

2. Craijdan, O. (2020). Bazele teoretico-metodice ale pregătirii profesionale a profesorilor de educație fizică în sporturile gimnastice. În: *Materialele Conferinței Științifice Internaționale „Formarea continuă a specialistului de cultură fizică în conceptul acmeologic modern”*. Chișinău: Valinex. 162 p.
3. Danilov, C. (1983). *Antrenamentul gimnastului pe trambulină*. Moscova: Editura Cultura fizică și sportul. 189 p.
4. Danilov, C. (1978). *Sărituri pe trambulină*. Moscova: Editura Cultura fizică și sportul. 146 p.
5. Ghețiu, A. I. (2017). Calitatea pregătirii specialistului de educație fizică – realitate, motivație și perspective. În: *„Problemele acmeologice în domeniul culturii fizice”*. *Materialele Conferinței Științifice Internaționale*. Ediția a III-a. Chișinău: Editura USEFS, p. 24-29.
6. *Gimnastica pe trambulină. Pentru elevi capabili de performanță*. (2014). În: *Materialele proiectului „Talentul este fără frontiere” HURO/1001/138/2.3.1, finanțat de Programul de Cooperare Ungaria–România 2007–2013*, 65 p.
7. Grimalschi, T., Filipenco, E. (2013). *Didactica gimnasticii. Manual. Volumul I. Teorie și metodică*. Chișinău: USEFS. 386 p.
8. Mihăileanu, N.N. (1981). *Istoria matematicii*. București: Editura Științifică și Enciclopedică. 171 p.
9. Milevschi, A., Ghețiu, A. I. (2021). Priorități ale formării profesionale continue a antrenorilor din gimnastică. În: *Materialele Conferinței Științifice Internaționale*, p. 72-77.
10. Moga, C. (2013). *Pregătirea tehnică a gimnaștilor pe trambulină în baza formării capacităților de a diferenția parametrii spațio-temporali ai mișcărilor*. Chișinău: Editura Cetatea de sus. 146 p.

<https://doi.org/10.52449.soh22.30>

## ANALIZA REZULTATELOR OLIMPIADEI REPUBLICANE LA EDUCAȚIE FIZICĂ, EDIȚIA A XVII-A, ANUL 2022

**Moga Carolina<sup>1</sup>**, dr., conf. univ.

**Onica Vasile<sup>1</sup>**, doctorand

<sup>1,2</sup>Universitatea de Stat de Educație Fizică și Sport, Chișinău, Republica Moldova

***Abstract.** The Republican Olympiad in Physical Education is an important component of the educational process. This allows both teachers and students to assess the level of intellectual, physical and functional training of participants in the competition. Training and participating in the Olympics ensures an increase in school results, an increase in the prestige of the student's personality and motivation for performance.*

*In this paper we aim to make an analysis of the results obtained by students in the ninth and twelfth grades (girls, boys) in the seventeenth edition of the Republican Olympics in Physical Education, held on May 8, 2022. In total, more than 900 results of participants from three areas of the Republic of Moldova were examined: South, North and Center.*

***Keywords:** Republican Olympiad in Physical Education, competition events, general classification, 9th and 12th grade students.*

**Actualitatea.** Procesul de formare/dezvoltare a competențelor include un sistem integrat de cunoștințe, abilități, atitudini și valori căpătate încă din copilărie prin valorificarea deplină a potențialului biologic, fizic, psihologic al organismului uman. În acest sens,

disciplina Educația fizică posedă un potențial important pentru formarea și dezvoltarea personalității elevului.

Valențele formative ale disciplinei date sunt variate și valoroase: dezvoltarea armonioasă și sănătoasă a organismului; sporirea, menținerea sau refacerea calităților motrice și cele ale sănătății; dinamizarea proceselor psihice, inclusiv a celor volitive și afective; sporirea rezilienței; stimularea activității intelectuale; dezvoltarea unor calități morale, cum ar fi spiritul de echipă și competiție loială, spiritul antreprenorial, curajul și dăruirea, responsabilitatea, disciplina și stăpânirea de sine, spiritul patriotic etc. [1, p.4].

Formele de practicare a educației fizice și sportului în școală sunt numeroase și reprezintă diverse activități ce au drept scop motivarea elevului de a aborda un mod sănătos de viață și de a forma obișnuința de practicare independentă și sistematică a exercițiilor fizice. Așadar, ca activitățile motrice să devină mai atractive și mai eficiente, pe lângă tradiționalele lecții, domeniul educației fizice include un șir de activități motrice extrașcolare: activități sportive de masă, concursuri și competiții, sărbători sportive etc.

Concursurile și olimpiadele școlare se desfășoară în conformitate cu programul anual privind activitățile de susținere a elevilor capabili de performanțe înalte și au drept scop realizarea următoarelor obiective: 1 - selectarea, la nivel de performanță, a potențialului intelectual al republicii, cu acordarea ulterioară a unor facilități de manifestare a capacităților în interesul propriu și cel al societății; 2 - identificarea, stimularea și promovarea elevilor capabili de performanțe înalte; 3 - dezvoltarea capacităților și a talentelor deosebite în vederea constituirii și dezvoltării viitorului potențial al Republicii Moldova; 4 - stimularea interesului sporit al elevilor în raport cu anumite discipline și domenii ale cunoașterii; 5 - dezvoltarea abilităților de mobilizare a voinței, facultăților intelectuale și a spiritului competitiv; 6 - favorizarea schimbului de opinii/experiență, cu referință la disciplinele de studiu; 7 - formarea unui cadru favorabil pentru comunicare între elevii originari din diferite localități; 8 - susținerea și încurajarea cadrelor didactice în activitățile de lucru cu elevii capabili de performanțe înalte [5].

Olimpiada Republicană la Educație fizică reprezintă o componentă importantă a procesului educațional. Aceasta permite atât profesorilor cât și elevilor evaluarea nivelului de dezvoltare intelectuală, fizică și funcțională a participanților, în concurs. Pregătirea și participarea la olimpiadă asigură o creștere a rezultatelor școlare, o amplificare a prestigiului personalității elevului și a motivației pentru performanțe. Pe parcursul anului de studiu olimpiada școlară se desfășoară în 3 etape: etapa locală, etapa raională/municipală/zonală și etapa republicană.

**Scopul** lucrării constă în analiza și interpretarea rezultatelor finale obținute de elevi în cadrul Olimpiadei Republicane la Educația Fizică, ediția a XVII-a, anul 2022.

#### **Obiectivele cercetării:**

1. Studiul literaturii de specialitate privind formele de practicare a educației fizice și sportului în școală.

2. Analiza și interpretarea rezultatelor obținute de elevi la Olimpiada Republicană la Educația fizică, ed. a XVII-a (clasa a IX-a, a XII-a).

**Metode de cercetare:** analiza teoretică și generalizarea datelor literaturii științifico-metodice; observația; metoda matematico-statistică de prelucrare a datelor; metoda comparativă a datelor.

În anul de studii 2021-2022 Olimpiada republicană s-a desfășurat concomitent în trei zone ale Republicii Moldova: Nord(mun. Bălți), Centru (mun. Chișinău), Sud (mun. Comrat) [4].

La etapa republicană, probele de concurs la educația fizică constau din:

1. Proba de **teorie** – test de evaluare a competențelor cognitive (60 minute).
2. Proba de rezistență generală (**atletism**) - alergare 800m (*fete*), 1000m (*băieți*).
3. Proba de acrobatică (**gimnastică**) - combinare din elementele acrobatice.
4. Proba de **jocuri sportive** - test de evaluare a competențelor din **volei și baschet**.

Consiliul Olimpic Republican a stabilit criteriile de acordare a punctajului, conform locului obținut la fiecare probă. Evaluarea probelor de concurs a avut loc în strictă conformitate cu prevederile baremului de corectare și a criteriilor de apreciere[3].

**Rezultatele cercetării.** Pornind de la cele menționate anterior, am desfășurat un studiu care prevede analiza și interpretarea rezultatelor obținute de către elevii claselor a IX-a și a XII-a (*fete și băieți*) la probele Olimpiadei Republicane la Educație Fizică, ediția a XVII-a, care a avut loc la 8 mai, 2022. În total, au fost examinate peste 900 de rezultate ale participanților din toate raioanele și municipiile Republicii Moldova. În continuare rezultatele obținute de participanți au fost prelucrate statistic și sistematizate în Tabelul 1 și Figurile 1-5.

**Tabelul 1. Media rezultatelor finale la Olimpiada Republicană la Educația fizică (clasa a IX-a, a XII-a), a. 2022.**

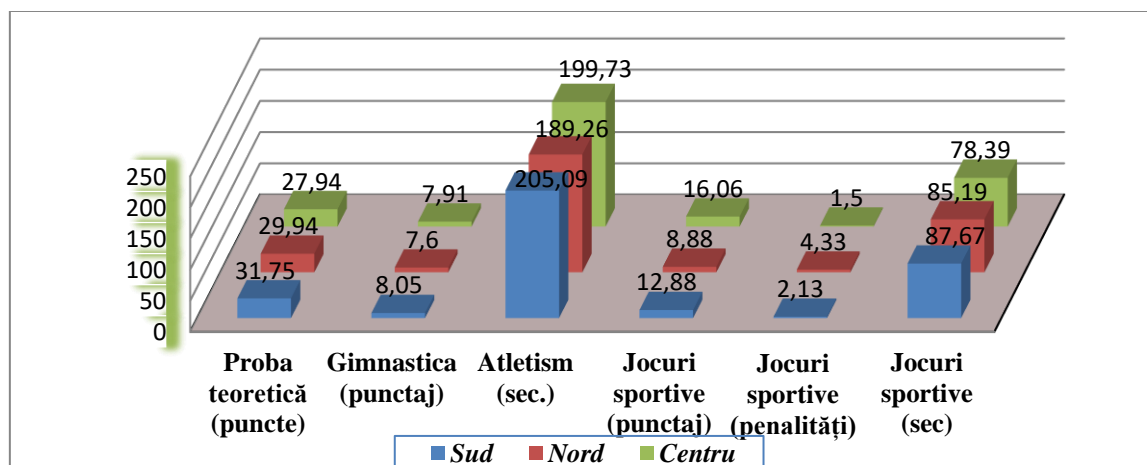
Nr. d/o	Clasa	Zona	Proba						Scor total Olimp iadă
			Proba teoretică (test)	Gimnastica (combinare)	Atletism (fete - 800m, băieți – 1000m)	Jocuri sportive (test combinat)			
Unități de măsură			puncte	punctaj	timp(sec)	puncte	puncte penalități	timp(sec)	
1.	Cl.a IX-a, fete	<i>Sud</i>	31,75	8,05	205,09	12,88	2,13	87,67	<b>84,38</b>
		<i>Nord</i>	29,94	7,6	189,26	8,88	4,35	85,19	<b>83,71</b>
		<i>Centru</i>	27,94	7,91	199,73	16,06	1,50	78,39	<b>79,03</b>
2.	Cl.a IX-a, băieți	<i>Sud</i>	27,63	7,45	217,99	19,63	1,63	81,37	<b>85,94</b>
		<i>Nord</i>	30,15	7,67	207,24	13,39	3,85	81,84	<b>79,31</b>
		<i>Centru</i>	28,29	8,31	202,73	20,71	2,36	77,36	<b>64,18</b>
3.	Cl.a XII-a, fete	<i>Sud</i>	26,38	7,01	214,45	21,88	2,13	92,37	<b>116,19</b>
		<i>Nord</i>	29,64	7,66	193,24	9,71	3,14	90,83	<b>114,75</b>
		<i>Centru</i>	31,00	6,63	230,80	16,66	1,4	90,66	<b>116,88</b>
4.	Cl.a XII-a, băieți	<i>Sud</i>	21,38	6,85	203,94	21,38	2,63	81,80	<b>81,87</b>
		<i>Nord</i>	25,56	7,68	198,12	17,17	2,22	80,56	<b>71,61</b>
		<i>Centru</i>	25,54	7,09	205,06	18,77	1,54	75,15	<b>84,00</b>

**Notă:** clasa a IX-a: fete – 41, băieți – 39; clasa a XII-a: fete – 39, băieți – 36.

Proba teoretică s-a desfășurat în formă de test de competențe cognitive, destinat elevilor din clasele a IX-a și a XII-a. Testele pentru fiecare vârstă au fost compuse din itemi și enunțuri formulate în baza subiectelor reflectate în conținuturile curriculare la disciplina de studii Educația fizică [1, 2]. Așadar, ca rezultatul determinării punctajului obținut de către participanții la proba teoretică, s-a stabilit un nivel scăzut de realizare a gradului de formare/dezvoltare a competențelor cognitive generale/conceptuale și speciale ale elevilor. Astfel, elevii clasei a IX-a din totalul general de 75 de puncte, au reușit să acumuleze cel mult o medie de 31,75 puncte (fete, zona Sud), ceea ce constituie 42,33%.

Aceeași situație se atestă și în clasa a XII-a unde participanții au reușit să demonstreze o medie a cunoștințelor la nivel de cel mult 31,0% din 100 puncte (fete, zona Centru), cât prevede totalul general.

Prin urmare, putem constata faptul că este evidentă atitudinea insuficient de responsabilă a elevilor și cadrelor didactice în ceea ce privește studierea subiectelor teoretice reflectate în conținuturile curriculare la disciplina *Educația fizică*.



**Fig. 1. Media rezultatelor finale la Olimpiada Republicană la Educația fizică (clasa a IX-a, fete), 08.05.2022**

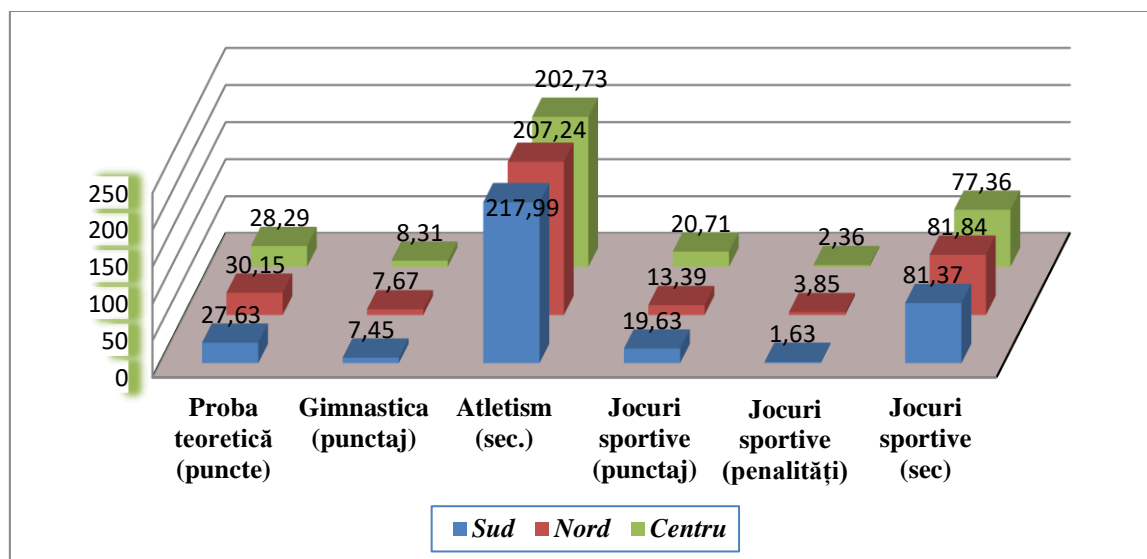
Proba de gimnastică a impus executarea unei combinații din elemente acrobatice selectate conform curriculumului la educația fizică. Combinațiile propuse purtau un caracter fix, obligatoriu spre executare în consecutivitatea enunțată. În urma evaluării participanților la olimpiadă, putem afirma că aceștia au confirmat un nivel bun de pregătire, îndeosebi la treapta gimnazială. Astfel, media rezultatelor obținute de fetele din clasa a IX-a la proba de Gimnastică demonstrează cel mai bun punctaj la elevele din Zona Sud a țării (8,05 puncte), fiind urmate de elevele din zona Centru, care au obținut o medie de 7,91 puncte și respectiv de cele din zona Nord, care au reușit să acumuleze în medie 7,60 puncte din totalul de 10,0 puncte.

Indicii obținuți de băieții din clasa a IX-a la proba de Gimnastică scot în evidență cea mai bună medie demonstrată de participanții din zona Centru a țării – 8,31 puncte. Un rezultat de 7,67 puncte au reușit să acumuleze participanții din zona Nord, iar elevii din zona Sud al

țării au obținut o medie a rezultatelor de 7,45 puncte din maximumul de 10,0 puncte (Tabelul 1, Figurile 1-4).

De cealaltă parte, la proba de Gimnastică elevii claselor a XII au arătat o medie a rezultatelor mai modestă comparativ cu elevii claselor a IX-a. Astfel, atât elevele, cât și elevii din clasa a XII-a, Zona Nord a țării au reușit să obțină cea mai mare medie a rezultatelor de 7,66 puncte (fete) și 7,68 puncte (băieții). Aceștia fiind urmați de fetele din zona Sud cu o medie de 7,01 puncte și de băieții din zona Centru cu o medie de 7,09 puncte și, în sfârșit, elevele din zona Centru a țării cu o medie a rezultatelor de 6,63 puncte și, respectiv, băieții din zona Sud a Republicii cu un rezultat mediu de 6,85 din totalul de 10,0 puncte (Tabelul 1, Figurile 1-4).

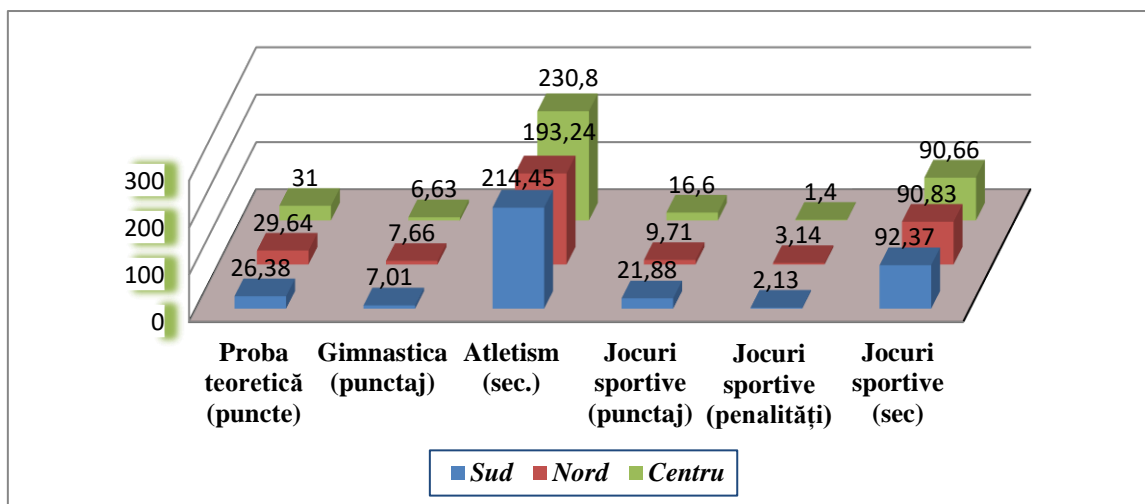
Examinând cu atenție rezultatele obținute de concurenți la proba de rezistență generală (800m – fete și 1000 m – băieți), în clasa a IX-a au fost scoase în evidență cele mai bune performanțe la elevele din zona Nord, timpul mediu fiind de 189,26 sec (3.09,26 min), și la elevii din zona Centru, al căror timp mediu obținut a fost de 202,73 sec (3.22,73 min).



**Fig. 2. Media rezultatelor finale la Olimpiada Republicană la Educația fizică (clasa a IX-a, băieți), 08.05.2022**

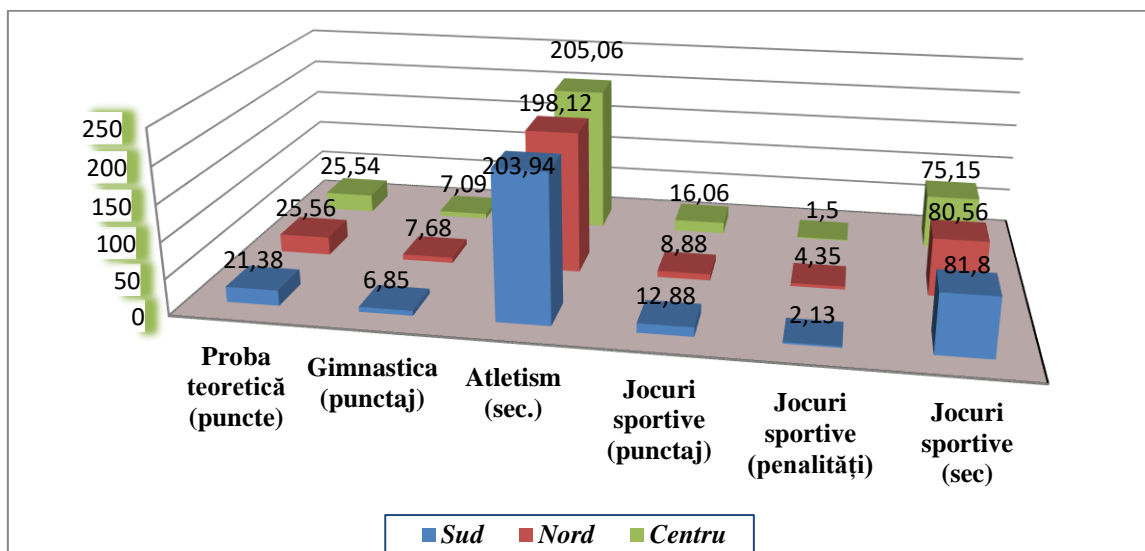
În clasa a XII-a la aceeași probă cele mai bune rezultate s-au consemnat atât la elevele, cât și la elevii din zona de Nord a țării, care au obținut un timp mediu de 193,24 sec. (3.13,24 min.) – fete și, respectiv, 198,12 sec. (3.18,12 min.) – băieți (Figura 1-4).

Celelalte rezultate s-au repartizat astfel: clasa a IX-a: fete: zona Centru – 199,73 sec (3.19,73 min), zona Sud – 205,09 sec (3.25,09 min); băieți: zona Nord - 207,24 sec (3.27,24 min), zona Sud – 217,99 sec (3.37,99 min); clasa a XII-a: fete: zona Sud – 214,45 sec (3.34,45 min), zona Centru – 230,8 sec (3.50,8 min); băieți: zona Sud - 203,94 sec (3.23,94 min), zona Centru – 205,06 sec (3.25,06 min).



**Fig. 3. Media rezultatelor finale la Olimpiada Republicană la Educația fizică (clasa a XII-a, fete), 08.05.2022**

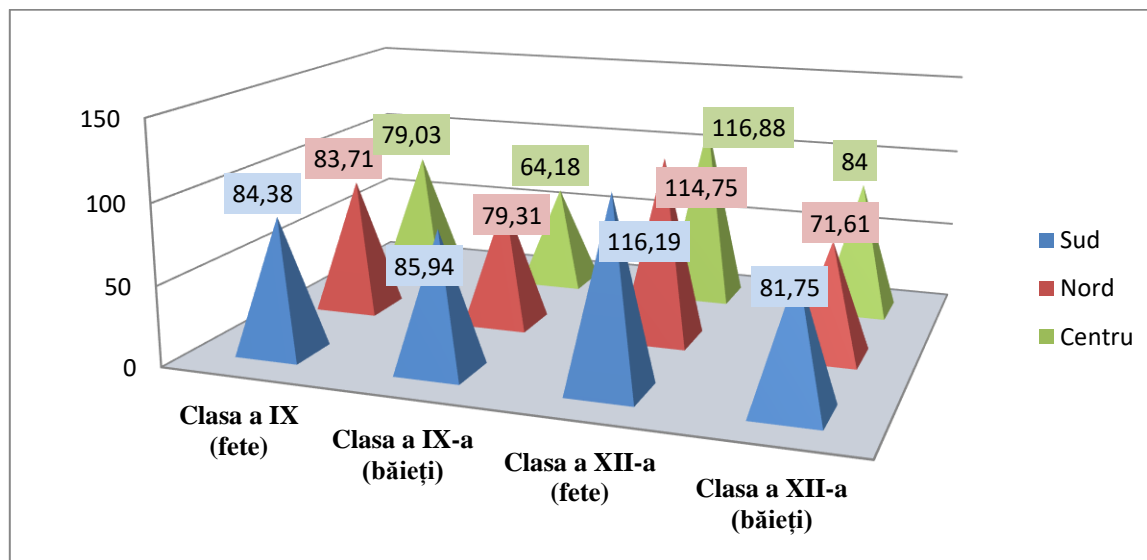
Testul de apreciere a competențelor la jocuri sportive a îmbinat elemente din volei: servirea, transmiteri, preluări; și baschet: aruncări în coș, dribling. În urma analizei și interpretării rezultatelor testului dat, au fost evaluați 3 indici componenți: punctajul acumulat, penalizările obținute și timpul realizării testului. Astfel, ca urmare a totalizării datelor obținute în clasa a IX-a, atât băieții, cât și fetele din zona Centru au demonstrat cele mai bune rezultate sportive la proba dată, fete: 16,6 puncte/1,50 puncte/78,39 sec; băieți: 20,71 puncte/2,36 puncte/77,36 sec (Figurile 1-4).



**Fig. 4. Media rezultatelor finale la Olimpiada Republicană la Educația fizică (clasa a XII-a, băieți), 08.05.2022**

În clasa a XII-a, chiar dacă nu au obținut un punctaj inițial maxim, totuși per ansamblu, fetele din zona Centru au demonstrat rezultate superioare la proba combinată cu următorii parametri: 16,6 puncte/ 1,4 puncte/90,66 sec. Și la băieți cel mai bine s-au descurcat

concuranții din zona Centru, demonstrând următoarele medii: 16,06 puncte/1,5 puncte/75,15 sec.



**Fig. 5. Mediascorului total pe Zone la Olimpiada Republicană la Educația fizică (clasele a IX-a și a XII-a, fete, băieți), 08.05.2022**

Conform *Notei informative privind condițiile de desfășurarea probelor de concurs din cadrul Olimpiadei Republicane la Educația fizică*, participanților li se acordau puncte conform locului obținut la fiecare probă. Astfel, învingători ai Olimpiadei au fost declarați participanții care au acumulat cel mai mic punctaj. Examinând Figura 5 și aplicând aceleași condiții, putem concluziona faptul că cel mai bun scor total l-au demonstrat elevii din Zona Nord a țării (locul I – 2, locul II – 2, locul III – 0), fiind urmați în clasament de cei din Zona Centru (locul I – 2, locul II – 1, locul III – 1), și, în final, elevii din Zona Sud a țării (locul I – 0, locul II – 2, locul III – 2). Totodată, este de menționat că cele mai mici diferențe între rezultatele scorului total le-au dovedit fetele din clasa a XII-a, diferența între zone fiind de cel mult 2,13 puncte. În clasament urmează fetele din clasa a IX-a cu o diferență de scor final de maximum 5,35 puncte. De cealaltă parte, cel mai mare decalaj de rezultate se atestă la băieții din clasa a IX-a cu o diferență de scor final de maximum 21,76 puncte, iar la băieții din clasa a XII-a diferența scorului total a constituit 12,39 puncte.

Toate acestea ne permit să tragem următoarele **concluzii**:

- Olimpiada Republicană la Educația fizică reprezintă o componentă importantă a procesului educațional. Aceasta permite atât profesorilor, cât și elevilor evaluarea nivelului de dezvoltare intelectuală, fizică și funcțională a participanților la concurs.

- Ca rezultat al determinării punctajului obținut la proba teoretică de către participanții la Olimpiada Republicană la Educația fizică s-a stabilit un nivel scăzut de realizare a gradului de formare/dezvoltare a competențelor cognitive generale/conceptuale și speciale ale elevilor.

- În clasamentul general, cel mai bun scor total l-au demonstrat elevii din Zona Nord a țării, fiind urmați de cei din Zona Centru, și, în final, elevii din Zona Sud.

- Diferențele mici dintre rezultatele scorului total ne permit să afirmăm faptul că atât organizatorii, cât și comisia de jurizare au asigurat cu succes condiții egale pentru concurența tuturor participanților la Olimpiadă.

#### Referințe bibliografice:

1. Educație fizică: Curriculum național: clasele 5-9: Curriculum disciplinar: Ghid de implementare (2020) / Ministerul Educației, Culturii și Cercetării al Republicii Moldova; coordonatori: A. Cutasevici, V. Crudu, V. Onica; grupul de lucru: N.Bragarenco (coordonator) [et al.]. Chișinău: Lyceum, (F.E.–P. „Tipografia Centrală”). 112 p.
2. Curriculum Național. Educația fizică. Curriculum disciplinar. Clasele X-XII. (2019). Chișinău: Liceum, 63 p. [https://www.mecc.gov.md/sites/default/files/ed\\_fizica\\_liceu\\_ro\\_4\\_final.pdf](https://www.mecc.gov.md/sites/default/files/ed_fizica_liceu_ro_4_final.pdf)
3. Nota informativă privind condițiile de desfășurare a probelor de concurs din cadrul Olimpiadei Republicane la Educație fizică, Ediția a XVII-a, anul 2022.
4. Ordinul 1700 din 28.12.2021 cu privire la organizarea olimpiadelor republicane în anul de studii 2021-2022. [https://ance.gov.md/sites/default/files/2021.12.28\\_ord.mec\\_1700\\_instructiuni\\_olimp\\_republicane-2022.pdf](https://ance.gov.md/sites/default/files/2021.12.28_ord.mec_1700_instructiuni_olimp_republicane-2022.pdf)
5. Regulamentul privind concursurile și olimpiadele școlare (ANEXĂ la ordinul MECC nr. 1222 din 06 noiembrie 2020). [https://ance.gov.md/sites/default/files/ro\\_ance\\_regulament\\_concursuri\\_olimpiade\\_scolare\\_aprobat\\_ord.mecc\\_1222\\_06.11.20.pdf](https://ance.gov.md/sites/default/files/ro_ance_regulament_concursuri_olimpiade_scolare_aprobat_ord.mecc_1222_06.11.20.pdf).

<https://doi.org/10.52449.soh22.31>

## FORTIFICAREA STĂRII DE SĂNĂTATE A ELEVILOR DE 10- 11 ANI PRIN APLICAREA METODEI ANTRENAMENTULUI ÎN CIRCUIT

**Moroșan Ion<sup>1</sup>**, dr., conf. univ.

**Moroșan Raisa<sup>2</sup>**, dr. hab., prof. univ.

<sup>1,2</sup>Universitatea de Stat de Educație Fizică și Sport, Chișinău, Republica Moldova

**Abstract.** *This article presents the results of a pedagogical experiment, during which the influence of a physical education lesson, organized according to the principle of circular training, on the health of 10-11-year-old schoolchildren, boys and girls. Experimental studies were carried out for six months, from November to May. In the course of the work, initial and final testing of indicators of the health status of schoolchildren was carried out, which made it possible to identify their dynamics and carry out a comparative analysis of the indicators of the control and experimental groups. Initial testing did not reveal a significant difference between the studied parameters of both groups. During the final testing of schoolchildren, it was revealed that the experimental group had a higher adaptive potential for physical activity, greater reserve capacity of the cardiovascular system compared to the control group. This, in our opinion, is the result of the training effect on the body of physical activity performed in the process of applying the method of circular training at a physical education lesson.*

**Keywords:** *physical education lesson, circuit training method, schoolchildren, health condition.*

**Introducere.** În ultimele decenii, în domeniul educației fizice, tot mai intens se vehiculează ideea folosirii unor principii și tehnologii moderne, care ar asigura o eficiență mai mare a lecțiilor de profil, contribuind la creșterea nivelului de pregătire motrice și la fortificarea stării de sănătate a elevilor. Tehnologiile moderne de instruire a elevilor în cadrul