

## CAPITOLUL III

# “CULTURA FIZICĂ, COMPONENTĂ A DOMENIULUI DE CERCETARE AL TEORIEI EDUCAȚIEI FIZICE ȘI SPORTULUI”



## Lecția 4

**TEMA: “Conceptul de cultură fizică”**

**Conceptul de cultură fizică constituie o abstractizare și o generalizare a experienței acumulate în acest domeniu. Conceptul actual de cultură fizică reprezintă o etapă în evoluția noțiunii, începând din cele mai vechi timpuri și până în zilele noastre.**

**Inițial a fost utilizată noțiunea de "gimnastică", care în prezent are un conținut mai restrâns, ce cuprinde ramurile sale bine circumscrise.**

**Trecerea la denumirea de cultură fizică, s-a datorat lărgirii sferei acestei activități, diversificării conținutului, a formelor de organizare și creșterii segmentului de populație antrenat în practicarea sa.**

Concepția despre cultură fizică reprezintă valorificarea conceptului de cultură fizică, prin aplicarea lui la condițiile concrete ale anumitor societăți. Concepția ilustrează sistemul de gândire în care se încadrează conceptul și notele care diferențiază conținutul și mai ales finalitatea. Concepția despre cultura fizică se desprinde din concepția generală asupra vieții unei societăți, diferită de la o epocă la alta, de la o țară la alta.

Practicarea educației fizice și sportului este un drept al persoanei, fără nici o discriminare, garantat de stat, iar autoritățile administrative, instituțiile de învățământ și instituțiile sportive au obligația de a sprijini cultura fizică, sportul pentru toți și sportul de performanță și de a asigura condițiile de practicare a acestora".

Concepția în esență are la bază următoarele idei:

-aspectul fizic al persoanei și comportamentul său motor sunt intim legate de fiecare gând al acesteia, de "aspectul" sau cognitiv - afectiv; existența spirituală a omului este influențată în mare măsură de posibilitățile de mișcare și starea de sănătate;

-persoana în ansamblu este mai cuprinzătoare decât suma părților sale componente (corp - spirit).

În consecință, conceptul de cultură fizică trebuie să evidențieze contribuțiile multiple ale acestei activități la calitatea vieții individului; aceste valori pe care educația fizică le creează și promovează sunt reprezentate, în viziunea lui Kretchmar (1994), de cunoaștere, fitness, deprinderi motrice și satisfacție (plăcere), aspecte explicate în cele ce urmează.

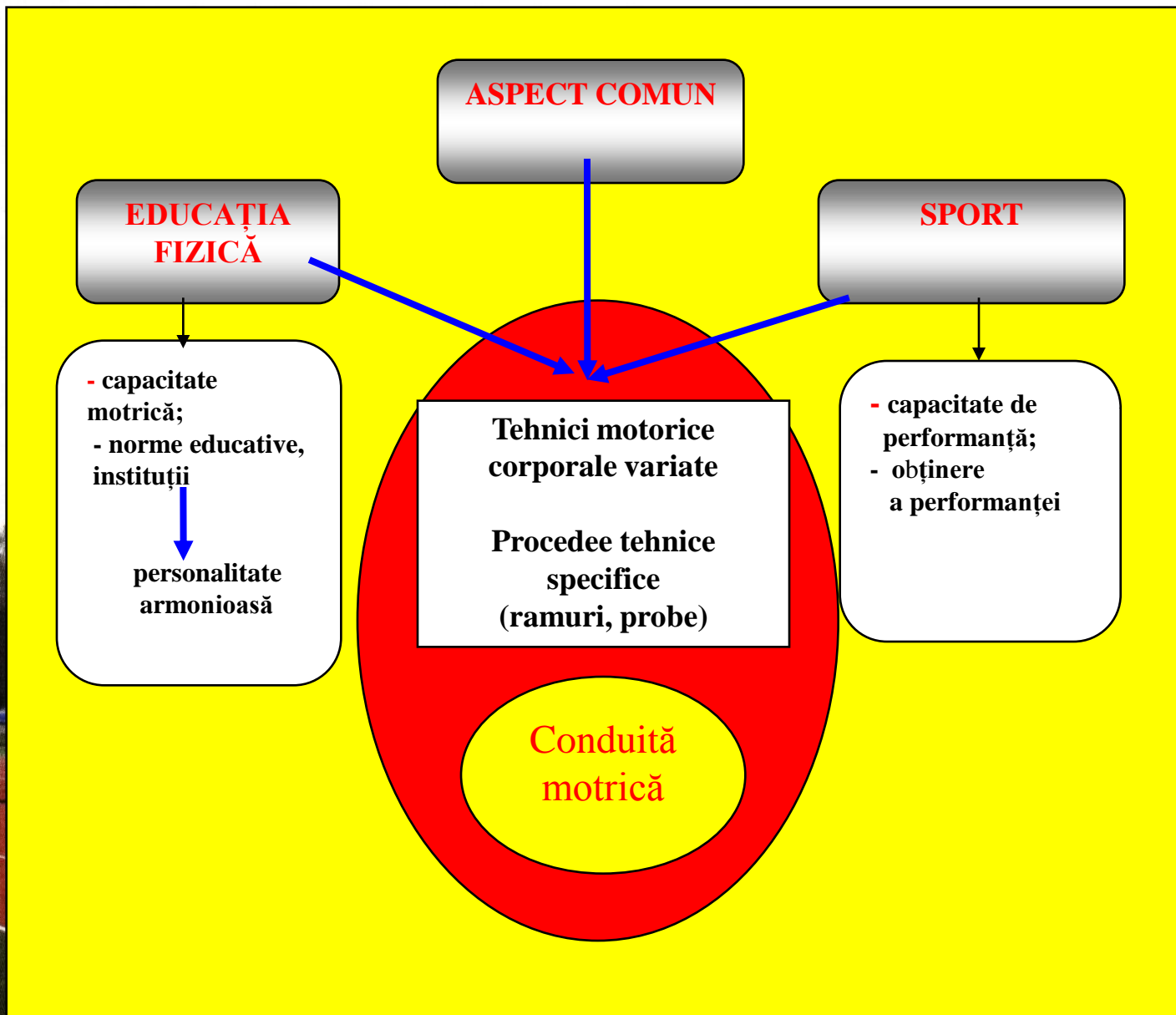
**Definirea clară și cuprinzătoare a culturii fizice se impune pentru că aceasta reprezintă una din noțiunile fundamentale ale TEFS, care exprimă esența, proprietățile fundamentale, conexiunile existente între diferitele forme de practicare a exercițiului fizic. A defini înseamnă a explica, a formula un consemn verbal concis care să descrie o anumită realitate.**

**O altă definiție privește educația fizică ca pe o "activitate care valorifică sistematic ansamblul formelor de practicare a exercițiului fizic în scopul măririi în principal a potențialului biologic al omului, în concordanță cu cerințele sociale".**

**Cu alte cuvinte, cultura fizică reprezintă o componentă a educației generale, exprimată printr-un tip de activitate motrică (fig.4.1.).**

**Datorită complexității culturii fizice, dată de caracteristicile sale, de finalitățile și obiectivele pe care trebuie să le realizeze, o singură definiție nu îi poate evidenția și circumscrie toate valențele. Din acest motiv considerăm că definirea culturii fizice se impune a fi abordată din mai multe perspective:**

- 1. a teoriei acțiunii, ca activitate motrică;**
- 2. a didacticii, ca proces instructiv educativ;**
- 3. a teoriei sistemelor, ca sistem de concepte;**
- 4. a managementului educației, ca forma de organizare;**
- 5. a sociologiei, ca factor de integrare socio-culturală**



**Fig.5.1. Cultura fizică – elemente de conținut comune și diferențiale**