

## Original Article

## The Role of the Teacher in Physic Education and Sport in Preventing Scarce Atitudes of Children from the Primary Learning System

Moldovan Elena<sup>1\*</sup>Enoiu Razvan Sandu<sup>2</sup><sup>1,2</sup> „Transilvania” University of Braşov, Str. Universităţii no. 1, Braşov, România

DOI: 10.29081/gsjesh.2018.19.2.03

**Keywords:** *teacher, scarce attitudes, children***Abstract**

Physical education and sport represents activities of national interest, with a high role in: strengthening health and physically developing a harmonious young generation. The present paper presents a study regarding the importance of the somatoscopic and somatometric exam in finding physical deficiencies to children in primary learning system. The main purpose of the didactical experiment is arguing that fact that the prevention of physical deficiencies in small children can be done within physical education and sport activities, with the help of certain special programs of physical exercises that can lead to validating solutions in finding physical deficiencies. In doing so, we have implemented within the physical education classes a program of physical exercises to prevent eventual physical deficiencies in children of the primary learning system. The experimental lot size has accomplished significant improvement quotas, which indicates the research hypothesis has been confirmed.

**1. Introduction**

In all countries with an advanced social and economic development, specialists have observed an increase of the somatic-functional indexes, some subjects remaining behind in comparison to others, the presence of certain scarce physical deficiencies to an early age, phenomenon that poses quite important problems in adapting the young generation to life's demands and tasks (Baciu, 1981).

Thus, one imposes a profound knowledge of the health parameters and a development of the somatic-functional organism of children by using certain simple, efficient and accessible investigation techniques, through the somatoscopic and somatometric exam. The somatic balance together with the anatomic-functional characteristics, represent determined factors of the biological potential in

---

\* E-mail: e.moldovan@unitbv.ro

the growth dynamic, in the development, adaptability and the progressive improvement of the human being, mutually highlighting each other negatively or positively (Dragan, 2002).

Knowing the subjects and preventing different means of eventual physical deficiencies installment, does not represent an episodically aspect, but a rhythmic, methodic action dictated by the professional consciousness (Bratu, 1977).

Any physical problem puts its mark on the man's psychic, transforming him/her in a recluse once the health has deteriorated. It is important to treat or maintain the health state from an early age, because most diseases from childhood lead to aggravation in teenage years or adult life (Cerghit, 1983).

In the Romanian system, the physical education curriculum for children in the primary learning department reflects the conception that is the basis of the Romanian learning system reform, following the accomplishments of present purposes in the Law of Learning. Regarding the complex development of children's personality.

Among the established specific objectives one lists: improving the health state of children, the harmonious physical development of children, the development of their psychomotile ability and the education of certain behavior characteristics favorable to activities done in stable groups or spontaneous ones (Demeter, 1987). The conceptions and practices that kept physical education and sport at the bottom of the societal preoccupations, being considered minor, are gradually abandoned, presently being able to offer the perfect frame for which it can effectively be intervened in accomplishing the objectives of the general education.

The role of physical education and sport, in this stage with a high degree of mechanization and automation, has increased enormously. In this context, physical education and sport must give its contribution in the conjugated effort of the school, to educating the specific young personality traits, as well as forming the ability to systematically practice the independence of physical education exercises during free time. In the same context, physical education and sport develop behavior traits of order, discipline, initiative and decision, drive and competition spirit.

The main purpose of physical education will be forming the motivation to systematically practice physical education, the development of motile and functional abilities that influence the health state through systematically made evaluations (Dragnea, 1984).

The general objective of the physical education discipline is developing the bio and psycho motile aptitudes and forming the child's ability to act on them in permanently maintaining an optimal health state, ensuring a harmonious physical development and manifesting a motile ability favorable to a professional and social insertion. Generally, the physical education discipline contributes, through specific abilities, aptitudes and knowledge to all the key domains and also to the domains that include learning to learn, interpersonal, intercultural, social and civic competences as well as interest in culture. The physical education activity which has long overdrove the "physical" notion creates the premises of a complex

personality sketch this implying a correct and harmonious development from the somatic and intellectual points of view due to the mutual influence of these two factors – somatic motile and intellectual.

In accomplishing any activity to “get out of the box” one needs a motivational, affective and spiritual participation, which implies a certain originality of the thing done depending on the personal note of each individual (Duma, 1997).

Within the physical education activities, executing motile actions automatically, at the command of the person leading the activity, this does not always lead to the desired effects or the wanted progress due to some factors that are related to the psychological structure of the ones working efficiently and the person guiding such a work style. Many times the lack of participation or mapping the sportive activities are unwanted and many times inexplicable causes that lead in the end to fails (Bădău, 2017).

Preventing and finding physical deficiencies in small children is a problem that has imposed organizing certain systematic activities of prevention and correction with the purpose of a normal and harmonious development. The deficiencies of the physical development represent a very important aspect to which one can pay careful attention. Their importance results in the frequency and consequences that they have on the organism for the posture deficiencies, fairly common in children, can lead to disturbances to the organism functions, and sometimes to serious illnesses.

The hypothesis. One has presumed that the elaboration and utilization of the specific means and methods for educating the reflex of correct posture in primary children, within the physical education classes, systematically and continuously, can lead to a substantial contribution to the ascending evolution of the somatic-functional parameters and to preventing and finding certain attitudes and physical deficiencies to primary children.

The tasks of the research: studying the literature regarding the characteristics of the primary child’s growth and development; studying the theoretical aspects regarding the principles, methods and means used in preventing and correcting the primary physical deficiencies; studying the ways of finding and evaluating the physical attitudes and deficiencies, respectively studying the specific indications in correcting the deficiencies; elaborating certain programs of physical exercises for preventing and correcting physical deficiencies found in primary children; elaborating and interpreting the collected data.

## **2. Materials and methods**

The subjects of the research are 16 pupils (12 boys and 4 girls) aged 9 – 10, taken under the evidence of the physical education teacher, regarding their health state. The experiment has been done during a school year, within the physical education classes.

The indicators followed in the researched have been:

- Under the aspect of the somatic development, one has aimed the following

anthropometrical and functional benchmarks: waist, weight, bust; the biachromial diameter; the bitrohanterian diameter; the plantar dimension and the thoracic elasticity;

- One of the most concluding techniques from the practical point of view has been the appreciation test of posture in the lateral and antero posterior applying the “Physical condition test” described by Brown, Harold, & McGee (1989). One gives a mark of 5, 3, or 1 for every segment of the body – both in profile and back – from the diagrams of postures, then a sum is made. The minimum of score that a subject can make is 13 and the maximum is 65 (if the 13 trials are 5 marked each), which represents a correct posture.

- Measuring the functional aspect has been done with the help of a test made of a complex of exercises especially conceived to measure and evaluate the force and elasticity of the main muscles responsible for a correct posture from the biomechanical point of view.

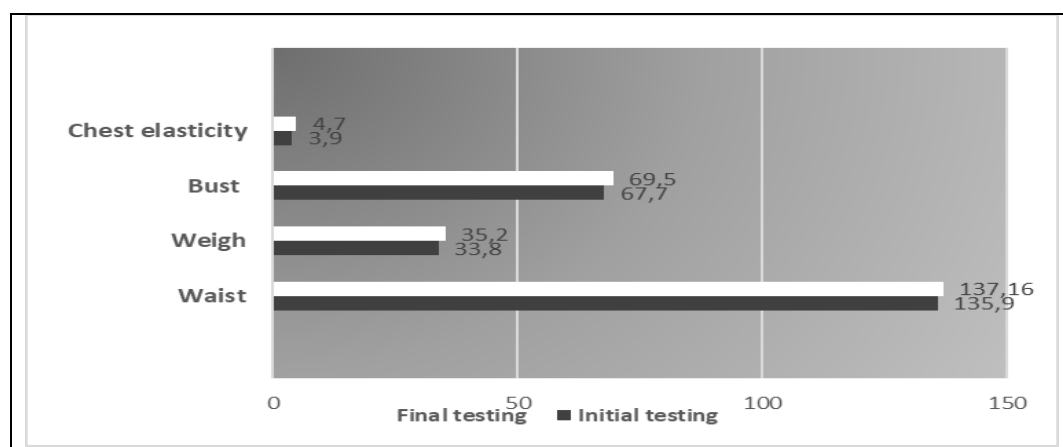
The test has been elaborated by a group of specialists in kinetotherapy and rheumatology and has successfully been used in a prevention and correction program of the spine’s deficiencies amongst pupils starting from 2001 in the European Union.

The evaluation has been done after a score as follows:

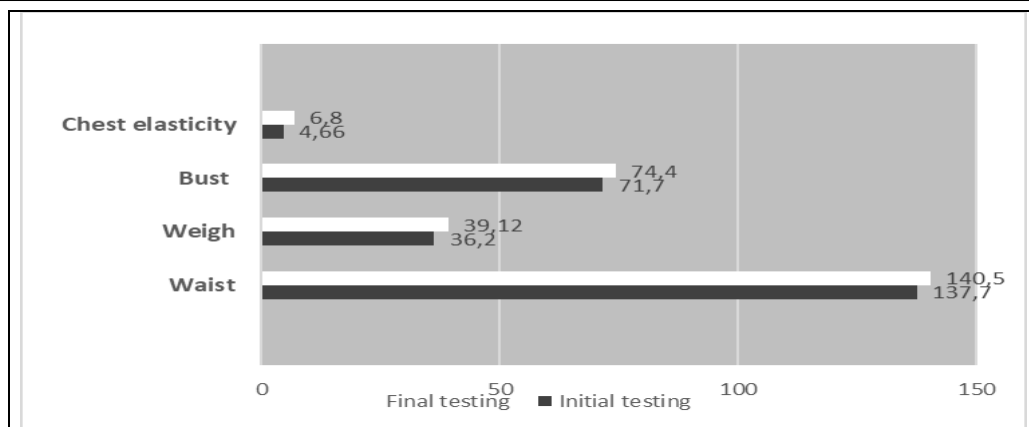
- If the exercises is done correctly – 1 point;
- If the exercise is done incorrectly – 2 points;

### 3. Results and discussions

The analysis of the evaluation results of the anthropometrical parameters in the boys and girls group



**Figure 1.** Dynamics of anthropometric parameters evaluated in the group of girls



**Figure 2.** Dynamics of anthropometric parameters evaluated in the group of boys

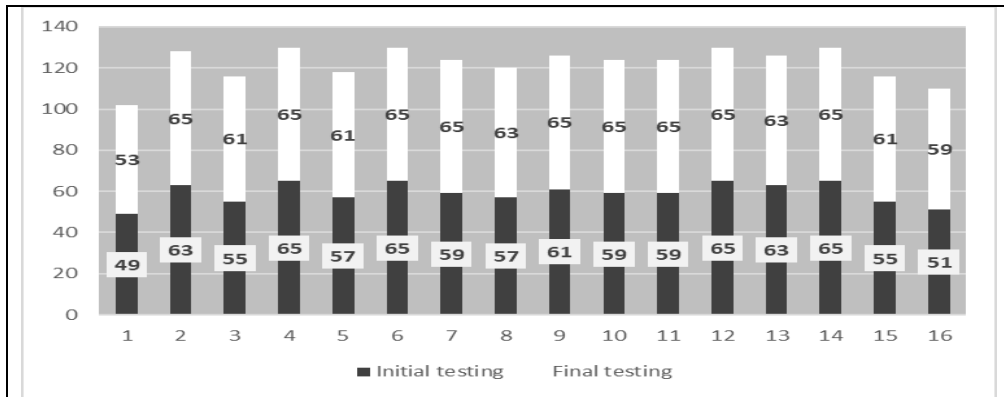
**Waist:** After analyzing the data, one can notice that the subjects are within the normal average values for this age. The girl group has made to the initial testing an average of 135.9 cm and to the final testing 137.16 cm, while the boys group 137.7 cm and 140.5cm. the proportion between the girls and boys within the group is approximately equal which allows the comparison of the effectuated anthropometrical measurements. Average weight, as well as average height are close to the national standards of growth and development. The majority of children are of normal weight, one pupil being overweight.

**Weight:** As opposed to waist, this indicator is controllable and can be influenced in a considerable amount by a series of exogenous factors. Among these one highlights the rational alimentation, the life style to which one adds the educative factors. The weight has been verified by the medicinal weighing scale. After analyzing the data, one can say that all subjects are within the normal values for this age. The girls group has had a score of 33.8 kg and 35.2 to the final testing, while the boys group an average of 36.2 kg and 39.12 kg.

**Bust:** After analyzing the data, one can say that all subject are within the normal average values for this age. The girls group has had an average of 67.7cm in the initial testing and 69.5cm to the final one, while the boys group 71.7cm and 74.4cm.

**Chest elasticity:** The initial value is 3.9 cm in the initial test and 4.7 cm in the final group test. In the boys group, the chest elasticity recorded the following values: the initial test was 4.66 cm, the final test was 6.8 cm.

Presenting the evaluated data to the global and segmentary somatoscopic evaluation somatoscopic exam (visual testing) for finding the installed physical deficiencies has been done with the “New York physical condition test” described by Brown, Harold, & McGee (1989) 1 point is awarded to each segment o the body from the evaluation diagrams of postures. Thus, the minimum score is of 13 and the maximum of 65 points, which represents a correct posture.



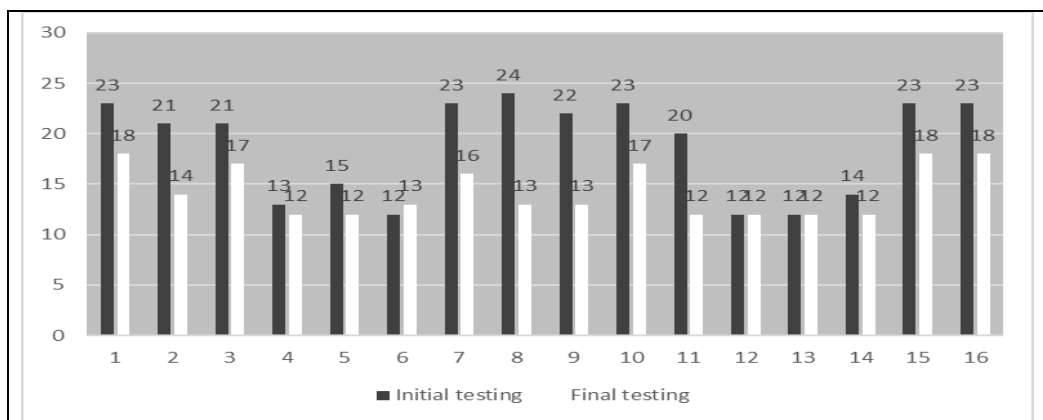
**Figure 3.** The result dynamics of the global and segmentary evaluation

After the initial testing's, 4 pupils have had a correct posture and in the final testing, 9 have had a correct one getting the maximum of points, 65.

Aspects regarding the data gathered at the test for corporal stature from the biomechanical point of view

This test has been done based on a complex of 12 exercises after which we managed to appreciate the level of force and elasticity of the muscles engaged in maintaining a correct posture from the biomechanical point of view.

Being a visual testing, it bears a rate of subjectivism to what execution is concerned, but it offers us a confirmation that elaborate exercises for preventing and correcting attitudes an physical deficiencies, respectively educating the reflex of the correct attitude, have had positive effects on the children. These effects are confirmed and highlighted between the initial and final testings.



**Figure 4.** The number dynamics of corporal stature from the biomechanical point of view to the initial and final testings

From Fig. 10 one can notice that out of 16 pupils, 7 have managed to improve their level of force and elasticity of the muscles engaged in maintaining a

correct posture from the biomechanical point of view, subjects 7, 8, 9, 10, 11, 15 and 16.

Subjects 4, 5 and 6 have got a small score of the final testing in comparison to the score made to the initial one.

Subjects 12 and 13 have maintained the same score to both testings.

#### 4. Conclusions

The results obtained after evaluation lead us to the following conclusions:

- Comparing the 2 testings – initial and final – we can notice the ascendant evolution of results which means that the majority of pupils have had partial corrections but also total corrections of the scarce attitudes, found in the beginning of the study.

- The experiment has allowed to observe that the tasks and objectives of the physical education class in primary children, regarding the p[revention and correction of corporal attitudes for a healthy and harmonious development, are accessible only with good results only when the teacher proprietarily gets involved in solving these tasks.

- The physical exercise curriculum has proven efficient and can be used in certain conditions not only for preventing wrong corporal attitudes but also as means of general physical development.

- The comparative results obtained confirm the accomplishment of the proposed tasks, thus confirming the hypothesis and accomplishing the proposed purpose.

#### References

1. BACIU C. (1981). *Anatomia funcțională și biomecanica aparatului locomotor*, București: Sport-Turism;
2. BĂDĂU A. (2017). Study of somatic, motor and functional effects of practicing initiation programs in water gymnastics and swimming by students of physical education and sports. *Physical Education of Students*, 21(4), 158-164. doi:10.15561/20755279.2017.0402; Published: 10.08.2017 158-1640;
3. BARROW, HAROLD, M., & MCGEE, R.A. (1989). *Practical Approach to. Measurement in Physical Education*, Philadelphia: Lea and Febigers, 43.
4. BRATU, I. (1977). *Gimnastica pentru prevenirea și corectarea deficiențelor fizice*, București: CNEFS;
5. CERGHIT, I. (1983). *Perfecționarea lecției în școala modernă*, București: Didactică și Pedagogică;
6. DEMETER, A. (1987). *Bazele fiziologice și biochimice ale dezvoltării calităților motrice*, București: Sport-Turism;
7. DRAGNEA, A. (1984). *Măsurarea și evaluarea în educație fizică și sport*, București: Sport-Turism;
8. DRĂGAN, I. (2002). *Cultura fizică medicală*, București: Sport –Turism;
9. DUMA, E. (1997). *Deficiențe de dezvoltare fizică*, ClujNapoca: Argonaut.

## Rolul Profesorului de Educație Fizică în Prevenirea Atitudinilor Deficitare la Elevii din Învățământul Primar

Moldovan Elena<sup>1</sup>

Enoiu Razvan Sandu<sup>2</sup>

<sup>1,2</sup>Universitatea "Transilvania" din Brașov, Str. Universității nr.1, Brașov, România

**Cuvinte cheie:** profesor atitudinilor deficitare, copii

### Rezumat

Educația fizică și sportul reprezintă activități de interes național, cu rol crescut în: întărirea sănătății, dezvoltării fizice armonioase a tinerei generații. Lucrarea de față prezintă un studiu privind importanța examenului somatoscopic și somatometric în depistarea atitudinilor și deficiențelor fizice la elevii din învățământul primar. Scopul principal vizat în experimentul didactic întreprins, este argumentarea faptului că, prevenirea atitudinilor deficitare la copii de vârstă școlară mică, se poate efectua în cadrul lecțiilor de educație fizică, cu ajutorul unor programe de exerciții fizice special elaborate, care pot duce la soluții validate de practică pentru prevenirea dezvoltării unor deficiențe fizice la copii de vârstă școlară mică. Pentru realizarea acestui deziderat am implementat în cadrul orelor de educație fizică un program de exerciții fizice pentru prevenirea și corectarea eventualelor deficiențelor fizice depistate la elevii din ciclul primar. Lotul experimental a realizat cote de ameliorare semnificative, ceea ce indică faptul că ipoteza cercetării a fost confirmată.

### 1. Introducere

În toate țările cu o dezvoltare economico-socială avansată, specialiștii constată cu îngrijorare creșterea unor indici somato-funcționali, rămânerea în urmă față de normal a altor subiecți, prezența unor atitudini fizice deficitare, la vârste fragede, fenomen care pune probleme în privința adaptabilității tinerilor față de cerințele vieții (Baciu, 1981).

De aceea se impune cunoașterea aprofundată a parametrilor stării de sănătate și de dezvoltare somato-funcționale a organismului copiilor, prin folosirea unor tehnici de investigare simple, eficiente, accesibile condițiilor școlii, prin examenul somatoscopic și somatometric. Echilibrul somatic împreună cu caracterele anatomo-funcționale, constituie factorii determinați ai potențialului biologic, în dinamica creșterii, a dezvoltării, a adaptării, perfecționării progresive a ființei umane, influențându-se reciproc, negativ sau pozitiv (Drăgan, 2002).

Cunoașterea subiecților și prevenirea prin diferite mijloace ale instalării eventualelor deficiențelor fizice, nu reprezintă un aspect episodic, ci acțiune ritmică, metodică, dictată de conștiința profesională (Bratu, 1977).

Orice problemă fizică își pune amprentă asupra psihicului omului, transformându-l într-un neadaptat odată cu deteriorarea stării de sănătate. Este important să tratăm sau să menținem starea de sănătate încă de la cele mai mici vârste, deoarece cele mai multe boli apărute în copilărie conduc la agravarea lor în adolescență sau la vârsta adultă (Cerghit, 1983).



În sistemul românesc, curriculum-ul școlar de educați fizică pentru învățământul primar reflectă concepția care stă la baza reformei sistemului românesc de învățământ, urmărind realizarea finalităților prezentate în Legea Învățământului, referitoare la dezvoltarea complexă a personalității copiilor.

Printre obiectivele specifice stabilite sunt urmărite cu precădere: întărirea stării de sănătate a copiilor, dezvoltarea fizică armonioasă a acestora, dezvoltarea capacității psiho-motrice și educarea unor trăsături de comportament favorabile activităților desfășurate în grupuri stabile sau constituite spontan. (Demeter, 1987). Concepțiile și practicile în virtutea cărora educația fizică și sportul erau ținute la periferia preocupării societății, fiind considerate activități minore, dexterități de plan de învățământ, sunt treptat abandonate, recunoscându-se în prezent că ele oferă cadrul propice prin intermediul cărora se poate acționa eficient în direcția realizării obiectivelor urmărite de educația generală. Rolul educației fizice în această etapă caracterizată printr-un înalt grad de automatizare și mecanizare a crescut enorm. În acest context educația fizică și sportul trebuie să-și aducă contribuția în efortul conjugat al școlii, la educația trăsăturilor de personalitate specifice tineretului, precum și la formarea capacității de practicare sistematică independentă a exercițiilor fizice în timpul liber. În același context, educația fizică și sportul dezvoltă trăsături de comportament, de ordine, disciplină, inițiativă și decizie, dârzenie și competitivitate

Scopul prioritar al educației fizice va fi formarea motivației de practicare sistematică a exercițiilor fizice, dezvoltarea calităților motrice și funcționale ce influențează starea de sănătate a elevului, constatată prin evaluări efectuate sistematic (Dragnea, 1984).

Obiectivul general al disciplinei educație fizică constă în dezvoltarea aptitudinilor bio-psiho-motrice și formarea capacității elevilor de a acționa asupra acestora, în vederea menținerii permanente a stării optime de sănătate, asigurării unei dezvoltări fizice armonioase și manifestării unei capacități motrice favorabile inserției profesionale și sociale. Disciplina Educație fizică contribuie, în general, prin cunoștințele, abilitățile și atitudinile specifice, la toate domeniile de competențe cheie și cu precădere la cele care vizează domeniile: a învăța să înveți, competențe interpersonale, interculturale, sociale și civice și „sensibilitate la cultură”. Activitatea de educație fizică care a depășit de mult sensul noțiunii de „fizic”, creează premisele unei realizări complexe a personalității, aceasta implicând o dezvoltare corectă armonioasă din punct de vedere somatic și intelectual, datorită sistemului de influențare reciprocă între cei doi factori – somato-motric și intelectual.

În realizarea oricărei activități pentru ieșirea din așa zisele “tipare” este nevoie de o participare motivațională, afectivă și spirituală, ce implică o anumită originalitate a lucrului efectuat în funcție de nota personală a fiecărui individ (Duma, 1997).

În cadrul activității de educație fizică, executarea acțiunilor motrice automat, la comanda celui care conduce activitatea, nu duce totdeauna la efectele scontate sau la realizarea progresului dorit din cauza unor factori ce țin de structura psihică a celor ce lucrează efectiv și de cel ce trasează un asemenea stil de lucru. De multe

ori lipsa de participare efectivă sau șablonizarea activităților sportive sunt cauze nedorite și deseori neexplicabile care duc într-un final la eșecuri (Bădău, 2017).

Prevenirea și depistarea deficiențelor fizice la copii de vârstă școlară mică este o problemă ce a impus organizarea unei activități sistematice de prevenire și corectare a acestor deficiențe în scopul asigurării unei dezvoltări fizice normale și armonioase. Deficiențele dezvoltării fizice reprezintă un aspect deosebit de important, căruia trebuie să se acorde atenția cuvenită. Importanța lor rezultă din frecvența și consecințele pe care le au asupra organismului, deoarece deficiențele de ținută, care se întâlnesc adesea la copii, pot duce la tulburări ale funcțiilor organismului, iar uneori chiar la îmbolnăviri serioase.

Ipoteza cercetării: s-a presupus, că elaborarea și utilizarea mijloacelor și metodelor specifice pentru educarea reflexului de postură corectă la elevii din ciclul primar, în cadrul orelor de educație fizică, în mod sistematic și continuu, pot aduce o contribuție substanțială la evoluția ascendentă a parametrilor somato-funcționali și la prevenirea și depistarea unor atitudini și deficiențe fizice, la elevii din ciclul primar. Sarcinile cercetării: studiul literaturii de specialitate cu privire la particularitățile creșterii și dezvoltării fizice a copilului de vârstă școlară mică; studiul aspectelor teoretice privind principiile, metodele și mijloacele folosite în prevenirea și corectarea atitudinilor și deficiențelor fizice la ciclul primar; studiul modalităților de depistare, de evaluare a atitudinilor și deficiențelor fizice, respectiv studiul indicațiilor specifice corectării lor; elaborarea unor programe de exerciții fizice pentru prevenirea și corectarea deficiențelor fizice depistate la elevii din ciclul primar; prelucrarea și interpretarea datelor culese.

## 2. Material și metode

Subiecții cercetării sunt elevi în număr de 16 (12 băieți și 4 fete) cu vârste cuprinse între 9-10 ani, luați în evidența profesorului de educație fizică, privind starea de sănătate. Experimentul s-a desfășurat pe durata unui an școlar, în cadrul orelor de educație fizică pe parcursul unui an școlar.

Indicatorii urmăriți în cercetare:

- Sub aspectul dezvoltării somatice, au fost vizate următoarele reperi antropometrice și funcționale: talia; greutatea; bust; elasticitatea toracică;
- Una dintre tehnicile cele mai concludente din punct de vedere practic este testul de apreciere a posturii în plan lateral și anteroposterior aplicând „Testul de condiție fizică, descris Brown, Harold, & McGee (1989). Se acordă câte o notă de 5, 3 sau 1 pentru fiecare segment al corpului- atât din profil, cât și din spate.– din diagramele de evaluare a posturii după care se face suma acestora. Minimum de scor pe care îl poate realiza un subiect este 13, iar maximum 65 (dacă la cele 13 probe i se acordă numai note de 5), ceea ce reprezintă o postură corectă.
- Măsurarea aspectului funcțional s-a realizat cu ajutorul unui test alcătuit dintr-un complex de exerciții, special concepute pentru măsurarea și evaluarea forței și elasticității principalelor mușchi răspunzător pentru o ținută corectă din punct de vedere biomecanic.

Testul a fost elaborat de un grup de specialiști în kinetoterapie și reumatologie și a fost folosit cu succes într-un program de prevenire și corectare a deviațiilor coloanei vertebrale în rândul școlărilor începând din anul 2001 în statele Uniunii Europene.

Evaluarea se desfășoară după un punctaj în felul următor :

- dacă exercițiul este executat corect se acordă 1 punct;
- dacă exercițiul este executat incorect se acordă 2 puncte;

### 3. Rezultate și discuții

Analiza rezultatelor evaluării parametrilor antropometrici la grupa de fete și băieți

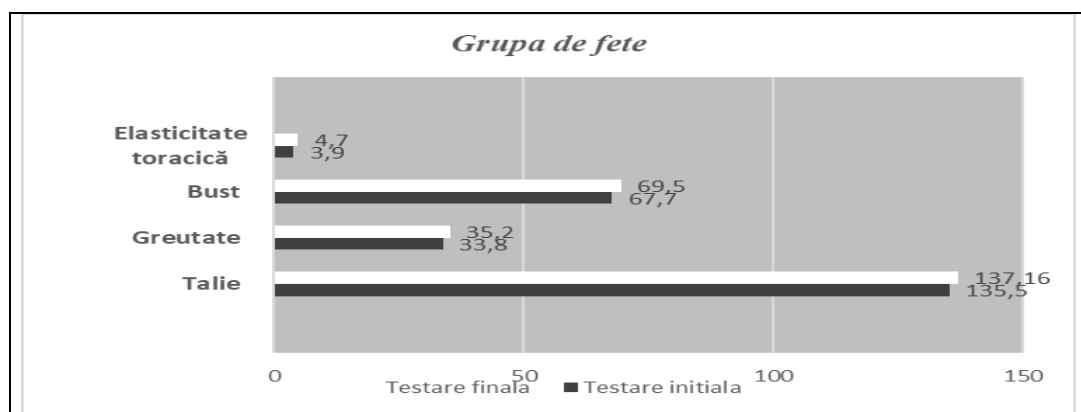


Figura 1. Dinamica parametrilor antropometrici evaluați la grupa de fete

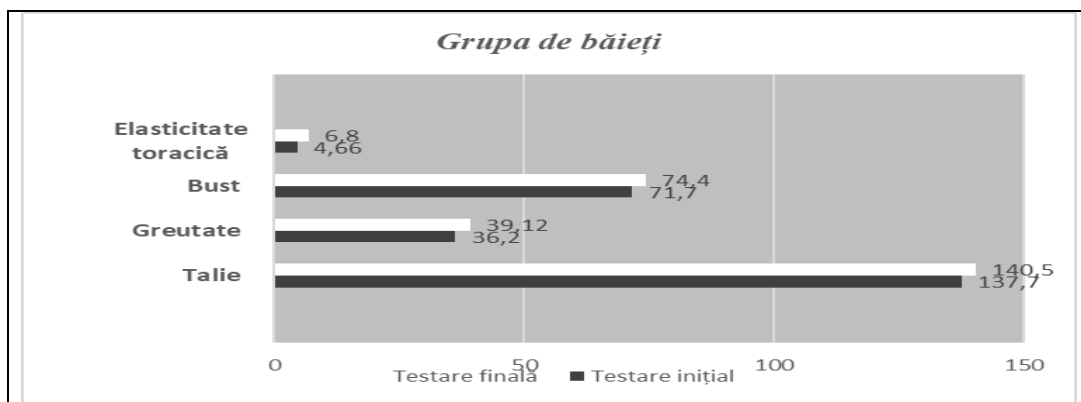


Figura 2. Dinamica parametrilor antropometrici evaluați la grupa de băieți

*Talia:* După analiza datelor evaluate, se poate constata că toți subiecții se încadrează în valorile normale medii pentru acesta vârstă. Grupa de fete a înregistrat, la testarea inițială valoarea medie de 135,9cm., la testarea finală, 137,16cm. Grupa de băieți a înregistrat, la testarea inițială, valoarea medie de 137,7cm., la testarea finală, 140,5cm. Proporția între fete și băieți în cadrul grupei,

incluși în studiu este aproximativ egală, ceea ce permite compararea măsurătorilor antropometrice realizate. Greutatea medie, precum și înălțimea medie, sunt apropiate de cele ale standardele naționale de creștere și dezvoltare a elevilor din ciclul primar. Majoritatea copiilor sunt normoponderali, o singură elevă fiind supraponderală.

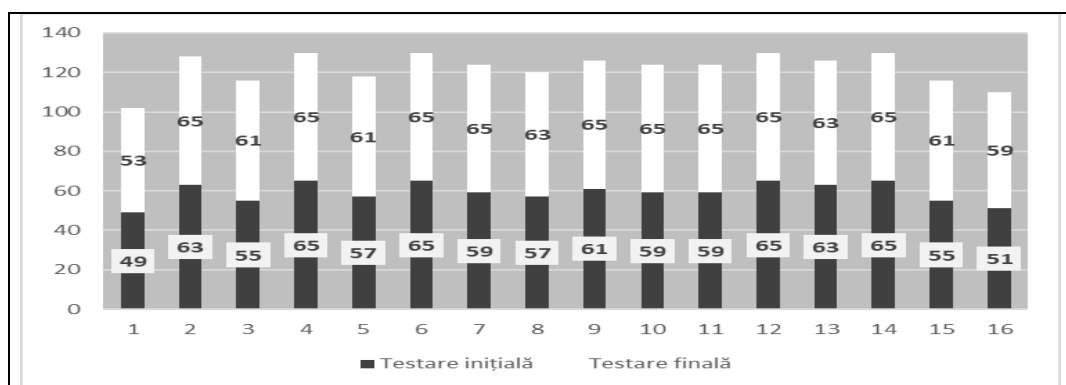
*Greutatea:* Spre deosebire de talie, acest indice este controlabil și poate fi influențat într-o proporție considerabilă de către o serie de factori exogeni. Printre acești factori se evidențiază alimentația rațională, regimul de viață, la care se adaugă și factori educativi. Greutatea a fost verificată cu cântarul medicinal. După analiza datelor evaluate, se poate constata că toți subiecții se încadrează în valorile normale medii pentru acesta vârstă. Grupa de fete a înregistrat, la testarea inițială valoarea medie de 33,8 kg., la testarea finală, 35,25kg. Grupa de băieți a înregistrat, la testarea inițială, valoarea medie de 36,2 kg., la testarea finală, 39,12 kg.

*Bust:* După analiza datelor evaluate, se poate constata că toți subiecții se încadrează în valorile normale medii pentru acesta vârstă. Grupa de fete a înregistrat, la testarea inițială valoarea medie de 67,7 cm. la testarea finală, 69,5 cm. Grupa de băieți a înregistrat, la testarea inițială, valoarea medie de 71,7, la testarea finală, 74,4 cm.

*Elasticitatea toracică:* Valoarea inițială este 3,9 cm la testarea inițială și 4,7cm la testarea finală la grupa de fete. La grupa de băieți, elasticitatea toracică a înregistrat următoarele valori: la testarea inițială a fost de 4,66cm, la testarea finală fiind de 6,8cm.

Prezentarea datelor înregistrate la evaluarea somatoscopică globală și segmentară

Examenul somatoscopic (testare vizuală) pentru depistarea atitudinilor fizice instalate s-a realizat cu ajutorul ”*Testul de condiție fizică New York*”, descris de Brown, Harold, & McGee (1989). Se acordă câte o notă pentru fiecare segment al corpului din diagramele de evaluare a posturii, după care se face suma acestora. Ca atare, minimum de puncte pe care poate realiza un subiect este de 13 puncte, iar maximum 65 de puncte, ceea ce reprezintă o postură corectă.

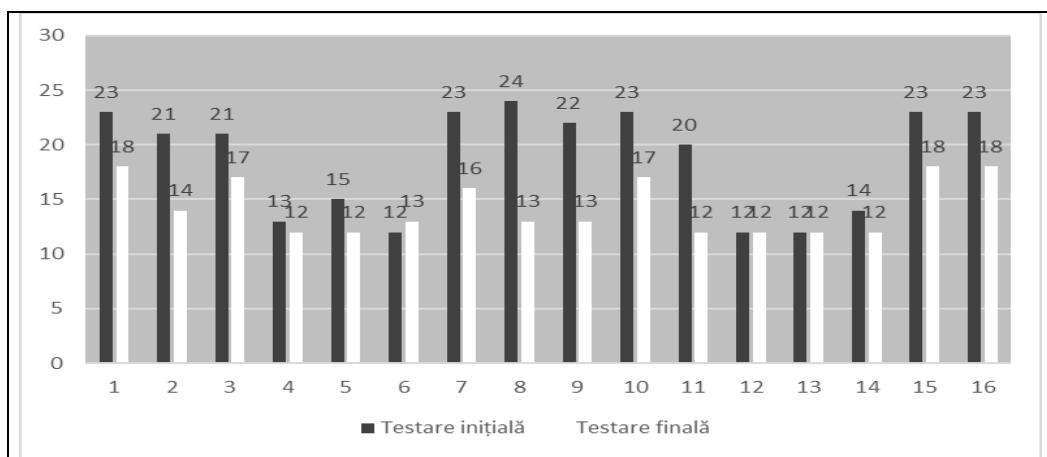


**Figura 3.** Dinamica rezultatelor înregistrate la evaluarea somatică globală și segmentară

În urma testărilor inițiale, 4 elevi au avut o postură corectă și la testările finale, 9 elevi au realizat o postură corporală corectă, realizând punctajul maxim de 65 de puncte

Aspecte privind datelor înregistrate la testul privind statură corporală din punct de vedere biomecanic. Acest test s-a realizat pe baza unui complex de 12 exerciții în urma căreia am reușit să apreciez nivelul forței și elasticității mușchilor angajați în menținerea unei ținute corecte din punct de vedere biomecanic.

Fiind o testare vizuală, poartă o rată de subiectivism ceea ce privește modalitatea de evaluarea execuției, dar ne oferă o confirmare asupra faptului că, exercițiile elaborate pentru programul de corectare și prevenirea atitudinilor și deficiențelor fizice, respectiv pentru educarea reflexului de atitudine corectă, au avut efecte pozitive asupra elevilor aflați în studiu. Aceste efecte sunt confirmate și de evidența rezultatelor înregistrate între testarea inițială și testarea finală.



**Figura 4.** *Dinamica rezultatelor înregistrate la testarea inițială și finală privind statura corporală din punct de vedere biomecanic*

Din figura 2, observăm că din cei 16 elevi, 7 subiecți au reușit să-și îmbunătățească nivelul forței și elasticității mușchilor angajați în menținerea unei ținute corecte din punct de vedere biomecanic, subiecții, 7,8,9,10,11, 15 și 16.

Subiecții, 4,5,6, au realizat un punctaj foarte mic la testarea finală în comparație cu punctajul obținut la testarea inițială. Subiecții, 12 și 13, și-au menținut același punctaj la cele două testări.

#### 4. Concluzii

Rezultatele obținute în urma evaluării eșantionului cercetării, ne conduc la desprindere următoarelor concluzii:

- Comparând datelor de la cele două testări – testare inițială și finală- am putut constata evoluția ascendentă a rezultatelor ceea ce înseamnă că la majoritatea elevilor s-au realizat corectări parțiale dar și corectări totale a atitudinilor corporale deficitare, depistate la începutul studiului.

- Experimentul desfășurat a permis constatarea că sarcinile și obiectivele orei de educație fizică la ciclul primar, privind prevenirea și corectarea atitudinilor corporale pentru dezvoltarea fizică armonioasă și păstrarea stării de sănătate, sunt accesibile cu rezultate bune numai în situație în care învățătorul și profesorul de educație fizică se preocupă prioritar pentru rezolvarea acestor sarcini.

- Programa de exerciții fizice corective efectuate în cadrul experimentului s-a dovedit eficientă și poate fi utilizată în anumite condiții, nu numai pentru prevenirea atitudinilor corporale greșite dar și ca mijloace pentru dezvoltarea fizică generală.

Rezultatele înregistrate comparativ la cele două testări confirmă realizare sarcinilor propuse spre cercetare, deci confirmă ipoteza lucrării și realizare scopului propus.



©2017 by the authors. Licensee „*GYMNASIUM*” - *Scientific Journal of Education, Sports, and Health*, „Vasile Alecsandri” University of Bacău, Romania. This article is an open access article distributed under the terms and conditions of the Creative Commons Attribution ShareAlike 4.0 International (CC BY SA) license (<http://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/>).