

EFFECTIVENESS OF THE MEANS USED TO DEVELOP COORDINATION ABILITIES IN THE OPTIONAL ACTIVITIES AT PRE-SCHOOL (KINDERGARTEN)

EFICIENȚA MIJLOACELOR UTILIZATE PENTRU DEZVOLTAREA CAPACITĂȚILOR COORDINATIVE ÎN ACTIVITĂȚILE OPȚIONALE LA CICLUL PREȘCOLAR (GRĂDINIȚĂ)

Anca Maria SABĂU*

Universitatea din Oradea, Facultatea de Geografie Turism si Sport,
e-mail: sabauancamaria@yahoo.com

Alexandra Florentina BOLDOR

Universitatea din Oradea, Facultatea de Geografie Turism si Sport

Abstract: The need to accelerate the formative character of the educational process in the kindergarten is evident in that: if the school is concerned with the training of future adults to develop harmoniously in theory, intellectually and morally, the success depends on the beginning conducted in kindergarten, preschool which represent a maximum responsiveness that obliges concerns for an early formative process.

We addressed this topic because through certain methods and techniques applied both in the activities conducted and the free creative activities, it has been pursued the gain of new knowledge and especially increasing knowledge transmitted to prepare preschool children for school. The means used in optional lessons such as: dynamic games, relays, harmonious physical development exercises, dance steps etc., led to the development of coordination abilities. We can support this conclusion by following the applicable test results. An increase in the values at the final testings were observed.

Key words: children, kindergarten, exercises, games

Rezumat: Necesitatea accentuării caracterului formativ al procesului instructiv-educativ din grădiniță reiese din faptul că: dacă școala este preocupată de formarea viitorilor adulți dezvoltăți armonios pe plan teoretic, intelectual, moral, reușita depinde de începutul realizat în grădiniță, vârstă preșcolară reprezentând maximă receptivitate care obligă preocupări pentru un proces formativ timpuriu.

Am abordat această temă deoarece prin anumite metode și tehnici aplicate atât în cadrul activităților dirijate, cât și în cadrul activităților liber creative, s-a urmărit atât însușirea de noi cunoștințe cât mai ales consolidarea cunoștințelor transmise în vederea pregătirii copilului preșcolar pentru școală. Astfel, mijloacele utilizate în lecțiile cu caracter opțional cum ar fi: jocurile dinamice, ștafetele, exercițiile de dezvoltare fizică armonioasă, pașii de dans, au dus la dezvoltarea capacităților coordinative. Această concluzie o putem susține în urma rezultatelor obținute la testările aplicate observându-se o creștere a valorilor înregistrate la testările finale.

Cuvinte cheie: copii, grădiniță, exerciții, jocuri.

* Corresponding Author

* * * * *

INTRODUCERE

Să facem din mișcarea fizică o bucurie, o dorință, o necesitate!

Să-i ajutăm pe copii să descopere și să înțeleagă frumusețea mișcării, să dorească să atingă perfecțiunea în executarea ei și să înfăptuiască ceea ce este frumos. Preocuparea noastră pentru întărirea sănătății și creșterea capacității de muncă fizică și intelectuală a copiilor trebuie să se îndeplinească cu trezirea interesului lor de a practica sistematic exercițiile fizice pe tot parcursul vieții. Dorința lor de a-i imita pe cei mari, hărnicia acestora în muncă, vitejia lor, frumosul în mișcare să contribuie la educarea voinței și formarea caracterului ferm.¹

Jocurile ocupă o parte din timpul liber al omului și devin activități libere sau organizate prin intermediul cărora se stabilesc anumite cerințe psihologice interne, dar care la rândul lor creează o stare stenică de bună dispoziție, un tonus afectiv sănătos.²

IPOTEZA

Ipoteza lucrării pornește de la ideea că, mijloacele utilizate în activitatea opțională pot determina educarea dezvoltării capacității coordinative: coordonare intersegmentară, ritmicitate, orientare în spațiu și simțul preciziei, urmărindu-se totodată atât însușirea de noi cunoștințe cât mai ales consolidarea cunoștințelor transmise în vederea pregătirii copilului preșcolar pentru școală.

MATERIALE ȘI METODE

Experimentul s-a desfășurat la Grădinița Nr. 34 din Oradea, în cadrul lecțiilor cu caracter opțional, pe o perioadă de 8 luni. Copiii care au luat parte la experiment au vârste cuprinse între 5- 6 ani (grupa mare) fiind în număr de 13, dintre care 7 fete și 6 băieți. Lecțiile opționale s-au desfășurat de 2 ori/ săptămână cu o durată de 30 min./ lecție.

Metoda studiului bibliografic (documentarea), metoda experimentului, metoda observației, metoda interpretării statistico-matematice, metoda măsurării rezultatelor obținute și a testelor

Testele utilizate în cercetare au fost pentru orientarea în spațiu, ritmicitate, coordonare și aruncarea la țintă .

1. Testul pentru orientarea în spațiu:

Din stând cu fața spre o linie trasată pe sol, s-au executat 3 întoarceri de câte 360° prin pași mici succesivi, după care a urmat o deplasare prin mers pe linia trasată. S-au penalizat de la 1-6 devierile la stânga sau dreapta de la linia trasată.

Tabel nr. 1 – Scalarea punctajului

SCALAREA PUNCTAJULUI	
Nr. Devieri	Punctaj
1	10
2	8
3	6

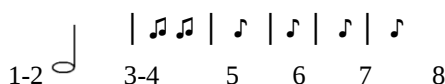
¹ Eugenia Barcan Ticaliuc – Exerciții și jocuri pentru preșcolari, Editura Sport – Turism, 1976

² Dana Cristea, Mihai Ille, Anca Sabău - Jocuri dinamice, Editura Universității din Oradea, 2002

4	4
5	2
6	0

2. Testul pentru ritmicitate:

Se dă o temă ritmică în măsură 2/4. Se execută lovirea palmelor în raport cu durata valorilor notelor. Se demonstrează de trei ori, apoi se înregistrează punctajul obținut de elevi în redarea temei ritmice, în raport cu numărul de repetări până la execuția corectă.



Tabel nr. 2 – Scalarea punctajului

SCALAREA PUNCTAJULUI	
Nr. Repetări	Punctaj
1	10
2	8
3	6
4	4
5	2
6	0

3. Testul pentru coordonare:

S-a explicat și s-a demonstrat o singură dată următorul exercițiu:

P.I. Stând:

1. Prin săritură trecere în stând depărtat cu ridicarea brațelor lateral;
2. Prin săritură trecere în stând cu ducerea brațelor înainte;
3. Săltare înainte pe ambele picioare cu ducerea mâinilor pe șold;
4. Săltare înapoi pe ambele picioare;
5. Prin săritură trecere în stând depărtat antero-posterior, piciorul drept înainte și ridicarea brațelor lateral;
6. Prin săritură trecere în stând cu ducerea mâinilor pe șold;
7. Prin săritură trecere în stând depărtat antero-posterior, piciorul stâng înainte și ridicarea brațelor lateral;
8. Revenire în P.I.

Tabel nr. 3 - Scalarea punctajului

SCALAREA PUNCTAJULUI	
Nr. Repetări	Punctaj
1	10
2	8

3	6
4	4
5	2
6	0

4. Testul pentru aruncarea la țintă:

S-a folosit o găleată și 5 mingi de padel. Pe rând, fiecare copil a aruncat cu câte o minge în găleată de la o distanță de 2 m față de aceasta. Punctajul a fost obținut în funcție de câte mingi au intrat în galeată, fiecare copil având 5 încercări.

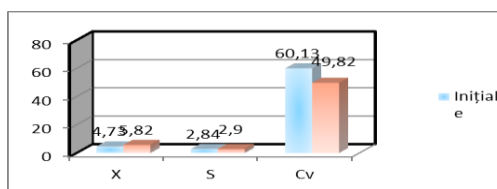
Tabel nr. 4 - Scalarea punctajului

SCALAREA PUNCTAJULUI	
Nr. Reușite	Punctaj
5	10
4	8
3	6
2	4
1	2

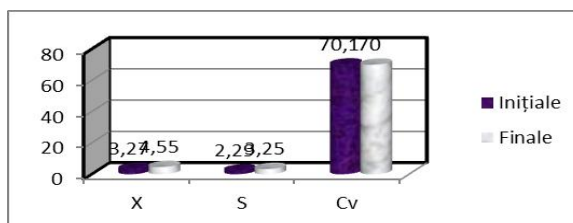
REZULTATE

1. Testul pentru orientarea în spațiu:

Grupa experiment a înregistrat o medie inițială de 4,73 și finală de 5,82 la fete, iar la băieți 3,27 inițial și 4,55 final. Se observă o creștere de 1,09 la fete și 1,28 la băieți. Abaterea standard a fost inițial de 2,84 la fete și 2,29 la băieți, iar în final de 2,9 la fete și 3,25 la băieți. Coeficientul de variabilitate a înregistrat progrese de 10,31 la fete și 0,1 la băieți, ajungând de la 60,13 la 49,82 la fete și de la 70,1 la 70 la băieți.



Grafic nr. 1 – Reprezentarea grafică a datelor obținute la testele inițiale și finale – FETE



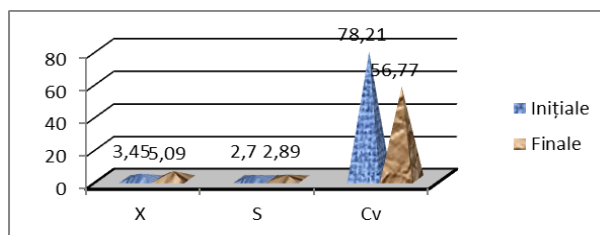
Grafic nr. 2 - Reprezentarea grafică a datelor obținute la testele inițiale și final – BĂIEȚI

2. Testul pentru ritmicitate:

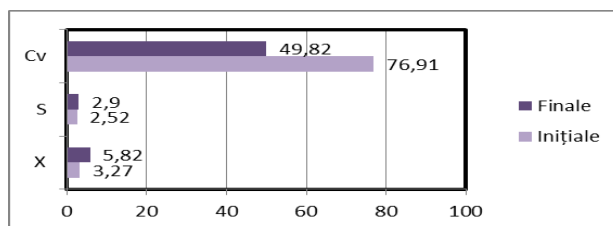
Grupa experiment a înregistrat o medie inițială de 3,45 și finală de 5,09 la fete, iar la băieți 3,09 inițial și 4,55 final. Se observă o creștere de 1,64 la fete și 1,46 la băieți.

Abaterea standard a fost inițial de 2,7 la fete și 3,39 la băieți, iar în final de 2,89 la fete și 3,48 la băieți.

Coeficientul de variabilitate a înregistrat progrese de 21,44 la fete și 33,3 la băieți, ajungând de la 78,21 la 56,77 la fete și de la 109,78 la 76,48 la băieți.



Grafic nr. 3 – Reprezentarea grafică a datelor obținute la testele inițiale și finale – FETE



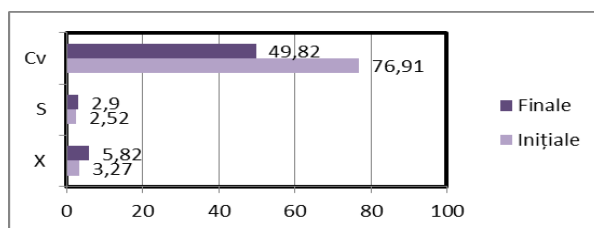
Grafic nr. 4 – Reprezentarea grafică a datelor obținute la testele inițiale și finale – BĂIEȚI

3. Testul pentru coordonare:

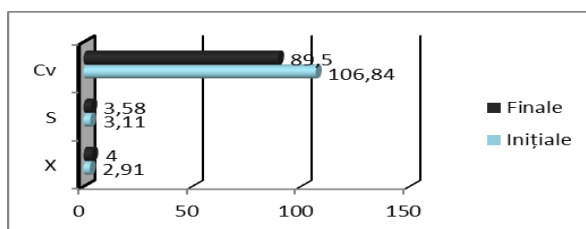
Grupa experiment a înregistrat o medie inițială de 3,27 și finală de 5,82 la fete, iar la băieți 2,91 inițial și 4 final. Se observă o creștere de 2,55 la fete și 1,09 la băieți.

Abaterea standard a fost inițial de 2,52 la fete și 3,11 la băieți, iar în final de 2,9 la fete și 3,58 la băieți.

Coeficientul de variabilitate a înregistrat progrese de 27,09 la fete și 17,34 la băieți, ajungând de la 76,91 la 49,82 la fete și de la 106,84 la 89,5 la băieți.



Grafic nr. 5 - Reprezentarea grafică a datelor obținute la testele inițiale și finale
– FETE



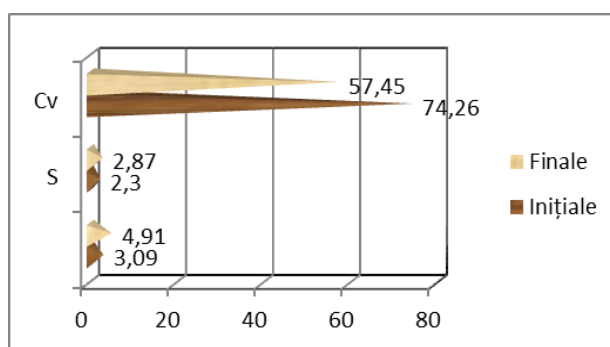
Grafic nr. 6 - Reprezentarea grafică a datelor obținute la testele inițiale și finale
– BĂIEȚI

4. Testul pentru aruncarea la țintă:

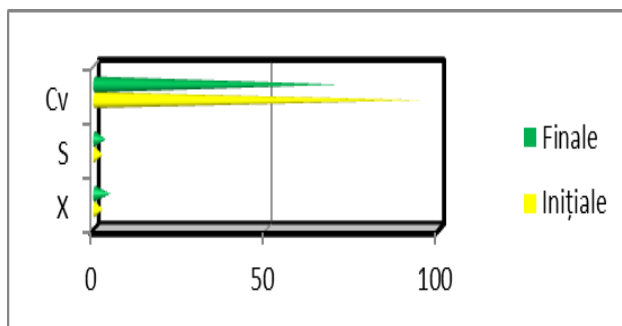
Grupa experiment a înregistrat o medie inițială de 3,09 și finală de 4,91 la fete, iar la băieți 2,36 inițial și 4,55 la final. Se observă o creștere de 1,82 la fete și 2,19 la băieți.

Abaterea standard a fost inițial de 2,3 la fete și 2,25 la băieți, iar în final de 2,87 la fete și 3,25 la băieți.

Coeficientul de variabilitate a înregistrat progrese de 16,81 la fete și 23,76 la băieți, ajungând de la 74,26 la 57,45 la fete și de la 95,18 la 71,42 la băieți.



Grafic nr. 7 - Reprezentarea grafică a datelor obținute la testele inițiale și finale – FETE



Grafic nr. 8 - Reprezentarea grafică a datelor obținute la testele inițiale și finale – BĂIEȚI

CONCLUZII

Activitățile desfășurate în grădiniță dezvoltă copiilor spiritul de observație și de investigație, cultivând imaginația, gândirea creatoare, orientează activitatea psihică, disciplinează conduita și contribuie la formarea rapidă și eficientă a mecanismelor psihice, care înlesnesc și condiționează învățarea, munca, fiind necesare la intrarea copilului preșcolar în școală.

Prin joc copilul are posibilitatea de a fi mai degrabă un inițiator în propria sa lume decât o persoană manipulată și disciplinată. Jocurile desfășurate în grădiniță contribuie la creșterea capacității fizice și intelectuale a copiilor, la dezvoltarea lor armonioasă, deoarece stimularea practicării activității fizice este un obiectiv prioritar, iar succesul în atingerea sa este o garanție pentru sănătatea viitoare.

Pașii de dans dezvoltă copiilor coordonarea și precizia mișcărilor, fiind totodată un mijloc eficace pentru educarea mișcării expresive, executată în strânsă legătură cu caracterul muzicii.

Practicarea exercițiilor fizice influențează favorabil activitatea tuturor aparatelor și sistemelor organismului contribuind la formarea și perfecționarea mișcărilor coordonate, a orientării în spațiu și timp, la dezvoltarea calităților motrice și formarea deprinderii copilului de a acționa organizat, disciplinat.

Toate mijloacele utilizate în lecțiile cu caracter opțional au dus la dezvoltarea capacităților coordinative. Această concluzie o putem susține în urma rezultatelor obținute la testările aplicate observându-se o creștere a valorilor înregistrate la testările finale.

În consecință putem spune că pe lângă activitățile desfășurate în mediul familial, grădinița este instituția în care copiii pot să-și satisfacă dorința de mișcare, locul unde se realizează exercițiile și jocurile necesare pentru dezvoltarea lor fizică, urmărindu-se totodată însușirea de noi cunoștințe cât și consolidarea cunoștințelor transmise în vederea pregătirii copilului preșcolar pentru școală.

BIBLIOGRAFIE

- Dana Cristea, Ilie M., Anca Sabău(2002),*Jocuri dinamice*, Universitatea din Oradea, Facultatea de Educație Fizică și Sport
- Emilia Ivan (1976), *Educația Fizică în grădinițe*, Ediția a II- a revăzută, Editura Sport – Turism
- Eugenia Barcan Ticaliuc (1976), *Exerciții și jocuri pentru preșcolari*, Editura Sport – Turism
- Georgeta Chiriță (1983), *Educație prin jocuri de mișcare*, Editura Sport-Turism, Galați
- G. Dragomirescu, S. Kun, El. Bojin (1964), *Educația Fizică în grădinița de copii - îndrumări metodice*, Editura Didactică și Pedagogică, București

Virgil T. (1999), *Capacitățile condiționale, coordinative și intermediare – componente ale capacității motrice*, Editura Coresi, București
<http://www.scribub.com/profesor-scoală/LUCRARE-DE-LICENȚĂ-MODALITĂȚI-214181187.php>
<http://www.răsfoiesc.com/educație/didactică/grădiniță/Jocul-de-mișcare-la-copiii-pre48.php>
<http://www.scribd.com/doc/36494525/Creativitate-Și-Joc-La-Vârstă-Preșcolară-2010>
<https://sites.google.com/site/psihologanadianabalcan/articole/jocul-și-rolul-lui-în-dezvoltarea-copilului>