



editura
RISOPRINT
cluj-napoca

ISSN: 1582-5213

Series: EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT

ACTA UNIVERSITATIS BOGDAN VODĂ



Series
EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT

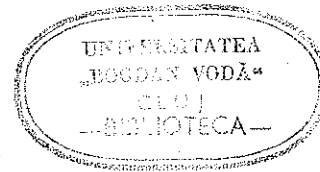
ANUL II, NR. 2



2 0 0 2

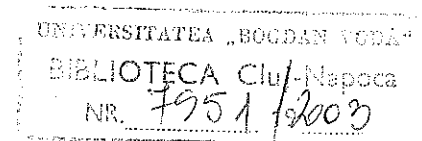
BATA MARE / CLUJ-NAPOCA

ACTA UNIVERSITATIS BOGDAN VODĂ



Series EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT

ANUL II, NR. 2



2 0 0 2

BAIA MARE / CLUJ - NAPOCA

COMITETUL DE REDACȚIE AL REVISTEI

conf. univ. dr. JARADAT MOHAMMAD - președintele fundației
prof. univ. GHEORGHE NEȚA - rector
prof. univ. dr. DUMITRU PURDEA - prorector
conf. univ. dr. MARIA BĂTRÂNCEA - secretar științific

redactor publisher – conf. univ. dr. IOAN MANOLE

COLEGIUL DE REDACȚIE AL SERIEI EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT

redactor coordonator - prof. univ. GHEORGHE NEȚA
redactor șef - conf. univ. dr. EUGEN DUMA
redactor - lector. univ. drd. MARIA MACRA OȘORHEAN
Membrii - lector univ. dr. IOAN FILIPAȘ
- asistent univ. drd. ALEXANDRU BALINT

secretar de redacție - asistent univ. drd. TUDOR BOGDAN

EVALUAREA DE CĂTRE STUDENȚII A CALITĂȚII PROCESULUI DE ÎNVĂȚĂMÂNT LA UNIVERSITATEA BOGDAN VODĂ

Rezultatele unei anchete sociologice - martie 2002

Prof. univ. Gheorghe NEȚA*
Conf.univ. dr. Jaradat MOHAMMAD*
Conf. univ. dr. Ioan ZANC*
Conf. univ. dr. Ioan GRECU*
Lect. univ. drd. Iustin LUPU*

OBIECTIVE

Evaluarea calității procesului de învățământ de la facultățile Universității "Bogdan Vodă" din Baia Mare și Cluj-Napoca, prin prisma opiniilor exprimate de către studenți cu privire la calitatea prestației cadrelor didactice de la disciplinele predate în universitate, precum și cu privire la calitățile lor pedagogice și morale, etalate în activitatea didactică și în relațiile cu studenții. Cercetarea a urmărit, în același timp, identificarea celor mai obiective forme de evaluare a cunoștințelor acumulate de studenți, cunoașterea opiniei lor în legătură cu gradul de obiectivitate manifestat de cadrele didactice la examenele susținute în anul universitar precedent, măsura în care studenții apreciază că au fost subevaluați sau supraevaluați la examenele susținute, identificarea disciplinelor la care s-au manifestat astfel de atitudini, gradul de intervenție a criteriilor extraprofesionale în evaluare și ce tipuri de astfel de criterii parazite intervin, aprecierea studenților în legătură cu ponderea adecvată sau inadecvată a numărului de ore afectat disciplinelor prin programa de învățământ, explorarea evantaiului de propuneri formulate de către studenți pentru perfecționarea în formă și conținut a disciplinelor cuprinse în planul de învățământ.

În calitate de obiective derivate ale cercetării am urmărit cunoașterea motivațiilor ce i-au condus pe studenți în opțiunea lor pentru facultatea aleasă, locul în care intenționează să-și exercite profesia la terminarea studiilor (în țară sau în străinătate), dacă utilizează sau nu, în mod sistematic, vreo limbă străină modernă în pregătirea lor profesională, cum apreciază posibilitățile de studiu oferite de bibliotecile universității și serviciile prestate de personalul administrativ, care este atmosfera în relațiile dintre colegi în cadrul anilor de studii.

SUBIECTI ȘI METODE

În ancheta sociologică realizată, am utilizat un chestionar (elaborat de I. Lupu și I. Zanc), alcătuit din 28 de itemi, pe care l-am aplicat pe un eșantion de 327 studenți din anii I, II, III și IV de la toate facultățile Universității, reprezentând 18,60% din populația investigată (1758 studenți). Eșantionul este compus din 112 persoane de sex masculin (34,25%) și 215 studente (65,75%), cu vârsta medie de 20,71 ani (vârsta mediană și modală de 20 ani), repartizați pe facultăți, după cum urmează: Drept Cluj-Napoca - 30

(9,17%); Drept Baia Mare - 57(17,43%); Management Baia Mare - 45(13,76%); Management Cluj-Napoca - 67(20,49%); Finanțe-Bănci-Burse Cluj-Napoca - 46(14,07%); Educație Fizică și Management în Sport - 48(14,68%); Științe Politice și Administrative - 34(10,40%).

Chestionarul a fost anonim și a fost aplicat prin autocompletare, în perioada februarie-martie 2002, la anii de studiu I-IV, pentru disciplinele la care studenții au susținut deja examenele, fie în anul de studii anterior, fie în semestrul I al actualului an universitar pentru studenții anilor I și IV.

Eșantionul probabilistic proiectat, cu pasul de eșantionare $k = 5$, a fost doar parțial realizat în procesul de cercetare, din cauza prezenței reduse a studenților la activitățile didactice în perioada aplicării chestionarului. Reprezentativitatea eșantionului pentru variabila sex a fost respectată la majoritatea facultăților, cu excepția facultății de Management Cluj-Napoca și Baia Mare, unde diferența dintre proporții a fost semnificativă statistic ($p = 0,095$, și $p = 0,03$). Datele brute au fost prelucrate succesiv cu ajutorul pachetelor statistice Excel, EPIINFO-6, Statistica și SPSS.

REZULTATE

Pe baza prelucrării statistice descriptive și inferențiale, am obținut ierarhii ale disciplinelor predate la facultățile și anii de studiu din Universitate, referitoare la notele primite de studenți la examenele susținute în anul universitar sau semestrul anterior, precum și ierarhii ale notelor acordate de studenți titularilor de curs și asistenților de la materiile din planul de învățământ. Tabelele conțin valori ale coeficientului de corelație lineară Pearson între notele primite de studenți și cele acordate cadrelor didactice titulare și, respectiv asistenților de grupă, precum și coeficienții de corelație a rangurilor Spearman între cele trei clasamente. Orice valoare pozitivă a coeficienților Pearson și Spearman denotă o atitudine lipsită de obiectivitate a studenților în aprecierea cadrelor didactice. Valorile negative ale respectivilor coeficienți, denotă obiectivitatea studenților în evaluarea prestației cadrelor didactice.

În consecință, cadrele didactice cele mai apreciate de către studenți sunt acelea care au concomitent o poziție fruntașă în clasament dublată de coeficienți de corelație cu semn negativ cât mai apropiați de valoarea - 1,00.

La facultatea de Drept Baia Mare ierarhiile obținute, se prezintă astfel:

ANUL I DREPT BAIAMARE

Clasament titulari ($r = -0.14$)

DISCIPLINA	MEDIA	r
Economie politică	9,20	0.13
Limba străină modernă	8,70	0.23
Teoria generală a dreptului	8,50	0.00
Logica juridică	8,50	0.31
Drept civil, parte generală, persoanele	8,40	0.44
Drept roman	8,20	0.25
Educația fizică	7,90	-0.61

Clasament asistenți ($r = 1.00$)

DISCIPLINA	MEDIA	r
Drept civil, parte generală, persoanele	9,20	0.20
Teoria generală a dreptului	7,30	0.27

Clasament estimativ cu notele primite de studenți la examene

DISCIPLINA	MEDIA
Limba străină modernă	7,90
Educația fizică	7,80
Drept civil, parte generală, persoanele	7,40
Economie politică	7,20
Teoria generală a dreptului	7,00
Logica juridică	6,60
Drept roman	5,70

ANUL II DREPT BAIAMARE

Clasament titulari ($r = 0.72$)

DISCIPLINA	MEDIA	r
Drept civil, reale	9,80	0.07
Educație fizică	9,50	1.00
Drept constituțional și instituții politice	9,40	0.30
Sociologie juridică	9,10	-0.27
Drept civil, parte generală	8,70	0.29
Limba engleză	8,70	0.27
Drept internațional public	8,70	0.02
Drept roman	8,50	-0.09
Economie politică	8,40	0.64
Teoria generală a dreptului	8,30	0.49
Doctrină politice	7,80	-0.03

Clasament asistenți ($r = 0.13$)

Disciplina	Media	r
1. Economie politică	10,00	0.91
2. Drept civil, reale	8,90	0.77
4. Drept civil, parte generală	7,60	0.32
3. Teoria generală a dreptului	7,00	-0.18
5. Drept constituțional și instituții politice	6,70	-

Clasament estimativ cu notele primite de studenți la examene

DISCIPLINA DE STUDIU	Media
Educație fizică	9,00
Limba engleză	8,50
Sociologie juridică	8,00
Drept internațional public	7,80
Doctrină politice	7,80
Economie politică	6,90
Drept roman	6,80
Teoria generală a dreptului	6,70

Drept constituțional și instituții politice	6,30
Drept civil, reale	6,20
Drept civil, parte generală	5,60

ANUL III DREPT BAIA MARE

Clasament titulari ($r = 0.33$)

DISCIPLINA	Media	r
Limba engleză	9,70	0.82
Drept civil, obligațiunile	9,50	0.24
Educație fizică	9,40	-
Drept internațional public	9,30	0.12
Drept civil, reale	9,10	0.58
Drept penal, partea generală	8,80	0.34
Drept financiar	8,80	-0.01
Informatica juridică	8,00	0.26
Politologie	7,90	0.03
Drept administrativ	7,80	0.29

Clasament asistenți ($r = 0.53$)

Disciplina	Media	r
Drept financiar	10,00	-
Limba engleză	9,50	-
Drept civil, reale	8,70	0.13
Informatica juridică	8,50	1.00
Drept civil, obligațiunile	8,40	0.05
Drept penal parte generală	7,80	0.03
Drept administrativ	7,30	0.01

Clasament estimativ cu notele primite de studenți la examene

DISCIPLINA DE STUDIU	Media
Educație fizică	9,00
Limba engleză	8,50
Informatica juridică	8,20
Drept internațional public	8,00
Politologie	7,70
Drept civil, obligațiunile	7,00
Drept financiar	6,80
Drept civil, reale	6,50
Drept administrativ	6,30
Drept penal, partea generală	5,80

ANUL IV DREPT BAIA MARE

Clasament titulari ($r = 0.59$)

DISCIPLINA	Media	r
Dreptul familiei	9,30	0.54
Drept procesual civil	9,30	-0.02
Criminologie	9,20	0.10
Dreptul muncii și protecției sociale	9,10	0.08
Dreptul transporturilor	9,00	0.73
Drept internațional privat	8,80	0.06
Drept comercial și bancar	8,70	0.45
Drept civil. Succesiuni	7,90	0.46
Drept civil. Contracte speciale	7,90	0.26
Drept penal al afacerilor	7,50	0.30
Drept penal. Parte specială	7,30	0.14
Elemente de contabilitate	6,40	0.36

Clasament asistenți ($r = -0.16$)

DISCIPLINA	Media	r
Criminologie	9,70	1.00
Drept internațional privat	9,50	0.30
Dreptul transporturilor	8,90	0.75
Drept penal. Parte specială	8,80	-0.23
Dreptul muncii și protecției sociale	8,50	0.43
Drept civil. Contracte speciale	8,40	0.75
Dreptul familiei	8,20	0.63
Drept civil. Succesiuni	8,20	0.34
Drept comercial și bancar	7,90	0.38
Drept procesual civil	7,70	0.31
Elemente de contabilitate	6,30	0.98
Drept penal al afacerilor	5,50	1.00

Clasament estimativ cu notele primite de studenți la examene

DISCIPLINA DE STUDIU	Media
Dreptul familiei	8,30
Criminologie	7,90
Drept procesual civil	7,60
Drept civil. Succesiuni	7,30
Drept penal al afacerilor	7,30
Drept civil. Contracte speciale	7,10
Dreptul transporturilor	7,00
Dreptul muncii și protecției sociale	6,80
Drept internațional privat	6,40
Drept comercial și bancar	6,40
Drept penal. Parte specială	6,40
Elemente de contabilitate	6,40

ANUL I DREPT CLUJ-NAPOCA*Clasament titulari (r = 0.26)*

DISCIPLINA	MEDIA	r
Limba străină modernă	9,67	-0.26
Drept roman	9,00	-0.16
Drept civil, parte generală, persoanele	8,89	0.39
Educația fizică	8,24	-0.21
Economie politică	8,22	0.37
Doctrină politice	8,00	0.31
Teoria generală a dreptului	6,28	0.42

Clasament asistenți (r = 0.23)

DISCIPLINA	MEDIA	r
Limba străină modernă	10,00	-
Drept roman	9,00	-
Drept civil, parte generală, persoanele	8,78	-0.15
Doctrină politice	8,00	-
Educația fizică	7,50	1.00
Teoria generală a dreptului	7,06	0.45
Economie politică	5,00	-

Clasament estimativ cu notele primite de studenți la examene

DISCIPLINA	MEDIA
Limba străină modernă	8,67
Educația fizică	8,65
Doctrină politice	7,44
Economie politică	7,44
Teoria generală a dreptului	6,44
Drept civil, parte generală, persoanele	6,33
Drept roman	5,89

ANUL II DREPT CLUJ-NAPOCA*Clasament titulari (r = - 0.03)*

DISCIPLINA	MEDIA	r
Drept civil, reale	9,80	0.09
Educație fizică	9,50	-
Drept constituțional și instituții politice	9,40	-0.06
Sociologie juridică	9,10	-0.26
Drept civil, parte generală	8,70	0.32
Limba engleză	8,70	0.13
Drept internațional public	8,70	-0.34
Drept roman	8,50	0.05
Economie politică	8,40	0.36
Teoria generală a dreptului	8,30	0.35

Doctrină politice	7,80	-0.37
<i>Clasament asistenți (r = 0.35)</i>		
DISCIPLINA	MEDIA	r
Economie politică	10,00	-
Drept civil, reale	8,90	0.05
Drept civil, parte generală	7,60	-0.29
Teoria generală a dreptului	7,00	-0.05
Drept constituțional și instituții politice	6,70	1.00

Clasament estimativ cu notele primite de studenți la examene

DISCIPLINA	MEDIA
Educație fizică	9,00
Limba engleză	8,50
Sociologie juridică	8,00
Drept internațional public	7,80
Doctrină politice	7,80
Economie politică	6,90
Drept roman	6,80
Teoria generală a dreptului	6,70
Drept constituțional și instituții politice	6,30
Drept civil, reale	6,20
Drept civil, parte generală	5,60

Facultatea de Management din Cluj-Napoca prezintă următoarele ierarhii:

ANUL I MANAGEMENT CLUJ-NAPOCA*Clasament titulari (r = 0.83)*

DISCIPLINA DE STUDIU	Media	r
Limba străină modernă	8,90	-0.14
Istorie economică	8,80	0.14
Educație fizică	8,80	0.17
Economie politică	8,40	0.45
Politologie	8,40	0.08
Bazele informaticii	7,90	0.36
Matematici aplicate în economie	7,20	0.26

Clasament asistenți (r = 0.97)

DISCIPLINA DE STUDIU	Media	r
Politologie	10,00	
Educație fizică	10,00	
Limba străină modernă	8,90	
Istorie economică	8,80	
Economie politică	8,40	
Bazele informaticii	8,00	

Matematici aplicate în economie

Clasament estimativ cu notele primite de studenți la examene

DISCIPLINA DE STUDIU	Media
Educație fizică	8,60
Istorie economică	8,10
Politologie	8,00
Limba străină modernă	8,00
Bazele informaticii	6,80
Economie politică	6,00
Matematici aplicate în economie	5,40

ANUL II MANAGEMENT CLUJ-NAPOCA

Clasament titulari ($r = 0.57$)

DISCIPLINA DE STUDIU	Media	r
1. Istorie economică	9,40	0.18
6. Limba engleză	9,10	0.35
5. Economie politică	8,70	0.46
4. Birotică	8,50	0.44
9. Bazele informaticii	8,00	0.57
3. Matematici financiare	7,90	0.12
2. Merceologie	7,70	0.29
7. Educația fizică	7,10	0.02
8. Matematici aplicate în economie	6,60	-0.13
10. Bazele contabilității	5,80	0.30

Clasament asistenți ($r = 0.35$)

DISCIPLINA DE STUDIU	Media	r
1. Istorie economică	10,00	-
6. Limba engleză	10,00	-
8. Matematici aplicate în economie	9,60	0.50
5. Economie politică	9,40	0.17
4. Birotică	9,10	0.08
9. Bazele informaticii	8,70	-0.01
3. Matematici financiare	8,50	0.25
7. Educația fizică	8,00	0.98
2. Merceologie	7,60	0.40
10. Bazele contabilității	7,20	0.62

Clasament estimativ cu notele primite de studenți la examene

DISCIPLINA DE STUDIU	Media
Educația fizică	8,40
Istorie economică	8,10
Limba engleză	7,90

Merceologie	7,90
Matematici financiare	7,60
Birotică	7,40
Economie politică	7,10
Matematici aplicate în economie	7,10
Bazele informaticii	6,90
Bazele contabilității	5,60

ANUL III MANAGEMENT CLUJ-NAPOCA

Clasament titulari ($r = - 0.08$)

DISCIPLINA DE STUDIU	Media	r
Tehnologie și merceologie	9,50	0.31
Limba modernă	9,30	0.58
Programarea calculatoarelor	8,80	0.76
Educație fizică	8,70	-
Contabilitate financiară	8,60	0.27
Practică	8,30	0.32
Proiectarea sistemelor informatice	7,50	0.57
Finanțele întreprinderii	7,20	0.66
Monedă și credit	6,90	0.55
Statistica teoretică și economică	6,80	0.47
Finanțe publice	6,60	0.21

Clasament asistenți ($r = 0.58$)

DISCIPLINA DE STUDIU	Media	r
Limba modernă	9,40	0.24
Educație fizică	9,40	-
Tehnologie și merceologie	8,90	0.41
Programarea calculatoarelor	8,80	0.76
Practică	8,60	0.17
Finanțele întreprinderii	8,10	0.52
Monedă și credit	8,10	0.31
Proiectarea sistemelor informatice	7,10	0.62
Contabilitate financiară	6,90	-0.07
Statistica teoretică și economică	6,60	0.47
Finanțe publice	5,60	0.18

Clasament estimativ cu notele primite de studenți la examene

DISCIPLINA DE STUDIU	Media
Educație fizică	9,00
Tehnologie și merceologie	8,50
Limba modernă	8,30
Practică	8,20

Proiectarea sistemelor informatice	7,70
Contabilitate financiară	7,60
Programarea calculatoarelor	7,40
Finanțe publice	7,30
Monedă și credit	7,00
Statistica teoretică și economică	6,90
Finanțele întreprinderii	6,60

ANUL IV MANAGEMENT CLUJ-NAPOCA

Clasament titulari ($r = 0.69$)

DISCIPLINA DE STUDIU	Media	r
Organizarea ergonomică a muncii	9,90	-0.20
Practica	9,60	0.08
Organizarea producției industriale	9,40	-0.27
Management comparat	9,10	0.57
Management financiar bancar	9,00	0.12
Analiza economico-financiară	8,80	-0.33
Management logistic	8,80	-0.34
Managementul resurselor umane	8,60	-0.32
Birotică și utilizare Internet	8,40	-0.05
Audit contabil	8,00	-0.74
Bazele marketingului	8,00	-0.40
Drept comercial	7,40	0.92
Managementul investițiilor	7,40	0.56
Contabilitate de gestiune	7,40	0.44

Clasament asistenți ($r = 0.43$)

DISCIPLINA DE STUDIU	Media	r
Organizarea ergonomică a muncii	9,80	-0.31
Practica	9,80	0.29
Organizarea producției industriale	9,80	-0.26
Birotică și utilizare Internet	9,70	-0.23
Management comparat	9,50	0.87
Management financiar bancar	9,40	-0.15
Managementul resurselor umane	9,40	-0.52
Contabilitate de gestiune	9,40	0.14
Audit contabil	9,30	-0.40
Analiza economico-financiară	8,80	-0.33
Bazele marketingului	8,50	0.21
Management logistic	8,40	0.19
Managementul investițiilor	7,30	0.48
Drept comercial	6,40	0.74

Clasament estimativ cu notele primite de studenți la examene

DISCIPLINA DE STUDIU	Media
Organizarea producției industriale	8,10
Practica	7,90
Managementul resurselor umane	7,90
Organizarea ergonomică a muncii	7,80
Management financiar bancar	7,50
Bazele marketingului	7,40
Analiza economico-financiară	7,10
Management logistic	7,10
Birotică și utilizare Internet	7,00
Managementul investițiilor	6,60
Audit contabil	6,30
Management comparat	5,90
Drept comercial	5,80
Contabilitate de gestiune	5,50

ANUL I FINANȚE, BĂNCI, BURSE CLUJ-NAPOCA

Clasament titulari ($r = 0.50$)

DISCIPLINA	Media	r
Istoria finanțelor și băncilor	9,40	-0.41
Educație fizică	9,30	-
Limba străină modernă	8,90	-0.09
Economie politică	8,10	-0.08
Politologie	7,90	0.16
Bazele informaticii	7,10	-0.86
Matematici aplicate în economie	6,90	0.15

Clasament asistenți ($r = 0.50$)

DISCIPLINA	Media	r
Istoria finanțelor și băncilor	9,20	0.79
Limba străină modernă	9,00	-0.05
Educație fizică	9,00	-
Economie politică	8,70	0.49
Politologie	8,20	-0.37
Matematici aplicate în economie	7,70	1.00
Bazele informaticii	7,00	-0.46

Clasament estimativ cu notele primite de studenți la examene

DISCIPLINA	Media
Educație fizică	9,00
Politologie	8,40

Limba străină modernă	8,10
Istoria finanțelor și băncilor	7,60
Matematici aplicate în economie	7,00
Economie politică	6,10
Bazele informaticii	5,60

ANUL II FINANȚE, BĂNCI, BURSE CLUJ-NAPOCA

Clasament titulari (r = 0.55)

DISCIPLINA	Media	r
Educație fizică	9,90	0.58
Istoria finanțelor	9,70	0.37
Limba străină modernă	9,50	0.34
Economie politică	9,40	0.25
Matematici aplicate în finanțe, bănci, burse	9,00	0.58
Noțiuni de drept	8,90	0.84
Probabilități și procese aleatoare	8,60	0.47
Bazele contabilității	8,60	0.32
Bazele informaticii	7,40	0.13

Clasament asistenți (r = 0.47)

DISCIPLINA	Media	r
Istoria finanțelor	9,70	1.00
Limba străină modernă	9,50	-
Noțiuni de drept	9,40	0.54
Economie politică	9,30	0.84
Educație fizică	9,30	1.00
Bazele contabilității	9,10	0.87
Bazele informaticii	8,60	0.39
Probabilități și procese aleatoare	7,60	0.63
Matematici aplicate în finanțe, bănci, burse	7,10	0.71

Clasament estimativ cu notele primite de studenți la examene

DISCIPLINA	Media
Educație fizică	9,00
Limba străină modernă	8,20
Economie politică	8,00
Bazele informaticii	7,90
Noțiuni de drept	7,70
Istoria finanțelor	7,60
Matematici aplicate în finanțe, bănci, burse	7,50
Bazele contabilității	7,10
Probabilități și procese aleatoare	6,60

ANUL III FINANȚE, BĂNCI, BURSE CLUJ-NAPOCA

Clasament titulari (r = 0.81)

DISCIPLINA	Media	r
Metode și tehnici fiscale	9,90	-0.08
Practica financiară	9,90	-
Limba străină modernă	9,80	0.11
Finanțe publice	9,50	-0.14
Managementul resurselor umane	9,30	0.78
Educație fizică	8,80	-0.16
Birotica	8,50	0.16
Teoria și practica bilanțului	8,30	0.44
Bazele managementului	8,20	0.15
Contabilitate financiară	8,00	0.16
Merceologie	7,90	0.81
Monedă și credit	7,00	0.43
Contabilitate de gestiune	5,10	0.12

Clasament asistenți (r = 0.23)

DISCIPLINA	Media	r
Limba străină modernă	9,90	1.00
Practica financiară	9,90	0.37
Metode și tehnici fiscale	9,80	1.00
Birotica	9,60	0.64
Bazele managementului	9,40	0.47
Contabilitate financiară	9,40	0.12
Managementul resurselor umane	9,40	0.80
Teoria și practica bilanțului	8,70	0.83
Educație fizică	8,30	0.82
Monedă și credit	8,20	0.20
Contabilitate de gestiune	7,90	0.45
Finanțe publice	7,70	0.50
Merceologie	7,50	0.81

Clasament estimativ cu notele primite de studenți la examene

DISCIPLINA	Media
Practica financiară	9,00
Educație fizică	8,90
Metode și tehnici fiscale	8,80
Managementul resurselor umane	8,70
Finanțe publice	8,50
Merceologie	8,50
Limba străină modernă	8,40

Birotica	
Teoria și practica bilanțului	8,10
Contabilitate financiară	7,70
Bazele managementului	6,90
Monedă și credit	6,80
Contabilitate de gestiune	6,80
	6,40

ANUL I MANAGEMENT-INFORMATICĂ CLUJ-NAPOCA

Clasament titulari ($r = 0.39$)

DISCIPLINA	Media	r
Istorie economică	9,60	-0.25
Economie politică	9,40	-
Politologie	9,00	0.28
Limba străină modernă	8,80	0.67
Educație fizică	8,60	-0.21
Bazele informaticii	8,40	0.46
Matematici aplicate în economie	7,20	0.23

Clasament asistenți ($r = 0.40$)

DISCIPLINA	Media	r
Economie politică	9,40	-
Istorie economică	9,40	-0.38
Politologie	8,80	0.32
Limba străină modernă	8,80	0.67
Educație fizică	8,20	-0.49
Matematici aplicate în economie	7,60	0.20
Bazele informaticii	7,20	0.31

Clasament estimativ cu notele primite de studenți la examene

DISCIPLINA	Media
Istorie economică	8,60
Limba străină modernă	8,20
Educație fizică	8,20
Politologie	7,00
Matematici aplicate în economie	7,00
Economie politică	7,00
Bazele informaticii	7,00

În cadrul facultății de Management Baia Mare, ierarhiile primesc următoarea configurație:

ANUL I MANAGEMENT BAI A MARE

Clasament titulari ($r = 0.58$)

DISCIPLINA	Media	r
Educație fizică	10,00	-
Istorie economică	9,90	-0.47
Matematici aplicate în economie	9,70	-0.16
Economie politică	9,70	-0.11
Merceologie	9,40	0.25
Limba străină modernă	9,10	0.42
Bazele informaticii	7,90	-0.82

Clasament asistenți ($r = - 0.07$)

DISCIPLINA	Media	r
Istorie economică	10,00	-
Educație fizică	10,00	-
Economie politică	9,80	0.63
Bazele informaticii	9,60	0.56
Matematici aplicate în economie	9,50	-
Limba străină modernă	8,50	1.00
Merceologie	8,00	0.80

Clasament estimativ cu notele primite de studenți la examene

DISCIPLINA	Media
Educație fizică	9,00
Limba străină modernă	8,10
Istorie economică	7,90
Merceologie	7,60
Economie politică	6,70
Matematici aplicate în economie	6,40
Bazele informaticii	5,90

ANUL II MANAGEMENT BAI A MARE

Clasament titulari ($r = 0.36$)

DISCIPLINA	Media	r
Istorie economică	9,70	0.36
Economie politică	9,20	0.42
Limba străină	9,10	0.26
Educație fizică	9,00	0.61
Bazele informaticii	8,80	0.32
Matematici aplicate în economie	8,80	0.36

Merceologie	8,50	0.13
Clasament asistenți ($r = 0.36$)		
DISCIPLINA	Media	r
Istorie economică	9,60	1.00
Economie politică	9,40	0.80
Educație fizică	9,10	1.00
Limba străină	8,90	1.00
Matematici aplicate în economie	8,80	0.23
Merceologie	8,70	0.35
Bazele informaticii	8,40	-0.01

Clasament estimativ note primite de studenți la examene		
DISCIPLINA	Media	
Educație fizică	8,80	
Istorie economică	8,40	
Limba străină	8,30	
Merceologie	8,10	
Economie politică	7,90	
Bazele informaticii	7,90	
Matematici aplicate în economie	7,20	

ANUL III MANAGEMENT BAIA MARE

Clasament titulari ($r = 0.75$)

DISCIPLINA	Media	r
Finanțe publice	9,60	-0.17
Limba modernă	9,40	0.29
Merceologie	9,40	0.45
Educația fizică	9,20	-
Programare calculatoare	8,90	0.87
Practica	8,80	0.62
Statistică teoretică și economică	7,30	0.34
Monedă și credit	6,90	0.34
Proiectarea sistemelor informatice	6,80	0.03
Contabilitate financiară	6,40	0.55
Finanțele întreprinderii	6,40	0.33

Clasament asistenți ($r = 0.39$)

DISCIPLINA	Media	r
Finanțe publice	9,70	1.00
Limba modernă	9,70	0.89
Educația fizică	9,10	0.97
Programare calculatoare	9,10	0.93
Contabilitate financiară	9,00	0.14

Proiectarea sistemelor informatice	8,80	0.20
Finanțele întreprinderii	8,80	0.16
Merceologie	8,20	0.51
Monedă și credit	8,10	-0.10
Statistică teoretică și economică	7,30	0.19

Clasament estimativ note primite de studenți la examene

DISCIPLINA	Media
Educația fizică	9,00
Limba modernă	8,30
Merceologie	8,20
Practica	8,20
Finanțe publice	7,80
Programare calculatoare	7,80
Contabilitate financiară	7,70
Monedă și credit	7,50
Statistică teoretică și economică	6,50
Proiectarea sistemelor informatice	6,30
Finanțele întreprinderii	5,70

ANUL IV MANAGEMENT BAIA MARE

Clasament titulari ($r = 0.59$)

DISCIPLINA	Media	r
Management logistic	8,80	0.42
Bazele marketingului	8,80	0.32
Organizarea ergonomică a muncii	8,50	0.54
Managementul financiar bancar	8,50	0.23
Management comparat	8,20	0.15
Birotica	7,90	0.31
Analiza economică financiară	7,80	0.09
Audit contabil	7,80	0.66
Contabilitatea de gestiune	7,80	0.31
Drept comercial	7,80	0.29
Strategia firmei	7,60	0.59
Organizarea producției industriale	6,80	-0.20
Managementul investițiilor	6,40	0.67

Clasament asistenți ($r = 0.51$)

DISCIPLINA	Media	r
Bazele marketingului	9,00	0.60
Managementul financiar bancar	8,80	0.48
Management logistic	8,60	0.54
Analiza economică financiară	8,50	0.20

Management comparat	8,40	0.79
Organizarea ergonomică a muncii	8,20	0.97
Audit contabil	8,20	0.75
Strategia firmei	8,20	0.85
Contabilitatea de gestiune	7,80	0.89
Birotica	7,60	0.52
Drept comercial	7,50	0.69
Organizarea producției industriale	7,30	0.44
Managementul investițiilor	6,50	0.84

Clasament estimativ note primite de studenți la examene

DISCIPLINA	Media
Birotica	8,70
Management logistic	8,40
Managementul financiar bancar	8,10
Analiza economică financiară	7,80
Strategia firmei	7,60
Management comparat	7,50
Drept comercial	7,50
Organizarea ergonomică a muncii	7,30
Bazele marketingului	7,20
Organizarea producției industriale	7,00
Audit contabil	6,80
Contabilitatea de gestiune	6,50
Managementul investițiilor	5,90

Facultatea de Educație Fizică și Management în Sport ni se înfățișează astfel:

ANUL I Educație Fizică și Management în Sport

Clasament titulari ($r = 0.72$)

DISCIPLINA	Media	r
Limba străină modernă	9,90	0.53
Volei	9,90	-0.13
Atletism	9,80	-0.37
Schi	9,40	0.38
Anatomie	9,00	0.17
Istoria educației fizice și sportului	8,90	-0.08
Gimnastică	8,80	0.31
Baschet	8,60	0.64
Economie politică	8,20	0.22

Clasament asistenți ($r = 0.32$)

DISCIPLINA	Media	r
Limba străină modernă	10,00	-
Atletism	10,00	-
Baschet	10,00	-
Volei	10,00	-
Anatomie	9,30	-0.15
Istoria educației fizice și sportului	9,00	-
Schi	9,00	0.93
Economie politică	8,80	-0.52
Gimnastică	7,40	0.08

Clasament estimativ note primite de studenți la examene

DISCIPLINA	Media
Volei	8,80
Atletism	8,30
Schi	7,90
Limba străină modernă	7,20
Gimnastică	7,00
Istoria educației fizice și sportului	6,80
Baschet	6,80
Economie politică	5,70
Anatomie	5,40

ANUL II Educație Fizică și Management în Sport

Clasament titulari ($r = 0.58$)

DISCIPLINA	Media	r
Atletism	9,30	-
Schi	9,20	0.53
Volei	9,20	-0.10
Gimnastica aerobică	9,20	0.49
Psihologie școlară	9,10	0.47
Baschet	9,10	0.64
Management	9,00	0.60
Istoria educației fizice și sportului	8,80	0.60
Biomecanică	8,50	0.66
Anatomie	8,50	0.53
Gimnastica	8,40	0.17
Limba străină modernă	8,40	0.24
Probleme economice generale	7,70	0.30
Informatica	7,40	0.65

Clasament asistenți (r = - 0.23)

DISCIPLINA	Media	r
Management	10,00	-
Biomecanică	10,00	-
Atletism	9,80	-
Anatomie	9,40	0.79
Gimnastica	9,30	-0.16
Volei	9,20	-
Baschet	9,20	-
Psihologie școlară	9,10	0.29
Gimnastica aerobică	9,00	-
Limba străină modernă	9,00	-
Informatica	8,60	0.24
Schi	8,00	0.00
Istoria educației fizice și sportului	8,00	-
Probleme economice generale	8,00	-

Clasament estimativ cu notele primite de studenți la examene

DISCIPLINA DE STUDIU	Media
Atletism	9,00
Volei	8,40
Gimnastica aerobică	8,20
Baschet	8,20
Gimnastica	8,00
Schi	7,60
Istoria educației fizice și sportului	7,40
Biomecanică	7,00
Limba străină modernă	7,00
Informatica	7,00
Psihologie școlară	6,80
Management	6,80
Anatomie	6,40
Probleme economice generale	6,20

ANUL III Educație Fizică și Management în Sport

Clasament titulari (r = 0.86)

DISCIPLINA	Media	r
Atletism / gimnastica sportivă	9,50	-
Fotbal feminin	9,30	0.32
Gimnastică ritmică	9,20	0.36
Handbal	9,10	-0.02
Pedagogie	8,90	-0.04
Management general	8,60	0.02

Natație	8,40	-0.24
Limba străină modernă	7,60	0.47
Teoria educației fizice și sportului	7,50	0.16
Gimnastica sportivă	6,70	0.57
Biochimie	6,50	0.13
Bazele contabilității	5,70	0.01

Clasament asistenți (r = 0.66)

DISCIPLINA	Media	r
Atletism / gimnastica sportivă	9,60	-
Fotbal feminin	9,10	0.31
Gimnastică ritmică	9,10	0.25
Pedagogie	8,90	0.19
Management general	8,70	0.05
Natație	8,20	-0.15
Handbal	7,60	0.53
Teoria educației fizice și sportului	7,60	-0.02
Bazele contabilității	7,40	0.14
Limba străină modernă	7,20	0.49
Gimnastica sportivă	6,90	0.60
Biochimie	6,50	0.03

Clasament estimativ cu notele primite de studenți la examene

DISCIPLINA DE STUDIU	Media
Atletism / gimnastica sportivă	9,00
Fotbal feminin	8,70
Gimnastică ritmică	8,30
Handbal	8,30
Natație	8,10
Pedagogie	8,00
Gimnastica sportivă	7,40
Limba străină modernă	7,00
Teoria educației fizice și sportului	6,60
Management general	6,40
Biochimie	5,70
Bazele contabilității	5,30

ANUL IV Educație Fizică și Management în Sport

Clasament titulari (r = 0.78)

DISCIPLINA	Media	r
Specializare (handbal, schi, fotbal)	9,70	0.76
Management general	9,60	-0.25
Management în sport	9,40	0.05

Teoria antrenamentului sportiv	9,10	0.87
Psihologia sportului	8,40	0.23
Metodologia cercetării științifice	8,40	0.81
Metodica educației fizice	8,10	-0.03
Marketing în sport	8,00	0.00
Finanțe publice	7,60	0.30
Statistică	7,60	-0.53
Birotică	7,10	0.18
Ergofiziologie	5,80	-

Clasament asistenți (r = 0.76)

DISCIPLINA	Media	r
Specializare (handbal, schi, fotbal)	9,80	0.65
Management general	9,80	0.00
Management în sport	9,60	0.41
Teoria antrenamentului sportiv	9,30	0.87
Psihologia sportului	9,00	0.00
Metodologia cercetării științifice	8,40	0.56
Metodica educației fizice	8,10	-0.04
Marketing în sport	7,90	-0.01
Statistică	7,90	-0.56
Finanțe publice	7,80	0.51
Birotică	6,10	-0.46
Ergofiziologie	5,90	-

Clasament estimativ cu notele primite de studenți la examene

DISCIPLINA DE STUDIU	Media
Specializare (handbal, schi, fotbal)	8,60
Management general	8,10
Management în sport	7,90
Metodologia cercetării științifice	7,70
Teoria antrenamentului sportiv	7,40
Metodica educației fizice	7,20
Finanțe publice	7,20
Statistică	6,80
Marketing în sport	6,60
Birotică	6,60
Psihologia sportului	5,70
Ergofiziologie	5,00

Studenții de la Facultatea de Științe Politice furnizează următoarele clasamente:
ANUL I ȘTIINȚE POLITICE ȘI ADMINISTRATIVE CLUJ-NAPOCA

Clasament titulari (r = - 0,21)

DISCIPLINA	Media	r
Istoria secolului XX	9,50	-0.08
Limba engleză	9,20	-0.31
Introducere în studii internaționale	9,00	0.44
Introducere în administrația publică	8,50	0.07
Concepte de bază în științele politice	8,30	-0.11
Informatică aplicată	8,20	0.61
Educație fizică	8,00	0.67

Clasament asistenți (r = 0,82)

DISCIPLINA	Media	r
Informatică aplicată	9,50	1.00
Educație fizică	9,50	1.00
Istoria secolului XX	9,40	0.72
Limba engleză	9,30	0.50
Introducere în studii internaționale	7,90	0.61
Concepte de bază în științele politice	7,70	0.42
Introducere în administrația publică	7,60	0.83

Clasament estimativ cu notele primite de studenți la examene

DISCIPLINA	Media
Educație fizică	8,30
Limba engleză	8,30
Informatică aplicată	8,10
Istoria secolului XX	7,50
Introducere în studii internaționale	7,50
Concepte de bază în științele politice	6,30
Introducere în administrația publică	5,50

ANUL II ȘTIINȚE POLITICE CLUJ-NAPOCA

Clasament titulari (r = - 0,20)

DISCIPLINA	Media	r
Sociologie generală	10,00	-
Bazele economiei de piață	10,00	-
Drept constituțional	9,80	-0.33
Introducere în studii internaționale	9,80	0.58
Istoria ideilor și doctrinelor politice	9,80	-0.33
Introducere în administrația publică	9,50	-
Istoria relațiilor internaționale contemporane	9,50	-

Concepte de bază în științele politice	9,50	0.58
Istoria secolului XX	9,50	-
Educația fizică	9,30	-
Calculatoare și sisteme informatice	8,80	0.33
Limba engleză	7,80	-

Clasament asistenți (r = 0.13)

DISCIPLINA DE STUDIU	Media	r
Sociologie generală	10,00	-
Educația fizică	10,00	-
Limba engleză	10,00	-
Istoria ideilor și doctrinelor politice	9,70	1.00
Istoria secolului XX	9,70	1.00
Bazele economiei de piață	9,50	-
Introducere în administrația publică	9,50	1.00
Istoria relațiilor internaționale contemporane	9,50	1.00
Drept constituțional	9,30	1.00
Concepte de bază în științele politice	9,30	1.00
Calculatoare și sisteme informatice	9,30	1.00
Introducere în studii internaționale	9,00	1.00

Clasament estimativ cu notele primite de studenți la examene

DISCIPLINA DE STUDIU	Media
Istoria relațiilor internaționale contemporane	9,00
Educația fizică	9,00
Istoria ideilor și doctrinelor politice	8,50
Introducere în administrația publică	8,50
Concepte de bază în științele politice	8,50
Calculatoare și sisteme informatice	8,50
Sociologie generală	8,50
Bazele economiei de piață	8,00
Drept constituțional	8,00
Introducere în studii internaționale	8,00
Istoria secolului XX	8,00
Limba engleză	7,50

Anul III Științe Politice și Administrative Cluj-Napoca

Clasament titulari (r = - 0.06)

DISCIPLINA	Media	r
Management public	9,50	-0.29
Sociologia relațiilor internaționale	9,40	-0.22
Drept administrativ	9,30	-
Relații internaționale contemporane	9,10	-0.43

Teoria relațiilor internaționale	9,10	-0.36
Finanțe și bugete publice	8,70	0.36
Educație fizică	8,60	-
Sistemul politic românesc	8,50	-0.41
Limba engleză	8,30	-0.26
Semantica discursului politic	8,30	0.30
Practică	8,20	-
Sisteme politice administrative comparate	8,00	0.89

Clasament asistenți (r = - 0.21)

DISCIPLINA	Media	r
Sociologia relațiilor internaționale	9,40	0.87
Drept administrativ	9,20	0.94
Relații internaționale contemporane	9,10	0.95
Management public	8,90	0.66
Teoria relațiilor internaționale	8,80	0.74
Educație fizică	8,60	1.00
Sistemul politic românesc	8,50	1.00
Semantica discursului politic	8,50	1.00
Sisteme politice administrative comparate	8,30	0.89
Practică	8,30	0.99
Finanțe și bugete publice	8,20	0.50
Limba engleză	8,20	0.99

Clasament estimativ cu notele primite de studenți la examene

DISCIPLINA	Media
Educație fizică	9,00
Practică	9,00
Drept administrativ	9,00
Teoria relațiilor internaționale	8,80
Limba engleză	8,80
Sociologia relațiilor internaționale	8,70
Relații internaționale contemporane	8,40
Sistemul politic românesc	8,40
Sisteme politice administrative comparate	8,20
Semantica discursului politic	7,80
Management public	7,60
Finanțe și bugete publice	7,60

Anul IV Științe Politice și Administrative Cluj-Napoca

Clasament titulari ($r = 0.10$)

DISCIPLINA	Media	r
Instituții financiare internaționale	9,50	-
Management financiar	9,50	-
Managementul schimbării	9,30	-
Regimuri politice comparate	9,00	0.39
Managementul campaniilor electorale	9,00	-
Practica	9,00	0.49
Analiza politică empirică	8,90	0.58
Procese și mecanisme de luare a deciziilor	8,80	-0.17
Politici publice	8,30	-0.02
Organizații internaționale	8,30	-
Evaluarea programelor	8,30	-0.13
Tehnici și stiluri de negociere	8,30	-
Managementul ONG-urilor	8,00	-
Politici publice	8,00	-0.02
Sociologie electorală	7,50	-0.04
Teoria democrației	7,50	0.76
Seminar de cercetare	7,00	0.35
Managementul relațiilor internaționale	7,00	0.55
Managementul cooperării	6,00	-

Clasament asistenți ($r = 0.11$)

DISCIPLINA	Media	r
Analiza politică empirică	9,50	1.00
Evaluarea programelor	9,50	1.00
Managementul campaniilor electorale	9,50	-
Management financiar	9,50	-
Managementul schimbării	9,50	1.00
Seminar de cercetare	9,30	1.00
Instituții financiare internaționale	9,00	-
Tehnici și stiluri de negociere	9,00	-
Regimuri politice comparate	9,00	0.62
Practica	9,00	1.00
Procese și mecanisme de luare a deciziilor	8,80	1.00
Politici publice	8,80	-0.02
Politici publice	8,60	0.86
Teoria democrației	8,50	-
Organizații internaționale	8,00	-
Managementul relațiilor internaționale	8,00	0.65
Managementul cooperării	7,50	-
Sociologie electorală	7,00	1.00
Managementul ONG-urilor	6,00	1.00

Clasament estimativ cu notele primite de studenți la examene

DISCIPLINA	Media
Managementul ONG-urilor	9,00
Managementul relațiilor internaționale	9,00
Managementul schimbării	9,00
Practica	9,00
Management financiar	8,70
Managementul campaniilor electorale	8,40
Tehnici și stiluri de negociere	8,30
Seminar de cercetare	8,30
Politici publice	8,10
Procese și mecanisme de luare a deciziilor	8,00
Politici publice	8,00
Regimuri politice comparate	8,00
Analiza politică empirică	7,90
Evaluarea programelor	7,90
Sociologie electorală	7,70
Organizații internaționale	7,60
Managementul cooperării	7,50
Teoria democrației	7,30
Instituții financiare internaționale	7,30

La nivel de Universitate, forma de examinare cea mai obiectivă pare a fi, conform punctajului obținut, examenul scris tradițional (49,54%), urmat de testele grilă (31,80%) și examenul oral (18,04%).

Corectitudinea evaluării studenților de către cadrele didactice este susținută de 49,54% din studenții chestionați, în timp ce 25,69% apreciază că evaluarea nu reflectă cu fidelitate nivelul lor de pregătire și 24,77% declară că nu se pot pronunța clar în legătură cu această problemă.

Dintre studenții chestionați, 34,56% declară că au fost *subevaluați* la examenele precedente, în timp ce 44,04% susțin că nu au fost depunctați, iar 21,41% nu se pot pronunța.

În raport cu aceste date, procentul studenților care se declară *supraevaluați* la examene este foarte modest, doar 6,12% pe Universitate, cu procente maxime la facultatea de Management Baia Mare (11,11%) și minime, facultatea de Drept din Cluj-Napoca, unde nu se înregistrează nici un caz declarat de supraevaluare.

În directă legătură cu problema obiectivității evaluării, studenții și-au exprimat opinia privitoare la intervenția unor criterii *extraprofesionale* în acordarea notelor la examene. Astfel, 63,61% din studenții Universității consideră că în evaluare intervin asemenea criterii, față de 17,43% studenți care neagă prezența acestor criterii, restul de 18,96% nepronunțându-se în vreun fel în această chestiune.

Ponderea diferitelor criterii extraprofesionale se prezintă în felul următor:

Criterii extra-profesionale ce intervin în evaluarea studenților de către cadrele didactice

Ce criterii extraprofesi onale intervin?	Facultatea de Drept BM+CJ-N		Facultatea Management BM		Facultatea Management CJ-N		Facultatea Sport BM		Facultatea Științe Pol. CJ-N		Universitate	
	Cazuri	%	Cazuri	%	Cazuri	%	Cazuri	%	Cazuri	%	Cazuri	%
1. Influența părinților	5	5,49	-	-	6	4,84	5	7,58	-	-	24	5,73
2. Rude și cunoștințe	15	16,48	4	7,69	19	15,32	4	6,06	-	-	57	13,60
3. Simpatia profesorului	29	31,87	22	42,31	28	22,58	25	37,88	9	40,9	131	31,26
4. Antipatia profesorului	20	21,98	11	21,15	28	22,58	15	22,73	5	22,74	89	21,24
5. Favorurile materiale	15	16,48	8	15,38	21	16,94	6	9,09	-	-	59	14,08
6. Prezența la cursuri și seminarii	6	6,59	7	13,46	22	17,74	11	16,67	8	36,36	59	14,08

În privința *locului de exercitare a profesiei* la terminarea studiilor universitare, marea majoritate a studenților din Universitate, optează pentru propria țară (67,58%), în timp ce 32,42% dintre ei își manifestă dorința de a lucra în străinătate. Opțiunile sunt diferite la studenții diferitelor facultăți, cea mai mare propensiune pentru străinătate o au studenții de la Management Cluj-Napoca (56,72%) și cea mai mică studenții de la Drept (14,94%). Principalele motive ale alegerii facultății și profesiei respective, sunt ilustrate în următorul tabel:

Motivele alegerii profesiei de către studenți:

Motivele alegerii profesiei	Facultatea de Drept		Facultatea Management BM		Facultatea Management CJ-N		Facultatea Sport BM		Facultatea Științe Pol. CJ-N		Universitate	
	Cazuri	%	Cazuri	%	Cazuri	%	Cazuri	%	Cazuri	%	Cazuri	%
1. M-a atras viața de student	31	24,60	12	20,00	28	31,82	13	19,40	8	19,51	105	24,31
2. Tradiția familială	17	13,49	1	1,66	1	1,14	2	2,99	2	4,88	28	6,48
3. Condițiile de muncă	60	47,62	36	60,00	42	47,73	30	44,80	17	41,46	203	46,99
4. Rezultatele	10	7,94	6	10,00	7	7,95		10,45	4	9,76	37	8,57

EVALUAREA DE CĂTRE STUDENȚI A CALITĂȚII PROCESULUI DE ÎNVĂȚĂMÂNT
LA UNIVERSITATEA BOGDAN VODĂ

din liceu												
5. Așa au decis părinții	5	3,97	5	8,34	10	11,36	4	5,97	1	2,44	30	6,94
6. Altele	3	2,38	-	-	-	-	11	16,42	9	21,95	29	6,71

Posibilitatea dobândirii unei pregătiri profesionale performante este condiționată în bună măsură de însușirea și *utilizarea unei limbi străine* moderne de largă circulație. Dintre studenții Universității, o pondere însemnată utilizează în mod sistematic în pregătirea lor limba engleză (47,37%), limba franceză este utilizată de 16,07%, germana - 4,16%, italiana - 3,60%, spaniola - 1,55%, față de 25,76% studenți care nu folosesc nici o limbă străină în pregătirea lor profesională.

Serviciile furnizate de bibliotecile Universității din Cluj-Napoca și Baia Mare sunt apreciate diferențiat de către studenți, cum se poate observa în tablele următoare:

Evaluarea de către studenți a serviciilor oferite de biblioteca din Baia Mare

Evaluarea serviciilor bibliotecii	Facultatea de Drept BM		Facultatea Management BM		Facultatea Sport BM		Universitate Baia Mare	
	Cazuri	%	Cazuri	%	Cazuri	%	Cazuri	%
Foarte bune	1	1,75	2	4,44	-	-	3	2,00
Bune	19	33,33	15	33,33	29	60,42	63	42,00
Slabe	11	19,30	14	31,11	9	18,75	34	22,67
Nesatisfăcătoare	17	29,82	6	13,33	4	8,33	27	18,00
Foarte nesatisfăcătoare	9	15,79	6	13,33	1	2,08	16	10,67
Nu pot aprecia	-	-	2	4,44	5	10,42	7	4,67

Evaluarea de către studenți a serviciilor oferite de biblioteca din Cluj-Napoca

Evaluarea serviciilor bibliotecii	Facultatea Management CJ-N		Facultatea Științe Pol. Cluj-Napoca		Universitate Cluj-Napoca	
	Cazuri	%	Cazuri	%	Cazuri	%
Foarte bune	2	2,99	-	-	5	2,82
Bune	32	47,76	9	26,47	79	44,63
Slabe	13	19,40	10	29,41	37	20,90
Nesatisfăcătoare	14	20,90	5	14,71	25	14,12
Foarte nesatisfăcătoare	4	5,97	9	26,47	18	10,17
Nu pot aprecia	2	2,99	1	2,94	13	7,34

Într-o manieră mai puțin diferențiată, sunt apreciate serviciile personalului administrativ de facultățile din Baia Mare și Cluj-Napoca, cum se poate sesiza din următoarele două table:

Aprecierea de către studenți a serviciilor personalului administrativ de la Baia Mare

Evaluarea serviciilor administrative	Facultatea de Drept BM		Facultatea Management BM		Facultatea Sport BM		Universitate Baia Mare	
	Cazuri	%	Cazuri	%	Cazuri	%	Cazuri	%
Foarte bune	1	1,75	5	11,11	4	8,33	10	6,67
Bune	17	29,82	17	37,78	34	70,83	68	45,33
Slabe	13	22,81	10	22,22	3	6,25	26	17,33
Nesatisfăcătoare	13	22,81	7	15,56	6	12,50	26	17,33
Foarte nesatisfăcătoare	13	22,81	3	6,67	1	2,08	17	11,33
Nu pot aprecia	-	-	3	6,67	-	-	3	2,00

Aprecierea de către studenți a serviciilor personalului administrativ de la Cluj-Napoca

Evaluarea serviciilor administrative	Fac. De Drept Cluj-Napoca		Facultatea Management CJN		Facultatea Științe Pol. CJN		Universitate Cluj-Napoca	
	Cazuri	%	Cazuri	%	Cazuri	%	Cazuri	%
Foarte bune	1	3,33	3	4,48	2	5,88	12	6,78
Bune	27	90,00	28	41,79	17	50,00	98	55,37
Slabe	2	6,67	17	25,37	6	17,65	35	19,77
Nesatisfăcătoare	-	-	8	11,94	6	17,65	17	9,60
Foarte nesatisfăcătoare	-	-	7	10,45	1	2,94	9	5,08
Nu mă pot pronunța	-	-	4	5,97	2	5,88	6	3,39

Relațiile interumane din colectivele studențești ale Universității, sunt apreciate relativ diferențiat pe facultăți, față de media pe Universitate care prezintă următoarea distribuție: atmosferă colegială(42,81%), indiferență(18,04%), grupulețe, egoism(33,03%), ostilitate, conflict(1,22%). Cel mai rece climat se înregistrează la facultatea de Finanțe-Burse-Bănci Cluj-Napoca unde atmosfera de grupulețe - egoism întrunește 56,52%, față de facultatea de Educație Fizică și Management în Sport, unde această atmosferă întrunește doar 20,83%.

CONCLUZII

Principalele concluzii ale anchetei se concretizează în propunerile formulate de către studenți în legătură cu perfecționarea procesului de învățământ.

Se remarcă în mod deosebit insistența studenților pentru sporirea rolului și calității *activităților practice*, concrete, la toate facultățile. Este vorba, pe de o parte, de activități practice propriu-zise, la facultățile de Drept, Management, Educație Fizică și Management în Sport, dar și de activități de seminarii, unde se cer discutate și aprofundate mai mult, diferite tipuri de spețe și studii de caz la disciplinele de specialitate, folosirea de casete video(Drept civil, Drept penal, Contabilitate, Informatică, Management financiar bancar,

Limbi străine, Marketing), iar, pe de altă parte, extinderea orelor de seminarii acolo unde ele sunt insuficiente sau nu există încă (Drept penal parte specială, Drept roman.).

Alte propuneri vizează introducerea unor discipline noi în planul de învățământ (introducerea disciplinei de public relations și întocmirea documentelor oficiale la Științe Politice și Administrative), discipline de psiho-sociologie și pedagogie la facultățile de Management, motivate prin posibilitatea angajării absolvenților și în învățământ, dotarea cu manuale noi și reviste de specialitate, calculatoare performante și acces la Internet, amenajarea și dotarea corespunzătoare a terenurilor de sport și a sălilor sportive. Studenții pledează pentru desfășurarea unor cursuri interactive, aprofundarea și explicitarea limbajului de specialitate, actualizarea tuturor materialelor didactice.

LOCUL ȘI ROLUL EXERCITIILOR FIZICE ÎN PROCESUL TERAPEUTIC - COMPENSATOR DIN ȘCOLILE AJUTĂTOARE

Prof.univ.dr. GHEORGHE CÂRSTEA*

Lect.univ.dr. MONICA STĂNESCU*

Introducere.

Asistăm astăzi la o extraordinară expansiune în domeniul cunoașterii, expansiune care impune abordări interdisciplinare și, în consecință, o anumită exigență în privința pregătirii specialistului din domeniile de confluență. Între acestea regăsim și educația fizică, domeniu extrem de dinamic, în care informațiile din științele umaniste – anatomie, fiziologie, psihologie, pedagogie, sociologie, etc. și din științele exacte – matematică, fizică, biomecanică, etc., - vin să fundamenteze științific o activitate de a cărei necesitate nu se îndoiește nici un factor cu putere de decizie în societatea actuală și de perspectivă.

Una dintre principalele trăsături ale educației fizice este accesibilitatea, reflectată la ora actuală prin faptul că de conținutul ei pot beneficia diferite categorii de persoane, inclusiv cele cu cerințe educative speciale.¹ Cu toate acestea, preocupările privind modernizarea procesului de instruire în acest context sunt reduse. Dat fiind faptul că zona educației fizice speciale rămâne în continuare una insuficient studiată, anul acesta catedra de discipline teoretice a ANEFS și-a declarat intenția de a contribui la dezvoltarea domeniului teoretico-metodic al predării exercițiilor fizice la copii cu cerințe educative speciale prin inițierea unei ample cercetări la a cărei realizare să contribuie un colectiv de cadre didactice și studenți și care are ca scop evidențierea contribuției exercițiilor fizice la favorizarea integrării sociale a copiilor instituționalizați.

Pe aceeași linie a preocupărilor privind valorificarea valențelor formative ale practicării exercițiilor fizice la anumite categorii de copii, se înscrie și prezenta lucrare, al cărei scop este acela de a aduce unele precizări privind locul și rolul pe care îl pot juca exercițiile fizice în procesul terapeutic-compensator desfășurat în școlile ajutătoare, în care învață copii cu deficiență mintală.

Ne-am oprit asupra acestei teme datorită următoarelor considerente:

1. Politica educațională actuală este orientată spre integrarea copiilor cu deficiență mintală în școlile de masă; acest lucru va avea adânci implicații, inclusiv pe planul cerințelor cărora trebuie să le răspundă educația fizică școlară.
2. Se remarcă interesul crescut al specialiștilor pentru valorificarea motricității, căutându-se în ea resurse pentru compensarea tulburărilor de dezvoltare, a dizarmoniilor sau deficiențelor.

* Academia Națională de Educație Fizică și Sport, București

¹ Această sintagmă, cu sferă semantică extinsă, se referă la persoanele cu diferite tipuri de deficiențe: cu tulburări de învățare, din medii sociale defavorizate, delincvente.

3. Pornind de la caracteristicile comune oricăror deficiențe, și anume limitarea accesului la informație, diminuarea și îngustarea activismului operațional, tendința de autoizolare, ca urmare a tulburărilor de dezvoltare, a dizarmoniilor în structurarea personalității și dificultăților în procesul de socializare, se recurge tot mai des la mișcare, prin exerciții fizice. Și aceasta deoarece mișcarea este cea care asigură contactul cu lumea exterioară, dar și cu propria persoană. De aceea, este important să se realizeze în cele mai bune condiții și să-i fie exploatate ansamblul posibilităților de manifestare care pot veni în ajutorul compensării tulburărilor care apar la persoanele cu deficiențe.
4. Abordarea acestei teme are rolul de a evidenția importanța pe care exercițiile fizice o pot avea în procesul terapeutic-compensator, pornind de la relațiile unanim acceptate, și anume: relația motricitate-psihiism și relația motricitate – limbaj. Raportul dintre cele două funcții (psihică și motrică) este unul de interdependență, “ambele evoluează și se dezvoltă la început într-o strânsă legătură, pentru ca apoi să parcurgă “integrări structural ierarhizate din ce în ce mai diferențiate, dar păstrând legături permanente între ele.” (V.Horghidan, 2000) În plus, studiile clinice au evidențiat existența a trei tipuri de relații între nivelul dezvoltării psihice și cel al dezvoltării motrice (B. Mânzat, 1987): o relație în care tulburările psihice sunt simultane cu cele motrice; o relație în care tulburările psihice le determină pe cele motrice; o relație în care tulburările motrice sunt dominante, iar cele psihice sunt doar reflectarea acestora. Acestor relații li se adaugă cea dintre motricitate și limbaj, relație care stă în puterea educației fizice să o amelioreze, în condițiile manifestării ei specifice pe fondul deficienței mintale.
5. Exercițiul fizic constituie mijlocul principal al educației fizice, disciplină din planul de învățământ al școlilor speciale care valorifică cu prioritate motricitatea elevilor.

Ținând cont de cele expuse anterior, am considerat necesar să evidențiem care sunt posibilitățile reale de desfășurare eficientă a activităților instructiv-educative de educație fizică din școala ajutătoare și sporirea efectului lor recuperator și compensator asupra relației motricitate – limbaj scris.

Ipoteze

Pornind de la ideile expuse anterior, cercetarea își propune să demonstreze că:

1. Dacă la nivelul handicapului de intelect se manifestă tulburări la diferitele paliere ale personalității, atunci acest lucru se va repercuta și asupra relației dintre motricitate și limbajul scris, relație care va dobândi o serie de note specifice.
2. În condițiile cunoașterii specificului relației motricitate - limbaj scris la școlarul mic cu handicap de intelect, se pot formula o serie de recomandări privind stimularea perceptiv-motrică prin care să se contribuie la ameliorarea tulburărilor care apar la nivelul limbajul scris.

Obiectivele cercetării.

Această cercetare a vizat realizarea următoarelor obiective:

1. caracterizarea motricității generale și a celei grafice, specifice școlarului mic, cu handicap de intelect;
2. stabilirea modificărilor care apar în cadrul acestei relații în diferitele etape ale formării scrisului;

3. ameliorarea metodologiei de intervenție de tip psiho – motric, din cadrul programului de recuperare-compensare a școlarului cu handicap de intelect.

Sarcinile cercetării.

În vederea realizării obiectivelor propuse am urmărit îndeplinirea anumitor sarcini:

1. stabilirea eșantionului de lucru, inclusiv a grupelor experimentale;
2. stabilirea și aplicarea unui set de probe pentru evaluarea nivelului de dezvoltare motrică și a grafismului;
3. prelucrarea și interpretarea datelor cu ajutorul metodelor statistice, în vederea stabilirii diferitelor corelații dintre componentele scrisului și cele ale motricității;
4. evidențierea unor posibile căi de intervenție care să susțină indirect procesul de formare a scrisului.

Metodele de cercetare.

Pentru evaluarea nivelului de manifestare a componentelor motricității și de organizare a limbajului scris, s-au utilizat următoarele probe și teste:

1. testul Ozeretski – Guilman, din care au fost selectate trei probe pentru evaluarea nivelului de manifestare a motricității la nivelul componentelor: coordonarea dinamică a mâinilor, coordonarea dinamică generală, echilibru;
2. testul Pick - Vayer pentru rapiditatea membrelor superioare;
3. testul Head-Piaget - pentru orientare spațială;
4. test grafic pentru evaluarea cantitativă și calitativă a actului grafic;

De asemenea, s-a utilizat testul Matricelor Progresive Raven (Raven color) pentru evaluarea nivelului de dezvoltare mintală.

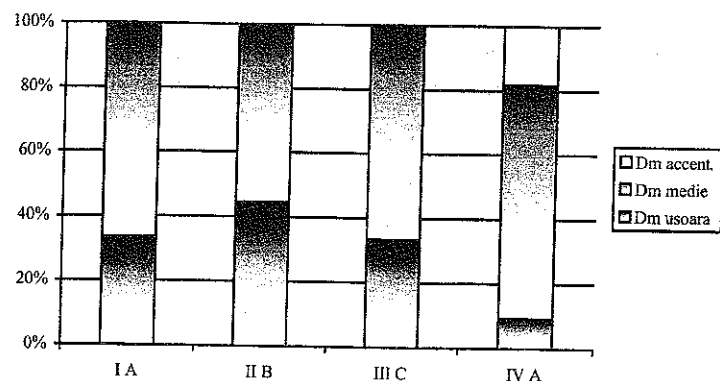
Descrierea eșantionului. Pentru cercetarea de tip constatativ, eșantionul a fost stabilit astfel încât să includă elevi din toate clasele învățământului primar. Prin tragere la sorți, am stabilit ca elevii să provină din clasele I A, a II-a B, a III-a C și a IV-a A. Precizăm că datorită faptului că unii elevi au lipsit la activitățile în care s-a efectuat testarea inițială, ei nu au mai fost incluși în cercetare. În consecință, au fost evaluați în total 51 de elevi.

Alegerea elevilor din ciclul primar a fost realizată, pe de-o parte, datorită importanței pe care această perioadă de vârstă și de școlarizare o are asupra întregii evoluții a copilului, pentru și datorită faptului că reunește momentele optime de intervenție instructiv-educativă și terapeutic-compensatorie.

În vederea caracterizării inițiale a eșantionului, prima probă care a fost aplicată a fost aceea a Matricelor Progresive Colorate Raven. Rezultatele sunt prezentate în tabelul nr.1

Clasa	Număr de elevi	Componenta privind nivelul dezvoltării mintale
I A	9	3 – deficiență ușoară, 6 – deficiență medie
II B	9	4 – deficiență ușoară, 5 deficiență medie
III C	12	4 deficiență ușoară, 8 deficiență medie
IV A	11	1 – deficiență ușoară, 8 – deficiență medie, 2 – deficiență accentuată

Grafic nr.1 Analiza cantitativă și calitativă a eșantionului



Organizarea cercetării. Cercetarea s-a desfășurat în cadrul Școlii Ajutătoare nr.11, sector 6, București, unde am beneficiat de sprijinul direcțiunii și al cadrelor didactice, în vederea desfășurării activității de evaluare a copiilor. La recoltarea datelor au participat și studenții Cercului de Cercetare Științifică al Catedrei de Discipline Teoretice.²

Rezultate și interpretarea lor. Analiza și interpretarea datelor s-a realizat pentru fiecare clasă și probă în parte, precum și comparativ între clase, și corelativ între probe.

Concluzii și discuții. Din analiza rezultatelor pot fi evidențiate următoarele aspecte:

- Se confirmă ipoteza conform căreia relația motricitate-limbaj prezintă o serie de trăsături specifice în condițiile deficienței mintale. Tulburările actului grafic corelează cu cele ale motricității, astfel:
 - organizarea spațiului grafic este condiționată de organizarea schemei corporale;
 - distorsiunile semnelor grafice depind de nivelul de dezvoltare a coordonării dinamice generale și a mâinilor;
 - ritmul scrierii corelează cu rapiditatea efectuării anumitor sarcini;
 - aspectul general al scrisului depinde de controlul postural (reflectat și în nivelul de dezvoltare a echilibrului).
- Specificul relațiilor anterioare în condițiile elevilor din clase diferite va impune strategii didactice de intervenție deosebite, care să țină cont de particularitățile individuale, de ritmul individual de învățare, etc. Acest lucru se va repercuta și asupra modului în care profesorul de educație trebuie să gândească și să realizeze activitatea de educație fizică.
- Evidențierea relațiilor precedente reprezintă un sprijin extrem de valoros în vederea organizării acelei secvențe a procesului terapeutic – compensator care să vizeze indirect corectarea tulburărilor de scriere (în exemplul dat de noi), secvență care poate să constituie o parte din conținutul educației fizice din școala ajutătoare. În felul acesta, educația fizică și-ar putea ameliora poziția pe care o are în cadrul efortului depus de ceilalți specialiști în vederea recuperării întârzierilor în dezvoltarea copiilor deficienți.

Iată de ce considerăm că principalul rol al exercițiilor fizice în cadrul procesului specific de instruire desfășurat în școlile ajutătoare pentru copiii cu deficiență mintală este acela de mijloace de dezvoltare compensatorie (care valorifică trăsăturile valide ale deficientului, în cazul nostru motricitatea).

Considerăm important să subliniem faptul că practicarea exercițiilor fizice, subordonată obiectivelor generale ale educației speciale, se poate realiza în cadrul lecțiilor de educație fizică. Prin specificul conținutului lor, și în spiritul concepției moderne privind practicarea exercițiilor fizice, ni se pare adecvată și sintagma pentru aceste lecții de educație motrică și psihomotrică.

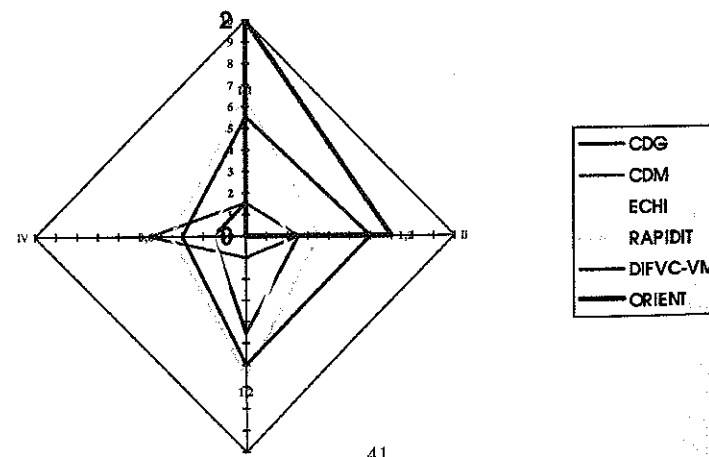
De asemenea, considerăm că profesorii de educație fizică, prin pregătirea pe care o au și prin mijloacele care le stau la dispoziție, reprezintă specialiștii cei mai în măsură să folosească exercițiile fizice cu rol terapeutic-compensator în vederea îndeplinirii anumitor obiective ale învățământului special.

Bibliografie

- CÂRSTEA, Gh., *Metodica educației fizice școlare*. Editura ANEFS, București, 1999
 DRGNEA, A., BOTA, A., *Teoria activităților motrice*. Editura Didactică și Pedagogică, București, 2000
 RADU, Gh., *Psihopedagogia dezvoltării școlarilor cu handicap*. Editura Didactică și Pedagogică, București, 1999
 RADU, Gh. (coord.), *Introducere în psihopedagogia școlarilor cu handicap*. Editura Pro Humanitate, București, 1999

Tabel nr.1. Valorile variantei componentelor motricității generale la cele patru clase

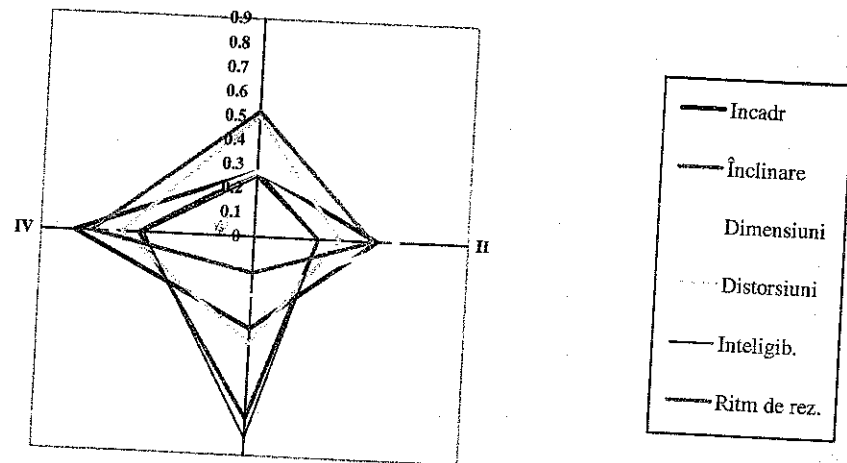
Clasa	Coordonarea dinamică a mâinilor	Coordonarea dinamică generală	Echilibru (coordonare statică)	Rapiditate	Orientare spațială	Diferență Vm-Vc (ani)
I	0.3	0.3	0.9	1.3	10	1.1
II	0.5	0.5	0.4	0.7	7	1.2
III	0.9	0.2	1.1	1.3	0	1.2
IV	0.3	0.9	0.3	0.7	0	0.6



² Carmen Tabarcea (FEFS, an II), Cosmin Călugăru (FEFS, an III), Daniela Nistor (FEFS, an III)

Grafic nr. 2. Valori comparative ale varianței componentelor motricității la cele patru clase
 Tabel nr.2. Valorile varianței valorilor componentelor motricității grafice pentru cele patru clase

Clasa	Încadrare	Înclinație	Dimensiuni	Distorsiuni	Inteligibilitate	Ritm de rezolvare	Total
I	0.27	0.27	0.27	0.50	0.25	0.52	5.75
II	0.52	0.27	0.61	0.36	0.27	0.50	5.36
III	0.38	0.75	0.24	0.44	0.83	0.15	6.78
IV	0.76	0.49	0.61	0.56	0.47	0.69	13.8



Grafic nr.3. Valori comparative ale varianței indicatorilor probei grafice la cele patru clase

DEFINIREA OBIECTIVELOR EDUCAȚIEI FIZICE ȘCOLARE

Prof. univ. dr. I.T. RADU*

Lect. univ. drd. CONSTANTIN PEHOIU*

Experiența, inerenta acțiunii, reacțiunii și interacțiunii omului cu mediul înconjurător îmbracă multe forme și produce numeroase schimbări care diferă de la o persoană la alta. Aceste modificări au fost identificate drept educație. Deoarece educația fizică este definită ca educație prin mijloace fizice, ea presupune ceva mai mult decât prezența fizicului. Ca și educația în general, ierarhia sa de obiective ia în considerare întreaga natură fizică a elevului.

În această perioadă de reformă a învățământului românesc, tot mai des este adus în discuție conceptul de obiectiv. Acesta poate fi definit ca fiind căutarea unei acțiuni educative mai eficace și mai ales necesitatea, în această perspectivă, de a evalua cel mai obiectiv posibil această eficacitate. În mod firesc, profesorii de educație fizică sunt interesați la momentul de față de ceea ce înseamnă definirea obiectivelor educației fizice. Acest interes este determinat pe de o parte de reconsiderarea evaluării performanțelor motrice ale elevilor din toate ciclurile de învățământ, iar pe de altă parte de repartiția inegală a condițiilor de învățământ, la care se adaugă formarea inițială, uneori inadecvată.

Dacă performanțele sportive sunt mai puțin susceptibile de a fi răspunzătoare de eficacitatea procesului educativ, cel de-al doilea aspect constituie încă o adevărată criză a activității profesorilor de educație fizică. Considerăm că acest interes este unul benefic și poate conduce la clarificarea, dacă nu chiar la soluționarea unei anumite problematice actuale ale educației fizice școlare. Totodată însă, considerăm că apariția într-o perioadă de tranziție a școlii și de căutare de soluții adevărate, a conceptului de obiectiv pedagogic, riscă să fie o sursă de ambiguități și iluzii. Pentru a evita un asemenea risc, este necesar ca în următoarea perioadă de timp să se folosească corect metodologia propusă pentru definirea obiectivelor, stabilind în același timp limitele unei învățări pe obiective, la care se adaugă precizarea sarcinilor profesorilor de educație fizică în această perspectivă, care au desigur un rol important de jucat, dar care nu pot realiza totul.

Obiectivele educației fizice școlare includ multe aspecte dincolo de pregătirea fizică. Când obiectivele sunt realizate prin sfera planurilor psihomotor, cognitiv și afectiv, ele au ca rezultat o persoană educată din punct de vedere fizic, ce poate fi descrisă ca una care a dobândit suficiente deprinderi într-o gamă largă de activități, are o bună condiție fizică, cunoștințe adecvate cu privire la exercițiul fizic și sportiv, precum și echilibrul emoțional și atitudinea necesară pentru a deveni un bun participant la activitățile fizice.

În ceea ce privește definirea obiectivelor, majoritatea specialiștilor sunt de acord în a distinge trei niveluri:

1. nivelul scopurilor și obiectivelor *generale*;
2. nivelul obiectivelor *comportamentale* în plan cognitiv, afectiv și psihomotoric;
3. nivelul obiectivelor *operaționale* în plan cognitiv, afectiv și psihomotoric.

* Universitatea "Valahia" Târgoviște

Această clasificare permite profesorului de educație fizică să trieze diferitele niveluri și planuri pe care se situează activitatea de educație fizică pe care o desfășoară, să clarifice problemele, să izoleze anumite neajunsuri ale procesului instructiv-educativ.

Există totuși pericolul de a aluneca de la un nivel la altul sau de la un plan la altul, continuitatea acestor alunecări nelăsând niciodată timp pentru a se lua decizii. De asemenea, există riscul de a focaliza propria atenție asupra unui aspect exact al problematicei globale, acesta fiind considerat el însuși o totalitate. O asemenea abordare conduce întotdeauna la impasuri, cum de foarte multe ori se întâmplă când se aduce în discuție nivelul finalităților educației fizice și sportului.

A vorbi despre finalități fără a analiza problematica funcționării, atât în plan social, cât și în cel pedagogic, înseamnă voluntariat, ceea ce conduce, credem noi, către evitarea problemei esențiale a educației fizice școlare: aceea a adaptabilității mijloacelor utilizate pentru a atinge obiectivele fixate.

În ceea ce privește finalitățile educației fizice și sportului, putem spune că acestea pot fi împărțite de asemenea pe trei niveluri: finalități determinate în funcție de exigențele societății; finalități determinate în funcție de particularitățile de vârstă și sex ale celor ce se doresc a fi educați; finalități determinate în raport cu cantitatea de cunoștințe care se consideră indispensabil de dobândit.

Această ierarhizare a finalităților pe trei niveluri ni se pare interesantă deoarece în acest fel se atenuează ruptura care există adesea între pretențiile educatorului și punerea lor în practică într-o colectivitate, ajutând totodată la profilarea rolului pe care ar putea să-l joace profesorul de educație fizică în definirea finalităților educației fizice.

Întrebările cele mai acute par a se situa în momentul de față la nivelul alegerii mijloacelor pentru a atinge aceste finalități. Se pare că astăzi există în rândul profesorilor de educație fizică și al elevilor o mișcare de respingere a practicii tradiționale a activității sportive. Aceste practici, limitate la învățarea de norme, par în mod efectiv puțin compatibile cu finalitățile de creație și valorificare a tuturor posibilităților corpului omenesc.

În aceste condiții, practica tradițională este în mod progresiv înlocuită de căutarea, prin tatonare, de practici mai suple în serviciul obiectivelor educative. Actualmente, se remarcă o deschidere către alte activități, alături de o evoluție a practicilor sportive, cum ar fi activități de expresie a fizicului, activități practicate în cadrul timpului liber, activități inventate de profesori și/sau de elevi.

Pe tema finalităților, divergențele explicite dintre profesori se situează la nivelul acordării unei importanțe mai mari unui anumit obiectiv sau unui anumit mijloc față de altele. Divergențele implicite se situează adesea la nivelul unei concepții a raporturilor individ-societate, în special despre rolul educației fizice în viața oamenilor și raportul acesteia cu cultura.

Obiectivele comportamentale

În această perioadă de tranziție și reformă a învățământului românesc, s-a încercat prin diferite metode de analiză să se realizeze o punte de legătură între scopurile educației și acțiunea cotidiană. De aceea obiectivele comportamentale sunt considerate parte componentă a activității cotidiene, acestea dorindu-se a fi răspunsul la întrebarea *în funcție de obiectivele generale ale educației fizice, ce comportamente se dorește a fi implementate?*

O analiză a conținutului diferitelor formulări de obiective utilizate cel mai des de către profesori la întocmirea proiectării didactice ne-a dat posibilitatea să alcătuim următorul bilanț. Pe plan psihomotric, obiectivele sunt formulate:

- cel mai frecvent, în raport cu conținutul lecției. Ex.: învățarea pazei, perfecționarea zborului la săritura în lungime, îmbunătățirea celui de-al doilea pas în alergarea de garduri etc.;

- în raport cu intenția pedagogică. Ex.: structurarea spațio-temporală a activității;

- cu ajutorul situației în care este pus cel care este educat. Ex.: descoperirea diverselor aruncări la poartă în cazul atacului sau contraatacului.

Analiza obiectivelor urmărite pe plan cognitiv sau afectiv pune în evidență exclusivitatea celor două orientări:

- în plan afectiv, scopurile sunt adesea propuse în domeniul educației fizice și sportului. Ex.: a dezvolta simțul responsabilității, spiritul de echipă, solidaritatea. Indicatori ai comportamentului elevilor în acest caz sunt formulați astfel: copilul trebuie să fie capabil de a coopera, participând la un lucru de echipă; să fie capabil de a ajuta un coleg, de a-l susține, de a-i explica ceea ce nu a înțeles; să fie capabil de a depista într-un grup pe acela care este izolat și a încerca să-l atragă; să fie apt a respecta regulile elaborate de grup cu ocazia unui proiect etc.

În practică, în definirea *obiectivelor operaționale*, o dimensiune importantă trebuie să fie considerată relația dintre profesor și elev, dintre profesor și grupul de elevi. Influențele interpersonale care se exercită în situația pedagogică constituie un element important de luat în considerare în elaborarea situației de învățare. Astfel, dacă dorim ca elevul să comunice, va trebui să se prevadă o analiză de situație în mici grupe pentru a favoriza înțelegerea, dar mai ales luarea de cuvânt. A acorda lucrului în grup atenție deosebită, pornind de la situații concrete și semnificative, pentru elevi reprezintă un lucru important.

Dacă în anumite situații este posibil să se prevadă obiectivele, ca de exemplu cele de demonstrare a măiestriei, se vor putea de asemenea viza obiectivele de un alt ordin, ca de exemplu obiective de transfer pentru a dezvolta capacitatea de a utiliza comportamentele dobândite în multe situații sau obiective de expresie. Astfel, a permite elevilor să lucreze în mici grupe înseamnă a accepta ca aceștia, comunicând, să elaboreze răspunsuri care pot părea surprinzătoare pentru cel ce conduce lecția de educație fizică.

Pe plan cognitiv, de obicei în formularea obiectivelor se urmărește realizarea conștientizării actului motric în sensul formării capacității de a descrie ceea ce se face sau ce se va face.

Se constată în practică o adevărată dificultate de a acorda cele trei planuri amintite și focalizarea activității asupra unuia dintre ele, acest lucru antrenând evacuarea celorlalte două. Când se confruntă obiectivele actuale din educația fizică și propunerile privind obiectivele comportamentale, se poate spune că astăzi noi nu formulăm obiective comportamentale.

Care ar fi motivele care ar conduce către o asemenea afirmație? Ni se pare dificil, dacă nu imposibil de a trece în educația fizică în mod direct de la finalități la obiective comportamentale. Disciplina de învățământ educație fizică se sprijină pe un ansamblu de activități. A determina într-un mod precis ce comportamente se dorește a fi implementate înseamnă a trece de la o suprapunere de activități la o coordonare într-un ansamblu coerent,

a se întreba ce loc și ce rol se va atribui fiecărei activități, ținând seama de obiectivele generale educative.

Activitățile fizice și sportive sunt practicate de asemenea în sectoarele preocupărilor din timpul liber, performanței și marii performanțe, sectoare care urmăresc obiective diferite de acelea ale școlii, excluzând un transfer al formelor și conținuturilor. A fixa obiective comportamentale impune deci de asemenea o clarificare a conținuturilor educației fizice.

De asemenea, ni se pare dificil de precizat comportamentele care se doresc a fi implementate, fără a explica opțiunea pedagogică în care se înscrie: se dorește să se învețe un gest determinat? se dorește să se pună elevii într-o situație educativă care să le permită să rezolve o problemă sau, foarte simplu, să se exploreze situația? se dorește ca de-a lungul acțiunilor determinate să se dezvolte calități de aplicat în situații diverse? Potrivit răspunsului pe care fiecare profesor îl dă acestor întrebări, nu se va căuta să se implementeze același comportament.

Obiectivele operaționale

Acestea pot fi definite ca fiind fragmentarea proiectului pedagogic în comportamente observabile. Acestea din urmă permit evaluarea imediată a obiectivului comportamental. În acest sens și în mod deosebit pentru educația fizică, operaționalizarea obiectivelor ne pare de un interes considerabil. În determinarea obiectivelor observabile, trebuie să fie respectate anumite reguli, cum ar fi identificarea și nominalizarea comportamentului, definirea condițiilor în care comportamentul se poate produce, definirea criteriilor de performanță acceptabilă.

În ceea ce privește legătura dintre finalitățile educației fizice și obiectivele operaționale, este de dorit să se urmărească dezvoltarea tuturor posibilităților elevului. Cu toate acestea, se impun două observații: aceste potențiale sunt atât de numeroase, încât este foarte dificil a le dezvolta pe toate cu aceeași grijă și totodată posibilitățile de care dispune copilul nu se pot dezvolta cu aceeași viteză, unele dintre ele evoluând chiar într-un ritm foarte lent. Astfel, dacă apare important ca veriga finalități-scopuri-obiective generale-obiective operaționale să fie respectată, dacă apare important că numeroase va trebui să fie obiectivele definite operațional dinainte, ni se pare că în domeniul activităților fizice și sportive numeroase vor fi și obiectivele de care ne putem asigura imediat că sunt atinse. Astfel numai căutarea de indicatori va putea să ne informeze asupra evoluției elevului către obiective pe termen mediu și mai ales pe termen lung.

În contextul educației fizice, obiectivele operaționale permit realizarea concretă a obiectivelor generale, sub forma unei suite de achiziții. Aceasta este în esență formularea unui obiectiv general în termen de comportamente observabile, măsurabile, în anumite condiții specifice. În această optică și ținând seama de organizarea pe cicluri de învățământ a activității de educație fizică, rețin atenția alte două obiective - obiectivul terminal, care reprezintă obiectivul operaționalizat pe care elevul trebuie să-l stăpânească la sfârșitul ciclului de învățământ, și obiectivul intermediar, care este obiectivul operaționalizat apărut datorită stăpânirii de către elev a unui obiectiv terminal. Este vorba de a descrie comportamente care în interiorul unui ciclu vor permite atingerea unui obiectiv terminal. Aceasta este etapa elaborării situațiilor de învățare în care esențialul va fi de a solicita activitatea elevului.

Formularea unui comportament observabil presupune înlăturarea expresiilor tradiționale. Spre a înțelege această afirmație, exemplificăm prin: în cadrul unei lecții de

educație fizică în care la veriga realizarea temelor de lecție, altele decât cele din domeniul calităților motrice, sunt alese învățarea, consolidarea, perfecționarea unor elemente din gimnastica sportivă - în funcție de materialul didactic pus la dispoziția elevilor, aceștia vor fi împărțiți în grupuri, fiecare grup trebuind să alcătuiască un parcurs pe care va înlănțui două rostogoliri înainte, altele înapoi, o rostogolire laterală, o rostogolire înainte pe un aparat etc.

În acest caz, a executa rotații cu o bună plasare a corpului și membrelor presupune ca elevul să fi dobândit acest lucru, profesorul folosindu-se de expresia tradițională, "o conștientizare a corpului său", ori acest enunț nu este un comportament observabil. Pentru a operaționaliza această exprimare sunt posibile mai multe căi: a conștientiza propriul corp înseamnă a acționa în toate ocaziile în care este posibil. pentru ca elevul să se servească de corpul său, de a-l face să funcționeze.

A conștientiza propriul corp nu înseamnă pentru elev a învăța să numească diferitele părți care intervin în mișcare, înseamnă a-și constitui o cunoaștere asupra corpului în acțiune. A conștientiza propriul corp înseamnă a reinvesti această cunoaștere pentru a o stăpâni și a o face mai eficace în înlănțuirea diferitelor mișcări.

BIBLIOGRAFIE

- D'HAINAUT L.- *Programme de învățământ și educație permanentă*, Ed. Didactică și Pedagogică, București, 1981.
 HENRI LECHEVESTRIER - *Education Physique et Sport*, Paris, 1975, nr. 133, p. 19-23, nr. 134, iulie-august, p. 25-28.
 J. PIAGET - *Conștientizarea*, PUF, 1974, p. 115.
 C. PEHOIU - *Premise ale determinării obiectivelor și conținutului educației fizice*, în vol. II, "Al XXII-ea Congres al Academiei Româno-Americane de Științe și Arte", Târgoviște, 26-29 iunie 1997.

RELEVANȚA SOCIALĂ A SPORTULUI DE PERFORMANȚĂ

Conf. univ. drd. Viorel MOISIN*

Rezumat:

În societatea modernă activitatea sportivă de performanță, ocupă un loc central, fenomenul sportiv constituie un bun exemplu pentru procesul de globalizare. Jocurile Olimpice sunt edificatoare în acest sens.

Cuvinte cheie: Societatea modernă, sport de performanță, fenomen social, competiție sportivă, Jocurile Olimpice.

La începutul omenirii, în procesul muncii, al vânătorii sau pescuitului, apoi la întreceri special organizate, calitățile motrice ale individului (viteza, forța, îndemânarea, rezistența) au devenit criterii de apreciere, uneori foarte importante în cadrul colectivităților. Prin comparare, prin etalarea instinctuală și conștientă a unor calități și însușiri față de altele, s-a ajuns la întrecere. Una dintre trăsăturile care l-au caracterizat pe om chiar de la începutul existenței sale a fost tocmai acest spirit de întrecere.

Apogeul, pentru antichitate, l-au constituit Jocurile Olimpice ale Eladei, uimitoare prin cotele înalte atinse, prin organizare și mai ales, continuitate în timp. Într-un interval de 1172 de ani (776 î.e.n. – 394 e.n.) au avut loc fără întrerupere 293 de întreceri olimpice față de care cele 25 de ediții moderne sunt, într-adevăr, o cantitate neglijabilă.

Unii apologeți ai fenomenului sportiv afirmă că, de fapt sportul de performanță, deși un produs al epocii noastre, nu face decât să reediteze la un nivel calitativ și cantitativ mai înalt, agonistica Greciei Antice. Indiferent de adevărul, sau de cantitatea de adevăr al afirmației de mai sus, este cert că în sportul de performanță spre deosebire de celelalte aspecte ale exercițiilor fizice, se urmărește obținerea celor mai înalte valori, depășirea tuturor granițelor recordurilor, apropierea de limitele extreme ale posibilităților umane. Esențial în sportul de performanță este rezultatul material, care se obține practic prin comparare, de cele mai multe ori în mod direct, cu alte rezultate de asemenea prin alte strădanii fizice, fiziologice și morale. Acesta este factorul motor stimulator care declanșează și determină, în ultimă instanță, victoria. Pentru obținerea ei intervin anumite elemente distincte dintre care amintim doar câteva.

Performanța obligă la un proces de pregătire specializat, riguros studiat și controlat. De la motivația sportului se ajunge la conștientizarea antrenamentului, la raționalizarea sa, la intelectualizarea întregului fenomen sportiv prin contribuția sa largă adusă de participarea în acest cadru a numeroase discipline științifice.

Astăzi noțiunea de antrenament este concepută ca o activitate grea, istovitoare, îndelungată și stresantă. Eforturile sunt maxime, aproape de limitele de suportabilitate, fiziologică și psihologică, ale sportivului. De aici necesitatea unei selecții severe, științifice, a unui riguros și științific control medical, a unei înalte specializări a celor ce se ocupă de pregătirea sportivilor. O altă caracteristică a sportului de performanță este apariția unui sistem de clasificare a sportivilor care să-i delimiteze și să-i stimuleze. Dar mai presus de

* Universitatea "Bogdan Vodă", Facultatea de Educație Fizică și Management în Sport, Baia Mare, România

orice este nevoia de competiții generalizate, de întreceri, de competiții, de campionate. De aici se ajunge la manifestarea publică, la spectacolul sportiv, care, prin larga participare a maselor are un caracter social iar, prin calitatea desfășurării se ridică uneori la înălțimea manifestărilor artistice.

Sportul ca fenomen complex ilustrează cu prisosință legătura între sportiv și societate precum și funcționarea ei la nivel microsocial (sporturi individuale și de echipă), la nivel mezosocial, la nivel de asociații și cluburi sportive, și la nivel macrosocial (sportul ca valoare națională și politică de stat). Complexitatea sportului de performanță a determinat o abordare multidisciplinară a lui.

De-a lungul timpului au apărut o serie de subramuri științifice care au ca obiect de activitate fenomenul sportiv: medicina sportivă, psihologia sportului, sociologia sportului. La acestea se adaugă aportul tehnologic care se manifestă în echipamente și materiale sportive. Este unanim acceptat faptul că la ora actuală Jocurile Olimpice reprezintă cel mai mare eveniment social din lume. Ultima Ediție, Sydney 2000, a adunat la întreceri peste 12000 de sportivi, 4000 de tehnicieni și oficiali, peste 15000 de reprezentanți ai mass-mediei. Tabloul acestui gigantic eveniment este completat, de cei aproximativ 3,5 miliarde de telespectatori, care au urmărit întrecerile sportive prin intermediul rețelelor TV care au transmis (direct sau înregistrat) 24 de ore din 24.

Jocurile Olimpice sunt exclusiv concurențiale. Aceasta înseamnă că cei mai mulți competitori sunt învinși. Atenția generală este focalizată asupra unui număr mic de învingători, în contrast cu cei mulți care se pregătesc ani de-a rândul, pentru a sfârși învinși, uneori din cauza ghinionului sau alteori (cazuri tot mai des întâlnite) datorită mașinațiunilor unor grupuri de interese. Cucerirea unei medalii olimpice este visul care-i anină pe sportivi în procesul de antrenament ani de zile. Din păcate, această presiune, de a câștiga cu orice preț, îi determină pe unii dintre ei de a recurge la soluția substanțelor dopante. Accentul care se pune pe competiție și victorie înseamnă că alte forme de activitate fizică, care presupun doar participarea și cooperarea sunt marginalizate. Unul dintre principiile de bază ale olimpismului, „important este să participi, nu să câștigi cu orice preț” a rămas o amintire.

Legăturile dintre mass-media, sport și public sunt complexe, concretizate, printre altele, și în mecanismul de determinare reciprocă: dezvoltarea tehnologiilor de comunicare, accesul tot mai mare la ele a maselor largi de oameni, a condus la popularizarea și chiar globalizarea unor competiții care altfel erau necunoscute publicului. De exemplu, multă lume urmărește cu real interes întrecerile de sumo. Pe de altă parte, apetitul consumatorilor pentru manifestări sportive a făcut să crească ponderea acestora în grilele de programe TV, existând chiar canale speciale dedicate sportului (Eurosport, Sky Sport, etc.).

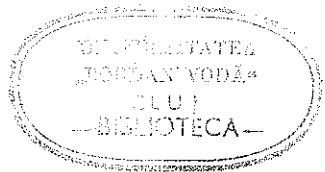
La rândul ei, o adevărată „industrie” a sportului, incluzând sume enorme de bani, diverse și subtile operații financiare a dus la creșterea statutului social al sportului, perceput acum nu doar pentru câștigarea unui prestigiu ci și ca o posibilitate excepțională de realizare în viață. Gradul de conștientizare a populației privind importanța, nu numai a sportului de performanță ci și a mișcării sportive în general, a crescut considerabil. Este nevoie încă de o muncă susținută de educație, mai ales pentru țările în curs de tranziție.

Bibliografie

- DRAGNEA, A. (1996) – *Antrenamentul sportiv*, București, Ed. Didactică și Pedagogică;
EITZEN D. S. (1996) – *Sport in Contemporary Society*, New York, St' Martin's Press, p. 21 – 35.
SEPPAMEN, P. (1984) – „*The Olympics: A Sociological Perspective*”, International Review the Sociology of Sport, No. 2 p. 114 – 127

IMPACTUL ACTIVITĂȚILOR CORPORALE SISTEMATICE ASUPRA SĂNĂȚĂII POPULAȚIEI

Conf. univ. dr. Ioan ZANC*
Lect. univ. drd. Justin LUPU*



Abstract:

Our review study make a synthesis based on recent available literature on the problems concerning the relationships between physical exercise and health of persons at the community level. In our synthesis we present the multiple benefits of regular physical exercise and sport on the oxygen metabolism, on physiological, psychological, and cardiovascular health of persons involved. In context we tackle the problem of fitness and his four components (strength, stamina, suppleness, and skills), the distinction between aerobic and anaerobic physical exercises. In the same time we mark off certain risks for health produced in the course of the practice of sport and physical exercises, and make a classification of the main types of physical exercises by units of basic metabolic rate.

Key words: aerobic exercises, anaerobic exercises, cardiovascular health, fitness, psychological health, physiological health, and risks for health.

Anii 90 ai secolului trecut au adus o schimbare majoră de perspectivă privind activitățile fizice și fitnessul, propunându-se trecerea de la exercițiile fizice viguroase, de mare intensitate, la exerciții fizice de intensitate moderată și de o mare varietate a activităților corporale care contribuie la ameliorarea sănătății și creșterea calității vieții persoanelor care le practică sistematic. Cercetări sistematice desfășurate în țările occidentale avansate au demonstrat că toate persoanele care practică activități fizice recreative și sportul cunosc beneficii marcate pentru sănătate, dintre care pot fi amintite:

Principalele efecte fiziologice favorabile pentru sănătate ale activităților corporale se referă la:

- Reducerea tensiunii arteriale sistolice și diastolice.
- Menținerea greutateii corporale în limitele normale și evitarea obezității.
- Ajută la curățirea arterelor de depunerile de colesterol și reduce congestia vaselor sangvine.
- Reduce tensiunea arteriolă diastolică prin reducerea rezistenței periferice în circulația sangvină.
- Ușurează digestia și eliminarea toxinelor din organism.
- Stimulează activitatea hematopoietică a măduvei spinării și sporește astfel rezistența organismului la infecții.
- Ameliorează toleranța la durere și pragul de toleranță al durerii.

* Catedra de Sociologie medicală, Universitatea de Medicină și Farmacie „Iuliu Hațieganu” Cluj-Napoca, disciplina de Psihologia sportului, Universitatea Bogdan Vodă, Baia Mare

- Stabilizează și reduce tensiunea arterială sistolică.
- Ameliorează regularitatea tranzitului intestinal, tonusului muscular, rezistența și forța mușchilor.
- Accelerează pierderea în greutate și adipozitatea corporală.
- Ameliorează ținuta corporală.
- Ameliorează circulația sangvină și duc la creșterea hematiilor (globulelor roșii) din sânge.
- Ajută la redistribuirea greutății corporale și obținerea unei ținute mai suple și echilibrate.
- Sporește rezistența fizică.
- Ajută la menținerea tegumentelor curate.
- Pot tempera sau reduce arteroscleroza și incidența aritmiilor cardiace.
- Sporesc diametrul intern al capilarelor, reduc nivelul lipidelor serice și ameliorează capacitatea respiratorie (a plămânilor).
- Contribuie la sporirea densității minerale a țesuturilor osoase la persoanele cu risc de fracturare sau osteoporoză.
- Contribuie la controlul nivelului glucidelor serice prin condiționarea funcționalității cardiace.

Practicarea sistematică a exercițiilor fizice și sportului de către amatori, contribuie la instalarea treptată a stării de formă fizică optimă sau de **fitness**. Componentele principale ale fitnessului sunt cei 4 S (în limba engleză); Strenght = forță fizică, Stamina = vigoare sau rezistență fizică, Suppleness = suplețe sau flexibilitate fizică, și Skills = îndemânare sau abilitate /dexteritate fizică (Downie, 1992).

Forța fizică ameliorată prin exercițiile fizice practicate metodic, sporește forța musculară, inclusiv forța mușchilor abdominali și face mai ușoară ridicarea corpului și a greutăților.

Vigoarea fizică implică mișcări ritmice ale grupurilor de mușchi pe perioade îndelungate de timp, ceea ce conduce la ameliorarea circulației sangvine și la creșterea forței miocardului, ceea ce se concretizează în bătăi ale inimii mai regulate, mai rare și mai puternice, la creșterea rezistenței cardiovasculare sau aerobice a organismului.

Suplețea fizică conferă flexibilitate maximă mișcărilor gâtului, coloanei vertebrale și articulațiilor. Ea reduce probabilitatea de producere a întinderilor musculare, a rupturii de ligamente, a tendinitei și a durerilor generate de rigiditatea mușchilor și articulațiilor la persoanele sedentare.

Pentru a fi eficiente exercițiile fizice trebuie însoțite în mod obligatoriu de perioade inițiale de încălzire, respectiv, în final de acomodare, trebuie, de asemenea, să fie plăcute (contrar mitului care spune; fără durere, nu există beneficii ale exercițiilor fizice) și armonios integrate stilului de viață al persoanei. Dacă exercițiile fizice sunt plictisitoare și chinuitoare, vor fi repede abandonate, fără beneficii evidente pentru sănătatea persoanei respective. Eficiența practicării exercițiilor fizice și sportului de către amatori, depinde de frecvența, durata și intensitatea lor.

Beneficiile fizice directe ale exercițiilor care vizează **fitnessul** se referă la:

1. Dobândirea rezistenței cardio-respiratorii sau aerobice, care înseamnă capacitatea organismului de a susține activități fizice intense pe perioade de timp îndelungate.

2. Ameliorarea flexibilității, coordonării mișcărilor și menținerii echilibrului, concretizată în creșterea capacității unei articulații de a efectua o mișcare completă.
3. Îmbunătățirea forței musculare care se referă la cantitatea maximă de efort suportată de un mușchi, la o singură solicitare, la un singur efort.
4. Creșterea rezistenței musculare, a capacității unor grupe de mușchi de a efectua un efort susținut, pe o perioadă îndelungată de timp.

Exercițiile fizice pot fi **aerobice**, care provoacă o creștere importantă a ritmului cardiac și pun în acțiune un grup de mușchi, pentru o perioadă îndelungată de timp și la creșterea importantă a consumului de oxigen(aerobic = cu oxigen), cum este cazul alergărilor pe distanțe lungi (5.000 , 10.000 metri, maraton), alergatul pe bicicletă, joggingul, etc.

Exercițiile **anaerobice** sunt cele care se realizează nu prin sporirea consumului de oxigen de către organism, ci prin creșterea consumului de glicogen depus în ficat și mușchi ca sursă de energie. Glicogenul se descompune în glucoză în lipsa oxigenului. Exercițiile anaerobice presupun eforturi maxime pe o perioadă redusă de timp, cum este cazul în alergările pe distanțe scurte(100 metri viteză, garduri, etc.), serviciul la tenis, ridicarea halterelor, luptele libere sau greco-romane.

Practicarea exercițiilor fizice duce la **ameliorarea funcționalității diferitelor organe** ale corpului omenesc, cum sunt:

1. Sistemul respirator, prin creșterea profunzimii respirației și ameliorarea capacității vitale a plămânilor, creșterea forței mușchilor pectorali.
2. Sistemul cardiac prin creșterea forței miocardului care devine capabil să pompeze o cantitate sporită de sânge la țesuturile organismului uman.
3. Ficatul prin reducerea nivelului trigliceridelor serice și creșterea nivelului lipidelor de înaltă densitate(HDL), sănătoase pentru organism pentru că reduc colesterolul seric și riscul de cardiopatii coronariene.
4. Circulația sangvină este ameliorată prin creșterea elasticității arterelor și creșterea diametrului vaselor capilare de la nivelul mușchilor.
5. Sistemul nervos, prin stimularea centrilor nervoși din creier care sporesc ritmul cardiac și creșterea cantității de oxigen și substanțe nutritive din sânge care sporesc puterea creierului.
6. Glanda tiroidă a cărui metabolism este stimulat, contribuind la reducerea riscului de supraponderalitate și obezitate.
7. Rinichii, prin creșterea secreției hormonale și reducerea fluxului sangvin la nivelul rinichilor.
8. Talia este ameliorată prin reducerea cantității de grăsime la nivelul taliei.
9. Sistemul osteo-articular prin reducerea riscului de osteoporoză și creșterea mobilității articulațiilor.
10. Sistemul muscular, prin creșterea eficienței mușchilor, a forței musculare, a flexibilității, echilibrului și rezistenței lor, la creșterea circulației sangvine la acest nivel.
11. Tendoanele, devin mai elastice și rezistente, făcând corpul mai mlădios.

Exercițiile fizice practicate susținut și cu plăcere aduc și beneficii pentru sănătatea psihică a persoanelor, între care cele mai importante sunt sintetizate în tabelul de mai jos:

Specialiștii în psihologia sportului au evidențiat prezența unor considerabile **beneficii psihice ale practicării activităților corporale**, dintre care amintim:

- Întărirea stimei de sine, încrederii în forțele proprii, și a plăcerii.
- Creșterea nivelului de noradrenalină ce duce la scăderea depresiei.
- Creșterea stăpânirii de sine și a capacității de auto-control.
- Creșterea valorii imaginii despre sine și a sentimentului valorii personale.
- Duc la creșterea sentimentului tonic în viață, a capacității de conștientizare a sentimentelor, la crearea unei bune dispoziții sufletești generale și un nivel superior al conștiinței, ca urmare a creșterii nivelului catecolaminelor serice.
- Creșterea secreției de adrenalină ce duce la ridicarea nivelului metabolismului bazal.
- Creșterea capacității intelectuale prin activarea emisferei cerebrale din partea stângă.
- Favorizează stabilirea și îmbunătățirea climatului relațiilor interpersonale.
- Conduc la diminuarea intensității comportamentelor de dependență față de alcool, nicotină, consumul exagerat de alimente și setea excesivă (dipsomania).
- Contribuie la sporirea acuității senzoriale, mai ales a simțului gustativ.
- Conduce la exprimarea creatoare a valorilor personal și la ameliorarea dispoziției sufletești.
- Motivează angajarea persoanei în activități profesionale sau din timpul liber.
- Ameliorează timpul de reacție și sporește capacitatea de concentrare a atenției.
- Poate duce la modificarea întregului stil de viață al persoanei.
- Reducerea anxietății și depresiei

Efectele psihice favorabile ale activităților corporale practicate în mod sistematic, formulate în manieră antitetică se concretizează în următoarele aspecte:

SPORESC	REDUC
1. Performanța școlară	1. Absenteismul la locul de muncă
2. Capacitatea de afirmare /dominanța	2. Abuzul de alcool
3. Încrederea în forțele proprii	3. Iritabilitatea /starea de furie
4. Stabilitatea emoțională	4. Anxietatea
5. Sentimentul de independență personală	5. Starea de confuzie mentală
6. Capacitatea intelectuală	6. Depresia
7. Capacitatea de autocontrol	7. Dismenoreea
8. Capacitatea de memorizare	8. Durerile de cap
9. Dispoziția sufletească	9. Ostilitatea
10. Capacitatea de percepție a realității	10. Fobiile
11. Popularitatea între oameni	11. Comportamentul psihotic
12. Imaginea pozitivă asupra propriului corp	12. Reacțiile negative la stres
13. Capacitatea de stăpânire de sine	13. Tensiunea psihică
14. Satisfacția sexuală	14. Tipul psihocomportamental A
15. Bunăstarea fizică și psihică	15. Erorile la locul de muncă
16. Eficiența la locul de muncă	

Practicarea exercițiilor fizice este, din păcate însoțită uneori și de **riscuri pentru sănătatea fizică și psihică**. Printre cele mai frecvent accidente sportive se enumeră:

1. Tendinitele mai ales la tendonul lui Ahile, apoi iliotendinitele, tendinitele patelare și umerale.
2. Entorsele care sunt leziuni traumatice ale articulațiilor, care, spre deosebire de luxații, nu determină deplasări permanente ale oaselor și ligamentelor acestora și se produc mai ales la nivelul gleznei, mușchilor umărului, cvadricepsului și tendoanelor.
3. Luxațiile care sunt deplasări ale extremităților unor segmente mobile ale oaselor din poziția normală, însoțite de durere vie și pierderea capacității funcționale a articulațiilor. Luxații frecvente în activitatea sportivă se produc la nivelul genunchiului, degetelor și gleznei.
4. Bursite - inflamații ale sacului sinovial de la articulații apar mai des la tenismeni la nivelul cotului, umărului, șoldului și genunchiului.
5. Fracturi de efort apar la laba piciorului și a gambei.
6. Comoțiile cerebrale, mai rare dar și extrem de periculoase, pot apare mai ales la practicanții unor **sporturi extreme** cum sunt snow - boardul, parașutismul, zborul cu parapanta, etc.

Cele mai frecvente accidente traumatice în sport sunt luxațiile(30%), entorsele(29%), contuziile(14%) și se produc în ordine descrescătoare în ; fotbalul american, fotbal, lupte, baschet, alergări, cros, gimnastică, volei, înot, tenis și badminton.

În planul **efectelor psihice nefavorabile** care pot apare la practicanții exercițiilor fizice sistematice se amintește starea de dependență obsesiv-compulsivă de activitățile fizice care devin un scop în sine și duc la deteriorarea performanței școlare și profesionale a persoanelor respective.

În mod individual, diferitele exerciții psihice comportă riscuri diferențiate pentru sănătatea participanților.

Plimbarea în ritm alert nu comportă, în principiu, nici un risc de accidentare.

Înotul poate provoca otită externă, conjunctivite, eroziunea smalțului dentar, traumatisme ale mușchilor și ale sistemului osos, întinderi și rupturi musculare.

Gimnastica ritmică în cadrul căreia cea mai populară formă practică este dansul aerobic, poate conduce la fracturi, luxații de gleznă, fracturi ale gambei și ale labei piciorului.

Alergarea sau joggingul poate provoca traumatisme mai ales la persoanele înalte și lente, pe vreme caldă.

Ciclismul, prin antrenarea în căzături și busculade produce julturi și rupturi ale pielii, traumatisme craniene și fracturi ale membrelor superioare și inferioare.

Tenisul poate antrena luxația de gleznă, traumatisme faciale, oculare, cotul traumatic, osteoartrita genunchiului și șoldului.

Practicarea sistematică a exercițiilor fizice duce și la ameliorarea considerabilă a metabolismului oxigenului (Schafer, 1996)

Ameliorarea consumului de oxigen prin:

- întărirea mușchiului diafragmatic,
- creșterea flexibilității și capacității plămânilor.

Ameliorarea circulației oxigenului în țesuturi prin:

- creșterea numărului de hematii în sânge,
- creșterea volumului de sânge pompat pe fiecare bătaie a inimii,
- reducerea ritmului cardiac pentru un anumit nivel al solicitărilor fizice,
- creșterea volumului de sânge circulant,
- deschiderea unor noi căi pentru vasele capilare
- creșterea volumului vaselor de sânge și a vaselor capilare,
- reducerea vâscozității sângelui,
- exercițiile fizice duc și la dezvoltarea și perfecționarea "mușchilor spiritului", la sporirea cantității și calității activităților intelectuale.

Ameliorarea metabolismului oxigenului prin:

- eliberarea mai eficientă a dioxidului de carbon din organism,
- extragere mai eficientă a oxigenului din sânge de către celulele musculaturii,
- ardere mai eficientă a oxigenului în celulele musculare.

Un raport relativ recent al Ministrului Sănătății al SUA (USDHHS-United States Department of Health and Human Services, 1996), consacrat relației dintre exercițiile fizice și sănătate a concluzionat că activitatea fizică moderată reduce riscul de deces sau de îmbolnăvire prin boli cardiovasculare, diabet, cancer de colon și hipertensiune arterială. Activitatea fizică protejează persoanele împotriva durerilor dorsale lombare, precum și de diferite forme de cancer, cu deosebire, cancerul de sân (Frost, et al., 1995, McTiernan et al. 1996).

În medie, persoanele care practică exercițiile fizice și sportul trăiesc mai mult și mai bine (cu o calitate a vieții superioară) decât cei sedentari. (Kujala et al., 1998, Paffenbarger et al., 1993, Sherman et al., 1994, Kaplan et al., 1996). De asemenea, activitățile fizice moderate contribuie la menținerea independenței funcționale a persoanelor în vârstă și contribuie la ameliorarea calității vieții persoanelor de toate vârstele. (Nelson, et al., 1994, LaCroix et al., 1993, Buchner et al. 1997). Activitatea fizică sistematică este deosebit de importantă pentru persoanele care au probleme cu articulațiile sau sistemul osos, întrucât aceasta le ameliorează capacitatea funcțională a mușchilor, inimii și performanțele fizice cotidiene (Stenstrom, 1994).

Cu toate că activitatea fizică viguroasă este recomandată pentru îmbunătățirea capacității cardiovasculare, argumente științifice tot mai numeroase indică faptul că și activitatea fizică moderată aduce beneficii importante pentru sănătate, inclusiv prin scăderea riscului de cardiopatii coronariene. Pentru persoanele sedentare s-a documentat că și mici creșteri ale nivelului activităților fizice conduce la beneficii pentru sănătate tangibile (Pate, et al., 1995).

Un ambițios program de ameliorare a sănătății populației americane inițiat în timpul mandatului fostului președinte democrat William Clinton și intitulat Healthy People 2010 (USDHHS, 2000), cu 10 obiective majore include un obiectiv consacrat activității fizice și dobândirii de către majoritatea americanilor a unei forme fizice optime (fitness). Scopul acestui obiectiv este ameliorarea sănătății, fitnessului și calității vieții prin practicarea exercițiilor fizice zilnice. Programul definește activitatea fizică drept ansamblul de mișcări corporale produse prin contractarea mușchilor scheletului și care duce la creșterea

substanțială a consumului de energie. După criteriul intensității (IOM-Institute of Medicine, 2001), măsurat în funcție de RMB- rata metabolismului bazal (consumul de kilocalorii într-o oră de repaus) activităților fizice se pot încadra în următoarele categorii:

a) Activități fizice ușoare cu valori ale RMB între 1-3 și cuprinde activități cum ar fi: mersul pe jos în ritm lent, activitățile casnice obișnuite, etc.

b) Activitatea fizică moderată este acea activitate fizică ce antrenează grupurile mari de mușchi ai corpului cu RMB între 3-6 unități și cuprinde: mersul pe jos în ritm alert, înotul, dansul, mersul pe bicicletă, activitățile casnice de îngrijire a grădinii, locuinței, precum și diferite activități profesionale și casnice solicitante fizic.

c) Activitatea fizică intensă, viguroasă cuprinde activitățile fizice ritmice, repetitive, cu un RMB între 6-12 unități, ce pun în mișcare grupurile mari de mușchi la cel puțin 70% din ritmul cardiac maxim care se calculează prin diferența dintre 220 bătăi pe minut și vârsta persoanei respective. Între activitățile fizice intense se includ: joggingul, alergatul pe distanțe lungi, mersul pe bicicletă rapid, înotul rapid, dansul aerobic, patinajul, canotajul, schiul, tenisul de câmp și de masă, fotbalul, handbalul, baschetul și alte sporturi de echipă.

d) Activitatea fizică foarte intensă sau încordată cu valori ale RMB peste 12 unități care se referă la concursurile de ciclism, alergările pe distanțe scurte, patinajul viteză, schiul de fond pe teren accidentat, etc.

Forma fizică optimă sau **fitnessul** este un set de atribute pe care o persoană le are sau le dobândește cu privire la capacitatea acesteia de a desfășura cu succes activități fizice diferite. Componentele privitoare la *performanță* ale fitnessului se referă la următoarele aspecte: agilitatea, echilibrul, coordonarea, forța și viteza mișcărilor. Componenta privitoare la *sănătate* a fitnessului se concretizează în: constituția corporală, capacitatea cardio-respiratorie evaluată cu testul Ruffier, flexibilitatea, forța și rezistența musculară (Kent, 1994, Howley și Franks, 1997).

Proporția populației care practică exercițiile fizice intense este destul de redusă peste tot în lume situându-se în SUA în anul 1997 la un procent de 23% la persoanele adulte, exercițiile moderate de 30 minute la 15%, iar cele de 20 minute la 31%. Exercițiile de forță și rezistență musculară erau practicate în același an de 18% din adulții de peste 18 ani, iar exercițiile pentru dezvoltarea flexibilității corporale de către 30% din adulți. (USDHHS, 2000).

BIBLIOGRAFIE.

1. Akande, A., van Wyk C. de W., Osagie, J. E., (2000), Importance of exercise and nutrition in the prevention of illness and the enhancement of health. *Education*, Summer, 120: 758-773.
2. Anshel, M. H. (1991), *Dictionary of the Sport Exercise Sciences*. Champaign, Human Kinetics Books.
3. Downie, R. S., et al., (1992), *Health promotion, models and values*. Oxford, Oxford University Press.
4. Frost, H.; Moffett, J. A. K.; Moser, J. S.; et al. (1995), Randomized controlled trial for evaluation of fitness programme for patients with chronic low back pain. *British Medical Journal* 310:151-154.
5. Howley, E.T., and Franks, B.O. (1997) *Health Fitness Instructors Handbook*. 3rd

- ed. Champaign, IL: Human Kinetics.
6. Kaplan, G.A.; Strawbridge, W. J.; Cohen, R. D.; et al. (1996) Natural history of leisure-time physical activity and its correlates: Associations with mortality from all causes and cardiovascular disease over 28 years. *American Journal of Epidemiology* 144(8): 793-797.
 7. Kaprio, J.; Sarna, S.; et al. (1998) Relationship of leisure-time physical activity and mortality: The Finnish twin cohort. *Journal of the American Medical Association* 279(6): 440-444.
 8. Kent, M. (1994) *The Oxford Dictionary of Sport's Science and Medicine*. Oxford, England: Oxford University Press.
 9. Kujala, U.M.; Kaprio, J.; Sarna, S.; et al. (1998) Relationship of leisure-time physical activity and mortality: The Finnish twin cohort. *Journal of the American Medical Association* 279(6): 440-444.
 10. Kushi, L.H.; Fee, R.M.; Folsom, A. R.; et al. (1997) Physical activity and mortality in postmenopausal women. *Journal of the American Medical Association* 277:1287-1292.
 11. LaCroix, A. Z.; Guralnik, J. M.; Berkman, L. F.; et al. (1993) Maintaining mobility in late life. II. Smoking, alcohol consumption, physical activity, and body mass index. *American Journal of Epidemiology* 137(8): 858-869.
 12. McTiernan, A.; Stanford, J.L.; Weiss, N.S.; et al. (1996) Occurrence of breast cancer in relation to recreational exercise in women age 50-64 years. *Epidemiology* 7(6): 598-604.
 13. Nelson, M.E.; Fiatarone, M.A.; Morganti, C.M.; et al. (1994), Effects of high-intensity strength training on multiple risk factors for osteoporotic fractures: A randomized controlled trial. *Journal of the American Medical Association* 272(24): 1909-1914.
 14. Paffenbarger, R. S.; Hyde, R. T.; Wing, A. L.; et al. (1993) The association of changes in physical- activity level and other lifestyle characteristics with mortality among men. *The New England Journal of Medicine* 328(8): 538-545.
 15. Pate, R.R.; Pratt, M.; Blair, S.N.; et al. (1995) Physical activity and public health: A recommendation from the Centers for Disease Control and Prevention and the American College of Sports Medicine. *Journal of the American Medical Association* 273(5): 402-407.
 16. Schafer, W., (1996), *Stress management for wellness*, New York, Harcourt Brace College Publishers.
 17. Sherman, S. E.; D'Agostino, R. B.; Cobb, J. L.; et al. (1994), Physical activity and mortality in women in the Framingham Heart Study. *American Heart Journal* 128(5): 879-884.
 18. Stenström, C. H. (1994) Home exercise in rheumatoid arthritis functional class II: Goal setting versus pain attention. *Journal of Rheumatology*, 21(4): 627-634.
 19. ***IOM (Institute of Medicine), (2001) *Health and behaviour: The interplay of biological, behavioural, and societal influences*, Washington, DC, National Academy Press

DE CE
Î

ABSTR.

A
majority
the stud
that th
gymna:
childre
educat
persor
sugge
thing.
stude
inves
educ
keep
phys

Cuv

IN

ne;
ne
co
ca
ex
d
a
s
'

DE CE VIN UNII ELEVİ ÎNCRUNTAȚI LA EDUCAȚIE FIZICĂ? ÎNSTRĂINAREA ELEVILOR DE EDUCAȚIA FIZICĂ. (STUDIU PILOT)

Lector. univ. drd. KULCSAR ȘTEFANA*

Lector. univ. drd. MACRA OȘORHEAN MARIA*

Asist. univ. JURCĂU VASILE *

ABSTRACT

Although the students attitudes towards physical education are very varied, the majority (generally 90% or more) love this subject. Despite all this, any kind of apathy of the student regarding physical education may appear, however, surprising, given the facts that the subject includes a wide range of physical activities: games, competition, gymnastics, different sports branches etc., these playing a highly important role in many children an teenagers lives. Moreover, unlike many subjects studied in school, physical education often includes an "active game" components, which very much attracts the young person due to its individual and social aspects. Considering all this factors, the research suggests that up to 10% of children show no interest in the subject and this is a distressing thing. Furthermore, there is evidence, pointing the fact, an increasing percentage of students find physical education less relevant and less enjoyable. This study has aimed at investigating the reasons of the students identified as the "coming angry to physical education" which represents a premise for renouncing the physical activities and implicitly, keeping the organism from benefitting the health-generating effects (sano-genezic effects) of physical exercise.

Cuvinte cheie: educație fizică, motivație, înstrăinare

INTRODUCERE

Urmând definiția *înstrăinării* frecvent utilizată în științele sociale, atitudinile negative persistente manifestate de elevi pot apare din trei stări afective: *dezinteres*, *neputință* și/sau *izolare*. Deși asemenea constructe psihologice sunt valabile în întreg contextul social, se pot identifica câteva aspecte particulare ale lecției de educație fizică la care acestea fac referire. De exemplu, unii elevi nu văd rostul activităților din lecțiile de educație fizice, nu au nici un interes legat de aceste activități. Această stare o denumim *dezinteres*. Alții au sentimentul că nu pot controla ceea ce se întâmplă pe terenul sportiv, nu au competența necesară. Acest aspect este numit *lipsă de control* sau *neputință*. Alții se simt singuri, se retrag, se simt izolați față de colegii lor în lecția de educație fizică, fie din punct de vedere social fie emoțional. Pentru a descrie acest sentiment am ales cuvântul *izolare*.

Pe baza acestor noțiuni, pentru realizarea acestei lucrări, *înstrăinarea* este definită ca *atitudine negativă persistentă* pe care unii elevi o asociază cu situații neplăcute sau fără sens, cu "plictiseala" în cadrul educației fizice. Dacă elevii cred că nu pot controla și schimba situația, circumstanțele pot duce la o închistare emoțională, mentală și fizică față de

educația fizică și din acest punct de vedere se poate spune că ei sunt *înstrăinați* – vin la educație fizică *încrunțați* sau că nu le place să fie pe terenul de sport.

Conform literaturii de specialitate, *înstrăinarea* față de educație fizică poate fi cauzată de câțiva *factori*. De exemplu *plictiseala*, *repetarea* și *munca fără sens* au fost citate ca esențiale în producerea antipatiei față de activitățile corporale. *Comportamentul profesorului*, de asemenea, contribuie la înstrăinarea elevului. *Competitivitatea* din cadrul lecției conduce la antipatia față de educația fizică în totalitate sau față de unele aspecte ale acesteia. În plus, problemele care se referă la interacțiunea dintre concepțiile proprii, autoconsiderații și contextul social al lecției de educație fizică au fost citate ca factori ce duc la antipatia elevului față de educația fizică. (Carlson, 1995)

Neimplicarea și lipsa de interes a elevilor sunt adesea surse de frustrare și din cauza unor *cadre didactice* care folosesc cantități de timp disproporționate de mici pentru a atrage acești elevi, de cele mai multe ori, fără succes. Scopul principal al acestei lucrări a fost să luăm în considerare vocile acestor elevi și să aflăm motivele înstrăinării lor. De asemenea, s-au căutat dovezi care să susțină sau să respingă ipoteza că cele trei categorii de înstrăinare propuse (*dezinteresul*, *neputința* și *izolarea*) sunt trăite de unii elevi.

METODĂ

Fazele studiului

Studiul s-a realizat în 2 etape:

Interviuri în legătură cu fenomenul: interviuarea profesorilor; o analiză generală

Interviurarea elevilor.

Interviurile în legătură cu fenomenul. Prima etapă a studiului a constat în interviuri, structurate cu răspunsuri sugerate și deschise, adresate unui număr de 4 profesori, doi de liceu și doi de gimnaziu, doi bărbați și două femei, cu experiență de circa 20 de ani. Această tehnică am abordat-o pentru a obține o relatare corespunzătoare a factorilor ce determină fenomenul ca atare. Informațiile au servit în mare măsură la structurarea chestionarului pentru interviuarea ulterioară a elevilor. Conținutul interviului s-a concentrat pe modul în care aceștia recunoșteau elevii „încrunțați”, modul în care reacționau și felul cum făceau față situației. Aceste informații au fost supuse unei analize generale, pentru demersurile ulterioare.

Interviurarea elevilor: S-au folosit informații obținute din prima etapă și într-o primă fază s-au identificat elevii care manifestă fenomenul de *înstrăinare*. Toți elevii au fost solicitați să marcheze răspunsul la o singură afirmație: „*Îmi place educația fizică*”, prin DA sau NU. Cei care au răspuns negativ au fost interviuați individual prin folosirea unui chestionar de 5 întrebări cu răspunsuri libere (1) și sugerate (4).

Întrebările au fost grupate în două categorii:

Identificarea motivelor reale de înstrăinare față de educația fizică, prin răspuns liber la întrebarea „*Care sunt motivele reale pentru care nu mergi cu plăcere la educație fizică?*”. Cercetătorilor li s-a cerut să noteze răspunsurile exact așa cum sunt exprimate de interviuat (valabil pentru toate răspunsurile). Identificarea motivelor prin sugerarea răspunsurilor, realizată prin gruparea pe elementele de bază ale sistemului educațional: *profesorul*, *programa*, *atmosfera din lecție* și *atitudinea familiei (părinților)*

Subiecți

Studiul a fost realizat pe elevi din clasele a V-a și a VI-a din două școli. Etapa interviului fenomenologic din faza I s-a realizat la Școala CJ (populație = 500 elevi) și Școala BM (populație = 700 elevi). (s-au utilizat pseudonime pentru numele școlilor și elevilor). La Școala CJ, programa de educație fizică respectă instrucțiunile MEC și conform tradiției școlii, în lecțiile de educație fizică, se practică opțional jocul de baschet. La școala BM, de asemeni se respectă programa MEC. Lecțiile se desfășoară demixtat însă în condiții improprii: în perioada rece-nefavorabilă, băieții joacă fotbal pe un teren de bitum fără porți (care au fost înlăturate din cauza unui accident mortal petrecut cu doi ani în urmă, în afara orelor) iar fetele practică gimnastica pe un coridor al școlii sau într-o sală foarte mică (6/12m); nu pot fi oferite alte alternative.

REZULTATE

Rezultatele examinării au fost înregistrate de la 128 elevi (59 băieți și 69 fete). 120 de elevi au afirmat că sunt de acord cu afirmația: „*Îmi place lecția de educație fizică*”. Din cei 120 de elevi, 55 au fost băieți și 65 fete. 9 dintre elevi au răspuns negativ la interviul realizat, ceea ce reprezintă 7% din nr. total. Raportul băieți/fete este de 5/4 în favoarea fetelor.

Motivele înstrăinării

Au fost luate în considerație 8 cazuri în situația acestui răspuns, din cele 9 înregistrate, unul dintre subiecții selecționați fiind scutit medical de efort, pe motive reale.

La întrebarea nr. 1, cu răspuns liber – „*Care sunt motivele pentru care nu mergi cu plăcere la educație fizică*”, s-au primit în totalitate răspunsuri care acoperă tema întrebării nr. 3 – neputința (lipsa controlului) - abordată prin interviul dirijat de cercetător. Și băieții și fetele reafirmă că pur și simplu nu le place efortul fizic. Totuși nu ar renunța la educație fizică. Ar dori să aibă condiții mai bune pentru practicarea exercițiilor fizice. Pentru cei mai mulți dintre subiecți, cerințele disciplinei (exercițiile, probele de control) sunt prea dificile pentru posibilitățile lor; pentru unii dintre aceștia cauza o reprezintă problemele de sănătate din antecedente iar pentru cei mai mulți, oboseala care se instalează rapid și faptul că nu pot face față cerințelor impuse de cadrul didactic. Complexitatea exercițiilor constituie motivul principal de înstrăinare, exprimat în limbajul curent al copiilor prin afirmații precum: „nu-mi place să fac exerciții”; „mi-ar plăcea să jucăm fotbal sau șah” (Cristian); „mi-ar plăcea să avem o sală mai mare” (Călin); „educația fizică este prea complicată pentru copii de vârsta noastră” (Claudiu) „Nu pot să fac anumite lucruri”; „Este plictisitor, obosesc repede” (Alexandra); „Nu am motive reale; pur și simplu nu-mi place educația fizică” (Ioana).

La întrebarea cu nr. 2 cu răspuns dirijat „*Îți place profesorul de educație fizică?*”, toți subiecții au răspuns afirmativ. Totuși, Ovidiu a ținut să specifice că „ar trebui să fie mai blând cu noi”, „așteaptă prea mult de la noi”; Cuvintele acestuia s-au regăsit în mai multe variante printre elevii „încrunțați”.

Răspunsurile sugerează ideea că, deși elevii acceptă faptul că *profesorul* trebuie să impună prin atitudinea lui o anumită disciplină și să respecte cerințele didacticii domeniului, el ar trebui totuși să fie mai îngăduitor cu nivelul capacității motrice a elevilor și să manifeste mai puțină „duritate” în relația cu aceștia.

Întrebarea nr. 3 – „*Ce nu-ți place să faci la educație fizică*” (cu detalieri legate de conținutul programei și procesul de evaluare) a avut ca scop obținerea de informații legate de neputință - lipsa de control sau altfel spus a motivelor pentru care elevii nu fac față situației

Participarea și plăcerea din lecțiile de educație fizică este adesea împiedicată de natura lor competitivă. Ovidiu a subliniat acest lucru astfel: *“Profesorii te pun să te întreci cu ceilalți. Acest lucru nu mă face să mă simt bine. Ceea ce doresc este să fiu cu ei. Mi-ar place să fac mai multe exerciții de forță”*. Și Claudiu simte prea multă “tensiune” mai ales atunci când trebuie să dea probele de control.

Activitățile mai puțin competitive cum ar fi aerobic, șah, activitățile în aer liber au fost văzute ca fiind mai amuzante și mai puțin stresante decât cele tradiționale - exerciții de gimnastică în sală, săriturile peste capră, rostogolirile (Carmen).

Pentru Alexandra, trecerea în clasa a V-a, la lecții în care *“nu ne mai jucăm așa cum o făceam cu d-na învățătoare”* este încă unul dintre motivele de înstrăinare; deasemeni, Claudiu ar dori să participe la *“lecții mai distractive, mai vesele”*.

Condițiile în care adesea sunt nevoiți să practice exercițiile fizice îi îndepărtează pe elevi de educație fizică - *“sala nu se aerisește și este mult praf”*, afirmă Alexandra.

Nu s-a relevat nici o diferență semnificativă între totalul elevilor înstrăinați și cel al elevilor care participă cu plăcere la educația fizică școlară. Rezultatele sugerează că toți elevii ar dori să li se ofere mai multe posibilități de alegere a formelor de practicare a exercițiilor fizice și chiar de evaluare, că toți elevii trec prin dificultăți pentru a face față cerințelor impuse de programă. Pentru cei înstrăinați, se pare însă că dificultățile întrec mult posibilitățile de răspuns. Ei s-au resemnat la situația dată *“a nu fi bun la sport”* ca la ceva care nu putea fi influențat prin practică, efort sau instrucție. Pentru ei, a fi competent la educație fizică este ceva ce poate exista sau nu, ca o caracteristică personală dată.

Răspunsurile elevilor la întrebarea legată de izolarea produsă de atmosfera din lecțiile de educație fizică (nr. 4) nu a relevat o diferență semnificativă între elevii înstrăinați. La sfârșitul etapei investigației individuale, cu toate că s-a făcut vizibil faptul că trei dintre subiecți manifestă un sentiment mai puternic de izolare față de colegi: *“Copii sunt indisciplinați, profesorul strigă mereu; aș dori să ne înțelegem bine”* (Carmen). *“Miroase a transpirație și este o atmosferă dură, parcă este plină de ură și mânie”* (Ovidiu). *“Mi-ar plăcea ca unii colegi, care nu pot să facă exercițiile să nu fie luați peste picior de ceilalți care pot și mi-ar mai plăcea să avem locuri suficiente (vestiare) unde să ne schimbăm”* (Alexandra); acest concept de izolare a apărut într-o formă sau alta, într-o măsură mai mică sau mai mare, la aproape toți componenții grupului investigat.

Întrebarea nr. 5, despre părerea părinților față de fenomenul înstrăinării copiilor lor de educație fizică: *“Ce spun părinții despre educația fizică? Te încurajează să faci mișcare? Sunt de acord cu tine că educația fizică este așa cum susții?”*; În totalitate subiecții afirmă că părinții le susțin părerea negativă față de educație fizică. Tații, în majoritate îi încurajează să facă mișcare însă mamele îi înțeleg atunci când ei spun că nu fac față efortului. Carmen: *“Tata spune că trebuie să fac educație fizică. Mama nu spune nimic, mă înțelege.”*; Toți exprimă, într-o formă sau alta, faptul că părinții (ca și ei, copiii) sunt de acord cu ideea că *“la educație fizică nu ar trebui să se facă lucruri așa complicate”*.

CONCLUZII

Rezultatele examinării nu au arătat diferențe semnificative între subiecții care “vin încruntați la educație fizică”. Datele interviului au sugerat că neputința - lipsa de control (lipsa condiției fizice necesare) a fost o îngrijorare manifestată de majoritatea elevilor investigați. Într-o cercetare viitoare includerea în interviuri a elevilor care se simt atrași de educație fizică ar fi folositoare în sensul că s-ar stabili dacă părerile lor cu privire la această lipsă de control ar fi similară indiferent de afilierea elevilor față de materie

Micul eșantion de subiecți din grupul înstrăinat care au răspuns că se simțeau izolați a indicat că ei consideră că au o condiție fizică precară, cu care nu pot face față cerințelor și care îi distanțează de colegi. O nouă ipoteză s-a ivit ca urmare a acestor date: luând în considerare ancheta într-un context mai larg, o corelare între aceste două situații poate exista. Cu toate acestea, momentan, doar pentru elevii identificați ca înstrăinați, a fost demonstrată prezența motivelor.

Bazându-ne pe analizele din cadrul studiului, pentru a explica procesul înstrăinării la educație fizică am recurs la adaptarea unui model al participării-identificării alcătuit de Finn, 1989(cit. de Tereza cerințelor Carlson, 1995). (fig. 1)

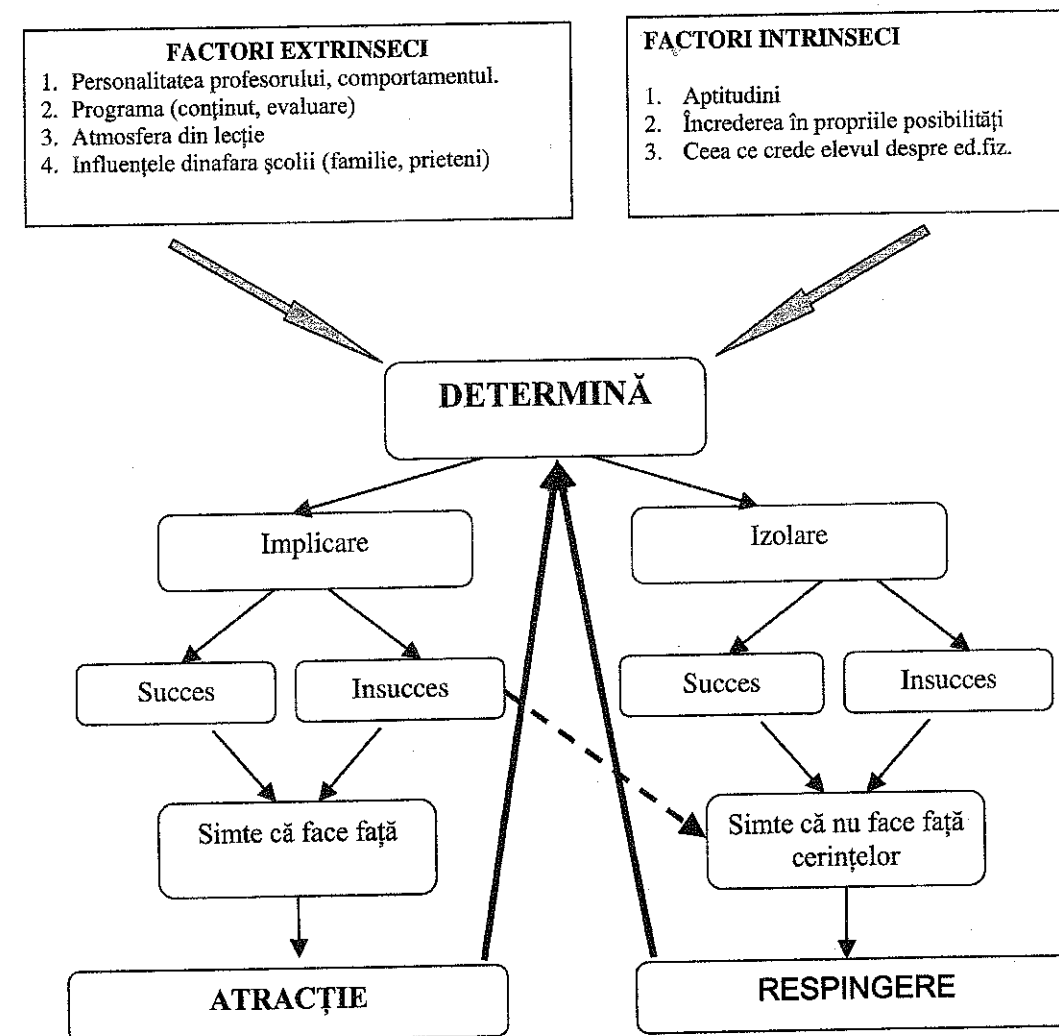


Fig. 1. Atracția și respingerea față de educația fizică

Factorii *intrinseci* și *extrinseci* inspirați din model sunt cunoscuți ca având o influență asupra sentimentelor elevilor față de educația fizică. Ei se combină pentru a da un rost lecțiilor de educație fizică. Acest înțeles conduce spre una din cele două căi. Dacă educația fizică are un sens pentru elevi ei o vor lua pe calea atracției. Direcția alternativă este luată atunci când elevii nu găsesc această activitate necesară pentru viață.

Atracția ca și respingerea (înstrăinarea) există ca un rezultat al unei ecuații complexe. De exemplu, elevii care cred că educația fizică înseamnă ceva pentru ei, ar putea să ignore aspectele negative din timpul lecției și să continue să se simtă bine. În schimb, elevii care au avut experiențe neplăcute în trecut nu pot uita percepțiile negative, chiar când condițiile se îmbunătățesc. Săgeata punctată care leagă "*Insuccesul*" din stânga (din partea atracției) cu "*Simte că nu poate face față cerințelor*" din partea respingerii (înstrăinării) indică că cei care au mai puțin succes sau deloc pot ajunge în cele din urmă să creadă că nu stă în puterea lor de a realiza ceva și e posibil ca ei să treacă în cealaltă tabără oricând.

Prin acest model se încearcă înglobarea componentelor care contribuie la *înstrăinarea* din educație fizică, și să arate câteva dintre interrelațiile lor. O înțelegere mai bună a factorilor pe care elevii îi consideră hotărâtori pentru experiențele trăite în cadrul lecției de educație fizică le va permite profesorilor să vadă dincolo de ceea ce este evident – adică, pe acei elevi care vin "*încrunțați*" la educație fizică. Este foarte posibil să ne închipuim o lecție de educație fizică care să-i includă pe toți, fără să existe acești "*încrunțați*".

BIBLIOGRAFIE

- CARLSON, TEREZA, B. (1995). We Hate Gym: Student Alienation from Physical Education. *Journal of Teaching in Physical Education*. nr. 14, p. 467-477.
- EPURAN, M. (1987). *Psihologia educației fizice*. București: IEFS.
- FEERTCHAK, HELENE. (1996). *Les motivations et les valeurs en psycho-sociologie*. Paris: Armand Colin.
- IRWIN, CAROL & PETTINGREW, F. (1993). A Look Back to the Future. În Rev. "*The Physical Educator*", nr. 4, p. 170-178.
- KIMIECIK JC. HORN TS. SHURIN CS. (1996). *Relationships among children's beliefs, perceptions of their parents' beliefs, and their moderate-to-vigorous physical activity*. Research Quarterly for Exercise & Sport. 67(3):324-36.
- KIMIECIK, J. C. & HARRIS, AMY, T. (1996). What Is Enjoiment ? A Conceptual/Definitional Analysis With Implications for Sport and Exercise Psychology. *Journal of Sport & Exercise Psychology*. nr. 3, p. 247-263.
- LUKE, MOIRA, D. & SINCLAIR, GARY, D. (1991). Gender Differences in Adolescents' Attitudes Toward School Physical Education. În Rev. "*Journal of Teaching in Physical Education*", Human Kinetics Publishers, Inc., nr. 11, p. 31-46.
- VERNON, M.D. (1969). *Human motivation*. London: Cambridge University Press.45.

INTERDEPENDENȚA APARAT LOCOMOTOR PASIV- ANTRENAMENT SPORTIV

Lect.univ.dr. IOAN FILIPAȘ*

Abstract

The pasiv locomotor apparatus and its different structures con adopt themselves to specific effort and repeated training stimuli through the growing of bone resistance of cartilages, of tendons and ligaments, while the lade of physical exercise leads to their deterioration.

Cuvinte cheie: tendoane, oase, ligamente, articulații, antrenament

Adaptarea la antrenamentul sportiv nu privește numai organele sistemului cardiovascular și ale aparatului locomotor activ (mușchii), ci și aparatul locomotor pasiv (oase, cartilaje, tendoane și ligamente). Se știe că aparatul locomotor pasiv constituie frecvent un factor limitator (îndeosebi cartilajele articulare) în obținerea marii performanțe; la nivelul la care se află astăzi performanțele, volumul și intensitatea antrenamentului nu mai pot crește atât de mult fără să prezinte unele riscuri pentru aparatul locomotor pasiv. În unele sporturi, țesuturile conjunctive și cele de susținere se deteriorează prematur, obligând sportivul, în majoritatea cazurilor, să pună capăt carierei sale.

Din punct de vedere structural și funcțional, oasele, cartilajele, tendoanele și ligamentele se adaptează în diferite feluri la sarcina de antrenament. În timp ce într-o săptămână se pot observa deja o serie de modificări în mușchi (creșterea forței), în ceea ce privește oasele, cartilajele, tendoanele și ligamentele modificările datorate adaptării sunt mult mai lente, putând dura câteva săptămâni sau luni, datorită slabei vascularizări și schimburilor metabolice insuficiente în aceste țesuturi.

Sub influența unor eforturi repetate sinteza de culegere și fixarea calciului se intensifică, datorită creșterii activității osteoblastelor, ceea ce face ca osul să devină mai rezistent la efort.

Datorită solicitărilor multiple din antrenament osul compact din jurul canalului medular se îngroașă. De exemplu, grosimea tibiei la un alergător este dublă față de cea a unui individ neantrenat.

Solicitările mecanice repetate consolidează structura striată a substanței spongioase.

În zonele de fixare a mușchilor, tendoanelor și capsulelor articulare pe oase, activitatea sportivă regulată consolidează punctele de inserție sub formă de exostază. La nivelul unor articulații cum ar fi simfiza pubiană și articulația sacro-iliacă, crește mobilitatea și apar exostoze de-a lungul contururilor articulației.

Deci, practica sportivă provoacă importante modificări în structura oaselor. Marea plasticitate și capacitatea de reacție a structurilor spongioase și compacte ale oaselor se află la originea distrugerii și reconstituirii celulelor osoase, ceea ce permite refacerea integrală a scheletului de cel puțin 4-5 ori în timpul vieții unei ființe umane. În cazul în care sistemul osos este suprasolicitat, apar fracturi datorate oboselii și epuizării (fracturi de stress), ca urmare a demineralizării structurilor osoase. Sportul de mare performanță creează unele

* Universitatea "Bogdan Vodă", Baia Mare

adaptări situate la sau peste limita posibilităților fiziologice ducând la o serie de modificări patologice.

Cartilagiul hialin al articulațiilor prezintă un interes deosebit în cadrul activității sportive. Datorită acestui tip de cartilaj articulațiile pot lunea una peste alta fără o frecare prea mare și fără un traumatism ireversibil atunci când sunt supuse unor eforturi foarte intense. Mucusul și lichidul sinusal asigură lubrifierea cartilajului hialin. Proprietățile elastice ale cartilajului hialin sunt date de glicoproteinele din alcătuirea sa.

În cazul unui efort de scurtă durată, cartilajul hialin își mărește pentru moment grosimea (12-13%) prin absorbție de lichid. După circa o oră de refacere, cartilajul revine la dimensiunea sa inițială, anterioară efortului.

Absorbția de lichid, considerată ca o umplere funcțională provine, pe de o parte, din sinovială și, pe de altă parte, din canalul medular osului. Această umplere este mai puternică la tineri decât la cei mai în vârstă. În timpul acestei perioade de umplere provizorie - al cărui scop este de a preveni traumatismele - cartilajul hialin își ameliorează rezistența la presiune și forfecare: creșterea mai mult sau mai puțin marcată în grosime (îndeosebi în articulația genunchiului), reduce neregularitățile suprafeței cartilajului și, în consecință, mărește suprafața de contact a articulației, capacitatea elastică a cartilajului, ameliorând funcția sa de amortizare.

În cazul unui efort de lungă durată (cum ar fi antrenamentul desfășurat sistematic pe termen lung), celulele cartilaginoase se multiplică, își măresc volumul, crește activitatea lor metabolică prin intensificarea sintezei mucopolizaharidelor (care ameliorează capacitatea de retenție a apei și, în consecință, de umplere a cartilajului hialin și fibrelor de calogen (care asigură stabilitatea mecanică a structurii cartilajului hialin și în final se produce o hipertrofie a cartilajelor). Această hipertrofie le permite să-și dezvolte capacitatea de a suporta solicitările mecanice să se adapteze la presiunile și forțele de forfecare mai ridicate pe care trebuie să le suporte cartilajele supuse unor eforturi repetate, fără a se deteriora.

O dată cu vârsta, capacitatea de adaptare a cartilajelor se reduce, datorită scăderii posibilităților lor de sinteză. Prin urmare, scade capacitatea lor de a suporta eforturi mari.

Ligamentele și tendoanele au, la rândul lor, asimilată capacitate de adaptare la efortul fizic. Se știe, de exemplu, că tendoanele implicate în extensia gambelor (în general, acestea suportă eforturile cele mai însemnate) sunt cu 20% mai rezistente la tracțiune decât tendoanele implicate în mișcările de flexie. Deoarece această diferență nu apare la naștere, se admite că există un efect datorat antrenamentului.

S-a observat că, în urma antrenamentului secțiunea transversală a tendonului crește, ca de altfel, și rezistența sa la tracțiune și la ruptură.

Ameliorarea rezistenței la tracțiune a tendoanelor implică micellele proteice. Structura tendoanelor este relativ puțin diferențiată la tineri și este mai puțin rezistentă la tracțiune, datorită cantităților mai reduse de proteine și mai mari și substanța intermediară. Cu toate acestea, întinderea repetată a țesuturilor conjunctive și tendinoase, în special, prin antrenament, duce treptat la formarea de structuri proteice (micelle), măbind rezistența la tracțiune.

Creșterea cerințelor antrenamentului (în limite accesibile) determină adaptarea fibrelor tendinoase și creșterea rezistenței lor la tracțiune astfel: în primul rând, calitativ crescând rezistența la tracțiune a structurilor proteice, apoi, cantitativ, multiplicând numărul proteinelor micelare, ceea ce are drept consecință hipertrofia tendonului (creșterea diametrului tendonului).

Această adaptare structurală și funcțională diminuează ușor capacitatea la întindere a fibrelor tendonului.

Mecanisme identice sunt implicate și în adaptarea ligamentelor.

Sintetizând cele spuse, se constată că nu numai aparatul locomotor activ se poate adapta la efort și la stimulii de antrenament repetați, ci și aparatul locomotor pasiv și diferitele sale structuri: exercițiul fizic repetat mărește rezistența oaselor, cartilajelor, tendoanelor și ligamentelor, în timp ce lipsa acestuia antrenează deteriorarea lor.

BIBLIOGRAFIE

- AVRAMOFF, E., - Probleme de fiziologie a efortului ciclic, Editura Stadion, 1974.
BOCIU, C - Anatomia funcțională a aparatului locomotor, Editura Consiliului Național pentru Educație Fizică și Sport, București, 1985
DEMETER, A. - Bazele fiziologice și biochimice ale calităților fizice, Editura Sport-Turism, București, 1981
DEREVENCO, P. - Elemente de fiziologie ale efortului sportiv, Editura Argonaut, 1998
WEINECK, J. - Biologie du Sport, Ed. Vigot, 1995.

ÎMBUNĂȚIREA DETENTEI LA COPII DE 13-14 ANI PRIN SĂRITURA "SERGENT"

Lect. univ. dr. IOAN FILIPAȘ*
Prof. MARIUS BOTEA**

Abstract

In the study of pliometry, the use of "Sergeant" jumping by children aged 13-14, through systematic training, determines the improvement of swing as related to the untrained children.

Cuvinte cheie: pliometrie, test "Sergeant", detentă.

Detenta are înțelesul de destindere bruscă a unui corp elastic comprimat.

În educația fizică și sport, detenta se apreciază mai ales prin efectul ei, care este, de cele mai multe ori înălțimea săriturii pe verticală.

Definițiile detentei fac apel la calitățile motrice combinate cum ar fi cele de forță-viteză, forță explozivă, îndemânare etc.

Se consideră săritura pe verticală fără flexie rapidă ("testul Sergeant"), modul cel mai simplu de apreciere și măsurare a detentei.

Detenta este un obiectiv al pregătirii sportive nu numai la baschet, volei, handbal, fotbal, atletism, sărituri ci și în alte sporturi.

Factorii morfo-funcționali cei mai importanți pe care se bazează calitatea "detentei" sunt: lungimea fibrelor musculare ale lanțului triplei extensii, lungimea pârghiilor osoase și ale brațelor de forță ale acestora, elasticitatea musculară, forma bolții plantare și capacitatea de relaxare precontrațională.

Detentă (D) este proporțională cu înălțimea (h) și invers proporțională cu amplitudinea (s); deci $D = h/s$.

Performanța în detentă este măsurată prin una din cele trei modalități:

- a) salt vertical pornind din poziție flexată statică;
- b) salt vertical precedat de o contramișcare;
- c) salt precedat de o săritură în adâncime.

Noi am utilizat prima modalitate.

Ansamblul exercițiilor vizând ameliorarea detentei se numește pliometrie.

Măsura detentei este amplitudinea săriturii. Noi ne-am limitat tipurile de sărituri (pentru a putea lua măsura) la una singură - săritura pe verticală fără flexie rapidă (săritura "Sergeant") de pe loc cu efort maxim, fără elan de alergare, măsurând săritura prin semn la perete; se măsoară cea mai bună săritură din trei încercări.

Acest procedeu l-am ales deoarece săritura este ușor de executat și poate fi aplicat fără restricții la toate categoriile de vârstă, sport, nivel de pregătire etc. și poate fi corelat statistic foarte strâns cu săritura pe verticală. Deci măsura absolută a detentei este înălțimea săriturii pe verticală.

* Universitatea „Bogdan Vodă”, Baia Mare

** Șc. gen. nr.4 Baia Mare

Efortul în volei se încadrează în grupa eforturilor submaximale și a celor maxime. Ținând cont de deosebirea calităților motrice care se cer în jocul de volei, pregătirea fizică poate fi considerată ca o verigă principală în pregătirea sportivilor.

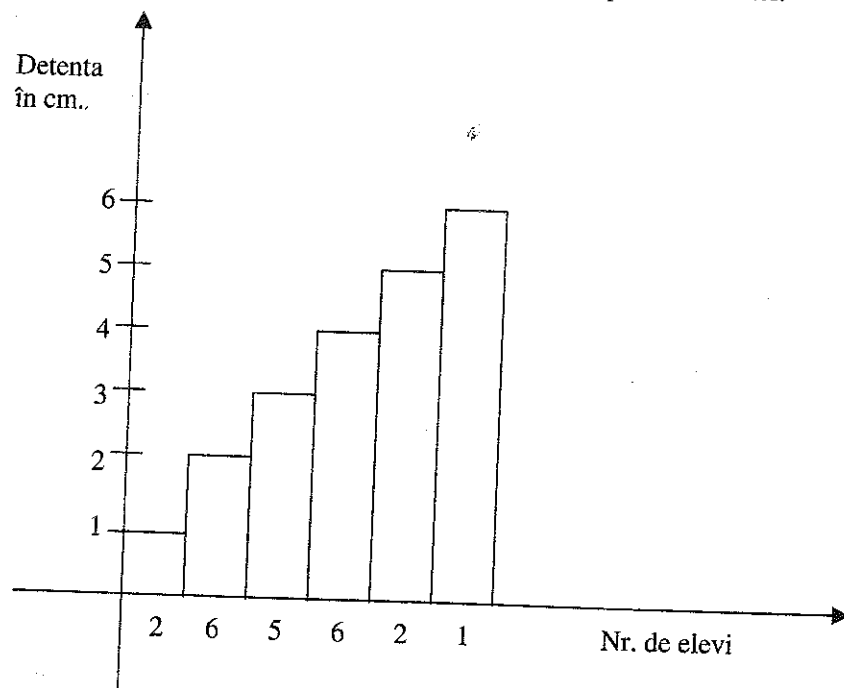
Calitatea de bază în volei, ca și în alte jocuri sportive, o constituie detenta de valoare a căreia depinde performanța. Pentru realizarea ei sunt necesare pregătirea dezvoltării forței și vitezei.

Pentru îmbunătățirea detentei la copii am folosit exersarea (repetarea) sistematică a săriturii "Sergent".

Studiul s-a efectuat pe un eșantion de 22 băieți cu vârste cuprinse între 13-14 ani, pe o perioadă de 4 luni (decembrie 2002 - ianuarie, februarie, martie 2003), și pe un lot martor de 19 băieți de aceeași vârstă, care au executat numai exerciții normale de educație fizică fără săritura "Sergent".

S-au executat, la lotul în lucru, 500 sărituri "Sergent".

Îmbunătățirea detentei, în valori absolute, s-a prezentat astfel:



Grafic. nr. 1 - evoluția valorilor detentei în timpul studiului

- creșterea cu 1 cm (0,8%) am constatat-o la 2 băieți (9,10%)
- creșterea cu 2 cm (1,2%) am constatat-o la 6 băieți (26,24%)
- creșterea cu 3 cm (1,6%) am constatat-o la 5 băieți (22,20%)
- creșterea cu 4 cm (1,8%) am constatat-o la 6 băieți (26,24%)
- creșterea cu 5 cm (2,1%) am constatat-o la 2 băieți (9,10%)
- creșterea cu 6 cm (2,4%) am constatat-o la 1 băiat (4,54%)

Deci la 74,68% detenta s-a îmbunătățit bine cu 2-3-4 cm și la 13,64% foarte bine cu 5-6 cm.

Putem considera că la eșantionul în lucru detenta s-a îmbunătățit de 3-6 ori față de lotul martor unde detenta nu crește (0%) sau crește foarte ușor (0,4-0,8%).

Față de antrenamentul obișnuit la lotul în lucru, prin săritura "Sergent" s-a realizat îmbunătățirea detentei.

Măsura detentei ne arată de câte ori este mai mare efectul forței musculare.

Pe baza acestor rezultate susținem că măsurarea detentei poate fi un indicator al bateriei de selecție primară și secundară, deoarece detenta este coordonată genotipic și fenotipic. Măsura detentei ne poate indica nivelul de pregătire al sportivilor.

BIBLIOGRAFIE

1. Cârstea Gh. -1993, Teoria și metodica educației fizice și sportului, Ed. Universul, București
2. Dragomir Z. și col. - 1970, Pregătirea fizică în antrenamentul sportiv, Ed. C.N.A.S., București
3. Gagea A. - 1999, Metodologia cercetării științifice în educație fizică și sport, Ed. Fundației "România de Măine", București
4. Ghibu C. - 1982, Volei pentru juniori, Ed. Stadion, București
5. Tărchilă N., Șerban N. - 1975, Volei pentru juniori, Ed. Sport-Turism, București.

ABORDĂRI TEORETICE ALE INTERDISCIPLINARITĂȚII SOCIOLOGIEI SPORTIVE

Asist. univ. drd. TUDOR BOGDAN *

ABSTRACT:

Sport sociology is a collision area of the two grounded sciences – science of phisycal activities and sociology. The sciencificity requierment supose to asimilate the theoretical and methodological notion into a few concept always changing – interdisciplinarity.

During the evolution of science the relation between grounded area and those of scientific substantiation passed through a maturation proces, marked by a different approach, concerning theoretical notion, and research methods too. If at the begining few sociologists were interested by studying sport, than are studied encourages sociological factors, through a sportives perspectives, later it goes to set up multidisciplinary teams who have to study the same phenomenon through different perspectives.

Cuvinte cheie: știință, știința sportului, sociologia sportului

Realitatea socială ne obligă la cunoaștere. Orice informație ne face mai actuali, mai prezenți, mai puternici. Cunoașterea este o obligație existențială a fiecăruia dintre noi. Indiferent de domeniul de activitate, informarea continuă duce la progres. Progresul socio-cultural, pornind de la nivelul macro- și limitându-ne la cel micro-, depinde de nivelul de perfecționare sau specializare al cunoașterii. Astfel cel mai accesibil mod de a se transmite informația este limbajul – și mai exact limbajul comun. Acesta este apanajul cunoașterii comune, sau “a cunoașterii pe baza bunului simț” (Rotaru, Iluț 1996). Pentru a înțelege mai bine avantajele unei cunoașteri superioare, este bine să aprofundăm particularitățile cunoașterii comune, ca punct de pornire în aprofundarea științifică a oricărui domeniu.

În descrierea, explicarea și interpretarea structurilor și fenomenelor sociale, la nivelul conștiinței comune apare în mare măsură subiectivitatea. Fără a dezvolta nici una dintre aceste trăsături, continuând doar să la amintim, prezentăm ca o eroare frecventă a simțului comun, tendința de generalizare pe marginea unor situații specifice. Totodată constatările simțului comun le lipsește precizia, exactitatea; iar unele dintre cele mai importante caracteristici sunt clișeele și stereotipiile sociale – judecăți care circulă “gata confecționate” fără a fi trecute prin filtrul gândirii proprii: *bătrânii spun – tinerii de astăzi sunt nepoliticoși*.

Înaintând pe scara cunoașterii, la un etaj superior al acesteia ne lovim de teoriile, ipotezele, metodele de cercetare ale “cunoașterii științifice”. Fiind fundamental progresului, cunoașterea științifică abordează mult mai organizat, aprofundat și diferit realitatea socioumană. Dualitatea cunoașterii comune – cunoaștere științifică, în cazul științelor sociale nu este atât de pregnantă ca în cazul științelor tari. Traiectul simț comun – știință, trebuie completat cu două remarci (Chelcea citat de Rotaru 2000). În funcție de inteligență și nivelul de cultură, de multitudinea și varietatea contactelor socioculturale, indivizii umani au grade diferite de percepere a realității sociale, S. Chelcea ierarhizându-i pe două trepte:

- cunoștințele care au ca sursă experiența din viața directă, care ar fi - "simțul comun de primă mână;
- nespecialiștii - care în studierea socioumanului utilizează informații provenite și din alte discipline conexe - se află la un nivel superior al cunoașterii comune, "de mână a doua".

Abordarea științifică a realității sociale, urmărește depășirea nivelului simțului comun, prin asumarea câtorva principale deziderate:

- dobândirea de date cât mai exacte despre multitudinea dimensiunilor, dinamicii, funcțiilor grupurilor și fenomenelor sociale;
- surprinderea complexității;
- tendința spre o abordare globală, inclusiv prin comparații temporale și spațio-culturale;
- ipotezele teoriilor elaborate să poată fi verificate (confirmată sau nu), să aibă o putere predictivă.

Domeniul sociologiei sportive se află la interferența științei sportului și al sociologiei generale. O abordare dihotomică a acestei discipline poate duce, în funcție de cele două științe, la interpretări diferite. Direcțiile de cercetare sunt indicate și de perioadele de dezvoltare ale celor două discipline, ca științe de sine stătătoare.

Etapile constituirii științei activităților corporale, prezentate de Epuran (1995), sunt:

- *Etapă I-a*, numită și etapa "*preștiințifică*", în care activitățile corporale au fost studiate "din afară" de specialiști ai altor discipline științifice, pentru nevoile lor de cunoaștere: biomecanică, anatomie, fiziologie, psihologie, sociologie, și poate fi localizată în timp în perioada anilor 1880 - 1920.

- *Etapă a II-a* a constituirii științei activităților corporale, denumită și etapa "*multidisciplinară*", se caracterizează prin manifestarea tot mai intensă a tendințelor de aplicare în practică a rezultatelor cercetărilor efectuate în diferite științe particulare. Se poate localiza în timp, în două perioade: 1920 - 1952 și 1952 - 1965.

- *Etapă a III-a* numită și etapa "*interdisciplinarității*", este etapa cercetărilor din interior, de către specialiști proprii, total interesați atât de progresele practicii cât și teoriei. Kuhn dă numele acestei etape "a științei normale". În această perioadă diferitele științe particulare continuă să studieze diferitele aspecte ale domeniului. Ele au caracter de discipline de *fundamentare științifică* - nu de discipline conexe. Această perioadă a început în jurul anului 1965 și continuă și astăzi.

Pe de altă parte, despre apariția și dezvoltarea sociologie ca știință putem vorbi începând cu a doua jumătate a secolului al XIX-lea, ca un răspuns epistemic la intersecția condițiilor de ordin economic, social, politic și intelectual.

Termenul de sociologie este legat de numele lui Auguste Comte, care în anul 1838, în lucrarea sa "Curs de filozofie pozitivă" susține ideea conform căreia - "abordarea societății este necesar a fi pusă sub semnul studiului pozitiv al faptelor, cu metode identice cu cele folosite în științele naturii" (Rotariu T. 1996). Totodată era necesară trecerea de la cunoașterea comună la cea științifică, de la speculativ și normativ, la concret și descriptiv, explicativ și predictiv. Dar, oarecum primul sociolog autentic și fondator al sociologiei, alături de A. Comte, este E. Durkheim, care în urma studiului său din 1897 "Sinuciderea", a fost considerat precursorul curentului structural - funcționalist. Alți mari gânditori ai vremii, care și-au pus amprenta asupra abordărilor sociologice ale societății au fost:

- Karl Marx - este principalul reprezentant al teoriei conflictualiste. Promova ideea despre primordialitatea factorului economic în determinismul social. În centrul concepției sale este: "forța motrică a dezvoltării, a istoriei și societății este tensiunea intergrupală" - mai exact lupta de clasă și revoluția.

- Herbert Spenser - părintele darwinismului social - adaptarea succesul și progresul în viața socială urmează legile selecției și evoluției din lumea naturală. În același timp el a mai fost preocupat de subiecte ca: religia, politica, familia, controlul social, munca și stratificarea.

- Max Weber - s-a remarcat prin lucrarea sa de căpătâi "Etica protestantă și spiritul capitalismului" (1904-1905), în care capitalismul este în principal produsul unei noi etici religioase - protestantismul. În această lucrare el face referiri directe la opoziția puritanilor englezi față de practicarea față de practicarea sportului. De altfel această mențiune reprezintă una dintre primele încercări de studiere a sportului, din perspective sociologice.

În următoarele etape ale dezvoltării sociologiei ca știință, sociologii s-au preocupat de studierea unor aspecte generale ale societății, cu toate acestea unele perioade au fost marcate de mari schimbări. Astfel în perioada anilor '30 dezvoltarea societății capitaliste și a funcționării ei a dus la particularizarea studiului sociologic, și anume apariția sociologiei industriale și politice.

În zilele noastre pentru a realiza o cunoaștere științifică este nevoie de a ne adânci studiul asupra domeniului cercetat. Dezvoltarea științei impune o abordare multilaterală, din mai multe perspective mergând peste granițele disciplinare. Extrapolând enunțul lui A. Malraux "secolul XXI va fi religios sau nu va fi deloc" (Iluț 2000), Iluț P. Afirmă cu o mult mai mare certitudine că "secolul următor va fi transdisciplinar", referindu-se aici că ar fi de dorit ca cercetările socioumane întreprinse să se constituie în unele de natură multidisciplinară, interdisciplinară și ideal ar fi transdisciplinară. Acest ultim tip de cercetare referindu-se la o cercetare de tip integrativ, pornind de la constatarea că indivizii, grupurile sociale și acțiunile lor sunt multicauzal determinate și că efectele comportamentale se răsfrâng pe multiple planuri.

Pe măsura evoluției științei, din acestea s-au construit mai multe câmpuri de cunoaștere distincte. În această categorie se încadrează și știința sportului și sociologia generală. În cazul sociologiei aceste câmpuri noi de cunoaștere sunt denumite "sociologii de ramură". Sociologia sportivă, ca sociologie de ramură se concentrează pe studierea caracteristicilor și mecanismelor endogene domeniului; pe intercondiționările ei cu alte domenii și cu ansamblu societal; pe felul în care ea, sociologia sportivă, afectează viața oamenilor. De altfel subdomeniile științifice se încadrează disciplinei "mamă", prin completarea, la un alt nivel, materialului teoretic și factual. Dacă domeniile fundamentale oferă perspective, teorii, concepte și metode generale, disciplinele de fundamentare științifică, subramurile, sociologiile de ramură sau, și mai concret, sociologi sportivă vine cu materialul factual, micro- și mezo- teorii, tehnici și procedee noi de cercetare.

Concret interferența celor două domenii fundamentale se realizează în două direcții: teoretic - conceptual, și metodologic. În plan teoretic, știința activităților corporale prezintă cinci niveluri de teorii (Epuran 2001), niveluri în care își găsesc locul majoritatea disciplinelor de contact cu activitățile corporale. Astfel nivelul doi reprezentând teoria activităților motrice, prezintă activitățile corporale ca disciplină fundamentată și sociologic, pe lângă altele. Nivelul patru, cel al teoriilor științelor "particulare", de fundamentare științifică a domeniului activităților corporale, prezintă sociologia ca o disciplină de împrumut de concepte și teorii pentru cercetare în domeniul științei sportului.

În planul metodologic în cercetarea într-un subdomeniu se pune problema asimilării unui set de metode de către ambele discipline. Principiul epistemologic al complementarității metodologice este de multă vreme prezent în cazul disciplinelor socioumane. Odată cu etapele pluri-, multi-, sau interdisciplinare se creează o situație de import metodologic și o asimilare a acestora de către nou-formatul domeniu. Privind dintr-o perspectivă sociologică etapele formării științei activităților corporale, acestea ar putea corespunde perioadelor de formare a sociologiei sportive, ca domeniu de interferență între cele două.

De altfel din perspectiva lui N. Denzin (citad de Iluț 2000) intersecția dintre două discipline se realizează combinând diverse metode ale acestora. Acțiunea de combinare metodologică a fost numită *triangulație*. Denzin menționa că triangulația are patru forme de bază, și anume: a) triangulația datelor, adică utilizarea unei varietăți de surse de date în studierea unei probleme; b) mai mulți cercetători sau evaluatori în analiza și interpretarea acelorași date; c) utilizarea unor metode multiple pentru a studia o singură problemă; d) triangulația teoretică, angajarea mai multor perspective în interpretarea aceleiași set de date.

Următoarea etapă a dezvoltării științei activităților corporale și a sociologiei o reprezintă transdisciplinaritatea. Aceasta presupune elaborarea unui bagaj metodologic comun, o etapă a survolării granițelor disciplinare.

Sociologie sportivă în cepe să preocupe tot mai mulți specialiști, atât din domeniul științei sportului cât și din cel al sociologiei, fiecare cu mijloacele proprii încercând să abordeze noi teme sportive de influență sociologică sau invers.

BIBLIOGRAFIE

- COAKLEY J., LEVER J. (2001) - "Sport" in Encyclopedia of Sociology
 EPURAN M., (1995) - "Metodologia cercetării activităților corporale", Ed. Fundației România de Măine, București
 EPURAN M., (2001) - "Știința activităților corporale - note definitorii", în "Acta Universitas Bogdan Vodă" nr. 1/2001, Ed. Risoprint, Cluj-Napoca.
 GIDDENS A., (2001) - "Sociologie", Ed. All, București.
 ILUȚ P., (2000) - "Iluzia localismului și localizarea iluziei", Ed. Polirom, Iași.
 ROTARIU T., ILUȚ P., (1996) - "Sociologie", Ed. Mesagerul ediția a II-a, Cluj-Napoca

ACTA UNIVERSITATIS BOGDAN VODĂ

EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI MANAGEMENT ÎN SPORT
2/2002

Editorial Office: 3400 Cluj - Napoca, str. Moșilor no. 119, Phone 0040-264-591830

SUMAR

1. Gheorghe NEȚA, Jaradat MOHAMMAD, Ioan ZANC, Ioan GRECU, Iustin LUPU, Evaluarea de către studenți a calității procesului de învățământ la Universitatea Bogdan Vodă 5
2. Gheorghe CÂRSTEA, Monica STĂNESCU, Locul și rolul exercițiilor fizice în procesul terapeutic - compensator în școlile ajutătoare 37
3. I.T. RADU, Constantin PEHOIU, Definirea Obiectivelor Educației Fizice Școlare..... 43
4. Viorel MOISIN, Relevanța socială a sportului de performanță 49
5. Ioan ZANC, Iustin LUPU, Impactul activităților corporale sistematice asupra sănătății populației..... 51
6. Stefana KULCSAR, Maria MACRA OȘORHEAN, Vasile JURCĂU, De ce vin unii elevi încruntați la Educație Fizică? Însrăinarea elevilor de Educație Fizică 59
7. Ioan FILIPAȘ, Interdependența aparat locomotor pasiv - antrenament sportiv 65
8. Ioan FILIPAȘ, Marius BOTEAN, Îmbunătățirea detentei la copii de 13-14 ani prin săritura „Sergent” 69
9. Tudor BOGDAN, Abordări teoretice ale interdisciplinarității sociologiei sportive 73