

CONTRIBUȚII LA OPTIMIZAREA PREDĂRII EDUCAȚIEI FIZICE LA CICLUL GIMNAZIAL PRIN ASISTENȚĂ MULTIMEDIA

prof. Ienei Edmund, Casa Corpului Didactic Cluj

Sporirea eficienței procesului de învățământ ocupă locul central între preocupările actuale privind acțiunea de modernizare, care încearcă să răspundă exigențelor actuale mereu crescânde, acum și în perspectivele dezvoltării țării noastre.

Mijloacele audio-vizuale își fac loc tot mai mult în activitatea de instruire și de educație, ele contribuind la perfecționarea procesului de învățământ, la întregirea, dar și la prescurtarea și ușurarea învățării, la creșterea eficienței ei.

Mijloacele audio-vizuale vin în sprijinul efortului de învățare căutând să facă mai accesibil conținutul învățământului, să ușureze înțelegerea, să sporească receptivitatea elevului, ajutându-l să-și concentreze atenția, să-și stimuleze activitatea intelectuală.

Unul din cele mai importante principii și deziderate ale didacticii moderne, acela al legării teoriei de practică își găsește astfel o întruchipare mai vie și o reușită deplină prin introducerea sistematică a mijloacelor mass-media în procesul de învățământ.

Ce este multimedia ?

Cuvântul „multimedia” provine de la cuvintele „multi” (mai multe) și „media” (medii de transmitere și prezentare a informațiilor).

În viața cotidiană aveți de multe ori ocazia să intrați în contact cu aceste medii de transmitere a informațiilor: ziare și reviste (imagini și text), televizorul și calculatorul (video și audio). Multimedia nu face altceva decât să combine toate aceste medii, în computer-ul dumneavoastră.

Profesorul poartă în permanentă grijă formării unui om, pentru a-l cultiva ca personalitate, cât și pentru colectivitatea în mijlocul căreia își petrece majoritatea timpului.

Elevii trebuie să aibă convingerea că profesorul lor nu este numai un tehnician competent, care se străduiește doar să îmbunătățească rezultatele atletice, ci și un bun sfătuitor, un prieten apropiat.

Profesorul trebuie să posede arta de a convinge elevii în formarea pasiunii acestora pentru mișcare.

Adesea elevii se duc cu probleme extrasportive mai curând la profesorul de educație fizică pentru că el este, în general atașat lor. Sinceritatea, modul de comunicare directă facilitează crearea unor raporturi de încredere, creându-se de mai multe ori relații mai strânse între profesori și elevi datorită unor trăiri comune la competițiile sportive și în efortul de antrenament.

Cu toată ambiția comună a profesorilor și a elevilor de a obține performanțe, pedagogul trebuie să fie dominat de convingerea că nu performanța, ci omul este centrul preocupărilor sale, iar dacă această convingere există și la elevi, atunci munca nu va fi zadarnică.

Aprecieră sinceră, obiectivă a calităților și rezultatelor deosebite obținute de elevi la concursuri, a dus adesea la formarea atașamentului față de profesor și dezvoltarea interesului elevilor dotați pentru practicarea atletismului. La toate acestea s-au adăugat și influența altor factori, printre care amintim: lecțiile atractive, un program competițional variat, precum și convingerea personală a elevilor în ceea ce privește utilitatea practicării probelor atletice.

Profesorul care nu vede în elevii săi decât pe "sportivi" și caută să le rezolve problemele legate de obținerea performanței va esua în calitatea lui de educator. Profesorul poartă și el, răspunderea morală dacă elevii săi, în afara orelor de educație fizică, nu se integrează în raporturile de conviețuire socială, nu reușesc să-și găsească un rost în viață. Profesorul trebuie să fie apropiat de elevii săi, să evite metodele aversive, violența, gestul brutal, să fie drept, nepărtinitor, să servească permanent ca exemplu pozitiv elevilor săi. Să fie un îndrumător, un sfătuitor înțelept, un mediator, un colaborator de nădejde.

Începând de la vârsta școlară mică, atletismul își ocupă locul în întregul ansamblu de mijloace instructiv-educative. Pentru preșcolari reprezintă însăși viața, activitatea zilnică, pentru școlari el devine o formă de distracție dar și o posibilitate de afirmare și dezvoltare a personalității.

Mersul și alergarea sunt folosite:

- în primul și al doilea moment al lecției, urmărind activitatea marilor funcții și angrenarea organismului în efort;
- în celelalte verigi, pentru schimbarea organizată a atelierelor de lucru, dezvoltarea vitezei și rezistenței și însușirea deprinderii corecte de mers și alergare.

La clasele mici mersul și alergarea se încad în unele situații ca teme de lecții urmărindu-se dezvoltarea și perfecționarea lor;

- în încheierea lecției, vizând revenirea organismului, combinate cu mișcări de respirație și relaxare.

Elevii cunosc mersul și alergarea dar comit o serie de greșeli, fapt ce impune o asiduă muncă de corectare prezentă la majoritatea claselor, dar în mod deosebit la clasele I-VII. Această muncă vizează însușirea unui mers și a unei alergări corecte

Exercițiile de alergare se folosesc pentru mărirea capacității de efort a organismului asigurând adaptarea progresivă la solicitări a principalelor funcții. Ele contribuie la dezvoltarea calităților motrice. Alergarea este o deprindere motrică naturală, firească, cu aplicații multiple în activitatea cotidiană ca și în cea sportivă.

Variantele de alergare, numeroase, oferă profesorului o multitudine de mijloace utile rezolvării diverselor sarcini din cadrul lecției.

Datorită multitudinii efectelor pe care atletismul le are asupra copiilor din punct de vedere formativ-instructiv-educativ ele sunt folosite în toate formele organizate prin care educația fizică este realizată în școală, în lecție, în pauzele organizate, în excursii și plimbări.

Cu ajutorul atletismului formăm preșcolarului și școlarului mic, cunoștințe, priceperi și deprinderi motrice de bază ca: mersul corect, alergarea economică, săritura și aruncarea și îi dezvoltăm în același timp și calitățile motrice de bază necesare în viața de relație într-o formă plăcută și ușor accesibilă.

La școlarii mici și la cei mijlocii, prin atletism se urmărește să se perfecționeze deprinderile motrice de bază realizându-se în condiții variate și complexe, ceea ce determină o mai mare solicitare din punct de vedere motric, intelectual și afectiv.

Învățarea în domeniul educației fizice și sportului

Învățarea acțiunilor și comportamentelor din domeniul educației fizice și sportului este considerată a fi de tip senzori-motrică și motrică. Demersul învățării se realizează pe baza relațiilor de reglare cibernetică dintre informațiile perceptive (senzoriale și kinestezice) și reacțiile motrice ce apar în timpul exersării. Învățarea conduce la formarea de noi acțiuni și comportamente sau la perfecționarea celor existente. Ea se circumscrie teoriei activităților motrice și se definește ca învățare motrică.

Metode și procedee de verificare și evaluare

- aprecierea performanței motrice obținută de un elev pe baza unor probe, în funcție de o valoare standard prestabilită. Aceasta se realizează pe baza unor tabele valorice care cuprind probe și norme diferențiate în funcție de vârstă, sex și nivelul bio-motric al elevilor;
- aprecierea rezultatelor prin comparative cu cele ale colegilor. Această modalitate de evaluare presupune înregistrarea performanțelor elevilor, întabelarea lor în ordinea valorii și acordarea notelor în funcție de locul ocupat față de media clasei;
- aprecierea progresului individual realizat pe o anumită perioadă de timp;
- evaluarea nivelului de execuție al deprinderii tehnice în condiții de concurs;
- notarea curentă pe baza unor observații efectuate pe parcursul desfășurării orei.

BIBLIOGRAFIE

- | | |
|----------------------------------|--|
| 1. Alexei Mircea | Metodica învățării probelor atletice, Editura Napoca Star, 2006 |
| 2.Cerghit Ion | Filmul în procesul de învățământ, Editura Didactică și Pedagogică, 1970 |
| 3. Alexei Mircea | Abordarea interdisciplinară în sport, Editura Napoca Star, 2006 |
| 4. Alexei M, Monea Gh, Bogdan V. | Curs de atletism, tehnica probelor, Univ. Babeș Bolyai, Cluj-Napoca, 1995 |
| 5. Scarlat E, Scarlat B | Îndrumar de educație fizică școlară, Editura Didactică și Pedagogică, 2006 |
| 6.Scarlat,E | Lecția de educație fizica, Editura Sport Turism, 1981 |
| 7.Lupu, E. | Metodica predării educației fizice și sportului, E.D.P. București, 2006 |
| 8.Cârstea, Gh | Teoria si metodica educației fizice, Editura An-da., 2000 |