

Original Article

## Study Concerning the Development of Motor Qualities, Speed and Handiness, by Using Moving Games at 6<sup>th</sup> Grade

Benedek Florian<sup>1\*</sup>

<sup>1</sup>University "Ștefan cel Mare" of Suceava, 13, Universității, 720229, Romania

DOI: 10.29081/gsjesh.2018.19.1s.08

**Keywords:** didactic activity, gymnasium, new teaching methods

### Abstract

During the school year, motor skills must be approached at all times, offering them a differentiated space within the lessons, depending on the season, motors training topics, material conditions etc. Within the study, we proceeded from the following hypothesis: assume that by using predominantly dynamic games in the physical education lesson we will obtain an increase in the indices of motor quality, the speed and skill in the children. The purpose of the paper was to choose from the motion games, the most efficient ones for the development of motor skills, to explain them, to use them during the physical education classes, and have the results prove their efficiency in achieving the proposed purposes. In our study the research area was established, the hypothesis was formulated, the research methods and techniques were selected, the selected tests applied, the study strategy was established, the data were recorded, and the conclusions were drawn up.

### 1. Introduction

As a bilateral process, the didactic activity aims to achieve a new teacher-student relationship, as a result of the changes that occurred in the society. A new approach regarding educational activity is developed, in order to be appropriate for current and prospective demands of society. It is necessary for our theoreticians and practitioners to find and put into practice new teaching methods and techniques capable of involving participation in multiple and different levels of educational activity, to offer training a new orientation and furthermore the participation in the instructive act to include both the teacher and the student.(Cârstea, 2000))

Changing the student's position within the instructive activity requires changes in the relationships and ways in which the student is required to work in order to achieve the goals of his / her own training.

The physical education program in the gymnasium focuses especially on the development of the motor qualities as a whole, through continuous actions

---

\* E-mail: florianb@usv.ro, tel.xxxx

distributed throughout the educational cycle of each year of study. During the school year, motor skills must be approached at all times, giving them a differentiated space within lessons, depending on the season, motorsport topics, material conditions, etc. (Scarlat, & Scarlat, 2002). The physical education teacher must pay particular attention to this objective, known as "perfecting motor skills is not possible without proper development of motor skills." Taking into account that the pace of quality development is lower than that of acquiring the proper motor skills, a more proactive focus on the first is required, with speed and skill being a priority (Epuran, 2002). The approach of this goal is not quite demanding from the point of view of material conditions, but it creates certain psychological problems, because the most suitable means are not found. Practicing relatively standard physical exercise leads to monotony, boredom, and inefficiency. Among the most appropriate means, especially in the gymnasium cycle, are the games in their various forms: dynamic, modelled, adapted, sporting, with simplified rules, with the strengthening of some dominant ones, etc. In this context, we have chosen our moves as a mainstay in developing motor skills (Dragnea, & Bota, 1999).

Physical activity is a physical and mental activity, spontaneous and pursued by itself without the immediate utility, generating fun, pleasure and comfort. The author appreciates that the game, in addition to the biological and physical aspect, has an intellectual component (Scarlat, & Scarlat, 2002.)

Physical education has a strong formative character because it stimulates and influences a series of personality traits and is based on:

- basic motor skills: walking, running, jumping, throwing, gripping;
- motor skills: speed, skill, strength, strength;
- utilitarian-applicative skills: equilibrium, climb, escalation, traction, pushing, transport of weights.

Motion games make a special contribution to:

- strengthening health;
- the formation and consolidation of basic motor skills and utilitarian-applicative;
- mobilizing the forces of the participants: motric, volitional, emotional, cognitive, psychic;
- developing moral qualities: courage, perseverance, team spirit, sacrifice, self-confidence;
- the development of fair-play spirit;
- collaboration between partners;
- development of aesthetic taste;
- mental disconnection; a form of active rest. (Gherasim, 2003)

## **2. Material and methods**

In conducting the research I began with the following hypothesis: suppose that by using predominantly dynamic games in the physical education lesson we will get an increase in the indices of the motoring qualities, the speed and skill in the children of the gymnasium cycle - VIth grade.

---

The purpose of the paper was to select from the motion games, the most effective ones for the development of motor skills, to explain them, to use them during the physical education classes, and have the results obtained demonstrate the efficiency in achieving the finalities. "The statistical and mathematical indicators I use in analyzing the data obtained through the tests I have performed are: arithmetic mean (X); standard deviation (S); coefficient of variability (C.V.)."

*Tests applied in research*

*Sample 1 - Speed Running 50 m*

Running on a distance of 50 m. The start is free, the timer starts at the first movement of the student and stops when the student crosses the finish line.

*Sample 2 - Long jump*

Students run individually. On the ground is a ladder of 1 meter to 2.5 meters from the threshold, the pupil is slightly bent, he makes his afflatus and jump.

*Sample 3-Throwing the baseball*

Run individually. Each of the students had two turns, noting the best achieved result.

*Sample 4 - Launch the ball with one hand at the basketball basket*

It runs with the soccer ball / volleyball, 5 meters away from the basket, the students trying to insert the ball into the basketball basket. The number of successes in 10 executions was recorded.

*Sample 5 - Launch the ball with two hands from the bottom*

Run individually with the soccer ball / volleyball. Students launch the ball to a 2-meter diameter circle at a distance of 7 meters. Run 10 times, and score the number of successes.

*Subjects included in the research*

In order to substantiate this bachelor's degree, I turned to Professor J. A., from the "Ion Creanga" Secondary School in Suceava.

During this school year 2017-2018, I attended at least one hour of physical education per week in the 6th grade and 6th grade at the above-mentioned school. I would like to mention that the two classes were made up of 25 students suitable for physical education and sports.

**3. Results and Discussions**

The results gathered in October and May were as follow:

**Table 1** Results obtained in October. Class VIB

Crt. No.	Statistic calculus	Speed run 50 m (sec)	Long jump (m)	Throwing the baseball	Launch the ball with one hand at the basketball basket	Launch the ball with two hands from the bottom
1	X	8.14	1.6868	30.08	2.36	6.72
2	S	0.469042	0.144713	8.514302	1.18603	1.791647
3	CV	5.762182	8.756033	28.30552	50.2555	26.66142

**Table 2** Results obtained in October Vith grade

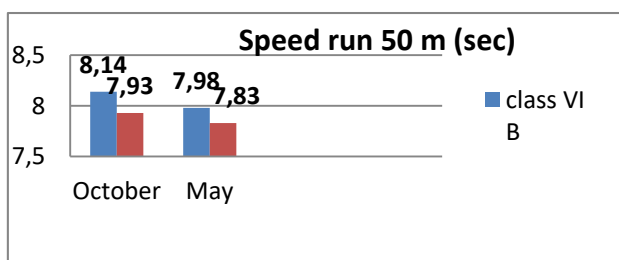
Crt. No.	Statistic calculus	Speed run 50 m (sec)	Long jump (m)	Throwing the baseball	Launch the ball with one hand at the basketball basket	Launch the ball with two hands from the bottom
1	X	7.988	1.6084	28.04	2	6.04
2	S	0.482459	0.156036	7.950262	1.040833	1.485485
3	CV	6.039797	9.701338	28.35329	52.04165	24.59413

**Table 3** Results obtained in May VIB grade

Crt. No.	Statistic calculus	Speed run 50 m (sec)	Long jump (m)	Throwing the baseball	Launch the ball with one hand at the basketball	Launch the ball with two hands from the bottom
1	X	7.936	1.7044	30.44	4.24	7.6
2	S	0.455087	0.132093	8.030342	1.364698	1.67332
3	CV	5.734461	7.750135	26.38089	32.18627	22.01737

**Table 4** Results obtained in May Vith grade

Crt. No.	Statistic calculus	Speed run 50 m (sec)	Long jump (m)	Throwing the baseball	Launch the ball with one hand at the basketball	Launch the ball with two hands from the bottom
1	X	7.836	1.6324	30.68	3.08	6.8
2	S	0.462065	0.13912	8.249703	1.230285	1.720465
3	CV	5.896694	8.522391	26.88951	39.9443	25.30096



**Figure 1** Speed run 50 m (sec)

Regarding the October test, the difference between the arithmetic mean of the two classes is approximately 0.15 seconds in favour of the VIth grade. Concerning the May test, arithmetic averages are almost equal, with a very small

and insignificant 0.1 second difference in favour of VIA class.

Analyzing the values of the variability coefficient for the two classes, ie 5.75% for class VI B and 6.03% for class VI A, we can say that both groups have a very good homogeneity.

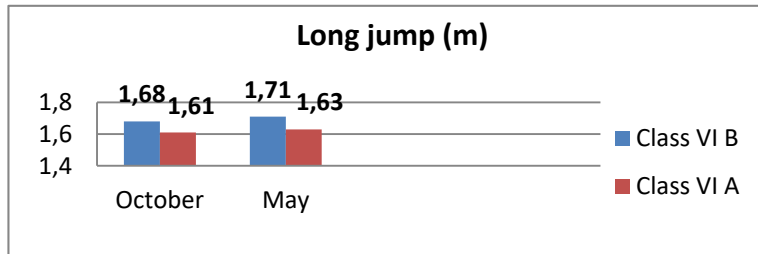


Figure 2 Long jump (m)

Arithmetic averages in October are almost equal, with a small difference of 0.07 meters in favour of VI B class.

At the end of the research, in May, both classes made a breakthrough in the long jump, but the 6th grade of B made a bigger break than the 6th grade of A, 0.08 meters. By means of the coefficient of variability I have highlighted the degree of homogeneity of both classes. In both October and May, for both classes (A and B), the degree of homogeneity for each group was large, ranging from 0-10%.

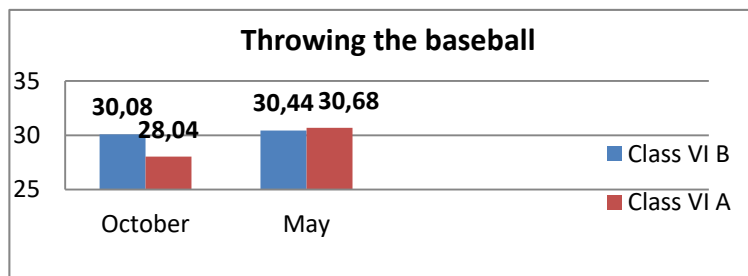
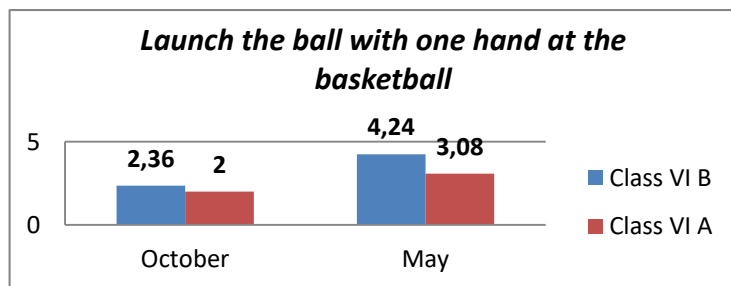


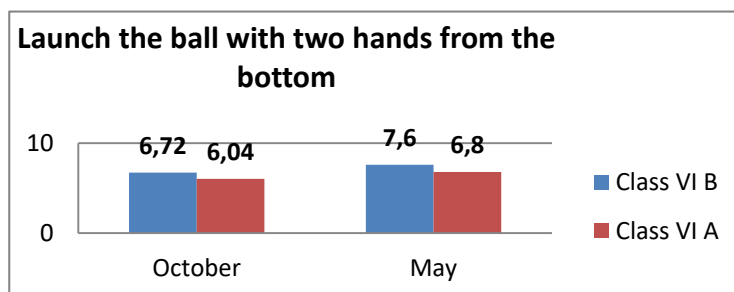
Figure 3 Throwing the baseball (m)

This time the difference between the two groups at the October test is 2.04 meters in favour of the VIth grade of B. At the testing in May, we noticed that both groups made progress, but this time the VI A grade progressed further, with the difference between the two groups being 0.24 meters. Comparing the average of the 6 th grade of A, from October to May, we can see that it achieved a progress of 2.64 m. With coefficients of variability between 20-30%, we can say that both classes are heterogeneous



**Figure 4** *Launch the ball with one hand at the basketball*

Arithmetic averages from the October tests are almost equal, the difference is 0.36 in favour of VI class B. In testing in May, we noticed that both classes made progress, but this time the VIth B class also progressed further (1.88 assists), with the difference between the two classes being 1.16. Analyzing the values of the variance coefficient from both tests in both classes, with values ranging from 32.18% to 52.04%, we can say that both classes are heterogeneous in this test.



**Figure 5** *Launch the ball with two hands from the bottom*

Just like testing no. 4 and for this sample, the arithmetic mean of the October tests are almost equal, the difference of 0.68 in favor of the VIth grade of B. And this time, progress has been made for both classes, but the 6 th grade of B has a better arithmetic mean than the 6 th grade of A with 0.8 passes, which indicates that it has evolved more. By means of the coefficient of variability we have highlighted the degree of homogeneity of each class. Both the October testing and the May testing, for both classes, the degree of homogeneity, were around the threshold of 20%, which indicates that the two classes have a fragile homogeneity.

#### 4. Conclusions

This paper contains information from the Physical Education and Sport Science and is basically based on the comparison of measurements of motor skills and abilities. Also, research methods are used correctly, and the working hypothesis has proven to be confirmed, so I believe we have fulfilled all the proposed goals. We believe that the better results obtained by the VI class B

students in most trials are due to the use of motion gaming more in this class. This statement is argued primarily by calculating the statistical-mathematical indicators, namely through the arithmetic mean that helped us measure the difference between the two classes and also to achieve the graphical representation of the recorded progress (annexes). Also, as a result of this work, we can say that motion games have a fairly important place in the physical education and sports lesson, so I suggest that the motion games be introduced into the teaching projects of each teacher in order to speed up the processes to train the students with whom they work.

### References

1. CÂRSTEA, GH. (2000). *Teoria și metodică educației fizice și sportului*, București: Ed. Anda;
2. DRAGNEA, A., & BOTA, A. (1999). *Teoria activităților motrice*, București: Editura Didactică și Pedagogică;
3. EPURAN, M. (2002). *Învățarea motrică*, Oradea: Editura Universității din, Romania;
4. GHERASIM, C. et al. (2003). *Jocuri în lecția de educație fizică*, Iași: Ed. Altfel,;
5. SCARLAT, E., & SCARLAT, B.M. (2002). *Educație fizică și sport*, București: Ed. Didactică și Pedagogică.

## Studiu Privind Dezvoltarea Calităților Motrice Viteza și Îndemânarea la Clasa a VI-a prin Utilizarea Jocurilor de Mișcare

Benedek, Florian <sup>1</sup>

<sup>1</sup>Universitatea “Ștefan cel Mare” of Suceava, Str. Universitatii nr. 13, Romania

**Cuvinte cheie:** *activitatea didactică, gimnaziu, metode noi de învățare*

### Rezumat

Pe parcursul anului școlar, calitățile motrice trebuie abordate în permanență, acordându-li-se în mod diferențiat spațiu în cadrul lecțiilor, în funcție de anotimp, de temele de instruire motrică, de condițiile materiale etc. În desfășurarea studiului am plecat de la următoarea ipoteză: presupunem că prin utilizarea cu preponderență a jocurilor dinamice în cadrul lecției de educație fizică vom obține o creștere a indicilor calităților motrice viteza și îndemânarea la copiii din ciclul gimnazial – clasa a VI a. *Scopul lucrării* a fost acela de a selecta din cadrul jocurilor de mișcare, pe cele mai eficiente pentru dezvoltarea calităților motrice, de a le explica, utiliza în cadrul orelor de educație fizică, iar rezultatele obținute să demonstreze eficiența lor în realizarea finalităților. În cadrul studiului s-a stabilit aria cercetării, s-a formulat ipoteza, s-au selecționat metodele și tehnicile de cercetare, s-au aplicat testele selectate, s-a stabilit strategia desfășurării studiului, s-au înregistrat datele, și s-au elaborat concluziile.

## 1. Introducere

Ca proces bilateral, activitatea didactică, are în vedere realizarea unei noi relații profesor-elev, ca urmare a mutațiilor intervenite în cadrul societății. Se presupune o nouă abordare a acțiunii educative, adecvată cerințelor actuale și de perspectivă ale societății.

Este necesar ca teoreticienii și practicienii noștri să găsească și să pună în practică noi procedee și tehnici didactice capabile să activeze pe planuri multiple participarea elevilor la realizarea acțiunii educaționale, să imprime instruirii o nouă orientare, participarea la actul instructiv să fie deopotrivă din partea profesorului cât și a elevului (Cârstea, 2000).

Schimbarea poziției elevului în cadrul activității instructive impune modificări ale relațiilor și ale modalităților prin care elevul este solicitat să conlucreze la realizarea obiectivelor proprii sale pregătiri și formări.

Programa de educație fizică la învățământul gimnazial acordă o mare importanță dezvoltării calităților motrice în ansamblul lor, prin acțiuni continue distribuite pe parcursul întregului ciclu de învățământ al fiecărui an de studiu în parte. Pe parcursul anului școlar, calitățile motrice trebuie abordate în permanență, acordându-li-se în mod diferențiat spațiu în cadrul lecțiilor, în funcție de anotimp, de temele de instruire motrică, de condițiile materiale etc. (Scarlat, & Scarlat, 2002).

Profesorul de educație fizică trebuie să acorde o atenție deosebită acestui obiectiv, cunoscut fiind faptul că „activitatea de perfecționare a deprinderilor motrice nu este posibilă fără o dezvoltare corespunzătoare a calităților motrice”. Ținând cont de faptul că ritmul dezvoltării calităților este mai redus decât cel de însușire a deprinderilor motrice, se impune o preocupare mai acută spre dezvoltarea primelor, prioritatea fiind viteza și îndemânarea (Epuran, 2002).

Abordarea acestui obiectiv nu este destul de pretențioasă din punct de vedere al condițiilor materiale, dar creează anumite probleme de ordin psihologic, în condițiile în care nu sunt găsite cele mai potrivite mijloace. Exersarea în condiții relativ standard a unor eforturi fizice duce la monotonie, plictiseală și ineficacitate. Printre mijloacele cele mai adecvate, mai ales în ciclul gimnazial, sunt jocurile sub diversele lor forme: dinamice, modelate, adaptate, sportive, cu reguli simplificate, cu întărirea unor dominante etc. În acest context, noi ne-am ales jocurile de mișcare ca mijloc principal în dezvoltarea calităților motrice.

Jocul este o activitate fizică și mentală, spontană și urmărită prin ea însăși fără utilitatea imediată, generatoare de distracție, de plăcere și reconfortare. Autorul apreciază că jocul, pe lângă aspectul biologic și fizic, are o componentă intelectuală. (Dragnea, & Bota, 1999).

Educația fizică are un puternic caracter formativ deoarece stimulează și influențează o serie de trăsături de personalitate și au la baza :

- deprinderile motrice de bază : mers, alergare, sărituri, aruncări, prinderi;
  - calități motrice : viteză, îndemânare, rezistență, forță;
  - deprinderi utilitar-aplicative : echilibru, cățărare, escaladare, tracțiuni, împingeri, transport de greutăți.
-



Jocurile de mișcare aduc o contribuție deosebită la :

- întărirea sănătății;
- formarea și consolidarea deprinderilor motrice de bază și utilitar-aplicative;
- mobilizarea forțelor participanților : motrice, volitive, afective, cognitive, psihice;
- dezvoltarea calităților morale : curaj, perseverență, spirit de echipă, de sacrificiu, încrederea în forțele proprii;
- dezvoltarea spiritului de fair-play;
- colaborarea între parteneri;
- dezvoltarea gustului estetic;
- deconectarea psihică, fiind o formă de odihnă activă.

## 2. Material și metodă

În desfășurarea cercetării am plecat de la următoarea ipoteză: *presupunem că prin utilizarea cu preponderență a jocurilor dinamice în cadrul lecției de educație fizică vom obține o creștere a indicilor calităților motrice viteza și îndemânarea la copiii din ciclul gimnazial – clasa a VI a.*

**Scopul lucrării** A fost acela de a selecta din cadrul jocurilor de mișcare, pe cele mai eficiente pentru dezvoltarea calităților motrice, de a le explica, utiliza în cadrul orelor de educație fizică, iar rezultatele obținute să demonstreze eficiența lor în realizarea finalităților.

Indicatorii statistico-matematici pe care îi utilizez în analiza datelor, obținute prin intermediul testărilor pe care le-am efectuat, sunt: media aritmetică (X); abaterea standard (S); coeficientul de variabilitate (C.V.).

*Testele aplicate în cercetare*

Proba 1 – *Alergarea de viteză 50 m*

Alergare pe distanța de 50 m. Startul este liber, cronometrul se pornește la prima mișcare a elevului și se oprește în momentul în care elevul trece linia de sosire.

Proba 2 – *Săritura în lungime de pe loc*

Elevii execută individual. Pe sol este trasată o scară de la 1 metru la 2,5 metri, de la prag, elevul este ușor aplecat își face elan și sare.

Proba 3 – *Aruncarea mingi de oină*

Se execută individual. Fiecare dintre elevi a avut la dispoziție două execuții, notându-se rezultatul cel mai bun realizat.

Proba 4 – *Lansarea mingii cu o mână la coșul de baschet*

Se execută cu mingea de fotbal/volei, la 5 metri distanță de coș, elevii încercând să introducă mingea în coșul de baschet. S-a înregistrat numărul de reușite din 10 execuții.

Proba 5 – *Lansarea mingii cu două mâini de jos la ținta*

Se execută individual cu mingea de fotbal/volei. Elevii lansează mingea spre un cerc cu diametrul de 2 metri aflat la o distanță de 7 metri. Se execută de 10 ori, și se notează numărul de reușite.

### *Subiecții incluși în cercetare*

Pentru a fundamenta practic această lucrare de licență am apelat la doamna profesor J. A., de la Școala Gimnazială „Ion Creangă” Suceava.

Pe parcursul acestui an școlar 2017-2018 am participat la cel puțin o oră de educație fizică pe săptămână la clasa a VI-a A cât și la clasa a VI-a B de la școala mai sus menționată. Aș vrea să menționez că cele două clase au fost formate din 25 de elevi apti pentru ora de educație fizică și sport.

### **3. Rezultate și discuții**

Rezultatele culese în luna octombrie respectiv luna mai au fost întabelate după cum urmează:

**Tabel 1** Rezultate obținute în luna octombrie CLASA VI B

Nr. crt.	Calcul statistic	Alerg. viteză 50 m (sec)	Sărit. în lung. de pe loc (m)	Aruncarea mingii oină	Lansarea mingii cu o mână la coșul de baschet	Lansarea mingii cu două mâini de jos
1	X	8.14	1.6868	30.08	2.36	6.72
2	S	0.469042	0.144713	8.514302	1.18603	1.791647
3	CV	5.762182	8.756033	28.30552	50.2555	26.66142

**Tabel 2** Rezultate obținute în luna octombrie CLASA VI A

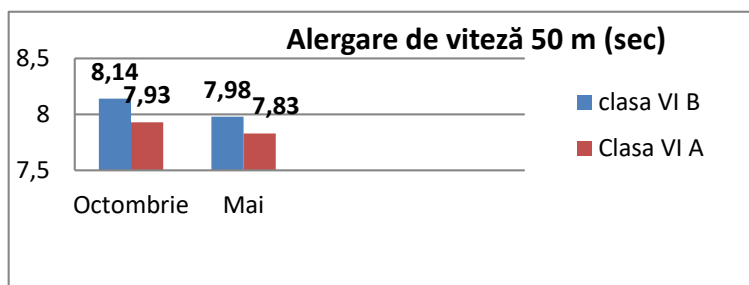
Nr. crt.	Calcul statistic	Alerg. viteză 50 m (sec)	Sărit. în lung. de pe loc (m)	Aruncarea mingii oină	Lansarea mingii cu o mână la coșul de baschet	Lansarea mingii cu două mâini de jos
1	X	7.988	1.6084	28.04	2	6.04
2	S	0.482459	0.156036	7.950262	1.040833	1.485485
3	CV	6.039797	9.701338	28.35329	52.04165	24.59413

**Tabel 3** Rezultate obținute în luna mai CLASA VI B

Nr. crt.	Calcul statistic	Alerg. viteză 50 m (sec)	Sărit. în lung. de pe loc (m)	Aruncarea mingii oină	Lansarea mingii cu o mână la coșul de baschet	Lansarea mingii cu două mâini de jos
1	X	7.936	1.7044	30.44	4.24	7.6
2	S	0.455087	0.132093	8.030342	1.364698	1.67332
3	CV	5.734461	7.750135	26.38089	32.18627	22.01737

**Tabel 4** Rezultate obținute în luna mai CLASA VI A

Nr. crt.	Calcul statistic	Alerg. viteză 50 m (sec)	Sărit. în lung. de pe loc (m)	Aruncarea mingii oină	Lansarea mingii cu o mână la coșul de baschet	Lansarea mingii cu două mâini de jos
1	X	7.836	1.6324	30.68	3.08	6.8
2	S	0.462065	0.13912	8.249703	1.230285	1.720465
3	CV	5.896694	8.522391	26.88951	39.9443	25.30096

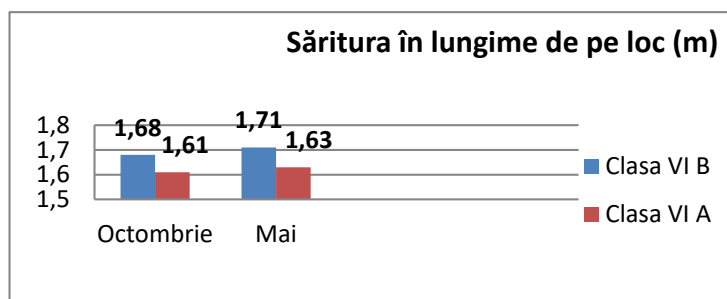


**Figura 1** Alergare de viteză

La testarea din luna octombrie diferența dintre mediile aritmetice ale celor două clase este de aproximativ 0.15 secunde în favoarea clasei a VI-a A.

La testarea din luna mai, mediile aritmetice sunt aproape egale fiind o foarte mică și nesemnificativă diferență de 0.1 secunde în favoarea clasei a VIA.

Analizând valorile coeficientului de variabilitate pentru cele două clase, adică 5,75% pentru clasa VI B și 6,03% pentru clasa VI A, putem afirma că ambele grupe au o omogenitate foarte bună.



**Figura 2** Săritura în lungime de pe loc

Mediile aritmetice din luna octombrie sunt aproape egale fiind o mică diferență de 0.07 metri în favoarea clasei a VI B.

La sfârșitul cercetării, în luna mai, ambele clase au realizat un progres în ceea ce privește săritura în lungime de pe loc, dar clasa a VI a B, a realizat un progres mai mare decât clasa a VI a A, de 0.08 metri.

Prin intermediul coeficientului de variabilitate am evidențiat gradul de omogenitate al ambelor clase. Atât în luna octombrie cât și în luna mai, în cazul ambelor clase (A și B), gradul de omogenitate, pentru fiecare grupă în parte a fost mare, el situându-se între 0-10%.

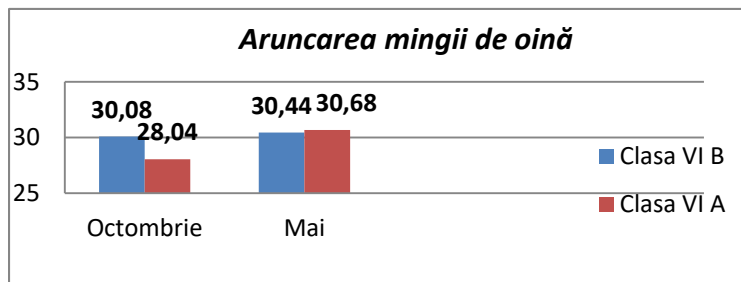


Figura 3 Aruncarea mingii de oină

De această dată diferența dintre cele două grupe la testarea din luna octombrie este de 2.04 metri în favoarea clasei a VI a B.

La testarea din luna mai, am observat că ambele grupe au realizat un progres, dar de această dată clasa a VI A, a progresat mai mult, diferența dintre cele două grupe fiind de 0.24 metri. Comparând valoarea medie a clasei a VI a A, din luna octombrie cu cea din luna mai, putem observa ca aceasta a obținut un progres de 2,64 m.

Cu valori ale coeficientului de variabilitate cuprinse între 20-30% putem spune că ambele clase sunt eterogene.

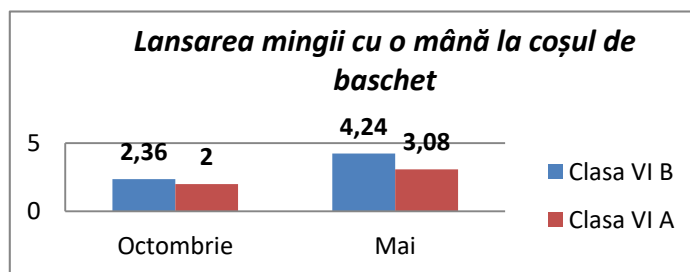
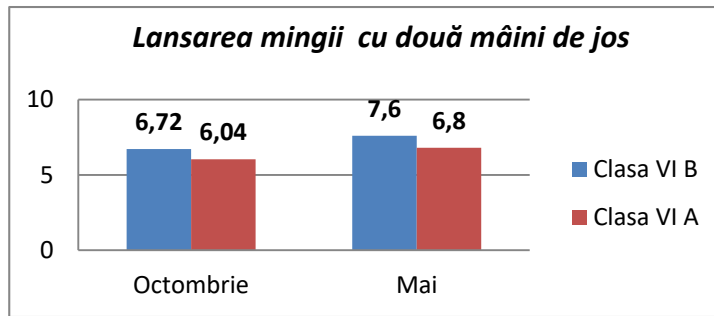


Figura 4 Lansarea mingii cu o mână la coșul de baschet

Mediile aritmetice de la testările din luna octombrie sunt aproape egale, diferența este de 0.36 în favoarea clasei a VI a B.

La testarea din luna mai, am observat că ambele clase au realizat un progres, dar și de această dată clasa a VI a B a progresat mai mult (1,88 pase), diferența dintre cele două clase fiind de 1.16 pase.

Analizând valorile coeficientului de varietate de la ambele testări la ambele clase, cu valori cuprinse între 32,18% și 52,04%, putem afirma ca ambele clase sunt eterogene la aceasta testare.



**Figura 4** Lansarea mingii cu o mână la coșul de baschet

La fel ca la testarea nr. 4 și în cazul acestei probe, media aritmetică de la testările din luna octombrie sunt aproape egale, diferența de 0.68 în favoarea clasei VI a B.

Și de această dată s-a realizat un progres pentru ambele clase, dar clasa VI a B, are o medie aritmetică mai bună decât clasa VI a A cu 0.8 pase, ceea ce denotă că a evoluat mai mult.

Prin intermediul coeficientului de variabilitate am evidențiat gradul de omogenitate al fiecărei clase în parte. Atât la testarea din octombrie cât și la testarea din mai, în cazul ambelor clase, gradul de omogenitate, s-a situat în jurul pragului de 20%, lucru ce denota faptul că cele două clase au o omogenitate fragilă.

#### 4. Concluzii

Această lucrare cuprinde informații din cadrul Științei Educației Fizice și Sportului și este fundamentată practic prin compararea măsurătorilor unor calități și deprinderi motrice. De asemenea, metodele de cercetare sunt folosite corect, iar ipoteza de lucru s-a dovedit a fi confirmată, prin urmare consider că am îndeplinit toate obiectivele propuse.

Considerăm că rezultatele mai bune obținute de elevii clasei VI a B, la majoritatea testărilor, se datorează utilizării jocurilor de mișcare, folosite mai mult în cadrul acestei clase. Această afirmație este argumentată în primul rând prin calcularea indicatorilor statistico-matematici, mai precis prin intermediul mediei aritmetice care ne-a ajutat să măsurăm diferența dintre cele două clase și de asemenea să realizăm reprezentarea grafică a progresului înregistrat (anexele).

De asemenea, în urma realizării acestei lucrări putem afirma că jocurile de mișcare au un loc destul de important în cadrul lecției de educație fizică și sport, așadar propun ca jocurile de mișcare să fie introduse în proiectele didactice de fiecare profesor în parte pentru a grăbi procesele de formare a deprinderilor motrice ale elevilor cu care lucrează.