

UNIVERSITATEA DE STAT DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT

Cu titlu de manuscris
CZU: 796.328:373.5

GĂLĂȚEANU Ioan Sorin

**PREGĂTIREA SPORTIVĂ A ECHIPEI DE OINĂ LA
NIVELUL CICLULUI GIMNAZIAL**

Specialitatea 553.04. Educație fizică, sport, kinetoterapie și recreație

Rezumatul tezei de doctor în științe ale educației

CHIȘINĂU, 2023

Teza a fost elaborată la Școala Doctorală a Universității de Stat de Educație Fizică și Sport

Componența Comisiei de susținere publică a tezei de doctorat:

- 1. BUFTEA Victor**, doctor habilitat în științe pedagogice, profesor universitar, Universitatea de Stat de Educație Fizică și Sport, Chișinău – președintele comisiei
- 2. GHERVAN Petru**, doctor în științe pedagogice, profesor universitar, Universitatea ”Ștefan cel Mare”, Suceava, România - conducător științific
- 3. CARP Ion**, doctor în științe pedagogice, profesor universitar, Universitatea de Stat de Educație Fizică și Sport, Chișinău – referent oficial
- 4. CIORBĂ Constantin**, doctor habilitat în științe pedagogice, profesor universitar, Universitatea Pedagogică de Stat ”Ion Creangă”, Chișinău – referent oficial
- 5. LEUCIUC Florin Valentin**, doctor în educație fizică și sport, profesor universitar, Universitatea ”Ștefan cel Mare”, Suceava, România – referent oficial

Susținerea tezei va avea loc la 20.10.2023, ora 14.00, bir. 105, în ședința Comisiei de susținere publică din cadrul Universității de Stat de Educație Fizică și Sport din Republica Moldova (str. A. Doga 22, Chișinău, MD-2024).

Teza de doctor și rezumatul pot fi consultate la Biblioteca Universității de Stat de Educație Fizică și Sport și pe pagina web a ANACEC.

Rezumatul a fost expediat la _____ 2023.

Președinte al Comisiei de susținere publică

Buftea Victor, doctor habilitat în științe pedagogice,
profesor universitar

Conducător științific

Ghervan Petru, doctor în științe pedagogice,
profesor universitar

Autor: Gălățeanu Ioan Sorin

© Gălățeanu Ioan Sorin, 2023

CUPRINS

1. Repere conceptuale ale cercetării.....	4
2. Conținutul tezei.....	11
3. Concluzii generale și recomandări.....	25
4. Bibliografie.....	28
5. Lista publicațiilor autorului la tema tezei.....	31
6. Adnotare (în limbile română, rusă și engleză).....	32

REPERE CONCEPTUALE ALE CERCETĂRII

Educația fizică la nivelul ciclului gimnazial conferă elevilor numeroase oportunități. Ea reprezintă principala activitate de tip motric, fiind accesibilă tuturor. Împreună cu dezvoltarea fizică, ea contribuie la menținerea stării de sănătate în ontogeneză, aducând un tip de cunoaștere și înțelegere bazat pe reguli, conștientizând în rândul elevilor asupra valorii sale sociale.

Oina este un joc sportiv cu o răspândire limitată în special în localitățile rurale și în mod deosebit în jurul unor centre cu tradiție răspândite în toată țara.

Fiind un sport cu o foarte mare răspândire în secolul trecut, ușor interesul s-a diminuat după cum afirmă mai mulți autori [4, 23, 30, 34, 36]. Potrivit acestora cauzele au fost multiple printre acestea apariția altor sporturi înrudite-baseballul, nepăsarea, lipsa finanțării etc.

Cu toate că încă din 1984 este stipulată obligativitatea predării jocului de oină în școlile din mediul rural, ceea ce ar fi condus la răspândirea jocului, acest lucru nu s-a întâmplat. Au apărut într-adevăr un număr de școli în care jocul a „prins”, dar el este și astăzi un joc cu o arie redusă.

Deși se învață relativ mai greu decât alte jocuri sportive datorită caracteristicilor sale tehnice și nu dă copiilor satisfacții imediate ca golul sau coșul în cazul altor jocuri sportive, oina odată însușită dă trăiri profunde atât celor de la prindere când țintesc, cât și celor de la bătaie când reușesc să scape fără a fi loviți pe culoar.

Mai mulți specialiști în domeniu [3, 5, 13, 14, 16, 39] sunt de părere că la această vârstă, cea a junioratului, în jocurile sportive și implicit și în oină, pregătirea tehnică are o importanță foarte mare în ceea ce privește antrenamentul sportiv, ca factor de bază. În acest scop se pot folosi instrumente optime. Aceste instrumente au fost aplicate cu rezultate foarte bune în toate jocurile sportive [1, 2, 8, 29, 33], pentru însușirea și corectarea eventualelor greșeli.

Spre deosebire de alte jocuri sportive, oina este mai puțin tratată în literatura de specialitate. Marea majoritate a lucrărilor de referință citate și în bibliografie sunt apărute înainte și în anii '70. Ele în principal tratează istoricul jocului, rolul oinei în începuturile educației fizice la noi și învățarea jocului de oină folosind metoda analitică cu preponderență [32, p.9]. Lucrările se adresează secțiilor de oină a asociațiilor sportive abordând conținutul antrenamentului sportiv.

Aceste studii și articole publicate la nivelul anilor '70 sunt tributare ideii analitice. Autorii lucrărilor precizate anterior sunt foști jucători a unor echipe de oină valoroase.

Articolele și studiile mai recent apărute încercă să cristalizeze o metodică proprie, orientată spre calea modernă, globală, dar fără a nega oportunitatea folosirii căii analitice în anumite situații, momente sau etape ale procesului de instruire [23, 34, 35, 36].

Din studiul literaturii de specialitate se desprinde ideea că jocul de oină are un număr redus de cercetări proprii și metodica învățării se bazează pe studii și cercetări făcute în alte jocuri

sportive. Părerile oamenilor de oină, unanim acceptate, este aceea că la ora actuală, literatura de specialitate în domeniu este incompletă și în fapt devansată net de latura practică a problemei.

La nivelul oinei școlare, pentru orele de educație fizică cât și în cadrul cercurilor sportive nu întâlnim studii multe publicate deși în școlile unde oina este practică, există o intensă activitate practică de instruire.

Apariția în cadrul programelor de educație fizică, alături de celelalte jocuri sportive și a jocului de oină ca joc sportiv pentru băieți și mai nou și pentru fete, a introducerii jocului în cadrul competițiilor școlare – Gimnaziada-Olimpiada gimnaziilor pentru ciclul gimnazial și a Olimpiadei Naționale a Sportului Școlar pentru ciclul liceal a determinat eforturi din partea profesorilor pentru a pune bazele învățării [42].

Preocupările au fost legate atât de lecția de educație fizică cât și de activitatea sportivă care conduce la participarea în competiții. Cercetările realizate în timp [25, 29, 37, 41] ne-au arătat că educația fizică are o contribuție esențială la soluționarea unora din problemele învățământului.

Apărută și perfecționată în practica vieții sociale, ca rezultat al preocupărilor și realizărilor destinate potențării biomotrice a generațiilor tinere, în sensul profund pentru societatea actuală, educația fizică se evidențiază prin aportul în asigurarea unui echilibru funcțional între componentele personalității ele individului, îndeosebi între cea fizică și psihică amplificând rolul și actualizând orientarea și importanța obiectivelor sale.

Analiza datelor literaturii de specialitate [9, 10, 24] permite să constate că stabilirea obiectivelor educației fizice școlare necesită cunoașterea caracteristicilor acestei etape, a perspectivelor de dezvoltare și pentru a se asigura un consens între conținutul educației fizice și a cerințelor generate de această dezvoltare. Ele sunt strâns legate de idealul educației fizice, derivă din el și îl compun.

Jocul de oină se caracterizează prin dinamism și rapiditate fiind o îmbinare fericită dintre mișcările naturale ale omului, cum ar fi alergările, aruncările și săriturile, ca deprinderi motrice de bază, simple, și mișcări specifice jocului accesibile și atractive în același timp.

Caracterul educativ al oinei este dat de modul de gândire din timpul jocului, de efectele pozitive asupra dezvoltării multilaterale a practicantului. Astfel, prin practicarea lui, aptitudinile psihomotrice sunt educate la un nivel superior, oina fiind unul din sporturile în care se regăsesc toate aceste aptitudini, viteză, forță, rezistență și îndermânare, dezvoltă calități psihice cum ar fi curajul, combativitatea, disciplina, spiritul de sacrificiu, iar din aceste motive oina poate fi considerată fără rezerve un important mijloc al educației fizice.

Datorită calităților sale educative și formative, oina este prevăzută în programele de educație fizică, începând cu clasa a V-a, precum și în cadrul activităților de cerc sportiv, fiind unul din jocurile prevăzute în cadrul Olimpiadei Naționale a Sportului Școlar la nivel gimnazial și liceal.

Ca disciplină sportivă, oina în ultimii zece ani a cunoscut o revigorare evidentă, a avut o dezvoltare deosebită, având în prezent competiții la toate nivelurile. Paralel cu dezvoltarea sa din punct de vedere cantitativ, oina a evoluat foarte mult și din punct de vedere calitativ, nivelul de practicare fiind foarte ridicat. Există o preocupare susținută a specialiștilor în domeniu pentru perfecționare. Este o realitate că în acest moment oina este în urma altor discipline sportive din prisma cercetării, a concepției de joc, a modelelor de pregătire, ea inspirându-se din alte sporturi.

Din punct de vedere al structurii, antrenamentul în oină reprezintă un proces amplu de organizare a conținuturilor pe componente variate ca și mărime în strânsă legătură cu sarcinile impuse de creșterea posibilităților individuale de performanță ale oinistului. Ea se realizează cu ajutorul proiectării didactice care reprezintă un proces realizat de către profesor/antrenor în sensul anticipării și repartizării acțiunilor care contribuie la realizarea performanței sportive [34, 36].

Mărimea randamentului în cadrul procesului instructiv-educativ conduce la o valorificare superioară a elementelor stabile care compun antrenamentul jocului de oină făcând referire la posibilitățile de natură fizică, tehnică, tactică, teoretică și psihologică a sportivului sau a echipei.

În oina de performanță metamorfoza jucătorului de la nivelul de începător până la performer străbate cale lungă și are la bază un amplu proces de învățare. Achiziția de ”cunoștiințe”, ”priceperi”, ”deprinderi profesionale de comportament” din oină, precum și dezvoltarea performanțelor fizice, senzoriale, biologice și intelectuale reprezintă obiectul învățării sportive [35, 36].

Odată selecționați pentru marea performanță oiniștii sunt supuși unui proces amplu, de lungă durată în vederea învățării tehnicii și tacticii specifice jocului. Aici intervin mari schimbări de natură electrochimică în organismul sportivului.

Convingerile morale joacă un rol deosebit de important deoarece ele se reflectă direct în conduita sportivă, în direcția de-a ajunge la un nivel maxim al posibilităților de performanță, printr-o motivare superioară a onistului.

Pentru aceasta se solicită jucătorului de oină să îndeplinească următoarele cerințe:

- Să consimtă asupra scopului urmărit în procesul de instruire și a obiectivelor de performanță stabilite;
- Să se angajeze în eforturi la nivelul impus de procesul de antrenament din punct de vedere fizic și intelectual;
- Să fie interesați, deschiși și cooperanți, să dea dovadă de disciplină în cadrul sesiunilor de pregătire;
- Să îmbrățișeze valori esențiale în sportul de performanță cum ar fi: tenacitatea, putere de luptă, încredere în propria persoană, să nu se renunțe în fața eșecurilor și greutăților cu care se vor confrunta;

➤ Să își dorească în permanență să se autodepășească, să își dezvolte capacitățile fizice și intelectuale.

Toate informațiile noi care se transmit de antrenor către sportiv în cadrul procesului instructiv-educativ conțin o anumită complexitate, ele avînd rolul de a se transforma în cunoștințe, iar ca să se schimbe în achiziții de lungă durată este obligatoriu ca sportivii să treacă prin următoarele etape: percepția, care reprezintă prima etapă în achiziția de noi cunoștințe și care nu se realizează la întîmplare ci dirijată, înțelegerea care reprezintă descoperirea esențialului, stabilirea legăturilor între etapele execuției unui procedeu tehnic, analiza care are rolul de a desface la nivel mintal sau practic în părți a unui procedeu și sinteza care realizează la nivel mintal sau practic reunirea părților într-un tot unitar și coerent. În procesul pregătirii sportive analiza reprezintă un mijloc cu care se acționează iar sinteza este un scop [34, 35, 36].

În vederea dezvoltării performanțelor, sportivii coordonați de către antrenor trebuie să îndeplinească obiectivele pregătirii sportive. Vom prezenta aici câteva obiective generale ale pregătirii sportive:

➤ Dezvoltarea fizică multilaterală, care reprezintă baza pregătirii sportive și a condiției fizice generale;

➤ Dezvoltarea fizică specifică unui sport, care dezvoltă capacitatea de execuție a mișcărilor necesare sportului respectiv cu o mai mare ușurință și precizie;

➤ Factorii tehnici care fac referire la totalitatea acțiunilor tehnice realizate în mod corect;

➤ Factori tactici care includ aspecte de strategie, în vederea creării și îmbunătățirii propriei strategii în funcție de adversar;

➤ Aspecte psihologice care au rolul de a îmbunătăți anumite trăsături cum ar fi voința, curajul, perseverența;

➤ Spiritul de echipă, care în jocul de oină reprezintă un obiectiv esențial. Succesul poate fi dat de armonizarea pregătirii fizice, tehnice și strategice de către antrenor;

➤ Factorii de sănătate care joacă un rol determinant în reușita performanței, prin realizarea unui echilibru între efort și refacere;

➤ Prevenirea accidentărilor, prin respectarea unor măsuri de protecție și siguranță a sportivului;

➤ Cunoștințe teoretice cu privire la aspecte fiziologice, psihologice, de alimentație sau recuperare.

Tema este actuală datorită faptului că despre conținutul și metodica predării jocului de oină la clasă și la echipa reprezentativă a școlii sunt apărute puține materiale și neadaptate particularităților de vîrstă [34, 35].

În condițiile existenței și în viitor în planurile de învățământ la ciclul gimnazial a orelor de cerc sportiv, se pune problema elaborării unei metodologii privind conținutul pregătirii sportive a echipei reprezentative, programarea acestui conținut și desfășurarea activităților în timpul ședințelor de pregătire de la orele de cerc sportiv precum și la orele de la clasă.

Actualitatea temei este legată și de faptul că prin predarea jocului de oină se pot rezolva și sarcinile educației fizice școlare.

În acest sens unii specialiști în domeniu și aici amintim pe Cioacă ș.a. [7], Georgescu F. [18], Ghișoiu G., Muszi A. [19], Iacob I., Păcuraru A. [20], Mujicov N. ș.a. [26], Păcuraru A. ș.a. [28], scot în evidență avantajele jocurilor sportive și aici includem și jocul de oină care practicat acum și de fete, nu numai de băieți contribuie la dezvoltarea motricității precum și a unor performanțe sportive. În urma cercetărilor noastre am concluzionat că practicarea jocului de oină influențează pozitiv indicii de sănătate, contribuind la formarea unor deprinderi și priceperi de mișcare ce pot fi aplicate și în alte discipline sportive, stimulează creșterea indicilor de valoare a calităților motrice de bază și specifice precum și dezvoltarea calităților moral-volitiv comparabil cu influența celorlalte jocuri sportive care se predau în școală.

Ținând cont de aspectele menționate până acum, considerăm că tema propusă este de actualitate și poate fi un posibil suport teoretic pentru profesorii care pregătesc o echipă reprezentativă școlară de oină, sau doresc să înființeze o astfel de echipă, și nu numai lor, în vederea eficientizării rezultatelor obținute în cadrul pregătirii sportive prin aplicarea modelului propus în cercetare și a mijloacelor prezentate.

Motivația alegerii temei. Informațiile din domeniul educației fizice și a antrenamentului sportiv nu oferă informații clare cu privire la abordările metodologice în ceea ce privește pregătirea sportivă a unei echipe reprezentative la nivelul ciclului gimnazial, a unui model care să fie un punct de plecare. Făcând o analiză generală asupra pregătirii sportivilor din centre de tradiție în domeniu ne vor permite să caracterizăm direcțiile spre care vom tinde pe viitor.

După aprecierea noastră în ceea ce privește activitatea de pregătire a jocului de oină la ciclul gimnazial și nu numai, nu există un sistem de cerințe concretizate în modele ideale obiectivizate și îndrumare metodice adecvate privind tehnologia de acționare pentru îndeplinirea obiectivelor specifice acestui nivel.

Printr-o etapizare corectă a pregătirii, utilizând mijloace eficiente, având o dozare corectă a exersării în diverse condiții, se poate crea un model de pregătire care va genera rezultate superioare în ceea ce privește practicarea jocului de oină, precum și obținerea de rezultate superioare în competiții.

Studierea literaturii de specialitate a scos în evidență necesitatea găsirii unor direcții cu privire la pregătirea sportivă a unei echipe în ciclul gimnazial. În acest sens, Roată R. afirmă că,

citez: „Găsirea și fundamentarea pentru acest joc a celor mai adecvate metode de pregătire integrală (abordare globală) care, în combinație optimă cu metodele și mijloacele de învățare inițială a deprinderilor (abordare analitică), cu cele mai adecvate metode de dezvoltare a calităților biomotrice și în concordanță cu teoria și practica antrenamentului sportiv modern, să ajute la ușurarea inițierii și accelerării învățării jocului” [36, p.29].

Prima treaptă în practicarea sportului de performanță este școala gimnazială, care este un subsistem al educației fizice și care se adresează tinerei generații și unde copilul (elevul), capătă deprinderi mai puternice în practicarea mișcării.

În acest sens, Șiclovan I. [40, p.7] spune că cei încadrați în subsistemele superioare ale sportului de masă sunt baza de masă a sportului de performanță și de înaltă performanță.

Este cunoscut faptul că în marea majoritate a cazurilor cei care pregătesc echipele reprezentative de oină a școlilor nu o fac după un model anumit, ci după modelul pe care l-a avut ei ca jucători, iar aici vorbim de puține cazuri, iar realizarea „acestei cerințe este posibilă atunci când învățătorul dispune de cunoștințe necesare în domeniul respectiv” [12, p.7], însă de cele mai multe ori profesorul nu a jucat oină iar pregătirea echipei se face empiric.

De aceea în pregătirea sportivă a elevilor din echipa reprezentativă din ciclul gimnazial, trebuie o mai mare atenție din partea profesorului de educație fizică, în sensul că sarcinile sale sunt mai complexe, plecând de la selecție, întocmirea de programe de pregătire pe etape și perioade, monitorizarea atentă a evoluției fiecărui individ în parte privind progresul, capacitatea de efort pentru a evita insuccesul.

Prin urmare considerăm că tema abordată este actuală și poate să ofere informații utile pentru toți cei care doresc să pregătească o echipa reprezentativă de oină în ciclul gimnazial și pentru a obține performanțe la competițiile la care vor participa.

Scopul cercetării: rezidă în elaborarea și argumentarea experimentală a unui program de pregătire sportivă la nivelul echipei reprezentative de oină în ciclul gimnazial, iar prin utilizarea unor metode și mijloace adecvate să contribuie la creșterea eficienței a pregătirii și implicit la obținerea de performanțe sportive în competiții.

Obiectivele cercetării:

1. Documentarea științifică prin studierea literaturii de specialitate care vizează dezvoltarea practicării jocului de oină.

2. Anchetarea specialiștilor din domeniu în vederea argumentării necesității elaborării unui program de pregătire sportivă la ciclul gimnazial.

3. Stabilirea structurii și conținutului (strategiilor) programului de pregătire sportivă a echipei de oină la nivelul ciclului gimnazial.

4. Validarea experimentală a programului de pregătire sportivă a echipei de oină la nivelul ciclului gimnazial.

Ipoteza cercetării. S-a presupus că prin elaborarea unui program de pregătire sportivă și aplicarea lui în cadrul echipei reprezentative de oină la ciclul gimnazial acesta va contribui la creșterea nivelului de pregătire fizică și tehnică a echipei având premisa obținerii de rezultate superioare în competiții.

Obiectul cercetării îl constituie organizarea procesului instructiv educativ a lecției de educație fizică și a orelor de cerc sportiv prin aplicarea mijloacelor specifice jocului de oină ce pot contribui la dezvoltarea pregătirii sportive la ciclul gimnazial.

Noutatea și originalitatea științifică rezidă din faptul realizării unui program de pregătire sportivă, care implică ameliorarea conținuturilor didactice prin introducerea de noi mijloace specifice jocului de oină și care a fost argumentat experimental prin implementarea lui în cadrul lecțiilor de educație fizică și a orelor de cerc sportiv, iar efectele au fost determinate din analizele nivelului de pregătire a subiecților din punct de vedere somatic, motric și specific.

Problema științifică importantă soluționată în cercetare admite ideea că mijloacele specifice jocului de oină aplicate în cercetare, prin fundamentarea programului de pregătire sportivă elaborat de autor, contribuie la dezvoltarea pregătirii motrice și tehnice ale elevilor din ciclul gimnazial. Mijloacele selectate și care sunt specifice jocului de oină sunt planificate a fi puse în practică în cadrul lecțiilor de educație fizică și a orelor de cerc sportiv, ele fiind o condiție pentru atingerea obiectivului propus.

Semnificația teoretică constă în argumentarea ansamblului de procedee și mijloace specifice jocului de oină implementate în trunchiul comun și al celui la decizia școlii al curriculei, elaborat de autor și exprimat prin îmbunătățirea nivelului de pregătire din punct de vedere somato-funcțional și al motricității. Rezultatele obținute în cercetare au un aport la mărirea ansamblului de cunoștințe necesare specialiștilor din domeniul educației fizice și sportului.

Valoarea aplicată a rezultatelor cercetării demonstrează conceperea unui model metodologic de mijloace specifice jocului de oină care poate fi aplicat în cadrul lecțiilor de educație fizică și al cercurilor sportive la nivel de școală gimnazială, în vederea eficientizării procesului instructiv-educativ și a obținerii de rezultate superioare în competițiile școlare.

Implementarea rezultatelor științifice au fost puse în practica procesului didactic cu mijloace specifice jocului de oină, care s-a desfășurat la Școala Gimnazială „Aurelian Stanciu” Salcea județul Suceava și la Liceul Tehnologic „Mihai Eminescu Dumbrăveni”, județul Suceava, precum și la diverse conferințe științifice, fiind publicate în reviste de specialitate din țară și străinătate.

Metodologia cercetării. Pentru realizarea cercetării pe care ne-am propus-o și anume a eficientizării pregătii sportive a echipei de oină la nivelul ciclului gimnazial au fost aplicate următoarele metode de cercetare grupate astfel:

Metode de documentare în care am folosit metoda studiului istoriei jocului și a literaturii de specialitate, folosită pentru cunoașterea experienței înaintașilor în domeniul oinei și metoda discuțiilor cu specialiștii cu scopul de a cunoaște experiența și tendințele actuale în domeniu; Metode de investigare propriu-zise unde s-a aplicat metoda experimentului pedagogic, exprimat natural, constatativ, de verificare, făcut pe parcursul unui an școlar, în care se păstrează condițiile firești ale activității, metoda observației pedagogice, pentru cunoașterea realității prin culegerea de date concrete care vor fi analizate și somatometria, pe care am folosit-o în determinările somatice inițiale și finale ale elevilor;

Metodele de prelucrare și interpretare a datelor prin metoda înregistrării și prelucrării statistic-matematică a datelor obținute prin experiment, date care au fost înregistrate și prelucrate folosind instrumentul statistic, metoda grafică și tabelară. Datele somatice și cele referitoare la nivelul pregătirii fizice generale și al pregătirii specifice au fost prelucrate și interpretate prin îmbinarea metodei statistico-matematică cu cea grafică.

CONȚINUTUL TEZEI

FUNDAMENTE TEORETICO - ȘTIINȚIFICE ALE PREGĂTIRII SPORTIVE LA DISCIPLINA EDUCAȚIE FIZICĂ ÎN CICLUL GIMNAZIAL

(conținutul de bază al capitolului 1)

Studiind istoria de la începuturile ei s-a ajuns la concluzia că, omenirea datorează mult efortului fizic. A merge, a alerga, a sări, a arunca, reprezintă tot atâtea etape primare ale transformării umanității, iar asimilarea și al altor mișcări ca mijloace primordiale de obișnuință a condus la evoluția cotidiană a omului.

Mișcarea fizică a însoțit în permanență intelectul. Gesturile repetate au condus la un ritual, la avutul casnic al dinamicii cu caracter utilitar. Așa au apărut vânătoarea, pescuitul, îndeledniciri care asigurau supraviețuirea omului primitiv și care astăzi sunt considerate practici sportive. Din acest punct de vedere s-ar părea că exercițiul fizic pur ocupa în viața oamenilor din epoca primitivă un loc important comparativ cu popoarele civilizate, întrucât existența lor era mult mai apropiată de starea naturală.

În acest context, Stanislav M. spune că „în epoca primitivă, spre sfârșitul ei, exercițiile fizice erau practicate pentru îmbunătățirea procesului de procurare a unor bunuri necesare existenței

umane. Neexistând clase sociale, exercițiile fizice din această perioadă erau practicate în condiții de egalitate” [38, p.14].

Odată cu dezvoltarea societății aceste mișcări care asigurau supravețuirea au evoluat concretizându-se în ceea ce numim astăzi educație fizică și sport care a devenit o știință. Cârstea G. este de părere că „fundamentarea științifică în educație fizică și sport s-a realizat etapizat” [6, p.5].

Educația fizică și sportul de performanță, alături de celelalte activități motrice fundamentale din domeniu, în strânsă legătură sunt preocupări constante pentru toți factorii responsabili de educarea societății din punct de vedere al sănătății și al aptitudinilor bio-psiho-motrice.

Unii specialiști în domeniu au definit educația fizică ca „o activitate de formare-dezvoltare corporală necesară pentru asigurarea sănătății omului, respectiv a stării de echilibru și funcționare a organismului [11, p.45-53], „activitate care valorifică sistematic ansamblul formelor de practicare a exercițiilor fizice în scopul măririi în principal a potențialului biologic al omului în concordanță cu cerințele sociale [6, p.10] „componentă a educației generale, care prin procesul său de dezvoltare al personalității umane pregătește individul pentru viață în vederea rezolvării sarcinilor ce ni se impun în activitatea zilnică” [27, p.79], iar Prodea C. [31, p.29] este de părere că educația fizică este „o componentă a educației generale, integrate, alături de educația intelectuală, educația morală, educația estetică și educația tehnico-profesională. Între toate aceste componente există - logic - interdependență, relații reciproce, ele formând un întreg, un sistem. Educația fizică poate influența extraordinar de mult sfera intelectuală a personalității umane, dar și celelalte sfere (mai ales morală și estetică)”. Același autor mai afirmă că sensul principal al relației în cadrul componentelor menționate este de la educația fizică către celelalte și nu revers.

Educația fizică și sportul în concepția actuală reprezintă forme adecvate, adaptate perfect nevoilor vieții, asigurând dezvoltarea armonioasă a organismului, întărirea sănătății, dezvoltarea calităților biomotrice și psihice, precum și formarea unui bagaj larg de deprinderi motrice utile vieții în ambianța naturală de călire și fortificare a tinerei generații și nu numai, aflate într-un contact direct cu latura genetică a personalității.

Examinând conceptele actuale ale educației fizice, literatura de specialitate, documentele reglatorii ale procesului instructiv-educativ putem afirma că în concepția actuală educația fizică reprezintă o expresie conformă cu nevoile societății, reușind prin intermediul ei să asigure o dezvoltare armonioasă a individului, ajutând la fortificarea sănătății și dezvoltarea calităților biopsihomotrice, exercitând o acțiune pozitivă asupra personalității elevului.

Aceste aspecte reprezintă o punte de legătură cu performanța sportivă, în sensul trecerii firești pentru cei talentați și dornici de performanță în sport către un proces instructiv-educativ mai complex, specific jocului de oină, de la predarea jocului la clasă către echipa reprezentativă a școlii.

Oina modernă este strâns legată de Spiru Haret, ministrul al educației și unul din reformatorii școlii românești care a introdus oina ca disciplină în programa școlară în anul 1898. Acesta afirma atunci că, „oina poate aduce o viață nouă în școala românească, fiind un admirabil mijloc de educație fizică, adevăratul tip de joc sportiv românesc” [17, p.3].

Jocul de oină se caracterizează prin dinamism și rapiditate fiind o îmbinare fericită dintre mișcările naturale ale omului, cum ar fi alergările, aruncările și săriturile, ca deprinderi motrice de bază, simple, și mișcări specifice jocului accesibile și atractive în același timp. Caracterul educativ al oinei este dat de modul de gândire din timpul jocului, de efectele pozitive asupra dezvoltării multilaterale ale practicantului. Astfel, prin practicarea lui, aptitudinile psihomotrice sunt educate la un nivel superior, oina fiind unul din sporturile în care se regăsesc toate aceste aptitudini, viteză, forță, rezistență și îndermânare, dezvoltă calități psihice cum ar fi curajul, combativitatea, disciplina, spiritul de sacrificiu, iar din aceste motive oina poate fi considerată fără rezerve un important mijloc al educației fizice. Datorită calităților sale educative și formative, oina este prevăzută în programele de educație fizică, începând cu clasa a V-a, precum și în cadrul activităților de cerc sportiv, fiind unul din jocurile prevăzute în cadrul Olimpiadei Naționale a Sportului Școlar la nivel gimnazial și liceal.

Ca disciplină științifică, oina este la încă în faza incipientă, existând eforturi în acest sens de a crea propria identitate cu privire la toate aspectele jocului.

Predarea jocului de oină în școală se face după programele elaborate și aprobate de Ministerul Educației și Cercetării Naționale, care trebuie respectate și realizate integral iar ultima programă cea din 2017 este de referință.

În perioada de după război oina nu a fost inclusă în studiul școlar dar începând cu anul 1984 jocul a fost reintrodus în școală pentru calitățile sale deosebite. Reintroducerea jocului de oină s-a făcut prin programe de educație fizică și sport pentru învățământul gimnazial și liceal din 1984.

În privința obiectivelor instructiv-educative pentru predarea jocurilor programa arată aspecte structurate pe ani de studii și unde sunt precizate următoarele pentru jocul de oină.

Anul I de studiu: ținerea și protejarea mingii de oină cu o mână și cu două mâini, prinderea mingii de oină de pe loc, din săritură, din mers și alergare, aruncarea mingii de oină pentru lovirea la baston, pentru pasare și pentru „țintire”, pasarea mingii de oină de deasupra umărului, de deasupra capului, servirea mingii de oină în picioare cu trunchiul puțin aplecat înainte, bătaia mingii cu bastonul, țintirea adversarului când se găsește în careu sau triumphi pe loc sau în alergare, alergarea prin culoarea, blocarea (oprirea mingii), apărarea individuală, intrarea în joc, așezarea pe posturi, cunoștințe privind regulamentul de joc.

În anul al II-lea de studiu se introduc următoarele elemente: pasarea mingii de oină de deasupra umărului, de deasupra capului, din articulația cotului, servirea mingii de oină în picioare cu

trunchiul puțin aplecat înainte, în picioare cu genunchii îndoiți (din ghemuit), acțiuni de joc în teren: prinderea și pasarea mingii în triunghi și pătrat „țintirea” adversarului.

În anul al III-lea de studiu pe lângă elementele prezente în anii anteriori întâlnim: pasarea mingii de oină de deasupra umărului, de deasupra capului, din articulația cotului, din balans, prinsul la mijloc, țintirea adversarului când se găsește în careu, triunghi, prins la mijloc pe loc sau în alergare, alergarea și oprirea prin culoare, integrarea acțiunilor tehnico-tactice în jocul bilateral, cunoștințe despre arbitraj, organizare și conducere a jocului de oină [43].

Dacă este să privim retrospectiv asupra programelor anterioare și cea prezentă putem afirma că ele trebuie privite în bloc, pentru că cel puțin în ceea ce privește jocul de oină se completează reciproc.

Din punct de vedere al conținutului acesta este identic, diferă doar concepția de prezentare. Dacă programele din 1984, 2003 și 2017 prezintă aceste conținuturi liniar, programa din 1989 [43, p.29] prezintă o formă mai detaliată astfel:

Cifrele 1-3-5 semnifică ponderea ce trebuie să se acorde în procesul de exersare a elementului respectiv, cifra 5 indicând importanța cea mai mare.

Fac precizarea că pentru anul unu de studiu, respectiv clasa a VI-a conținuturile sunt la etapa de însușire și de aceea nu este precizată ponderea.

Tabelul 1.1- Conținutul și ponderea proceselor tehnico-tactice în jocul de oină

Nr.crt.	Conținutul	Repartizarea pe clase	
		VII	VIII
	Învățarea și consolidarea următoarelor procedee tehnico-tactice:		
1	ținerea și protejarea mingii	5	-
2	prinderea și pasarea mingii în triunghi și careu	5	3
3	țintirea adversarului	3	5
4	servirea și bătaia mingii	3	1
5	alergarea prin culoar	-	5
6	blocajul (oprirea mingilor)	-	5
7	apărarea individuală și colectivă	3	5
8	intrarea în joc	5	3
9	așezarea în teren și sarcinile fiecărui jucător	3	5
10	joc bilateral	3	5

Referitor la indicațiile metodologice care sunt prevăzute în programele școlare la care am făcut trimitere suntem de părere că cea mai completă la acest aspect este cea din 1984 [44, p.5-58].

Se observă în această programă școlară o formulare clară și logică a competențelor precum și a elementelor de conținut. Această programă prevede sugestii metodologice unde sunt cuprinse strategiile didactice, sistemul de evaluare, precum și descrierea probelor de control bine structurate, pe nivele de învățare.

Conform programei „ansamblul sportiv,, se organizează cu un număr de 15-20 elevi din ciclul gimnazial (liceal-profesional), de vârstă apropiată, pe ramuri de sport, separat pe sexe, indiferent de anul de studiu al ciclului respectiv [45, p.5-8].

Activitatea se desfășoară în afara orelor de curs și are drept scop angrenarea unui număr de elevi la practicarea organizată a sportului, precum și constituirea unor formații care să participe la competiții sportive școlare.

Dezvoltând scopul pentru care se organizează cercul sportiv, am ajuns la concluzia că obiectivele instructiv-educative ale acestor ore sunt: 1. Continuarea la un nivel mai înalt sub aspect fizic cât și tehnico-tactic a elementelor învățate în cadrul lecțiilor; 2. Continuarea stimulării dezvoltării fizice și pregătirii fizice specifice jocului sportiv; 3. Practicarea bilaterală a jocului sportiv în cadrul regulamentar.

Având în vedere toate aceste precizări am organizat desfășurarea unui cerc pentru oină în școala. În cadrul activității din cercul sportiv încercăm să continuăm la un nivel superior ceea ce facem în lecțiile de educație fizică, pentru inițierea în jocul de oină și pentru învățarea acestuia.

CARACTERISTICILE ORGANIZĂRII PROCESULUI DIDACTIC PE BAZA PARTICULARITĂȚILOR PREGĂTIRII SPORTIVE ÎN JOCUL DE OINĂ LA CICLUL GIMNAZIAL

(conținutul de bază al capitolului 2)

Pentru a putea aprecia nivelul pregătirii sportive în jocul de oină al elevilor din ciclul gimnazial am dorit să realizăm un studiu comparativ a două școli gimnaziale în care se practică jocul de oină.

Astfel cercetarea s-a desfășurat în cadrul cercului sportiv „Jocul de oină” și orele de educație fizică din cadrul Școlii gimnaziale „Aurelian Stanciu” Salcea, județul Suceava școală care s-a constituit ca și grup experiment și la Liceul Tehnologic „Mihai Eminescu Dumbrăveni”, județul Suceava, în cadrul antrenamentelor echipei reprezentative în afara orelor de program acesta fiind grup martor pe durata unui an.

Pentru demersul științific, experimental a fost ales un eșantion de 14 de subiecți pentru fiecare școală (n=28), cu vârstă cuprinse între 13 și 14 ani (băieți), la momentul începerii experimentului.

Subiecții au fost rezultatul unei selecții prealabile, ei făcând parte din echipa reprezentativă a școlilor de proveniență, eșantionul constiindu-se din efectivele de elevi din fiecare școală în parte.

Pe toată perioada experimentului cu elevii din grupa experimentală pregătirea s-a realizat după programa experimentală elaborată de noi. La grupul de control s-a aplicat programa școlară tradițională.

Preocuparea noastră cu privire la acest experiment este rezultatul unei necesități de găsim a unor soluții optime pentru ducerea la îndeplinire a prevederile programei școlare. În vederea elucidării unor multiple aspecte de oportunitate în jocul de oină, dar mai ales de planificare, de metodica învățării mai rapide la această vârstă, se impune o fundamentare teoretică cât și practică pe baza unor studii și a unui experiment adecvat vârstei.

Cercetarea a început în anul școlar 2017-2018, fiind prima etapă, timp în care am realizat documentarea științifică prin studierea literaturii de specialitate, care vizează dezvoltarea practicării jocului de oină în special, a documentelor școlare și aici facem referire la curriculumului școlar, a planului de învățământ, a programelor școlare și analiza metodelor și mijloacelor din oină folosite în cadrul lecțiilor de educație fizică și a cercurilor sportive precum și discuții cu specialiștii din domeniu.

A doua etapă s-a desfășurat pe perioada anului școlar 2018-2019 unde s-a avut în vedere continuarea documentării științifice, stabilirea metodelor de cercetare, realizarea unei anchete sociologice în rândul specialiștilor din jocul de oină cu privire direcțiile de dezvoltare a jocului în vederea obținerii unui feed-back cu privire la eficiența realizării acestei cercetări în rândul elevilor din ciclul gimnazial. Au fost chestionați un număr de 24 de profesori din țară care pregătesc o echipă de oină. Tot în această etapă am realizat un studiu constatativ asupra elevilor de gimnaziu în vederea observării nivelului de dezvoltare și pregătire fizică, precum și elaboarea modelului pedagogic de aplicare a pregătirii sportive.

A treia etapă s-a realizat pe parcursul anului școlar 2019-2020, an în care s-a desfășurat experimentul cu privire la tema tezei de doctorat. În acest sens am realizat un program de pregătire pentru grupul experiment, efectuând în același timp și un studiu constatativ asupra subiecților prin aplicarea unor teste privind nivelul somatic și motric precum și de teste specifice jocului de oină, făcând o analiză prin compararea datelor obținute pentru cele două grupe, martor și experiment, formulând la final concluziile care se desprind din cercetare precum și unele recomandari.

Pentru a determina locul, importanța și problemele cu care se confruntă profesorii de educație fizică în pregătirea sportivă a echipei reprezentative din ciclul gimnazial am desfășurat o anchetă cu privire la aceste aspect.

Activitățile desfășurate în cadrul anchetei au vizat un număr de 24 profesorii de educație fizică care predau la ciclul gimnazial și pregătesc o echipă reprezentativă la ramura oină în cadrul școlilor unde activează și s-au desfășurat în anul școlar 2018-2019.

Chestionarul cuprinde 13 întrebări. Aceasta a vizat aflarea opiniilor cadrelor didactice cu privire direcțiile de dezvoltare a jocului de oină și la aflarea dificultăților cu care se confruntă în pregătirea echipei reprezentative la nivel de gimnaziu. Răspunsurile oferite de către profesorii participanți în anchetă au fost prelucrate statistic, înregistrate în tabele și prezentate sub formă grafică cu o analiză și o interpretare pentru fiecare întrebare.

Modul de realizare a chestionarului s-a făcut cu ajutorul programului [www.docs.google.com] iar cadrele didactice au primit chestionarul și au răspuns la el cu ajutorul poștei electronice.

Concluziile desprinse în urma aplicării chestionarului au fost acelea că, această cercetare este foarte utilă, fapt care conduce la idea că este indicată continuarea cercetării în jocul de oină, ea fiind una din direcțiile viabile ale acestui sport, prin crearea de ghiduri conform răspunsurilor a 87,5% din respondenți.

În ceea ce privesc direcțiile de dezvoltarea a jocului participanții consideră că elaborarea unui program de pregătire sportivă și aplicarea lui în cadrul pregătirii echipelor reprezentative școlare este necesară și utilă în același timp. Ar fi indicat ca modelul de pregătire propus să cuprindă aspecte legate de selecția viitorilor jucători de oină, iar în cadrul procesului instructiv-educativ să se folosească pentru învățarea jocului atât calea analitică cât și calea globală. Se consideră deasemenea că utilizarea jocurilor ca metode de învățare ar fi eficiente.

Alte direcții de dezvoltare ar fi promovarea mai mare a jocului, în proporție de 87,5%, rolul școlii ca mediu de inițiere, 54,2% și implicarea autorităților în proporție de 45,8%.

Ca și impedimente primele trei constatate au fost slaba promovarea jocului, 79,2% dintre respondenți, lipsa specialiștilor, 58,3% și dezinteresul autorităților în proporție de 54,2%.

ARGUMENTAREA APLICĂRII MIJLOACELOR SPECIFICE JOCULUI DE OINĂ ÎN CADRUL PROCESULUI INSTRUCTIV-EDUCATIV CE VIZEAZĂ PREGĂTIREA SPORTIVĂ A ECHIPEI REPREZENTATIVE ÎN CICLUL GIMNAZIAL

(conținutul de bază al capitolului 3)

Pentru a scoate în evidență impactul asupra dinamicii pregătirii sportive a unei echipe reprezentative din ciclul gimnazial în jocul de oină în cadrul experimentului pedagogic desfășurat în demersul nostru la bază a stat verificarea ipotezei de lucru înaintată și anume că proiectarea unui program de pregătire sportivă la ciclul gimnazial în jocul de oină și aplicarea lui la orele de educație fizică precum și la cercurile sportive din cadrul școlilor poate contribui la dezvoltarea jocului de oină.

Un alt aspect urmărit a fost acela al obiectului cercetării științifice care îl constituie organizarea procesului instructiv educativ a lecției de educație fizică și a orelor de cerc sportiv și unde prin aplicarea mijloacelor specifice jocului de oină să poată contribui eficient la dezvoltarea pregătirii sportive la ciclul gimnazial.

Experimentul s-a desfășurat pe două echipe reprezentative de oină din ciclul gimnazial și anume echipa Școlii Gimnaziale „Aurelian Stanciu” Salcea, județul Suceava ca și grup experimental și echipa Liceului Tehnologic „Mihai Eminescu” Dumbrăveni, județul Suceava ca și grup martor.

În cadrul echipei reprezentative a Școlii Gimnaziale „Aurelian Stanciu” Salcea a fost aplicată o programă particularizată care a conținut un ansamblu de mijloace specifice jocului de oină, pentru învățarea și consolidarea elementelor tehnice ale oinei.

În cadrul grupei martor, echipa Liceului Tehnologic „Mihai Eminescu” Dumbrăveni, cu un nivel de pregătire apropiat de cel al echipei din Salcea, constatare făcută în urma desfășurării testărilor inițiale, dar și al participării celor două echipe la competițiile școlare programul de pregătire s-a desfășurat după programa școlară specifică nivelului de instruire.

Experimentul s-a desfășurat pe parcursul anului școlar 2019-2020 iar elevii cuprinși în cercetarea au parcurs mai multe probe de control. La testarea au participat 28 de elevi, 14 la grupa experiment și 14 la grupa martor.

Obiectivul testărilor a fost acela de a constata și evidenția evoluția din punct de vedere somato-funcțional, motric și specific jocului de oină.

Testarea unui număr de 14 subiecți la fiecare grupa a avut ca motivație numărul de jucători din componența unei echipe de oină și anume 11 jucători titulari și 3 rezerve.

Testările au fost realizate în două etape, etapa I în luna septembrie 2019 ca și testare inițială, și etapa a doua, testarea finală în luna august 2020, testări care au fost aplicate ambelor grupe,

experiment și martor. Rezultatele testărilor au fost centralizate în tabele și au fost prelucrate statistic și comparate între ele.

În perioada septembrie-noiembrie 2019 și iunie-august 2020, au fost desfășurate lecții în cadrul orelor de educație fizică precum și în afara lor la orele de cerc sportiv, lecții ce au urmărit învățarea și consolidarea elementelor tehnice și a acțiunilor tactice de bază din jocul de oină, care au fost aplicate în jocurile bilaterale pentru o mai bună eficientizare, jocurile având teme în funcție de obiectivul urmărit.

În cadrul unității de învățare și consolidare a jocului au fost introduse mijloace cât mai eficiente de instruire orientate spre dezvoltarea tuturor capacităților motrice de care dispun elevii la momentul cercetării. Unitatea de învățare a avut în componența ei mijloace adecvate și variate pentru pregătirea condiției fizice, al pregătirii din punct de vedere tehnic și tactic, dar și momente de pregătire psihologică și teoretică.

Datele rezultate în urma cercetării au fost supuse unei prelucrări statistice și a unei analize comparative în urma căreia s-a constatat că rezultatele obținute de către participanții la cercetare au fost progresive în majoritatea cazurilor comparativ între cele două testări, inițială și finală cu o rată de creștere diferită de la o probă la alta, de la o grupă la alta. După cum se observă la grupa experimentală valorile au fost superioare în comparație cu grupa control la toate testele aplicate.

Particularitățile somato-funcționale ale elevilor din gimnaziu, la vârsta care ne referim au anumite caracteristici date de procesele de transformare la care este supus organismul, procese care se manifestă prin mărirea organelor, segmentelor corporale, a greutatei și volumelor. Acest proces se bazează pe multiplicarea celulară și se exprimă prin valori cantitative. Aceste procese sunt prezente simultan la copii, dar nu se desfășoară uniform.

Analiza indicilor somatici reprezintă un element important în cadrul cercetării noastre. Din punct de vedere al selecției în jocul de oină, aspectul somatic reprezintă unul din criteriile, datorită importanței profilului individual al participantului.

Trebuie remarcat faptul că o clasificare din punct de vedere al constituției conduce favorabil la o cunoaștere mai accentuată a organismului și a potențialului pentru fiecare individ în parte. În interpretarea datelor rezultate în urma studiului trebuie avut în vedere că fiecare organism este unic.

Evaluarea nivelului de dezvoltare fizică a subiecților la cele două grupe supuse cercetării și anume grupa experiment și grupa martor a avut în vedere măsurarea următorilor indici somatici: talia (înălțimea corpului), greutatea (masa corporală), lungimea palmei și anvergura.

Datele rezultate au fost înregistrate, analizate și comparate, fiind prezentate în Tabelul 3.1, dar și grafic.

Tabelul 3.1. Indicatorii statistici pentru testele dezvoltării fizice a sportivilor grupelor martor și experimentale echipe reprezentative (n=14)

Nr. crt.	Măsurători somatice	Grupe și ind. statistici	Indicatori statistici			
			Ti X±m	Tf X±m	t	P
1,	Talìa	GE	158.14±1.51	162±1.47	1,75	<0,01
		GM	157.85±1.12	160.78±1.03	1,84	<0,01
		t	0,14	0,64	-	-
		P	>0,05	>0,05	-	-
2,	Greutatea	GE	47.71±1.48	51.5±1.44	1,75	<0,01
		GM	46.21±1.21	50.07±1.95	1,37	>0,05
		t	0,60	0,56	-	-
		P	>0,05	>0,05	-	-
3.	Lungimea palmei	GE	16.71±0.20	17.33±0.22	1,97	<0,01
		GM	16.22±0.20	16.88±0.20	2,21	<0,01
		t	1,65	1,41	-	-
		P	>0,05	>0,05	-	-
4.	Anvergura	GE	159.42±1.41	164.92±1.52	2,55	<0,01
		GM	159±1.25	163.85±1.13	2,76	<0,01
		t	0,21	0,54	-	-
		P	>0,05	>0,05	-	-
5.	IMC	GE	19.03±0.42	18.57±0.58	0,98	>0,05
		GM	19.56±0.34	20.09±0.81	1,60	>0,05
		t	0,77	0,59	-	-
		P	>0,05	>0,05	-	-

Notă: GE – Grupă experimentală n=14; GM – Grupă martor, n=14

P – 0,05; 0,01 0,001

f=13 t=1,705 2,478 3,434

f=26 t=2,055 2,778 3,706

Realizând o comparație între rezultatele obținute la testările inițiale cu cele rezultate la finalul experimentului, s-a observat că ambele grupe au același grad de omogenizare, excepție făcând măsurătorile realizate la parametrul greutate corporală.

Astfel din punct de vedere statistic (Tabelul 3.1) la testările dintre grupe la începutul și sfârșitul demersului pedagogic valoarea pragului de semnificație P nu reprezintă valori semnificative pentru nici un parametru măsurat ($P > 0,05$). În schimb la compararea valorilor din interiorul grupelor valoarea pragului de semnificație P este ($P < 0,01$) ceea ce reprezintă o diferență semnificativă între testarea inițială și cea finală, singura excepție făcând greutatea corporală la grupa experiment unde nu există diferențe semnificative între testări ($P > 0,05$).

În demersul nostru pedagogic probele privind evaluarea nivelului fizic atât la grupa experiment cât și la cea martor sunt cuprinse în Sistemul de Evaluare și Examinare la disciplina educație fizică și sport din România.

Tabelul 3.2. Indicatorii statistici pentru testele dezvoltării fizice a sportivilor grupelor martor și experimentale echipe reprezentative

Nr. crt.	Testări motrice	Grupe și ind. statistici	Indicatori statistici			
			Ti X±m	Tf X±m	t	P
1.	Săritura în lungime de pe loc	GE	182.35±1.47	195.42±1.89	5,24	<0,001
		GM	178.85±2.91	182.21±2.80	0,65	>0,05
		t	1,03	3,76	-	-
		P	>0,05	<0,001	-	-
2.	Alergare de viteză pe 50 metrii	GE	8.03±0.15	7.56±0.11	2.45	<0,01
		GM	8.22±0.07	8.08±0.08	1.29	>0,05
		t	1.07	3.83	-	-
		P	>0,05	<0,001	-	-
3.	Aruncarea mingii de oină	GE	37.71±1.53	42.12±1.50	1.97	<0,01
		GM	34.51±1.14	35.32±1.12	0.48	>0,05
		t	1.60	3.48	-	-
		P	>0,05	<0,01	-	-
4.	Alergare de rezistență	GE	4.24±0.06	4.03±0.08	1.89	<0,01
		GM	4.29±0.06	4.27±0.06	0.29	>0,05
		t	0.59	2.15	-	-
		P	>0,05	<0,01	-	-
5.	Ridicări ale trunchiului din culcat dorsal	GE	21.07±0.48	25±0.46	5.62	<0,001
		GM	20.85±0.38	21.78±0.40	1.59	>0,05
		t	0.33	5.02	-	-
		P	>0,05	<0,001	-	-

Notă: GE – Grupă experimentală n=14; GM – Grupă martor, n=14

P – 0,05; 0,01 0,001

f=13 t=1,705 2,478 3,434

f=26 t=2,055 2,778 3,706

Media aritmetică obținută în urma desfășurării experimentului a fost mai mare la grupa experiment. Dacă la testarea inițială diferențele au fost mici, ele au crescut la testările finale datorită implementării modelului pedagogic și al programului de pregătire aplicat grupei experiment.

Prin urmare analizând din punct de vedere statistic rezultatele înregistrate în cele 5 probe fizice, putem concluziona că subiecții de la grupa experimentală au înregistrat un progres cu o valoare semnificativă mare, în același timp la subiecții grupei martor progresul înregistrat nu a avut o valoare semnificativă.

S-a observat că la testările inițiale dintre cele două grupe valorile au fost relativ egale cu valori ale variabilei t ne semnificative, fapt care arată că la începutul studiului nivelul de dezvoltare fizic era relativ asemănător.

Testările finale au înregistrat diferențe majore la subiecții grupei experiment, iar progresul realizat are valoare semnificativă mare. Se observă că în toate cele 5 probe fizice care au fost aplicate în acest studiu grupa experimentală a obținut progres semnificativ în timp ce la grupa martor diferențele constatate nu au o valoare semnificativă.

Întrucât la nivelul federației Române de Oină nu există un etalon să comparăm rezultatele înregistrate, am realizat o comparație cu literatura de specialitate [15, 21, 22], și unde am constatat că rezultatele obținute de noi au depășit etalonul la patru probe, iar la un etalon valorile sunt aproximativ egale, diferența fiind de 0,08 sec. în cazul alergării de viteză.

În urma rezultatelor obținute se poate afirma că demersul nostru pedagogic propus și mijloacele utilizate în pregătirea elevilor au fost eficiente și au influențat pozitiv formarea și perfecționarea deprinderilor motrice, realizând o dezvoltare superioară a calităților motrice esențiale practicării jocului de oină.

Din cauza dinamismului din ce în ce mai mare al jocului de oină, a pozițiilor diferite ale corpului, manevrarea mingii a căpătat o mare complexitate și diversitate. De aceea tehnica cere o anumită finețe în care trebuie să primeze viteza și precizia cu care este purtată mingea, pentru a corespunde situațiilor variate ale jocului.

Obținerea performanței în jocul de oină se realizează atunci când pregătirea tehnică (alături de ceilalți factori ai antrenamentului) a jucătorilor a ajuns la un nivel superior care să le permită să știe și să poată executa în mare viteză, precizie și siguranță toate procedeele tehnice.

În tehnica jocului de oină intră următoarele elemente: ținerea și protejarea mingii, prinderea mingii, pasarea mingii, lovirea (țintirea adversarului), servirea mingii pentru bătaie, lovirea mingii cu bastonul, oprirea mingii, alergarea prin culoare, oprirea jucătorului și apărarea.

În sprijinul celor afirmate anterior am propus un set de teste specifice jocului de oină pentru aprecierea procedeelelor specifice jocului de oină și care să vină în întâmpinarea nevoilor întâlnite în pregătirea sportivă a unei echipe reprezentative.

Astfel în demersul nostru pedagogic am aplicat subiecților celor două grupe pe parcursul anului școlar 2019-2020 o serie de teste, iar scopul lor a fost acela de a constata și evidenția parcursul subiecților incluși în cercetare.

În toată această perioadă grupa experimentală a beneficiat de activități defășurate în aer liber și cu aplicarea în activități a mijloacelor specifice jocului de oină.

Analiza rezultatelor a condus la concluzii care au arătat fie progresul, fie regresul după caz în urma centralizării, prelucrării și comparării din punct de vedere statistic între cele două grupe, iar testele propuse specifice jocului de oină au fost următoarele:

Alergare laterală pe 12 metri în poziția apărătorului (sec), care este o alegare mult uzitată în jocul de oină, distanța reprezintă echivalentul lungimii unui careu din terenul de oină pentru copii (juniori III). Testarea a fost efectuată după câteva repetări de învățare. Alergarea s-a executat cu start din picioare, cronometraj la mișcare. Se efectuează o singură încercare și rezultatul se înregistrează în secunde și zecimi de secundă.

Alergarea de 50 metri cu start din picioare, cu întoarcere în poziția apărătorului de 360° în careul al doilea (sec), distanța de 50 metri este echivalentul lungimii terenului pentru copii între linia de plecare și linia de scăpare.

Alergarea se execută cu start din picioare, cu cronometraj la mișcare. Se efectuează două încercări cu pauze de minim 10 minute între alergări și se înregistrează cea mai bună. Rezultatele se înregistrează în secunde și zecimi de secundă.

Aruncarea mingii de oină la țintă fixă (n.r.) care reprezintă transmiterea mingii către partener, în cazul pasei cât și către adversarul static în cazul țintirii.

Ținta este reprezentată de un cerc cu diametru de 70 centimetrii agățat la înălțimea de 1,5 metri. Aruncarea se efectuează de la distanța de 10 metri.

Timpul efectuat pentru cele 10 aruncări este de 30 secunde. Se înregistrează numărul de aruncări în țintă (cerc).

Aruncarea mingii la țintă mobilă (n.r.) care reprezintă țintirea adversarului în mișcare adică finalizarea în cele mai multe cazuri. Ținta este reprezentată de un cerc cu diametrul de 70 centimetrii rostogolit pe sol de doi elevi aflați la o distanță de 10 metri între ei.

Cercul trebuie să treacă la o distanță de 8 metri față de elevul care efectuează aruncarea la țintă. Se aruncă un număr de 10 mingi fără limită de timp. Se înregistrează numărul de aruncări prin cerc.

Pasarea mingii în doi (n.r.) fiind elementul tehnic esențial pentru jocul de oină, fără de care jocul nu poate fi posibil.

Distanța dintre cei 2 (doi) parteneri este de 12,5 metri, adică distanța dintre două cercuri pentru terenul de joc pentru juniori III (copii). Timpul acordat efectuării paselor este de 1 minut. Se înregistrează numărul de pase.

Bătaia mingii cu bastonul (n.r.) reprezentând procedeul care poate aduce puncte valoroase echipei, când se află la bătaie, conform regulamentului actual, dar are și implicații tactice în joc. Se execută 10 băți în timp nelimitat. Servirea se execută de aceeași persoană pentru constanță.

Tabelul 3.3. Indicatorii statistici pentru testele specific jocului de oină a sportivilor grupelor martor și experimentale echipe reprezentative

Nr. crt.	Testări specifice	Grupe și ind. statistici	Indicatori statistici			
			Ti X±m	Tf X±m	t	P
1.	Alergare laterală pe 12 metrii	GE	3.62±0.05	3.25±0.05	4.57	<0,001
		GM	3.75±0.06	3.59±0.06	1.59	>0,05
		t	1.40	3.84	-	-
		P	>0,05	<0,001	-	-
2.	Alergarea de 50 m cu întoarcere în poziția apărător	GE	11.5±0.09	10.75±0.10	5.15	<0,001
		GM	11.62±0.46	11.4±0.18	0.87	>0,05
		t	0.62	2.96	-	-
		P	>0,05	<0,01	-	-
3.	Aruncarea mingii la țintă fixă	GE	5.35±0.25	7.28±0.40	3.83	<0,001
		GM	5±0.28	5.78±0.35	1.66	>0,05
		t	0.89	2.67	-	-
		P	>0,05	<0,01	-	-
4.	Aruncarea mingii la țintă mobilă	GE	3.78±0.79	6.42±0.33	5.65	<0,001
		GM	3.92±0.84	4.42±0.23	1.42	>0,05
		t	0.41	4.22	-	-
		P	>0,05	<0,001	-	-
5.	Pasarea mingii în doi	GE	27.14±0.78	32.14±0.83	4.18	<0,001
		GM	28.71±0.46	29.85±0.62	1.41	>0,05
		t	1.65	2.11	-	-
		P	>0,05	<0,01	-	-
6.	Bătaia mingii cu bastonul	GE	4.42±0.87	8±0.39	7.48	<0,001
		GM	3.92±0.84	4.57±0.31	1.57	>0,05
		t	1.42	6.57	-	-
		P	>0,05	<0,001	-	-

Notă: GE – Grupă experimentală n=14; GM – Grupă martor, n=14

P – 0,05; 0,01 0,001

f=13 t=1,705 2,478 3,434

f=26 t=2,055 2,778 3,706

După aplicarea celor șase probe specifice jocului de oină și analizarea rezultatelor se remarcă faptul că subiecții grupei experiment au înregistrat un progres mare, la toate cele șase probe aplicate, cu indicii pragului de semnificație $P < 0.001$ și $P < 0.01$.

Subiecții grupei martor la toate probele aplicare rezultatele obținute au arătat un progres minim, iar din punct de vedere statistic diferențele între cele două testări au fost cu valori fără semnificație având indicii pragului de semnificație $P > 0.05$.

Din păcate aceste date obținute de către noi în acest demers pedagogic nu pot fi comparate cu unele deținute de către Federația Română de Oină, dar poate fi un punct de plecare, un reper pentru viitor.

În final se poate concluziona faptul că mijloacele și metodele utilizate în cadrul programului de pregătire al subiecților incluși în cercetare pentru practicarea jocului de oină (grupa experiment) au avut un aport ridicat la obținerea de rezultate superioare.

Astfel ele și-au arătat eficiența în însușirea și consolidarea elementelor tehnice, specifice jocului de oină cum ar fi prinderea și pasarea, țintirea, bataia mingii cu bastonul, servirea mingii, apărarea în careu și triunghi, blocarea mingilor, mișcarea în teren, executate variat de pe loc și din deplasare în funcție de specificitatea fiecărui element.

CONCLUZII GENERALE ȘI RECOMANDĂRI

1. Analiza cercetării literaturii teoretico-științifice și de specialitate privind particularitățile care țin de organizarea și desfășurarea pregătirii sportive a unei echipe reprezentative de oină la ciclul gimnazial este unul complex datorită factorilor care îl alcătuiesc. Direcțiile pregătirii sportive sunt legate și condiționate între ele (educația, instruirea, dezvoltarea fizică) în sensul că ele se rezolvă concomitent și nu sunt etape diferite ale unei munci succesive. Ele se realizează în practică prin pregătire fizică generală și specială, prin pregătire tactică, tehnică, moral-volitivă și teoretică ale oinistului.

2. Educația fizică și sportul în concepția actuală reprezintă forme adecvate, adaptate perfect nevoilor vieții, asigurând dezvoltarea armonioasă a organismului, întărirea sănătății, dezvoltarea calităților biomotrice și psihice, precum și formarea unui bagaj larg de deprinderi motrice utile vieții în ambianța naturală de călire și fortificare a tinerei generații și nu numai, aflate într-un contact direct cu latura genetică a personalității.

3. Aplicarea chestionarului sociologic ne-a ajutat să aflăm anumite aspecte care vizează jocul de oină. Profesorii chestionați au considerat în proporție de 100% că o astfel de cercetare este utilă, reușind cu ajutorul lor să identificăm principalele direcții de dezvoltare ale jocului și anume o promovare mai mare, atragerea de noi practicanți precum și o finanțare adecvată. 70% din cei

intervievați s-au exprimat că oina are un rol educativ foarte mare asupra elevilor, iar 87% au considerat că este nevoie de un ghid sau program de pregătire pentru echipa reprezentativă.

4. Indicatorii testați în demersul nostru pedagogic (antropometrici, fizici și specifici) au înregistrat creșteri substanțiale, fiind net superioare pentru subiecții grupei experiment.

În analiza statistică asupra tuturor indicilor în toate cele 16 probe aplicare subiecților, 5 pentru evaluarea nivelului somatic, 5 pentru cel fizic și 6 pentru aflarea nivelului de dezvoltare specifică jocului de oină s-a constatat că la compararea datelor la testările inițiale în interiorul grupelor dar și în exteriorul lor valorile au fost ne semnificative unde valorile au fost sub pragurile t critical 2.055 în exterior, respective 1,705 în interior și unde $P > 0.05$, iar după aplicarea programului de pregătire grupei experiment, din punct de vedere statistic progresul să fie înregistrat la final numai la grupa experimentală, atât în interior cât și în exterior, cu valori ale nivelului de semnificație de $P < 0.01$ și $P < 0.001$, iar la grupa martor valorile să fie ne semnificative datorită lui $P > 0.05$.

5. Probele specifice jocului de oină aplicate subiecților la cele două testări, cea inițială și cea finală, a condus la însușirea și ulterior consolidarea elementelor tehnice specifice. În paralel cu procedeele tehnice au fost deprinse și procedee tactice și care au permis o mai bună aplicare în jocurile bilaterale realizate, acumulând și un bagaj informatic specific vârstei de instruire. Astfel valorile înregistrate au arătat un progres la ambele grupe din experiment în urma comparării valorilor, dar progresul semnificativ s-a realizat din punct de vedere statistic numai la grupa experiment datorită valorilor nivelului de semnificație de $P < 0.01$ și $P < 0.001$, valorile lui t critical fiind peste valorile standard de 2,055 și 1,705, iar la grupa martor $P > 0.05$, cu t sub valorile standard de 2,055, respective 1,705.

6. Mijloacele utilizate în demersul nostru pedagogic particular jocului de oină precum și acelor pentru învățarea și consolidarea deprinderilor specifice și dezvoltării calităților motrice aplicate în experiment și-au dovedit eficacitatea, contribuind la un progres semnificativ la subiecții din grupa experimentală, față de cei din grupa martor confirmate prin valorile variabilei t, unde t la $P < 0.01$ și $P < 0.001$.

7. Rezultatele obținute în urma experimentului realizat ne-a confirmat ipoteza lansată și anume că rezultatele obținute în urma implementării la grupa experiment a unui program de pregătire sportivă va contribui la creșterea nivelului de pregătire fizică și tehnică în cadrul echipei reprezentative de oină la ciclul gimnazial.

Putem afirma faptul că modelul de pregătire propus, precum și aplicarea în cadrul lui a unor mijloace și metode potrivite au condus la rezultate superioare și în același timp s-a constatat o densitate motrică și funcțională ridicată.

8. Predarea jocului de oină influențează pozitiv indicii de sănătate, stimulează într-o oarecare măsură creșterea somatică, influențează favorabil capacitatea motrică a elevilor. În acest sens jocul de oină poate sta alături de celelalte jocuri ce se predau în școală în rezolvarea sarcinilor și obiectivelor educației fizice școlare.

1. Pentru realizarea unei pregătiri sportive eficiente la nivelul echipei reprezentative de oină la nivelul ciclului gimnazial, se recomandă folosirea metodei analitice în cadrul procesului instructiv-educativ iar metoda globală va fi aplicată în cadrul jocurilor bilaterale.

2. În cadrul procesului de pregătire se va avea în vedere aplicarea principiilor de instruire în educație fizică iar unul va fi cel al accesibilității, unde metodologia folosită va ține cont de necesitatea cunoașterii subiecților iar acțiunile motrice vor fi crescute continuu și progresiv în complexitate, combinate cu mijloacele specifice și nespecifice jocului de oină.

3. Aplicarea modelului experimental de pregătire asupra echipelor reprezentative la nivelul ciclului gimnazial în vederea obținerii de performanțe în concordanță cu cerințele federației de specialitate.

4. În cadrul procesului instructiv-educativ activitățile trebuie desfășurate ținând cont de nivelul biofizic și tehnic al elevilor, precum și de o raționalizare a factorilor antrenamentului în cadrul pregătirii sportive la echipele reprezentative. În același timp pentru obținerea unei densități motrice sporite formele de exersare vor fi pe grupe apropiate ca nivel de pregătire fizică și tehnică.

5. Pentru obținerea de rezultate superioare a unei echipe reprezentative de oină la ciclul gimnazial recomandăm predarea jocului de oină să se facă în paralel atât la orele de educație fizică cât și în cadrul cercului sportiv din cadrul școlii acolo unde există.

6. Recomandăm ca pentru sezonul rece acolo unde nu există săli de sport de dimensiuni corespunzătoare pregătirea echipei să se realizeze la orele de educație fizică prin continuarea dezvoltării motrice, iar în exterior să se adapteze sesiunile, ca de exemplu jocuri de bulgărit pentru pasare și țintire, etc.

7. Pentru ca jocul de oină să supraviețuiască este necesar ca acesta să rămână permanent în preocupările creatorilor de programe, ca joc sportiv ce se predă în școală. În acest sens se impune și introducerea lui ca disciplină de studiu la facultățile de profil.

BIBLIOGRAFIE

1. BÂRSAN, M. *Fotbal. Tehnica Jocului*. București: I.E.F.S., 1980. 211 p.
2. BENEDEK, F. *Biomecanica*. Iași: Pim, 2009. 135 p.
3. BUDEVICI-PIIU L. *Consultanță managerială în sport*. Chișinău: Ed. Valinex, 2009, p. 204-209.
4. BUIAC D. BULEU A., *Oina jocul perfect*. București: Ed.Profexim, 2005, p.10, 46-58.
5. CARP I. P. *Pregătire specialiștilor în domeniul culturii fizice pentru activitatea de cercetare științifică*. Chișinău: Valinex, 2003. 189 p.
6. CÂRSTEA Ghe. *Teoria și metodică educației fizice și sportului-pentru exemenle de definitivat și gradul II*. București: Ed. AN-DA, 2000, p. 5, 10, 95.
7. CIOACĂ L., ARGHIRESCU A., CIOACĂ Șt. *Jocuri pentru orele de educație fizică*. Iași: Ed. Ștefan, 2005, p.7.
8. CIOCOIU D.L. Baschet. *Identificarea posibilităților de mișcare a segmentelor corpului prin abordarea jocului de baschet*. Europlus, 2011, p. 133-135.
9. COLIBABA-EVULEȚ D., Bota I. *Jocurile sportive - Teorie și metodică*. București: Ed. Aldin, 1998. 327 p.
10. CREȚU T. *Psihologia vârstelor*. Iași: Ed. Polirom, 2009, p. 242-246.
11. CRISTEA S. *Fundamente pedagogice ale reformei învățământului*. București: Ed.Didactică și Pedagogică, 1994, p.45-53.
12. CSUDOR G. *Handbal pentru clasele I-IV*. București: Ed. Sport Turism. 1984, p.7.
13. DANIEL Gh. *Teoria Antrenamentului sportiv modern*. București: Fundației România de Măine, 2005. 133 p.
14. DRAGNEA A. *Antrenamentul sportiv*. București: Didactică și Pedagogică, 1996, p. 10, 133, 297, 305, 364.
15. DRAGNEA A. *Măsurarea și evaluarea în educație fizică și sport*. București: Sport Turism, 1994, p.20-143.
16. EPURAN M. *Ghidul psihologic al antrenorului*. București: IEFS. 1982. p.29-41.
17. Federația Română de oină. *Redescoperiți și învățați sportul nostru national oina*. Constanța: Muntenia. 2011, p. 3.
18. GEORGESCU F. *Educația fizică și sportul-fenomen social*. București: Ed. Stadion. 1971. p.86.
19. GHIȘOIU Gh., MUSZI Al. *Gimnastica sub formă de joc*. București: Ed. Uniunii de Cultură Fizică și Sport. 1962. p.5-11.
20. IACOB I., PĂCURARU A. *Volei, dezvoltarea calităților motrice*. Iași: Ed.Fundația Chemarea. 1999. p.7-9.
21. IONESCU A.N. *Creșterea și dezvoltarea*. București:Ed. Stadion. 1990. p.240.
22. IONESCU A.N., MAZILU V. *Creșterea normală și dezvoltarea armonioasă a corpului*. București: Consiliul Național pentru Educație Fizică și Sport, București, 1968. p.97-125.
23. MAGDAȘ Al. *Totul despre oină*. Ed. Montessouri. 2005. Baia Mare. p.15, 24-98.
24. MAROLICARU M. *Tratarea diferențiată în educație fizică*. București: Ed. Sport Turism. 1986. p. 5-14.
25. MITREA Gh., MOGOȘ Al. *Metodica predării educației fizice*. București: Ed. Stadion. 1972. p.289.
26. MUJICICOV N., BRAGA I., MUJICICOV C. *Jocuri pentru copii și pentru tineret*. Craiova: Ed. Uniunii de Cultură Fizică și Sport. 1966. p.5.

27. PARASCHIV F. *Teoria și metodică educației fizice și sportului*. Ediția a II-a. Brașov: Ed. Omnia Uni S.A.S.T. 2007. p. 79.
28. PĂCURARU A., BALAIȘ F., PRISECARU G. *Priorități metodice în pregătirea copiilor și juniorilor la disciplina volei*. În: Sport și Societate. Nr.1. 2000. p.36-40.
29. PĂCURARU A., CĂLIN L., PRISECARU G. *Metodica baschetului și voleiului școlar*. Galați: Fundației Universitare „Dunărea de Jos”. 2004. 125 p.
30. POSTOLACHE N. *Fascinația oinei jocul românilor de pretutundeni*. București:Ed. Profexin. 2009. p.9.
31. PRODEA C. *Educație psihomotrică/fizică, metodică predării lor în învățământul primar și preșcolar. Suport de curs*. Cluj-Napoca: Facultatea de psihologie și științe ale educației, 2014. p. 29.
32. RAFAILESCU A., IANCU C. *Oina-trecut și prezent*. București:Ed. Stadion. 1976. p.9-224.
33. RĂDULESCU E., CRISTEA E. *Fotbal-aspecte actuale ale pregătirii juniorilor*. București: SportTurism. 1984. 185 p.
34. ROATĂ R. *Oina învățarea jocului și pregătirea echipei reprezentative*. Suceava: Ed.Universității Ștefan cel Mare din Suceava. 2014. p.12, 32-66.
35. ROATĂ R. *Oina inițierea în jocul de oină*. Suceava: Editura Universității Ștefan cel Mare din Suceava, 2018. p.138-194.
36. ROATĂ R. *Oina, modelarea pregătirii copiilor și juniorilor*. Suceava: Editura Universității Ștefan cel Mare. 2018. p.16, 29, 122-196, 340.
37. SCARLAT E., SCARLAT B.M *Educație fizică și Sport-Manual pentru învățământul gimnazial*. București.: Ed. Didactică și Pedagogică. 2002. p.5-50, 53.
38. STANISLAV M. *Teoria Educației Fizice și Sportului*. Sibiu: Ed.Alma Mater. 2003. p.14.
39. STROE ST., ȘERBAN M., SIMION D., SZILAGYI F., DINA G. *Volei*. București: Omnia. 1994. p.14-19.
40. ȘICLOVAN I. *Teoria antrenamentului sportiv*. București.: Ed. Sport-Turism. 1977. p.7, 15-42, 62-84.
41. ȘICLOVAN I. *Teoria educației fizice și sportului*. București.: Editura Sport – Turism. 1979. p.131.
42. ****Programa școlară pentru disciplina Educație Fizică și Sport, clasele a V-a - a VIII-a*. Aprobă prin Ordin de ministru nr. 3393 din 2017. București.
43. M.E.Î. *Programa de educație fizică pentru învățământul gimnazial, liceal și profesional. Aprobă cu nr.4589/1989*. București:Didactică și Pedagogică. 1989. p.29.
44. M.E.Î. *Programa de educație fizică pentru învățământul gimnazial. Aprobă cu nr. 35244/1984*. București: Didactică și Pedagogică. 1984. p. 5-58.
45. MEÎ. *Instrucțiuni privind organizarea și desfășurarea activității de educație fizică și sport în învățământul preșcolar, primar, gimnazial, liceal și profesional. Aprobă cu ordinul Ministrului Educației și Învățământului nr. 6226/1986*. București: 1986, p.5-8.

Lista publicațiilor autorului la tema tezei

2. Articole în reviste științifice

2.2. în reviste din alte baze de date acceptate de către ANACEC (cu indicarea bazei de date)

GĂLĂȚEANU, Ioan Sorin, GHERVAN Petru. Methodological landmarks regarding the teaching of the oina game in secondary schools. In: *Annals of "Dunarea de Jos" University of Galati. Fascicle XV, Physical Education and Sport Management*, 1, 2019, pp. 20-25. doi: <https://doi.org/10.35219/efms.2019.1.04> (EBSCO, Ulrich, Index Copernicus)

GĂLĂȚEANU, Ioan Sorin, GHERVAN Petru. Morphofunctional and psychomotric aspects of the pupils from secondary schools. In: *The Annals of the "Stefan cel Mare" University*, Volum XII issue 1, 2019, pp. 81-89. ISSN 1844 – 9131, eISSN 2601 – 341X. doi: <https://doi.org/10.35219/efms.2019.1.04> (EBSCO, Ulrich, Index Copernicus)

GĂLĂȚEANU, Ioan Sorin. A study on the motricity level of students who play the romanian game oina in secondary school. In: *ACROSS*, 2022, nr. 5(4), pp. 14-20. ISSN 2602-1463 <http://www.across-journal.com/index.php/across/article/view/88/81>

2.3. în reviste din Registrul Național al revistelor de profil (cu indicarea categoriei)

- **GĂLĂȚEANU, Ioan Sorin**; BENEDEK, Florian. Studiu privind pregătirea echipei reprezentative școlare de oină în învățământul gimnazial = A study on the training of the oina school representative team in the gymnasium education. In: *Știința Culturii Fizice*, 2019, nr. 33(1), pp. 25-34. ISSN 1857-4114. (categoria B) https://scf.usefs.md/PDF/Revista%20SCF/1-2019/1--2019_5_ro.pdf

- CIUBOTARU, Mihai; LEUCIUC, Florin-Valentin; **GĂLĂȚEANU, Ioan Sorin**. Studiu privind pregătirea tehnică a unei reprezentative școlare de fotbal pe teren redus la gimnaziu = Study on the technical preparation of a football school representative on a narrowed field in secondary school. In: *Știința Culturii Fizice*, 2019, nr. 34(2), pp. 89-100. ISSN 1857-4114. (categoria B) <https://scf.usefs.md/PDF/Revista%20SCF/2-2019/SCF%2034.2%20%202019-89-94.pdf>

- **GĂLĂȚEANU, Ioan Sorin**. Studiu cu privire la direcțiile de dezvoltare a jocului de oină = Study regarding the directions for the development of the oina game. In: *Știința Culturii Fizice*, 2021, nr. 38(2), pp. 7-25. ISSN 1857-4114. <https://doi.org/10.52449/1857-4114.2021.38-2.01> (categoria B)

3. Articole în lucrările conferințelor și altor manifestări științifice

3.1. conferințe internaționale

GĂLĂȚEANU, Ioan Sorin, GHERVAN, Petru. Methodological Landmarks in Teaching the Oina Game in Secondary Schools. In: *Book of Abstracts: "Sports, education, culture - interdisciplinary approaches in scientific research"*, 7 iulie 2019, Galați. Galați: 2019, Ediția 4, pp. 17-18. ISSN 2457-3094.

3.2. conferințe naționale, cu participare internațională

GĂLĂȚEANU, Ioan Sorin, BENEDEK, Florian. Studiu privind pregătirea echipei reprezentative școlare de oină în învățământul gimnazial. In: *Sport. Olimpism. Sănătate*, Ed. 3, 13-15 septembrie 2018, Chișinău, Republica Moldova, 2018, Ediția a 3-a, pp. 43-44. ISBN 978-9975-131-65-0.

ADNOTARE

Gălățeanu Ioan Sorin: *Pregătirea sportivă a echipei de oină la nivelul ciclului gimnazial*, teză de doctor în științe ale educației. Chișinău, 2023.

Structura tezei: adnotare, introducere, 3 capitole, concluzii și recomandări, bibliografie 237 surse, 205 pagini, text de bază 121 pagini, 7 tabele, 39 figuri, 19 anexe. Rezultatele experimentale obținute sunt publicate în 8 lucrări științifice.

Cuvinte cheie: elevi de gimnaziu, lecție de educație fizică, cercul sportiv, mijloace specifice din jocul de oină, prindere, pasare, țintirea adversarului, bătaia la baston, capacități motrice, pregătire tehnică.

Scopul cercetării rezidă în elaborarea și argumentarea experimentală a unui program de pregătire sportivă la nivelul echipei reprezentative de oină în ciclul gimnazial, iar prin utilizarea unor metode și mijloace adecvate să contribuie la creșterea eficiență a pregătirii și implicit la obținerea de performanțe sportive în competiții.

Obiectivele cercetării: 1. Documentarea științifică prin studierea literaturii de specialitate care vizează dezvoltarea practicării jocului de oină. 2. Anchetarea specialiștilor din domeniu în vederea argumentării necesității elaborării unui program de pregătire sportivă la ciclul gimnazial. 3. Stabilirea structurii și conținutului (strategiilor) programului de pregătire sportivă a echipei de oină la nivelul ciclului gimnazial. 4. Validarea experimentală a programului de pregătire sportivă a echipei de oină la nivelul ciclului gimnazial.

Noutatea și originalitatea științifică rezidă din faptul realizării unui program de pregătire sportivă, care implică ameliorarea conținuturilor didactice prin introducerea de noi mijloace specifice jocului de oină și care a fost argumentat experimental prin implementarea lui în cadrul lecțiilor de educație fizică și a orelor de cerc sportiv, iar efectele au fost determinate din analizele nivelului de pregătire a subiecților din punct de vedere somatic, motric și specific jocului de oină.

Problema științifică importantă soluționată în cercetare admite ideea că mijloacele specifice jocului de oină aplicate în cercetare, prin fundamentarea programului de pregătire sportivă elaborat de autor, contribuie la dezvoltarea pregătirii motrice și tehnice ale elevilor din ciclul gimnazial. Mijloacele selectate și care sunt specifice jocului de oină sunt planificate a fi puse în practică în cadrul lecțiilor de educație fizică și a orelor de cerc sportiv, ele fiind o condiție pentru atingerea obiectivului propus.

Semnificația teoretică constă în argumentarea ansamblului de procedee și mijloace specifice jocului de oină, implementate în trunchiul comun și al celui la decizia școlii al curriculei, elaborat de autor și exprimat prin îmbunătățirea nivelului de pregătire din punct de vedere somato-funcțional al motricității și specific jocului. Rezultatele obținute în cercetare au un aport la mărirea ansamblului de cunoștințe necesare specialiștilor din domeniul educației fizice și sportului.

Valoarea aplicată a rezultatelor cercetării demonstrează conceperea unui model metodologic de mijloace specifice jocului de oină care poate fi aplicat în cadrul lecțiilor de educație fizică și al cercurilor sportive la nivel de școală gimnazială, în vederea eficientizării procesului instructiv-educativ și a obținerii de rezultate superioare în competițiile școlare.

Implementarea rezultatelor științifice au fost puse în practica procesului didactic cu mijloace specifice jocului de oină, care s-a desfășurat la Școala Gimnazială „Aurelian Stanciu” Salcea județul Suceava și la Liceul Tehnologic „Mihai Eminescu” Dumbrăveni, județul Suceava precum și la diverse conferințe științifice, fiind publicate în reviste de specialitate din țară și străinătate.

АННОТАЦИЯ

Гэлэцяну Иоан Сорин «*Спортивная подготовка команды по ойне на уровне среднего цикла обучения*»: диссертация доктора педагогических наук. Кишинэу, 2023

Структура диссертации: аннотация, введение, 3 главы, выводы и рекомендации, список литературы – 237 источников, 205 страниц, 121 страниц основного текста, 7 таблиц, 39 фигур, 19 приложений. Полученные экспериментальные результаты опубликованы в 8-ми научных работах.

Ключевые слова: ученики гимназии, урок физического воспитания, спортивный кружок, специальные средства ойны, захват, передача, прицеливание противника, игра битой, двигательные способности, техническая подготовка.

Цель исследования состоит в разработке и экспериментальном обосновании программы спортивной подготовки на уровне сборной команды по ойне в среднем цикле обучения, что, путем применения соответствующих средств и методов, поспособствовало бы повышению эффективности подготовки, следовательно, и достижению высоких спортивных результатов на соревнованиях.

Задачи исследования: 1. Научное документирование путем изучения специальной литературы направленной на развитие игры в ойну. 2. Анкетирование специалистов в данной области с целью обоснования необходимости разработки программы по спортивной подготовке в среднем цикле обучения. 3. Определение структуры и содержания (стратегий) программы по спортивной подготовке команды по ойне в гимназическом цикле. 4. Экспериментальное подтверждение программы по спортивной подготовке команды по ойне на уровне среднего цикла обучения.

Научная новизна и оригинальность исследования заключаются в реализации программы по спортивной подготовке, предполагающей совершенствование содержания учебного процесса путем внедрения новых средств, свойственных игре в ойну, что было обосновано экспериментально посредством ее внедрения на уроках физического воспитания и занятиях в спортивных кружках, а последствия применения программы определялись по результатам анализа уровня подготовленности испытуемых с точки зрения соматических, двигательных и специальных показателей, свойственных игре в ойну.

Важная научная проблема, решаемая в исследовании, допускает идею, что специальные средства игры в ойну, примененные в исследовании, путем обоснования разработанной автором программы спортивной подготовки, способствуют развитию двигательной и технической подготовки учеников среднего цикла обучения. Отобранные специальные средства, свойственные игр в ойну, планируется применять на уроках физического воспитания и на занятиях в спортивных кружках, что является условием для достижения поставленной задачи.

Теоретическая значимость состоит в обосновании комплекса приемов и средств, специфичных для игры в ойну, внедренных в общий стержень и по решению администрации школы согласно учебной программе, разработанной автором и выраженной в повышении уровня сомато функциональной, двигательной и специальной подготовленности. Полученные результаты вносят существенный вклад в увеличение объема знаний, необходимых специалистам в области физического воспитания и спорта.

Практическая значимость результатов исследования отражает построение методической модели специальных средств игры в ойну, которую можно применять на уроках физического воспитания и на занятиях в спортивных кружках на уровне среднего цикла обучения, с целью повышения эффективности учебно-воспитательного процесса и достижения высших результатов на школьных соревнованиях.

Внедрение научных результатов: научных результаты нашли отражение в практике учебного процесса, с применением специальных средств игры в ойну, который осуществлялся в Школе-гимназии «Аурелиан Станчу» Салча, Сучава в Технологическом лицее «Михай Эминеску» Думбрэвень, Сучава, а также были представлены на различных конференциях и опубликованы в национальных и зарубежных научных журналах.

ANNOTATION

Galateanu Ioan Sorin: *Sports training of the oina team at the secondary school level*, PhD thesis in education sciences. Chisinau, 2023.

Thesis structure: annotation, introduction, 3 chapters, conclusions and recommendations, references 237 sources, 205 pages, main text 121 pages, 7 tables, 39 figures, 19 appendices. The obtained experimental results are published in 8 scientific papers.

Keywords: secondary school pupils, physical education lesson, sports circle, specific means of the oina game, catching, passing, the opponent - target, stick hitting, motor skills, technical training.

The purpose of the research resides in the elaboration and experimental argumentation of a sports training program at the level of the representative oina team in the secondary school cycle, by using appropriate methods and means to contribute to the effective increase of training and implicitly to the achievement of sports performances in competitions.

Research objectives: 1. Scientific documentation by studying the specialized literature aimed at developing the practice of oina game. 2. Enquiring the specialists in the field in order to argue the need to develop a sports training program at the secondary school level. 3. Establishing the structure and content (strategies) of the sports training program of the oina team at the secondary school level. 4. Experimental validation of the sports training program of the oina team at the secondary school level.

Novelty and scientific originality resides from the fact of the realization of a sports training program, which involves improving the didactic content by introducing new means specific to the oina game, which was experimentally argued through its implementation in physical education lessons and sports association classes, and the effects were determined from the analyses of the training level of the subjects from a somatic, motor and game-specific point of view.

The important scientific problem solved in the research admits the idea that the specific means of the oina game applied in the research, by substantiating the sports training program elaborated by the author, contribute to the development of the motor and technical training of secondary school students. The means selected and which are specific to the oina game are planned to be put into practice within the physical education lessons and sports association classes, being a condition for reaching the proposed objective.

Theoretical significance consists in the argumentation of the set of procedures and means specific to the oina game, implemented in the common core and the one at the decision of the curriculum school, elaborated by the author and expressed by improving the level of training from a somato-functional point of view of motor skills and specific to this game. The results obtained in the research have a contribution to increase the body of knowledge necessary for specialists in the field of physical education and sports.

Applied value of research results demonstrates the conception of a methodological model of means specific to the game of oina that can be applied within physical education lessons and sports associations at the secondary school level, in order to make the instructional-educational process more efficient and to obtain superior results in school competitions.

Implementation of scientific results were put into practice in the didactic process with specific means of the oina game, which took place at the "Aurelian Stanciu" Secondary School Salcea, Suceava and "Mihai Eminescu" Dumbraveni Technological High School, Suceava, as well as at various scientific conferences, being published in specialized journals from the country and abroad.

GĂLĂȚEANU Ioan Sorin

**PREGĂTIREA SPORTIVĂ A ECHIPEI DE OINĂ LA
NIVELUL CICLULUI GIMNAZIAL**

Specialitatea: 533.04. Educație fizică, sport, kinetoterapie și recreație

Rezumatul tezei de doctor în științe ale educației

Aprobat spre tipar: data _____

Formatul hârtie 60x84 1/16

Hârtie ofset. Tipar ofset.

Tiraj 30 ex.

Coli de tipar: 2,2

Comanda nr. 17

Universitatea de Stat de Educație Fizică și Sport
MD-2024, Republica Moldova, Chișinău, str. A.Doga, 22