

Original Article

Influences of Physical Education Lesson Movement Games on the Motor Behavior of Primary School Pupils

Dobrescu Tatiana^{1*}

¹"Vasile Alecsandri" University of Bacau, 157, Calea Marasesti, 600115, Romania

DOI: 10.29081/gsjesh.2019.20.1s.02

Keywords: *physical education lesson, movement games, motor behavior, primary school pupil.*

Abstract

This study draw the teachers' attention toward the effectiveness of one of the most dynamic methods and means of physical education - the dynamic game. The research hypothesis starts from the assumption that movement games used in the physical education lesson can influence the skills of primary school pupils. The research was conducted over the course of academic year 2018-2019, consisting of an observational experiment on a target group of 55 pupils, of 2 primary grades from School 1 of Salceni, Pochidia, Vaslui county. The research methods used were: the study of professional literature, the observation, the experiment, the testing, the statistical-mathematical method, and the graphical representation. The results of this research confirm the positive role played by movement games in the physical education lesson if they are rationally used and rigorously selected based on the set goals, to train the psycho-motor skills in primary school children.

1. Introduction

Currently, when the entire education process is restructuring, the optimization of the instructive-educational process is imperative for all school subjects, including physical education, both in regard to its contents, and its instruction methods. It is necessary for active methods to be used during physical education lessons, allowing the pupils the opportunity to actively participate in their own training process.

Out of the multitude of means at the teacher's disposal, the game is the most attractive and the most recommended for stimulating the pupils to exercise (Acsinte, 2006; Gabrin, 1990).

The world of games, an environment beloved by children, is a good starting point for the development of the mental and physical skills that are necessary for their everyday life. Nemec sees game as "the first school of life" (1999) where

* E-mail: tatiana.dobrescu@ub.ro

children express their genetic potential. By imitating the adults' actions, registered through their own senses, the children actually train for their future real life.

The variety of the games was an integral part of the culture of all human communities throughout history. Their importance was emphasized by experts from pedagogy, physical education, etc. (Ivanović, 2002; Nemeč, 1999; Buscher, 2000; Dragnea, & Bota, 1999).

Through its content and rules, being subordinated to the didactic goals, the game is a means, a method, and an instruction framework for the physical education lesson (Rață, 2008). Competition is an element that, if well directed, can ensure the development of certain actions meant to contribute to the development of pupils' motor skills and physical training.

The teachers who are most interested in promoting these means are the ones in rural schools, which do not have gyms and good equipment, being forced to adapt the motor content in the school curriculum (Dobrescu, 2016).

The author believes that because of its form, content and beneficial effects, the movement game presents certain advantages compared to other methods in accomplishing the goals of the primary education curriculum in attractive ways (Dobrescu, 2008).

This paper was based on the conviction that the use of movement games in the structural components of the physical education lesson represents a primary condition for attracting students toward physical exercise and influencing their skills (Bonta, 2003; Brian & Taunton, 2018; Mathisen, 2016).

2. Material and Methods

The purpose of this research is to draw the teachers' attention toward the effectiveness of one of the most dynamic methods and means of physical education - the dynamic game.

The research objectives envisaged: the elaboration of operational models to use movement games in the physical education lesson, the application and adaptation of the models to primary school children, the verification that movement games have on the motor behavior of primary school pupils.

The research hypothesis starts from the assumption that movement games used in the physical education lesson can influence the skills of primary school pupils.

The research was conducted over the course of academic year 2018-2019, consisting of an observational experiment on a target group of 55 pupils, of which 36 were females and 19 males, of 2 primary grades from School 1 of Salceni, Pochidia, Vaslui county.

Starting from the fact that games are means that can be promoted during the educational activity, the author thought it would be useful to conduct this experiment on a group that represents primary school children, aged between 9 and 10.

The initial tests were applied in October 2018, and the final tests between May and June, 2019.

The suggested operational methods envisaged the development of psycho-motor skills in primary school children and the possibility to accumulate skills through this method.

This study used the following *research methods*: the study of professional literature, the observation, the experiment, the testing, the statistical-mathematical method, and the graphical representation.

In order to determine the development of psycho-motor skills, and quantify the quality and quantity of the results, a series of psycho-motor tests were used under the form of the following 4 challenges: 25 m speed running; endurance running: a long distance run in a constant moderate rhythm; standing long jump; crawling and tractions on the gymnastics bench.

The statistical parameters used were: the arithmetical mean, the standard deviation and and variability coefficient.

The groups used were heterogeneous from the point of view of physical training level and academic results and had the same amount of physical education lessons - two hours per week. A space was arranged for this purpose, a minimum of necessary materials being provided.

The recorded data allowed the author to capture the effects and tendencies of the results under the conditions of the application of movement games in the physical education lesson.

The programming of the experiment contents was done taking into consideration the instructional goals. The means used to conduct this research were selected taking into consideration their selective effects, their applicability in solving tasks so that they would constitute standardized technological action systems (Buscher, 2000; Pieper, 2001).

The division of these systems in the annual grouping of learning units was done by respecting the methodical demands of conducting a physical education lesson, the age particularities, the material conditions and the climate particularities.

3. Results and Discussions

25 m sprint

For this challenge, the male subjects recorded an average of 5.98 s, and the female subjects, an average of 6.34 s, during the initial testing. During the final testing, the male subjects recorded an average of 5.72 s, and the female subjects, an average of 6.28 s. (Fig. 1)

The male subjects' progress is 20 hundred of a second higher than the average result recorded by the females for this challenge.

An analysis of the variability coefficient of the two groups shows a better homogeneity in the case of the males, compared to the females.

At the end of the experiment there was an improvement of the female subjects' time by 0.06 hundred of a second, and of the male subjects by 0.26 hundred of a second, as a result of the use of movement games in the physical education lesson.

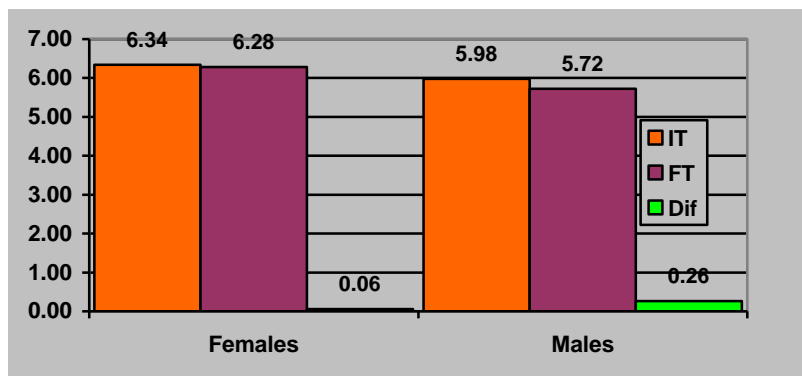


Figure 1. *Speed run results*

Endurance running

This challenge tested the aerobic long-distance running, highlighting the body's endurance to long term work. The initial test results show a better average for the male group, of 2.05 min., compared to the female group, of 2.34 min. (Fig. 2)

The average results recorded during the final testing show better values for both the female group (2.27 min.) and the male group (2.21 min.).

Even if the differences are small, it must be mentioned that the progress recorded by the males was of 0.16 s and the one recorded by the females, of 0.07 s.

The variability coefficient for this challenge shows a very good homogeneity in both groups.

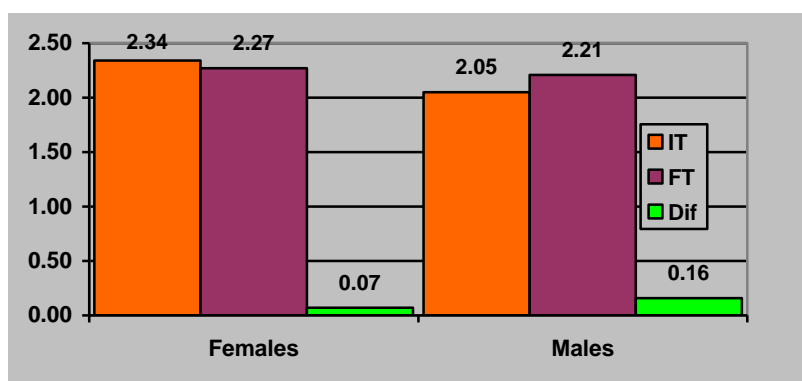


Figure 2. *Endurance running results*

The differences between the averages for the endurance challenge show an improvement in the female group, compared to the experimental group, which recorded a progress of 0.16 seconds. The female group's average decreased by 0.07 seconds, which is not a high number, but it is a progress nonetheless.

Standing long jump

The following average values were recorded during the initial testing: the female group - 1.07 m, the male group - 1.17 m.

The final tests recorded an average of 1.13 m for the first group, and of 1.33 m for the second. (Fig. 3)

The obvious progress of the male group is of 16 cm, advancing from an initial average value of 1.07 to a final average value of 1.33. The female group recorded a progress of only 6 cm from the initial to the final testing.

The variability coefficient values show a good homogeneity in the two groups. The results prove the importance of movement games used as means of a lesson, to develop the psycho-motor skills, the long jump being improved by 16 centimeters.

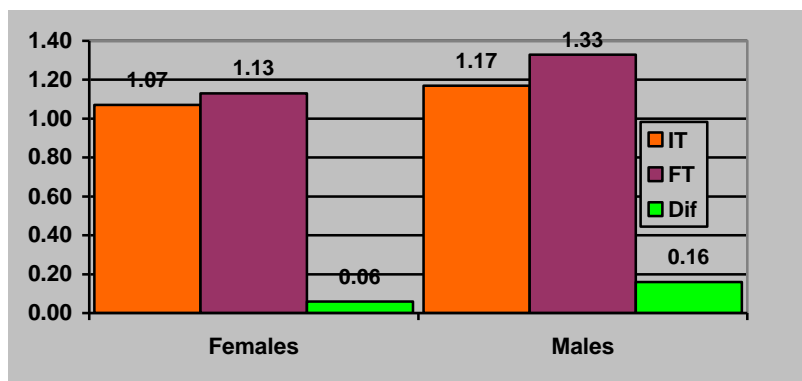


Figure 3. *Long jump results*

Gymnastics bench tractions

The initial tests for this challenge have recorded an average of 2.09 for the female group and an average of 2.28 for the male group.

During the final tests, the males recorded a better average, of 2.93, compared to the females, who recorded an average value of 2.34. (Fig. 4).

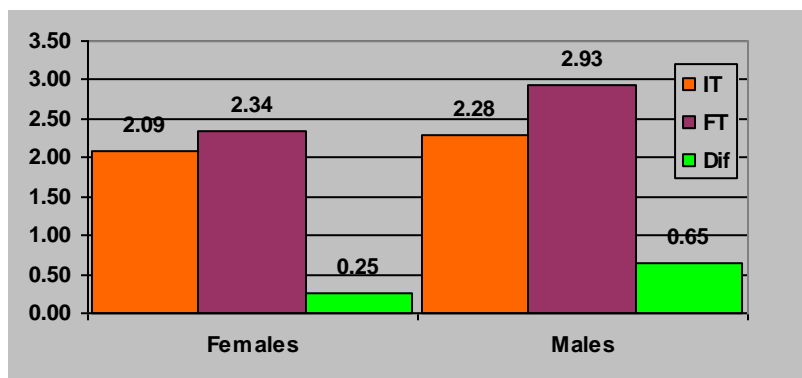


Figure 4. *Crawling with bench traction results*

After analyzing the results recorded during the two tests, one can observe a progress in the male group by 0.65 bench lengths in the final testing, compared to the female group, which recorded a progress of 0.25 bench lengths.

Compared to the small values of the variability coefficient values recorded in the previous challenge, here there is a poorer homogeneity in both groups.

Discussions

Movement games must be an important and accessible means for the physical education teachers to accomplish an important part of the physical education tasks, aiming to improve their lesson.

Stanojević and Milenković (2013) have proven the positive role played by games in physical education, highlighting their statistically significant effects. Considering the games' influence on speed and strength, the authors have emphasized the collateral impact on the social skills, people interaction and team work, leadership skills.

The various movement games in the experiment have had a clear influence on the development of psycho-motor skills in primary school children. In their research, Zhang and Cheung (2019) state that the instructional process conducted with games in small pupils can influence successfully the learning of specific motor skills.

Another study reported positive relations between the pupils' participation in motor activities, their basic motor skills and their fitness (Lubans, Morgan, Cliff, Barnett, & Okely, 2010). The improvement of motor skills is considered to be relevant for the positive health results, as well as for the increase in the participation in motor activities (Cattuzzo, 2016).

The current observations can become a basis for future interventions designed for children of various ages.

The variety of games in the physical education lesson can be ensured by choosing contents from various sports. Thus, other games that have important influences on the skills are handball-based (Ohnjec, 2010; Sabo, 1993), and basketball-based (Užičanin, 2008).

That is why one can say that the physical education teachers should make more use of their imagination and creativity in using these means during their lesson.

4. Conclusions

After conducting this research, one can draw the following conclusions:

Through a judicious application of movement games, one can contribute greatly to the development of motor skills (speed, endurance, strength) that are necessary for primary school pupils.

The results of this research confirm the positive role played by movement games in the physical education lesson if they are rationally used and rigorously selected based on the set goals, to train the psycho-motor skills in primary school children.

For the speed challenge, the males' progress was of 20 hundred of a second

smaller than the average values recorded by the female subjects, while for the endurance challenge there was no significant progress in neither group.

For the long jump challenge, the male subjects' progress was of 16 cm, while the female subjects' progress was of 6 cm, comparing the initial testing to the final one.

After analyzing the results for the crawling with bench tractions challenge, one can notice an increase in the male subjects' average value by 0.65 benches in the final testing, compared to the female subjects who recorded a final average of 0.25.

The research hypothesis was confirmed by identifying the possibilities and influences of movement games as means and method for primary school children, creating the premises for their uses in order to improve the primary school physical education lesson.

References

1. ACSINTE, AL. (2006). *Activități de timp liber, jocuri dinamice*, Iași: Editura Performantica;
2. BONTA, E. (2003). Conversația între joc și jocuri, *Studii și cercetări științifice*, Seria: Științe socio-umane, Psihologie - Științele educației - didactică, D. P. P. D., Universitatea Bacău, p. 92-102;
3. BRIAN, A., & TAUNTON, S. (2018). Effectiveness of motor skill intervention varies based on implementation strategy. *Phys. Educ. Sport Pedag.*, 23:222–233. doi: 10.1080/17408989.2017.1413709;
4. BUSCHER, N. (2000). Le jeu une fiction riche de sens. De l'homo sapiens a l'homo ludens, *Rev. Mobile*, nr. 4, p. 21;
5. CATTUZZO, M.T., HENRIQUE, R.S., RÉ, A.H.N., DE OLICEIRA, I.S., MELO, B.M., DE SOUSA MOURA, M., DE ARAÚJO, R.C., & STODDEN, D. (2016). Motor competence and health related physical fitness in youth: A systematic review. *J. Sci. Med. Sport.* 19:123–129. doi: 10.1016/j.jsams.2014.12.004;
6. DOBRESCU, T. (2008). *Gimnastica – baze teoretice și metodice*, Manual pentru studenții de la IFR, Editura Pim, Iași;
7. DOBRESCU, T. (2016). Aspects regarding the promotion of movement games through the structural components of the middle school physical education lesson, *Gymnasium - Scientific Journal of Education, Sports, and Health*, No. 1, Vol. XVII /2016, pp. 137-148;
8. DRAGNEA, A., & BOTA, A. (1999). *Teoria activităților motrice*, București: Ed. Didactică și Pedagogică, R. A.;
9. GABRIN, P. (1990). *Jocul este o exigență a copilului, în Educația fizică în școală*, nr. 1, București: Centrul de Cercetări pentru Educație Fizică și Sport, p. 11-18;
10. IVANOVIĆ, M. (2002). *Vežbe oblikovanja I elementarne motoričke igre*. Valjevo: Grafiti Co;
11. LUBANS, D.R., MORGAN, P.J., CLIFF, D.P., BARNETT, L.M., &

- OKELY, A.D. (2010). Fundamental movement skills in children and adolescents: Review of associated health benefits. *Sport Med.* 40: 1019-1035. doi: 10.2165 / 11536850-000000000-00000;
12. MATHISEN, G.E. (2016). Effects of school-based intervention program on motor performance skills. *J. Phys. Educ. Sport*; 16:737;
13. NEMEC, P. (1999). *Elementarne igre i njihova primena*. Beograd: Izdavačka zadruga IDEA;
14. RAȚĂ, G. (2008). *Didactica educației fizice și sportului*, Editura "PIM", ISBN 606-520-032-8, Iași;
15. SABO, E. (1993). Elementarne igre za obuku I usavršavanje rukometa u osnovnoj školi. *Fizička kultura*, 47 (1-2), 19-22;
16. STANOJEVIĆ, I., & MILENKOVIĆ, D. (2013). Forms of movement in terms of elementary games at physical education classes, *International Journal of Cognitive Research in science, engineering and education*, Vol. 1, No.2, 2013
17. UŽIČANIN, E. (2008). Elementary games in basketball training (Elementarne igre u treningu košarke). *Sport Scientific Practical Aspect*, 5 (1-2), 70-74;
18. ZHANG, L., & CHEUN, P. (2019). Making a Difference in PE Lessons: Using a Low Organized Games Approach to Teach Fundamental Motor Skills in China, *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 16 (23): 4618, doi: 10.3390 / ijerph16234618.

Influențe ale Jocurilor de Mișcare din Lecția de Educație Fizică Asupra Comportamentului Motor al Elevilor din Ciclul Primar

Dobrescu Tatiana¹

¹"Vasile Alecsandri" University of Bacau, 157, Calea Marasesti, 600115, Romania

Keywords: *jocuri de mișcare, lecția de educație fizică, comportament motor, elevi ciclul primar*

Abstract

Acest studiu aduce în atenția specialiștilor și a formatorilor oportunitatea și eficiența uneia dintre cele mai dinamice metode și mijloc a activității de educație fizică, respectiv jocul de mișcare. Ipoteza cercetării pleacă de la presupunerea că jocurile de mișcare promovate în lecția de educație fizice în mod raționalizat și riguros selecționate, contribuie la influențarea fondului aptitudinal al elevilor din ciclul primar. Cercetarea s-a desfășurat pe parcursul anului școlar 2018-2019 prin organizarea unui experiment constatativ efectuat pe un grup țintă de 55 elevi, din 2 clase primare de la Școala gimnazială nr. 1 din localitatea Sălceni, comuna Pochidia, județul Vaslui. Metodele de cercetare folosite au fost: metoda studiului materialului bibliografic, observația, experimentul, metoda testărilor, metoda statistico-matematică și cea a reprezentării grafice. Rezultatele cercetării confirmă rolul jocurilor de mișcare folosite în lecția de educație fizică în mod raționalizat și riguros selecționate după obiectivele urmărite, la educarea indicatorilor psihomotricității elevilor din ciclul primar.

1. Introducere

În condițiile actuale, de restructurare a întregului proces de învățământ, se impune cu acuitate optimizarea procesului instructiv-educativ la toate disciplinele care se predau în școală, deci și în domeniul educației fizice, atât în privința conținutului acestei activități cât și în privința metodelor de instruire. Este necesar să se utilizeze în lecțiile de educație fizică metode active care să-l pună pe elev în situația de a participa activ și conștient la propria lui formare.

Din bogăția de mijloace care stau la îndemâna profesorului de specialitate, jocul este cel mai atractiv și totodată cel mai indicat pentru stimularea elevilor în practicarea exercițiului fizic (Acsinte, 2006; Gabrin, 1990).

Lumea jocurilor, un mediu apropiat și îndrăgit de copil, este un bun punct de plecare pentru dezvoltarea abilităților mentale și fizice necesare pentru viața de zi cu zi. Nemec consideră jocul ca fiind „o prima școală a vieții” (1999) în care copilul își exprimă potențialul primit ca moștenire genetică. Imitând acțiunile de la adulți înregistrate prin prisma simțurilor lor, ei se pregătesc de fapt pentru viața reală care îi așteaptă. Varietatea formelor jocurilor au făcut parte integrantă din cultura tuturor comunităților umane în decursul dezvoltării lor. Prin urmare, importanța lor este evidențiată de teoreticienii din pedagogie, educație fizice, etc. (Ivanović, 2002; Nemec, 1999; Buscher, 2000; Dragnea & Bota, 1999).

Prin conținutul și regulile sale, subordonându-se obiectivelor didactice, jocul este mijloc, metodă și cadru de instruire la nivelul structural al lecției de educație fizică. (Rață, 2008). Întrecerea constituie un element care, bine dirijat, poate asigura desfășurarea unor acțiuni menite să contribuie la dezvoltarea motricității și a pregătirii fizice a elevilor.

Procurări în sensul promovării acestor mijloace le întâlnim la profesorii din școlile din mediul rural, care nu dispun de săli și de o bază materială corespunzătoare, fiind nevoiți să adapteze conținutul motric specific curriculumului școlar (Dobrescu, 2016).

Considerăm că, prin formă, conținut și efecte benefice, jocul de mișcare prezintă unele avantaje față de alte metode și mijloace, în îndeplinirea obiectivelor din curriculumul învățământului primar în condiții de atractivitate (Dobrescu, 2008).

La baza lucrării a fost convingerea că promovarea jocului de mișcare în cadrul componentelor structurale ale lecției de educație fizică, reprezintă o condiție sine qua non în crearea premiselor de atragere a elevilor în efectuarea exercițiilor fizice dar și influențarea fondului aptitudinal al acestora (Bonta, 2003; Brian & Taunton, 2018; Mathisen, 2016).

2. Material și metode

Scopul cercetării de față este de a aduce în atenția specialiștilor și a formatorilor oportunitatea și eficiența uneia dintre cele mai dinamice metode și mijloc ale activității de educație fizică, respectiv jocul de mișcare.

Obiectivele cercetării au vizat: elaborarea modelelor operaționale pentru valorificarea jocului de mișcare în lecția de educație fizică, aplicarea și adaptarea modelelor selecționate la nivelul elevilor din ciclul primar, verificarea influențelor

jocurilor de mișcare asupra comportamentului motor al elevilor de vârstă primară.

Ipoteza cercetării pleacă de la presupunerea că jocurile de mișcare promovate în lecția de educație fizice în mod raționalizat și riguros selecționate, contribuie la influențarea fondului aptitudinal al elevilor din ciclul primar.

Cercetarea s-a desfășurat pe parcursul anului școlar 2018-2019 prin organizarea unui experiment constatativ efectuat pe un grup țintă de 55 elevi, dintre care 36 fete și 19 băieți din 2 clase primare de la Școala gimnazială nr. 1 din localitatea Sălceni, comuna Pochidia, județul Vaslui.

Pornind de la faptul că jocurile constituie mijloace ce pot fi promovate în activitatea instructivă, am considerat util să efectuez acest experiment la nivelul unui eșantion reprezentativ ciclului primar, cu vârste între 9 – 10 ani.

Testele inițiale au fost aplicate în perioada lunii octombrie 2018, iar testele finale au fost aplicate în perioada mai – iunie 2019.

Modele operaționale propuse au vizat valorificarea particularitățile psihomotrice specifice elevilor de vârstă primară și posibilitatea acumulărilor aptitudinale prin această metodă.

În realizarea studiului pe care l-am propus, am folosit următoarele *metode de cercetare*: metoda studiului materialului bibliografic, observația, experimentul, metoda testărilor, metoda statistico-matematică și cea a reprezentării grafice.

Pentru determinarea dezvoltării aptitudinilor psihomotice, a cuantificării calitative și cantitative a randamentului în scopul obiectivării experimentului am folosit o baterie de teste psihomotrice prin 4 probe: alergarea de viteză pe 25 m.; alergarea de rezistență: alergarea de durată în tempo uniform moderat; săritura în lungime de pe loc; târâre cu tracțiuni pe banca de gimnastică.

Parametrii statistici prin care am caracterizat tendința fenomenului cercetat sunt: media aritmetică, abaterea standard și coeficientul de variabilitate.

Clasele au fost eterogene din punct de vedere a pregătirii fizice și a rezultatelor la învățătură și au avut alocate același număr de ore la disciplina educație fizică, respectiv două ore pe săptămână. Pentru o organizare eficientă a orei de educație fizică a fost creat un spațiu amenajat în acest scop și au fost asigurate un minim de materiale necesare.

Datele înregistrate mi-au permis să surprind efectele și tendințele privind aplicarea testelor propuse în condițiile abordării structural a lecțiilor de educație fizică prin folosirea ritmică a jocului de mișcare.

Programarea conținutului procesului instructiv-educativ din cadrul experimentului a fost realizat luând în considerare obiectivele de instruire. Mijloacele prin care mi-am propus să realizez cercetarea, au fost selecționate printr-o gândire algoritmică, luând în considerare efectele selective, adresabilitatea acestora în realizarea sarcinilor astfel încât să se constituie sub forma unor sisteme tehnologice de acționare cu caracter standardizat (Buscher, 2000, Pieper, 2001).

Repartizarea acestor sisteme în eșalonarea anuală a unităților de învățare, în planul calendaristic semestrial și proiectarea unităților de învățare, a fost realizată respectând cerințele metodice de desfășurare a orei de educație fizică, particularitățile de vârstă, condițiile material și particularităților de climă .

3. Rezultate și Discuții

Alergarea de viteză pe 25 m

La această probă se prezintă o medie de 5.98 s la grupa băieților și 6.34 s la cea de control în cadrul testării inițiale. La testarea finală se înregistrează o medie de 5.72 s pentru grupa băieților, iar pentru grupa fetelor o medie de 6.28 s. (Fig. 1)

Progresul grupei băieților este cu 20 sutimi de secundă mai mare decât media obținută de grupa fetelor la această probă.

Analizând valorile coeficientului de variabilitate a celor două grupe am observat o omogenitate mai bună a grupei băieților comparativ cu grupa fetelor.

În urma experimentului se observă îmbunătățirea timpilor de viteză a grupei fetelor cu 0.06 sutimi de secundă și a grupei băieților cu 0.26 sutimi de secundă, în urma folosirii jocurilor de mișcare în lecția de educație fizică.

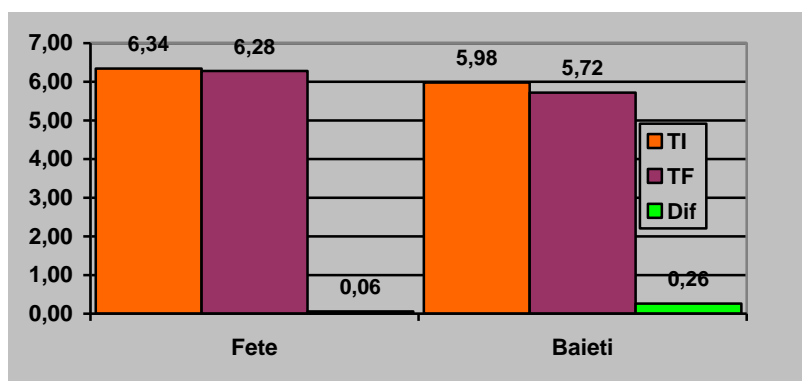


Figure 1. *Rezultate proba alergare de viteză*

Alergarea de rezistență

La această probă s-a urmărit alergarea de durată în regim aerob, scoțând în evidență rezistența organismului la eforturi de durată. Rezultatele obținute la testarea inițială scot în evidență o medie mai bună la grupa băieților, respectiv 2.05 min., față de 2.34 min. la grupa fetelor. (Fig. 2)

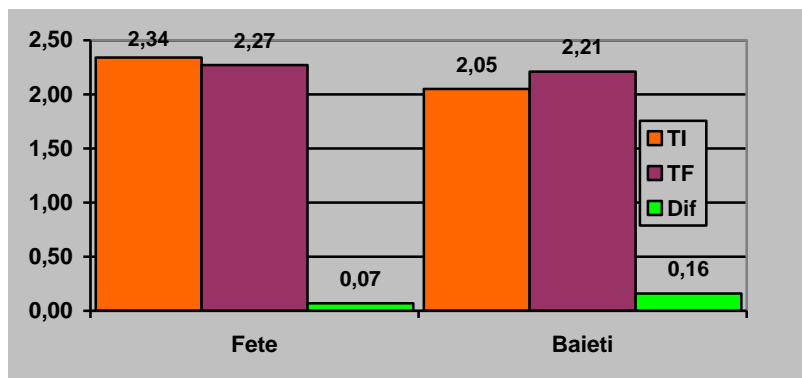


Figure 2. *Rezultate proba de alergare de rezistență*

Mediile performanțelor obținute la testarea finală prezintă timpi mai buni atât la grupa fetelor de 2.27 min. cât și la cea a băieților 2.21 min.

Chiar dacă valorile diferențelor mediilor sunt mai mici trebuie menționat că la grupa băieților, progresul realizat este de 0.16 s iar la fete cu o valoare de 0.07 s.

Coefficientul de variabilitate la această probă, indică valorile unei omogenități foarte bune la ambele grupe studiate.

Diferențelor dintre medii la proba de rezistență evidențiază îmbunătățirea timpilor a grupei fetelor în comparație cu grupa experiment, care a înregistrat o creștere a medie cu 0.16 secunde. Media grupei fetelor a scăzut cu 0.07 secunde, ceea ce nu este o valoare mare, dar tot este un progres.

Săritura în lungime de pe loc

La testările inițiale s-au înregistrat următoarele valori ale mediilor: grupa fetelor cu o medie de 1.07 m și grupa băieților cu 1.17 m.

Testările finale a celor două grupe înregistrează o medie de 1.13 m pentru prima și 1.33 m pentru cea de-a doua. (Fig. 3)

Progresele evidente de la grupei băieților se materializează printr-un salt cantitativ de 16 cm, de la 1.07 la 1.33 de la media înregistrată la testarea inițială, în comparație cu cea finală. Grupa fetelor înregistrează doar o creștere de 6 cm a mediei la testarea finală în comparație cu testarea inițială.

Analizând valorile coeficienților de variabilitate a probei, am identificat o omogenitate bună a celor două grupe studiate.

Din cercetarea efectuată rezultă importanța folosirii jocurilor de mișcare, ca mijloace ale lecției, la dezvoltarea psihomotricității, la îmbunătățirea săriturii în lungime cu 16 centimetri.

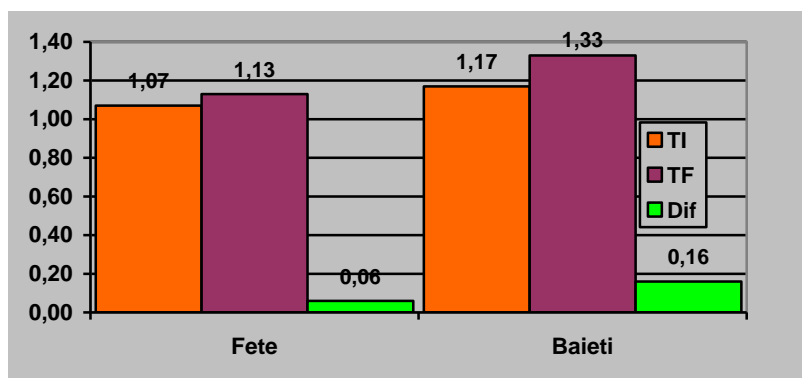


Figure 3. *Rezultate proba de săritură în lungime*

Tracțiuni la banca de gimnastică

Testările inițiale la această probă au scos în evidență grupa fetelor cu o medie de 2.09 față de cea a băieților care a înregistrat o medie de 2.28 lungime bancă.

La testările finale ei înregistrează o medie mult mai bună și anume 2.93 față de grupa fetelor care înregistrează o medie de 2.34 de lungimi de bancă. (Fig.4).

Analizând diferențele rezultatelor obținute la cele două testări observăm o

creștere a mediei la băieți cu 0.65 lungime bancă în finalul cercetării, față de grupa fetelor care înregistrează un progres de 0.25 lungime bancă.

În comparație cu valorile mici ai coeficientului de variabilitate de la proba precedentă, la proba de tracțiuni la bancă, se indică o omogenitate mai mică la ambele grupe studiate.

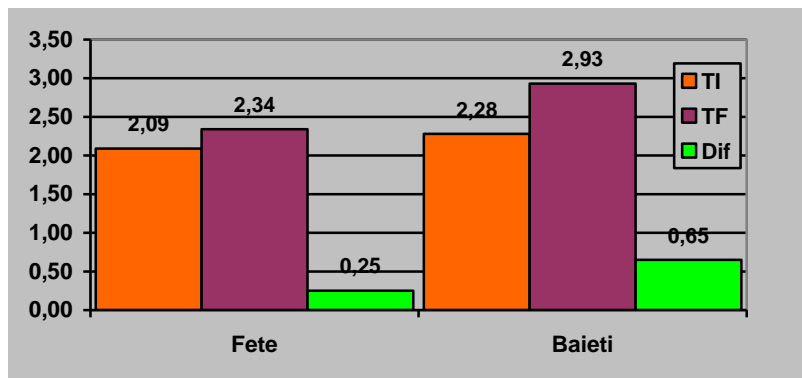


Figure 4. Rezultate proba de târâre cu tracțiuni la bancă

Discuții

Jocurile de mișcare trebuie să constituie un mijloc important și accesibil cadrelor de specialitate prin care se realizează parte din sarcinile educației fizice în vederea optimizării lecției de educație fizică.

Stanojević, and Milenković (2013) au demonstrat cu mai multe argumente științifice rolul jocurilor în cadrul educației fizice evidențiind efectul semnificativ din punct de vedere statistic. Vizând gradul de influențare a parametrilor aptitudinilor psihomotrice viteză și forță, autorii au subliniat impactul colateral asupra calităților de socializare, interacțiune și spirit de echipă, însușirea rolului de lider în grup.

Gama diversificată a jocurilor de mișcare identificate în urma experimentului au demonstrat o influență evidentă în dezvoltarea aptitudinilor psihomotrice a elevilor din clase primare. În urma cercetărilor întreprinse, Zhang, and Cheung, (2019) susțin cu argumente experimentale că procesul instructiv realizat pe baza jocului la elevii mici, pot influența cu succes și însușirea deprinderilor motrice specifice.

Un alt studiu efectuat a raportat relații pozitive între participarea elevilor la activități motrice, deprinderile motrice de bază și fitness-ul lor. (Lubans, Morgan, Cliff, Barnett, & Okely, 2010). Îmbunătățirea fondului de deprinderi motrice este considerată relevantă pentru rezultatele pozitive legate de sănătate, precum și pentru creșterea participării la activități motrice (Cattuzzo, 2016).

Constatările actuale pot oferi o bază pentru intervențiile viitoare proiectate pentru copii de vârste diferite.

Diversitatea jocurilor din structura lecției de educație fizică poate fi asigurată prin conținuturi ale disciplinelor sportive din cadrul desfășurării procesului de

instruire. Cu influențe importante asupra tuturor dimensiunilor aptitudinale se încadrează și jocurile cu deprinderi din handbal (Ohnjec, 2010; Sabo, 1993), baschet (Užičanin, 2008).

De aceea considerăm că ar trebui solicitate mai mult eforturile de imaginație și creativitate din partea cadrelor didactice de specialitate în spiritul folosirii acestor mijloace pe tot parcursul lecției la valențele demonstrate prin această cercetare.

4. Concluzii

În urma cercetării întreprinse se desprind următoarele concluzii:

Prin aplicarea judicioasă a jocurilor de mișcare există posibilitatea de a contribui în mare măsură la dezvoltarea calităților motrice (viteză, rezistență și forță) necesare vârstei elevilor din ciclul primar.

Rezultatele cercetării confirmă rolul jocurilor de mișcare folosite în lecția de educație fizică în mod raționalizat și riguros selecționate după obiectivele urmărite, la educarea indicatorilor psihomotricității elevilor din ciclul primar.

Dacă la proba de viteză progresul grupei băieților este cu 20 sutimi de secundă mai mică decât media obținută de grupa fetelor, la rezistență nu s-au înregistrat creșteri semnificative la niciuna din grupe.

La proba de săritura în lungime de pe loc progresele înregistrate de grupa băieților se materializează într-o creștere de 16 cm, în comparație cu grupa fetelor cu 6 cm mai mult a mediei la testarea finală comparativ cu cea inițială.

Analizând rezultatele obținute la proba de târâre prin tracțiuni observăm o creștere a mediei grupei băieților cu 0.65 bănci la testarea finală, față de grupa fetelor care înregistrează o creștere a mediei de 0.25 bănci.

Ipoteza cercetării a fost confirmată prin identificarea valențelor și influențelor jocurilor de mișcare ca metodă și mijloc la clasele primare și a creat premisele folosirii diversificate a acestora în vederea optimizării lecției de educație fizică la ciclul primar.

