

ISSN 1857-4114

UNIVERSITATEA DE STAT DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
A REPUBLICII MOLDOVA

ȘTIINȚA CULTURII FIZICE

Nr. 16/4 - 2013

Pregătire profesională

Antrenament sportiv

Educație fizică

Recuperare

Recreație

CHIȘINĂU:

Editura

USEFS,

2013

ȘTIINȚA CULTURII FIZICE

Revistă teoretico-științifică pentru specialiști în domeniul culturii fizice,
colaboratori științifici, profesori, antrenori, doctoranzi și studenți

Redactor-șef:

Manolachi Veaceslav, *doctor habilitat în pedagogie, profesor universitar*

Redactor-șef adjunct:

Bîrgău Mihail, *doctor habilitat în drept, profesor universitar*

Redactor științific:

Danail Sergiu, *doctor în pedagogie, profesor universitar*

Coordonator de ediție:

Gorașcenco Alexandr, *doctor în pedagogie, conferențiar universitar*

Colegiul de redacție:

Kruțevici Tatiana, *academician, doctor habilitat în pedagogie, profesor universitar, Ucraina*

Gancear Ivan, *doctor habilitat în pedagogie, profesor universitar, Ucraina*

Platonov Vladimir, *doctor habilitat în pedagogie, profesor universitar, Ucraina*

Bulatova Marina, *doctor habilitat în pedagogie, profesor universitar, Ucraina*

Seiranov Serghei, *doctor habilitat în pedagogie, profesor universitar, Federația Rusă*

Cojocaru Viorel, *doctor în educație fizică, profesor universitar, România*

Wojnar Josef, *doctor habilitat în pedagogie, profesor universitar, Polonia*

Pascal Oleg, *doctor habilitat în medicină, profesor universitar, Republica Moldova*

Dorgan Viorel, *doctor habilitat în pedagogie, profesor universitar, Republica Moldova*

Rîșneac Boris, *doctor în pedagogie, profesor universitar, Republica Moldova*

Grimalschi Teodor, *doctor în pedagogie, profesor universitar, Republica Moldova*

Brega Viorica, *doctor în filologie, conferențiar universitar, Republica Moldova*

Povestca Lazari, *doctor în pedagogie, conferențiar universitar, Republica Moldova*

Triboi Vasile, *doctor în pedagogie, conferențiar universitar, Republica Moldova*

Secretar de redacție: Luca Aliona

Tehnoredactare computerizată: Lungu Ecaterina, Ciumașu Ana

Designeri: Movileanu Cristina, Manolachi Iurie



9 771857 411400

Ediția Universității de Stat de Educație Fizică și Sport a RM

© Știința culturii fizice, 2013



CUPRINS

Pregătire profesională

<i>Calugher V.</i>	Ghidul de practică la specialitatea <i>Educație fizică și sport</i> , bază a formării competențelor profesionale solicitate de piața muncii	5
--------------------	---	---

Antrenament sportiv

<i>Rîșneac B. Onoi M.</i>	Modelarea procesului de antrenament al turiștilor de 13-14 ani în proba de orientare sportivă (etapa pregătitoare)	13
-------------------------------	--	----

<i>Urichianu A.</i>	Antrenamentul musculaturii respiratorii în canotaj – efecte asupra mecanicii respirației și implicații în performanța sportivă	18
---------------------	--	----

<i>Urichianu A.</i>	Eficacitatea aplicării modelului de pregătire pe ergometru a canotorilor juniori de 16 – 18 ani în procesul de antrenament și competiții	25
---------------------	--	----

<i>Деркаченко В.</i>	Особенности тренировочных нагрузок и технико-тактического мастерства кикбоксеров тяжелых весовых категорий	31
----------------------	--	----

<i>Мокроусов-Кучук Е.</i>	Модель программы начального спортивного отбора детей для занятий настольным теннисом	37
---------------------------	--	----

<i>Мокроусов-Кучук Е.</i>	Экспериментальное обоснование начального отбора девочек 7-8 лет для настольного тенниса по критериям наследственных признаков физического развития и психодвигательных проявлений	46
---------------------------	---	----

Educație fizică

<i>Carp I. Cozmei G.</i>	Dinamica indicilor somatici ai elevilor ciclului primar în cadrul procesului didactic la disciplina „Educație fizică”	51
------------------------------	---	----

<i>Lupuleac V. Demcenco P. Goncearuc S. Prodan A.</i>	Studiu sociologic privind rolul educației fizice în corectarea disgrafiei la elevii claselor primare	56
---	--	----

<i>Miron S. Povestea L. Iliin G.</i>	Estimarea stării de sănătate a studenților din învățământul medico-farmaceutic superior din Republica Moldova	61
--	---	----

<i>Галаманжук Л.</i>	Особенности развития психических функций, связанных с познавательными процессами, у девочек 4–5 лет с различной направленностью мануальной двигательной асимметрии	67
----------------------	--	----

<i>Клюс А.</i>	Динамика показателей физического состояния 7-летних детей в течение второго года обучения в общеобразовательном учреждении	74
----------------	--	----





<i>Мазур В.</i>	Особенности морфофункциональных показателей учащихся 5–9 классов, отнесенных по состоянию здоровья к специальной медицинской группе	81
-----------------	---	----

Recreație

<i>Беляк Ю.</i>	Сущность и особенности технологического подхода в сфере оздоровительного фитнеса	87
-----------------	--	----

Varia

Apariții editoriale		92
---------------------	--	----

Teze de doctor susținute în cadrul Consiliului Științific Specializat al USEFS pe parcursul anului 2013		95
---	--	----



GHIDUL DE PRACTICĂ LA SPECIALITATEA *EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT*, BAZĂ A FORMĂRII COMPETENȚELOR PROFESIONALE SOLICITATE DE PIAȚA MUNCII

*Calugher Viorica, doctorandă, lector superior,
Universitatea de Stat de Educație Fizică și Sport, Chișinău, Republica Moldova*

Keywords: *speciality practice, trainee, tutor, practice guide, competences.*

Abstract. *One of the shortcomings in the physical culture higher education of the Republic of Moldova consists in the process of practical skills formation caused by means of carrying on the professional practice. As a result of this lack the interconnection between the theory and practice and also the links between academic and professional activity of the graduate are not noticed. In this context it is proved to be necessary the consolidation of the theory acquired by students in the process of study with the key elements of the professional practice and undoubtedly the acquisition of general and specific competences by them required on the labor market.*

În perioada 2007-2009, în cadrul Universității de Stat de Educație Fizică și Sport a fost elaborat un studiu de diagnosticare a nivelului de dezvoltare a învățământului superior de profil la etapa actuală [4]. Rezultatele acestei cercetări au scos în evidență unul dintre punctele slabe ale învățământului superior de cultură fizică din Republica Moldova, care constă în lipsa unei interconexiuni între teoria și practica activității de profil, între didactica universitară și activitatea desfășurată în unitățile de învățământ și structurile sportive [4, 8]. Or, făcând o apreciere a competențelor formate pe cele trei niveluri: cunoaștere și înțelegere, aplicare și integrare, putem afirma că procesul de formare a competențelor de aplicare și integrare necesită optimizare. În acest context, apare necesitatea consolidării teoriei acumulate de către studenți în procesul didactic, cu elemente definitorii din practica de specialitate și, nu în ultimul rând, dobândirea de către aceștia a competențelor generale și specifice solicitate de piața muncii. În vederea formării eficiente a competențelor ce țin de „aplicarea cunoștințelor și trecerea de la teorie la practică” (conform descriptorilor de la Dublin), considerăm oportun a revedea modul de desfășurare a practicii de specialitate, una dintre disciplinele obligatorii din planul de învățământ pentru toate instituțiile, dar în privința căreia astăzi nu există un numitor comun vizînd structura și modul de desfășurare.

Activitatea de practică inclusă în planul de studii este o parte integrantă, obligatorie a procesului de învățământ și constituie o condiție de promovare pentru studenți. Această disciplină are rolul de a asigura, alături de celelalte activități, formarea competențelor profesionale compatibile cu cerințele societății contemporane. În această perioadă, studenții, luând cunoștință de experiența celor care activează în instituțiile respective, reușesc să însușească laturile pragmatice ale viitoarei profesii, modalitățile aplicării cunoștințelor teoretice în rezolvarea problemelor ce constituie conținutul activităților specifice domeniului de activitate în care lucrează. Or, stagiul de practică formează un parteneriat educațional între universitate și instituțiile angajatoare, bazat pe cooperare, coordonare și colaborare, decisiv în formarea competențelor profesionale [2, p.5]. Studenții învață să opereze cu mijloacele (instrumentele, echipamentele sportive, documentele, registrele etc.) cu ajutorul cărora se desfășoară efectiv activitatea specifică domeniului de cultură fizică și sport. De asemenea, ei învață regulile muncii în echipă, își dezvoltă abilitățile constituirii și întreținerii unui

MODELAREA PROCESULUI DE ANTRENAMENT AL TURIȘTILOR DE 13-14 ANI ÎN PROBA DE ORIENTARE SPORTIVĂ (ETAPA PREGĂTITOARE)

*Rîșneac Boris, doctor în pedagogie, profesor universitar,
Onoi Mihail, doctorand, lector universitar,
Universitatea de Stat de Educație Fizică și Sport, Chișinău, Republica Moldova*

Keywords: *students 13-14 years, sports orientation, sports training, annual cycle training, physical and technique training, schools, workouts, training program.*

Abstract. *Sports orientation as a sport sample dynamically develops in various countries of the world, includes new types of programs, changing the formula of the competition, increase competition among athletes both inside the country and outside it. Today the question is to develop a method based on various new elements (eg: orientation in the form of a labyrinth) in the training of young travelers aged 13-14 who will be able to rise to level of athletic skill techniques for orientation physical training, maintain a process of continuous training throughout the year, able to get students to achieve outstanding results and to convince practicing this sport.*

Actualitatea temei. Orientarea sportivă, ca probă de sport, se dezvoltă dinamic în diverse țări ale lumii, se schimbă formula de desfășurare a competițiilor, crește concurența dintre sportivi atât în interiorul țării, cât și în afara ei. În acest context, o mare însemnătate o are elaborarea și argumentarea științifică a unor noi metodici și forme de organizare și desfășurare a antrenamentelor turiștilor în diverse perioade de pregătire.

Воронов Ю. [3, p. 39] menționează că dezvoltarea ulterioară a orientării sportive depinde în mare parte de rezultatele cercetărilor științifice, direcționate spre studierea diverselor relații existente în procesul de antrenament al turiștilor ce practică orientarea sportivă, în diverse etape ale ciclului anual de pregătire.

Indiferent de sistemul de antrenament abordat de antrenor, în perioada pregătitoare este necesar a forma baza pentru activitatea competițională. În această perioadă, majoritatea antrenorilor propun sarcini concrete pentru a fi soluționate la domiciliu [4, 5].

Огородников Б [6, p.14] afirmă că în mod normal, în perioada pregătitoare sportivul poate practica absolut orice activitate fizică: poate schia, alerga etc. Însă aceste activități trebuie incluse cu acuratețe în etapa de bază a alergării pe teren, care, în limita posibilităților, ar trebui să domine. Aceste aspecte ar fi necesar de combinat cu lucrul cu busola și harta topografică, ce reprezintă elemente din tehnica orientării.

Pentru sportivii ce se specializează în orientarea pe timp de vară, perioada pregătitoare coincide cu principalele competiții la orientarea pe schiuri. Astfel, se recomandă ca iarna, o mare parte a antrenamentelor să se desfășoare pe schiuri [6, p.28].

Ținând cont de condițiile climaterice ale Republicii Moldova și de faptul că în țara noastră nu se practică orientarea pe schiuri, noi propunem o nouă probă de orientare ce este foarte accesibilă în perioada pregătitoare (de iarnă), și anume „Orientarea sub formă de labirint”.

Scopul acestui studiu constă în restructurarea programei de antrenament în proba de orientare turistică sportivă în perioada pregătitoare într-un ciclu anual de pregătire a turiștilor de 13-14 ani.

ANTRENAMENTUL MUSCULATURII RESPIRATORII ÎN CANOTAJ – EFECTE ASUPRA MECANICII RESPIRAȚIEI ȘI IMPLICAȚII ÎN PERFORMANȚA SPORTIVĂ

*Urichianu Adrian Ion, asistent universitar,
Universitatea „Titu Maiorescu”, București, România*

Keywords: muscular breathing, sports performance, workout, research.

Abstract. *The important point in athlete training is his body whose functional condition can be characterized in many plans: nervous, neuromuscular, cardiovascular, breathing, neuro-endocrino-metabolic. In this work, we suggest to evaluate the athlete's training degree through the study of the muscle behavior, different as structure and function, at a controlled effort.*

Introducere

Sporturile caracterizate printr-un efort de rezistență supun organismul la solicitări deosebit de mari [3]. Cerințele performanței de nivel înalt includ atât capacități de rezistență locală (musculară) și generală (cardiovasculară), cât și capacitatea de a produce o tensiune sau forță musculară foarte mare în timpul vâsliului [2].

Efortul din canotajul competițional se considera ca fiind o manifestare a rezistenței în regim de forță, viteza avînd un rol secundar. Ritmul respirației în timpul vâsliului este strîns corelat cu cadența și fazele mișcărilor de vâslire. Frecvența mișcărilor respiratorii se ridică la 30-40 respirații/minut, conform cadenței; ritmul respirator (ca și ritmul de vâslire) nu este însă uniform, mai ales pe distanțe lungi [5]. Studii recente au demonstrat că, antrenînd musculatura respiratorie, se obțin creșteri ale capacității de efort, iar la canotori [4] s-a demonstrat o creștere a performanței sportive, prin scăderea nivelului lactatului în sânge, a percepției dispneei și accelerarea refacerii după efort. Putem spune că antrenarea musculaturii respiratorii poate avea efecte benefice pentru îmbunătățirea performanței aerobe.

Mușchii folosiți în respirație – abdominali și intercostali – sunt aceiași mușchi care susțin trunchiul în timpul vîsliului (extensia membrelor inferioare). Canotorii contractă izometric toți acești mușchi, dezvoltînd o presiune intratoracică mare în momentul atacului (cînd ramele intră în apă), ceea ce întărește legătura dintre ramă, trunchi și picioare [1]. Sportivii bine antrenați se adaptează acestor condiții, dezvoltîndu-și mușchii respiratori foarte puternici și folosind un model respirator, care utilizează la maxim perioadele de scurtă relaxare din lovitură. Astfel, toți factorii considerați ca limitatori ai efortului pot fi ameliorați prin antrenament corespunzător, producînd performanțe îmbunătățite [6].

Scopul și sarcinile cercetării

Prin cercetarea de față ne-am propus să studiem efectele antrenării musculaturii respiratorii, efectuată pe lângă antrenamentul obișnuit, și beneficiile (dacă apar) aduse de această antrenare asupra obținerii de performanțe sportive îmbunătățite.

Sarcini: - informarea și documentarea științifică în conformitate cu tematica supusă cercetării experimentale;

EFICACITATEA APLICĂRII MODELULUI DE PREGĂTIRE PE ERGOMETRU A CANOTORILOR JUNIORI DE 16 – 18 ANI ÎN PROCESUL DE ANTRENAMENT ȘI COMPETIȚII

*Urichianu Adrian Ion, asistent universitar,
Universitatea „Titu Maiorescu”, București, România*

Keywords: rowing, model, indicators, ergometer, performance.

Abstract. *This paper presents the effectiveness of applying the model of 16-18 years old junior rowers' preparation on the ergometer of the effort obtained in the training process and competitions. It was considered that by analyzing the content and structure of the preparation plan proposed by the Romanian Federation of Rowing for 16-18 years old junior rowers, it will be elaborated the certain model of preparation according to the periods and stages of preparation and the implementation of this model in the preparedness of junior rowers under the investigation. This scientific result has led to organizing a pedagogical experiment in the group of 12 athletes of the junior Olympic Center from Snagov, Romania by including the preparation programs in various stages of junior rower's preparedness.*

Introducere

Planificarea reprezintă modalitatea de organizare a pregătirii sportive din punct de vedere metodic și științific. Dragnea, A. citat de Teodorescu S. [5, p. 107], dă următoarea definiție: „planificarea reprezintă activitatea de elaborare amanunțită și precisă a obiectivelor de instruire și performanță, precum și a mijloacelor, metodelor și formelor de organizare adecvate scopurilor propuse”.

După Teodorescu S. [4], esența planificării constă în argumentarea, prelucrarea și definitivarea documentară a conținutului și succesiunii acțiunilor pedagogului (profesorului, antrenorului) pentru rezolvarea sarcinilor de instruire și educație.

Planul de pregătire pretinde o elaborare amănunțită a obiectivelor de performanță și instruire, a calendarului competițional (datele, locurile de desfășurare a concursurilor, numărul starturilor și a zilelor de concurs), a metodelor și mijloacelor utilizate, a solicitărilor din cadrul lecțiilor, a volumului și intensității efortului, elaborare care nu se face rigid, mecanic, ci luând în considerație modul în care sportivul răspunde la solicitări [5, 6].

În activitatea de performanță în canotaj, antrenorii operează cel mai adesea cu planul anual, planul de etapă și microciclul sau ciclul săptămânal. În canotaj planul anual cuprinde 10-12 capitole: componența lotului de sportivi; componența colectivului tehnic; calendarul competițional; obiective de performanță; etapizarea și conținutul pregătirii; mijloacele și metodele pregătirii (P.C. și normele de control); indicatorii cantitativi și calitativi; etapele pregătirii; sistemul de refacere și susținere a efortului; dotări materiale [1, 2, 3].

La acestea se mai poate adăuga sistemul managerial, individualizarea antrenamentului și formarea echipajelor. Această structură nu este rigidă, ea se poate modifica în funcție de obiectivele de performanță și/sau calendarul competițional. Exemple: pentru seniori, dacă este un an preolimpic, criteriile de calificare la J.O.; pentru juniori și tineret, an cu C.E.J. U23, sau numai pentru juniori an cu C.M.J, și C.E.J.U23 și astfel cu două vîrfuri de formă sportivă etc.

ОСОБЕННОСТИ ТРЕНИРОВОЧНЫХ НАГРУЗОК И ТЕХНИКО-ТАКТИЧЕСКОГО МАСТЕРСТВА КИКБОКСЕРОВ ТЯЖЕЛЫХ ВЕСОВЫХ КАТЕГОРИЙ

*Деркаченко Иван, доктор педагогических наук,
Государственный университет физического воспитания и спорта, Кишинэу,
Республика Молдова*

Keywords: *kickboxing, training loadings, technical and tactical skill, heavy weight categories.*

Abstract. *The objective of this research consisted in detection of features of training loadings and technical and tactical skill of kick boxers of heavy weight categories by their comparison with athletes more lights. The received results testify that at kick boxers of heavy weight categories essential differences from athletes more lightweight in training loadings and in technical and tactical skill are revealed. These differences are caused, apparently, by morfo-functional features of athletes that is the objective basis for use in training of heavyweights of the principle of a group individualization.*

Цель данного исследования заключалась в выявлении особенностей тренировочных нагрузок и технико-тактического мастерства кикбоксеров тяжелых весовых категорий путем сравнения их со спортсменами более легкого веса.

Для этого все обследуемые кикбоксеры, в зависимости от весовых категорий, были разделены на 3 группы. В 1-ю вошли спортсмены весовых категорий от 48 до 60 кг (n=15), 2-ю составили спортсмены весом от 63,5 до 75 кг (n=15), а 3-ю от 81кг и выше (n=12). Все обследованные – кикбоксеры высокой квалификации.

Учет тренировочных нагрузок велся непосредственно на тренировочных занятиях на всех этапах подготовки годовичного цикла. Величина нагрузки оценивалась по объему. Последний определялся чистым временем работы без учета пауз отдыха [2, 5, 7].

Выполняемые упражнения были разделены на 2 большие группы – средства общей физической подготовки (ОФП) и средства специальной подготовки (СП). В группе ОФП выделены следующие подгруппы: бег, спортивные игры и другие упражнения. Группа СП составлена из следующих подгрупп: имитационные упражнения с отягощениями; упражнения на тяжелых снарядах (боксерских мешках, настенных подушках, чучелах); упражнения на легких снарядах (грушах разных видов, пунктболах и т.п.); упражнения на лапах; упражнения с партнером в перчатках, включая условные бои; соревновательные упражнения (вольные бои и спарринги). Объем нагрузки учитывался в каждой группе и подгруппе, сумма его составляла общий объем нагрузки. Всего определялись 13 показателей тренировочных нагрузок.

Чтобы нивелировать влияние количества тренировочных дней и занятий на показатели объемов нагрузки, последние определялись как средние величины объемов нагрузки, приходящиеся на один тренировочный день [7].

МОДЕЛЬ ПРОГРАММЫ НАЧАЛЬНОГО СПОРТИВНОГО ОТБОРА ДЕТЕЙ ДЛЯ ЗАНЯТИЙ НАСТОЛЬНЫМ ТЕННИСОМ

Мокроусов-Кучук Елена, докторант,

*Государственный университет физического воспитания и спорта, Кишинэу,
Республика Молдова*

Keywords: *initial sport selection, table tennis, functional-motional conditions, stabilometry, instrumental means, express diagnostic, stabilometric probe, Romberg coefficient, test «Triangle», tenzometric platform, diagnostic.*

Abstract. *The article to be published expound the Programme of criterions initial sport selection of children 7-8 years old, organize on the basis of progressive scientific investigations and permit objective to learn the functional-physical and psycho-motional condition of them organism, in results which realize the selection, and also with enough extent probability to prognos the physical status of the future.*

Высокие спортивные достижения на современном этапе, как правило, сопровождаются значительной интенсификацией, как тренировочного, так и соревновательного процессов, которые осуществляются на фоне предельных для спортсменов эмоциональных и физических нагрузок. Данные условия, вполне естественно, предъявляют и целый ряд соответствующих требований к тем спортсменам, которые не только способны были бы их переносить, но при этом еще и демонстрировать высокие темпы совершенствования своего мастерства. Вследствие этого, приоритетной становится проблема выявления из числа кандидатов наиболее предрасположенных к какому-либо виду спортивной специализации. Решение данной проблемы заключается, прежде всего, во внедрении в практику отбора комплекса диагностических процедур, результаты которых адекватно отражали бы степень предрасположенности индивида к тому или иному виду спортивной специализации и, тем самым, существенно повысили бы точность прогнозирования меры вероятностной перспективности спортсменов уже на ранних стадиях становления процесса их многолетнего спортивного совершенствования [2, 3, 6, 11, 14].

Поиск перспективных спортсменов традиционно основан на широком использовании комплекса знаний, накопленных в таких областях науки как генетика, биология, психопедагогика, морфофизиология, метрология и др., которые позволяют создать представление, как о специфике используемых в спортивном отборе критериев, содержании и организации его проведения, так и об особенностях интерпретации полученных данных [2, 5, 8].

Однако, по мнению ряда специалистов, существующий до сих пор в практике вариант начального спортивного отбора, не во всех случаях может быть признан эффективным механизмом выявления наиболее перспективных спортсменов, т.к. допускает в своем прогнозе достаточно существенную долю погрешности [2, 9, 14]. Проблема неэффективности функционирования начального спортивного отбора естественно не обошла стороной и такой вид спорта как настольный теннис. К числу часто предъявляемых

ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЕ ОБОСНОВАНИЕ НАЧАЛЬНОГО ОТБОРА ДЕВОЧЕК 7-8 ЛЕТ ДЛЯ НАСТОЛЬНОГО ТЕННИСА ПО КРИТЕРИЯМ НАСЛЕДСТВЕННЫХ ПРИЗНАКОВ ФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ И ПСИХОДВИГАТЕЛЬНЫХ ПРОЯВЛЕНИЙ

*Мокроусов-Кучук Елена, докторант,
Государственный университет физического воспитания и спорта, Кишинэу,
Республика Молдова*

***Keywords:** criteria; Quetelet index; physical condition; motor condition; table tennis; initial sport selection; girls 7-8 years old; psycho-motional tests; coefficient of attended; initial stage of obesity.*

***Abstract.** The article to be published reflect experimental material in the forming of criteria exposing physical and psycho-motional condition of girls 7-8 years old characterize them accumulated ages motor experience corresponding to initial sport selection in table tennis.*

Как известно, в практике начального спортивного отбора детей, чаще всего, находят свое применение уже достаточно широко используемые с этой целью тесты, адекватно отражающие степень физического, психического, физиологического и двигательного состояния их организма [1, 2, 4, 8, 9].

Среди прочих, к важным критериям начального спортивного отбора детей следует отнести и морфологические особенности физического развития их организма, которые, хоть и опосредованно, но также могут отражать, как предыдущий их двигательный опыт, так и степень овладения двигательными возможностями в будущем. Данное утверждение, в полной мере, относится и к настольному теннису, в котором при начальном спортивном отборе также должны учитываться некоторые морфологические показатели физического развития, к примеру индекс Кетле. В то же время, специалисты неоднократно высказывались в пользу того, чтобы использование ряда морфологических признаков, в качестве критериев отбора детей, должно рассматриваться в контексте их наследуемости [2, 7, 9].

При этом, в процессе их выявления считается целесообразным идти не по пути усложнения и увеличения количества тестов, а ориентации на поиск новых, более информативных из них, позволяющих получать достоверную информацию, отражающую меру наследуемого влияния морфологического статуса родителей, с одной стороны, а с другой, вычленения из их числа тех, которые отвечали бы требованию простоты и доступности их использования в практике.

Как уже говорилось выше, данный подход, довольно часто, находит свое применение в рамках решения задач начального спортивного отбора. В качестве примера можно привести результаты исследования В. В. Манолаки, который разработал и апробировал в практике начального отбора детей для занятий дзюдо некий «коэффициент сопряженности», рассчитываемый на основании знания параметров индексов Кетле родителей и их детей [7].

По нашему мнению данный подход, отличается простотой процедуры и достаточной информативностью его результатов, и потому может быть также использован в процессе

DINAMICA INDICILOR SOMATICI AI ELEVILOR CICLULUI PRIMAR ÎN CADRUL PROCESULUI DIDACTIC LA DISCIPLINA „EDUCAȚIE FIZICĂ”

*Carp Ion, doctor în pedagogie, conferențiar universitar,
Universitatea de Stat de Educație Fizică și Sport, Chișinău, Republica Moldova
Cozmei Geanina, doctorandă,
Iași, România*

Keywords: *physical education, the dynamic somatic indices, teaching process, physical education lessons, primary education.*

Abstract. *The present article addresses the problem of selecting and applying effective teaching contents of the curriculum in order to positively influence the dynamics of somatic indices primary school students in the discipline „Physical Education”.*

Actualitatea. În actuala structură a învățământului preuniversitar, nivelul primar reprezintă prima treaptă de învățământ obligatoriu și gratuit, cuprinzând clasele I – a IV-a, fiindu-i stabilite următoarele finalități: asigurarea educației elementare pentru toți copiii; formarea personalității copilului, respectând nivelul și ritmul său propriu de dezvoltare; înzestrarea copilului cu acele cunoștințe, capacități și atitudini care să stimuleze raportarea efectivă și creativă la mediul social și natural și care să permită continuarea educației [1, 3, 5].

Pentru perioada școlară respectivă este caracteristic un ritm accelerat de dezvoltare și pregătire fizică, în comparație cu generațiile anterioare, precum și modificarea pronunțată, la această vîrstă, a potențialului somatic al elevilor [1, 4, 6].

Dezvoltarea fizică se definește ca fiind rezultatul, precum și acțiunea îndreptată spre influențarea creșterii corecte și armonioase a organismului uman. Organismul uman crește până la o anumită vîrstă, dar această dezvoltare poate fi influențată prin procesul de practicare a exercițiilor fizice. Educația fizică acționează asupra organismului uman printr-o metodologie specială de acționare pentru asigurarea unei dezvoltări armonioase la diferite vîrste [2, 3, 7].

Organizarea cercetării. Dat fiind că cercetarea noastră urmărește creșterea eficienței procesului instructiv-educativ din cadrul lecției de educație fizică și a influenței acestuia asupra dinamicii dezvoltării somatice a elevilor, au fost vizate și selectate tematic conținuturile didactice ale curriculum-ului școlar pentru clasele primare. Cercetarea de bază s-a desfășurat în cadrul Liceului Teoretic „L.Deleanu” din Chișinău, în anul de învățământ 2012-2013.

În *prima etapă* (lunile februarie-martie 2011), s-a efectuat o analiză a planurilor anuale și calendaristice, s-a utilizat observarea și chestionarele. Această fază a cercetării ne-a permis să determinăm locul și importanța conținuturilor didactice din curriculum în tematica lecțiilor de educație fizică, precum și opiniile profesorilor, elevilor și părinților referitoare la tema cercetării.

În *etapa a doua* a experimentului pedagogic de bază, septembrie 2012, s-a efectuat testarea inițială a elevilor. Testarea a fost efectuată diferențiat pe clase și sexe, atât în grupa experimentală, cât și în cea martor. În experimentul de bază au fost cuprinși 119 de elevi, 60 în grupa experimentală și 59 în grupa martor. Grupa experimentală a avut ca materiale de orientare a

STUDIUL SOCIOLOGIC PRIVIND ROLUL EDUCAȚIEI FIZICE ÎN CORECTAREA DISGRAFIEI LA ELEVII CLASELOR PRIMARE

*Lupuleac Victoria, doctorandă, lector superior,
Demcenco Petru, doctor în pedagogie, conferențiar universitar,
Goncearuc Svetlana, doctor în pedagogie, conferențiar universitar,
Universitatea de Stat de Educație Fizică și Sport, Chișinău, Republica Moldova
Prodan Alexandra, profesor de educație fizică, grad didactic superior,
Liceul Teoretic „G. Asachi”, Chișinău, Republica Moldova*

Keywords: *research, respondents, sociological survey, questionnaire, physical growth, development, movement abilities, pupils, psychomotority.*

Abstract. *Written language disorders involve a fundamental problem in primary classes teaching process because of the fact that this disorder is an obstacle in thorough learning of scholar programs and personality formation of the pupil at the same time. It is a good known fact that the most important cause of dysgraphia disorders apparition is psychomotric undevelopment. Based on what was said above we should emphasize the actuality of this sociologic study, mentioning at the same time necessity of a deep analysis and examination of the mentioned problem.*

Actualitatea. Actualitatea temei abordate în cercetarea de față este determinată de valorificarea activităților de educație fizică în școală în scopul corecției disgrafiei. La momentul actual, dezvoltarea fizică este puțin valorificată, numărul orelor de educație fizică în școală este limitat, ca urmare numărul elevilor cu tulburări de învățare, în special al celor cu disgrafie, crește vădit.

Literatura de specialitate abordează disgrafia, ca tulburare de învățare a procesului de scriere, care apare ca urmare a incapacității de a elabora scheme motorii sau perceptiv suficiente de diferențiate, care să permită identificarea grafemelor în scriere, având efecte negative în procesul de învățare și în același timp în formarea personalității elevilor din clasele primare, răsfrângându-se vădit și în clasele gimnaziale și liceale [2, 3, 4, 5].

Sinteza ideilor mai multor autori [3, 4, 5] conduce la concluzia că organizarea activității de coordonare și susținere a mișcărilor specifice în executarea semnelor grafice sunt determinate de dezvoltarea motorie generală. O condiție a perfecționării și discriminării în senzații vizuale, auditive, kinetice și tactile, care stau la baza formării abilităților de scris, este organizarea spațio-temporală. Astfel, o bună exersare a scrisului este asigurată de secvența mișcărilor precisă în timp și de precizia succesiunilor în spațiul grafic.

Această problemă a fost abordată de mulți autori [4, 5, 6, 7], însă abordarea ei este indirectă, vizând mai mult aspectele fonematice, gramaticale, neurologice, și mai puțin aspectele psihomotrice, fizice în corecția disgrafiei. Mijloacele specifice ale educației fizice utilizate în procesul de corecție a disgrafiei are un conținut de facilitare a componentelor psihomotrice, însă fără un concept metodologic bine conturat.

1. Așadar, dezvoltarea psihomotricității, împreună cu factorii ce țin de intelect, de motivație și de afectivitate, devin condiții indispensabile în realizarea progresului la scris. Evidențiem că metodele tradiționale logopedice, orientate cu certitudine la formarea generală a limbajului și a

ESTIMAREA STĂRII DE SĂNĂTATE A STUDENȚILOR DIN ÎNVĂȚĂMÂNTUL MEDICO-FARMACEUTIC SUPERIOR DIN REPUBLICA MOLDOVA

Miron Svetlana, lector superior,

Universitatea de Stat de medicină și Farmacie „N. Testemițanu”, Chișinău, Republica Moldova

Povestca Lazari, doctor în pedagogie, conferențiar universitar,

Iliin Grigore, doctor în pedagogie, profesor universitar,

Universitatea de Stat de Educație Fizică și Sport, Chișinău, Republica Moldova

Keywords: *university curriculum, professional applying and physical preparation, health condition, physical education, higher medical and pharmaceutical education, unstructive group.*

Abstract. *The current study presents the results of estimating the health of students through the SUMP contraindications for physical education classes. Phenomenon worsening health of young generation that manifested especially in the last decades of the twentieth century caused a particular concern of the whole society and raised the importance of addressing this global problem. Issues of health-medical students are present and require urgent resolution in our country - the Republic of Moldova.*

Aprecierea stării sănătății în baza indicilor morbidității și ai dezvoltării fizice a generației tinere ar rămâne unilaterală și incompletă, din punctul de vedere al disciplinei *educația fizică*, care trebuie să asigure în mod direct și nemijlocit pregătirea profesională a viitorilor specialiști de calificare înaltă. Potențialul educației fizice, ca un sistem pedagogic bine conturat, este prezentat prin posibilitatea mijloacelor de a influența formarea și promovarea modului sănătos de viață. În același timp, dacă nu s-ar ține cont de contraindicațiile pentru efort fizic, practicarea exercițiului și a antrenamentului poate deveni un factor pregnant de risc pentru apariția supraantrenamentului, a oboselii, a surmenajului și a multor altor efecte adverse grave pentru sănătate, care se manifestă prin diferit grad de intensitate a fenomenului morbidității, dar mai ales prin formarea unei structuri specifice a celei din urmă [1, 2].

Antrenamentul și supraantrenamentul pe de o parte și problemele oboselii pe de altă parte constituie preocupări majore ale societății moderne, inclusiv ale antrenorilor, profesorilor de educație fizică, igieniștilor și specialiștilor din medicina sportivă. Aceste preocupări sunt rezultatul unor multiple necesități:

- adaptarea organismului la efortul solicitat de diferite activități productive sau sportive;
- profilaxia oboselii prin găsirea unor metode de individualizare și dozare a efortului în funcție de capacitatea fizică particulară a fiecărui individ și de caracteristicile fiecărei activități productive, sportive sau competiționale;
- folosirea antrenamentului la efortul fizic pentru favorizarea dezvoltării întregului organism, precum și pentru profilaxia unor boli, în care sedentarismul reprezintă un important factor de risc.

Primul obiectiv în politica de apărare și promovare a sănătății constă în profilaxia primară a îmbolnăvirilor. O importanță majoră, în această ordine de idei, i se acordă depistării active a persoanelor cu dizabilități de diferit grad pentru efort fizic.

ОСОБЕННОСТИ РАЗВИТИЯ ПСИХИЧЕСКИХ ФУНКЦИЙ, СВЯЗАННЫХ С ПОЗНАВАТЕЛЬНЫМИ ПРОЦЕССАМИ, У ДЕВОЧЕК 4–5 ЛЕТ С РАЗЛИЧНОЙ НАПРАВЛЕННОСТЬЮ МАНУАЛЬНОЙ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АСИММЕТРИИ

*Галаманжук Леся, кандидат педагогических наук, доцент,
Восточноевропейского национальный университет им. Л. Украинки, Луцк, Украина*

Keywords preschool children, manual motor asymmetry, mental functions, features development.

Abstract. *The state of development and the dynamics of verbal and perceptual functions related to memory shaped as a component of the cognitive processes of girls with various orientation manual motor asymmetry for 4–5-years old. Using conventional techniques, to determine the direction of this asymmetry in 75 four-year girl for two years in the course of an experiment where a psycho test – a manifestation of their parameters studied. Found that the development of perceptual functions of these girls during the 4th year of life is at the same level of verbal – slightly worse than the girls on the left thrust motor asymmetry compared to the other investigated. During the 5-year life of the latter this trend increases, but in the dynamics of perceptual functions that the numbers of high scores are better developed in most girls with the right orientation of motor asymmetry. It was also found that during this period the best growth in perceptual and verbal memory functions are characterized by imaginative girl on the right, slightly lower – girls ambidexters, the worst – the girl on the left-oriented manual motor asymmetry. The results indicate the need to address the identified features in the course of exercise, as well as other activities, manipulative activities involving children in pre-school education.*

Постановка проблемы. В дошкольном периоде закладываются основы интеллектуального, физического и творческого развития личности ребенка. Достичь высоких результатов в каждом направлении невозможно без высокоэффективной организации и реализации учебно-воспитательного процесса в дошкольном образовательном учреждении (ДОУ). В связи с этим актуализируется проблема совершенствования организационно-методических основ процесса, а одно из перспективных направлений ее решения – учет особенностей развития психических функций детей с разной направленностью мануальной двигательной асимметрией (МДА).

Анализ последних исследований и публикаций. От состояния развития психических функций, в частности вербальных, перцептивной организации интеллекта, памяти и внимания, непосредственно зависит качество познавательных процессов, которые в значительной степени определяют достижение позитивного результата в интеллектуальном, физическом и духовном развитии личности ребенка [3, 4]. Данные обобщения последних исследований [9] позволяют понять закономерные тенденции развития психических функций в течении 4–5 годов жизни ребенка. В этот период развитие интеллекта ребенка преимущественно обеспечивается мышлением и памятью. Последнюю характеризуют произвольный и произвольный виды, каждый из которых ежегодно улучшается, но в младшем дошкольном периоде ребенок оперирует преимущественно произвольной памятью, а начиная со среднего, т. е. с 4-х лет, у него активизируется также и произвольная память. В то же время в 5–6 лет наибольшим приростом отмечается такая составляющая познавательных процессов как восприятие (20,5% у девочек, 18,2% – мальчиков), несколько меньшим, но также достоверным, – память, мышление, представление, особенно у девочек

ДИНАМИКА ПОКАЗАТЕЛЕЙ ФИЗИЧЕСКОГО СОСТОЯНИЯ 7-ЛЕТНИХ ДЕТЕЙ В ТЕЧЕНИЕ ВТОРОГО ГОДА ОБУЧЕНИЯ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИИ

Клюс Алена, аспирант,

Тернопольский национальный университет им. В. Гнатюка, Тернополь, Украина

Keywords: *physical education, pupils of the second form, physical state, teaching and educational process at school, rational adaptation.*

Abstract. *At the beginning and at the end of the academic year the value of physical state indices within pupils of the second form of comprehensive schools has been defined. It has been done in order to establish the quantity change of these indices after the use of traditional approach to the organization and realization of the current physical education curriculum. The complex of appropriate methods has been used; the researched indices have been studied within 60 boys and girls who were 7 years old at the beginning of the experiment. It has been established that due to the intensive growing of boys and girls the increase of the majority researched indices takes place and first of all of physical fitness. At the same time such a change does not allow pupils to reach at the end of the academic year, in comparison with its beginning, higher level of physical qualities manifestation. The received data indicate the necessity of approaches improvement to the organization and realization of physical education within pupils of the second form for achievement of higher physical state indices so long as it will promote rational adaptation within them to new conditions which mark teaching and educational process of that time.*

Постановка проблемы. Одной из важнейших задач, стоящей сегодня перед физическим воспитанием учащихся начальной школы является их рациональная адаптация к условиям, свойственным учебно-воспитательному процессу в общеобразовательном учреждении (ОУ). Это связано с тем, что именно с началом обучения указанные условия приходят на смену свойственным учебно-воспитательному процессу в дошкольных образовательных учреждениях. Такая смена, в свою очередь, приводит к разворачиванию в организме соответствующих адаптационных реакций, но у большинства детей, в силу неготовности систем, они проходят по типу стресса [6, 9]. Поэтому изучение особенностей физического состояния учащихся ОУ для последующей разработки технологий и методик физического воспитания, направленных на обеспечение рациональной адаптации организма к высоким учебным нагрузкам без ущерба для здоровья, является важной и актуальной научной задачей.

Анализ последних исследований и публикаций. Успешное решение задач, стоящих перед ОУ, невозможно без должного физического состояния учащихся [7, 8]. Последнее является комплексной характеристикой состояния здоровья, телосложения и конституции индивида, функциональных возможностей его организма, физической подготовленности и работоспособности [18].

На современном этапе у большинства (до 80 %) учащихся начальных классов значения многих показателей существенно ниже нормы [17]. Последнее, в наиболее общем виде, проявляется в хроническом утомлении, увеличении количества заболеваний соматической и психической этиологий [1], усилении дисгармоничности общего [10] и снижении темпов биологического развития [5].

ОСОБЕННОСТИ МОРФОФУНКЦИОНАЛЬНЫХ ПОКАЗАТЕЛЕЙ УЧАЩИХСЯ 5–9 КЛАССОВ, ОТНЕСЕННЫХ ПО СОСТОЯНИЮ ЗДОРОВЬЯ К СПЕЦИАЛЬНОЙ МЕДИЦИНСКОЙ ГРУППЕ

Мазур Валерий, преподаватель,

Каменец-Подольский национальный университет им. И. Огиенка, Каменец-Подольск, Украина

Keywords: *special medical groups, students of the basic school, physical training, indices of the physical state, differences in the demonstration.*

Abstract. *It was studied the indices which characterized the state of 10-15 years children who go in for physical training in the institution of general education according to the program for special medical group. Using the complex of appropriate methods the facts were discovered which testify that in every age the indices of the girls and boys with different nosology sometimes substantially differ. The mentioned fact testifies about the necessity taking into account given indices and most of all while developing the standards of the grade of the physical state because it will be promote the rise of the objectivity made according to these grades.*

Постановка проблемы. Содержание действующей программы по физическому воспитанию для учащихся общеобразовательных учреждений (ОУ), отнесенных по состоянию здоровья к специальной медицинской группе (СМГ) [16], свидетельствует об отсутствии необходимого организационно-методического обеспечения процесса в аспекте формирования мотивации у таких учащихся к соответствующей двигательной активности. Это в значительной степени снижает эффективность физического воспитания в решении сформулированных указанной программой задач [5, 11, 13]. В то же время исследования в указанном направлении отсутствуют, что не способствует решению рассматриваемой проблемы.

Анализ последних исследований и публикаций. Эффективность решения задач, стоящих перед физическим воспитанием учащихся ОУ, в значительной степени определяется должным организационным, методическим обеспечением, как самого процесса, так и отдыха детей во внеурочное время. При этом, ведущей в последнем случае выступает систематическая физическая активность с оптимальными параметрами, поскольку она способствует успешному решению, прежде всего оздоровительных задач развивающего содержания [10].

Сказанное в полной мере относится не только к учащимся основной, но и СМГ [3]. В связи с этим отметим, что физическую активность последним обеспечивают, прежде всего, уроки физической культуры, которые согласно действующей программы для 5–9 классов [16] реализуются дважды в неделю. В то же время, такое количество, даже при оптимальных параметрах физических нагрузок на каждом уроке, не обеспечивает достижения оздоровительного и развивающего эффектов [6]. Кроме этого, проблема усугубляется еще и тем, что возникающий в этой связи дефицит суточной нормы двигательной активности не нормализуется внешкольной деятельностью. Об этом свидетельствуют следующие данные: из 1565 опрошенных подростков (независимо от их принадлежности к медицинским группам) систематически используют физическую активность во внешкольное время только 14%, а ограничиваются занятиями, предусмотренными режимом ОУ — 50 % [4].

СУЩНОСТЬ И ОСОБЕННОСТИ ТЕХНОЛОГИЧЕСКОГО ПОДХОДА В СФЕРЕ ОЗДОРОВИТЕЛЬНОГО ФИТНЕСА

*Беляк Юлия, кандидат педагогических наук, доцент,
Прикарпатский национальный университет им. Стефаника, Ивано-Франковск, Украина*

Keywords: *technology, recreation fitness, operationalization, optimization.*

Abstract. *The article identifies the main features and advantages of the use of the technological approach in the sphere of health fitness. Recording of these features during the development of technological processes allows to find the most optimal ways of achieving the goal providing the correspondence between the costs for inputs and the final result. Thus the assessment of any fitness technology should provide an analysis of its basic properties – conceptuality, systematic approach, ability to manageability, efficiency, ability to reproducibility which are the main criteria of its technological effectiveness.*

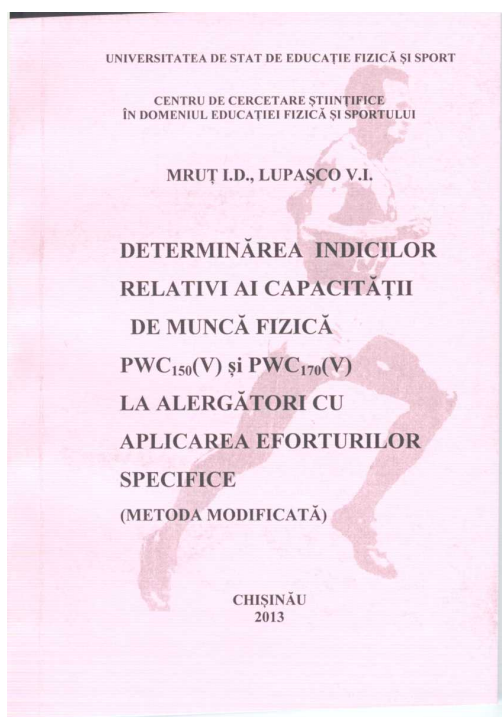
Введение. Научное определение понятия технология впервые ввел Иоганн Бекман (1739-1811), назвав им дисциплину, которая рассматривала достижения различных ремесел, и что самое главное, объясняла в целом методические особенности видов труда с их последствиями и причинами [9].

Сегодня под технологией понимают научно или практически обоснованную систему деятельности, которая применяется человеком с целью преобразования окружающей среды, производства материальных благ или духовных ценностей. Она включает в себя методы, приемы, режимы работы, последовательность операций и процедур, тесно связана с теми средствами, оборудованием, инструментами, которые использует.

Сфера оздоровительного фитнеса, которая активно развивается, наряду с высокой инновационностью характеризуется также и высоким уровнем технологизации. Ученые и специалисты-практики предлагают использовать в практической работе большое разнообразие фитнес-технологий для решения тех или иных задач фитнес-процесса [2, 3, 8] Однако нельзя не отметить, что понятие фитнес-технология нередко интерпретируется авторами по-разному. Им обозначают определенные виды оздоровительного фитнеса (аэробика, степ-аэробика, йога, пилатес и т.п.) или методы тренировок (аэробные тренировки, силовые тренировки), что не является корректным.

Цель. В связи с вышеизложенным, цель данного исследования состояла в определении сущности понятия фитнес-технология, а также изучении условий, теоретических и практических аспектов технологизации процессов в сфере оздоровительного фитнеса.

Изложение основного материала исследования. В массовом сознании понятие технология в первую очередь ассоциируется с промышленным процессом. Ведь его возникновение тесно связано с научно-техническим прогрессом, который привел к тому, что действия человека начали вытесняться техническими средствами производства, обеспечивая большую его производительность. Так возникли промышленные технологии, которые представляют совокупность приемов и способов получения, обработки или переработки сырья, материалов, изделий, осуществляемых в различных отраслях промышленности [8].



RECENZIE

asupra monografiei

„**Determinarea indicilor relativi ai capacității de muncă fizică ($PWC_{150}(V)$ și $PWC_{170}(V)$ la alergători în baza aplicării eforturilor specifice (metoda modificată)**” elaborată de doctorul în pedagogie, conferențiar universitar, **Mruț Ivan Dmitri** și de doctorul în biologie, conferențiar universitar, **Lupașco Victor Ion**, USEFS.

Dirijarea procesului de antrenament în sportul contemporan devine tot mai complicată și cere o informație obiectivă despre capacitatea de muncă fizică și gradul de pregătire a sportivului.

Informativitatea testelor PWC_{150} și PWC_{170} este foarte înaltă și, datorită simplității sale, se folosește pe larg de către

antrenori și profesori. Actualmente, sunt elaborate standarde, normative pentru aprecierea indicilor individuali ai rezultatelor testării capacității de efort nu numai la sportivi, dar și la diferite categorii de populație. Însă procedeele de calcul matematic necesită mult timp, ceea ce provoacă unele incomodități în procesul de obținere a rezultatelor finale.

Autorii monografiei propun, în baza numeroaselor cercetări și a experienței empirice, o metodă netradițională de apreciere a indicilor relativi ai capacității de muncă fizică $PWC_{150}(V)$ și $PWC_{170}(V)$, cu aplicarea eforturilor fizice specifice alergătorilor.

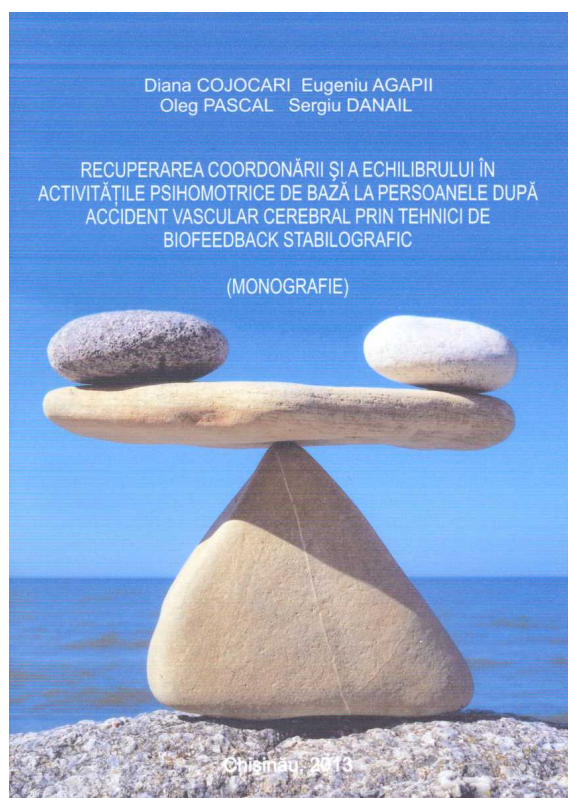
În baza intervalometriei folosite pentru determinarea frecvenței contracțiilor cardiace, autorii au elaborat o metodă originală de evaluare a indicilor relativi ai capacității de muncă fizică ($PWC_{150}(V)$ și $PWC_{170}(V)$), cu aplicarea eforturilor specifice. Metoda propusă permite aprecierea, cu precizie înaltă, a datelor ce caracterizează starea funcțională, ajută la corecția urgentă a programelor de pregătire fizică a sportivilor și, totodată, micșorează timpul necesar pentru prelucrarea rezultatelor experimentale obținute cu ajutorul tabelelor speciale a nomogramelor.

Tabelele prezentate în lucrare, simplifică în mare măsură calculele și permit urgentarea procesului de colectare a informației despre capacitățile de efort ale subiecților. Menționăm că măsurările matematice și ecuațiile folosite sunt prezentate corect.

Lucrarea poate fi folosită pe larg pentru obținerea informației urgente de către antrenori, profesori și doctoranzi în procesul cercetărilor științifice.

**Doctor habilitat în biologie,
profesor universitar, USM**

Aurelia Crivoi



RECENZIE

asupra monografiei „*Recuperarea coordonării și a echilibrului în activitățile psihomotrice de bază la persoanele după accident vascular cerebral prin tehnici de biofeedback stabilografic*”, Chișinău 2013. 180 p. (Diana Cojocari, Eugeniu Agapii, Sergiu Danail, Oleg Pascal)

În lucrarea „*Recuperarea coordonării și a echilibrului în activitățile psihomotrice de bază la persoanele după accident vascular cerebral prin tehnici de biofeedback stabilografic*” sunt abordate cele mai importante probleme legate de structurizarea metodică a tehnicilor de biofeedback stabilografic în programa de kinetoterapie pentru recuperarea persoanelor după accident vascular cerebral. Prin orientările sale conceptuale, teoretice și investigațiile empirice, aceasta

vizează perfecționarea procesului de recuperare a coordonării și a echilibrului, aplicând fenomenul de transfer al „stării de antrenare” pentru însușirea activităților funcționale, care prezintă o noutate pentru sistemul neurorecuperării în accident vascular cerebral.

Prezentând în sine un studiu științific și aplicativ mai mult sau mai puțin amplu privind problemele generale și concrete în kinetoterapie, monografia de față se înscrie, prin problematica abordată și interpretarea științifică a fenomenului analizat, printre cele mai valoroase lucrări în domeniu, apărute în țara noastră.

Ca structură, monografia prezintă în sine algoritmizarea consecventă a compartimentelor principale, care asigură expunerea logică a conținutului abordărilor teoretico-metodice și a celor empirice.

În partea introductivă a lucrării este prezentată ideea principală a autorilor, actualizată și specificată prin determinarea bazei metodologice și teoretice conceptuale. Ea posedă calitatea unui compartiment științific independent, unde sunt declarate principiile de bază ale cercetării, care corespund obiectivelor formulate și scopului general al abordării. Actualizarea prin referirea la multiple lucrări științifice din diferite domenii, demonstrează nivelul înalt al competenței autorilor în problema abordată.

Divizată în trei părți, lucrarea reprezintă un întreg indisolubil. Capitolul I oferă un cadru conceptual și metodologic analizat minuțios, menit să dea concretețe și să sporească abilitatea abordării teoretice riguroase, necesare pentru înțelegerea structurii și modalității de abordare a programei de kinetoterapie. Pornind de la intenția de a cerceta abordările existente în

conceptualizarea și definirea noțiunilor-cheie, care alcătuiesc concepte specifice, precum și modelele de cercetare a fenomenului de transfer al „stării de antrenare”, procedeele metodice utilizate au și un caracter inovator, reevaluând, prin prisma unei viziuni moderne, construite pe abordare inter- și multidisciplinară, interpretările din literatura de specialitate și propunând un model integrat practic.

Studiul empirico-analitic, prezentat în capitolul II al disertației se bazează pe proiectări pedagogice, care au devenit conceptul principal în cercetările sociopedagogice și pe programa originală experimentală formativă, ce include modelul metodologic abordat al însușirii activităților psihomotrice din programa de kinetoterapie bazată pe tehnici de biofeedback stabilografic.

Cercetările empirice realizate la etapa prealabilă prin metode valide ca observația pedagogică, sondajul sociologic, testările, măsurătorile, prezentarea statistică și grafică au creat premise pentru formarea conceptului și a orientărilor tehnologice corecte privind organizarea și desfășurarea experimentului pedagogic formativ, în cadrul căruia s-au stabilit principalele dimensiuni ale programei experimentale de recuperare kinetică pe etape a coordonării și echilibrului în activitățile psihomotrice de bază la pacienții după accident cerebral prin tehnici de biofeedback stabilografic. Rezultatele abordărilor teoretice și empirice obținute în cadrul proiectului de cercetare experimentală (capitolul 3) se caracterizează prin:

- noutatea lor științifică, manifestată prin demonstrarea valorii practice și pedagogice a metodologiei utilizării tehnicilor de biofeedback stabilografic în programa de kinetoterapie pentru recuperarea coordonării și a echilibrului în baza transferului experienței motrice la persoanele după accident vascular cerebral;

- importanța teoretică, ce constă în faptul că a fost elaborată și argumentată metoda specifică de recuperare a coordonării și a echilibrului la persoanele ce au suferit accident vascular cerebral pe etape de recuperare, în baza programei de kinetoterapie care vizează activitățile psihomotrice dirijate și susținute de sistemul stabilografic computerizat;

- valoarea practică a investigațiilor efectuate este determinată de posibilitățile de aplicare a recomandărilor metodice privind conținutul programei și a metodicii specifice de recuperare și de reeducare a coordonării și echilibrului la persoanele cu dizabilități motrice în urma AVC.

Prelucrarea statistică a datelor pe grupe experimentale și martor, precum și reprezentarea grafică a acestora facilitează înțelegerea de către cititorul monografiei a rezultatelor obținute.

Concluziile și recomandările metodice sunt convingătoare, deoarece evidențiază o serie de legități cu caracter general, care funcționează în sistemul de recuperare și de reeducare a coordonării și echilibrului la persoanele cu dizabilități motrice în urma AVC și corespund obiectivelor cercetării.

**Doctor habilitat în pedagogie,
profesor universitar, USEFS**

Viorel Dorgan

**TEZE DE DOCTOR SUSȚINUTE ÎN CADRUL CONSILIULUI ȘTIINȚIFIC
SPECIALIZAT AL USEFS PE PARCURSUL ANULUI 2013**

Pe parcursul anului 2013, în cadrul Consiliul Științific Specializat al USEFS, au fost susținute disertații/teze de doctor pentru obținerea gradului științific de doctor în pedagogie la specialitatea 13.00.04 – Teoria și metodologia educației fizice, antrenamentului sportiv și culturii fizice de recuperare.

Conținutul integral al tezelor de doctor și al autoreferatelor poate fi consultat la Biblioteca USEFS, la Biblioteca Națională a RM și pe site-ul CNAA www.cnaa.md.

**INFLUENȚA MIJLOACELOR SPECIFICE ASUPRA DINAMICII FORMEI SPORTIVE A
HALTEROFILILOR DE PERFORMANȚĂ ÎN CICLUL ANUAL DE PREGĂTIRE**

Doctorand – Ulăreanu Marius-Viorel

Conducător științific – Jurat Valeriu, doctor în pedagogie, conferențiar universitar

Structura tezei: Introducere, 3 capitole, concluzii generale și recomandări, bibliografie - 232 surse citate, 141 pagini text de bază, 36 tabele, 2 scheme, 41 figuri, 9 formule și 21 de anexe. Rezultatele obținute sunt publicate în 20 lucrări științifice: sesiuni și conferințe internaționale și articole în reviste de specialitate.

Cuvinte-cheie: antrenament, competiție, efort, formă sportivă, mijloace, planificare, periodizare, pregătire fizică, pregătire tehnică, performanță.

Domeniul de studiu: pedagogie.

Scopul cercetării constă în eficientizarea aplicării mijloacelor specifice, care influențează dinamica formei sportive în pregătirea halterofililor de performanță.

Obiectivele lucrării:

1. Studiarea și analiza literaturii de specialitate privind pregătirea halterofililor de performanță.

2. Determinarea nivelului dezvoltării morfofuncționale, al dezvoltării fizice specifice și tehnice a halterofililor de performanță.

3. Elaborarea conținutului mijloacelor specifice pentru îmbunătățirea formei sportive a halterofililor de performanță în ciclul anual de pregătire.

4. Argumentarea experimentală a eficacității aplicării mijloacelor specifice, care acționează asupra dinamicii formei sportive în haltere de performanță.

Noutatea și originalitatea științifică a tezei constă în faptul că cercetarea în cauză își propune sistematizarea și eficientizarea aplicării mijloacelor specifice care determină dinamica formei sportive în pregătirea halterofililor de performanță.

Problema științifică actuală de importanță majoră în domeniu soluționată este aplicarea fișelor de antrenament în perioada unui macrociclu de pregătire a halterofililor de performanță incluși în lotul olimpic din România, în urma cărui fapt s-a obținut o dinamică evidentă a performanțelor sportive la concursurile de nivel național și internațional.

Semnificația teoretică a lucrării rezidă în restructurarea metodologică a sistemului de implementare a unor conținuturi argumentate științific și a planificării mijloacelor specifice în pregătirea halterofililor la nivel de mare performanță.

Valoarea aplicativă a lucrării o constituie posibilitatea aplicării metodologiei elaborate și a recomandărilor practico-metodice în procesul pregătirii halterofililor de performanță prin influența mijloacelor specifice asupra dinamicii formei sportive într-un ciclu anual de antrenament.

Implementarea rezultatelor științifice. Datele rezultate în urma investigării științifice au fost prezentate într-un șir de materiale științifice editate în culegerile conferințelor științifice naționale și internaționale din România și Moldova. Rezultatele pot fi utilizate în procesul de pregătire a halterofililor de performanță din loturile naționale, cluburi sportive, școli sportive de către specialiștii din domeniu, ca material științifico-metodic.

(Teza a fost susținută pe 27 decembrie 2012 în CȘS și aprobată de CNAA pe 14 iunie 2013)

OPTIMIZAREA PREGĂTIRII FUNCȚIONALE A STUDENTELOR ÎN CADRUL EDUCAȚIEI FIZICE UNIVERSITARE

Doctorandă – Sakizlian Monica-Cristina

Conducător științific – Scripcenco Constantin, doctor în pedagogie, conferențiar universitar

Structura tezei. Introducere, 3 capitole, concluzii și recomandări, bibliografie - 287 surse, 22 anexe, 147 text de bază, 56 figuri, 17 tabele cu rezultatele publicate în 23 lucrări științifice.

Cuvinte-cheie: lecție de educație fizică, studente, pregătire fizică generală, pregătire funcțională, sporturi aerobe, gimnastică aerobică.

Domeniul de studiu: pedagogie.

Scopul cercetării îl constituie perfecționarea procesului instructiv educativ la educație fizică prin aplicarea mijloacelor specifice gimnasticii aerobice cu studentele înscrise în primul an.

Obiectivele tezei: 1. Analiza literaturii de specialitate privind optimizarea pregătirii funcționale a studentelor. 2. Aprecierea nivelului antropometric și al pregătirii motrice și funcționale a studentelor. 3. Determinarea conținutului programei de studiu și a căilor de optimizare pentru pregătirea funcțională a studentelor din învățământul superior de neprofil. 4. Argumentarea experimentală a eficienței aplicării gimnasticii aerobice cu studentele din primul an de studiu.

Noutatea și originalitatea cercetării. Cercetarea în cauză își propune optimizarea pregătirii funcționale a studenților în cadrul educației fizice universitare prin practicarea gimnasticii aerobice. Elaborarea programei experimentale și a metodologiei de selectare și aplicare a mijloacelor specifice gimnasticii aerobice în cadrul lecției. Stabilirea mijloacelor pentru creșterea efortului fizic aplicându-se o dozare corespunzătoare pe veriga cardio din lecție.

Problema științifică importantă soluționată în domeniul cercetat, o constituie creșterea eficienței pregătirii funcționale a studenților, prin optimizarea eforturilor de antrenament din mijloacele gimnasticii aerobice.

Semnificația teoretică. Optimizarea procesului de educație fizică a studenților prin aplicarea mijloacelor specifice gimnasticii aerobice la lecțiile de educație fizică în vederea sporirii nivelului pregătirii funcționale a acestora.

Valoarea aplicativă a lucrării o constituie posibilitatea aplicării în practică a recomandărilor metodice privind sporirea nivelului pregătirii funcționale a studenților din învățământul superior de neprofil prin aplicarea mijloacelor specifice gimnasticii aerobice în cadrul educației fizice universitare.

Implementarea rezultatelor cercetării. Rezultatele cercetărilor științifice ce țin de optimizarea pregătirii funcționale a studenților în cadrul educației fizice universitare în învățământul superior au fost implementate în universitățile din București și Bacău.

(Teza a fost susținută pe 14 februarie 2013 în CȘS și aprobată de CNAA pe 21 iunie 2013)

PREGĂTIREA DE FORȚĂ A ALERGĂTOARELOR DE SEMIFOND (800m) ÎN ETAPA MĂESTRIEI SPORTIVE SUPERIOARE

Doctorandă – Ivan Paula

Conducător științific – Povestca Lazari, doctor în pedagogie, conferențiar universitar

Structura tezei: introducere, 3 capitole, concluzii și recomandări, bibliografia din 218 surse, 171 pagini, 125 pagini text de bază, 26 tabele, 9 figuri, 17 grafice, 7 anexe. Rezultatele sunt publicate în 12 lucrări științifice.

Cuvinte-cheie: forță, putere, forță de demaraj, antrenament sportiv, calități motrice, măiestrie sportivă superioară, optimizare, periodizare, semifond, pregătire fizică specială.

Domeniul de studiu: pedagogie.

Scopul cercetării constă în perfecționarea de mai departe a metodologiei pregătirii fizice speciale a alergătoarelor de semifond de performanță.

Obiectivele cercetării: studierea procesului de pregătire fizică specială a alergătoarelor de semifond de performanță; determinarea capacităților de forță care influențează performanța în proba de 800m, feminin; argumentarea experimentală a metodicii de pregătire fizică specială a



alergătoarelor semifondiste de performanță prin prisma optimizării dezvoltării principalelor capacități de forță.

Noutatea și originalitatea cercetării constă în perfecționarea sistemului eforturilor de antrenament prin prisma determinării și optimizării dezvoltării capacităților de forță de bază, necesare alergătoarelor de semifond (800m) de performanță. Pentru prima dată, a fost determinată forța diferiților mușchi, care participă în mișcările de alergare și legătura acesteia cu rezultatul competițional, iar pe această bază a fost elaborat sistemul pregătirii de forță și forță -viteză a alergătoarelor de semifond de performanță, într-un ciclu anual de antrenament.

Problema științifică actual de important majoră soluționată în cercetare constă în creșterea eficienței pregătirii fizice specifice a alergătoarelor de semifond (800m), prin prisma determinării și optimizării mijloacelor de antrenament destinate dezvoltării capacităților de forță de bază, care influențează performanța competițională a acestora.

Semnificația teoretică a cercetării rezultă atât din elaborarea și argumentarea sistemului pregătirii de forță și forță-viteză a alergătoarelor de semifond (800m) de performanță, cât și din implementarea structurii și conținutului programei anuale de pregătire în procesul de antrenament.

Valoarea aplicativă a rezultatelor cercetării constă în: elaborarea planurilor și a programelor de antrenament, a altor acte de planificare, în vederea pregătirii alergătoarelor de semifond (800m) de performanță, care pot fi folosite cu succes atât de antrenorii, care pregătesc sportivi de performanță, cât și de alți specialiști din domeniul atletismului.

Implementarea rezultatelor cercetărilor. Rezultatele cercetărilor au fost implementate în procesul de antrenament al alergătoarelor de semifond (800m) de performanță ale selecționatei României și ale cluburilor sportive din orașele București și Pitești.

(Teza a fost susținută pe 14 februarie 2013 în CȘS și aprobată de CNAA pe 21 iunie 2013)

OPTIMIZAREA SISTEMULUI EFORTURILOR DE ANTRENAMENT ÎNTR-UN CICLU ANUAL DE PREGĂTIRE A ALERGĂTORILOR DE 400m PLAT ÎN ETAPA ANTRENAMENTULUI APROFUNDAT (16-19 ANI)

Doctorandă – Albină Alina-Elena

Conducător științific – Poveșca Lazari, doctor în pedagogie, conferențiar universitar

Structura tezei: introducere, 3 capitole, concluzii și recomandări practice, bibliografie - 195 titluri, 10 anexe, 207 pagini, 123 pagini text de bază, 20 figuri, 38 tabele. Rezultatele sunt publicate în 11 lucrări științifice.

Cuvinte-cheie: optimizare a sistemului eforturilor de antrenament, proces de antrenament, metodologie de pregătire, caracteristici biomecanice, calități motrice, viteză, alergători, rezultate.

Domeniul de studiu: pedagogie.



Scopul cercetării: constă în perfecționarea sistemului eforturilor de antrenament, pentru dezvoltarea calităților motrice necesare alergătorilor de 400m plat, în etapa antrenamentului aprofundat.

Obiectivele cercetării: generalizarea abordărilor teoretice pe problema pregătirii fizice generale și speciale a alergătorilor de 400m plat; determinarea volumelor optimale ale mijloacelor de pregătire fizică, care influențează preponderent creșterea măiestriei sportive a alergătorilor de 400m plat; argumentarea corelării optimale a eforturilor de antrenament cu caracter preponderent diferit într-un ciclu anual de pregătire a alergătorilor de 400m plat în etapa antrenamentului aprofundat; scoaterea în evidență a particularităților modificărilor din dinamica caracteristicilor biomecanice ale tehnicii alergării pe distanța de 400m plat (analiza video).

Noutatea și originalitatea cercetării constă în optimizarea eforturilor de antrenament, prin folosirea celor mai adecvate mijloace și metode de pregătire necesare alergătorilor pe distanța de 400m plat, în etapa antrenamentului aprofundat (16-19 ani).

Problema științifică importantă soluționată în cercetare constă în stabilirea particularităților parametrilor biomecanici ai tehnicii alergării de 400m, scoaterea în evidență a segmentelor dificil de distanță, iar pe baza acestora sistematizarea adecvată a eforturilor de antrenament, care influențează rezultatul competițional.

Semnificația teoretică a cercetării: rezultă din elaborarea și argumentarea unui program de antrenament pentru atleții care practică proba de 400m plat, în etapa antrenamentului aprofundat (16-19 ani), în care au fost optimizate eforturile de antrenament în funcție de etapele din planul anual de antrenament.

Valoarea aplicativă a rezultatelor cercetării se caracterizează prin: alcătuirea planurilor, programelor și a celorlalte documente metodice de planificare pentru unitățile de învățământ cu program sportiv; planificarea sistemului de eforturi în antrenament într-un ciclu anual de pregătire a alergătorilor de 400m plat în etapa antrenamentului aprofundat (16-19 ani).

Implementarea rezultatelor cercetării. Rezultatele cercetărilor au fost aplicate în procesul de antrenament al alergătorilor de 400m plat și, de asemenea, în pregătirea specialiștilor din instituțiile de învățământ superior de profil.

(Teza a fost susținută pe 30 septembrie 2013 în CȘS și aprobată de CNAA pe 14 noiembrie 2013)

ESTIMAREA INFLUENȚEI DANSULUI SPORTIV ASUPRA DEZVOLTĂRII CAPACITĂȚILOR PSIHOMOTRICE LA JUNIORI I (12-13 ANI)

Doctorandă – Grigore Maria-Florica

Conducător științific – Grimalschi Teodor, doctor în pedagogie, profesor universitar

Structura tezei: Introducere, trei capitole, concluzii generale și recomandări, bibliografie din 261 titluri, 190 pagini, 135 text de bază, 25 tabele, 39 figuri, 16 anexe. Rezultatele obținute sunt publicate în 37 lucrări științifice.

Cuvinte-cheie: aptitudini psihomotrice, ideomotricitate, lateralitate, inteligență motrice, capacități coordinative, ritmicitate, simț kinestezic, antrenament de dans sportiv, vârsta junioratului.

Domeniul de studiu: pedagogie.

Scopul și obiectivele lucrării. Scopul cercetării constă în modernizarea procesului de antrenament prin abordarea metodologiei de estimare a influenței dansului sportiv asupra dezvoltării capacităților psihomotrice la vârsta juniorilor I.

Obiectivele lucrării: 1. Studiarea și analiza datelor literaturii speciale referitoare la valoarea antrenamentului sportiv în dezvoltarea capacităților psihomotrice solicitate în dansul sportiv; 2. Identificarea nivelului de dezvoltare a capacităților psihomotrice ale dansatorului junior I (12-13 ani); 3. Elaborarea modulelor de acționare specifice antrenamentului de dans sportiv destinate dezvoltării capacităților psihomotrice ale dansatorilor juniori I de 12 - 13 ani; 4. Argumentarea teoretică și experimentală a metodologiei de estimare a influenței dansului sportiv asupra dezvoltării capacităților psihomotrice la juniori I și calității execuției artistice.

Noutatea și originalitatea științifică rezidă din stabilirea unor categorii de compoziții diversificate care să influențeze pozitiv capacitățile psihomotrice ale dansatorului, identificarea structurii antrenamentului sportiv la juniori I care să permită aplicarea mijloacelor specifice de pregătire psihomotrică ale căror efecte să întregească repertoriul motric al dansatorului și să contribuie la creșterea dificultății și acurateței tehnice, a valorii artistice a execuției de concurs și a simțului kinestezic.

Problema științifică importantă soluționată în domeniul dansului de performanță, o constituie integrarea dimensiunilor antrenamentului sportiv al dansatorilor de 12 – 13 ani în scopul îmbunătățirii mecanismului dezvoltării capacităților psihomotrice, ca premisă a exploatării la maximum a potențialului sportivilor și a optimizării capacității de performanță.

Semnificația teoretică se desprinde din analiza capacităților psihomotrice și a solicitărilor specifice dansului sportiv, din dimensionarea particularităților de vârstă ale juniorului I și a relației acestora cu capacitatea de performanță a dansatorului, din conceperea și argumentarea metodologiei de dezvoltare a componentei psihomotrice în dansul sportiv.

Valoarea aplicativă a lucrării este oferită de: eșalonarea secvențelor specifice de exersare a componentelor dansului sportiv în dezvoltarea capacităților psihomotrice; combinarea mijloacelor de pregătire psihomotrică cu alte componente ale dansului sportiv și suprapunerea acestora cu conținutul antrenamentului clasic din dans, întâlnit la vârsta juniorului I în planul obținerii unor performanțe superioare.

Implementarea rezultatelor științifice. Metodologia de estimare a valorilor de influență a dansului sportiv asupra dezvoltării capacităților psihomotrice a juniorilor I (12-13 ani) a fost



implementată în sistemul de pregătire artistică-sportivă a dansatorilor din cluburile de dans sportiv din București, Galați, Craiova, Constanța, Republica Moldova și a constituit materiale metodico-științifice în pregătirea specialiștilor de dans sportiv în instituțiile de învățământ superior la disciplinele: „Gimnastică ritmică și dans”, „Teoria și metodică ramurilor sportive alese – dans sportiv”.

(Teza a fost susținută pe 30 septembrie 2013 în CȘS și aprobată de CNAA pe 14 noiembrie 2013)

FORMAREA COMPETENȚELOR DE EDUCAȚIE FIZICĂ ÎN BAZA Operaționalizării Obiectivelor Pedagogice la Nivelul Treptei Gimnaziale

Doctorand – Grif Manuel-Olavi

Conducător științific – Grimalschi Teodor, doctor în pedagogie, profesor universitar

Structura tezei: Introducere, trei capitole, concluzii generale și recomandări, bibliografie din 224 titluri, 208 pagini, dintre care 127 - text de bază, 14 tabele, 39 figuri și 27 anexe. Rezultatele obținute sunt publicate în 12 lucrări științifice.

Cuvinte-cheie: învățământ gimnazial, curriculum școlar, produse curriculare, unitate de învățare, operaționalizare a obiectivelor, priceperi și deprinderi motrice, calități și capacități, competențe specifice.

Domeniul de studiu: pedagogie.

Scopul cercetării: stabilirea fundamentelor teoretice și metodologice ale operaționalizării obiectivelor de formare a competențelor în educația fizică la nivelul treptei gimnaziale.

Obiectivele lucrării: 1. Studiarea bazelor teoretice și metodologice ale conținutului învățării educației fizice la nivelul treptei gimnaziale. 2. Stabilirea metodologiei de proiectare a obiectivelor operaționale de formare a competențelor în activitatea de predare-învățare a conținuturilor didactice la nivelul unităților de învățare. 3. Elaborarea și verificarea experimentală a metodologiei de operaționalizare a obiectivelor de formare a competențelor în raport cu performanțele școlare. 4. Argumentarea metodologiei operaționalizării obiectivelor de formare a competențelor la nivelul unităților de învățare în treapta învățământului gimnazial.

Noutatea și originalitatea științifică constă că în procesul de instruire sunt reajustate valorile educaționale ale proiectării unităților de învățare centrate pe elev în baza metodologiei operaționalizării obiectivelor concrete de formare a competențelor în relație cu cerințele actuale ale sistemului de învățământ curricular.

Problema științifică importantă soluționată în domeniu o reprezintă formarea competențelor de educație fizică ale elevilor treptei gimnaziale în baza elaborării unităților de



învățare și a aplicării în procesul instructiv-educativ a metodologiei de operaționalizare a obiectivelor pedagogice de eficientizare a învățării.

Semnificația teoretică constă în identificarea mijloacelor și metodelor de operaționalizare a obiectivelor pedagogice integrate în cadrul competențelor-cheie, competențelor specifice, care pot fi implementate în procesul instructiv-educativ la nivelul unităților de învățare.

Valoarea aplicativă a lucrării este determinată de structura și conținutul metodologic al unităților de învățare elaborate prin operaționalizare și care pot fi aplicate în mod diferențiat în sistemul de învățământ gimnazial centrat pe elev.

Implementarea rezultatelor științifice. Rezultatele cercetărilor s-au implementat în cadrul cursurilor metodice ale cadrelor didactice din școala generală nr. 11 “Mihai Eminescu” din Pitești și școlii generale nr. 29 din Brașov, România și în cadrul cursurilor teoretice și practico-metodice privind instruirea studenților facultății de educație fizică și sport a Universității din Pitești la disciplinele “Gimnastică”, “Atletism” și “Jocuri sportive”.

(Teza a fost susținută pe 31 octombrie 2013 în CȘS și aprobată de CNAA pe 18 decembrie 2013)

INFLUENȚA MIJLOACELOR SPECIFICE ARTELOR MARȚIALE KARATE-DO SHOTOKAN ASUPRA DINAMICII CALITĂȚILOR MOTRICE LA STUDENȚII INSTITUȚIILOR DE NEPROFIL

Doctorand – Leștaru Marius-Cătălin

Conducător științific – Carp Ion, doctor în pedagogie, conferențiar universitar

Structura tezei: introducere, 3 capitole, concluzii, recomandări practice, bibliografie – 209 surse citate, 196 pagini, 139 pagini text de bază, 14 tabele, 74 figuri și 22 anexe. Rezultatele obținute sunt publicate în 17 lucrări științifice.

Cuvinte-cheie: calități motrice, eficientizare, proces instructiv-educativ, algoritmi, mijloace specifice karate do Shotokan, învățământ universitar de neprofil, dinamica dezvoltării calităților motrice, deprinderi și priceperi motrice specifice karate do.

Domeniul de studiu: pedagogie.

Scopul cercetării îl constituie perfecționarea și argumentarea științifică a eficacității mijloacelor specifice luptei marțiale karate do Shotokan asupra dinamicii de dezvoltare a calităților motrice în cadrul procesului instructiv-educativ de educație fizică din învățământul superior de neprofil.

Obiectivele tezei sunt: 1. Studiarea literaturii de specialitate referitoare la căile actuale de perfecționare a calităților motrice prin mijloacele specifice karate do Shotokan la studenții instituțiilor de neprofil. 2. Determinarea nivelului pregătirii fizice și a motivației studenților



Universității din București pentru practicarea disciplinei karate do Shotokan la orele de educație fizică. 3. Elaborarea și aprobarea conținutului programării de tip instructive la disciplina „Educația fizică” în baza mijloacelor specifice din karate do Shotokan. 4. Argumentarea experimentală a eficacității metodicii dezvoltării calităților motrice și a deprinderilor tehnice specifice la studenții instituțiilor de neprofil prin mijloacele specifice karate do Shotokan.

Noutatea și originalitatea științifică a cercetării este determinată de necesitatea elaborării și optimizării tehnologiei de acțiune pozitivă asupra procesului de dezvoltare a calităților motrice prin aplicarea unor mijloace specifice karate do Shotokan în cadrul lecțiilor de educație fizică cu studenții universităților de neprofil.

Problema științifică importantă soluționată în domeniul cercetat o constituie folosirea eficientă a unor forme diversificate de exersare și selectare a mijloacelor specifice procesului de dezvoltare a calităților motrice la studenții instituțiilor de neprofil în cadrul lecțiilor de educație fizică prin intermediul elementelor tehnice din karate do Shotokan, precum și argumentarea metodologiei de aplicare a acestora.

Semnificația teoretică a cercetării rezidă în elaborarea științifică și argumentarea metodologică a procesului de dezvoltare a calităților motrice combinate la studenții instituțiilor de neprofil, în planificarea mijloacelor specifice care vor influența pozitiv perfecționarea priceperilor și deprinderilor motrice caracteristice luptei marțiale karate do Shotokan

Valoarea aplicativă a lucrării constă în faptul că rezultatele cercetărilor pot fi folosite cu nstruc în cadrul lecțiilor de educație fizică în scopul eficientizării procesului de dezvoltare a calităților motrice, precum și pentru sporirea interesului studenților pentru practicarea disciplinei karate do Shotokan.

Implementarea rezultatelor cercetării. Rezultatele cercetării au fost aprobate și implementate în procesul de instruire la disciplina „Educația fizică” în cadrul Universității din București și în cadrul cluburilor sportive de karate do. Ele pot fi utilizate în calitate de recomandări metodice în cadrul procesului instructiv-educativ al instituțiilor de educație fizică, în universitățile de neprofil și în cluburile sportive pentru a influența pozitiv asupra dinamicii calităților motrice la studenți.

(Teza a fost susținută pe 31 octombrie 2013 în CȘS și aprobată de CNAA pe 18 decembrie 2013)

Rubrică îngrijită de Lungu Ecaterina, doctorandă, USEFS

Nr. 13/1 – 2013

*CUPRINS**Antrenament sportiv*

<i>Albină A.</i>	Analiza opiniilor specialiștilor privind metodologia de pregătire specifică a alergătorilor de 400m plat	5
<i>Erhan E. Deleu I.</i>	Studiul unor parametri morfofuncționali cardiovasculari la sportivii-înotători de performanță	10
<i>Tăbîrța V.</i>	Pregătirea de forță-viteză a rugbiștilor de performanță prin aplicarea aparatelor ajutătoare	20
<i>Tohănean D.</i>	Analiza comparativă a profilurilor de emisfericitate (masculin și feminin) pentru selecția în jocul de handbal	25
<i>Демченко П. Манолаки В.</i>	Особенности оценки формирования симметричного характера двигательных проявлений и приемов в дзюдо на начальном этапе спортивного совершенствования	30
<i>Дорошенко Э. Сушко Р.</i>	Оценка эффективности и модельные характеристики технико-тактических действий высококвалифицированных баскетболисток (на примере игрового амплуа – «центральной»)	34
<i>Мишук Д.</i>	Особенности психоэмоциональной устойчивости в игровых видах спорта (на примере волейбола)	40
<i>Побурный П.</i>	Экспериментально-аналитические исследования развития специальной силовой подготовки гребцов	46
<i>Савина К. Сышко Д. Горбачева Е.</i>	Влияние вестибулярных раздражений на процессы микрогемодинамики в коже у спортсменов	54
<i>Степанов В.</i>	Характеристика тренировочного процесса и динамика физической подготовленности футболистов высокой квалификации на этапах соревновательного периода	61

Educație fizică

<i>Grif M.</i>	Studiu privind eficiența aplicării obiectivelor operaționale de formare a competențelor psihomotrice specifice atletismului	69
<i>Мруц И.</i>	Исследование суточного объема двигательной активности учащихся 12-15 лет (5-8 класс)	74

Recuperare

<i>Cojocari D.</i>	Antrenarea echilibrului în recuperarea activităților psihomotrice prin tehnici de biofeedback stabilografic la persoanele cu hemipareză post-AVC	78
<i>Зора Е.</i>	Особенности психологического восстановления спортсменов, получивших физическое повреждение	85

Nr. 14/2 - 2013

CUPRINS***Pregătire profesională***

<i>Juravle M.</i>	Analiza programei experimentale de formare a competențelor cognitive în cadrul disciplinei „Pregătire sportivă teoretică”	4
<i>Luca A.</i>	Motivația studenților alolingvi ai USEFS pentru învățarea limbii române	7
<i>Mihalache G. Jurat V.</i>	Studiu privind dezvoltarea unei strategii specifice de practicare liberă și independentă a exercițiilor fizice specifice artelor marțiale în învățământul academic militar	14
<i>Афтимичук О.</i>	Музыкально-ритмическое воспитание в системе профессиональной педагогической и спортивной подготовки	22

Antrenament sportiv

<i>Simion G.</i>	Optimizarea randamentului de joc în atac prin dezvoltarea rezistenței specifice jocului de fotbal la juniori de 17-18 ani	29
<i>Tăbîrța V.</i>	Influența aplicării aparatelor ajutătoare asupra acțiunilor de joc ale rugbiștilor de performanță	37
<i>Козлова Е.</i>	Современная система соревнований в условиях профессионализации легкоатлетического спорта	46
<i>Мазин В.</i>	Рейтинг мотивов спортивной деятельности воспитанников ДЮСШ	54
<i>Мокроусов-Кучук Е. Демченко П.</i>	Социологическое исследование состояния и совершенствования начального спортивного отбора детей для настольного тенниса в Республике Молдова на современном этапе	62
<i>Сосина В. Ленишин В.</i>	Анализ показателей специальной физической подготовленности гимнасток высокой квалификации в групповых упражнениях художественной гимнастики	68
<i>Synytsya S. Khomenko P. Synytsya T.</i>	Technical characteristics of the movements of classical aerobics for optimization technique and prevention of traumatism in the process of activity	76

Educație fizică

<i>Marinescu S.</i>	Dinamica pregătirii tehnice a elevilor cuprinși în activități sportive extracurriculare - baschet	81
<i>Ротерс Т.</i>	Ритм в контексте взаимодействия физического и эстетического воспитания	86

Recreație

<i>Андреева О.</i>	Свободное время и общекультурные интересы, как условия развития рекреационной деятельности разных групп населения	91
<i>Бондарь Т.</i>	Задействованность подростков в разных видах двигательной активности	101

Nr. 15/3 – 2013

CUPRINS

<i>Buftea V.</i>	Fenomenul combaterii supraponderabilității în fitnessul asanativ.	5
<i>Buftea I.</i>		
<i>Craijdan O.</i>	Educarea capacităților coordinative la etapa inițială a pregătirii sportive în gimnastica ritmică	10
<i>Aftimiciuc O.</i>		
<i>Filipenco E.</i>	Analiza de corelație a indicilor pregătirii profesionale a studenților facultății de pedagogie la disciplina „Didactica gimnasticii I”	19
<i>Moga C.</i>		
<i>Boiachin A.</i>	Delimitări conceptuale și metodologia de elaborare a standardelor curriculare universitare specifice gimnasticii	25
<i>Grimalschi T.</i>		
<i>Juravle M.</i>	Particularitățile „blocului-funcțional” al relației cauză-efect în cadrul experimentului pedagogic	30
<i>Moga C.</i>	Metodica formării capacităților de diferențiere a parametrilor spațio-temporali ai mișcărilor în antrenamentul gimnaștilor pe trambulină	32
<i>Pîrlog N.</i>	Formarea eleganței artistice în baza dezvoltării capacității de răsucire a segmentelor articulare la gimnastele de 6-8 ani	40
<i>Rîșneac E.</i>	Dezvoltarea capacităților motorice și a calităților fizice ale elevelor claselor primare prin aplicarea mijloacelor aquaaerobicii	44
<i>Tomșa N.</i>	Metodologia sporirii eficacității lecțiilor de gimnastică	47
<i>Афтимичук О.</i>	Уровень подготовленности фитнес тренера к профессиональной деятельности в системе оздоровительных занятий	50
<i>Борисова Ю.</i>	Усовершенствование методики обучения модальным элементам художественной гимнастики (на примере прыжка «жете ан турнан»)	59
<i>Федоряка А.</i>		
<i>Гаркуша С.</i>	Использование современных фитнес-технологий в двигательной подготовке студентов	64
<i>Редько Т.</i>		
<i>Носко Ю.</i>	Фитнес против старения. Авторская программа 50+	69
<i>Лисицкая Т.</i>		
<i>Лядская О.</i>	Особенности проведения занятий по фитбол-аэробике и фитбол-гимнастике	73
<i>Власюк Е.</i>		
<i>Новикова Л.</i>	Психологическая подготовка юных гимнасток к выполнению бросковых элементов без визуального контроля в групповых упражнениях	77
<i>Протасова К.</i>		
<i>Руда И.</i>	Оптимальное развитие гибкости как способ предупреждения травм и нарушений опорно-двигательного аппарата в художественной гимнастике	80
<i>Соколенко Е.</i>	Значение и место ритмической гимнастики в процессе воспитания детей дошкольного возраста с нарушением слуха	85
<i>Шупилова С.</i>	Специфика спортивно-хореографической подготовки в парной гимнастической аэробике	90
<i>Varia</i>		95

Nr. 16/4 – 2013

CUPRINS

	<i>Pregătire profesională</i>	
<i>Calugher V.</i>	Ghidul de practică la specialitatea <i>Educație fizică și sport</i> , bază a formării competențelor profesionale solicitate de piața muncii	5
	<i>Antrenament sportiv</i>	
<i>Rîșneac B.</i> <i>Onoi M.</i>	Modelarea procesului de antrenament al turiștilor de 13-14 ani în proba de orientare sportivă (etapa pregătitoare)	13
<i>Urichianu A.</i>	Antrenamentul musculaturii respiratorii în canotaj – efecte asupra mecanicii respirației și implicații în performanța sportivă	18
<i>Urichianu A.</i>	Eficacitatea aplicării modelului de pregătire pe ergometru a canotorilor juniori de 16 – 18 ani în procesul de antrenament și competiții	25
<i>Деркаченко В.</i>	Особенности тренировочных нагрузок и технико-тактического мастерства кикбоксеров тяжелых весовых категорий	31
<i>Мокроусов-Кучук Е.</i>	Модель программы начального спортивного отбора детей для занятий настольным теннисом	37
<i>Мокроусов-Кучук Е.</i>	Экспериментальное обоснование начального отбора девочек 7-8 лет для настольного тенниса по критериям наследственных признаков физического развития и психодвигательных проявлений	46
	<i>Educație fizică</i>	
<i>Carp I.</i> <i>Cozmei G.</i>	Dinamica indicilor somatici ai elevilor ciclului primar în cadrul procesului didactic la disciplina „Educație fizică”	51
<i>Lupuleac V.</i> <i>Demcenco P.</i> <i>Goncearuc S.</i> <i>Prodan A.</i>	Studiu sociologic privind rolul educației fizice în corectarea disgrafiei la elevii claselor primare	56
<i>Miron S.</i> <i>Povestca L.</i> <i>Iliin G.</i>	Estimarea stării de sănătate a studenților din învățământul medico-farmaceutic superior din Republica Moldova	61
<i>Галаманжук Л.</i>	Особенности развития психических функций, связанных с познавательными процессами, у девочек 4–5 лет с различной направленностью мануальной двигательной асимметрии	67
<i>Клюс А.</i>	Динамика показателей физического состояния 7-летних детей в течение второго года обучения в общеобразовательном учреждении	74
<i>Мазур В.</i>	Особенности морфофункциональных показателей учащихся 5–9 классов, отнесенных по состоянию здоровья к специальной медицинской группе	81
	<i>Recreație</i>	
<i>Беляк Ю.</i>	Сущность и особенности технологического подхода в сфере оздоровительного фитнеса	87
	<i>Varia</i>	
	Apariții editoriale	92
	Teze de doctor susținute în cadrul Consiliului Științific Specializat al USEFS pe parcursul anului 2013	95

