

RAPORT

cu privire la desfășurarea seminarului metodic-științific
„PROBLEME ACTUALE ALE EDUCAȚIEI FIZICE
ÎN INSTITUȚIILE DE ÎNVĂȚĂMÂNT PREUNIVERSITAR”

Locul desfășurării: *Universitatea de Stat de Educație Fizică și Sport*

Organizatori: *CATEDRA DE ATLETISM*

Data: *21 noiembrie 2017*

Raportori în cadrul seminarului:

1. *Carp Ion, doctor în pedagogie, profesor universitar la Catedra TMCF, USEFS. „Strategii de fortificare a stării de sănătate a elevilor din grupele medicale speciale”*
2. *Cravțova Alexandra, antrenor-profesor al ȘSSA Nr.3 a DGITS a mun. Chișinău. „Методические особенности проведения подготовительной части урока средствами лёгкой атлетики”*
3. *Mruț Ivan doctor în pedagogie, conferențiar universitar la catedra de Atletism, USEFS. „Методика организации и проведения самостоятельных занятий по физической культуре”*
4. *Scripcenco Constantin doctor în pedagogie, profesor universitar la catedra de Atletism, USEFS. „Методика развития основных двигательных качеств на уроках физической культуры”*
5. *Svecla Svetlana, lector superior al Catedrei de Atletism, USEFS. „Programul IAAF „Kids Athletics” – Atletismul pentru copii”*
6. *MASTER-CLASS: Metodica evaluării nivelului pregătirii și dezvoltării fizice a elevilor în cadrul lecțiilor de educație fizică (Povestca Lazari, doctor în pedagogie, profesor universitar la Catedra de Atletism, USEFS.)*

Numărul de persoane participante: 65 (asistența a fost formată din profesori de educație fizică din întreaga republică, precum și profesori și studenți ai USEFS).

Scopul evenimentului: perfecționarea profesională a profesorilor de educație fizică din RM prin prisma familiarizării cu tehnologiile contemporane de organizare și desfășurare a lecțiilor de educație fizică, precum și a lecțiilor independente cu copiii de vârste diferite. De asemenea, s-a abordat problema metodicii de pregătire fizică și funcțională a elevilor din clasele gimnaziale și liceale, dar și tehnologiile de evaluare a nivelului de pregătire a acestora.

Descrierea evenimentului: rapoartele prezentate în cadrul seminarului, precum și master – class-ul, în cadrul căruia s-a abordat problema tehnologiilor contemporane de evaluare obiectivă a diferitelor calități și capacități fizice și funcționale ale elevilor în cadrul lecțiilor de educație fizică, au permis actualizarea și perfecționarea cunoștințelor cu privire la tehnologiile contemporane de organizare și desfășurare a lecțiilor de educație fizică. Participanților la seminar li s-au oferit diverse materiale instructive (teste opționale de monitorizare a capacităților psihomotrice pentru elevii de diferite vârste, precum și diverse materiale metodice cu privire la organizarea lecțiilor independente cu elevii din gimnazii și licee etc.)

Rezultate și perspective: Feedback pozitiv din partea participanților. Organizarea unui seminar dedicat procesului de predare a disciplinei educația fizică în instituțiile de învățământ preșcolar.

Șeful Catedrei de Atletism

Lazari Povestca









Подготовительная часть занятия — важный элемент тренировочного процесса. Недооценивание или пренебрежение разминкой негативно сказывается на выполнении основной задачи занятия, чревато травмами, а также часто вызывает отрицательные эмоции из-за того, что не удалось достичь поставленных задач в тренировочном занятии. Необходимо отметить, что разминка не должна повторяться изо дня в день на протяжении длительного времени и состоять из одних и тех же упражнений.

В подготовительной части выделяют две задачи:

1. Организация занимающихся (построение, проверка по списку, краткое объяснение содержания и задач занятия).
2. Подготовка организма спортсмена к работе в основной части занятия.

Ввиду достаточной объемности и важности этой части целесообразно разделить ее на три последовательные части:

1. Разогревание организма обучаемых.
2. Развитие гибкости (повышение эластичности мышц и связок, улучшение подвижности в суставах).
3. Подготовка опорно-двигательного аппарата к нагрузкам в основной части занятия





Programul de dezvoltare a atletismului
KIDS' ATHLETICS

În anul 2001, IAAF a luat decizia de a crea un proiect educațional internațional de dezvoltare a atletismului în rândurile copiilor. Scopul noului program, denumit *Kids' Athletics*, este de a crește interesul față de atletism la copii, tineri sportivi, antrenori pentru copii și profesori de educație fizică. Proiectul *Kids' Athletics* este văzut pentru copii de 7-12 ani și juniori de 13-15 ani, și se desfășoară în toată lumea.





