

CAPITOLUL IV

“FUNCTIILE EDUCAȚIEI FIZICE ȘI SPORTULUI ”



Lecția 10

TEMA: “Funcția de perfecționare a capacității motrice. Funcția psiho-socială.”

Funcția de perfecționare a capacității motrice.

Motricitatea reprezintă elementul central pentru temeje care vizează conținutul instructiv al oricărei programe de cultură fizică.

Această activitate contribuie esențial la dezvoltarea motrică, influențând conduita în general, în procesul de integrare a subiectului în mediu.

Astfel, ereditatea combinată cu condițiile specifice de mediu (oportunități de exersare, încurajare, condiții optime de instruire) și cu particularitățile biomecanice - funcționale ale acțiunii motrice, determină măsura în care se însușesc (perfecționează) deprinderile motrice sau se îmbunătățește nivelul capacității motrice în general, asigurându-se și un bun nivel al condiției fizice.

Capacitatea de mișcare include deci o gamă variată de deprinderi și priceperi motrice și un bun nivel al condiției fizice.

Deprinderile motrice sunt consolidate și rafinate până la punctul în care subiectul operează cu ele cu ușurință, în mod eficient, în orice condiții ambientale. În adolescență și tinerețe deprinderile de mișcare sunt aplicate ca deprinderi utilitare și specifice ramurilor de sport, dansului, activităților recreative (Gallahue, 1993).

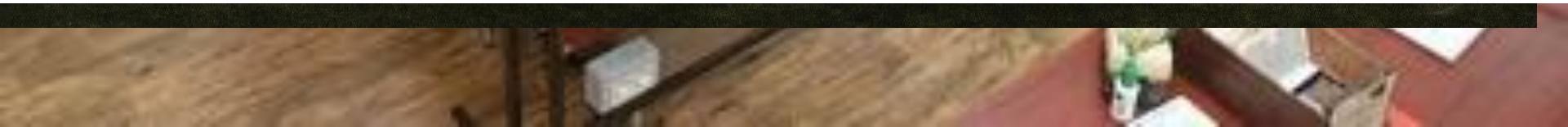
Importantă este însușirea corectă (în special în primii ani ai copilăriei) a deprinderilor de locomoție, manipulare și stabilitate - echilibru, ca elemente-pivot ale comportamentului motric de mai târziu.

Funcția psiho-socială.

Cultura fizică contribuie la procesul de transformare a copilului în adult și la integrarea acestuia în societate. Prin faptul că îl capacitează atât cu competențe de ordin motric, cât și biologic, funcțional, psihic, moral, cele două activități au devenit indispensabile în procesul de dezvoltare armonioasă a personalității umane.

Odată cu contribuția pe care cultura fizică și sportul o au la dezvoltarea capacității motrice, influențe importante sunt induse și pe planul dezvoltării cognitive și a celei afective.

Activitatea care are loc în cadrul culturii fizice și sportului nu este exclusiv de natură motrică. Prin intermediul mișcării, inclusă într-o activitate planificată și organizată, se obțin modificări progresive în capacitatea subiecților de a analiza situații, de a rezolva probleme, de a lua decizii și de a acționa. Se stimulează astfel activitatea intelectuală (gândirea, atenția, memoria, imaginația, creativitatea), cea care este responsabilă de dobândirea de către subiecți a cunoștințelor despre deprinderi (cum ar trebui să se miște corpul), despre activități (în ce context se poate corpul mișca, care sunt regulile de desfășurare a acestor activități), despre mișcare (cum se poate corpul mișca), despre fitness (cum "funcționează" corpul uman) (D.Gallahue, 1993).



În același timp, influențele acestor două forme de activitate motrică se extind și în domeniul afectiv, unde se fac resimțite în mod deosebit asupra a patru categorii de comportamente afective: interese, motivații, atitudini, valori. Influența practicării exercițiilor fizice asupra domeniului cognitiv și afectiv, nu poate fi analizată în afara contextului social în care se desfășoară cultura fizică.

Prin practicarea exercițiilor fizice se dezvoltă sentimentul de apartenență la un grup, se oferă ocazia valorizării ideilor și acțiunilor personale, se asigură recunoașterea valorii individului, se favorizează dezvoltarea capacității de apreciere și autoapreciere, elemente deosebit de importante pentru structurarea imaginii de sine; se realizează acceptarea și promovarea unui comportament moral consistent exprimat în concepte, cum ar fi: fair-play, cooperare.

Dorința de afiliere la grup este citată adesea ca unul dintre principalele motive pentru care oamenii, în general, și copiii în special, participă la activități motrice, cu caracter recreativ sau competițional. În același timp, nevoia de apartenență la un grup, obligă individul la respectarea normelor de comportament, a valorilor pe care acesta le promovează, a atitudinii de acceptare a celuilalt. În acest fel se realizează procesul de socializare, deosebit de important pentru că are ca rezultat dobândirea de către individ a competenței sociale.