

## Original Article

## Study Regarding the Cognitive and Motor Skills Development at the Primary School Students

Sava Mihai Adrian <sup>1\*</sup>,  
Dobrescu Tatiana <sup>2†</sup>,  
Vulpe Ana-Maria <sup>3</sup>,  
Verbuță Adrian <sup>4</sup>,

<sup>1,2,3</sup>University, “Vasile Alecsandri”, Calea Mărășești, 157, Bacău 600115, Romania  
<sup>4</sup>Gymnasium School „Lespezi”, Bacău 607202, Romania

DOI: 10.29081/gsjesh.2020.21.2s.10

**Keywords:** *primary school, cognitive development, motor development*

### Abstract

The interdependence between cognitive and motor skills development, and also the experience we gained teaching in classes I-IV, influenced our decision to accomplish this study. Thus we have seen that the cognitive and motor development can be optimized using methods and means of physical education, both those from the physical education curriculum and other methods studied by various specialists. The study on cognitive and motor skills of students in grades I-IV was conducted over three stages over a period of six weeks. The cognitive and motor skills are very important for the child development. These two branches are interrelated and influence each other. Therefore we need a very good systematic physical education lessons, taking into account the psychomotor, affective and cognitive objectives.

### 1. Introduction

The intellectual development and physical development are interdependent, which leads to a healthy life, which in turn enhance mood and physical and intellectual capacity of students (Smith, Nolen-Hoeksema, Fredrickson, & Loftus, 2005).

All this requires continuous physical training based on sound scientific methodological training of educators involved in the education process. The physical activity for students can be conducted in many institutions and clubs, but it must be

\* E-mail: sava.adrian@ub.ro;

† Corresponding author: tatiana.dobrescu@ub.ro

present in every school (Epuran, 2005; Horghidan, 2000; Mariy, 2005).

The school aims to model the inner self of the child, to develop healthy attitudes and habits.. In school, the child is modelled in all aspects: intellectual, physical, moral, aesthetic, starting from the earliest age, school years are defining personality formation, now the child realizing his preparation for socialization and integration into society (Rață, 2008; Tudor & Crișan, 2007).

Therefore the new resources should be used for the formation of cognitive and motor characteristics at their best. Therefore we propose to study various aspects of cognitive and motor development in children from classes I to IV, so that we can draw important conclusions for the instructive educational process (Porter, 2003; Tenenbaum, 2007).

## 2. Material and methods

### *The hypothesis of the study*

The interdependence between cognitive and motor skills, and the experience we gained teaching in classes I-IV, influenced our decision to choose this topic. Thus we have seen that cognitive and motor can be optimized through the use of methods and means of physical education, both those in the physical education curriculum and other methods studied by various specialists (Dobrescu, 2008,2016).

Our study hypothesis from which we started is as follows: the cognitive and motor development of school children can be streamlined with the help of modern education through activities in physical education classes included in the curriculum.

### *Subjects and conditions of study*

Our study was conducted on a sample of 43 pupils from classes I to IV of Gymnasium School "Octavian Voicu" and Gymnasium School No 1 Pancesti, Bacau, 17 pupils as part of the control group and 26 in the experimental group.

In early March trials and tests were applied to the school where the study was conducted.

*The research methods* used in this study are:

- Observation method
- Test method
- Graphic representation method
- Statistical-mathematical method.

The study on cognitive and motor skills of students in grades I-IV was conducted over three stages over a period of six weeks. To achieve this study it took an initial research of the bibliographic resources, the literature both nationally and internationally, then we set the conduct of the study.

### *The description of the tests*

*Bourdon Test.* This is a test that aims to measure the ability to concentrate. The materials used include a paper on which is printed 1,600 different letters and a timer. The letters are distributed unevenly. At the bottom of the page is a section with the name of the subject, the age, the date and the indices which will be calculated. Having completed filling in the details, the subjects are given the command to turn up the white page and students should bar the particular letters whenever they

encounter. At the word "sign", students must draw a dividing line after the letter reached.

The students will be explained the process until they have understood.

The timer will be started at command „Start”. At every one minute the command sign-stop-turn up the page is given. All subjects will finish at the same time and bring the tests. The correction will be done. The correction is done using a grid made of a transparent material perforated at the signs and letters that the student should bar. We use notations like Sc-correct barred sign, So-omitted sign, Sm – mistakes.

The calculus of accuracy (Ex) will be done with the formula  $Ex = (Sc - Sm) / (Sc - So)$

The results are even better as the Sc is greater and the accuracy coefficient close to 1 (a value of 1 is obtained when  $Sm = 0$  and  $So = 0$ )

*The test „Be careful”.* This test is from the category of tests of motor behaviour and aims to evaluate the ability of concentration of attention.

The test is performed as follows: Students must complete a distance of 16 m and over this distance are set three stations with different objects, students being required to stop at each station and perform the motor actions required, demonstrated and explained by the teacher. Otherwise, failure leads to penalizing the students.

*Requirements for the experimental group:*

Phase I.

1. To carry a cone to a spot. If one do not carry it at all is 1 point penalty or if one do not carry it to the spot 1 point penalty.

2. To wear the circle from the leg to the top. Where not wearing circle from bottom to top is 1 point penalty or does not leave the circle in the same place where he was also taken 1 point penalty.

3. To take the ball from the box and to carry it between the knees by jumping on both legs until the end, then put the ball at the back of the head and touch with his back the wall. If he does not put the ball between the knees he has 1 point penalty, or if does not touch with his back the wall also has 1 point penalty. Phase II.

1. To run with the ball at the back of his head and to drop the ball in the box. If he does not put the ball at his head, he has 1 point penalty, if he does not put the ball in the box he also has 1 point penalty.

2. To carry the circle from the top to his legs and to leave in the same place. If he does the other way around he has 1 point penalty, if he does not leave the circle in the same place he has 1 point penalty.

3. To carry the cone to a spot. If he does not carry it he has 1 point penalty, if he carry it to another place he has 1 point penalty.

Note: the distances between stations are equal, the testing conditions are the same for each class.

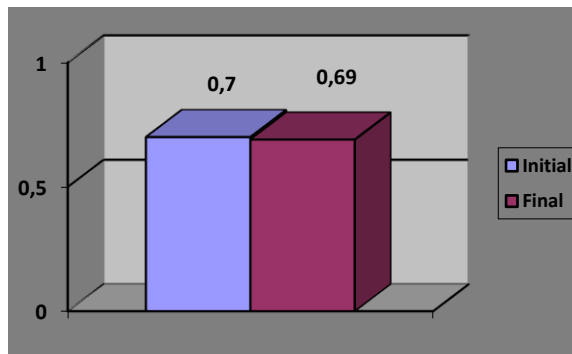
### 3. Results and Discussions

The statistical-mathematical interpretation of data following the Bourdon test

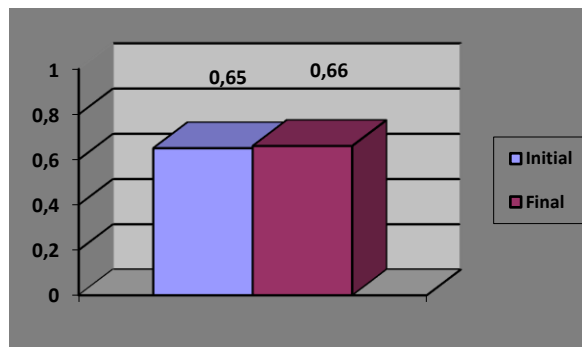
---

**Table 1.** The interpretation of data – Bourdon Test

Groups		N	Mean	Standard Deviation	AS
<b>Control group</b>	I	17	0,7029	0,1430	0,0346
	F	17	0,6912	0,2768	0,0671
<b>Experimental group</b>	I	26	0,6538	0,2306	0,0452
	F	26	0,6654	0,2572	0,0504



**Figure 1.** The mean differences at the control group, Bourdon Test

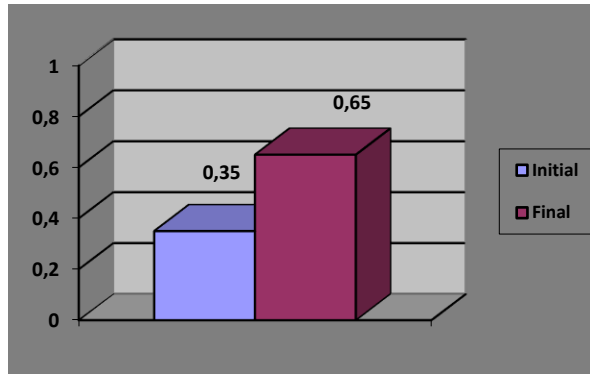


**Figure 2.** The mean differences at the experimental group, Bourdon Test

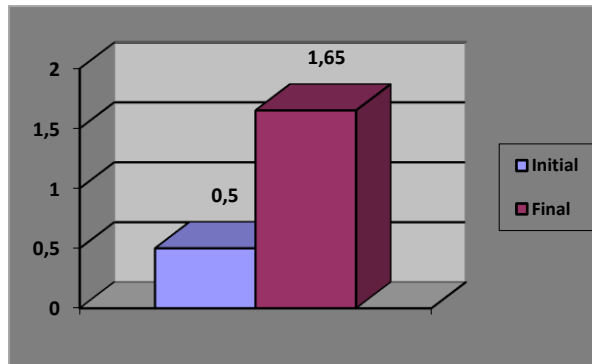
The analyses and statistical mathematical interpretation of data following the “Be Careful” Test

**Table 2.** The interpretation of data – “Be Careful” Test

Groups		N	Mean	Standard Deviation	AS
<b>Control group</b>	I	17	0,35	0,61	0,15
	F	17	0,65	1,22	0,30
<b>Experimental group</b>	I	26	0,50	0,86	0,17
	F	26	1,65	1,55	0,30



**Figure 3.** The mean differences at the control group, “Be Careful” Test



**Figure 4.** The mean differences at the experimental group, “Be Careful” Test

As shown in the previous tables, at the initial testing were obtained means of 0.35 and 0.65, and at the final testing were obtained means of 0.50 and 1.65. We noticed that at the final testing there were superior means that those at the initial testing at both groups.

The results for the standard deviation show the groups have a good homogeneity.

In what follows we processed the data using factorial ANOVA comparing initial and final results, with reference to the development stage.

**Table 3.** The variance of the results

	F	“Be Careful” Test
<b>Bourdon Test</b>	Initial	3,86
	p.	0,035
	Final	1,459
	p.	0,29

The results are statistically significant, which means that cognitive development is influenced by the means used but not entirely, there are other factors that influence the development stage. In other words, the cognitive and motor developments are interdependent and depend on other educational means adapted to the age. It seems however that in this gear that is the child's education, the physical education has its well-established place.

#### **4. Conclusions**

The cognitive and motor skills are very important for the child development. These two branches are interrelated and influence each other. Therefore we need a very good systematic physical education lessons, taking into account the psychomotor, affective and cognitive objectives. For the cognitive and motor development of students in grades II-IV can be used a number of specific means of physical education and psychology, evidenced by dynamic games and attention games. The development of attention and motor skills was highlighted to some extent by using tests such as Bourdon test and completion of tasks in test "Be careful". Thus, the experimental group achieved higher means at the final testing, which means that the motor and cognitive development may be influenced by the use of certain specific methods of physical education during the class time. At the experimental group data showed a relatively good homogeneity of the results. As a result of the factorial ANOVA, we can say that cognitive and motor development are somewhat interdependent, yet not excluding the possibility that they are heavily influenced by other factors that were not subject to our theme .

But, as a conclusion to this study, we can say that the use of specific means during the physical education class can make a contribution, along with other factors, to the development of the young pupils. Any small contribution of every factor is important for child development, and any means used is effective as long as it has certain finality.

The physical education class in grades I-IV must be organized carefully and take into account the peculiarities of the age of the children. The tasks during lessons should be graded according to the rhythm of each student and teacher must constantly communicate with the team of pupils, to be clear, to give concise instructions, so that they can be executed correctly, given that a incorrect execution may have repercussions on the health of pupils. Physical education lesson should pursue objectives that are set out in the national curriculum and should use effective assessment methods.

Following our study, we noticed that at the level of grades II-IV, children develop at a rapid pace, which is highlighted by the significant differences between a pupil in grade II with inferior motor and cognitive skills compared to a fourth grade pupil. At the end of fourth grade the child is characterised by adaptability to the external environment and self confidence.

It is preferable that the early educational training process of physical education, the teacher to assess the degree of development of the personality of their students, so that the teacher can carry out individual tracks for each child, taking into account

their cognitive needs and motor development. Thus the educational process is effective and achieves its objectives. The teacher can use the methods and techniques covered in the literature, but in line with the requirements of modern Romanian education.

Physical education teacher should be a continuous alert regarding industry news and have pedagogical skills and attitude always oriented towards training and learning.

## References

1. SMITH, E.E., NOLEN-HOEKSEMA, S., FREDRICKSON, B.L., & LOFTUS, G.R. (2005). Atkinson & Hilgard Introducere în psihologie, Ed. Bucuresti: Tehnică, pp. 213-218;
2. DOBRESU, T. (2008). *Gimnastica aerobică – strategii pentru optimizarea fitnessului*, Iași: Ed. Pim;
3. DOBRESU, 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*, XVII (1);
4. EPURAN, M. (2005). *Metodologia cercetării activităților corporale*, ediția a 2 - a. București: Ed. FEST;
5. HORGHIDAN, V., (2000). *Normal and pathological psychology– notes for students*. Bucuresti: ANEFS, 132;
6. MARIĆ, L. (2005). *The effectiveness of physical education at the Military Academy on various professional commitments with regard to the working conditions* [thesis]. Novi Sad: Faculty of Physical Education, Serbian.
7. PORTER, K. (2003). *The mental athlete*. USA: Human Kinetics.
8. RAȚĂ, G. (2008). *Didactica educației fizice și sportului*, Iași: Ed. Pim;
9. TENENBAUM, D. G., EKLUND, R. C. (2007). *Sport Psychology*, New Jersey: Ed. John Wiley & Sons, Inc.;
10. TUDOR, V., & CRIȘAN, D-I. (2007). *Forța, aptitudine motrică*, București: Ed. Bren.

## Studiu Privind Dezvoltarea Cognitivă și Motrică la Elevii din Învățământul Primar

Sava Mihai Adrian<sup>1</sup>,  
Dobrescu Tatiana<sup>2</sup>,  
Vulpe Ana-Maria<sup>3</sup>,  
Verbuță Adrian<sup>4</sup>

<sup>1,2,3</sup> Universitatea "Vasile Alecsandri", Calea Mărășești, 157, Bacău 600115, România  
<sup>4</sup> Școala Gimnazială „Lespezi”, Bacău 607202, România

**Cuvinte cheie:** *învățământ primar, cognitiv, motricitate.*

### Abstract

Interdependența dintre dezvoltarea cognitivă și cea motrică, precum și experiența pe care am acumulat-o predând la clasele I-IV, au influențat decizia noastră de a face acest studiu. Astfel am observat că dezvoltarea cognitivă și motrică poate fi optimizată prin folosirea unor metode și mijloace ale educației fizice, atât cele cuprinse în programa de educație fizică, cât și alte metode studiate de diverși specialiști. Studiul privind dezvoltarea cognitivă și motrică a elevilor din clasele II-IV s-a realizat pe parcursul a trei etape, pe durata a șase săptămâni. Dezvoltarea cognitivă și motrică are o foarte mare importanță pentru dezvoltarea copilului. Aceste două ramuri se întrepătrund și se influențează reciproc. De aceea este nevoie de o sistematizare foarte bună a lecțiilor de educație fizică, avându-se în vedere obiective psihomotrice, afective și cognitive.

### 1. Introducere

Dezvoltarea intelectuală și dezvoltarea fizică sunt în interdependență, ceea ce conduce la o viață sănătoasă, care la rândul ei sporesc buna dispoziție și puterea de muncă fizică și intelectuală a elevilor (Smith, Nolen-Hoeksema, Fredrickson, & Loftus, 2005). Toate acestea presupun o pregătire fizică continuă bazată pe o bună pregătire metodico științifică a educatorilor implicați în procesul de învățământ. Activitatea fizică pentru elevi se poate desfășura în multe instituții sau cluburi, dar ea trebuie să fie prezentă în fiecare școală (Epuran, 2005; Horghidan, 2000; Mariy, 2005).

Școala are rolul suprem de a modela eul copilului, de a-i dezvolta mentalități și deprinderi sănătoase. În cadrul școlii, copilul se modelează sub toate aspectele: intelectual, fizic, moral, estetic, începând încă de la cele mai fragede vârste, anii școlii fiind definatorii pentru formarea personalității sale, acum realizându-se socializarea și pregătirea lui pentru integrare în societate (Rață, 2008; Tudor & Crișan, 2007).

De aceea trebuie folosite cele mai noi resurse pentru ca procesul de formare a însușirilor cognitive și motrice să fie optime. De aceea ne propunem să studiem diverse aspecte privind dezvoltarea cognitivă și motrică la copiii din clasele I-IV, astfel încât să putem extrage concluzii importante pentru procesul instructiv educativ



(Porter, 2003; Tenenbaum, 2007).

## 2. Materiale și metode

### *Ipotezele cercetării*

Interdependența dintre dezvoltarea cognitivă și cea motrică, precum și experiența pe care am acumulat-o predând la clasele I-IV, au influențat decizia mea de a alege această temă.

Astfel am observat că dezvoltarea cognitivă și motrică poate fi optimizată prin folosirea unor metode și mijloace ale educației fizice, atât cele cuprinse în programa de educație fizică, cât și alte metode studiate de diverși specialiști (Dobrescu, 2008; Dobrescu, 2016).

Astfel ipoteza studiului nostru de la care am pornit este următoarea: nivelul de dezvoltare cognitivă și motrică a școlărilor mici poate fi eficientizat cu ajutorul mijloacelor învățământului modern prin activități desfășurate în cadrul orelor de educație fizică din planul de învățământ.

### *Subiecții și condițiile de desfășurare ale cercetării*

Studiul nostru a fost realizat pe un eșantion de 43 de elevi din clasele I-IV de la Școala Gimnazială „Octavian Voicu, Bacău și Școala Nr. 1 Pâncești, 17 elevi făcând parte din grupul de control și 26 dintre ei făcând parte din grupul experiment.

La începutul lunii martie au fost aplicate probele și testele la școala la care s-a desfășurat studiul.

### *Metodele de cercetare folosite în acest studiu sunt:*

- Metoda observației
- Metoda testului
- Metoda reprezentării grafice
- Metoda statistico – matematică.

*Testul Anova* – pentru calcularea mediei scorurilor și analiza variațională (calcularea raportului F – variația intergrupe raportată la variația intragrup). Cu ajutorul acestei metode de analiză studiem dacă există sau nu diferențe semnificative statistice între mediile rezultatelor obținute de sportivii din cele două grupe (sau loturi) la proba considerată.

### *Desfășurarea Cercetării*

Studiul privind dezvoltarea cognitivă și motrică a elevilor din clasele II-IV s-a realizat pe parcursul a trei etape, pe durata a șase săptămâni. Pentru realizarea studiului de față a fost nevoie de o cercetare inițială a resurselor bibliografice, a literaturii de specialitate atât pe plan național cât și internațional, după care am stabilit modul de desfășurare al studiului.

### *Descrierea testelor folosite*

*Testul Bourdon* - este un test care are ca obiectiv măsurarea capacității de concentrare. Materialele folosite sunt: o pagină pe care sunt imprimare 1600 de litere diferite și un cronometru. Literele sunt distribuite neomogen. În partea inferioară a paginii este o rubrică cu numele, prenumele, vârsta subiectului, data și indicii care se calculează.

După ce subiecții au completat se dă comanda să se întoarcă pagina cu partea albă în sus, iar elevii trebuie să bareze anumite litere de câte ori le întâlnesc. La cuvântul „*semn*”, elevii trebuie să tragă o linie despărțitoare după litera la care au ajuns.

Elevilor li se explică procedeul până când aceștia au înțeles.

Se pornește cronometrul al comanda începeți. La fiecare minut se comandă semn-încetați-întoarceți pagina. Toți subiecții termină în același timp și predau testele.

Corectarea se face cu ajutorul unei grile confecționate dintr-un material transparent perforat în dreptul semnelor și literelor pe care elevul trebuie să le bareze. Se folosesc notațiile Sc-semne barate corect, So-semne omise, Sg – greșeli.

Calculul exactității (Ex) se face cu formula  $Ex = (Sc-Sg)/(Sc-So)$

Rezultatele sunt cu atât mai bune cu cât Sc este mai mare și valoarea coeficientului de exactitate mai apropiată de 1 (valoarea 1 se obține atunci când  $Sg=0$  și  $So=0$ )

*Testul „Fii atent”*. Acest test este din categoria testelor cu caracter comportamental motric și are ca obiectiv evaluarea capacității de concentrare a atenției.

Testul se desfășoară în felul următor:

Elevii trebuie să parcurgă o distanță de 16 m, iar pe parcursul acestei distanțe sunt fixate trei stații cu diferite obiecte, elevii având obligația să se oprească la fiecare stație și să execute acțiunile motrice cerute, demonstrate și explicate de către profesor. În caz contrar, neefectuarea cerințelor impuse duce la penalizarea elevilor.

Cerințe pentru elevii din grupul țintă:

Faza I.

1. Să transporte un con la locul stabilit. În cazul în care nu îl transportă are 1 punct penalizare sau dacă nu îl transportă la locul stabilit are 1 punct penalizare

2. Să poarte cercul de jos de la picioare până sus. În cazurile în care nu poartă cercul de jos până sus are 1 punct penalizare sau dacă nu lasă cercul în același loc de unde l-a luat are de asemenea 1 punct penalizare.

3. Să ia mingea din cutie și să o transporte între genunchi prin sărituri pe ambele picioare ca un cangur până la sfârșit, după care pune mingea la ceafă și atinge cu spatele peretele. Dacă nu pune mingea între genunchi are 1 punct penalizare, iar dacă nu atinge cu spatele peretele are 1 punct penalizare.

Faza a II-a.

1. Să alerge cu mingea la ceafă și să lase mingea în cutie. Dacă nu pune mingea la ceafă are 1 punct penalizare, dacă nu pune mingea în cutie are 1 punct penalizare.

2. Să poarte cercul de sus de la cap spre picioare și să-l lase în același loc. Dacă face invers are 1 punct penalizare, dacă nu lasă cercul în același loc are un punct penalizare.

3. Să transporte conul la locul stabilit. Dacă nu transportă conul are 1 punct penalizare, dacă îl transportă în alt loc are 1 punct penalizare.

Observație: distanțele dintre stații sunt egale, condițiile de testare sunt aceleași pentru fiecare clasă.

### 3. Rezultate și discuții

Prelucrarea și interpretarea statistico-matematică a datelor obținute în urma Testului Bourdon

Tabel 1. Prelucrarea și interpretarea datelor – Testul Bourdon

Grupuri	N	Medie	Deviație Standard	AS
Grup de control	I	17	0,7029	0,1430
	F	17	0,6912	0,2768
Grup de experiment	I	26	0,6538	0,2306
	F	26	0,6654	0,2572

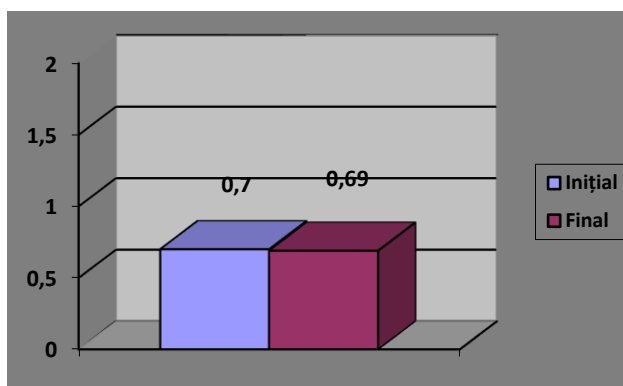


Figura 1. Diferențele dintre medii la grupul de control. Testul Bourdon

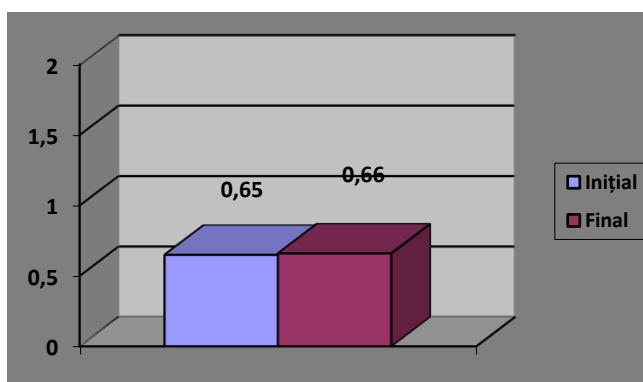
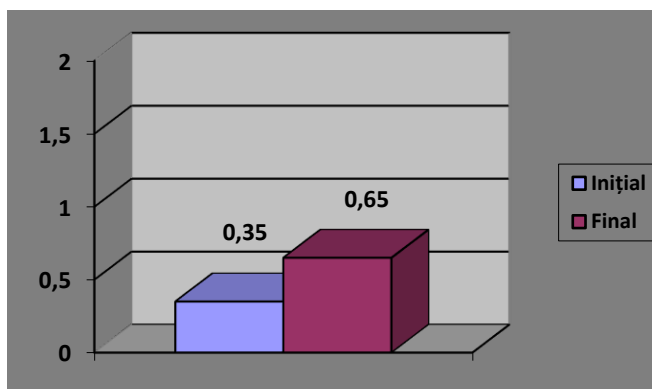


Figura 2. Diferențele dintre medii la grupul experiment. Testul Bourdon

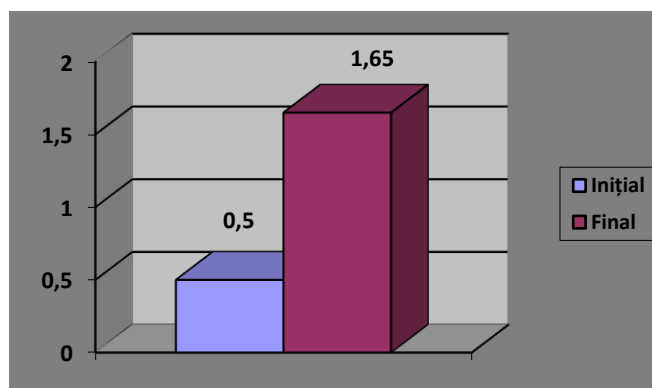
Prelucrarea și interpretarea statistico-matematică a datelor obținute în urma testării Fii Atent.

**Tabel 2. Prelucrarea și interpretarea datelor - testul Fii atent**

Grupuri	N	Medie	Deviație Standard	AS
<b>Grup de control</b>	I	0,35	0,61	0,15
	F	0,65	1,22	0,30
<b>Grup de experiment</b>	I	0,50	0,86	0,17
	F	1,65	1,55	0,30



**Figura 3. Diferențele dintre medii la grupul de control – testul Fii atent**



**Figură 4. Diferențele dintre medii la grupul de experiment - testul Fii atent**

După cum rezultă din tabelele anterioare, la testarea inițială s-au obținut medii 0.35 și 0,65, iar la testarea finală medii 0,50 și 1,65. Se observă că la testarea finală s-au obținut medii superioare celor de la testarea inițială la ambele grupe.

Valorile deviației standard indică faptul că rezultatele grupurilor au o omogenitate destul de bună, iar valorile abaterii standard de la medie de asemenea indică o omogenitate relativ bună a valorilor obținute la grupul de experiment în

urma mijloacelor folosite.

În ceea ce urmează am prelucrat datele prin metoda Anova factorial prin compararea rezultatelor finale și cele inițiale, făcându-se referire la nivelul de dezvoltare a atenției.

**Tabel 3. Varianța rezultatelor**

	<b>F</b>	<b>Testul Fii atent</b>
<b>Testul Bourdon</b>	Inițial	3,86
	p.	0,035
	Final	1,459
	p.	0,29

Rezultatele obținute sunt semnificative statistic, ceea ce înseamnă că dezvoltarea cognitivă este influențată de mijloacele folosite dar nu în totalitate, există și alți factori care influențează dezvoltarea atenției. Cu alte cuvinte dezvoltarea cognitivă și cea motrică sunt în interdependență și depind și de alte mijloace educaționale adaptate acestei vârste. Se vede totuși că în acest angrenaj pe care îl reprezintă educația copilului, educația fizică are rolul său bine stabilit.

#### **4. Concluzii**

Dezvoltarea cognitivă și motrică are o foarte mare importanță pentru dezvoltarea copilului. Aceste două ramuri se întrepătrund și se influențează reciproc. De aceea este nevoie de o sistematizare foarte bună a lecțiilor de educație fizică, avându-se în vedere obiective psihomotrice, afective și cognitive.

Pentru dezvoltarea cognitivă și motrică a elevilor din clasele II-IV se pot folosi o serie de mijloace specifice educației fizice și psihologiei, materializate prin jocuri de atenție sau jocuri dinamice. Dezvoltarea atenției și motricității am pus-o în evidență într-o anumită măsură prin folosirea unor teste cum ar fi testul Bourdon și parcurgerea unor trasee cu sarcini motrice din cadrul testului „Fii atent”.

Astfel, la grupul de experiment s-au obținut medii mai mari la testarea finală, ceea ce semnifică faptul că dezvoltarea motrică și cognitivă poate fi influențată de folosirea anumitor mijloace specifice în timpul orei de educație fizică. Tot la grupul de experiment datele au indicat o omogenitate relativ bună a rezultatelor.

Ca urmare a aplicării testului Anova factorial, putem să afirmăm că dezvoltarea cognitivă și cea motrică sunt într-o oarecare interdependență, dar cu toate acestea nu se exclude posibilitatea că ele sunt influențate în mare măsură și de alți factori care nu au făcut subiectul temei noastre.

Dar, ca o concluzie pentru acest studiu, putem să spunem că folosirea mijloacelor specifice în timpul orei de educație fizică pot aduce o contribuție, alături de alți factori, la dezvoltarea școlarului mic. Orice mică contribuție a oricărui factor este importantă pentru dezvoltarea copilului, iar orice mijloc folosit este eficient atâta timp cât are o anumită finalitate.

Ora de educație fizică la clasele II-IV trebuie să fie organizată foarte atent și să se țină seama de particularităților de vârstă ale copiilor. Sarcinile în timpul lecțiilor

trebuie gradate în funcție de ritmul fiecărui elev, iar profesorul trebuie să comunice în permanență cu colectivul de elevi, să fie clar, concis în instrucțiuni, astfel încât acestea să poată fi executate cât mai corect, având în vedere faptul că o execuție greșită poate avea repercursiuni asupra sănătății elevilor.

Lecția de educație fizică trebuie să urmărească obiective care sunt prevăzute în curriculumul național și trebuie să folosească metode de evaluare eficiente.

În urma studiului nostru se poate observa că la nivelul claselor II-IV, copiii se dezvoltă într-un ritm rapid, lucru evidențiat prin diferențele semnificative între comportamentul unui elev de clasa a II-a a cărui calități motrice și cognitive sunt inferioare unui elev de clasa a IV-a. La sfârșitul clasei a IV-a copilul se caracterizează prin adaptabilitate la mediul exterior, prin încredere în sine.

Este de preferat ca la începutul procesului instructiv educativ pe care îl presupune educația fizică profesorul să analizeze elevii evaluându-le gradul de dezvoltare a personalității lor, astfel încât profesorul să poată să realizeze trasee individuale pentru fiecare copil în parte, având în vedere nevoile lor de dezvoltare cognitivă și motrică. Astfel procesul instructiv este eficient și își atinge obiectivele propuse. Profesorul poate folosi metode și tehnici vizate de literatura de specialitate, dar aliniată la cerințele învățământului românesc modern.

Profesorul de educație fizică trebuie să fie într-o alertă continuă în ceea ce privește noutățile din domeniu și trebuie să aibă competențe psihopedagogice și o atitudine orientată tot timpul spre perfecționare și învățare.

