evaluation must necessarily be accompanied also by the normative evaluation (Colibaba, E., D., 1998, page 295), through the comparing of the performances obtained by the subject according to a scale expressed in standard units of classification of value of the subjects.

An objective evaluation stimulates the sportsmen, increases their trust in obtaining some superior results, gives them a feed-back of the level achieved in completing the objectives, the sportsman adjusts his effort, optimizes the tempo of the training, consolidates or modifies the proceedings and methods of training.

Functionally fitting in the process of training, the evaluation grants him “more rationality and by this, more efficiency” (Savu – Cristescu, M., 2007, page 100). Through objectives, functions, content and methodology, the new conception over the evaluation induces positive effects in the plan of training, contributing to the obtaining of some superior results.

In our vision, the benefits of the evaluation of the sports training are as follows:

- Stimulates the obtaining of some superior results in training and competition,
- Indicates the level of performance achieved by the sportsman at the moment of the evaluation;
- It anticipates the obtaining of results in the following competitions;
- Lets the trainer know of the validity of the methods and means of training used during the programs of training used;
- It forms the sportsman inside the sporting group and the practiced sport.

The evaluation of the performances must not be a secret for the sportsmen, they must be familiarized in due time with the content and exigencies of the evaluation, through preparatory exercises similar to the assessed act, the description of the trials and tests of control which are going to be used, assessed simulations, etc.

Conclusions

The analysis of the relation between the process of evaluation, on the one hand, and the performances of the sportsmen, on the other hand, leads to the conclusion that, the assessed acts cannot be considered by themselves a decisive factor in insuring the sporting success, as well as neither the main source of failure can, but they can optimize the apparition and maintaining of such phenomena.

In order to make an accurate evaluation regarding the quality and efficiency of the sports training process, the operational objectives must be defined in terms that designate a behavior that can be observed or/and measured through a test or task of control.

At the level of the training process, the evaluation mediates the relation trainer-sportsman, that through the open dialogue between the two of them turns into self-evaluation, contributing a lot to the development of the capacity of self-training, self-control and self-appreciation. The evaluation must be accompanied by the phenomenon of feed-back that according to case must insure the necessary corrections.

The theoretical and experimental arguments, demonstrate that, in the sports training, the evaluation manifests its specific part in increasing the sporting performances only in inter-dependence with the instructive educational process and the sportsmen’s motivations.