

UNIVERSITATEA DE STAT DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT

Cu titlu de manuscris

C.Z.U.:37.018:373.037.1+373.3(043.4)

LEȘCO Victoria

**INTERACȚIUNEA ȘCOLII ȘI FAMILIEI ÎN EDUCAȚIA
FIZICĂ A ELEVILOR DE VÂRSTĂ ȘCOLARĂ MICĂ**

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

Teză de doctor în științe ale educației

Conducător științific:



Gonciaruc Svetlana,
*doctor în științe pedagogice,
profesor universitar*

Autor:



CHIȘINĂU, 2021

© Leşco Victoria, 2021

CUPRINS

ADNOTARE (în română, rusă, engleză)	5
LISTA TABELELOR	8
LISTA FIGURILOR	9
LISTA ABREVIERILOR	11
INTRODUCERE	12
1. REPERE CONCEPTUALE ALE EDUCAȚIEI FIZICE A ELEVILOR DE VÂRSTĂ ȘCOLARĂ MICĂ	19
1.1. Impactul educației fizice asupra dezvoltării personalității elevului de vârstă școlară mică ..	19
1.2. Istoricul și caracteristicile interacțiunii școală – familie în educația fizică a elevilor	24
1.3. Particularitățile psihofizice ale dezvoltării elevilor de vârstă școlară mică	36
1.4. Specificul educației fizice a elevilor de vârstă școlară mică în cadrul familiei	41
1.5. Concluzii la capitolul 1	47
2. FUNDAMENTE METODOLOGICE ALE INTERACȚIUNII ȘCOLII ȘI FAMILIEI ÎN EDUCAȚIA FIZICĂ A ELEVILOR DE VÂRSTĂ ȘCOLARĂ MICĂ	49
2.1. Metodele, organizarea și desfășurarea cercetării științifice.....	49
2.2. Dinamica de vârstă a nivelului dezvoltării fizice și pregătirii motrice a elevilor de vârstă școlară mică.....	57
2.3. Aprecierea atitudinii părinților și a elevilor de vârstă școlară mică față de educația fizică și modul de viață sănătos	65
2.4. Esența potențialului educațional al familiei privind cultivarea valorilor educației fizice la copii	72
2.5. Configurarea modelului pedagogic de interacțiune a școlii și familiei în educația fizică a elevilor de vârstă școlară mică.....	76
2.6. Elaborarea programei experimentale de interacțiune a școlii și familiei în educația fizică a elevilor de vârstă școlară mică.....	81
2.7. Concluzii la capitolul 2.....	88
3. DEMERSUL EXPERIMENTAL AL INTERACȚIUNII ȘCOLII ȘI FAMILIEI ÎN EDUCAȚIA FIZICĂ A ELEVILOR DE VÂRSTĂ ȘCOLARĂ MICĂ	90
3.1. Evaluarea eficienței programei experimentale de interacțiune a școlii și familiei în educația fizică a elevilor de vârstă școlară mică.....	90
3.2. Analiza indicilor nivelului dezvoltării și pregătirii fizice a elevilor de vârstă școlară mică	101
3.3. Analiza indicatorilor stării de sănătate și ai reușitei școlare a elevilor de vârstă școlară mică	111

3.4. Impactul programei experimentale asupra stilurilor educaționale în familie	118
3.5. Concluzii la capitolul 3	123
CONCLUZII GENERALE ȘI RECOMANDĂRI	125
BIBLIOGRAFIE	129
ANEXE	145
Anexa 1. Chestionar: „Rolul educației fizice în cadrul școlii și familiei”	145
Anexa 2. Chestionar – interviu: „Atitudinea elevilor de vârstă școlară mică față de educația fizică în școală și famili	149
Anexa 3. Studiu privind potențialul educațional al familiei	150
Anexa 4. Programă experimentală	153
Anexa 5. Pașaport de dezvoltare și pregătire fizică a elevului de vârstă școlară mică	161
Anexa 6. Model experimental de proiect didactic: „Interacțiunea școlii și familiei în educația fizică a elevilor de vârstă școlară mică”	162
Anexa 7. Conținutul ședințelor cu părinții	168
Anexa 8. Exerciții de formare a ținutei corecte și de corectare a ei	171
Anexa 9. Complexe de exerciții fizice pentru formarea abilităților de respirație rațională	173
Anexa 10. Chestionar privind stilurile educaționale în familie	175
Anexa 11. Pagini web recomandate părinților și copiilor pentru educația fizică în familie	178
Anexa 12. Alte activități extracurriculare. TVC prin activități sportive	179
Anexa 13. Lista invitațiilor implicați în desfășurarea unor activități din programa experimentală	181
Anexa 14. Acte de implementare	182
DECLARAȚIE PRIVIND ASUMAREA RĂSPUNDERII	185
CV-ul candidatului	186

ADNOTARE

Leșco Victoria *Interacțiunea școlii și familiei în educația fizică a elevilor de vârstă școlară mică* teză de doctor în științe ale educației, Chișinău, 2021.

Structura tezei. Lucrarea cuprinde adnotări în limbile română, rusă și engleză, lista abrevierilor, introducere, trei capitole, concluzii generale și recomandări, bibliografie (213 surse), 14 anexe, 128 pagini text de bază, 40 figuri și 18 tabele. Rezultatele cercetării au fost publicate în 10 articole.

Cuvinte-cheie: interacțiune școală – familie, educație fizică, elevi de vârstă școlară mică, familie, educație, educație familială, nivel de dezvoltare și pregătire fizică.

Scopul lucrării constă în determinarea, experimentarea și validarea modelului pedagogic de interacțiune a școlii și familiei în educația fizică a elevilor de vârstă școlară mică, ce include fundamentele teoretice și metodologice ale acestui proces.

Obiectivele cercetării: stabilirea reperelor conceptuale și teoretice ale educației fizice a elevilor de vârstă școlară mică prin studiul interacțiunii școală – familie; determinarea nivelului de dezvoltare și pregătire fizică a elevilor de vârstă școlară mică în contextul interacțiunii școală – familie; fundamentarea teoretică și elaborarea *modelului pedagogic de interacțiune a școlii și familiei în educația fizică a elevilor de vârstă școlară mică* și a *programei experimentale de interacțiune a școlii și familiei în educația fizică a elevilor de vârstă școlară mică*; argumentarea și valorificarea eficienței modelului pedagogic și a *programei experimentale de interacțiune a școlii și familiei în educația fizică a elevilor de vârstă școlară mică*.

Noutatea și originalitatea științifică: cercetarea în cauză își propune să contribuie la dezvoltarea esenței și determinarea conceptelor de bază în contextul interacțiunii școlii și familiei în educația fizică a elevilor prin cercetarea procesului vizat; configurarea și validarea științifică a *modelului pedagogic de interacțiune a școlii și familiei în educația fizică a elevilor de vârstă școlară mică* și a *programei experimentale de interacțiune a școlii și familiei în educația fizică a elevilor de vârstă școlară mică*.

Rezultatele obținute care contribuie la soluționarea problemei științifice importante constau în determinarea particularităților teoretico-aplicative a funcționalității *modelului pedagogic de interacțiune a școlii și familiei în educația fizică a elevilor de vârstă școlară mică*. Punerea în practică a modelului și a programei propuse a condus la eficientizarea colaborării școală – familie în educația fizică a elevilor, inclusiv s-a reușit schimbarea atitudinii părinților cu privire la educația fizică a copiilor în una pozitivă/activă, și s-a înregistrat o îmbunătățire a stării de sănătate, a reușitei școlare și a relațiilor părinte-copil.

Semnificația teoretică rezidă în precizarea fundamentelor teoretico – aplicative a interacțiunii școală – familie în educația fizică a elevilor de vârstă școlară mică, în consolidarea și argumentarea științifică a *modelului pedagogic* și a *programei experimentale de interacțiune a școlii și familiei în educația fizică a elevilor de vârstă școlară mică*.

Valoarea aplicativă constă în expunerea și validarea ansamblului de instrumente pedagogice și fundamente teoretico-aplicative, reflectate în componentele *modelului pedagogic de interacțiune a școlii și familiei în educația fizică a elevilor de vârstă școlară mică* și a *programei experimentale*, ce pot fi eficient aplicate în școlile generale din Republica Moldova, precum și în pregătirea și promovarea educației fizice în cadrul familiei.

Implementarea rezultatelor științifice. Rezultatele obținute au fost implementate în cadrul procesului de studiu în Gimnaziul Rădeni, Liceul Teoretic din Romanesti, pe un lot experimental alcătuit din elevi de vârstă școlară mică și părinții acestora, și în cadrul procesului formativ a departamentului de formare profesională continuă din cadrul Universității de Stat de Educație Fizică și Sport, în scopul determinării situației la tema cercetată, dar și prin validarea *modelului pedagogic și a programei experimentale de interacțiune a școlii și familiei în educația fizică a elevilor de vârstă școlară mică*.

АННОТАЦИЯ

Лешко Виктория *Взаимодействие семьи и школы в процессе физического воспитания детей младшего школьного возраста*: диссертация на соискание ученого звания доктора педагогических наук, Кишинэу, 2021.

Структура диссертации. Диссертация состоит из аннотации, списка сокращений, введения, трех глав, общих выводов и рекомендаций, библиографии (213 наименований), 14 приложений, имеет 128 страниц основного текста, 40 рисунков и 18 таблиц. Результаты исследования опубликованы в 10 научных работах.

Ключевые слова: взаимодействие школы и семьи, физическое воспитание, учащиеся младшего школьного возраста, семья, семейное воспитание, уровень физического развития и физической подготовленности.

Цель исследования: заключаются в определении, экспериментировании и апробации педагогической модели взаимодействия школы и семьи в физическом воспитании младших школьников, включающей теоретические и методологические основы этого процесса.

Задачи исследования: установление концептуальных и теоретических ориентиров физического воспитания младших школьников на основе изучения взаимодействия школы и семьи; определение уровня развития и физической подготовленности школьников младшего школьного возраста в контексте школьно-семейного взаимодействия; теоретическое обоснование и разработка педагогической модели и экспериментальной программы взаимодействия школы и семьи в физическом воспитании младших школьников; обоснование и проверка эффективности педагогической модели и экспериментальной программы взаимодействия школы и семьи в физическом воспитании младших школьников.

Научная новизна и оригинальность: заключается в том, что данное исследование направлено на раскрытие сущности и определение основных понятий в контексте взаимодействия школы и семьи в физическом воспитании учащихся путем исследования рассматриваемого процесса; научная конфигурация и обоснование педагогической модели и экспериментальной программы взаимодействия школы и семьи в физическом воспитании младшего школьного возраста.

Научная проблема высокой значимости, решаемая в исследовании: заключается в определении теоретико-прикладных особенностей функционирования педагогической модели. Практическое применение предложенной модели и экспериментальной программы привело к улучшению процесса сотрудничества школы и семьи в физическом воспитании учащихся, в том числе к изменению отношения родителей к физическому воспитанию детей на положительное / активное, а также к улучшению здоровья, успеваемости детей и взаимоотношений родителей и детей.

Теоретическая значимость работы: заключается в уточнении теоретико-прикладных основ взаимодействия школы и семьи в физическом воспитании, в закреплении и научном обосновании педагогической модели и экспериментальной программы взаимодействия школы и семьи в физическом воспитании детей младшего школьного возраста.

Практическая значимость: состоит в разработке и апробации комплекса педагогических инструментов и теоретико-прикладных основ, которые отражаются в педагогической модели и экспериментальной программе, которые могут быть эффективно применены в общеобразовательных школах Республики Молдова, а также при подготовке и продвижении физического воспитания в семейном воспитании.

Внедрение научных результатов: Полученные результаты были внедрены в учебный процесс Гимназии из Рэдень, Теоретического Лицея из Романешть, на экспериментальной группе, состоящей из детей младшего школьного возраста и их родителей, а также в учебном процессе Департамента Непрерывного Профессионального Образования при Государственном Университете Физического Воспитания и Спорта, с целью определения ситуации по исследуемой теме, а также для валидации педагогической модели и экспериментальной программы взаимодействия школы и семьи в физическом воспитании детей младшего школьного возраста.

ANNOTATION

Leșco Victoria *The interaction of school and family in the physical education of young school-age students* PhD thesis in educational sciences, Chisinau, 2021.

Thesis structure: annotations, list of abbreviations, introduction, three chapters, conclusion and recommendations, bibliography (213 titles), 14 anexes, 128 pages of basic text, 40 figures and 18 tables. The results are published in 10 papers.

Keywords: school and family interaction, young school age students, family, education, family education, level of development and physical training.

The purpose of the paper: consists in determining, experimenting and validating the pedagogical model of interaction of school and family in the physical education of young school-age students, which includes the theoretical and methodological foundations of this process.

Research objectives: establishing the conceptual and theoretical landmarks of the physical education of young school students by studying the school-family interaction; determining the level of development and physical training of young school-age students in the context of school-family interaction; the theoretical substantiation and the elaboration of the pedagogical model of interaction of school and family in the physical education of the young school-age students and of the experimental program of interaction of the school and the family in the physical education of the young school-age students; arguing and capitalizing on the effectiveness of the pedagogic model and the experimental program of interaction of school and family in the physical education of young school-age children.

The novelty and the scientific originality: the research in question aims to contribute to the revelation of the essence and the determination of the basic concepts in the context of the interaction of the school and the family in the physical education of the students through the research of the targeted process; scientific configuration and validation of the pedagogical model of school-family interaction in the physical education of young school-age students and the experimental program.

The obtained results that contribute to the solution of an important scientific problem in the thesis consists in determining the theoretical-applicative particularities of the functionality of the pedagogical model of interaction of school and family in the physical education of young school students. The practical application of the proposed model has led to the effectiveness of school-family collaboration in students' physical education, including the change of parents' attitude towards children's physical education in a positive / active one, and an improvement in health, school success and parent-child relationships.

Theoretical significance: lies in specifying the theoretical-applied foundations of school-family interaction in physical education, in consolidating and scientific argumentation of the pedagogical model and the experimental program of interaction of school and family in the physical education of young schoolchildren.

The applicative value: exposition and validation of the set of pedagogical tools and theoretical-applied foundations, merged in the components of the pedagogical model of interaction of school and family in physical education of young school-age children and of the experimental program of interaction of school and family in physical education of young students which can be effectively applied in general schools in the Republic of Moldova, as well as in the preparation and promotion of physical education in family education.

Implementation of the scientific results: The results obtained were introduced into the educational process of the Gymnasium from Rădeni, Theoretical Lyceum from Romanesti, on an experimental group consisting of children of primary school age and their parents, as well as in the educational process of the Department of Lifelong Learning Education at the State University of Physical Education and Sports, in order to determine situations on the topic under study, as well as for the validation of the pedagogical model and the experimental program of interaction between school and family in the physical education of children of primary school age.

LISTA TABELELOR

Tabelul 1.1. Interpretări ale conceptului de interacțiune școală – familie în viziunile diferiților autori	27
Tabelul 1.2. Dimensiuni ale interacțiunii școală – familie	28
Tabelul 2.1. Dinamica indicilor dezvoltării și pregătirii fizice a elevilor claselor primare pe parcursul anului școlar (băieți, n=132)	61
Tabelul 2.2. Dinamica indicilor dezvoltării și pregătirii fizice a elevilor claselor primare pe parcursul anului școlar (fete, n=133)	61
Tabelul 2.3. Starea fizică de sănătate a elevilor claselor primare pe parcursul anului școlar (%)	63
Tabelul 2.4. Distribuția elevilor de vârstă școlară mică conform grupelor de sănătate	64
Tabelul 2.5. Conținutul programei experimentale pentru elevii claselor a IV-a	86
Tabelul 2.6. Etapele implementării programei experimentale de interacțiune a școlii și familiei în educația fizică a elevilor de vârstă școlară mică	87
Tabelul 3.1. Analiza comparativă a indicilor inițiali și finali ai nivelului de dezvoltare fizică a subiecților grupelor experimentale și martor	102
Tabelul 3.2. Analiza comparativă a indicilor inițiali și finali ai testării activității motrice a grupelor experimentale și martor de băieți (cl. a IV-a, n=22)	104
Tabelul 3.3. Analiza comparativă a indicilor inițiali și finali ai testării activității motrice a grupelor experimentale și martor de fete (cl. a IV-a, n=22)	105
Tabelul 3.4. Distribuția subiecților experimentali conform grupelor medicale pentru educația fizică la etapele inițială și finală ale experimentului (n=44)	112
Tabelul 3.5. Analiza comparativă a indicatorilor privind absenteismul elevilor grupelor martor și experimentale (n=44)	113
Tabelul 3.6. Analiza comparativă a reușitei școlare la disciplina „educația fizică” a elevilor din grupele martor și experimentale pe parcursul anului școlar 2018-2019 (n=44, %)	114
Tabelul 3.7. Reușita școlară a elevilor din grupele martor și experimentale pe parcursul anului școlar 2018-2019 (%)	116
Tabelul 3.8. Reușita școlară (%) a elevilor din grupele martor și experimentale la etapa finală a experimentului	117
Tabelul 3.9. Analiza comparativă a indicilor inițiali și finali privind determinarea stilurilor educaționale în grupele martor și experimentale (n=44, părinți)	120
Tabelul 3.10. Analiza comparativă a indicilor inițiali și finali privind determinarea stilurilor educaționale în grupa experimentală (n=22)	121

LISTA FIGURILOR

Figura 1.1. Dezideratele educației fizice (elaborat de autor).....	21
Figura 1.2. Modele și teorii referitoare la funcționarea interacțiunii școală-familie.....	31
Figura 1.3. Algoritmul de lucru cu părinții (elaborat de autor)	34
Figura 1.4. Reprezentarea conceptului de indice antropometric	36
Figura 1.5. Mijloace de optimizare a procesului de educație fizică în familie (Cuznețov L. [55, p. p.81], modificată de autor)	46
Figura 1.6. Algoritmul activităților comune ale școlii și familiei privind organizarea procesului de educație fizică a copiilor de vârstă școlară mică (elaborat de autor)	47
Figura 2.1. Reprezentarea grafică a dinamicii de vârstă a indicilor antropometrici ai elevilor de vârstă școlară mică (băieți)	59
Figura 2.2. Reprezentarea grafică a dinamicii de vârstă a indicilor antropometrici ai elevilor de vârstă școlară mică (fete)	59
Figura 2.3. Realizarea normativelor corespunzătoare nivelului pregătirii motrice a băieților din clasele I – a III-a	62
Figura 2.4. Realizarea normativelor corespunzătoare nivelului pregătirii motrice a fetelor din clasele I – a III-a	62
Figura 2.5. Repartizarea răspunsurilor oferite de elevii de vârstă școlară mică referitor la importanța educației fizice (%)	67
Figura 2.6. Repartizarea răspunsurilor oferite de părinți referitor la factorii ce influențează asupra educației fizice a copilului	68
Figura 2.7. Opiniile părinților referitoare la modalitățile și mijloacele de optimizare a educației fizice	69
Figura 2.8. Opiniile respondenților referitoare la motivele pentru care copiii nu participă la activitățile sportive	70
Figura 2.9. Vârsta părinților implicați în experiment	73
Figura 2.10. Componența familiilor implicate în experiment	74
Figura 2.11. Veniturile materiale ale familiilor implicate în experiment.....	74
Figura 2.12. Potențialul educațional al familiilor implicate în experiment	75
Figura 2.13. Model de interacțiune a școlii și familiei în educația fizică a elevilor de vârstă școlară mică	79
Figura 3.1. Evaluarea stării de sănătate a copiilor de către părinții din grupele martor și experimentală	91
Figura 3.2. Numărul de cazuri de îmbolnăviri ale copiilor din grupele experimentală și martor pe parcursul anului.....	92
Figura 3.3. Implicarea părinților în activitățile fizice ale copiilor din grupele martor și experimentală pe parcursul anului școlar 2018-2019	93
Figura 3.4. Dificultățile cu care se confruntă părinții în educația fizică a copiilor	94
Figura 3.5. Opiniile părinților referitoare la modalitățile de îmbunătățire a stării fizice a copiilor.....	95
Figura 3.6. Reflectarea grafică a opiniilor părinților cu privire la factorii ce influențează educația fizică a copilului	96
Figura 3.7. Opiniile părinților din grupele martor și experimentală în ceea ce privește formele de activitate fizică preferate pentru copiii lor	99
Figura 3.8. Analiza comparativă a indicilor inițiali-finali la testul „alergare de suveică 3×10m (sec)” înregistrați în grupele martor și experimentală (băieți)	106
Figura 3.9. Analiza comparativă a indicilor inițiali-finali la testul „alergare de suveică 3×10m (sec)” înregistrați în grupele martor și experimentală (fete)	106
Figura 3.10. Analiza comparativă a indicilor inițiali-finali la testul „săritura în lungime de pe loc (cm)” înregistrați în grupele martor și experimentală (fete)	107
Figura 3.11. Analiza comparativă a indicilor inițiali-finali la testul „săritura în lungime de pe loc (cm)” înregistrați în grupele martor și experimentală (băieți)	107

Figura 3.12. Analiza comparativă a indicilor inițiali-finali la testul „ridicarea trunchiului din culcat dorsal în 30 sec” înregistrați în grupele martor și experimentală (fete).....	108
Figura 3.13. Analiza comparativă a indicilor inițiali-finali la testul „ridicarea trunchiului din culcat dorsal în 30 sec” înregistrați în grupele martor și experimentală (băieți).....	108
Figura 3.14. Analiza comparativă a indicilor inițiali-finali la testul „aplecare înainte din stând pe banca de gimnastică (cm)” înregistrați în grupele martor și experimentală (fete)	109
Figura 3.15. Analiza comparativă a indicilor inițiali-finali la testul „aplecare înainte din stând pe banca de gimnastică (cm)” înregistrați în grupele martor și experimentală (băieți)	109
Figura 3.16. Analiza comparativă a indicilor inițiali-finali la testul „flotări din sprijin culcat cu mâinile pe banca de gimnastică (nr. de repetări)” în grupele martor și experimentală (fete).....	110
Figura 3.17. Analiza comparativă a indicilor inițiali-finali la testul „tracțiuni în brațe la bara fixă (nr. de repetări)” în grupele martor și experimentală (băieți).....	110
Figura 3.18. Distribuția rezultatelor privind absențele școlare pe parcursul anului școlar 2018-2019 (băieți)	113
Figura 3.19. Distribuția rezultatelor privind absențele școlare pe parcursul anului școlar 2018-2019 (fete)	113
Figura 3.20. Reușita școlară a elevilor grupelor martor și experimentală la disciplina „educația fizică”	115
Figura 3.21. Reușita școlară a elevilor grupelor martor și experimentală la etapa finală a experimentului	117

LISTA ABREVIERILOR

EF – educație fizică

PE – programă experimentală

MP – model pedagogic

SFC – școală – familie - comunitate

ECT – excursie a cutiei toracice

EDFG – exerciții de dezvoltare fizică generală

IRA – infecții respiratorii acute

D – descriptori

INTRODUCERE

Actualitatea și importanța temei abordate. Educația fizică are un impact semnificativ în formarea și dezvoltarea personalității elevilor, constituind cea mai importantă formă de organizare a procesului de pregătire fizică și de formare a priceperilor și deprinderilor motrice, dar și de însușire a cunoștințelor despre procesul dat. La etapa actuală, realitățile socioculturale determină necesitatea dezvoltării unor abordări inovatoare în proiectarea sistemelor educaționale de diferite tipuri și niveluri. În condițiile în care volumul de forță fizică și valorile unui mod de viață sănătos cresc brusc și rapid, societatea pedagogică a semnalat tendința de a promova valorile educației fizice prin dezvoltarea, autodezvoltarea și autoperfecționarea fizică, iar prioritatea în acest sens aparține familiei. Acest fapt este confirmat chiar de situația reală din mediul social. La elevi a scăzut interesul pentru educația fizică, timpul petrecut în fața televizorului și calculatorului a înlocuit jocurile dinamice în aer liber, acest fapt conducând la apariția hipodinamiei.

Dovezile din diferite studii confirmă faptul că elevii slăbesc fizic de la an la an, stăpânesc insuficient formele individuale de pregătire fizică, astfel lipsind dorința formării unei atitudini active față de procesul de educație fizică [81, p.30]. Cu toate acestea, trebuie remarcat faptul că în prezent se atestă lipsa unei organizări a interacțiunii dintre școală și familie, sunt frecvente greșelile în educația din familie și în alegerea metodelor și mijloacelor de educație fizică. Abordările teoretice și metodologice pentru îmbunătățirea activităților comune ale școlii și familiei în educația fizică a copiilor au fost, de asemenea, insuficient dezvoltate.

Numeroase studii efectuate de oamenii de știință autohtoni și străini [37, 61, 90, 153, 162, 179,188] au arătat că în ultimii ani a existat o tendință negativă de deteriorare semnificativă a stării de sănătate, a dezvoltării și a pregătirii fizice a copiilor, în special a celor de vârstă școlară mică. Din numărul total al elevilor de această vârstă, copiii sănătoși reprezintă nu mai mult de 12%. Situația dată este cauzată de scăderea nivelului de trai al populației, de deteriorarea stării mediului ambiant, dar și de incidența ridicată a bolilor în rândul elevilor [64, 90, 116, 162, 164, 176]. În același timp, creșterea semnificativă a sarcinilor sociopsihologice și funcționale cu un volum redus de activitate fizică afectează dezvoltarea tuturor sistemelor importante ale organismului uman, ceea ce are un impact negativ asupra stării de sănătate fizică și psihică.

Actualmente, suntem în situația de a lua măsuri radicale în privința îmbunătățirii calitative a stării de sănătate a tinerei generații, a creării orientărilor axiologice și a descoperirii rezervelor încă neutilizate [1, 71, 117, 153, 162, 188].

În această ordine de idei, este important de a acorda atenție, în primul rând, copiilor de vârstă școlară mică – vârsta formării principalelor sisteme de menținere a funcțiilor vitale [102, 188]. Datele științifice [72, 112, 159] confirmă faptul că, în zilele noastre, copiii contemporani

suferă în mare parte de un deficit de mișcare, ceea ce conduce la dereglări funcționale mai evidente în organismul copilului. Scade forța și performanța mușchilor scheletici, fapt ce conduce la dereglări ale ținutei corpului, la apariția problemelor coloanei vertebrale, a piciorului plat, la întâzieri în dezvoltare. Menținerea aceeași poziție a corpului un timp îndelungat la școală și acasă conduce la creșterea gradului de presiune statică asupra unor grupe musculare, ceea ce cauzează oboseala lor și agravează efectele adverse ale hipokineziei. Astfel de copii sunt mult mai supuși accidentărilor și se îmbolnăvesc cu infecții respiratorii acute de 3-5 ori mai des. [159, 189]. De aceea, nu întâmplător, specialiștii domeniului educației fizice și sportului [33, 70, 92, 97, 124, 173,188] apelează la educația fizică a copiilor, la formarea unui stil de viață sănătos.

Descrierea situației în domeniul de cercetare și identificarea problemelor de cercetare

Analiza literaturii științifico-metodice de specialitate arată că, în ultimii ani, au fost stabilite premisele teoretice pentru rezolvarea acestei probleme cu o regândire a modalităților de a o rezolva în condițiile schimbate ale societății contemporane. Sunt discutate problemele comune din domeniul sănătății copiilor și modului lor de viață, este analizată influența diversilor factori și condiții asupra formării modului sănătos de viață, sunt propuse diverse programe educaționale. Problema îmbunătățirii educației fizice a elevilor, sau problema sănătății infantile, rămâne deocamdată una dintre cel mai puțin elucidate la nivelul tehnologiilor educaționale specifice. Sistemul actual de educație fizică pentru elevi nu asigură un nivel corespunzător de sănătate și pregătire fizică, nu sunt rezolvate problemele ce țin de formarea la copii a motivației și a dorinței pentru o activitate fizică regulată ca fiind un element esențial pentru un stil de viață sănătos. Există contradicții reale între propaganda unui mod sănătos de viață și lipsa măsurilor reale pentru implementarea lor [1, 32, 193, 198].

În același timp, analiza literaturii denotă că rămâne deschisă problema rolului prioritar al familiei și a utilizării eficiente a potențialului său educațional într-un sistem integral de educație fizică. Familia, ca micromediu primar, are un impact imens asupra formării culturii fizice și autodezvoltării copilului, lucru dovedit în lucrările cercetătorilor autohtoni și străini. [55, 74, 142, 155, 177 etc.].

Putem menționa că educația fizică ca fenomen social trebuie să fie asigurată în primul rând la nivel microsocial - în familie. Prin urmare, interacțiunea familiei și a școlii formează o condiție pedagogică pentru educația fizică a copiilor de vârstă școlară mică, realizată prin desfășurarea activităților comune ale profesorilor, părinților și elevilor. De aceea, rezolvarea problemei implicării părinților în activități de educație fizică a copiilor lor necesită o înțelegere științifică a experiențelor verificate prin practică și a mijloacelor de educație fizică în condițiile unui fond emoțional pozitiv al activităților comune ale profesorilor, părinților și ale dezvoltării

calităților fizice individuale și personalizate ale elevilor. Intensificarea activităților comune ale familiei și școlii în educația fizică a copiilor este un indicator pentru părinți să interacționeze mai intens cu școala în domeniul educației fizice a copiilor și în actualizarea potențialului pedagogic al familiei.

Actualitatea și oportunitatea cercetării este determinată și de obiectivele educației fizice prezentate în cadrul proiectului, „Strategia dezvoltării culturii fizice și sportului în perioada 2013 – 2020”, care a fost elaborată în scopul executării indicației Guvernului Republicii Moldova nr. 1113 – 659 din 10 august 2012 cu privire la procesul de educație sportivă și promovarea sportului în țară prin: identificarea direcțiilor și metodologiilor de asigurare a dezvoltării culturii fizice și sportului, promovarea, în rândul populației țării noastre, a unui mod de viață sănătos și formarea unor factori motivaționali pentru practicarea sistematică a exercițiilor fizice; eficientizarea mijloacelor de fortificare a sănătății în procesul de educare a tinerei generații; creșterea competitivității sportului moldovenesc; profilaxia fenomenelor sociale negative, fapt ce va contribui la dezvoltarea social-economică și la sporirea calității vieții populației [212, p.5].

Putem afirma că procesul educațional este un sistem unic, iar soluționarea problemei modernizării sale se bazează pe o abordare integrată, fără a diviza sistemul în componente separate, cu condiția introducerii tehnologiilor inovatoare. Principalul obiectiv al educației fizice a elevilor este asigurat de unitatea și continuitatea conținutului și este determinat de criteriile specifice pentru eficacitatea procesului instructiv-educativ. Este evident că obiectivul educației fizice ar trebui să se manifeste și în realizările unui anumit nivel al activității sportive a elevilor. Cu toate acestea, în prezent, sistemul tradițional de educație fizică este în mare măsură insuficient și își epuizează potențialul educațional.

În prezent, una dintre sarcinile reformării sistemului de educație fizică ar fi introducerea în practică a tehnologiilor educaționale, care ar ține cont de trăsăturile individuale, nivelul de pregătire fizică și starea de sănătate a elevilor. Este important a oferi nu atât recomandări noi, cât modalități de utilizare în practică a legităților descoperite de știință. Este tot mai evidentă necesitatea desfășurării unor cercetări experimentale organizate, orientate spre dezvoltarea educației fizice și a tehnologiilor de îmbunătățire a sănătății prin metodele educației fizice a copiilor [119, p.79]. Astfel, cea mai mare relevanță practică poate să apară din evoluțiile științifico-metodologice bazate pe utilizarea materialului metodelor tradiționale în educația fizică a copiilor, care nu necesită condiții tehnico-materiale speciale.

În cadrul situațiilor socioeconomice actuale, caracterizate de apariția inegalităților sociale, a neîncrederii, de implicarea insuficientă a familiei în viața școlii și în educația fizică a copiilor, precum și a politicilor educaționale care descurajează uneori implicarea parentală, cooperarea dintre școală și familie trebuie să fie considerată o prioritate la nivel național [153,

p.36]. Proporțiile catastrofale ale fenomenelor negative legate de scăderea natalității, infidelitatea conjugală, maladia incurabilă SIDA, abandonul copiilor, proliferarea vagabondajului infantil (“*copiii străzii*”), creșterea procentului de familii reconstituite, a numărului de familii ce nu fac față cerințelor educaționale, ne obligă să abordăm problema educației fizice pentru familie, prin familie (eficientizarea acesteia ca sistem social și educativ), prin intermediul învățământului de toate gradele și toate nivelurile [51, p.140].

Actualmente, interesul față de necesitatea pregătirii copiilor de vârstă școlară mică este condiționat de faptul că există o nevoie reală de implementare practică eficientă a experienței teoretice a educației fizice existente și de dezvoltare a unor noi modele pedagogice pentru îmbunătățirea interacțiunii pedagogice dintre școală și familie în educația fizică a copiilor de această vârstă. Insuficiența nivelului de educație fizică și a competențelor pedagogice ale părinților în contextul organizării conținutului educației fizice și a activităților sportive comune cu copiii este un factor inhibitor în procesul de creștere a nivelului de pregătire fizică a copiilor de vârstă școlară mică. Astfel, îmbunătățirea interacțiunii dintre școală și familie este un mod eficient de a ajuta elevii să fie sănătoși și viabili, să consolideze sănătatea fizică și să formeze valorile unui stil de viață sănătos.

În viziunea expusă, cercetarea de față își propune să determine și să valideze fundamentele teoretico-aplicative ale interacțiunii școlii și familiei în educația fizică a elevilor de vârstă școlară mică. Prin demersul teoretic și praxiologic urmează să demonstrăm că acest lucru poate fi realizat doar în cazul când instituția de învățământ inițiază, formează, dezvoltă și ghidează parteneriate educaționale eficiente școală – familie în educația fizică a elevilor de vârstă școlară mică.

Scopul lucrării constă în determinarea, experimentarea și validarea modelului pedagogic de interacțiune a școlii și familiei în educația fizică a elevilor de vârstă școlară mică, ce include fundamentele teoretice și praxiologice ale acestui proces.

Obiectivele cercetării:

1. Stabilirea reperelor conceptuale și teoretice ale educației fizice a elevilor de vârstă școlară mică prin studiul interacțiunii școală – familie;
2. Determinarea nivelului de dezvoltare și pregătire fizică a elevilor de vârstă școlară mică în contextul interacțiunii școală – familie;
3. Fundamentarea teoretică și elaborarea *modelului pedagogic de interacțiune a școlii și familiei în educația fizică a elevilor de vârstă școlară mică și a programei experimentale de interacțiune a școlii și familiei în educația fizică a elevilor de vârstă școlară mică;*

4. Argumentarea și valorificarea eficienței modelului pedagogic și a *programei experimentale de interacțiune a școlii și familiei în educația fizică a elevilor de vârstă școlară mică*.

Ipoteza de cercetare. Interacțiunea școlii și familiei în educația fizică a elevilor de vârstă școlară mică va fi eficientă dacă:

- vom analiza și determina reperele conceptuale teoretice și practice ale procesului vizat;
- vom stabili nivelul de dezvoltare și pregătire fizică a elevilor de vârstă școlară mică în contextul interacțiunii școală – familie;
- vom elabora, experimenta și valida *modelul pedagogic de interacțiune a școlii și familiei în educația fizică a elevilor de vârstă școlară mică și programa experimentală de interacțiune a școlii și familiei în educația fizică a elevilor de vârstă școlară mică*, fapt care va conduce la îmbunătățirea stării de sănătate, a reușitei școlare și a relațiilor părinte-copil.

Sinteza metodologiei de cercetare și justificarea metodelor de cercetare alese

Metodologia cercetării științifice. Cercetarea s-a realizat în baza teoriilor, ideilor, concepțiilor, principiilor, legităților din domeniul pedagogiei, al educației fizice, al psihologiei vârstelor și psihologiei familiei.

Drept repere teoretice ale cercetării au servit ideile științifice moderne despre dezvoltarea personalității în ontogeneză ale lui Немов P. [185], Allport V. [8], precum și o serie de cercetări științifice și idei ale oamenilor de știință autohtoni și străini privind modernizarea educației fizice – Manolachi V. [92], Dragnea A. [61, 62], Grimalschi T. [69, 70, 71], Manno R. [93], Scarlat E., Scarlat B. [124], Виленский М. [164], Лесгафт П. [176], Платонов В. [188]; teoria interacțiunii subiecților în procesul educațional – Cristea M. [44], Cuscoș C. [47], Овчарова P. [187]; particularitățile de vârstă ale copiilor de vârstă școlară mică – Munteanu A. [102], Crețu T. [43], Racu I. [120], Piaget J. [114], Давыдов В. [165], Харитонов В. [200] ș.a.; prevederi conceptuale privind formarea profesorului din domeniul educației fizice – Cârstea G. [32,33], Dragnea A. [62], Buftea V. [25], Бальсевич В. [156, 157], Матвеев Л. [180, 181], Лубышева Л. [178], Холодов Ж. [202], Кузнецов В. [172] ș.a.

La fel, cercetarea s-a bazat pe conceptul, teoriile și metodele moderne de educație fizică – Cârstea G. [32], Manolachi V. [92], Marinescu I. [95], Stănescu M. [131], Бальсевич В. [156], Матвеев Л. [180,181], Платонов В. [188]; formarea culturii fizice personale și păstrarea unui mod de viață sănătos – Popescu L. [117], Бальсевич В. [156, 157], Виленский М. [164], Лубышева Л. [178]; esența conceptului de familie, de educație familială, abordate în lucrările cercetătorilor Cuznețov Larisa [49, 50, 51, 52, 53, 54, 55]; Iluț P. [73]; Stănciulescu E. [129, 130], Варга А. [162], Захаров А. [168], Сухомлинский В. [198].

Aspecte importante ale studiului s-au bazat pe valorile epistemologice ale unor documente normative ca: Codul Educației al RM [38]; Codul Familiei al Republicii Moldova [39]; Strategia privind protecția copilului pe anii 2014-2020 [211]; Curriculumul național la educația fizică pentru învățământul primar, clasele I – a IV-a [48]; Strategia dezvoltării culturii fizice și sportului în perioada 2013-2020 [212].

Metodele de cercetare. În cadrul cercetării au fost aplicate următoarele metode:

– general științifice (analiza teoretică a literaturii pedagogice și metodologice privind problema studiată; analiza documentației școlare și a dosarelor medicale ale elevilor; sinteza, precizarea, generalizarea, sistematizarea, modelarea, cercetarea și diseminarea experienței pedagogice avansate (școlare și familiale) în educația fizică a copiilor de vârstă școlară mică;

– experimentale (observația pedagogică, conversația, chestionarea, anchetarea părinților și copiilor, testarea, experimentul pedagogic, prelucrarea cantitativă și calitativă a rezultatelor cercetării, interpretarea, prelucrarea matematică a datelor statistice și prezentarea lor grafică, formularea de concluzii și recomandări.

Sumarul compartimentelor tezei

Cercetarea este structurată pe trei capitole, unul teoretic și două dedicate studiilor experimentale, lucrarea conținând adnotările, lista abrevierilor, introducere, trei capitole, concluzii generale și recomandări, bibliografie din 213 titluri, 14 anexe și fiind perfectată pe 128 pagini text de bază.

În **Introducere** este argumentată actualitatea temei abordate și importanța problemei puse în discuție, sunt specificate scopul și obiectivele tezei, precizându-se noutatea științifică a rezultatelor obținute; sinteza metodologiei de cercetare și justificarea metodelor de cercetare la tema respectivă; modul în care s-a făcut aprobarea rezultatelor cercetării.

Capitolul 1, intitulat „**Repere conceptuale ale educației fizice a elevilor de vârstă școlară mică**”, conține patru subcapitole, în care sunt examinate reperele științifice privind interacțiunea școală – familie și impactul educației fizice asupra dezvoltării personalității elevului de vârstă școlară mică. De asemenea, sunt prezentate particularitățile psihofizice ale dezvoltării elevilor din ciclul primar, și totodată, sunt evidențiate istoricul și caracteristicile interacțiunii școală – familie, conținutul, componentele, formele și strategiile optime prin care poate fi consolidată relația școală-familie în educația fizică a elevilor de vârstă școlară mică.

Ca rezultat al studiului teoretico-metodologic s-a constatat că, la etapa actuală, specialiștii în domeniu mai puțin reflectă abordările ce țin de interacțiunea școală-familie în educația fizică a elevilor de vârstă școlară mică, de alegerea metodelor și mijloacelor de educație fizică în cadrul familiei. De asemenea, au fost insuficient dezvoltate abordările teoretice și metodologice pentru îmbunătățirea activităților comune ale școlii și familiei în educația fizică a copiilor.

Pentru formarea unei viziuni de ansamblu asupra factorilor ce influențează semnificativ calitatea parteneriatului educațional școală-familie în educația fizică, s-au analizat unele dintre cele mai importante documente naționale și internaționale privind atribuțiile părinților și ale cadrelor didactice în procesul de educare a copiilor. Rezultatele acestui studiu au fost prezentate în cadrul unor articole personale [83, 84, 86].

Capitolul 2 al tezei, cu titlul „**Fundamente metodologice ale interacțiunii școlii și familiei în educația fizică a elevilor de vârstă școlară mică**”, prezintă designul cercetării empirice, sunt descrise domeniul, etapele, materialul și metodele de cercetare. De asemenea, sunt prezentate caracteristicile generale ale metodologiei de studiu, aplicate în cadrul experimentului pedagogic. Conform planului de cercetare, a fost elaborată o scală complexă de evaluare a interacțiunii școlii și familiei în educația fizică a elevilor de vârstă școlară mică, ce vizează domeniul psihofizic, domeniul psihomotrice, domeniul relațional, dar și cel pedagogic. Prin evaluarea integrală a acestor domenii s-a scos în evidență necesitatea elaborării unui *model pedagogic de valorificare a interacțiunii școlii și familiei în educația fizică a elevilor de vârstă școlară mică* și a unei *programe experimentale de interacțiune a școlii și familiei în educația fizică a elevilor de vârstă școlară mică*, care să asigure eficacitatea colaborării dintre familie și școală în formarea unui stil de viață sănătos al copiilor de vârstă școlară mică și inițierea lor în activități de educație fizică și sportive practicate sistematic.

Capitolul 3, „**Demersul experimental al interacțiunii școlii și familiei în educația fizică a elevilor de vârstă școlară mică**”, se referă la argumentarea datelor furnizate de experimentul de bază, care conține o analiză a indicatorilor morfofuncționali și de pregătire fizică a elevilor din învățământul primar, a direcțiilor și modalităților de organizare a experimentului formativ, a stării de sănătate și a reușitei școlare, precum și studiul privind relația părinte – copil. Sunt prezentate modalitățile de organizare și desfășurare a experimentului formativ, având ca scop verificarea eficienței programei experimentale de interacțiune a școlii și familiei în educația fizică a elevilor de vârstă școlară mică. Astfel, implementarea programei experimentale, urmată de compararea și evidențierea diferențelor obținute între rezultatele copiilor din grupele experimentală și martor, a demonstrat că interacțiunea școală – familie facilitează pregătirea copiilor în cadrul procesului de educație fizică.

În **concluzii generale și recomandări** sunt prezentate rezultatele investigațiilor, precum și limitele acestei cercetări, ce constituie, totodată, și recomandări pentru cercetările viitoare.

În *Anexe* sunt prezentate rezultatele cercetării în practică.

În finalul tezei se află *Declarația privind asumarea răspunderii și CV-ul autorului*.

1. REPERE CONCEPTUALE ALE EDUCAȚIEI FIZICE A ELEVILOR DE VÂRSTĂ ȘCOLARĂ MICĂ

1.1. Impactul educației fizice asupra dezvoltării personalității elevului de vârstă școlară mică

În societatea contemporană, educația este o componentă indispensabilă a culturii familiei. Cercetătorii Bârsănescu Ș. [15], Ionescu M. [74], Stanciu I. [127] afirmă că educația este o acțiune care presupune procesele de: îngrijire, îndrumare, cultivare, disciplinare, civilizare, moralizare etc.

În literatura pedagogică, educația fizică este recunoscută ca făcând parte din „diapazonul multiform al structurării personalității” [47, p.108], alături de celelalte componente ale educației, și care, în egală măsură, conturează tabloul personalității umane. Educația fizică are un impact semnificativ în dezvoltarea integralvocațională a personalității, fiind o componentă indispensabilă, asigurând un echilibru între toate componentele [107, p.380].

Educația fizică școlară constituie cea mai importantă formă de organizare a procesului de pregătire fizică și de formare a priceperilor și deprinderilor motrice, dar și de însușire a cunoștințelor despre procesul dat. Astfel, educației fizice a elevilor de vârstă școlară mică i se atribuie cea mai mare importanță, acest subsistem fiind desemnat drept „nucleul activității de educație fizică sau al întregii activități de practicare a exercițiilor fizice” [32, p.58]. Acest lucru se datorează faptului că educația fizică a copiilor se formează cu scopul dezvoltării personalității în ansamblu și că școala semnifică principalul factor al pregătirii lor pentru viață, prin valoarea formativă a acesteia [132, p.54].

Educația fizică are un impact semnificativ în educarea morală, volitivă și estetică, jucând un rol considerabil în pregătirea viitorilor specialiști în diverse domenii, dar cu o cultură imensă și multilateral dezvoltată [156, 181]. Doar prin educația școlară se cultivă și se manifestă personalitatea elevului de vârstă școlară mică, capacitățile sale fizice și intelectuale, volitive și afective în aceeași măsură, fapt ce poate conduce astăzi la dezvoltarea socială, a culturii și a civilizației.

Autoarea Cuznețova L., în lucrarea „Consilierea și educația pentru sănătatea familiei”, menționează că „pe lângă fortificarea sănătății și călirea organismului, educația fizică influențează formarea și dezvoltarea deprinderilor igienico-sanitare, a abilităților, priceperilor și deprinderilor motrice, cultivarea unor calități fizice, precum: forța, rezistența, viteza, precizia, coordonarea mișcărilor, ținută grațioasă și frumoasă. În paralel cu aceste acțiuni favorabile, practicarea culturii fizice și sportului contribuie la formarea unor trăsături de caracter importante, cum ar fi: curajul, bărbăția, asiduitatea, voința, perseverența, capacitatea de autocontrol, responsabilitatea. Educația fizică este strâns legată și de educația morală, urmărind formarea la

elevi a unor trăsături și sentimente morale, precum: simțul dreptății, stăpânirea de sine, cinstea, demnitatea, onestitatea” [55, p.85].

Deși educația fizică și pregătirea tinerilor pentru viață figurează în agenda și proiectele unor prestigioase organisme de talie europeană și internațională (UNESCO, UNICEF etc.), problema vizată n-a devenit prioritară și nici măcar una constantă pentru sistemul educațional al Republicii Moldova [1, p.80].

În condițiile societății moderne, există îngrijorare atât în rândul profesorilor, cât și al părinților referitor la dezvoltarea hipodinamiei la copii; astfel, prin urmare, cresc semnificativ și cazurile de îmbolnăviri. Acest lucru determină necesitatea includerii copiilor în procesul de educație fizică, prin utilizarea tuturor mecanismelor pentru îmbunătățirea fizică prin eficientizarea activităților comune ale profesorilor și părinților. În aceste condiții, copilul are o dorință firească de a-și dezvolta forța fizică, mobilitatea, activitatea. Actualmente, sarcina strategică a dezvoltării educației fizice și sportului din Republica Moldova trebuie să fie consolidarea stării fizice și sănătatea morală, performanța psihică și fizică a copiilor, adolescenților și tinerilor.

Educația fizică a jucat un rol important în toate etapele dezvoltării societății umane. Rolul său a crescut semnificativ în societatea modernă și aceasta se datorează faptului că astăzi ponderea muncii fizice grele a scăzut semnificativ. Dacă acum o sută de ani, 98 % din energia necesară pentru producția materială a fost produsă cu ajutorul capacităților de efort ale omului și animalelor domestice, atunci în zilele noastre acest indicator constituie doar 2-3%. Trebuie să menționăm că scăderea volumului de activități motrice (hipokinezia și hipodinamia) a condus la apariția unor boli noi, necunoscute anterior (endocrine și oncologice) și la manifestarea mai acută a unor boli, precum cele ale sistemului cardiovascular, respirator, locomotor și digestiv. Totodată, observăm o creștere accentuată a bolilor neurologice. Experții în domeniu explică această situație, în primul rând, prin faptul că, odată cu reducerea semnificativă a activităților motrice, crește semnificativ componenta neuroemoțională a vieții [188, p.19] .

Conform ideilor relatate, remarcăm o dinamică a rolului exercițiului fizic sistematic în societatea modernă, având funcția unui compensator al fenomenelor negative ale civilizației moderne [159, p.4].

În viziunea savantului Cristea S. [46, p.17], educația fizică reprezintă activitatea de formare-dezvoltare a personalității prin intermediul valorilor sănătății umane, iar Șiclovan I. relevă faptul că educația fizică reprezintă un proces deliberat construit și dirijat în vederea perfecționării dezvoltării fizice, a capacității motrice a copiilor, în concordanță cu particularitățile de vârstă, sex, cerințele de integrare socială.

Astfel, în mod schematic am formulat dezideratele educației fizice, care sunt reflectate pe Figură 1.1.

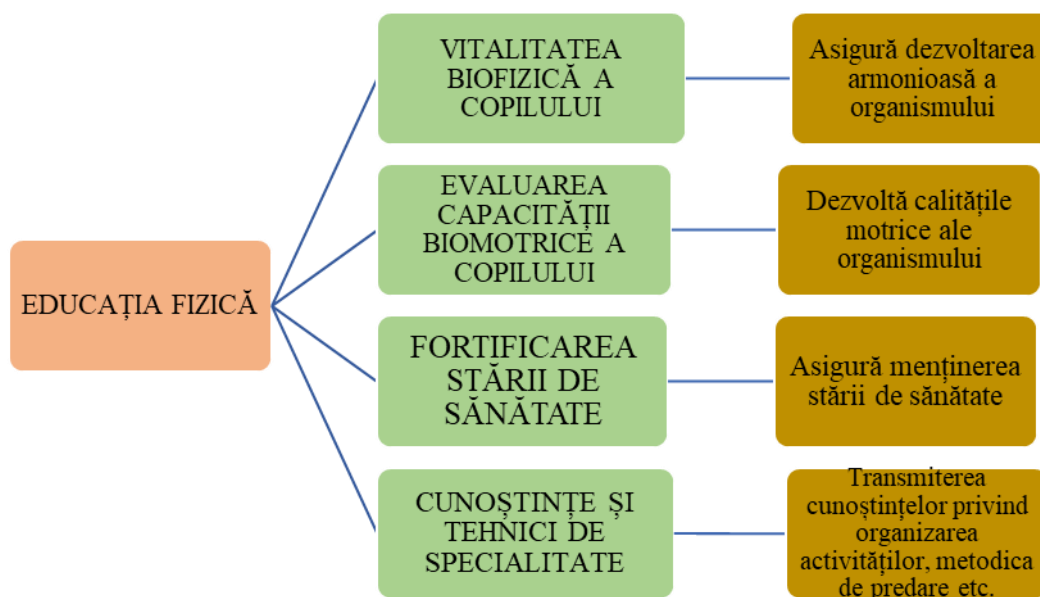


Fig. 1.1 Dezideratele educației fizice (elaborat de autor)

Ca proces pedagogic organizat, educația fizică urmărește dezvoltarea și pregătirea fizică a copiilor prin însușirea și perfecționarea deprinderilor și abilităților fizice și morale necesare în viață. Misiunea de educator presupune desfășurarea unei activități care să contribuie direct la dezvoltarea armonioasă a școlărilor. Dorința de mișcare și dinamismul, specifice vârstei, trebuie să devină instrumente în mâinile profesorului, prin care să se acționeze în sensul formării unor viitori adulți sănătoși fizic și psihic [24, p.10]. Prin exercițiu fizic, copiii realizează forme variate și utile ale mișcării, capătă încredere în forțele lor, își coordonează activitatea nervoasă, dobândesc curaj, spirit de inițiativă și de organizare, devin mai sociabili, deprind reguli igienico-sanitare.

Astfel, educația fizică a copiilor este una dintre sarcinile principale ale instituțiilor școlare. Starea de sănătate bună formată la vârsta școlară este fundamentul dezvoltării generale a unei persoane. În anul 1975, Organizația Mondială a Sănătății a proclamat cel mai uman slogan din întreaga istorie a omenirii: „Sănătate pentru toți până în anul 2000!”. Tot în anul 1975 s-a adoptat prima rezoluție referitoare la îngrijirile primare de sănătate, ele reprezentând o strategie pentru atingerea obiectivului sănătății pentru toți până în anul 2000. În același timp, conceptul „sănătate” include rolul educației fizice la un nivel complet nou, aceasta devenind baza formării modului de viață sănătos și temelia căruia se pune la vârsta școlară mică.

În prezent, o atenție majoră se acordă activităților privind cultura fizică și îmbunătățirea sănătății prin exercițiile matinale și revigorante, activitățile educaționale directe privind formarea modului de viață sănătos, lecțiile de educație fizică, evenimentele sportive și de agrement. Prin aceste activități se realizează nevoile copiilor pentru mișcare, printr-un fond emoțional pozitiv,

care are efecte benefice asupra organismului copilului și, totodată, se consolidează aptitudinile și abilitățile motrice și dezvoltarea abilităților fizice. Deci, educația fizică are un impact enorm în educația generală a copiilor în perioada școlară, deoarece sunt puse bazele sănătății, longevității, pregătirii motrice și dezvoltării fizice armonioase [9, p.86].

Astfel, pedagogul rus Сухомлинский В. [198] explica în cercetările sale că sănătatea și bucuria copiilor de a trăi depinde de viața lor spirituală, de viziunea asupra lumii, de dezvoltarea mentală, de nivelul de cunoștințe, dar și de încrederea în forțele proprii. Întregul sistem de educație fizică dintr-o instituție școlară ar trebui, în primul rând, să se concentreze pe dezvoltarea și îmbunătățirea sistemelor cardiovascular, respirator și imunitar ale copiilor. Principalul mijloc al acestei dezvoltări îl constituie mișcarea.

Prin urmare, este extrem de importantă organizarea lecțiilor de educație fizică cu copiii, ceea ce-i va permite organismului să acumuleze forță și va asigura în viitor o dezvoltare armonioasă a personalității [203, p.10].

Procesul de formare a culturii fizice este deosebit de important pentru copiii de vârstă școlară mică, deoarece această perioadă se caracterizează printr-o activitate cognitivă activă, prin dezvoltarea intensă a sferei intelectuale, emoționale, prin formarea conștiinței de sine și dezvoltarea valorilor umane generale. În timpul lecțiilor de educație fizică, este important să fie satisfăcute nevoile fiziologice ale elevilor pentru mișcare și sentimentul de „*bucurie musculară*”, care creează buna dispoziție la copii. Exercițiile fizice organizate în instituțiile școlare sunt interdependente cu afectivitatea emoțional-pozitivă și condițiile posibile de stimulare a optimismului. Optimismul se exprimă prin apariția zâmbetului, hohotului, a unui climat favorabil pentru dezvoltarea fizică și psihică a copilului [60, p.202].

Necesitatea de a începe educația fizică cât mai timpuriu este justificată de faptul că la vârsta școlară mică se formează cu ușurință automatismele ce stau la baza deprinderilor sănătoase [40, p.92]. Activitatea sistematică de educație fizică contribuie la formarea acestor deprinderi elementare, la perfecționarea deprinderilor însușite și la transformarea lor în obișnuințe. Totodată, trebuie acordată o atenție specială dezvoltării interesului copiilor pentru activitățile sportive și a dorinței de a participa la ele. Copiii nu sunt interesați de activitățile „*tradiționale*”, ei obosesc și își pierd repede capacitatea de concentrare, este important ca instituțiile școlare să se axeze pe procesul de obținere a plăcerii ca rezultat al practicării exercițiilor fizice.

Teoria educației fizice și sportului pentru copiii de vârstă școlară mică apreciază posibilitățile capacității de efort al organismului, interesele și nevoile emergente, formele gândirii vizual-figurative și logice, originalitatea tipului de activitate predominant, în legătură cu principalele schimbări, care au loc în dezvoltarea psihică a copilului, și pregătirea copilului

pentru o nouă etapă a dezvoltării sale [23, p.7]. În conformitate cu acestea, teoria educației fizice elaborează conținutul tuturor formelor de organizare a educației fizice și condițiile pedagogice optime pentru implementarea acesteia. Familiarizând și luând în considerare potențialul capacităților copilului pentru fiecare perioadă de vârstă, teoria educației fizice și sportului se axează pe cerințele unei programe fundamentate științific al procesului instructiv-educativ la educația fizică prin noțiunile fundamentale (abilitățile și capacitățile motrice, aptitudini (calități) motrice, efort fizic, unele cunoștințe elementare), a cărei asimilare oferă copiilor nivelul necesar de aptitudini fizice pentru viață [154, p.287].

Cum s-a menționat mai sus, în programa de educație fizică pentru copii trebuie luate în considerare caracteristicile de vârstă, capacitățile copilului la fiecare perioadă a vieții sale, starea de sănătate a sistemului nervos și a organismului în ansamblu.

După cum observăm, în planificarea lecțiilor de educație fizică pentru copiii de vârstă școlară mică, trebuie să se țină cont de un șir de factori, după cum urmează:

- exercițiile fizice trebuie să corespundă vârstei și capacităților fizice ale copilului;
- activități fizice în creștere și reducerea lor către sfârșitul lecției;
- coordonarea metodelor și formelor de organizare a activității copiilor cu capacitatea de vârstă;
- jocurile dinamice după exerciții trebuie să fie realizate cu un mers relaxant;
- organizarea activității motrice trebuie să le provoace copiilor emoții pozitive [62, p.148].

Prin urmare, educația fizică soluționează în același timp problemele educației morale, estetice și de sănătate. Prin formele de organizare a educației fizice pentru copii (lecții, jocuri dinamice, activitate fizică independentă etc.), atenția profesorului trebuie să fie concentrată pe procesul cognitiv al copilului, care acționează în conformitate cu vârsta și abilitățile motrice, prin care copilul învață cu succes să se orienteze în societate, depășind în mod activ obstacolele întâmpinate.

Trebuie să menționăm că domeniul educației fizice se dezvoltă continuu și se îmbogățește mereu cu noi cunoștințe, obținute ca urmare a cercetărilor privind educația copilului. Datele cercetărilor sunt introduse în programe, cursuri de lecții, manuale și lucrări practice cu copiii, astfel contribuind la progresul întregului proces instructiv-educativ și la îmbunătățirea întregului sistem de educație fizică [157, p.49].

Prin urmare, educația fizică a copiilor constituie:

- analiza și evaluarea nivelului de sănătate fizică și dezvoltare motrice a copiilor;
- formularea sarcinilor educației fizice pentru o anumită perioadă (de exemplu, pentru un an școlar) și determinarea celor primordiale, ținând cont de caracteristicile individuale ale copilului;

- formarea capacității și a obișnuinței de practicare sistematică independentă a exercițiilor fizice;
- organizarea procesului de educație într-un sistem specific, prin mijloace, forme și metode de lucru adecvate;
- proiectarea rezultatelor finale, anticipând dificultățile în realizarea obiectivelor;
- compararea rezultatelor înregistrate cu datele inițiale și sarcinile stabilite;
- capacitatea de autoapreciere a măiestriei profesionale, perfecționând-o continuu [202, p.480].

Așadar, la elevii de vârstă școlară mică, se stabilește o relație directă între nivelul activității motrice și domeniul dezvoltării cognitive. Practicarea exercițiilor fizice influențează benefic asupra organismului, ducând la creșterea compușilor biologici, care îmbunătățesc calitatea somnului și au efecte benefice asupra stării de bine a copiilor și, totodată, determinând creșterea semnificativă a performanțelor pentru sănătatea mentală și fizică. Deci copilul are nevoie în mod constant de mișcare, anume prin mișcare copilul cunoaște lumea [77, p.21].

În contextul celor expuse mai sus, menționăm că educația fizică reprezintă activitatea de formare-dezvoltare a personalității umane proiectată și realizată prin valorificarea deplină a potențialului fizic, fiziologic și psihologic al organismului uman, în condițiile specifice societății moderne. Este sănătatea, puterea și energia, starea de spirit a copiilor, educația, care facilitează randamentul școlar. Importanța primordială a orelor de educație fizică rezidă în faptul că, din fragedă copilărie, copiilor le sunt dezvoltate competențe pentru viață, pentru o creștere sănătoasă, durabilă și armonioasă [65, 66].

1.2. Istoricul și caracteristicile interacțiunii școală – familie în educația fizică a elevilor

În era informației și globalizării, educația a devenit mai importantă ca niciodată. Totuși nu întotdeauna absolvirea unei școli poate fi garanția unei securități într-o lume care se schimbă, evoluează și se extinde în ritm alert. În acest sens, în primul rând, familia și școala poartă responsabilitatea achizițiilor culturale ale copiilor. Fiecare familie își are propriile principii, valori, precum și relații cu mediul social, iar școala este cea mai importantă instituție, care preia, îmbogățește și fixează experiența dobândită în familie. Prin urmare, succesul procesului de educație depinde de colaborarea și parteneriatul realizat dintre școală și familie. Dacă esența conținutului educației familiale diferă principial de esența educației școlare, apar variate conflicte între copii și părinți, se observă eșecul acțiunilor educative ale pedagogilor [108, p.79].

Interacțiunea școlii și familiei în educația fizică a elevilor de vârstă școlară mică este o problemă modernă atât a educației, cât și a societății în ansamblu. Necesitatea și importanța interacțiunii școlii și familiei n-au fost niciodată puse la îndoială. Înainte ca copilul să înceapă programul școlar, părinții sunt primii și principalii săi educatori. Eficacitatea activităților de predare la școală depinde în mare măsură de constructivitatea cooperării profesorilor cu părinții.

Abordarea și studierea interacțiunii școlii și familiei este cercetată din timpuri îndepărtate de către filozofi, pedagogi, psihologi ca: Campanella T., Rousseau J.J., Pestalozzi J., Skovoroda G., Каптерев N., Ушинский К. ș.a.

La mijlocul secolului al XIX-lea, cercetătorii ruși Чернышевский Н., Добролюбов Н., Ушинский К., Лесгафт П. ș.a., în lucrările lor, s-au axat pe necesitatea coordonării educaționale a impactului dintre școală și familie asupra copilului, cu scopul de a evidenția potențialul interior al copilului.

În viziunea cercetătorului rus Ушинский К., educația școlară ar trebui să devină o continuitate logică a educației din familie. Anume familia este cea care trebuie să pună bazele educației morale a copilului, iar școala să creeze condiții optime pentru realizarea potențialului interior al acestuia, stabilite de natură și familie [199, p.241].

În lucrările lui Лесгафт П., rolul esențial în dezvoltarea copilului este atribuită familiei și educației în cadrul acesteia. Potrivit autorului, în primii ani de viață, în funcție de atmosfera și relațiile din familie, se pun bazele sănătății fizice și mentale a copilului, și, totodată, se formează caracterul lui. Apoi, odată cu începutul educației, școala dobândește o influență egală. Лесгафт a formulat principiile fundamentale, pe care trebuie construite relațiile cu copilul atât în familie, cât și la școală [176, p.119]:

- organizarea condițiilor igienice corecte pentru dezvoltarea copilului, care influențează dezvoltarea lui spirituală;
- respectarea strictă a cerințelor în timpul interacțiunii cu copilul, deoarece cel mai important lucru pentru copii sunt faptele, nu cuvintele;
- respectarea personalității copilului încă de la începutul vieții.

Sintetizând mai multe idei din lucrările lui Макаренко А., distingem două sarcini principale: instruirea corectă a părinților în ce privește creșterea copiilor și găsirea unor modalități eficiente de interacțiune a școlii și familiei [170, p.147]. O atenție specială Макаренко А. a acordat-o găsirii celor mai bune modalități de cooperare între familie și școală, orientate spre bunăstarea copilului, afirmând că metodele precum recomandările insistente, pedeapsa publică etc. sunt iraționale și foarte dăunătoare copiilor.

În lucrarea „*Program de formare profesională pentru părinții*”, Бочарова В. analizează

perspectivele dezvoltării relațiilor dintre școală și familie, subliniind faptul că „*familia poate oferi copilului condiții favorabile în familie, dar nu-i pasă de copil*” [160, p.16], iar acest lucru nu este permis. Profesorii trebuie să manifeste interes față de astfel de momente și să desfășoare întâlniri cu părinții în care să explice necesitatea respectării copilului și oportunitatea creării unor condiții favorabile acasă.

În opinia lui Спиваковская А., familia are un arsenal suficient de metode de influențare a copilului, dar aplicarea corectă a acestora poate fi realizată doar cu ajutorul școlii, care este considerată centrul pentru coordonarea impactului asupra copilului. Părinții trebuie să ofere școlii informații importante despre copiii, iar școala, folosind informațiile obținute, își dezvoltă propriul plan de educare a copilului împreună cu familia [194, p.135].

În anii '60 ai secolului al XX-lea, crește semnificativ interesul pentru problema interacțiunii dintre familie și școală. Astfel, în lucrările științifice din această perioadă sunt formulate cerințele pedagogice privind activitățile comune ale familiei și ale școlii. În publicațiile autorilor Даутов Т., Коган Н., Соколов Е. ș.a. părinții acționează ca primii educatori ai copilului, punând bazele educației morale, ca mai apoi paradigmele educaționale ale școlii să asigure succesul personalității în viitor [190, p.89].

Esența filozofiei educației la începutul anilor '80 a continuat să dezvolte problema cooperării școală – familie prin cererile științifice ale autorilor Болдырев Н., Капралова Р., Корниенко С. [169, p.126], care au propus modalități și forme de dezvoltarea a interacțiunii școală-familie. Trebuie să menționăm că în această perioadă pedagogii și psihologii ruși Бодалев А., Ломов Б., Обозов Н., Гребенников И., ș.a. au analizat noțiunea de „interacțiune”, drept un sistem de acțiuni interdependente, în care o acțiune separată a unuia dintre participanții la interacțiune declanșează răspunsul altuia [182, p.37]. Rezultatul fiecărei acțiuni anterioare influențează acțiunile ulterioare. În final, rezultatul unui astfel de schimb de acțiuni este determinat într-un sistem unificat de reprezentări comune pentru toți participanții săi.

Numeroase cercetări la nivel național și internațional au pus în evidență, în ultimii ani, aspectul determinant al calității interacțiunii dintre familie și școală asupra educației copiilor. Astfel, conținutul pedagogic al conceptului de interacțiune este explicat de cercetătorii Cristea S. [45; 46], Cuznețov L. [49, 50, 51, 52], Stănciulescu E. [129, 130], Puț P. [73], prin termenul de parteneriat educațional. Potrivit autorilor citați acesta desemnează o formă de interrelaționare, comunicare, cooperare și colaborare în sprijinul copilului și al familiei la nivelul procesului educațional. În calitate de concept operațional, parteneriatul educațional corespunde ideii conform căreia, în societatea postmodernă, școala nu-și mai poate îndeplini misiunea în condiții optime fără implicarea factorilor comunitari, în general, și a celor familiari, în special [17, 49,

98, 110, 128, etc.].

După cum menționa Narly C. [105, p.528], referindu-se la ideea completării educației familiale cu noi acumulări din exterior, în vederea îmbogățirii culturii sale, va trebui, pe cât e posibil, să se aducă viața în școală și să se ducă școala în viață. Alte interpretări ale interacțiunii școală - familie sunt prezentate în Tabelul 1.1.

Tabelul 1.1. Interpretări ale conceptului de interacțiune școală – familie în viziunile diferiților autori

Autorul	Interpretări ale conceptului de interacțiune școală – familie
Epstein J.L.	o sferă de influență suprapusă prin care elevii învață mai mult atunci când părinții, învățătorii și alte persoane din comunitate împărtășesc scopurile și responsabilitățile pentru instruirea elevilor și lucrează împreună, nu individual [209, p.583].
Bryan J.	un tip de „relație prin intermediul căreia personalul școlii realizează un parteneriat cu familia și alți membri ai comunității pentru a-i ajuta pe copii să aibă succes la școală” [apud, p.586].
Comer J.	interesul părintelui și sprijinul său față de școală și conducerea acesteia, care va permite copiilor mai ușor să relaționeze și să se identifice cu scopurile, valorile și personalul școlii, constituind o motivație puternică a acestora pentru a se îndrepta către educație [13, p.33].
Бодалев А., Ломов Б., Обозов Н., Гребенников И.	un sistem de acțiuni interdependente, în care o acțiune separată a unuia dintre participanții la interacțiune declanșează răspunsul altuia. Rezultatul fiecărei acțiuni anterioare influențează acțiunile ulterioare. În final, rezultatul unui astfel de schimb de acțiuni este determinat într-un sistem unificat de reprezentări comune pentru toți participanții săi [153, p.33].
Cristea S., Cuznețov L., Stănciulescu E., Băran-Pescaru A., Vrășmaș E.,	o formă de interrelaționare, comunicare, cooperare și colaborare în sprijinul copilului și al familiei la nivelul procesului educațional [13, 45, 49, 129, 141].
Ionescu M., Negreanu E.,	organizarea unor programe de formare specifice și prin derularea unor proiecte educaționale în regim de parteneriat, care includ reprezentanții diferitelor categorii și instituții ale comunității, care promovează valori comune la nivelul tuturor partenerilor implicați (egalitatea șanselor în educație, promovarea dialogului, transparenței, comunicării, inițiativei, colaborării și a responsabilității [74, p.302].
Vrânceanu M.	un concept și o atitudine, care presupune egalizarea șanselor de participare la o acțiune educativă comună, la interacțiuni acceptate de toți partenerii, la comunicare eficientă între participanți, la colaborare (acțiune comună în care fiecare are rolul său diferit), la cooperare (acțiune comună cu interrelații și roluri comune)” [142, p.186].
<i>În toate definițiile atestăm o caracteristică comună a interacțiunii școală – familie, și anume unificarea acțiunilor comune în sprijinul copilului.</i>	

Cercetătoarea L. Cuznețov, în lucrarea „*Dimensiuni psihopedagogice și etice ale parteneriatului educațional*” [49, p.108], specifică următoarele dimensiuni ale interacțiunii școală – familie, care sunt prezentate în Tabelul 1.2.

Tabelul 1.2 Dimensiuni ale interacțiunii școală – familie

Dimensiuni ale interacțiunii școlii și familiei	
Părinții	Famiiliile primesc sprijin pentru a crea medii familiale optime pentru educarea copiilor;
Luarea deciziilor	Părinții, prin reprezentanți, participă la luarea deciziilor prin consilii/comitete organizate la nivelul școlii;
Comunicarea	Stabilirea unui canal de comunicare cu două sensuri privind progresul copiilor;
Voluntariatul	Participarea, ca voluntari, a părinților la diverse activități de educație, în școală și în afara ei;
Studiul la domiciliu	Abilitarea părinților pentru a le acorda suport copiilor la extinderea învățării după orele de curs;
Colaborarea cu comunitatea	Identificarea tuturor instituțiilor/organizațiilor resurse din comunitate care pot întări/diversifica învățarea și vor îmbunătăți experiențele de viață ale elevilor.

Din cele expuse, deducem finalitățile de bază ale interacțiunii școală – familie în educația fizică a elevilor de vârstă școlară mică [53, p.77]:

- transparentizarea și susținerea procesului educațional formal, nonformal și informal în cadrul lecțiilor de educație fizică;
- conștientizarea nevoii de educație fizică și a beneficiilor acesteia pentru fiecare individ în parte, pentru societate și progres socioeconomic;
- adaptarea educației fizice la nevoile și interesele copilului, în contextul unei bune cunoașteri a acestuia;
- completarea educației fizice formale prin utilizarea resurselor de care dispune comunitatea;
- realizarea unui cod de încredere reciprocă școală – familie – comunitate în educația fizică a elevilor de vârstă școlară mică.

Implicarea părinților în activități de educație fizică ale școlii aduce beneficii în reușita școlară a elevilor și sprijină atingerea obiectivelor educaționale, dacă este o acțiune planificată, coerentă, permanentă și obiectivată [51, p.9].

Caracterul oportun al cercetării interacțiunii școală – familie în educația fizică a elevilor de vârstă școlară mica rezultă din problematica elevilor mici și a părinților care nu știu cum să intervină în educația fizică a acestora. Din aceste considerente, actualizăm afirmația Elenei Vrășmaș [141, p.176]: „*schimbarea pozitivă în conduita elevilor mici vizează achiziția de informații, modificarea reprezentărilor asupra realității educaționale, formarea și refacerea unor percepții asupra realității interne/externe a familiei/școlii, procesele cognitive, atitudinile și comportamentele noi, toate acestea fiind necesare pentru înțelegerea fundamentală a omului*”.

Una dintre problemele discutate an de an de către profesori este faptul că părinții nu se

implică nici în procesul educativ școlar, nici în cel extrașcolar. Astfel, se întâmplă ca părintele să se intereseze de copil atunci când problemele sunt mai mari, când dirigintele sau profesorul reușește să ia legătura cu el și abia atunci ajunge părintele la școală [42, p.17]. Dacă evoluția copilului nu este observată permanent, acel copil poate să întâmpine probleme în clasă. Motivele de tipul ”*nu am timp*”, ”*sunt obosit din cauza programului încărcat*” nu sunt valabile pentru a justifica nepăsarea și neimplicarea părinților în dezvoltarea și pregătirea copilului.

Nivelul scăzut de educație și cultură al părinților generează dezinteres față de rezultatele școlare ale elevilor mici, astfel constituind o barieră în comunicarea eficientă între profesor și elev. Un profesor interesat să afle cât mai multe despre clasa cu care lucrează, despre elevul pe care îl are în clasă, caută informații despre acesta. Câteva ore petrecute la clasă nu sunt suficiente pentru a descoperi talentele și abilitățile copilului, în condițiile în care se lucrează cu 30 de elevi. Acesta este și motivul pentru care interacțiunea școlii cu familia în educația fizică poate fi un prilej de colectare a informațiilor care să ajute la excluderea barierelor de comunicare profesori – elevi. Frecvența și consistența acestor informații despre copil se dovedesc, de cele mai multe ori, a fi un test dificil de trecut pentru fiecare în acest parteneriat.

Responsabilitatea pedagogică a profesorilor de educație fizică din învățământul primar este de a informa părinții cu privire la modul în care se pot implica activ în dezvoltarea personalității copiilor. Educația fizică poate îmbunătăți reușita școlară a elevilor și strategiile de educație doar prin implicarea activă a părinților. Familia a avut întotdeauna o influență decisivă asupra educației copilului, fiind capabilă să reacționeze și să contribuie la dezvoltarea personalității elevilor, ei îi datorăm virtuțile neamului, în familie se consolidează relațiile dintre generații, care sunt de o importanță deosebită pentru societatea umană. Observând sistematic copilul acasă sau în mediul școlar, se pot depista din timp atât problemele de sănătate, cât și problemele de comportament sau de adaptare la sarcinile școlare. Cunoașterea acestor probleme poate conduce la adoptarea unui program educațional adecvat, fiind mai ușor a preveni decât a corecta problemele de educație.

În investigațiile contemporane se menționează necesitatea sporirii culturii pedagogice a părinților și importanța formării continue a culturii emoționale a profesorilor în scopul educației fizice corecte a copilului; totodată, trebuie să menționăm că de nivelul de cultură pedagogică a profesorilor și a părinților depinde eficiența educației fizice a copiilor începând cu primii ani ai vieții.

Analizând lucrările autorilor din domeniul educației fizice: Manolachi V. [92], Grimalschi T. [69, 70, 71], Carp I. [28, 29], Ciorbă C. [37], putem concluziona că există trei

abordări principale pentru rezolvarea problemei interacțiunii dintre școală și familie în educația fizică a elevilor de vârstă școlară mică:

- 1) școala are o influență decisivă asupra educației fizice a copilului;
- 2) instruirea și educarea copiilor în școală este o continuare logică a educației fizice familiale;
- 3) familia și școala influențează în mod egal dezvoltarea și pregătirea fizică a copiilor, doar prin interacțiunea lor contribuim la formarea personalității copilului.

Pentru a pune în aplicare a treia abordare, este necesară o pregătire specială a părinților pentru educația fizică a copiilor. Acest fapt sintetizează problema „*educării*” părinților, prin oferirea unei asistențe adecvate în îndeplinirea funcțiilor lor educative [171, p.73].

Autorii Байбородова Л., Лебедев П., Сорокин П. definesc interacțiunea școlii și a familiei ca un proces sociopedagogic, care influențează diverse probleme ale societății contemporane, în special formarea activităților sociale la generația tânără [155, 174, 193].

Educarea unui copil începe în familie; potrivit lui Захарова А., familia este fundamentul societății. Anume în familie omul se formează ca personalitate. Familia acționează ca principalul sprijin al unei persoane de-a lungul întregii sale vieți [168, p.45]. Școala acționează ca principiul organizatoric al activităților zilnice în sfera educației continue.

În prezent, mulți profesori observă că părinții tineri posedă abilități reduse de comunicare cu copiii. Deseori, părinții transpun asupra copilului propriile probleme atât din sfera profesională, cât și din familie etc., ceea ce duce la „*moștenirea*” unei experiențe de eșecuri familiale și a insucceselor părinților. Astfel, mediul familial nefavorabil îl privează pe copil de sentimentele de succes și îi subminează dramatic încrederea în sine. Autorul, Лебедев П. a desfășurat cercetări privind identificarea și generalizarea problemelor familiale în contextul caracteristicilor sociopedagogice ale modului de viață și, totodată, a studiat, modalitățile de oferire a suportului sociopedagogic familiei. În ultima perioadă se observă o distanțare între instituțiile societății, în special organizațiile educaționale, față de familie și problemele educării copiilor, ceea ce are un efect negativ asupra stilurilor educaționale în familie și a priorităților de viață.

În procesul educațional modern, sunt evidențiate următoarele tendințe actuale privind interacțiunea dintre școală și familie în educația fizică a elevilor de vârstă școlară mică:

- conștientizarea importanței integrării școală – familie în educația fizică pentru a obține un rezultat de înaltă calitate al interacțiunii;
- dezvoltarea unei baze științifice pentru interacțiunea psihopedagogică, bazată pe principiile și dispozițiile științei pedagogice moderne;

- analiza cooperării dintre școală și familie în educația fizică ca sistem socioactiv, acționând în conformitate cu legile de funcționare a sistemelor de activitate;
- elaborarea teoriei gestionării eficiente a sistemului de interacțiune educațională între școală și familie în activități de educație fizică;
- fundamentarea abordării sistemice a organizării interacțiunii dintre școală și familie în educația fizică în condiții moderne [171, p.74].

Autorii teoriilor și modelelor de funcționare a interacțiunii școlii și familiei propun viziuni diferite asupra procesului de consolidare a parteneriatelor școlare, care sunt prezentate în Figura 1.2. Teoriile și modelele educaționale referitoare la problematica interacțiunii școală-familie în educația fizică a elevilor de vârstă școlară mică evidențiază strategii eficiente de acțiune, pentru optimizarea colaborării dintre părinți și cadre didactice, a căror implementare poate contribui la formarea personalității copilului, dezvoltarea capacităților sale individuale, atragerea spre un mod de viață sănătos, formarea de competențe privind sistemul de educație fizică, educarea interesului și deprinderilor constante pentru exercițiile fizice sistematice.



Fig. 1.2. Modele și teorii referitoare la funcționarea interacțiunii școală-familie

Toate aceste modele și teorii pornesc de la premisa că eforturile comune ale școlii și ale familiei în educația fizică sunt necesare pentru ca elevii să înregistreze o evoluție școlară pozitivă. În viziunea autorilor, participarea activă a părinților la procesul de luare a deciziilor și implicarea activă a acestora în educația fizică a copiilor sunt factori cu impact major asupra calității parteneriatului școală-familie. Înțelegerea acestor modele și teorii a avut un rol extrem de important în realizarea părții aplicative a lucrării de față [84, p.304].

Pornind de la cele menționate mai sus, trebuie să evidențiem că formele individuale și comune în activitățile de educație fizică cu părinții sunt atât tradiționale, cât și netradiționale.

Formele tradiționale de colaborare școală – familie în educația fizică a elevilor de vârstă școlară mică includ:

- ședințe părinți-profesori (sub forma unei prelegeri, discuții pe teme ce țin de performanța academică, comportamentul elevilor, dezvoltarea și pregătirea fizică, starea de sănătate, modul de viață sănătos);
- participarea părinților la Consiliul de administrație și la consiliile de conducere înființate conform Legii educației;
- organizarea părinților în vederea participării la diferite evenimente școlare, inclusiv evenimentele sportive, conform unor grafice;
- organizarea sărbătorilor împreună cu copiii (adesea conform unui scenariu pregătit din timp, specific pentru școala primară)
- participarea părinților la comitetul clasei sau al școlii [84, p.305].

Folosind forme tradiționale de interacțiune cu familia, profesorii în fiecare an observă aceeași imagine: un număr mic de părinți care doresc să facă parte din comitetul părintesc sau să participe la evenimentele organizate de către școală. Totodată, se observă o criză a formelor tradiționale de cooperare între părinți și profesori în educația fizică a elevilor de vârstă școlară mică, astfel, problema cu care se confruntă școala este dezvoltarea noilor forme eficiente de lucru cu părinții (Figura 1.3)

Pentru îmbunătățirea culturii pedagogice și a competențelor psihopedagogice a părinților sunt propuse mai multe forme precum, *Auditoriul părinților*, *Universitatea de studii pedagogice* etc. Părinții trebuie să fie cei care aleg tema pentru anumite evenimente [171, p.73]. Cursurile includ atât studii teoretice, cât și practice. O altă formă ar fi organizarea de *conferințe* tematice pentru schimbul de experiență în educația fizică a copiilor privind interacțiunea școală – familie ceea ce va atrage atenția comunităților pedagogice, a oamenilor de știință și a personalităților culturale, reprezentanți ai organizațiilor publice. Conferințele pot fi științifico – practice, teoretice, de lectură, de schimb de experiență etc., desfășurându-se o dată pe an și necesită o pregătire atentă, cu participarea activă a părinților.

Lecturile pentru părinți sunt o formă foarte interesantă de lucru cu părinții, care include prelegeri ale profesorilor, studiul literaturii pe această temă și participarea la discuții. Pentru o colaborare eficientă cu grupul de părinți, se organizează serate parentale. Subiectele seratelor parentale trebuie să includă o tematică atractivă și diversă, de exemplu o seară cu amintiri din copilăria propriului copil, discuții despre problemele de viitor, educația fizică în familie.

Actualmente, o formă eficientă de activitate cu părinții sunt *training-urile*, care le permite să identifice și să realizeze situații problematice din familie, să-și schimbe relația cu propriul

copil, să-l facă mai deschis și mai încrezător. *Atelierul* este, de asemenea o formă modernă de dezvoltare a abilităților parentale pentru creșterea copiilor sănătoși, rezolvarea eficientă a tehnologiilor pedagogice emergente.

În procesul activității atelierului pedagogic, profesorul își propune să găsească diverse modalități de soluționare a situațiilor conflictuale, care pot apărea în relația dintre părinți și copii, părinți și școală etc., și, totodată, să-și explice poziția într-o situație imaginară sau reală.

Potrivit cercetătoarei Артемьева Е., o formă eficientă pentru părinții elevilor de vârstă școlară mică este *ringul părintesc*. Ringurile părintești sunt forme de discuții între colectivul părintesc. În procesul de organizare a ringurilor părintești sunt discutate situații problematice care apar în clasă, problemele legate de depășirea situațiilor conflictuale, precum și diferite puncte de vedere ale părinților asupra unor situații problematice, încercându-se, totodată, găsirea unei căi optime de soluționare a situației create [153, p.36]. Ringul părinților inteligenți este o formă de organizare a concursurilor între cele mai active familii, care citesc, care practică sportul și care au un mod de viață sănătos.

Clubul și cercurile sportive familiale sunt o altă formă de cooperare, care se desfășoară prin întâlniri și necesită o pregătire specială din partea organizatorilor. Scopul clubului sportiv este de a implica părinții în discuțiile despre educația fizică a copilului. Principala condiție pentru succesul unor astfel de întâlniri și discuții este caracterul benevol și interesul reciproc [171, p.75].

Clubul și cercurile sportive familiale presupun o comuniune copil – părinte, având ca sarcină principală dezvoltarea copilului în procesul de comunicare informală între profesori, copii și părinți și, totodată, participarea lor la o varietate de activități socioculturale și sportive. Această formă permite implementarea și menținerea activității părinților și a profesorilor în rezolvarea problemelor care apar în educația fizică a copiilor. În cadrul unui club sau cerc familial, părinții își pot folosi oportunitățile profesionale (de exemplu, efectuând o vizită la locul de muncă sau prin organizarea unor ateliere de către părinții cu experiență în diverse domenii). În cadrul clubului și al cercului părintesc, pot fi organizate și diverse serbări comune.

La fel, o tehnică cu o imensă putere de educare este *storytelling-ul*, care semnifică arta povestirii, ce duce la formarea unei conexiuni speciale între povestitor și ascultător. Pe lângă relatarea unor fapte, *storytelling-ul* presupune modularea vocii, schimbarea mimicii și a limbajului corporal și adăugarea emoției. Practic, „condimentând” o poveste cu gesturi și sunete, vom reuși să acaparăm atenția copilului la un nivel mult mai profund decât ar face-o o simplă citire, asta și pentru că senzația de imersiune în poveste este mai pătrunzătoare și se creează o interacțiune aparte. Marele avantaj al *storytelling-ului* este reducerea timpului petrecut în fața

televizorului, tabletei sau smartphone-ului. Pe lângă aprofundarea legăturii dintre părinte și copil, arta povestirii ajută la o mai bună comunicare, la dezvoltarea memoriei și a imaginației [213].

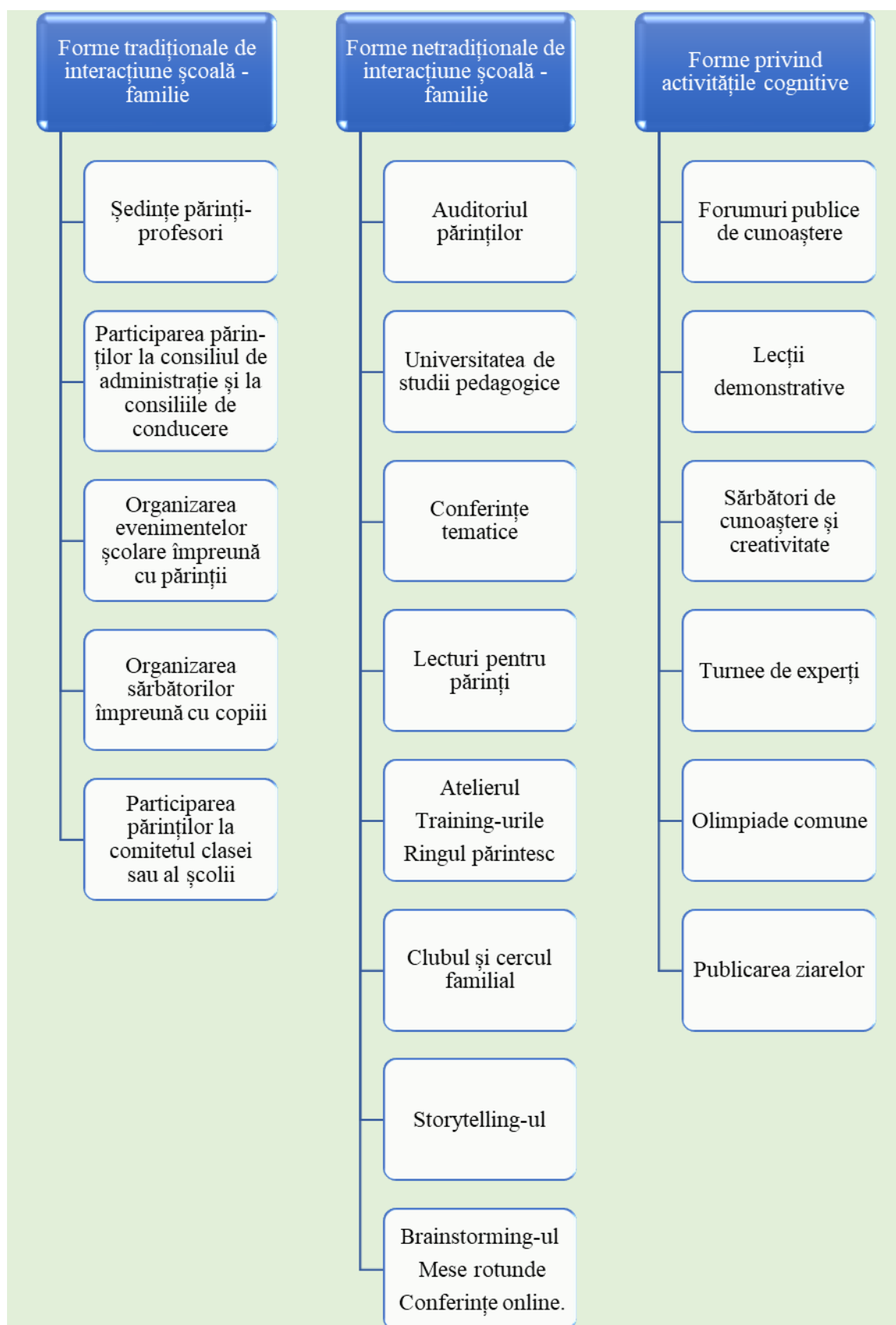


Fig. 1.3. Algoritmul de lucru cu părinții (elaborat de autor)

În prezent, capătă popularitate astfel de forme de interacțiune între familie și școală, cum ar fi *brainstorming-ul, mesele rotunde, conferințele online*.

Pentru dezvoltarea relațiilor școală – familie în educația fizică a elevilor de vârstă școlară mică, un rol semnificativ îl au și formele privind activitățile cognitive care includ: forumuri publice de cunoaștere, desfășurarea unor lecții demonstrative, sărbători de cunoaștere și creativitate, turnee de experți, olimpiade comune, publicarea ziarelor de perete etc.

De asemenea, pentru realizarea formelor de lucru trebuie să ținem cont de: proiectarea sălilor de clasă, de sport, amenajarea teritoriului curții școlii, crearea unei biblioteci de clasă etc. Trebuie să menționăm și formele de agreement ce presupun interacțiune, precum sărbătorile comune, excursii, concursuri, festivaluri, drumeții turistice, vizionarea și discutarea în comun a filmelor, spectacolelor pe diverse teme sportive etc. Formele de activitate individuală au un rol eficient în crearea parteneriatelor, astfel enumerăm forme ca: consultațiile individuale, conversațiile, vizitele la domiciliu. O formă individuală eficientă a activității profesorului cu familia în educația fizică este vizitarea familiei, în timpul căreia profesorul cunoaște condițiile de viață ale elevului, interesele și talentele acestuia, relațiile cu părinții, totodată, informează părinții despre reușitele copilului, starea de sănătate, dezvoltarea și pregătirea fizică, sunt oferite sfaturi privind organizarea îndeplinirii temelor de acasă etc.

Consultările tematice individuale, la fel, sunt folosite la soluționarea unor probleme. Consultările sunt utile atât pentru părinți, cât și pentru profesori. Totodată, părinții pot să-și formeze o imagine reală despre activitățile școlii și comportamentul copilului, iar profesorul primește informațiile necesare pentru o înțelegere mai profundă a problemelor cu care se confruntă elevul [174, p.79]. În standardele educaționale pentru instituțiile de învățământ este indicat faptul că actualizarea conținutului educațional, introducerea de forme și metode bazate pe cele mai bune tradiții pedagogice din domeniul educației contribuie la implementarea eficientă a componentei educaționale privind interacțiunea școlii și familiei în educația fizică a elevilor de vârstă școlară mică.

Prin urmare, școala și familia sunt cei mai importanți factori în încurajarea atitudinilor și obiceiurilor sănătoase ale elevilor de vârstă școlară mică, și totodată, joacă un rol important în promovarea unei vieți sănătoase și active [80, p.123].

Astfel, interacțiunea dintre școală și familie în educația fizică a elevilor de vârstă școlară mică este o activitate benevolă comună a părinților și a personalului didactic, menită să creeze condiții favorabile pentru dezvoltarea personală și creșterea copiilor, educarea unei personalități dezvoltate armonios și multilateral.

1.3. Particularitățile psihofizice ale dezvoltării elevilor de vârstă școlară mică

În domeniul pedagogiei, vârsta școlară mică (6 – 10 ani) este numită culmea copilăriei. Copilul păstrează multe calități caracteristice copilăriei: ca frivolitate, naivitate, perceperea unui adult de jos în sus, dar, totodată, își pierde din sinceritatea copilărească, din comportament, începe să gândească diferit și își schimbă modul de viață, interesele și valorile [165, 168, 184].

O contribuție importantă în studierea personalității elevilor de vârstă școlară mică o aduce Munteanu A. [102, p.207], afirmând în lucrarea sa că dezvoltarea copilului la vârsta școlară mică se caracterizează printr-o acută nevoie de mișcare, dar și o creștere semnificativă a interesului pentru procesul instructiv-educativ.

Făcând o sinteză a ideilor și concepțiilor în domeniu, constatăm reperele dezvoltării anatomofiziologice specifice școlarilor mici. Caracteristica dezvoltării fizice a elevului la fiecare etapă include câteva componente: nivelul dezvoltării fizice, care este determinat în funcție de valorile absolute ale mărimii corporale; tipul somatic, care reprezintă coraportul dintre cele trei mărimi de bază ale corpului: schelet, musculatură, țesut adipos; intensitatea creșterii [7, 56].

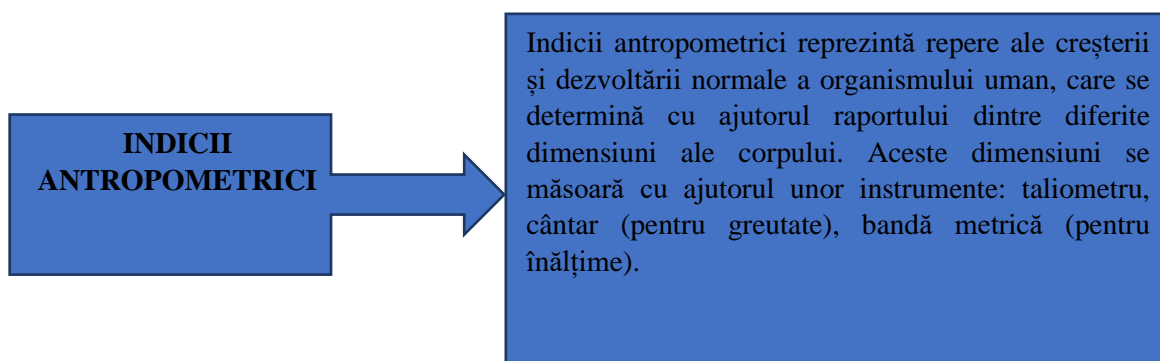


Fig. 1.4 Reprezentarea conceptului de indice antropometric

Холодов Ж. și Кузнецов В. [172, 202], analizând particularitățile dezvoltării fizice, subliniază că vârsta școlară mică se caracterizează printr-o dezvoltare relativ uniformă a aparatului locomotor, dar rata de creștere a trăsăturilor dimensionale individuale este diferită. Astfel, înălțimea corpului crește în această perioadă într-o măsură mai mare decât masa corpului. Articulațiile la copiii de această vârstă sunt foarte mobile, ligamentele sunt elastice, scheletul conține o cantitate mare de țesut conjunctiv. Studiile arată că vârsta școlară mică este cea mai favorabilă pentru creșterea dirijată a mobilității în toate articulațiile. În această perioadă, dezvoltarea morfologică a sistemului nervos și diferențierea structurală a celulelor nervoase este aproape complet finalizată, cu toate acestea, funcționarea sistemului nervos se caracterizează prin predominarea proceselor de excitație. Volumul pulmonar este la jumătate din cel al unui adult [154, 165, 202].

În lucrarea sa, autorul Racu I. [120, p.126-127] caracterizează indicii creșterii ponderale și staturale, aceasta fiind relativ lentă la început, în primii doi ani de școlarizare, când diferența

de la un an la altul nu depășește 2kg, creșterea în greutate se accentuează, ulterior, în ultimii doi ani. Creșterea în înălțime este ușor încetinită între 6 și 7 ani, dar apoi ritmul este mai mare și la sfârșitul stadiului înălțimea medie este la băieți de 132cm, iar la fete de 131cm [41, p.32]. Există însă tendința ca fetele să aibă pentru prima dată un ușor avans față de băieți; creșterea în greutate este relativ constantă și se ajunge, în medie, la 29kg la băieți și 28kg la fete; osificările cele mai importante din acest stadiu se petrec în următoarele zone: la nivelul coloanei vertebrale, dar curbura lombară este încă instabilă și în pericol de a se deforma, dacă școlarii au poziție greșită la scris sau duc greutate mari; în zona bazinului, la mâini (carpiene și falange); continuă schimbul dentiției provizorii [43, p.38].

Tensiunea arterială este mică: 110/100 – 70/60, iar frecvența cardiacă mare, până la 90 – 60 bătăi/min. Copiii la această vârstă se caracterizează printr-o ținută corporală incorectă, ca rezultat al acțiunii musculare abdominale și a spatelui slab dezvoltat. Se educă însă foarte bine sistemele de semnalizare (analizatorul vizual, auditiv, tactil), determină Grimalschi T. [69, p.45-46]. Se întăresc articulațiile și crește rezistența generală a sistemului osos, totodată, oasele din diferite secțiuni ale scheletului se dezvoltă diferit (coloana vertebrală până la 12 ani rămâne a fi elastică și curburile acesteia sunt slab fixate, ceea ce poate conduce la deformarea acesteia. În procesul dezvoltării aparatului locomotor se modifică și calitățile dinamice ale mușchilor (viteza, rezistența, forța, mobilitatea); la nivelul sistemului nervos sunt importante următoarele schimbări, după cum constată Racu I.:

- a) crește masa creierului până la 1200-1300g;
- b) din punctul de vedere al structurii neuronilor, creierul școlarii mici este aproape ca al adultului;
- c) se dezvoltă în mod deosebit sub raport funcțional lobii frontali;
- d) crește viteza de formare a legăturilor dintre neuroni [120, p.126].

În această etapă este necesar să se insiste pe dezvoltarea musculaturii coloanei vertebrale și a musculaturii fine, prin folosirea exercițiilor statice și dinamice cu caracter local, din motiv că în această perioadă se formează deprinderile de scriere, care solicită o dezvoltare musculară generală și specială, totodată se poate acționa asupra dezvoltării rapide a aptitudinilor de viteză, rezistență aerobică și coordonare, prin exerciții cu obiectele, cu partener, la semnale diferite și cu sarcini precise [188, 196]. Din punct de vedere motrice, se poate acționa cu ușurință asupra dezvoltării rapide a aptitudinilor de viteză, rezistență, coordonare, prin exerciții fizice cu obiecte și cu partenerul. În opinia autorului Rață G. [121, p.87], pentru dezvoltarea motricității generale este necesar de a interveni la timp.

În perioada școlară mică, se pune accent pe dezvoltarea indicilor morfologici, care trebuie să atingă o dezvoltare armonioasă a corpului, o dezvoltare proporțională a grupelor mari musculare, o dezvoltare a supleții musculare, o ținută corectă a posturii [2, p.362].

Pentru practicarea educației fizice, indicatorii capacităților funcționale ale corpului copilului sunt criteriile principale pentru alegerea activității fizice, a structurii acțiunilor motrice, a metodelor de influență asupra corpului. Necesitatea activităților fizice ridicate este una firească.

Dezvoltarea coordonării motrice este principala sarcină în pregătirea fizică a copiilor de vârstă școlară mică. Către sfârșitul acestei perioade, este important de a acumula cât mai multe date despre abilitățile fizice individuale, cu scopul de a începe direcționarea lui spre acele probe, care, într-o mai mare măsură, corespund abilităților și intereselor copilului și care pot fi realizate cu succes [145, 158, 165].

La vârsta de 7-10 ani, încep să se formeze interese și tendințe pentru anumite tipuri de activitate fizică, se conturează specificitatea manifestărilor motrice individuale și predispoziția pentru practicarea anumitor probe de sport.

Această perioadă poate fi numită una favorabilă pentru stabilirea întregului spectru de calități fizice și abilități de coordonare, realizate în activitatea fizică a unei persoane. Dacă un astfel de etalon nu a fost plasat la momentul potrivit, atunci timpul pentru formarea potențialului fizic și fiziologic poate fi considerat iremediabil [158, 167, 173, 180].

În ce privește particularitățile dezvoltării psihologice a elevilor de vârstă școlară mică, trebuie menționat că la ei se modifică perceperea în sistemul de relații în care sunt implicați, respectiv se modifică situația socială de dezvoltare și, totodată, aceasta este perioada nașterii Eului social al copilului.

Schimbarea conștiinței de sine conduce la o reevaluare a valorilor. Ceea ce era semnificativ înainte acum devine secundar. Vechile interese își pierd forța motivațională și sunt înlocuite cu altele noi. Apar modificări profunde datorită experiențelor și, totodată, apare o generalizare a experiențelor, care capătă un nou sens pentru copil, se stabilesc legături între ei, devine posibilă o luptă a experiențelor. O astfel de evaluare a sferei emoțional-motivaționale conduce la apariția vieții interioare a copilului [27, 173, 185].

La elevul de vârstă școlară mică începe să se formeze un nou nivel al conștiinței, exprimat cel mai exact prin sintagma „*poziție internă*”. Această poziție reprezintă atitudinea conștientă a copilului față de sine, ceea ce îi permite să se raporteze în mod conștient la acțiunile sale. La această vârstă, copilul este capabil să-și exprime modul de viață nu numai prin cuvinte, dar și prin fapte concrete.

Începutul diferențierii vieții externe și interne a copilului este asociat cu o schimbare a structurii comportamentului său. Apare o bază semantică orientativă a unui act - o legătură între dorința de a face ceva și acțiunile care urmează [8, p.261].

Odată cu apariția și consolidarea poziției interne, care devine un moment de cotitură în destinul său ulterior, la copil se formează următoarele deprinderi:

- 1) disponibilitatea pentru un mod de viață sănătos;
- 2) capacitatea de a efectua acțiuni deliberate în conformitate cu cerințele propuse;
- 3) orientarea socială pe activitatea de bază - studiile;
- 4) atitudinea conștientă față de sine și față de oamenii din jurul său;
- 5) sensibilitate la apreciere, aprobare din partea celor mai importante persoane din viața lor, dat fiind faptul că sunt încă destul de deschiși la influență din partea maturilor, copiii tind să obțină apreciere înaltă pentru menținerea unui stil de viață sănătos [184, 185].

Apar motive sociale pentru învățare, care sunt importante pentru dezvoltarea personală a elevului. Motivele sociale pentru învățare corespund acelor orientări valorice pe care copiii le primesc de la adulți și sunt însușite în mare parte în familie. Motivația pentru reușită deseori devine una dominantă în clasele primare. Aproape toți copiii vin la școală cu dorința de a studia bine. Copiii cu reușita școlară ridicată au o motivație pronunțată pentru obținerea succesului, și anume dorința de a îndeplini sarcina bine, corect, de a obține rezultatul dorit [58, p.12]. Dar și în acest moment în motivația realizărilor se manifestă o a doua tendință - motivarea evitării eșecului. În procesul de învățare, la copii se dezvoltă diverse motive educaționale și la fiecare se formează propriul sistem motivațional [173, p.50].

Dezvoltarea completă a personalității implică și formarea de competențe, care este considerată ca fiind un factor primordial la această vârstă. Dacă copilul nu se simte competent în activități educaționale, dezvoltarea sa personală este distorsionată [114, 195]. La vârsta școlară mică, există o restructurare a relației copilului cu oamenii. Începutul activității educaționale într-un mod nou definește relația copilului cu adulții și colegii. În realitate, există două sfere ale relațiilor sociale: „*copil - adult*” și „*copil - copii*”. Aceste sfere interacționează între ele prin legături ierarhice. În sfera „*copil - adult*”, pe lângă relația „*copil-părinte*”, apar noi relații „*copil-profesor*”, care ridică copilul la nivelul cerințelor sociale prin comportamentul său [4, p.54].

Cerințele profesorului față de copil, conform opiniei lui Moop T. [183, p.94], sunt reglementate cu mai multă certitudine decât în familie, deoarece în condițiile primare de comunicare este dificil pentru un copil să se distingă și să evalueze cu exactitate comportamentul său. Doar un profesor, care cere îndeplinirea strictă a obligațiilor, evaluând comportamentul copilului, crează condiții pentru socializarea comportamentului elevului, aducându-l la standartizare în sistemul spațiului social - cel al obligațiilor și drepturilor. În școala primară,

copiii acceptă condițiile pe care le prezintă profesorul și încearcă să respecte cu strictețe regulile.

Profesorul devine pentru copil o figură care îi determină starea psihologică nu numai în clasă, la lecție și în comunicarea cu colegii, dar, totodată, influența sa se extinde și asupra relațiilor de familie. Elevul este dependent emoțional de profesor, astfel necesitatea de emoții pozitive din partea unui adult este foarte importantă și, în acest mod, profesorul este adultul care determină comportamentul copilului.

Pentru dezvoltarea stimei de sine și a competențelor copiilor, este necesar să se creeze în clasă o atmosferă de confort psihologic și sprijin reciproc. Formarea stimei de sine a unui elev de vârstă școlară mică depinde nu numai de reușita sa academică, dar și de caracteristicile comunicării profesorului cu clasa. Stilul de comunicare al profesorului cu copiii determină comportamentul lor în clasă, în timpul lecției, în camera de joacă și în alte locuri destinate activităților și divertismentului. Profesorul la lecție are ocazia să influențeze toată clasa, dar și pe fiecare copil în mod individual, atât prin forme tradiționale, scrise conform regulilor școlii, cât și netradiționale. Stilul de comunicare al profesorului afectează activitatea fizică, psihică și socială a copilului.

Activitatea fizică este o necesitate firească pentru un corp sănătos, ce se dezvoltă prin mișcare și depășire a diverselor obstacole, acționând ca o condiție prealabilă pentru dezvoltarea mentală a copilului. Un copil sănătos trebuie să tindă spre mișcare și să se bucure de activitatea fizică. Totodată, copilul este curios și atent cu tot ce îl înconjoară. Activitatea fizică și mentală a copilului sunt într-o strânsă interacțiune: un copil energic și sănătos este activ din punct de vedere mental, iar cel obosit, epuizat nu este interesat de nimic [197, p.105]. Comunicarea, în primul rând, cu colegii de clasă joacă un rol important în viața unui elev de vârstă școlară mică. Conștientizarea experiențelor, apărută la sfârșitul copilăriei preșcolare, aduce motivele de comunicare la un nou nivel, face posibilă formarea lor pe baza conexiunilor esențiale cu lumea. La această vârstă, pot fi puse bazele prieteniei școlare — un sentiment de comunitate cu cei care împărtășesc o viață școlară comună. Această prietenie se naște din forme de activități educaționale comune, activități de grup în clasă, din activități extracurriculare comune.

Familia, în raport cu copilul, devine centrată pe activități de învățare, pe relațiile copilului cu profesorul și colegii. Conținutul comunicării tradiționale cu copilul în cadrul familiei include toate eșecurile sale școlare [147, 148]. De o mare importanță este stilul de educație în cadrul familiei și valorile adoptate de ea. Copiii cu o înaltă stimă de sine sunt crescuți pe principiul idolul familiei, într-o atmosferă în care lipsește critica și își dau seama devreme de exclusivitatea lor. În familiile în care copiii cresc cu o stimă de sine ridicată, dar nu supraestimată, atenția la personalitatea copilului (interesele, gusturile, relațiile cu prietenii) se combină cu o exigență corectă. Astfel de familii nu recurg la pedepse umilitoare și folosesc de bună voie laudele, când

copilul le merită. Copiii cu o stimă de sine scăzută (nu neapărat foarte scăzută) se bucură de o mare libertate acasă, dar această libertate, de fapt, este o lipsă de control, o consecință a indiferenței părinților față de copii și unii față de alții. Părinții unor astfel de copii se implică în viața lor atunci când apar probleme specifice, în special cu reușita școlară și, de obicei, au puțin interes pentru activitățile și experiențele lor [144, p.14]. Atitudinea față de sine în calitate de elev este în mare măsură determinată de valorile familiei. La copil se evidențiază acele calități care îi preocupă cel mai mult pe părinții lui.

În opinia lui Kirimov G., formarea la copil (sub influența adulților cu autoritate) a unei atitudini de autoeducație contribuie la manifestarea unui comportament autoreglator. Acest lucru se manifestă prin faptul că elevul este capabil să se abțină de la obiceiurile nocive, de exemplu fumatul, absenteismului școlar, consumul de alcool sau droguri, el va îndeplini în mod deliberat anumite acțiuni care contribuie la formarea proprietăților pozitive ale psihicului, a deprinderilor utile. Ele dezvoltă un anumit stil de comportament, formează disciplina, și disponibilitatea de a menține strict rutina planificată a vieții, de a manifesta continuitatea acțiunilor și faptelor, de a respecta un mod de viață sănătos și de a-și forma un mod de viață sănătos. Școala și familia reprezintă factorii externi în dezvoltarea conștiinței de sine [175, p.112].

Un moment esențial în educație și, în special, în educația fizică a unui copil, în această perioadă, este formarea unei poziții active în raport cu sănătatea proprie, forța corpului și călirea organismului. Exemplul părinților va fi cel mai important stimulent pentru dobândirea unui obicei durabil pentru exerciții fizice regulate. Activitatea fizică a unei persoane, ca element principal al culturii sale fizice, se formează în cadrul componentelor sociale, psihologice și biologice în această perioadă - cheie a vieții unui copil.

1.4. Specificul educației fizice a elevilor de vârstă școlară mică în cadrul familiei

Familia, părinții, rudele apropiate ocupă un loc special în viața unui copil. Anume în familie se pun bazele unei culturi comune, se realizează transferul tradițiilor culturale între generații, are loc procesul de socializare și de înțelegere de către individ a valorilor lumii înconjurătoare [52, 187].

Educația în cadrul familiei a ocupat de-a lungul istoriei un rol central, deși concepțiile privind funcțiile parentale și modul lor de exercitare au variat de la o societate la alta, de la o epocă la alta. În multe studii a fost evidențiat și criticat rolul slab, incompetența părinților în educația copiilor în diferite perioade istorice [16, 31, 73]. În alte studii a fost abordat și criticat hiperprotecționismul părinților sau invers, atitudinea ostilă, dură a acestora [35, 53, 58, 76, 129, 130 etc.]. Cert este faptul că procesul trecerii copilului de la tutelă, și control sistematic la autonomie nu s-a schimbat, însă modul de realizare a acestui proces și conținutul lui susținut de

educația familială a suferit modificări esențiale, parcurgând o cale anevoioasă de la indiferența și/sau coercitivitatea părinților spre o atitudine și comportare umanistă [108, p.35].

Funcția fundamentală a familiei este creșterea copiilor, asigurarea dezvoltării lor cuprinzătoare și pregătirea pentru școlarizare, care depinde în mare măsură de potențialul educațional al familiei, de factorii și condițiile care, împreună, determină capacitățile sale pedagogice [20, p.238].

Rezumând opiniile mai multor autori, acești factori ar trebui să includă: condițiile materiale și de viață, dimensiunea și structura familiei, climatul moral și emoțional-psihologic al acesteia, nivelul de dezvoltare a colectivului familiei, natura relațiilor dintre membrii acesteia, atmosfera de lucru, natura organizării timpului liber, exemplul personal al părinților, sistemul și natura comunicării intrafamiliale, tradițiile familiale etc. [11, 163, 176].

În perioada în care copilul începe să meargă la școală, noua situație socială în care nimereste conduce la faptul că stilul de comunicare cu copilul care s-a dezvoltat în cadrul familiei capătă nuanțe noi [148, 155]. Aici este indicat să subliniem faptul că stilul parental este, probabil, cea mai importantă problemă a sănătății publice, pe care societatea noastră și-o pune. Stilul parental adoptat în educația copilului își lasă amprenta asupra dezvoltării și pregătirii fizice a acestuia:

- *stilul autoritar*, care presupune o dirijare dură, suprimarea inițiativei și constrângerii, poate fi justificat prin necesitatea de a supune copilul la disciplină școlară. Strigătele și pedepsele fizice sunt forme tipice de manifestare a autorității unui adult asupra copilului. În același timp, nu este exclusă dragostea pentru copil, care poate fi exprimată destul de expresiv. În astfel de familii cresc fie copii nesiguri și nevrotici, fie copii agresivi și autoritari ca părinții lor;
- *stilul permisiv*, ce presupune comunicarea cu copilul pe principiul permisivității, în care controlul este de nivel scăzut și suportul este maxim; permisivitatea conduce la faptul că copilul nu se poate dezvolta într-o persoană matură din punct de vedere social; copiii deprind o rezistență scăzută la diferite tentații, chiar și la cele mai periculoase pentru viața lor.
- *stilul democratic*, care se exprimă în dragoste și bunăvoință pentru copil, cu el se joacă și se discută despre subiecte care îl interesează. În același timp, el știe ce înseamnă „trebuie” și știe cum să se disciplineze. Într-o astfel de familie va crește o persoană completă, cu un sentiment de demnitate și responsabilitate pentru cei dragi. La școală, un copil dintr-o astfel de familie își câștigă repede independența, știe să construiască relații cu colegii de clasă, menținând, în același timp, stima de sine.
- *stilul de neglijare sau de respingere* față de copil, care se recunoaște prin ignorarea sau abandonarea copilului, prin lipsa de control, exigențe scăzute și lipsă de suport, nivel scăzut

de grijă, de afectivitate, ceea ce determină, de cele mai multe ori, nivelul foarte scăzut al aspirațiilor și realizărilor, dezorganizarea, lipsa rezistenței față de tentațiile periculoase, stilul acesta conduce la izolarea copilului sau face posibilă cooperarea la acte antisociale [104, p.71].

Stilul relațiilor de familie determină, desigur, și stilul de educare a unui copil într-o familie și natura relațiilor părinte-copil [19, 54, 177]. Stilurile de comunicare în familie enumerate mai sus, cu toate diferențele, au un lucru în comun - părinții nu sunt indiferenți față de copiii lor. Ei își iubesc copiii, iar stilul de educare a copilului este adesea moștenit, transmis din generație în generație în familie. Doar o familie care are capacitatea de a reflecta asupra particularităților unui copil, caută în mod conștient cel mai eficient stil pentru educația individuală a acestuia. Desigur, cultura educației familiale ar trebui dezvoltată în cadrul familiilor, iar realizările în acest domeniu ar trebui transmise generațiilor viitoare [5, 83].

Analizând stilurile de educație familială, nu putem să nu evidențiem două dimensiuni fundamentale ale interacțiunii intrafamiliale - nivelul de control sau de cerințe și parametrul general de acceptare – respingere. Analizând condițiile de viață ale unui elev de vârstă școlară mică, în care adulții înțeleg trăsăturile dezvoltării lui mentale, fizice și personale, trebuie să menționăm că copilul trăiește în condiții familiale favorabile. Doar părinții sănătoși și iubitori asigură copilului un sentiment de siguranță și încredere, atât de necesar pentru o existență normală.

Așadar, educația fizică în familie constă dintr-un ansamblu de acțiuni sistematice orientate spre formarea și dezvoltarea calităților intelectuale, morale și fizice ale copilului. Modul de viață al părinților, sănătatea lor fizică și mentală au un impact uriaș asupra sănătății și dezvoltării copiilor [157, 161]. La sfârșitul anului școlar în clasele primare, jumătate dintre copii prezintă oboseală mentală severă. Importanța excesivă a notelor excelente, creată artificial atât în școală, cât și în familie, îi privează pe copii de timpul liber, de bucuriile copilăriei, de varietăți de interese și le subminează sănătatea [201, p.222]. Învățarea cere din partea copiilor perseverență și sârguință, atenție și independență. Succesul depinde în mare măsură de organizarea corectă a vieții copiilor. Și prima preocupare a părinților în această direcție este stabilirea unui mod de viață corect și sănătos [26, 190]. Și aici educația fizică a copiilor de vârstă școlară mică joacă un rol esențial.

Copiii de vârstă școlară mică nu au mijloace interne de autoreglare, nu știu să se concentreze asupra unui lucru mult timp, își pot pierde ritmul optim de muncă. Acești factori ar trebui luați în considerare de către părinți. Cunoscând și înțelegând sarcinile pe care și le propune școala, și anume de a dezvolta la copii independența gândirii, activitatea creativă în însușirea

cunoștințelor, capacitatea de a se bucura de descoperiri, părinții pot ajuta la îndeplinirea acestor sarcini.

O preocupare specială a părinților pentru copiii de această vârstă este dezvoltarea și menținerea unei atitudini pozitive față de învățare, inițierea în rutina zilnică, utilizarea rațională a timpului pentru diverse activități școlare și extrașcolare: învățare, efectuarea temelor pentru acasă și a sarcinilor casnice, exercițiile fizice, odihna și distracția, agrementul copiilor [21, 159].

De o mare importanță pentru dezvoltarea armonioasă a copiilor sunt exercițiile fizice sistematice în diverse secții sportive, grupe de pregătire fizică generală, gimnastică corectivă și terapie prin exercițiile fizice [113, p.247]. Dacă nu există astfel de secții sau, din anumite motive, copiii nu pot participa la ele, este recomandabil de a organiza antrenamentele acasă, sub îndrumarea părinților. Pentru ca antrenamentele să aibă un efect pozitiv asupra sănătății copiilor, părinții trebuie să posede anumite abilități. Din păcate, foarte des părinții pur și simplu nu știu cum să crească o mică personalitate sănătoasă și puternică, ce sarcini și limite sunt necesare pentru aceasta, cum să combine condițiile de utilitate și plăcere, cum să implice copiii în activități de educație fizică.

Familia trebuie să înțeleagă importanța activităților fizice, să dezvolte deprinderi pentru un exercițiu fizic obligatoriu regulat. Principala verigă în predarea principiilor și metodelor educației fizice familiale pentru copiii de vârstă școlară mică sunt lecțiile de educație fizică în cadrul școlii și în familie. Școala poate învăța nu numai o atitudine atentă față de propria dezvoltare fizică, dar poate oferi și cunoștințe de pregătire fizică în cadrul familiei.

Familia și școala trebuie să fie unite în cerințele lor pentru educarea copiilor, unanimi în dorința de a crește o persoană puternică la trup și suflet [155, p.24].

Bazele educației fizice sunt puse, în primul rând, acasă, prin modul de viață al părinților. Exemplul personal este un mijloc fiabil de a cultiva interesul copiilor pentru educație fizică. La părinții care sunt pasionați de sport, copiii, de regulă, dobândesc devreme cultura unui corp sănătos, dar, totodată, este necesară și observarea pedagogică a activităților copiilor. Este la fel de important să încurajăm copiii să fie independenți, să fie capabili să acționeze fără supravegherea directă a adulților [201, p.222].

Principala dificultate în organizarea antrenamentelor individuale constă în încercarea de a ajuta copilul să înceapă la timp și independent efectuarea sarcinilor date de către profesor. Educația fizică individuală în mediul familial necesită stăpânirea de către elevi și părinți a unui bagaj de cunoștințe, abilități și aptitudini elementare din domeniul metodologiei de practicare a exercițiilor fizice.

Îndeplinirea temelor pentru acasă, în opinia lui Соломина Т. [191, p.4], este una dintre cele mai importante forme de lucru individual al elevilor de vârstă școlară mică, trăsătura

caracteristică este lipsa ajutorului și îndrumării directe din partea profesorului. Succesul temelor pentru acasă depinde în mare măsură de organizarea controlului și a autocontrolului. Este important ca sarcinile pentru acasă să fie ușor verificabile. Este binevenit a introduce temele pentru acasă începând chiar cu clasa întâi.

Astfel, o direcție eficientă pentru formarea unui stil de viață sănătos la un elev de vârstă școlară mică este educația fizică. Impactul său va fi oportun, atunci când va exista o interacțiune coordonată între familie și școală. Munca sistematică realizată împreună are un impact eficient asupra schimbării atitudinii părinților față de educația fizică și sport, care oferă posibilitatea de a ridica nivelul de cunoștințe din domeniul educației fizice, de a spori interesul pentru rezultatele educației fizice a copiilor lor, ceea ce conduce la formarea unei atitudini pozitive a copiilor față de cultura fizică și modul sănătos de viață. În opinia specialiștilor [157, 192], o direcție esențială în formarea educației fizice sociale și personale o reprezintă educația fizică în familie. Acest aspect al educației și, mai ales, rolul părinților în acest proces necesită nu numai un studiu atent, dar și o remodelare activă pentru a-l transforma într-un instrument eficient de gestionare a atitudinii copilului față de dezvoltarea sa fizică.

În baza celor relatate trebuie să menționăm că fundamentul educației fizice se pune în familie, iar instituția de învățământ dezvoltă și aprofundează cunoștințele, competențele și comportamentele individului. Astfel, în viziunea cercetătorilor Cuznețov L., Călăraș C., Ețco C., anume familia, părinții trebuie să fie promotori activi și modele de comportare morală, sănătate fizică și psihică demne de urmat. Este evident faptul că școlii îi va fi mult mai ușor să educe, în continuare și în paralel cu familia, în colaborare și parteneriat cu părinții, copilul, formându-l ca actor al consolidării și menținerii propriei sănătăți [55, p.81].

Formarea și dezvoltarea educației fizice în familie poate fi realizată prin multiple mijloace, care sunt prezentate pe Figura 1.5.

Totodată, părinții pot aplica diverse metode educative: explicația, conversația, demonstrația, lectura, exercițiul și implicarea copilului în activități de educație fizică, vizionarea și discutarea emisiunilor televizate care promovează educația fizică și modul sănătos de viață; vizitarea site-urilor speciale, opinia publică. În acest context, trebuie să menționăm că metodele vor fi selectate și folosite în funcție de vârsta copiilor, starea de sănătate, nivelul de trai, anotimp, capacitățile și posibilitățile acestora. Familia trebuie să utilizeze activ factorii naturali (aerul, apa, soarele) pentru a mări rezistența copiilor față de unele condiții nefavorabile ale mediului, dar și factorii medicali, prin consultațiile periodice la medici, vaccinare, plecarea la mare, munte etc.

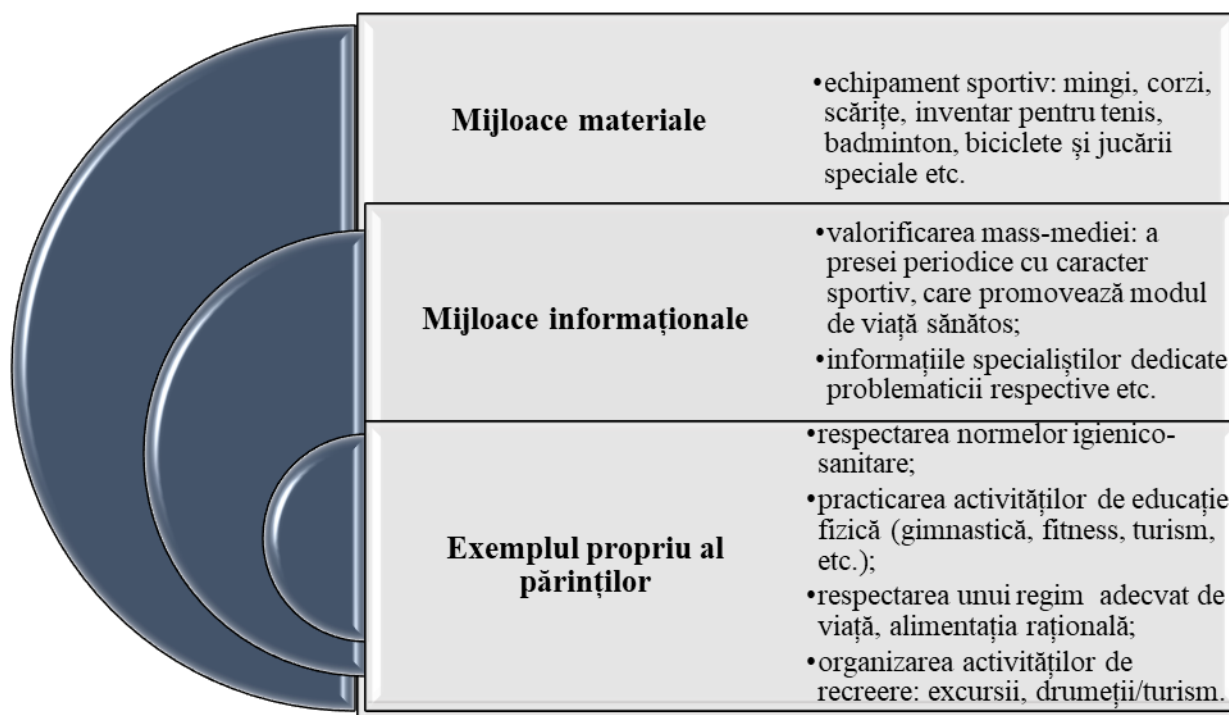


Fig. 1.5. Mijloace de optimizare a procesului de educație fizică în familie
(Cuznețov L. [55, p.81], modificată de autor)

Practica a arătat că una dintre modalitățile de rezolvare a problemelor educației fizice este realizarea interacțiunii pedagogice și a activităților comune ale copiilor și adulților, atât la școală, cât și în familie. Cercetările comune ale noilor abordări în educația fizică a copiilor și educația pedagogică a părinților, organizate în mod competent în scopul utilizării cunoștințelor dobândite într-un mediu familial acționează asupra interacțiunii și cooperării cu familia, perfecționând conținutul programei școlare de educație fizică și sănătate.

Soluționarea problemelor educației fizice, așa cum s-a menționat deja, este posibilă numai dacă se integrează potențialul educațional al familiei și al școlii, se trezește interesul părinților pentru viața de școală a copiilor lor, dacă are loc participarea personală la activități de educație fizică și modelarea motivației unei atitudini pozitive pentru un stil de viață sănătos prin exemplul personal.

Cu toate acestea, adesea se observă nemulțumirea părinților față de eforturile educaționale și fizice excesive ale copiilor, indiferența profesorului, relațiile nesănătoase în colectivul copiilor. În acest sens, sistemul de învățământ se confruntă cu dificultăți foarte serioase în ce privește integrarea potențialului educațional al societății, utilizarea competență a potențialului instructiv-educativ. Sistemul de educație și instruire nu poate singur să schimbe situația, să contribuie pozitiv la restabilirea valorilor familiale tradiționale, să creeze condiții pentru organizarea deliberată a educației fizice și dezvoltarea și pregătirea fizică a copiilor și tinerilor.

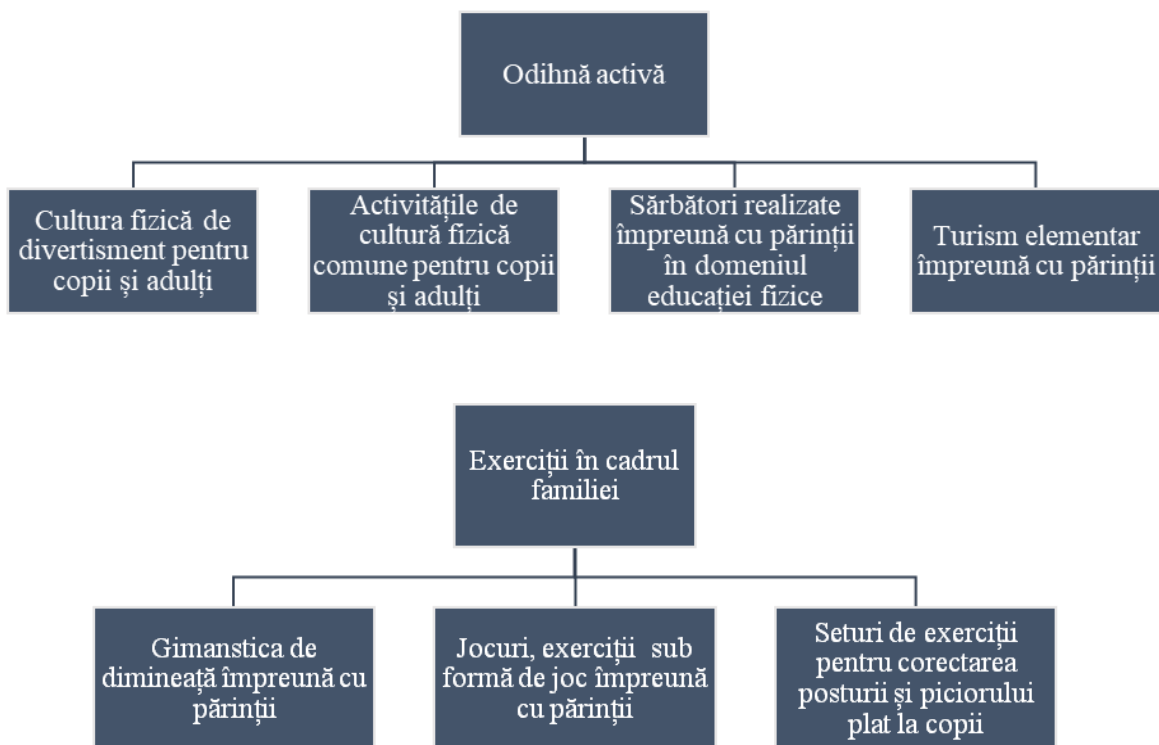


Fig. 1.6. Algoritm al activităților comune ale școlii și familiei privind organizarea procesului de educație fizică a copiilor de vârstă școlară mică (elaborat de autor)

Prin urmare, locul unde se desfășoară activ educația unui copil de vârstă școlară mică este școala și familia, care reprezintă cele mai importante domenii dinamice de activitate. Actualmente, în dezvoltarea societății, una dintre principalele cauze ale problemelor demografice a devenit pierderea valorilor familiale, împreună cu alte cauze sociale. Astfel, una dintre cele mai importante și complexe probleme ale sistemului de învățământ este intensificarea interacțiunii și cooperării dintre școală și familie în educația fizică a elevilor de vârstă școlară mică.

1.5. Concluzii la Capitolul 1

În baza sintetizării ideilor cercetătorilor în domeniu, reflecțiile interpretative conduc spre formularea următoarelor concluzii:

1. În cadrul studiului analitic s-a constatat specificitatea și s-au determinat principalele abordări metodologice privind impactul educației fizice asupra dezvoltării elevilor de vârstă școlară mică. Astfel, s-a constatat că lecțiile de educație fizică pentru elevii de vârstă școlară mică nu asigură pe deplin dezvoltarea fizică a copiilor, deoarece la această vârstă nu este formată o motivație stabilă pentru educația fizică și modul de viață sănătos. Acesta a fost un motiv de a căuta noi modalități de modernizare a disciplinei „Educația fizică”. Una dintre modalitățile eficiente de a rezolva această problemă este elaborarea unui model de interacțiune a școlii și familiei în educația fizică a elevilor de vârstă școlară mică și a unei programe experimentale pentru părinți și elevi privind activitățile de educație fizică.

2. La etapa actuală, există concepte bine determinate științific privind interacțiunea școlii și familiei în educația copiilor, în același timp o bună parte din autori evidențiază unele neajunsuri de natură profesională și managerială în realizarea acestui parteneriat. Astfel, interacțiunea școlii și familiei în educația fizică a elevilor de vârstă școlară mică are efecte benefice asupra activității desfășurate și asupra dezvoltării personalității elevului, iar pentru aceasta cunoașterea și valorificarea lor va crea un climat optim în care copilul va evalua armonios. Acest fapt ne orientează spre un studiu aprofundat al educației fizice în dezvoltarea și pregătirea fizică a copilului prin eforturile comune ale școlii și familiei.

3. Analiza particularităților psihofizice ale elevilor de vârstă școlară mică a scos în evidență importanța dezvoltării indicilor morfologici care trebuie să asigure dezvoltarea armonioasă a corpului, creșterea proporțională a grupelor musculare mari, supleței, a ținutei corecte. Din acest motiv, un rol important în educația fizică a unui copil în această perioadă este formarea unei poziții active în raport cu sănătatea proprie, efortul muscular și călirea organismului prin exemplul părinților care va fi cel mai important stimulent pentru dobândirea unui obicei durabil de practicare a exercițiilor fizice regulate. Elevii de vârstă școlară mică nu au mijloace interne de autoreglare, nu știu să se concentreze asupra unei activități o perioadă îndelungată, deoarece își pot pierde ritmul optim de muncă. Acești factori trebuie luați în considerare de către părinți și profesori.

4. Soluționarea cu succes a problemelor educației fizice, așa cum am menționat deja, este posibilă, dacă se integrează potențialul educațional al familiei și al școlii, apare interesul părinților pentru activitățile copiilor din cadrul școlii și, totodată, participarea personală la realizarea activității fizice și modelarea motivației, a unei atitudini pozitive pentru un stil de viață sănătos prin exemplul personal.

5. Sintetizând ideile specialiștilor în domeniul pedagogiei, al educației fizice, al psihologiei familiei, am ajuns la ideea necesității elaborării unei programe experimentale de interacțiune a școlii și familiei în educația fizică a elevilor de vârstă școlară mică prin metode și mijloace specifice educației fizice. Selectarea metodelor și mijloacelor specifice educației fizice va ține cont de particularitățile psihofizice specifice perioadei școlare mici.

2. FUNDAMENTE METODOLOGICE ALE INTERACȚIUNII ȘCOLII ȘI FAMILIEI ÎN EDUCAȚIA FIZICĂ A ELEVILOR DE VÂRSTĂ ȘCOLARĂ MICĂ

2.1. Metodele, organizarea și desfășurarea cercetării științifice

Cercetarea fenomenelor pedagogice, realizată în prezenta lucrare, a fost asigurată de următoarele metode [18, 106, 107, 134, 169, 179]:

1. Analiza teoretică a literaturii științifico-metodologice de specialitate.
2. Observația pedagogică.
3. Chestionarea sociologică (ancheta tip chestionar, interviul și convorbirea).
4. Experimentul pedagogic.
5. Metoda testelor.
6. Metoda statisticomatematică.
7. Metoda grafică și tabelară.

Studiul teoretic și analiza literaturii științifico-metodologice de specialitate privind interacțiunea școlii și familiei în educația fizică a elevilor de vârstă școlară mică a făcut posibilă determinarea stării acestei probleme, familiarizarea cu cercetările disponibile, formularea obiectivului, a sarcinilor de cercetare și fundamentarea științifică a abordării metodologice pentru soluționarea lor.

Studierea literaturii științifico-metodologice s-a realizat sub următoarele aspecte:

- Impactul educației fizice asupra dezvoltării personalității elevului de vârstă școlară mică și importanța pregătirii lor motrice în condițiile actuale;
- Particularitățile de conținut ale interacțiunii școlii și familiei în condițiile actuale;
- Particularitățile psihofizice ale dezvoltării elevilor de vârstă școlară mică;
- Intercorelarea dezvoltării fizice și motrice a elevilor din învățământul primar și valorificarea interacțiunii școlii și familiei în educația fizică.

Observația pedagogică. Observația pedagogică s-a efectuat cu scopul de a studia multilateral actuala problemă privind interacțiunea școlii și familiei în educația fizică a elevilor de vârstă școlară mică. Aceste observații s-au desfășurat în anii școlari 2017 – 2018 și 2018 – 2019, vizând activitățile didactice ale elevilor de vârstă școlară mică și părinții lor. Fiind un proces sistematic și continuu, ne-a permis să actualizăm obiectul observației (copii și părinți). Pentru efectuarea observației, s-au folosit înregistrarea, fotografierea și filmarea video. Observarea a fost efectuată asupra procesului de schimbare a atitudinii copiilor și a părinților lor față de educația fizică și cea morală, prevenirea bolilor, precum și pentru a studia caracteristicile formării unui stil de viață sănătos.

Chestionarea sociologică (ancheta tip chestionar, interviul și convorbirea). În corespundere cu tema prezentei lucrări, am considerat important să cunoaștem opiniile părinților și ale elevilor din școlile medii de cultură generală referitoare la importanța și rolul educației fizice în dezvoltarea personalității copilului, care este un mijloc universal important de fortificare a sănătății.

În acest context, pentru o sinteză completă a opiniilor cu privire la interacțiunea școală – familie în educația fizică a elevilor din ciclul primar, s-a organizat chestionarea părinților și elevilor din patru școli din localitățile raionului Strășeni. Pentru realizarea acestui obiectiv s-a elaborat un chestionar anonim special al părinților (la prima și a doua etapă de lucru), care a inclus 30 de întrebări privind relațiile părinte-copil și o conversație cu elevii de vârstă școlară mică (Anexa 1 și 2). Ca rezultat al prelucrării statistice a chestionarelor anonime și a conversațiilor cu elevii, am avut oportunitatea de a determina atitudinea părinților și a copiilor față de educația fizică și modul de viață sănătos, precum și de a identifica principalele dificultăți în organizarea și metodologia de atragere a copiilor și părinților în activitățile de educație fizică.

Experimentul pedagogic. Prin intermediul acestei metode de cercetare s-au studiat opiniile respondenților privind tema cercetată, dezvoltarea și pregătirea fizică a elevilor claselor primare, precum și relațiile părinte – copil. Totodată, au fost organizate și desfășurate un șir de experimente pedagogice de constatare în condițiile școlilor primare rurale din Rădeni, Romanești, Micăuți și Codreanca, iar experimentul de bază – în Gimnaziul Rădeni, raionul Strășeni. În cadrul experimentelor de constatare s-au studiat opiniile respondenților, precum și nivelul de dezvoltare și pregătire fizică a elevilor de vârstă școlară mică din localitățile menționate.

Experimentul de bază s-a desfășurat pe parcursul anului școlar 2018 – 2019. Au fost formate două grupe: martor (22 elevi ai clasei a IV-a "B" și părinții lor) și experimentală (22 elevi ai clasei a IV-a "A" și părinții lor). Ambele grupe au activat conform programei de educație fizică pentru elevii școlilor medii de cultură generală. Elevii și părinții din grupa experimentală frecventau ore teoretice și practice suplimentare conform programei experimentale de interacțiune a școlii și familiei în educația fizică a elevilor de vârstă școlară mică, elaborată de noi. Orele practice s-au desfășurat în timpul liber, în gimnaziul Rădeni (într-o sală de clasă, în sala de sport, sau pe terenul de sport al școlii) o dată pe săptămână, conform programei, cu durată de o oră. Orele teoretice se țineau o dată în lună (Anexa 4).

La planificarea orelor practice, s-a acordat atenție indicatorilor mai puțin evaluați în dezvoltarea calităților fizice ale copiilor. Pentru fiecare copil, a fost completat *pașaportul de dezvoltare și pregătire fizică a elevului de vârstă școlară mică*, prin care au fost determinate:

nivelul de activități motrice, particularitățile psihofizice, dezvoltarea fizică și pregătirea fizică (rezultatele testelor) (Anexa 5).

Activitatea fizică a fost reglementată prin schimbarea numărului de exerciții, a complexității acestora, a numărului de repetări, prin utilizarea diverselor obiecte și echipamente. Pentru studii teoretice, au fost implicați și specialiști din domeniul educației fizice, al psihologiei copilului, al pedagogiei și supravegherii medicale.

Metode și mijloace de studiere a stării fizice și motrice a copiilor

1. Teste și metode pentru studierea nivelului dezvoltării fizice a copiilor. Una dintre principalele metode utilizate în cercetarea pedagogică sportivă este antropometria. Datele examinărilor antropometrice au o mare importanță practică pentru evaluarea dezvoltării fizice a unei persoane. Astfel, au fost analizate din fișele medicale rezultatele măsurătorilor antropometrice și datele examenului medical de bilanț al stării de sănătate a elevilor, pentru aprecierea nivelului de dezvoltare fizică și a unor eventuale afecțiuni. Dezvoltarea fizică s-a studiat în baza testării taliei și masei corporale a copiilor investigați, precum și a excursiei cutiei toracice (ECT).

Condiția de bază a evaluării antropometrice a fost respectarea strictă a tehnicii de măsurare, care se bazează pe recomandarea ca toate măsurările să fie efectuate de o singură persoană, ceea ce reduce semnificativ probabilitatea de eroare.

Măsurările au fost efectuate dimineața în cabinetele medicale și sălile din școlile medii de cultură generală, folosind instrumentarul standard. Testarea **taliei copiilor** s-a determinat cu ajutorul taliometrului medicinal (a măsurătorului de înălțime), cu o precizie de până la 1cm. Pentru măsurarea corectă a taliei au fost îndeplinite o serie de cerințe: copilul trebuie să stea cu picioarele goale pe platforma orizontală a taliometrului, cu spatele la suportul vertical, cu brațele coborâte liber, tălpile apropiate și genunchii maxim dezdoiți, atingând suportul taliometrului cu cinci puncte: călcâie, gambe, fese, suprafața spatelui dintre omoplați și, în cele din urmă, ceafa. Este importantă o astfel de poziționare, pentru a nivela influența gibozității asupra taliei. Capul copilului este plasat astfel, încât marginea de jos să fie în același plan orizontal cu centrul conductului auditiv extern. Trebuie să fie asigurat faptul că elevul care este măsurat să nu se întindă și să nu îndoiaie genunchii și ca bara transversală să nu atingă doar părul, dar capul. După ce copilul a luat postura descrisă mai sus, bara transversală a antropometrului sau bara glisantă a taliometrului este coborâtă pe cel mai înalt punct al capului, iar măsurile sunt luate cu precizie milimetrică.

Referitor la indicele **masei corporale (kg)** a copiilor, trebuie să menționăm că au fost efectuate măsurări conform metodei generale acceptate, cu utilizarea cântarului medical electronic, care a fost testat metrologic, cu exactitate până la 50gr.

Pentru aflarea indicelui **excursiei cutiei toracice (ECT)** au fost propuse mai multe metode de măsurare, care sunt dictate de scopurile și obiectivele măsurătorilor. Conform recomandărilor, efectuarea măsurărilor a avut loc în felul următor: banda centimetrică s-a aplicat pe spate direct sub unghiurile scapulei, în față – la nivelul punctului central al sternului. Cel examinat ridică puțin brațele, apoi le coboară și stă în poziția de bază. Măsurările se iau la inspirație maximă, expirație și expirație normală și calmă. A fost necesar să ne asigurăm ca, în timpul inspirației maxime, copilul să nu ridice umerii, iar în timp ce expiră, să nu se încline sau să se aplece.

2. Testele și metodica lor pentru studierea nivelului pregătirii motrice al copiilor

Pentru studierea stării motrice a elevilor de vârstă școlară mică, au fost utilizate teste adoptate în practica procesului educațional în cadrul disciplinei „Educația fizică”, ce permit analiza nivelului de dezvoltare a abilităților de viteză și a coordonării mișcărilor, a calităților: forță-viteză, mobilitate, rezistență a mușchilor corpului, forța brațelor, suplețea. Pentru evaluarea nivelului de manifestare a stării motrice individuale a copiilor au fost folosite următoarele teste:

- **Alergare de suveică 3x10m (sec)** (abilități de coordonare). Acest test motrice este destinat pentru studierea vitezei mișcării în corelație cu capacitățile motrice de coordonare ale copiilor, care într-o anumită măsură poate oferi o înțelegere privind starea lor motrice corespunzătoare vârstei. Testarea se realizează în condițiile standard ale sălii de sport în conformitate cu metodica descrisă în continuare. În sala de sport se marchează distanța de 10 m cu indicarea startului și a finisului, cu instalarea a două suporturi verticale – la linia de start și la finis. La comanda profesorului, elevul începe alergarea de la linia de start indicată (din partea dreaptă a primului suport) și cu viteză maximă aleargă până la partea stângă a suportului, unde distanța se termină, înconjoară rapid suportul și continuă alergarea înapoi în tempo rapid până la primul suport, iarși rapid îl înconjoară prin partea dreaptă și cu viteză maximă aleargă spre finis. Timpul alergării de suveică 3x10 m se fixează din momentul startului elevului până la atingerea liniei de finis. Timpul a fost măsurat cu ajutorul cronometrului electronic, care a fost testat metrologic cu o precizie de până la 0,01 sec.

- **Săritura în lungime de pe loc (cm)** (capacitatea de forță – viteză – coordonare). Acest test motrice presupune studierea capacităților de viteză – forță – coordonare ale copiilor, care, într-o anumită măsură, pot livra informație utilă despre nivelul lor de pregătire psihomotrice conform vârstei. Testarea se realizează în condițiile standard ale sălii de sport, conform următoarei metodici: în sala de sport se instalează o saltea de gimnastică; elevul se stabilește cu degetele picioarelor lipite de marginea salteii și grupându-se (puțin semiașezat, ducând mâinile înapoi) cu o mișcare bruscă a mâinilor înainte sare pe saltea de gimnastică. Măsurarea se face cu ajutorul benzii de măsurat de la marginea salteii (unde sunt plasate vârfulurile degetelor de la

picioare înainte de săritură) și până la primul semn lăsat pe salteaua de gimnastică la atingerea cu călcâiul. Precizia măsurării lungimii săriturii constituie 1 cm. Totodată, copiilor li se oferă trei încercări, cu fixarea celui mai bun rezultat înregistrat.

• **Ridicarea trunchiului din culcat dorsal în 30 sec (nr. de rep.)** Acest test motrice, conform rezultatelor obținute la măsurare, ne permite să determinăm starea capacităților de forță-viteză ale copiilor. Testarea se realizează în condițiile standard ale sălii de sport, conform următoarei metodici: în sala de sport, pe salteaua de gimnastică, elevul ia poziția culcat pe spate, mâinile la ceafă, iar picioarele – drepte, fixate de glezne de un elev; la comanda examinatorului, se include cronometrul și elevul repede ridică trunchiul înainte, atinge cu brațele femurul picioarelor și revine în poziția inițială, atingând cu omoplații salteaua. Astfel, examinatorul calculează numărul de aplecări ale corpului înainte, executate corect din punct de vedere tehnic în 30 sec.

• **Aplecare înainte din stând pe banca de gimnastică (cm):** din poziția stând pe banca de gimnastică, picioarele împreună, se îndeplinește aplecarea trunchiului, neîndoind picioarele în regiunea genunchilor, iar mâinile se întind, la fel, în jos la maximum. Măsurarea se face de la marginea băncii de gimnastică până la degetul mijlociu al mâinilor cu ajutorul riglei. Dacă la aplecare degetele nu ajung la marginea băncii de gimnastică, atunci valoarea supleței se notează cu semnul „—” (nivel jos de dezvoltare a supleței generale a corpului), dacă se coboară mai jos de marginea băncii de gimnastică – cu semnul „+” (nivel bun de dezvoltare a supleței generale a corpului).

• **Flotări din sprijin culcat cu mâinile pe banca de gimnastică (nr. de rep.):** exercițiul se îndeplinește din poziția culcat, sprijin cu mâinile pe banca de gimnastică la lățimea umerilor. Totodată, corpul este întins, iar picioarele drepte se sprijină cu degetele în podea. În timpul flotărilor nu se admite extensia corpului în regiunea bazinului. Este valid acel număr de flotări executate corect, dacă executantul la îndoirea mâinilor a atins ușor cu pieptul banca de gimnastică, iar la dezdoire mâinile nu sunt îndoite în articulația coatelor. Testele pedagogice de control au fost efectuate în conformitate cu cerințele pentru acest tip de cercetare [66, 138].

3. Teste pentru determinarea schimbărilor caracteristicilor psihopedagogice ale copiilor și părinților

1. În analiza **potențialului educațional al familiei** a fost utilizat un studiu dezvoltat în baza materialelor din ghidurile lui Шептенко П., Воронина Г. [203] și Овчарова Р. [187]. Acest lucru a făcut posibilă determinarea numărului de familii cu potențial educațional diferit în grupa experimentală și în grupa martor (*Anexa 3*).

2. Pentru studierea **stilurilor educaționale în familie** s-a aplicat versiunea adaptată a chestionarului autorilor Варга А. și Столин В. [162] (*Anexa 10*), determinând structura relațiilor

familiale. Dintre cele cinci scale ale chestionarului, două reflectă imaginea socială a relației părinților cu copilul („cooperarea” și „acceptarea”), în timp ce celelalte, dimpotrivă, reflectă imaginea nedorită din punct de vedere social a relației părinților cu copilul.

Metoda statisticomatematică de prelucrare a rezultatelor experimentului. Materialul de cercetare a fost prelucrat folosind un pachet de softwear special și verificat pentru semnificația statistică. Au fost determinați următorii indicatori: media aritmetică (\bar{X}), abaterea standard, eroarea standard a mediei ($\pm m$), semnificația diferențelor dintre medii (criteriul t-Student). Variabilitatea diferențelor a fost considerată semnificativă la nivelul de semnificație de 95% ($P < 0,05$) în conformitate cu criteriului t-Student.

1. Media aritmetică este o cantitate fictivă, care aproximează un centru spre care și în jurul căruia gravitează datele provenite dintr-o măsurare reală. Aproximația este cu atât mai bună, cu cât extremele sunt mai apropiate între ele. Ea reprezintă suma valorilor individuale împărțită la numărul de cazuri, după formula:

$$\bar{X} = \frac{\sum_{i=1}^n x_i}{n}$$

unde: \bar{X} - media aritmetică; (2.1)

\sum - suma valorilor individuale;

i - indexul de sumare;

x_i - fiecare rezultat de măsurare;

n - număr de subiecți.

2. Abaterea standard este un număr fictiv, care aproximează măsura în care rezultatele (unui șir de măsurători reale) se împrăștie în jurul valorii centrale, după formula:

$$\sigma = \sqrt{\frac{\sum_{i=1}^n (x_i - \bar{X})^2}{n - 1}}$$
(2.2)

Cu cât abaterea este mai mică, cu atât valoarea parametrilor tendinței centrale este mai reprezentativă.

3. Eroarea mediei (m) se calculează după formula:

$$\pm m = \frac{\sigma}{\sqrt{n}}$$
(2.3)

unde: $\pm m$ - abaterea standard a valorii medii;

σ - abatere standard;

n - număr de subiecți.

4. Coeficientul de variabilitate este aproximarea procentuală a câtului dintre abaterea standard și media aritmetică:

$$Cv_i = \frac{\sigma}{\bar{X}} \cdot 100\% \quad (2.4)$$

5. Coeficientul de corelație după metoda Breave-Pearsons:

$$r = \frac{\sum_{i=1}^n (x_i - \bar{X}) \cdot (y_i - \bar{Y})}{n \cdot \sigma_x \cdot \sigma_y} \quad (2.5)$$

unde: r – coeficientul de corelație;

i – indicele de sumare;

n – numărul de cazuri;

x_i ; y_i – rezultatul de calcul al fiecărei coloane;

\bar{X} ; \bar{Y} - media aritmetică;

σ_x ; σ_y – media pătratică a abaterii standard.

6. Semnificația statistică a diferenței dintre medii s-a calculat cu ajutorul criteriului *t - Student*, pentru grupele dependente:

$$t_{\text{calcul}} = \frac{|\bar{X}_1 - \bar{X}_2|}{\sqrt{m_1^2 + m_2^2 - 2 \cdot r \cdot (m_1 \cdot m_2)}} \quad \text{pentru } f = n - 1 \quad (2.6)$$

unde: x_1 – media aritmetică a primului grup;

x_2 – media aritmetică a celui de-al doilea grup;

m_1 – eroarea mediei primului grup;

m_2 – eroarea mediei celui de-al doilea grup;

r – coeficientul de corelație;

f – numărul gradelor de libertate;

n – numărul de cazuri.

7. Testul t Student pentru grupele independente:

$$t_{\text{calcul}} = \frac{|\bar{X}_1 - \bar{X}_2|}{\sqrt{m_1^2 + m_2^2}} \quad m_1 = \frac{\sigma_1}{\sqrt{n_1}}; \quad m_2 = \frac{\sigma_2}{\sqrt{n_2}} \quad , \text{ pentru } f - 2 \quad (2.7)$$

unde: x_1 – media aritmetică a primului grup;

x_2 – media aritmetică a celui de-al doilea grup;

m_1 – eroarea mediei primului grup;

m_2 – eroarea mediei celui de-al doilea grup.

Parametrul „ t ” este cu atât mai mare, cu cât diferența dintre medii este mai mare și cu cât abaterile standard ale șirurilor respective sunt mai mici [143, 167, 179].

Când „ t ” calculat este mai mare decât o valoare „ t ” tabelată (tabela lui Fischer), în funcție de gradul de libertate ($f = n_1 + n_2 - 2$) și pragul de semnificație, atunci ipoteza de nul (a diferenței întâmplătoare dintre medii) se infirmă. Rezultă o probabilitate acceptabilă că mediile celor două eșantioane diferă semnificativ.

Organizarea cercetării

Cercetările relevate în capitolele 1, 2 și 3 au fost desfășurate pe parcursul anilor 2016 - 2019 în trei etape, prezentate mai jos:

În cadrul **primei etape**, de cercetare preliminară (2016-2017), a fost efectuată analiza literaturii științifico-metodice și a celei de specialitate la tema cercetării, ceea ce ne-a permis să avem o imagine reală despre interacțiunea școlii și familiei în educația fizică a elevilor de vârstă școlară mică.

Etapa a II-a, de constatare (2017-2018), a presupus elaborarea chestionarului, desfășurarea sondajului sociologic și organizarea experimentului constatativ. *Chestionarea sociologică* sub formă de anchetă a cuprins 265 elevi și 265 părinți din școlile Rădeni, Romanești, Micăuți și Codreanca.

Experimentul de constatare s-a desfășurat pe un eșantion de 265 elevi ai claselor primare (132 băieți și 133 fete) din școlile Rădeni, Romanești, Micăuți și Codreanca și a urmărit:

- analiza indicatorilor de sănătate, dezvoltare și pregătire fizică a copiilor de vârstă școlară mică efectuate în baza studiului și analizei fișelor medicale;
- studiul atitudinii părinților și a copiilor de vârstă școlară mică față de educația fizică și stilul de viață sănătos, prin care am determinat principalele probleme cu care se confruntă părinții și elevii în educația fizică atât în școală, cât și în familie;
- determinarea potențialului educațional al familiei privind cultivarea valorilor educației fizice la copii.

Cu scopul creării unui mediu benefic pentru formarea și consolidarea sănătății și al unei organizări eficiente a procesului instructiv-educativ și a educației fizice în mediul familial, a fost elaborat modelul pedagogic de interacțiune a școlii și familiei în educația fizică a elevilor de vârstă școlară mică și configurată programa pedagogică experimentală de interacțiune a școlii și familiei în educația fizică a elevilor de vârstă școlară mică, implementarea cărora poate contribui la formarea personalității copilului, la dezvoltarea capacităților sale individuale, la atragerea spre

un mod de viață sănătos, la formarea de competențe privind sistemul de educație fizică, la educarea interesului și deprinderilor constante pentru exercițiile fizice sistematice.

În cadrul **etapei a III-a**, finale (2018-2019), s-a realizat experimentul pedagogic de bază, în condițiile Gimnaziului Rădeni, raionul Strășeni. Pentru realizarea experimentului s-au organizat două grupe experimentale de elevi din clasele a IV-a (grupa experimentală: băieți - 11; fete - 11; grupa martor: băieți - 11; fete - 11) și părinții acestora. Astfel, au fost întreprinse următoarele acțiuni:

- evaluarea eficienței programei pedagogice experimentale de interacțiune a școlii și familiei în educația fizică a elevilor de vârstă școlară mică;
- evaluarea stării de sănătate, a dezvoltării, a pregătirii fizice și a reușitei școlare a elevilor de vârstă școlară mică;
- determinarea stilului educațional în cadrul familiilor din grupele participante la experiment.

Totodată, au fost puse în aplicare chestionarul pentru părinți, ca să cunoaștem opiniile lor referitoare la cercetarea noastră și chestionarea elevilor din grupele experimentală și martor, în scopul identificării atitudinilor lor față de educația fizică (vezi Anexele 1 și 2).

La sfârșitul experimentului, au fost efectuate teste repetate, chestionări ale părinților, conversații cu copiii din grupele martor și experimentală. Totodată, copiii din grupa experimentală, în decursul anului școlar, au fost instruiți în baza programei tradiționale, dar și în baza celei experimentale de interacțiune a școlii și familiei în educația fizică a elevilor de vârstă școlară mică, iar grupa martor doar în baza celei tradiționale.

2.2. Dinamica de vârstă a nivelului dezvoltării fizice și pregătirii motrice a elevilor de vârstă școlară mică

În consens cu ideile teoretice formulate anterior, extrem de importantă este întărirea rezistenței organismului uman la condițiile nefavorabile sociale, economice și de mediul ecologic, care contribuie la îmbunătățirea capacității de muncă, la formarea, păstrarea și fortificarea sănătății, fapt care este imposibil fără organizarea activităților fizice și motrice corespunzătoare [90, 91].

Este necesar de acordat o atenție deosebită dezvoltării activității motrice a tinerei generații, și anume a copiilor, a căror sănătate în perspectivă afectează starea întregii societăți. Trebuie să menționăm că activitatea motrice a copiilor este o necesitate biologică importantă pentru organismul în formare. Activitatea musculară limitată nu numai că reține dezvoltarea funcțională a organismului, dar, drept consecință, în etapele ulterioare de vârstă, copilul însușește cu dificultate sau, în general, nu poate poseda aptitudini vitale motrice [65, 66].

Pentru perioada școlară respectivă este caracteristic un ritm accelerat de dezvoltare și

pregătire fizică, în comparație cu generațiile anterioare, precum și modificarea pronunțată, la această vârstă, a potențialului somatic al elevilor [96, p.315]. Dezvoltarea fizică se definește ca fiind rezultatul, precum și acțiunea îndreptată spre influențarea creșterii corecte și armonioase a organismului uman. Organismul uman crește până la o anumită vârstă, dar această dezvoltare poate fi influențată prin practicarea exercițiilor fizice. Educația fizică acționează asupra organismului uman printr-o metodologie specială, pentru asigurarea unei dezvoltări armonioase la diferite vârste [30, p.52].

Pentru aprecierea eficacității experimentului pedagogic de constatare, toți elevii au fost testați la o serie de indicatori, a căror maximă semnificație este argumentată de cercetătorii din domeniu [32, 62, 93, 97, 124, 173].

Potrivit numeroaselor studii realizate de cercetătorii autohtoni Maistrenco G. [90], Cobâleanu Z., Ciobanu S. [91], Guțul A. [72], aproximativ 75% dintre copiii de vârstă școlară mică au grave probleme de sănătate. Copiii sănătoși din această categorie de vârstă reprezintă 10-12%, aproximativ 40% dintre copii suferă de boli cronice, de boli ale sistemului cardiovascular și ale aparatului locomotor, care progresează rapid. În acest sens, este necesar un diagnostic modern, cu aplicarea unor măsuri preventive.

Astfel, am realizat un studiu în care au fost încadrați elevi de vârstă școlară mică (133 de fete, 132 de băieți) din școlile generale din localitățile raionului Strășeni: Gimnaziul Rădeni, Școala medie din Codreanca, Gimnaziul „Valentin Slobozenco” din Micăuți și Liceul Teoretic din Romanеști.

În baza măsurătorilor antropometrice, a testării pedagogice, precum și a diagnosticării indicatorilor de dezvoltare a abilităților de viteză și de coordonare a mișcărilor, a calităților: forță-viteză, mobilitate, rezistență a mușchilor corpului, forța brațelor, suplețea, a fost identificat nivelul de dezvoltare fizică și pregătire fizică a elevilor de vârstă școlară mică (Tabelele 2.1 și 2.2).

Analizând valorile taliei copilului, ținem să menționăm că indicele respectiv își păstrează aceleași valori; prin urmare, pentru băieții din clasa I înălțimea medie a constituit $123,98 \pm 2,16\text{cm}$, iar la fete - $123,20 \pm 2,36\text{cm}$; în clasa a II-a, băieții - $130,27 \pm 3,19\text{cm}$ și fetele - $127,02 \pm 3,39\text{cm}$ și în clasa a III-a, băieții - $134,34 \pm 2,77\text{cm}$, iar fetele - $136,09 \pm 3,90\text{cm}$. Trebuie remarcat faptul că creșterea taliei la fetele din clasa a III-a a fost mai pronunțată decât la băieți.

Unul dintre cei mai importanți indicatori ai dezvoltării fizice este masa corporală. Acest indicator antropometric la băieții din clasa I a fost, în medie, de $23,27 \pm 2,36\text{kg}$, iar la fete a fost mai mic și a constituit $22,96 \pm 2,36\text{kg}$. La elevii din clasa a II-a, masa corporală, în comparație cu cea a elevilor clasei I, a fost mai mare: la băieți - $27,64 \pm 3,80\text{kg}$, iar la fete valoarea medie a

constituit $25,43 \pm 2,36$ kg. La fel, o creștere semnificativă a greutateii s-a observat la elevii clasei a III-a, constituind, la băieți $29,98 \pm 2,05$ kg și la fete $29,93 \pm 1,85$ kg. Analizând evoluția masei corporale a băieților și fetelor de vârstă școlară mică, observăm că nu au fost înregistrate mari diferențe.

Cu privire la examinarea circumferinței toracice, s-a observat o ușoară creștere a acestui indicator atât la băieții, cât și la fetele, din clasele I - a III-a. Astfel, în clasa I mărimea perimetrului toracic era egală cu $62,66 \pm 1,64$ cm, în clasa a III-a – cu $66,14 \pm 2,88$ cm, iar la fete, respectiv, cu $62,25 \pm 1,34$ cm și $64,66 \pm 1,85$ cm.

Prin urmare, principalii indicatori ai dezvoltării fizice (înălțimea, greutatea și ECT) la elevii din clasele I – a III-a au tendință de creștere, și acest fapt reflectă procesele de creștere și dezvoltare fizică ale copiilor, precum și caracteristicile individuale ale dezvoltării lor fizice. În Figurile 2.1 și 2.2 este ilustrată reprezentarea grafică a indicilor antropometrici ai elevilor.

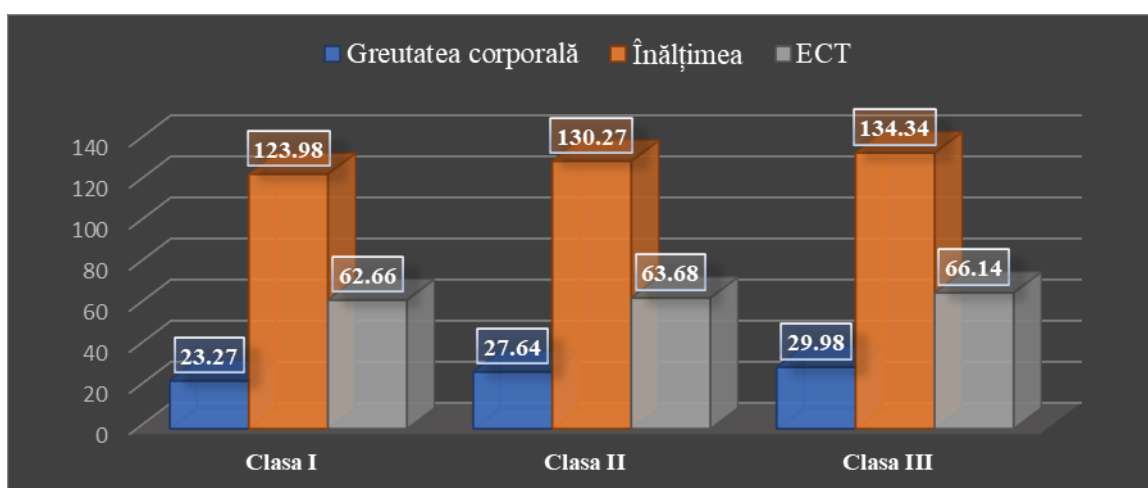


Fig. 2.1. Reprezentarea grafică a dinamicii de vârstă a indicilor antropometrici ai elevilor de vârstă școlară mică (băieți)

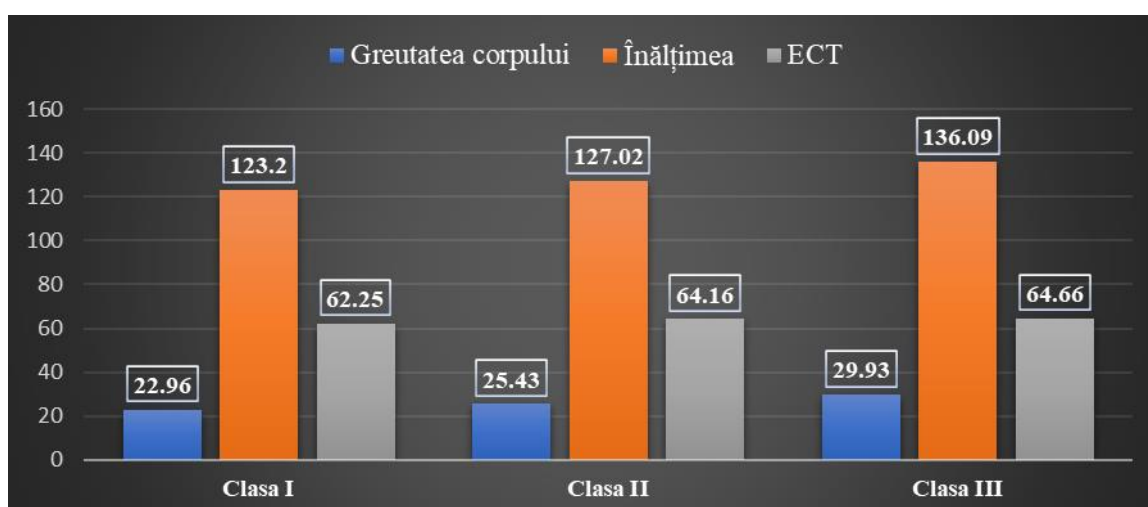


Fig. 2.2. Reprezentarea grafică a dinamicii de vârstă a indicilor antropometrici ai elevilor de vârstă școlară mică (fete)

Pentru a aprecia componenta fizică de dezvoltare la elevii de vârstă școlară mică, este necesar a determina și nivelul pregătirii fizice.

În cazul nostru, determinarea nivelului pregătirii fizice a elevilor din ciclul primar a avut loc prin teste motrice, prevăzute de programa școlară, după cum urmează:

- Alergare de suveică 3x10m (sec);
- Săritura în lungime de pe loc (cm);
- Ridicarea trunchiului din culcat dorsal în 30 sec (nr.de rep.);
- Aplecare înainte din stând pe banca de gimnastică (cm);
- Flotări din sprijin culcat cu mâinile pe banca de gimnastică (nr.de repetări) / tracțiuni în brațe la bara fixă [48, p.130].

Analizând indicii capacității de viteză, „alergare de suveică 3x10m”, la băieții claselor I - a III-a, s-a constatat că rezultatele au fost la un nivel mediu $9,74 \pm 0,12$ sec și $9,36 \pm 0,08$ sec; astfel, observăm o tendință de îmbunătățire a rezultatelor la băieții din clasa a II-a, $9,42 \pm 0,08$ sec. La fete, mărimile indicilor testați, de asemenea, sunt în creștere de la o vârstă la alta, respective, de la $9,99 \pm 0,11$ sec în clasa I, la $9,64 \pm 0,11$ sec în clasa a II-a și până la $9,38 \pm 0,08$ sec în clasa a III-a.

La proba „săritura în lungime de pe loc”, indicii înregistrați la băieții din clasele I - a III-a au fost la un nivel mediu, $125,45 \pm 5,14$ cm și $133,75 \pm 5,03$ cm. În clasa a III-a, indicii s-au îmbunătățit substanțial, constituind $144,61 \pm 7,29$ cm. Și la fete observăm o dinamică pozitivă de la o clasă la alta a indicilor obținuți, creșterile lor fiind diverse după mărimi de la un caz la altul, și variază de la $117,07 \pm 4,62$ cm pentru clasa I, $131,39 \pm 3,29$ cm pentru clasa a II-a și $129,86 \pm 6,68$ cm pentru clasa a III-a.

Pentru indicii ce caracterizează dezvoltarea capacităților de forțăviteză și a rezistenței, de asemenea, este caracteristică o creștere la băieții din clasele I și a II-a ($13,93 \pm 1,13$ și, respectiv $17,39 \pm 1,54$), iar în clasa a III-a nivelul de pregătire este unul mediu și constituie $17,70 \pm 1,54$. La fete, mărimile indicilor testați, deși sunt mai mici decât la băieți, de asemenea, sunt în creștere de la o vârstă la alta, respectiv, de la $12,80 \pm 1,23$ în clasa I până la $16,23 \pm 1,34$ în clasa a III-a. Mobilitatea colanei vertebrale a fost evaluată prin proba „aplecare înainte din stând pe banca de gimnastică”. Ca și la celelalte probe aplicate în testarea elevilor încadrați în cercetare, observăm și aici o creștere a rezultatelor obținute de la o clasă la alta. La băieți s-a obținut o creștere a valorilor de la $1,64 \pm 0,72$ cm în clasa I, $3,61 \pm 0,82$ cm în clasa a II-a și $5,11 \pm 1,13$ cm în clasa a III-a. La fete, valorile indicilor testați au fost mai mari decât la băieți, respectiv, de la $2,38 \pm 0,72$ cm în clasa I, $4,57 \pm 0,92$ cm în clasa a II-a și de $6,25 \pm 1,44$ cm în clasa a III-a.

Pentru indicii ce caracterizează dezvoltarea capacităților de forță a brațelor, e necesar de evidențiat neuniformitatea creșterii valorilor înregistrate de la o clasă la alta. Indicii înregistrați la băieții din clasa I au fost la un nivel înalt, constituind $7,95 \pm 1,03$ repetări, în clasa a II-a la un

nivel mediu-înalt, conform tabelului de diagnosticare – $7,91 \pm 1,03$ repetări, și în clasa a III-a, băieții au susținut proba „tracțiuni în brațe la bara fixă”, obținând un rezultat la nivel mediu ($3,40 \pm 0,98$). La fete, valorile indicilor testați la proba „flotări” sunt un pic mai mari decât la băieți și, de asemenea, sunt în creștere de la o vârstă la alta, respectiv, de la $6,71 \pm 0,92$ în clasa întâi până la $8,77 \pm 1,13$ în clasa a III-a.

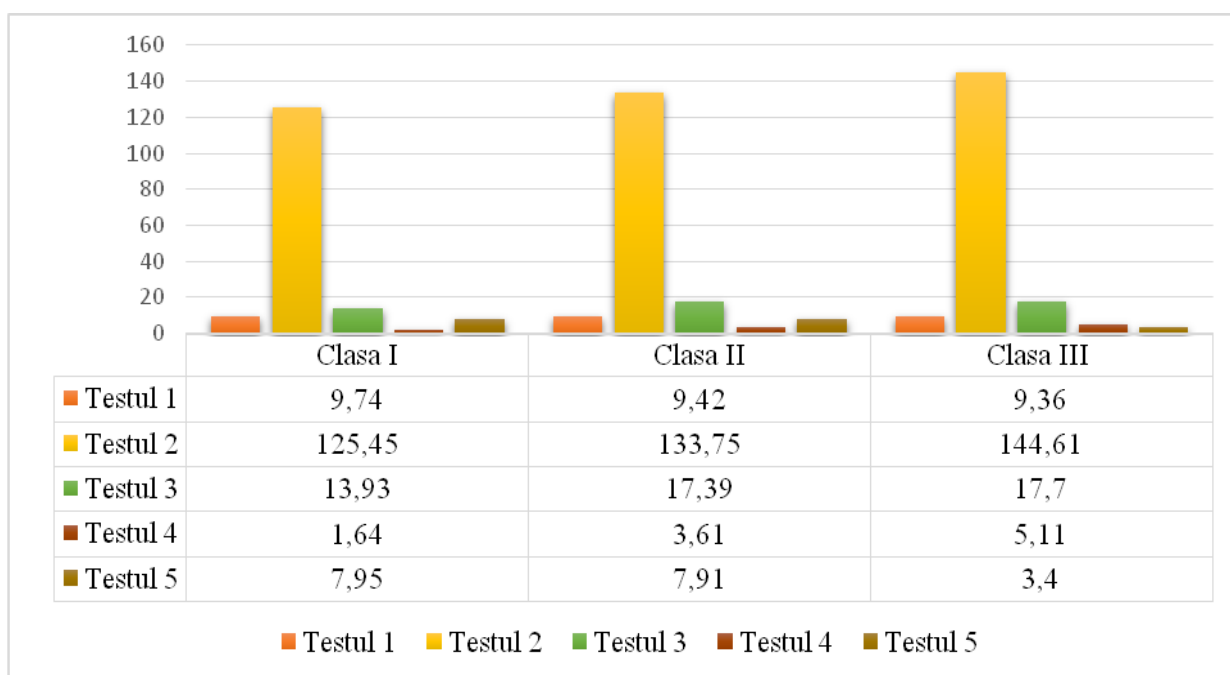
Tabelul 2.1 Dinamica indicilor dezvoltării și pregătirii fizice a elevilor claselor primare pe parcursul anului școlar (băieți, n=132)

Nr. crit.	INDICATORI	Elevii de vârstă școlară mică din localitățile Rădeni, Romanești, Micăuți, Codreanca		
		Băieți $X \pm m$		
		Clasa I n=44	Clasa a II-a n=44	Clasa a III-a n=44
I	Dezvoltarea fizică			
1	Înălțimea (cm)	123,98± 2,16	130,27±3,19	134,34±2,77
2	Greutatea (kg)	23,27±2,36	27,64±3,80	29,98±2,05
3	ECT (cm)	62,66±1,64	63,68±2,16	66,14±2,88
II	Pregătirea fizică			
1	Alergare de suveică 3x10m (sec)	9,74±0,12	9,42±0,08	9.36±0,08
2	Săritura în lungime de pe loc (cm)	125,45±5,14	133,75±5,03	144,61±7,29
3	Ridicarea trunchiului din culcat dorsal în 30 sec (nr.de rep.)	13,93±1,13	17,39±1,54	17,70±1,54
4	Aplecare înainte din stând pe banca de gimnastică (cm)	1,64±0,72	3,61±0,82	5,11±1,13
5	Tracțiuni în brațe la bara fixă (nr.de repetări)	7,95±1,03	7,91±1,03	3,40±0,98

Tabelul 2.2. Dinamica indicilor dezvoltării și pregătirii fizice a elevilor claselor primare pe parcursul anului școlar (fete, n=133)

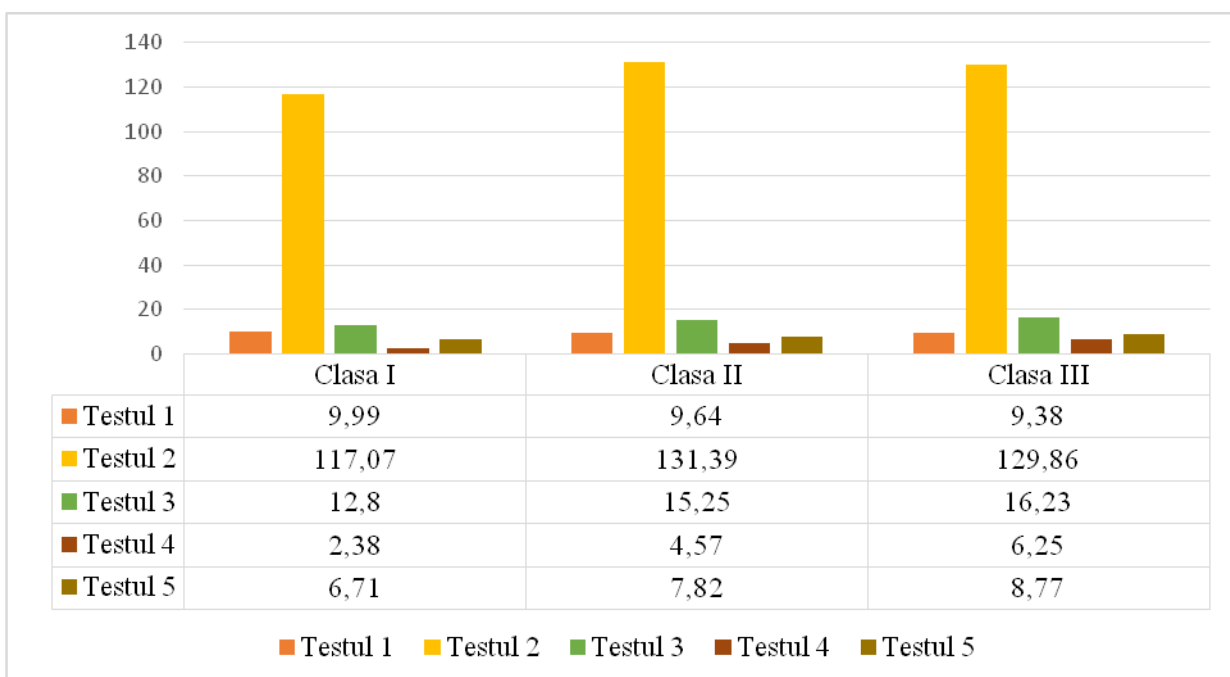
Nr. crit.	INDICATORI	Elevii de vârstă școlară mică din localitățile Rădeni, Romanești, Micăuți, Codreanca		
		Fete $X \pm m$		
		Clasa I n=45	Clasa a II-a n=44	Clasa a III-a n=44
I	Dezvoltarea fizică			
1	Înălțimea (cm)	123,20±2,36	127,02±3,39	136,09±3,90
2	Greutatea (kg)	22,96±2,36	25,43±2,36	29,93±1,85
3	ECT (cm)	62,25±1,34	64,16±1,64	64,66±1,85
II	Pregătirea fizică			
1	Alergare de suveică 3x10m (sec)	9,99±0,11	9,64±0,11	9,38±0,08
2	Săritura în lungime de pe loc (cm)	117,07±4,62	131,39±3,29	129,86±6,68
3	Ridicarea trunchiului din culcat dorsal în 30 sec (nr.de rep.)	12,80±1,23	15,25±1,64	16,23±1,34
4	Aplecare înainte din stând pe banca de gimnastică (cm)	2,38±0,72	4,57±0,92	6,25±1,44
5	Flotări din sprijin culcat cu mâinile pe banca de gimnastică (nr.de rep.)	6,71±0,92	7,82±0,62	8,77±1,13

Pe Figurile 2.3 și 2.4 sunt prezentați indicii aptitudinilor motrice la elevii de vârstă școlară mică supuși cercetării.



Notă: Testul 1: Alergare de suveică 3x10m (sec); Testul 2: Săritura în lungime de pe loc (cm); Testul 3: Ridicarea trunchiului din culcat dorsal în 30 sec (nr. de rep.); Testul 4: Aplecare înainte din stând pe banca de gimnastică (cm); Testul 5: Tracțiuni în brațe la bara fixă (nr. de rep.).

Fig. 2.3 Realizarea normativelor corespunzătoare nivelului pregătirii motrice a băieților din clasele I – a III-a.



Notă: Testul 1: Alergare de suveică 3x10m (sec); Testul 2: Săritura în lungime de pe loc (cm); Testul 3: Ridicarea trunchiului din culcat dorsal în 30 sec. (nr. de rep.); Testul 4: Aplecare înainte din stând pe banca de gimnastică (cm); Testul 5: Flotări din sprijin culcat cu mâinile pe banca de gimnastică (nr. de rep.).

Fig. 2.4. Realizarea normativelor corespunzătoare nivelului pregătirii motrice a fetelor din clasele I – a III-a

Comparând rezultatele obținute cu normele prevăzute de programele școlare la educația fizică, putem menționa că nivelul pregătirii motrice atât la băieți, cât și la fete, este mediu, reflectând minimul cerințelor stipulate.

În studierea stării fizice a elevilor din clasele I-a – III-a, au fost identificate o serie de boli, (starea de sănătate este prezentată în Tabelul 2.3). În clasa I, 69 % din băieți au avut tulburări ale sănătății (boli ale aparatului respirator - 23%, parazitoze intestinale - 18%; boli endocrine, de nutriție și metabolism – 11%; miopii - 5%; nevroze - 7%; platipodie - 5%), în cazul fetelor această cotă a constituit 53 % (boli ale aparatului respirator - 18%; parazitoze intestinale - 13%; boli endocrine, de nutriție și metabolism - 9%; miopii - 11%; nevroze - 2%).

În clasa a II-a, 47% din băieți au avut anumite boli: (boli ale aparatului respirator - 14%, parazitoze intestinale - 18%; boli endocrine, de nutriție și metabolice – 11%; miopii - 2%; nevroze - 2%). În rândul fetelor, numărul cazurilor de îmbolnăviri a constituit 48% (boli ale aparatului respirator - 16%, parazitoze intestinale - 14%; boli endocrine, de nutriție și metabolice – 11%; miopii - 5%; nevroze - 2%).

În clasa a III-a a fost identificat un procent ridicat al îmbolnăvirilor: la băieți - 78% (boli ale aparatului respirator - 27%, parazitoze intestinale - 16%; boli endocrine, de nutriție și metabolice – 20%; miopii - 11%; nevroze - 2%; platipodie – 2%), la fete - 62% (boli ale aparatului respirator - 18%, parazitoze intestinale - 16%; boli endocrine, de nutriție și metabolice – 7%; miopia - 9%; nevroze - 5%; platipodie – 7%).

Tabelul 2.3. Starea fizică de sănătate a elevilor claselor primare pe parcursul anului școlar (%)

N. crt.	INDICATORI	Elevii de vârstă școlară mică din localitățile Rădeni, Romanești, Micăuți, Codreanca					
		Fete (n=133) X ± m			Băieți (n=132) X ± m		
		Clasa I	Clasa a II-a	Clasa a III-a	Clasa I	Clasa a II-a	Clasa a III-a
1	Boli ale aparatului respirator	18	16	18	23	14	27
2	Parazitoze intestinale	13	14	16	18	18	16
3	Boli endocrine, de nutriție și metabolice	9	11	7	11	11	20
4	Miopii	11	5	9	5	2	11
5	Nevroze	2	2	5	7	2	2
6	Platipodie	-	-	7	5	-	2
	Total îmbolnăviri (%)	53	48	62	69	47	78

Conform datelor noastre, în medie, la elevii din clasele primare îmbolnăvirile au constituit 60%. În cazul elevilor din clasa a III-a s-a înregistrat cel mai înalt nivel al

îmbolnăvirilor (70%), comparativ cu cei din clasa I (61,5%). Trebuie remarcat faptul că băieții cu afecțiuni sunt într-un număr mai mare (64,6%) decât fetele (54,3%).

În acest sens, toți elevii de vârstă școlară mică au fost împărțiți în cinci grupe de sănătate, după cum urmează în Tabelul 2.4.

Tabelul 2.4. Distribuția elevilor de vârstă școlară mică conform grupelor de sănătate

Grupa de sănătate	Elevii de vârstă școlară mică					
	Clasa I		Clasa a II-a		Clasa a III-a	
	Nr. elevi	%	Nr. Elevi	%	Nr. elevi	%
Grupa I – copii sănătoși	80	90	79	90	77	87
Grupa a II-a – copii sănătoși, cu devieri morfofuncționale și rezistență scăzută	5	6	7	8	6	7
Grupa a III-a – copii bolnavi în perioada de compensare	4	4	2	2	5	6
Grupa a IV-a – bolnavi în perioada de subcompensare	-	-	-	-	-	-
Grupa a V-a – bolnavi în perioada de decompensare	-	-	-	-	-	-
Total	89	100	88	100	88	100

Astfel, în baza rezultatelor obținute, am constatat că indicatorii ce se referă la starea de sănătate sunt direct proporționali cu indicatorii de pregătire motrice.

Analizând toate datele studiului preliminar, putem menționa că acestea corespund materialelor prezentate în lucrarea lui Давыдов В. [165, p.18], în care se menționează că aproximativ 75% dintre copiii de vârstă școlară mică au probleme grave de sănătate. Aproximativ 40% dintre copii suferă de boli cronice și, în ultimul timp, progresează bolile sistemului respirator, cardiovascular și ale aparatului locomotor, cauzate în mare parte de lipsa de activitate fizică.

Concluzionând, putem afirma că starea morfofuncțională și motrice generală a elevilor de vârstă școlară mică poate fi îmbunătățită semnificativ prin aplicarea metodologiei și a tehnicilor speciale ale educației fizice, prin implicarea profesorilor și a părinților în activități de educație fizică atât la școală, cât și în cadrul familiei.

În acest sens, analizând rezultatele înregistrate la indicii ce definesc nivelul de pregătire fizică, s-a constatat, în mod experimental, că elevii de vârstă școlară mică, nu ating valorile indicate la niciunul dintre parametrii testați, fapt ce influențează și gradul de morbiditate la copii.

Intensificarea procesului de învățământ la școală și supraîncărcarea, precum și alte

motive conduc la o scădere a volumului de activități fizice, la creșterea cazurilor de îmbolnăviri, precum: boli ale aparatului respirator, boli endocrine, de nutriție și metabolice, boli ale sistemului osteoarticular, ale mușchilor și țesutului conjunctiv și alte probleme de sănătate la copii. Prin urmare, anume astăzi este necesar să se optimizeze regimul motrice al copiilor de vârstă școlară mică, ținând cont de condiția lor fizică.

2.3 Aprecierea atitudinii părinților și a elevilor de vârstă școlară mică față de educația fizică și modul de viață sănătos

Cercetările autorilor [78, 95, 178, 183] denotă faptul că atitudinea părinților elevilor față de lecțiile de educație fizică este una ambiguă. Unii dintre ei au o atitudine negativă față de educația fizică, considerând că lecțiile de educație fizică fie sunt inutile, fie sunt prea puține (două lecții pe săptămână) pentru a avea un impact pozitiv asupra stării de sănătate. Totuși majoritatea părinților sunt unanimi în opinia că educația fizică este foarte utilă și joacă un rol pozitiv în consolidarea și menținerea sănătății oamenilor și a tinerei generații.

Totodată, trebuie să menționăm că nu a fost studiată suficient atitudinea copiilor de vârstă școlară mică față de educația fizică. De aceea, am efectuat cercetări prin interviuarea elevilor de vârstă școlară mică în baza unui chestionar special conceput (Anexa 2). Chestionarea s-a desfășurat în cadrul a patru școli din localitățile rurale ale raionului Strășeni. În total au fost chestionați 265 de elevi și părinții lor, cu vârsta cuprinsă între 25 și 40 de ani (93,2%). Jumătate dintre părinți au studii superioare (48,45%), ceilalți - medii și medii speciale.

În ceea ce privește răspunsurile la întrebarea „Considerați importante lecțiile de educație fizică?”, putem observa că majoritatea elevilor chestionați au dat răspunsuri afirmative (95%) și au menționat că frecventează lecțiile de educație fizică, manifestând interes, în timp ce 5% au o atitudine indiferentă față de educația fizică. Aceștia sunt copii cu o sănătate precară și cu unele dizabilități fizice grave: vedere slabă, obezitate, lipsa capacităților de coordonare. Din această cauză, deseori ei sunt reticenți să participe la lecțiile de educație fizică. Este posibilă schimbarea atitudinii lor prin adoptarea unei abordări individuale față de fiecare copil, astfel lecțiile de educație fizică vor deveni accesibile pentru fiecare elev de vârstă școlară mică.

În același timp, copiilor de vârstă școlară mică le sunt pe plac lecțiile, care se desfășoară sub formă de joc și activități motrice distractive. Acest lucru a fost indicat de majoritatea copiilor (74,34%). Dar copiii nu sunt împotriva practicării și a altor forme de exerciții fizice, ca: alergarea, schiul, mersul pe bicicletă, înotul și altele. Este interesant faptul că toți respondenții, fără excepție, au o opinie pozitivă despre profesorul de educație fizică și chiar au indicat de ce: pentru că este bun. Și este un lucru firesc, deoarece cel cu calități negative ar fi antipatic. De aici

și concluzia despre importanța căutării și selectării unui profesor de educație fizică competent, capabil să lucreze cu elevii de vârstă școlară mică.

Este apreciabil faptul că fiecare al doilea elev declară că este interesat de activitățile sportive. Cu toate acestea, răspunsurile oferite la întrebarea de control pun la îndoială acest lucru. Doar 14,78% au putut numi sportivi celebri din proba de sport care îi interesează. Este evident că interesul pentru sport la copii nu este încă rațional și stabil, ci mai curând declarativ. Fiecare al doilea își declară interesul pentru sport, dar doar 27,63% dintre respondenți practică sportul în secții sportive. Atunci când copiii, în mare parte, nu practică sportul, sunt suficiente două lecții de educație fizică pe săptămână. Dar acest fapt se dovedește a fi greșit, deoarece majoritatea copiilor (84,05%) au indicat că, pentru ei, două lecții pe săptămână sunt prea puține, și numai 15,95% declară că sunt suficiente. Evident, e destul pentru cei care frecventează secțiile sportive. Dar atunci apare întrebarea: de ce cei pentru care două lecții nu sunt suficiente nu frecventează secțiile sportive? Mai mult ca atât, elevilor care nu practică în mod suplimentar educația fizică și diverse activități sportive le este greu să facă față exercițiilor fizice și sarcinilor care sunt solicitate la ore. S-a dovedit că cei care nu reușesc să îndeplinească standardele educaționale reprezintă 33,07%, iar 66,93% au răspuns că se descurcă destul de bine cu sarcinile propuse.

Cu privire la răspunsurile date de subiecți la întrebarea „Părinții practică educația fizică și sportul?”, s-a constatat că au răspuns afirmativ 15,95% din numărul total de elevi, iar 84,05% au declarat că părinții nu practică sportul.

Totodată, fiecare al patrulea copil spune că părinții săi fac exerciții dimineața și îi învață și pe copii să o facă. La întrebarea „Mergeți cu părinții la plimbare, competiții, excursii turistice?”, 40,07% dintre copii au dat răspunsuri afirmative, menționând faptul că plimbările cu părinții sunt benefice pentru personalitatea lor. Copiii își petrec cea mai mare parte a timpului în aer liber (81,32%), dedicând, în același timp, temelor pentru acasă mai puțin de o oră. Puțin peste jumătate dintre elevii de vârstă școlară mică (53,58%) sunt convingeți că cunosc regulile de igienă personală și urmează rutina zilnică, 10,94% din cei chestionați nu cunosc ce semnifică ele, iar ceilalți nu le respectă. Cu privire la întrebarea „Părinții vă cumpără echipament sportiv?”, majoritatea celor chestionați a menționat că are echipament sportiv acasă (71,32%), iar ceilalți nu au. Reflectarea grafică a răspunsurilor se poate observa pe Figura 2.5.

În baza rezultatelor înregistrate am constatat că elevii adoră lecțiile de educație fizică și cu plăcere participă la ore; le sunt pe plac în mod special activitățile de joc și cele dinamice; lecțiile de educație fizică de două ori pe săptămână nu sunt suficiente pentru ei; un număr mic de elevi frecventează secțiile sportive; majoritatea nu face gimnastică matinală și, respectiv, nu fac față standardelor curriculare ale educației fizice școlare.

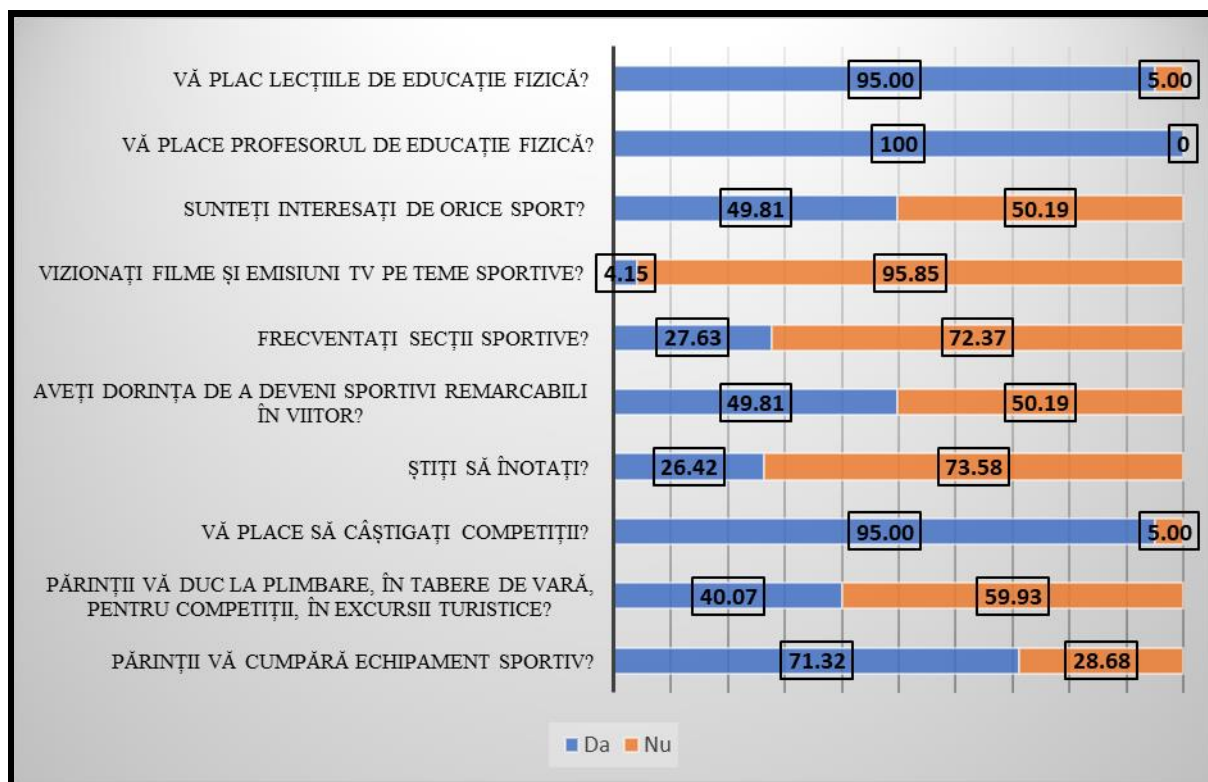


Fig. 2.5. Repartizarea răspunsurilor oferite de elevii de vârstă școlară mică referitor la importanța educației fizice (%)

Este important a menționa că părinții joacă rolul principal în educarea copiilor de vârstă școlară mică, anume ei trebuie să fie cei care le cultivă copiilor dragostea pentru activitățile fizice și sport. Sondajul realizat în rândul părinților a demonstrat următoarele: aproximativ 12,83% dintre respondenți nu au putut evalua starea de sănătate a copilului lor, aproape același număr (12,83%) apreciază sănătatea copilului ca fiind bună, 70,19% nu sunt mulțumiți de sănătatea copiilor lor, lucru confirmat de rezultatele cercetărilor noastre, prezentate mai sus.

În acest sens, majoritatea părinților (79,25%) sunt siguri că educația fizică contribuie la menținerea și fortificarea stării de sănătate a copiilor, ceilalți au alte păreri, reprezentând aproape o cincime din respondenți. Cu toate acestea, în practică, lucrurile sunt diferite, fiecare al cincilea părinte (20%) se implică în activități de educație fizică a copiilor săi, iar ceilalți, majoritatea (80%), se implică în zilele de duminică sau în vacanțe. 93 de părinți, ceea ce reprezintă 35,09%, au menționat că nu se implică în educația fizică a copiilor. Totodată, 46,69% dintre respondenți au afirmat că anume profesorii de educație fizică sunt acei factori de decizie, care ar trebui să atragă copiii în practicarea exercițiilor fizice. Este adevărat totuși că fiecare al treilea este convins că această activitate trebuie tratată în comun atât de părinți, cât și de profesori, 10,19% consideră că copiii vor lua singuri deciziile la momentul potrivit. Aceasta este o confirmare a faptului că nu toți părinții sunt convinși de beneficiile educației fizice și că nivelul de cunoștințe din domeniul educației fizice este unul scăzut.

Părinții sunt o autoritate de necontestat pentru copii, de aceea, dacă ei nu practică exercițiile fizice independent (mai mult de jumătate - 54,47%) și nu au un mod sănătos de viață (84,53%), atunci acest lucru nu poate fi cerut nici de la copii.

Acei părinți care sunt convingși de beneficiile educației fizice prefer o anumită formă de activitate fizică, practică antrenamentele individuale (38,87%), fiecare al treilea ar dori să practice activități sportive în cadrul unui cerc sau club sportiv (33,21%) și doar fiecare al cincilea (20%) ar alege antrenamentele în cadrul secțiilor sportive.

Nu este surprinzător faptul că la întrebarea: „Doriți ca copilul dvs. să practice sportul în viitor?”, 59,62% dintre subiecți au răspuns „nu” și doar 30,19% dintre părinți au afirmat că doresc ca copilul să practice sportul în viitor. Atitudinea față de lecțiile de educație fizică este diferită: majoritatea absolută (82,49%) a părinților consideră că lecțiile de educație fizică la școală sunt extrem de necesare, iar ceilalți (17,51%) nu sunt siguri de necesitatea lor. Este absolut evident că promovarea unui mod de viață sănătos trebuie să înceapă nu cu elevii, dar cu părinții lor.

În ceea ce privește răspunsurile la întrebarea „De ce nu practicați exercițiile fizice, dacă cunoașteți beneficiile lor?”, 53,96% au menționat că nu practică din cauza lipsei de timp liber, 38,49% dintre părinți afirmă că n-au cunoștințe necesare, iar 7,55 % au semnalat motive ca: lipsă de dorință, venit financiar mic, starea de sănătate precoce.

De asemenea, circa 46,79% dintre persoanele chestionate sunt convinse că principalul factor care influențează asupra educației fizice a elevilor de vârstă școlară mică sunt exercițiile fizice comune, 18,87% consideră că este nevoie de exemplul propriu și 34,34% dintre părinți s-au pronunțat pentru participarea la evenimentele sportive (Figura 2.6).

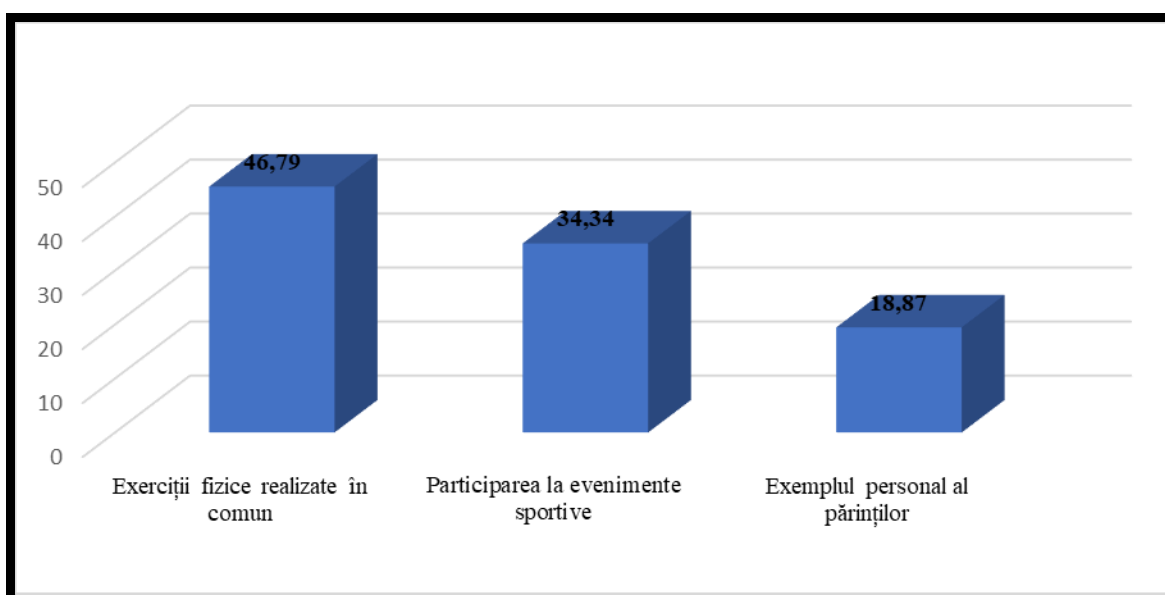


Fig. 2.6. Repartizarea răspunsurilor oferite de părinți referitor la factorii ce influențează asupra educației fizice a copilului

În practică, observăm că deseori părinții, nu doresc să se implice în activități de educație fizică a copiilor lor, iar ceea ce oferă școala, din păcate, nu este suficient. Astfel, apare o generație tânără cu multe probleme de sănătate, inaptă pentru muncă și pentru apărare. În același timp, este foarte important că majoritatea părinților (77,86%) sunt convinși că practicarea exercițiilor fizice și a diverselor activități sportive va contribui la îmbunătățirea stării de sănătate, la formarea voinței și a caracterului și la dezvoltarea armonioasă a copilului. Totuși unul din cinci părinți nu este convins de acest lucru, iar aproape 10% din respondenți consideră că practicarea activităților fizice interferează cu studiile.

Analizând răspunsurile la întrebarea: „Care sunt modalitățile și mijloacele de optimizare a educației fizice care va interesează pe dvs.?” (Figura 2.7), observăm că părinții își doresc să afle mai multe despre activitățile de educație fizică în familie, despre metodele de călire a organismului uman, tehnici de alergare și mers pe jos, iar celelalte modalități de optimizare sunt mai puțin semnificative pentru ei.

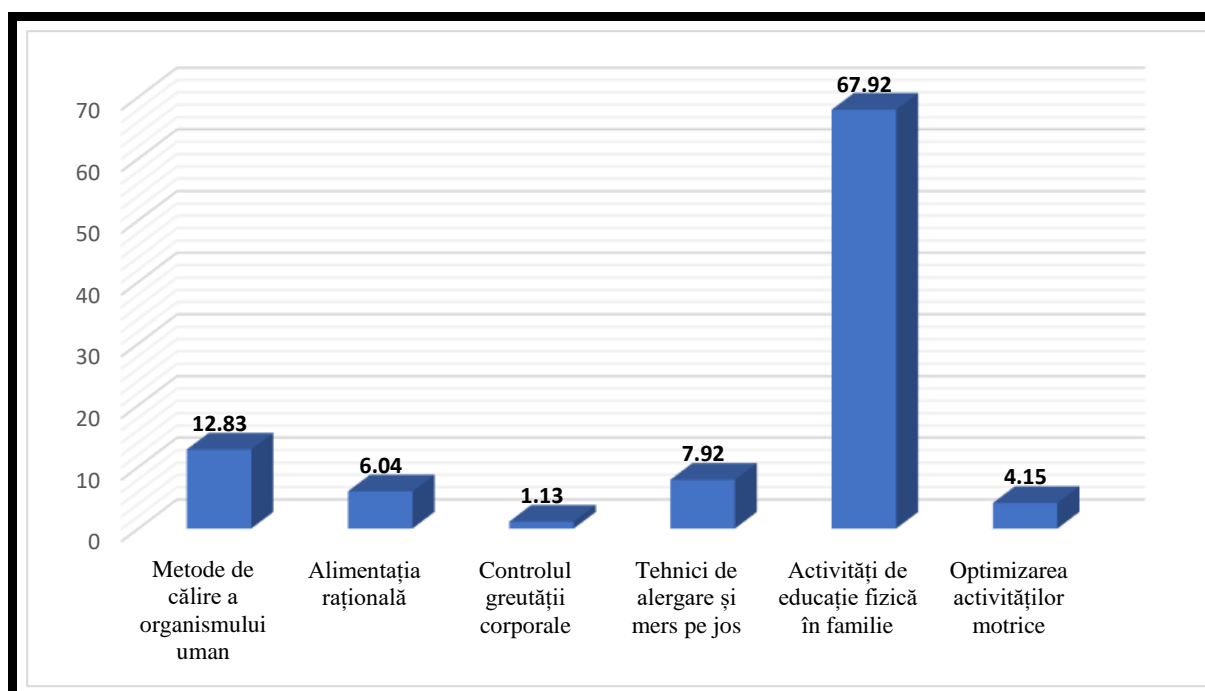


Fig. 2.7. Opiniile părinților referitoare la modalitățile și mijloacele de optimizare a educației fizice

Analizând răspunsurile la întrebarea: „Cereți ajutorul profesorului de educație fizică în pregătirea fizică a copiilor dvs.?”, s-a constatat următoarele: 51,70% nu apelează la ajutorul profesorului, 37,36% o fac ocazional, iar 10,94% dintre respondenți apelează pentru ajutor la profesorul de educație fizică în pregătirea fizică a copiilor.

La întrebarea: „În opinia dvs., care sunt motivele pentru care copii nu participă la activități sportive?”, din răspunsurile analizate de noi și prezentate pe Figura 2.8, putem remarca faptul că 41,13% dintre părinți au indicat că unul din motive este volumul excesiv de activități

educaționale la școală, ceea ce este adevărat, deoarece programa școlară este supraîncărcată, astfel rămânând puțin timp pentru activitățile fizice. O parte însemnată, 48,31% dintre părinții chestionați, a afirmat că nu sunt impedimente pentru participarea copiilor la activități culturale și sportive, iar 10,56% dintre respondenți au relatat că copiii nu participă la activitățile menționate mai sus din cauza lipsei echipamentului sportiv, a secțiilor sportive preferate, a dorinței de a practica o probă de sport, dar și a cunoștințelor necesare despre beneficiile acesteia.

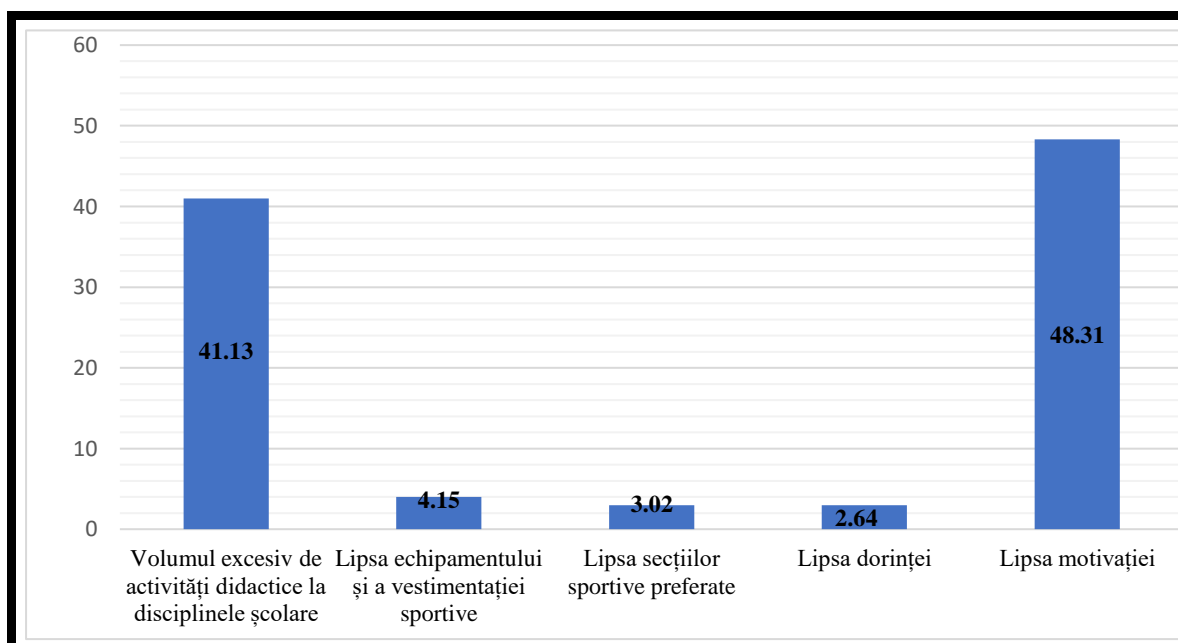


Fig. 2.8. Opiniile respondenților referitoare la motivele pentru care copiii nu participă la activitățile sportive

În urma aplicării chestionarului cu privire la impactul activităților de educație fizică în familiile elevilor de vârstă școlară mică, am desprins problemele cu care se confruntă părinții și elevii în educația fizică. Astfel, am constatat că activitățile comune ale familiei și ale școlii rămân principala rezervă în consolidarea sănătății copiilor și în formarea unui stil de viață sănătos cu ajutorul educației fizice.

Analizând rezultatele itemilor de mai sus, trebuie să menționăm că majoritatea respondenților (82,49%) consideră că sunt necesare mai multe lecții de educație fizică în școală și că exercițiile fizice fortifică și mențin sănătatea copiilor la un nivel înalt. Totodată, 35,09% din părinți nu se implică în activități de educație fizică a copiilor și asociază acest lucru cu lipsa timpului liber, lipsa voinței și a cunoștințelor în domeniul educației fizice. Majoritatea dintre ei întâmpină greutăți în activitățile de educație fizică, însă, în pofida faptului că apar unele obstacole, părinții nu apelează la ajutorul profesorului de educație fizică.

Din cauza faptului că 54,47% dintre părinți nu fac exerciții fizice în timpul liber, 84,53% nu au un mod de viață sănătos și nu își atrag copiii în astfel de activități, respectiv nici copiii nu fac exerciții de dimineață și nu frecventează secțiile sportive.

Pentru 46,69% dintre părinții chestionați, profesorii trebuie să fie acei care atrag copiii în activități de educație fizică și doar o parte neînsemnată a răspuns că de acest lucru trebuie să se ocupe anume părinții, prin exemplul propriu, prin exerciții împreună cu copiii și participarea la evenimentele sportive, ceea ce va cultiva copiilor dragostea pentru activitățile sportive. Totodată, ei preferă antrenamente individuale cu copiii sau organizarea antrenamentelor sub formă de cercuri sportive și activități recreative. Mai mult de jumătate dintre părinți susțin că nu-și doresc ca copiii lor să practice sportul, deoarece pentru dezvoltarea și pregătirea fizică sunt suficiente lecțiile de educație fizică din cadrul școlii. La fel, mulți părinți cred că sportul consumă mult timp, distrage atenția de la studii și nu contribuie la îmbunătățirea sănătății și dezvoltarea armonioasă a copilului. Doar 30,19% dintre respondenți s-au pronunțat în favoarea practicării sportului pentru copiii lor și sunt siguri că practicarea activităților de educație fizică va conduce la fortificarea sănătății, dezvoltarea armonioasă a copilului și va forma calități, precum voința și caracterul.

Potrivit părinților, motivele pentru care copiii nu participă la diverse activități sportive sunt: volumul mare de activități curriculare, lipsa echipamentului sportiv, lipsa secțiilor pentru probele sportive preferate. Totodată, s-a constatat că dificultățile care pot bloca funcționarea normală a relației școală – familie sunt și conduita greșită a unor profesori. Didacticismul exagerat și tonul moralizator în discuțiile profesorilor cu părinții îi îndepărtează pe aceștia de școală. Cadrele didactice nu trebuie să piardă din vedere faptul că, în relațiile lor cu părinții, calitatea de părinte se păstrează și atunci când tatăl sau mama unui elev a venit la școală să se intereseze de situația școlară a copilului lor. În discuțiile cu părinții, conduita profesorilor trebuie să fie alta decât în relațiile cu elevii [63, p.130].

Potrivit numeroaselor surse [33, 83, 157, 186], elevii de vârstă școlară mică adoră orele de educație fizică și participă cu plăcere la lecții, însă lecțiile desfășurate de două ori pe săptămână sunt în mod cert insuficiente pentru ei. Copiii frecventează prea puțin secțiile sportive și, practic, nu fac gimnastica matinală. Date similare au fost obținute și în studiile noastre.

Totodată, am constatat că aproape toți părinții cred că lecțiile de educație fizică în școală sunt necesare și că îmbunătățesc sănătatea. Această idee este susținută de Бальсевич В. [156, p.30] și Кузнецов В. [172, p.71] în cercetările lor. În același timp, majoritatea părinților nu se ocupă de educația fizică a copiilor, nu au un mod de viață sănătos, nu apelează la ajutorul specialiștilor explicând acest lucru prin lipsa timpului liber, a cunoștințelor din domeniul educației fizice. Majoritatea părinților consideră că profesorii trebuie să ofere elevilor tot suportul în practicarea educației fizice. Aceleași rezultate au fost obținute și de Солопов Е., care subliniază ideea că dragostea pentru sport trebuie să fie insuflată de școală [192, p.224].

Din rezultatele înregistrate se observă că părinții consideră educația fizică un element necesar al educației generale a individului. Ei sunt interesați de modalități și mijloace de optimizare a educației fizice, acordă preferință acelor forme de activitate fizică, ce implică activități comune ale părinților, profesorilor și copiilor. Dar, totodată, un mic procent dintre părinți are o atitudine indiferentă sau chiar negativă față de educația fizică și sport, fapt explicat prin nivelul scăzut de cunoștințe în domeniul educației fizice – aceasta este o problemă pedagogică importantă, care necesită o soluționare științifică și practică urgentă.

Luând în considerare aspectele reflectate în studiul preliminar, care ne-au permis să identificăm că mulți părinți și elevi au nevoie de sprijin, consiliere, ajutor etc., am ajuns la concluzia că este necesar un demers experimental, care să conducă la îmbunătățirea parteneriatului școală – familie în educația fizică a elevilor de vârstă școlară mică.

2.4. Esența potențialului educațional al familiei privind cultivarea valorilor educației fizice la copii

Familia este un mediu personal pentru viața și dezvoltarea copiilor, a cărui calitate este determinată de un șir de parametri: componența, statutul social, condițiile materiale, nivelul studiilor părinților și alte valori, cum ar fi modul de viață și relațiile dintre membrii familiei. La vârsta școlară mică are loc restructurarea relației copilului cu adulții, în special cu părinții. Relațiile dintre copii și părinți se schimbă, ei devenind din punct de vedere psihologic mai emotivi, fiind determinați de profunzimea afecțiunii lor unul față de celălalt.

În fiecare familie se formează un anumit sistem educativ, care nu este neapărat conștientizat de către membrii familiei. Aici facem referire la conștientizarea obiectivelor educaționale, formularea sarcinilor educaționale și aplicarea mai mult sau mai puțin intenționată a metodelor și tehnicilor educaționale, înțelegerea a ceea ce poate și nu poate fi tolerat în raport cu copilul [87, p.61].

Principala caracteristică a potențialului educațional al unei familii este propriul potențial. Potențialul educațional al unei familii este capacitatea sa de a îndeplini funcția de educare, dezvoltare și socializare a unui copil, cuprinzând caracteristici care reflectă diferite condiții și variați factori ai vieții de familie, care determină premisele educaționale și pot, într-o măsură mai mică sau mai mare, să asigure dezvoltarea cu succes a copilului. Sunt luate în considerare așa caracteristici, precum mediul socioprofesional din familie, ambianța culturală și morală în care sunt crescuți copiii, structura familiei, starea materială, locul de trai, climatul psihologic, tradițiile, obiceiurile, nivelul de cultură și studiile părinților. Întrucât elevul se formează în două medii diferite – familia și școala – cooperarea dintre acești factori trebuie să se bazeze pe cunoașterea reciprocă. De aceea, este necesar ca școala să posede informații sociologice asupra

grupului familial.

În mod convențional, acești factori care caracterizează viața familiei în funcție de diferiți parametri pot fi împărțiți în: socioculturali (microclimat, cultura familiei), socioeconomici (starea materială a familiei și angajarea părinților în câmpul muncii), tehnicoigienici (locul, condițiile de trai, stilul de viață al familiei) și factorul demografic (componența și structura familiei) [193, p.241].

Pentru a identifica potențialul educațional al fiecărei familii, a fost realizat un studiu privind potențialul educațional al familiilor din grupa martor și experimentală (*Anexa 3*). Au fost determinate și analizate nivelul de vârstă, studii, stare materială, componența familiei. În baza rezultatelor înregistrate, am distribuit familiile în funcție de potențialul lor educațional conform clasificării propuse de Овчарова P. [187]) și adaptate de noi:

- 1) familie cu climat social și educațional favorabil;
- 2) familie cu climat social favorabil, dar vulnerabilă din punct de vedere educațional;
- 3) familie vulnerabilă atât social, cât și educațional.

Familia cu climat social și educațional favorabil este acea familie care are un climat sociocultural și psihologic sănătos, și care are la baza relațiilor dintre membrii săi cooperarea. Familia cu climat social favorabil, dar vulnerabilă din punct de vedere educațional este acea familie care aplică tipuri greșite de educare a copilului (tutelă, indiferență, autoritate, respingere emoțională). Familia vulnerabilă atât social, cât și educațional este acea familie care are un climat sociocultural și psihologic nesănătos și aplică tipuri greșite de educare a copilului.

Datele privind vârsta părinților copiilor implicați în experimentul pedagogic sunt prezentate în Figura 2.9. Părinții cu vârstă mai mică de 30 de ani au reprezentat 10,24%, majoritatea fiind mame singure. Cea mai mare grupă de vârstă este cuprinsă între 30 și 40 de ani: mame – 73,94%, tați – 61,13%. Peste 40 de ani -15,82% mame (dintre care 5,7% mame singure) și 38,87% tați.

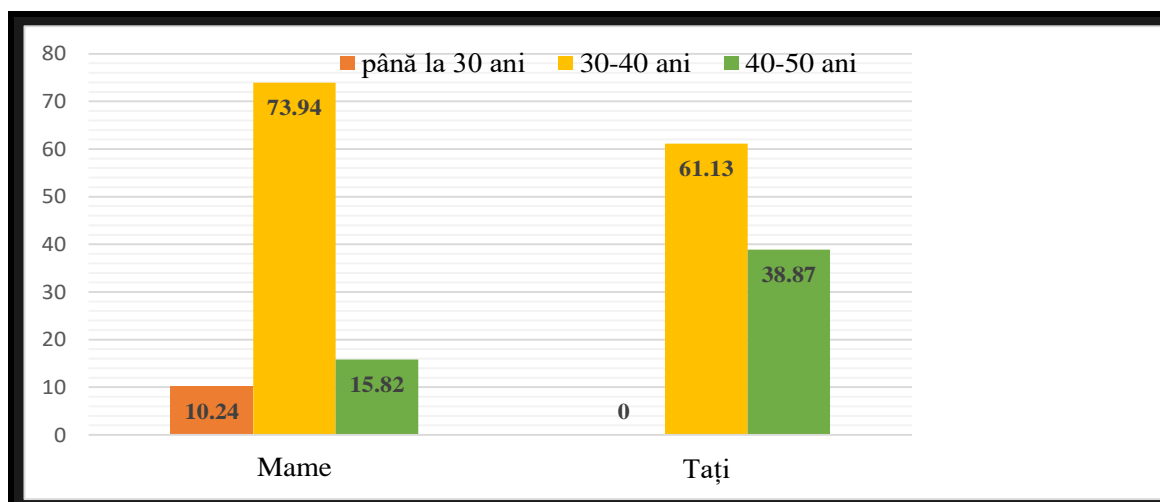


Fig. 2.9. Vârsta părinților implicați în experiment

În ceea ce privește nivelul studiilor, mamele și tații nu diferă prea mult. Deși se poate argumenta că, printre mame, mai multe au studii medii și medii speciale (26,42%), iar printre tați (52,45%) — superioare.

Jumătate din copii (50%), atât din grupa experimentală, cât și din grupa martor cresc în familii parentale. Cealaltă jumătate este crescută ori de bunici (27,25%), ori de mame singure (18,18%), ori de rude apropiate (4,55%) (Figura 2.10).

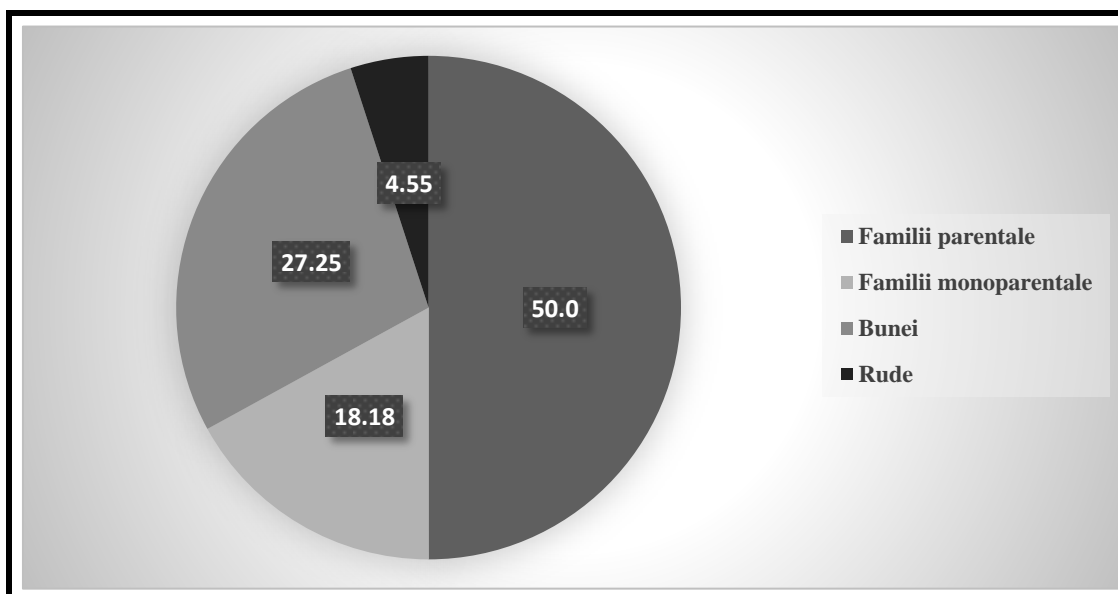


Fig. 2.10. Componența familiilor implicate în experiment

Trebuie remarcat faptul că nivelul stării materiale a familiilor este departe de a fi uniform. Astfel, aproape fiecare a treia familie are venituri mici (27,27%); venituri medii au 61,36% familii și doar 11,37% din familii se autoevaluează ca fiind sigure din punct de vedere financiar (Figura 2.11).

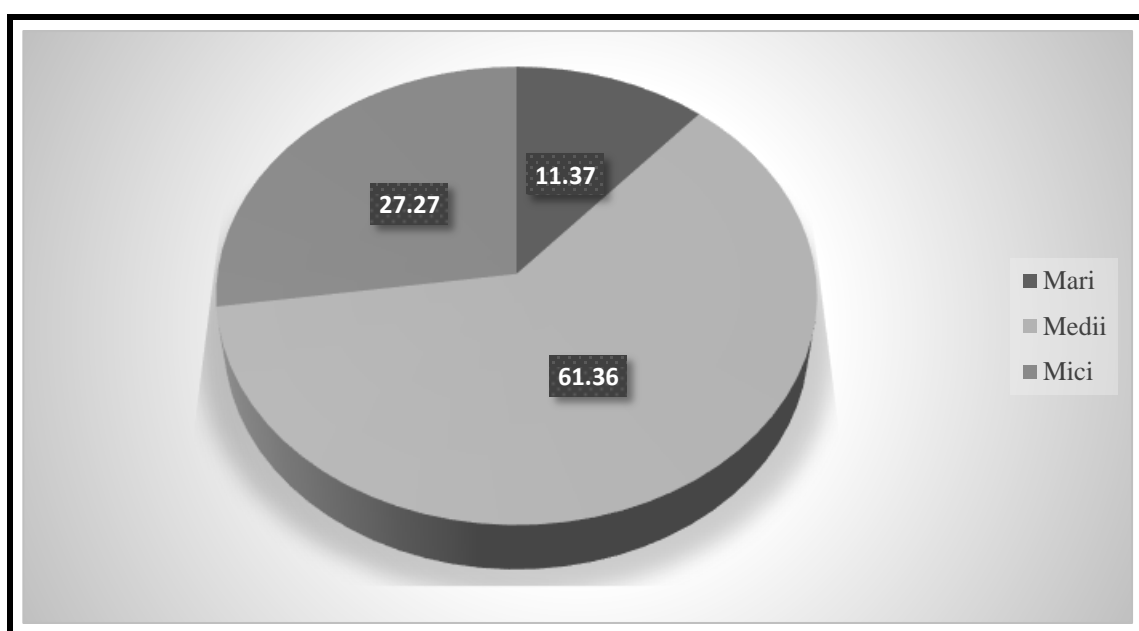


Fig. 2.11. Veniturile materiale ale familiilor implicate în experiment

La determinarea potențialului educațional al familiei s-a stabilit că în grupele cercetate, 54,81% din familii au un climat social și educațional favorabil, în 39,42% se atestă un climat social favorabil, dar vulnerabil din punct de vedere educațional, iar în 5,77% din cazuri se atestă un climat vulnerabil atât social, cât și educațional (Figura 2.12).

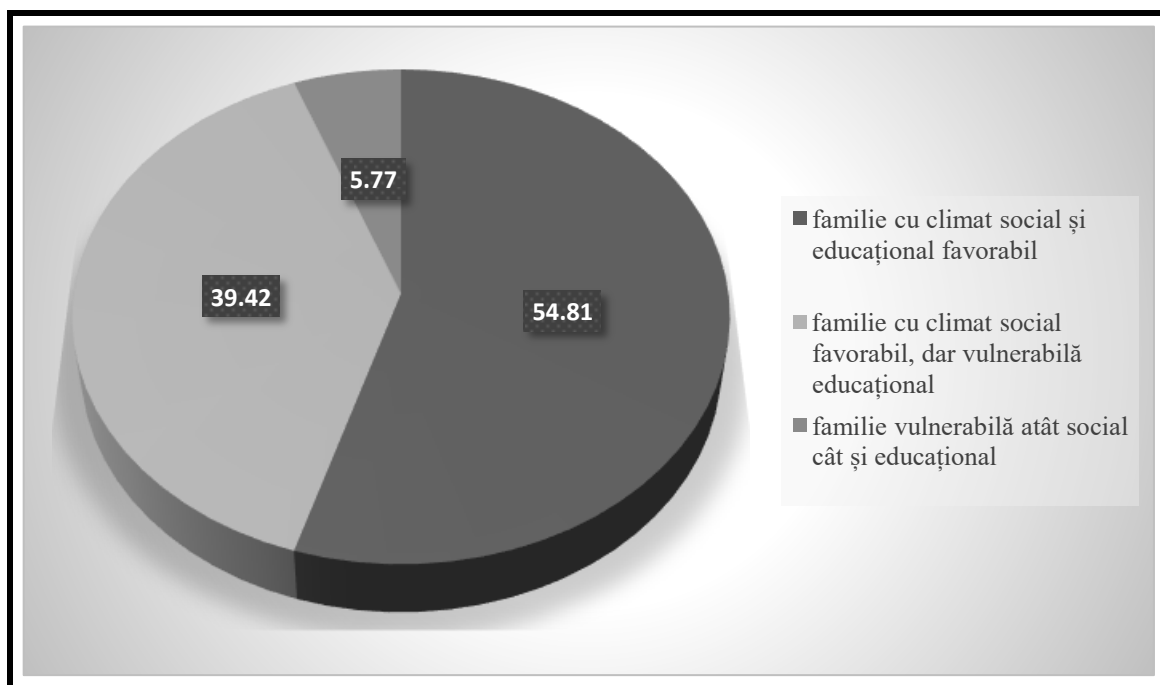


Fig. 2.12. Potențialul educațional al familiilor implicate în experiment

În consecință, în grupurile cercetate, majoritatea familiilor au avut un potențial educativ pozitiv. Ele au rezerve educaționale ascunse, neutilizate, iar sarcina școlii este de a crea condiții care să permită realizarea deplină a potențialului educațional al familiei, să ajute părinții, independent sau împreună cu profesorii școlii, să rezolve în mod eficient problemele actuale legate de educația fizică a copilului.

Familia are oportunități semnificative privind formarea stilului de viață sănătos, fortificarea sănătății și cultivarea valorilor educației fizice copilului. Funcția fundamentală a familiei este creșterea copiilor, asigurarea dezvoltării lor multilaterale și pregătirea pentru școlarizare, care depinde în mare măsură de potențialul educațional al familiei, de factorii și condițiile care, împreună, determină capacitățile sale pedagogice. Totodată, trebuie să subliniem faptul că stilul parental este una dintre cele mai importante probleme ale sănătății publice, pe care societatea noastră și-o pune. Stilul parental adoptat în educația copilului își pune amprenta asupra dezvoltării și pregătirii fizice a acestuia. Doar părinții sănătoși și iubitori asigură copilului un sentiment de siguranță și încredere, atât de necesar pentru o existență normală [83, p.107].

Așadar, potențialul educațional al familiei privind cultivarea valorilor educației fizice la copii constă dintr-un ansamblu de acțiuni sistematice orientate spre formarea și dezvoltarea calităților intelectuale, morale și fizice ale copilului. Modul de viață al părinților, sănătatea lor

fizică și mentală au un impact uriaș asupra sănătății și dezvoltării copiilor.

Odată cu determinarea potențialului educațional al familiei, cadrul didactic va putea să conlucreze cu aceasta, să fie mai aproape de copil, să înțeleagă stilul de viață al familiei, relațiile dintre membrii ei, valorile lor spirituale.

Actualmente, mulți părinți recunosc că este dificil de a exercita rolul de părinte, mai ales din punct de vedere financiar; de asemenea au recunoscut că reușesc cu greu să facă față necesităților copilului, dar și din punctul de vedere al timpului alocat pentru procesul instructiv. Trăim într-un secol al vitezei, cu un ritm de viață extenuant; ceea ce primează, în opinia părinților, este asigurarea celor necesare pentru trai: hrană și îmbrăcăminte. Lipsa de timp derivă și din faptul că părinții încearcă adesea să muncească în plus pentru obținerea unor surse suplimentare de bani în bugetul familiei. Din punctul de vedere al suportului educațional, părinții nu-și pot ajuta întotdeauna copiii în însușirea materialului și definitivarea temelor pentru acasă, deoarece programele sunt foarte complicate [122, p.6].

Alte probleme sesizate în cercetare, deși nu fac obiectul acesteia au fost următoarele: a scăzut calitatea predării, învățării, evaluării; copiii din mediul rural, cu aptitudini deosebite pentru sport, muzică sau alte domenii, în special cei proveniți din familii cu o situație materială precară, n-au posibilități de a fi descoperiți și promovați.

2.5. Configurarea modelului pedagogic de interacțiune a școlii și familiei în educația fizică a elevilor de vârstă școlară mică

În ultimii ani, modelarea diverselor aspecte ale activității didactice și educaționale a devenit din ce în ce mai frecventă în sistemul de management al educației fizice pentru elevi. Indicatorii obținuți în timpul modelării permit într-un mod mai corect și la un nivel organizatoric și metodologic mai ridicat să fie determinate direcția și conținutul activităților de educație fizică și de întărire a sănătății, să crească eficacitatea muncii, asigurând dezvoltarea fizică și familiarizarea copiilor cu un mod sănătos de viață [50, 192]. În ansamblu, acești indicatori alcătuiesc un anumit model.

Un model este un sistem imaginat mental și realizat material, care, afișând sau reproducând obiectul cercetării, este capabil să îl înlocuiască în așa fel, încât studiarea lui să ne ofere informații despre acest obiect. Modelele au o serie de caracteristici și funcții, a căror cunoaștere este necesară în procesul de modelare.

În opinia autoarei Любимова Г., modelul reprezintă o reflectare simplificată, într-un anumit mod schematizat, a unui obiect sau fenomen [198, p.91].

Analizele din paragrafele precedente au pus în evidență diversitatea metodologică a reperelor și a acțiunilor parteneriatului școală – familie în educația fizică a elevilor de vârstă

școlară mică. În vederea rezolvării problemelor sus-menționate și cu scopul creării unui mediu benefic pentru formarea și consolidarea sănătății și a unei organizări eficiente a procesului instructiv-educativ și a educației fizice în mediul familial, am dezvoltat *Modelul pedagogic de interacțiune a școlii și familiei în educația fizică a elevilor de vârstă școlară mică* (Figura 2.13).

Crearea unui model pedagogic a inclus nu numai determinarea reperelor teoretice, dar presupune elaborarea ansamblului de instrumente metodologice cu caracter aplicativ: scheme, structuri, forme, programe, strategii și tehnologii, care ne vor fi utile în munca cu elevii și părinții acestora [108, p.108].

Reperetele teoretice care au stat la baza elaborării Modelul pedagogic de interacțiune a școlii și familiei în educația fizică a elevilor de vârstă școlară mică, vizează: istoricul, conceptele, teoriile și valorile educației fizice, principiile și condițiile psihopedagogice de formare a educației fizice atât în cadrul familiei, cât și în cadrul școlar, detaliat analizate și descrise în capitolul precedent [85, p.42].

Modelul pedagogic elaborat conține fundamentele teoretice și aplicative ale interacțiunii școlii și familiei, care sunt încadrate în următoarele componente de bază:

1. **Scopul**, constă în integrarea familiei și a școlii în educația fizică a elevilor de vârstă școlară mică, promovarea sănătății, educația morală și intelectuală, organizarea timpului liber și formarea unui stil de viață sănătos, formarea și dezvoltarea continuă a personalității copilului, dezvoltarea calităților lui individuale.

2. **Obiective**: educaționale, de instruire și de dezvoltare. Obiectivele educaționale constau în transmiterea către elevii de vârstă școlară mică și părinții lor a bazelor unui stil de viață sănătos. Obiectivele de instruire includ formarea la copii și adulți a capacităților de a-și apăra convingerile în baza sistemelor de cunoștințe primite. Acestea presupun dezvoltarea la elevi a voinței, perseverenței, determinării, disciplinei conștiente, independenței și responsabilității. Obiectivele de dezvoltare necesită formarea intensivă la copii a proceselor mentale, a culturii sentimentelor și vorbirii. Soluționarea acestor sarcini asigură și dezvoltă activitatea socială a adulților și copiilor.

3. **Familia și școala**, ca participanți la interacțiune, contribuie la realizarea obiectivelor.

4. **Conținutul funcționării parteneriatului educațional** se bazează pe următoarele blocuri: educațională (implementarea obiectivelor educative), dezvoltarea fizică și îmbunătățirea sănătății copiilor (implementarea obiectivelor educaționale, de instruire și dezvoltare), blocul educației morale (implementarea obiectivelor educative), blocul abilități practice (implementarea obiectivelor de dezvoltare).

5. **Componenta tehnologică** presupune organizarea activităților instructiv-educative și metodologice stabilite în programa de interacțiune a școlii și familiei în educația fizică privind

crearea unui mediu educațional pentru copii și părinți la lecțiile de educație fizică suplimentare. În prealabil, se va crea un mediu educațional favorabil orientat spre personalitate și pozitiv din punctul de vedere al formării sănătății (selectarea mijloacelor disponibile de îmbunătățire a educației fizice pentru sănătate), luarea măsurilor de protecție și întărire a sănătății elevilor, elaborarea unui plan, program și orar al procesului la educația fizică cu scopul îmbunătățirii relațiilor părinte – copil, familie – școală prin mijloacele educației fizice. Totodată, copiii vor fi familiarizați cu regulile de igienă personală și publică.

O atenție considerabilă a fost acordată:

- formării abilităților de practicare independentă a exercițiilor fizice;
- dezvoltării cunoștințelor elevilor de vârstă școlară mică și ale părinților referitor la importanța și rolul educației fizice în formarea unui mod de viață sănătos;
- educarea unei atitudini responsabile a copiilor față de sănătatea lor;
- principiilor și metodelor de umanizare și democratizare a conținutului procesului instructiv-educativ și a activităților de educație fizică și recreere în contextul unei școli medii de cultură generală.

Conform acestei componente a modelului de interacțiune a școlii și familiei în educația fizică a elevilor, au fost prevăzuți algoritmi pentru diverse acțiuni, care să păstreze și să consolideze sănătatea elevilor de vârstă școlară mică. Aceasta prevede utilizarea complexă a mijloacelor de educație fizică pentru întărirea sănătății și călire a organismului uman, luând în considerare vârsta, particularitățile individuale, dezvoltarea fizică și nivelul de pregătire al elevilor de vârstă școlară mică, precum și colaborarea dintre familie și școală în educația fizică, creșterea interesului pentru educația fizică, îmbunătățirea relațiilor părinte – copil și a reușitei școlare.

Totodată, trebuie să menționăm că această componentă a inclus utilizarea unui sistem de metode de predare (verbale, vizuale, practice) și metode de stimulare a creativității, a motivației, sugestia și convingerea, care vor permite creșterea activităților copiilor și părinților în procesul instructiv-educativ și în cel de fortificare a sănătății. O atenție semnificativă în modelul de interacțiune a școlii și familiei în educația fizică a elevilor de vârstă școlară mică a fost acordată: formelor și metodelor de organizare a lecțiilor de educație fizică conform activităților curriculare și extracurriculare; creării unui mediu educațional adaptativ pentru copii și părinți; organizării procesului instructiv-educativ sistematic și a activităților recreative; interacțiunii profesorilor de educație fizică, a diriginților, părinților și personalului medical.

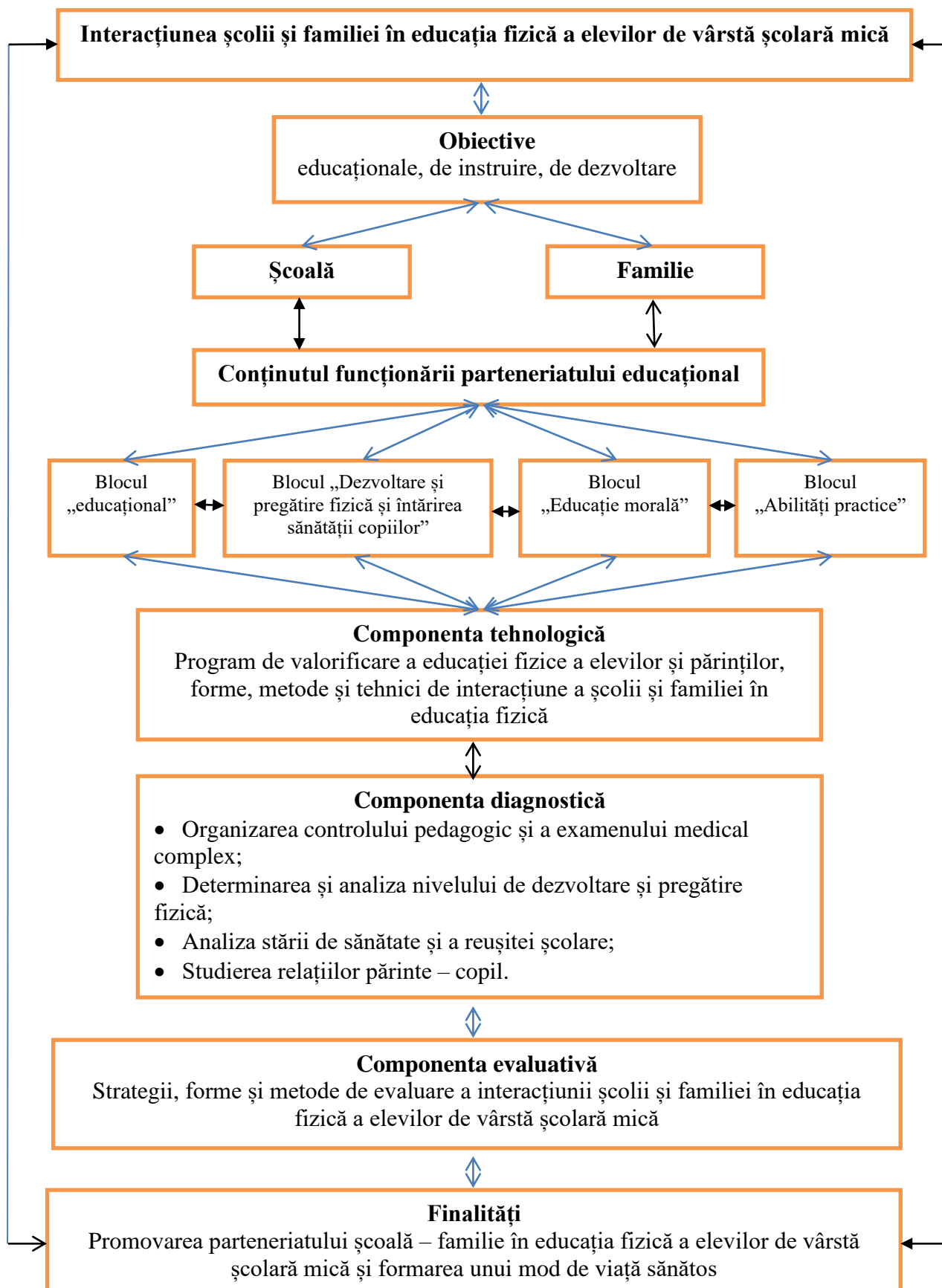


Fig. 2.13. Model de interacțiune a școlii și familiei în educația fizică a elevilor de vârstă școlară mică

6. Componenta diagnostică. Cu ajutorul metodelor speciale, se stabilește eficacitatea procesului de interacțiune, ceea ce face posibilă ajustarea activităților comune ale familiei și școlii, pentru a evita repetarea greșelilor comise. Componenta diagnostică a inclus următoarele acțiuni: organizarea controlului pedagogic și medical complex; determinarea și analiza nivelului de dezvoltare și pregătire fizică, analiza stării de sănătate și a reușitei școlare a elevilor de vârstă școlară mică și studierea relațiilor părinte – copil. Astfel, componenta diagnostică prevede determinarea indicatorilor ce caracterizează nivelul de sănătate al elevilor de vârstă școlară mică, cu ajutorul testelor speciale și datelor examinării medicale, precum și observarea pedagogică a activităților educaționale prin joc și comunicare a elevilor de vârstă școlară mică.

Pentru a diagnostica nivelul de dezvoltare fizică, capacitatea fizică, activitatea motrice a copiilor, au fost utilizate teste motrice care permit determinarea și evaluarea nivelului de dezvoltare a sferei motrice, a performanței fizice, a stării de sănătate a elevilor de vârstă școlară mică și asigurarea eficacității colaborării dintre școală și familie în educația fizică a copiilor.

7. Componenta evaluativă. Monitorizarea eficacității cercului de educație fizică și sănătate de tip familial, care s-a axat pe evaluarea cunoștințelor, abilităților, aptitudinilor, pe caracterizarea convingerilor transmise copiilor și părinților, a trăsăturilor de caracter și de personalitate. Indicatorii care au stat la baza eficientizării procesului de interacțiune școală – familie sunt indicatorii stării de sănătate, ai nivelului de dezvoltare și pregătire fizică a copiilor, ai comportamentului acestora zi de zi, faptele, atitudinea față de studii, sănătatea proprie, oamenii și relații interpersonale.

Toate componentele modelului de interacțiune a școlii și familiei în educația fizică a elevilor de vârstă școlară mică sunt intercorelate și vizează promovarea parteneriatului școală – familie în educația fizică a elevilor de vârstă școlară mică și formarea unui mod de viață sănătos.

În procesul de îmbunătățire a parteneriatului educațional, s-a acordat o atenție specială creării unor condiții pedagogice favorabile (mediu profesional, orientat spre personalitate, ce formează sănătatea) precum și asigurarea unor condiții noi pentru realizarea unei abordări individual-diferențiate a procesului instructiv-educativ, ce va contribui la eficacitatea colaborării dintre școală și familie în educația fizică a copiilor de vârstă școlară mică, la întărirea sănătății și a capacității de muncă a elevilor.

Totodată, în proiectarea și implementarea modelului de interacțiune a școlii și familiei în educația fizică a elevilor de vârstă școlară mică, s-a acordat atenție creării unui mediu educațional adaptativ și a condițiilor noi pentru organizarea procesului educațional, instructiv-educativ, individual și colectiv cu copiii și părinții lor în ce privește dezvoltarea și pregătirea fizică.

Astfel, trebuie să menționăm că, în procesul de organizare a activității instructiv-educative și de întărire a sănătății, s-a acordat o atenție specială aprecierii motivației pozitive și stimulării interesului elevilor, părinților și profesorilor pentru menținerea și fortificarea sănătății, modelarea unui mod de viață sănătos pentru elevii de vârstă școlară mică și eliminarea devierilor existente în sănătatea participanților la procesul educațional din cadrul experimentului.

2.6. Elaborarea programei experimentale de interacțiune a școlii și familiei în educația fizică a elevilor de vârstă școlară mică

Conform Modelului pedagogic de interacțiune a școlii și familiei în educația fizică a elevilor de vârstă școlară mică, s-a propus Programa experimentală pentru elevii din clasa a 4-a și pentru părinții acestora, în vederea soluționării problemei cercetate. Conform acestei programe experimentale, părinții incluși în experiment au fost monitorizați pe întreaga perioadă a procesului de formare, pe parcursul anului școlar 2018-2019.

Procesul instructiv-educativ este definit ca o combinație a patru componente: conținut și plan de activitate; operaționalizarea obiectivelor pedagogice; rezumarea proceselor cognitive (educative); lista de exemple, executanți, participanți. Investigând particularitățile elaborării programei experimentale de interacțiune a școlii și familiei în educația fizică a elevilor de vârstă școlară mică, în condițiile unei școli medii de cultură generală, ne-am bazat pe aceste valori.

Accentul în programa noastră a fost pus pe formarea abilităților necesare unei persoane pentru a lua decizia de a practica activități de educație fizică și de a adopta un stil de viață sănătos în familie. Conținutul tematic al programei a inclus șapte etape:

1. Analiza aprofundată a comportamentelor nesănătoase și deprinderea comportamentelor rezonabile alternative, adaptate realității;
2. Operaționalizarea obiectivelor principale și evaluarea valorilor în alegerile făcute;
3. Investigarea efectelor pozitive și negative cu privire la modul de acționare;
4. Cercetarea informațiilor relevante pentru evaluarea alternativelor;
5. Evaluarea obiectivă a informațiilor și a opiniilor experților;
6. Reevaluarea consecințelor pozitive și negative ale tuturor alternativelor cunoscute, chiar și ale celor care au fost considerate inițial inacceptabile în luarea unei decizii finale;
7. Elaborarea unui plan detaliat pentru implementarea cursului ales, luând în considerare posibilitatea unor modificări în cazul unor consecințe nedorite.

Realizarea acestor caracteristici a fost valorificată în cadrul programei pedagogice experimentale de interacțiune a școlii și familiei în educația fizică a elevilor de vârstă școlară mică din cadrul cercului de educație fizică și sănătate de tip familial.

Abordarea variată a activităților de educație fizică și îmbunătățirea sănătății familiei a devenit o nouă direcție în activitatea personalului didactic.

Baza conceptuală pentru activitățile cercului sportiv a fost crearea condițiilor pentru dezvoltarea atitudinii motivațional-valorice a individului față de cunoaștere, creativitate și activitate fizică în procesul de educație fizică. Astfel, au fost soluționate următoarele sarcini:

- formarea percepțiilor despre educația fizică în cadrul familiei;
- selectarea formelor de educație fizică pentru sănătate și reabilitare, în scopul educării unui stil de viață sănătos;
- fortificarea stării de sănătate, dezvoltarea fizică armonioasă și creșterea nivelului de pregătire psihomotrice și a capacităților funcționale ale sistemelor organismului prin metodele și mijloacele educației fizice;
- studierea particularităților medico-biologice și psihologice ale copiilor de vârstă școlară mică;
- desfășurarea activităților privind educația morală, fizică și intelectuală;
- organizarea activităților de agrement pentru copii în timpul liber;
- educarea unor interese și deprinderi constante pentru exercițiile fizice sistematice, respectarea regimului zilnic și a regulilor de igienă;
- prevenirea infracțiunilor și delincvenței juvenile;
- atragerea copiilor și părinților în practicarea sistematică a diverselor activități sportive și a unui mod de viață sănătos.

Aceste sarcini sunt soluționate pe baza unei analize profunde a caracteristicilor fizice și psihologice ale fiecărui copil cu implicarea obligatorie a specialiștilor în teoria și metodologia educației fizice, a medicilor, a psihologului școlar, a profesorilor și a părinților.

Din cele menționate anterior, reiese că programa experimentală pedagogică implementată în cadrul cercului sportiv este concepută pentru a asigura dezvoltarea activităților extracurriculare cu elevii din școala primară și părinții acestora, fiind orientată spre îmbunătățirea stării de sănătate, dezvoltarea fizică, educația morală și spirituală, precum și spre atragerea familiei în practicarea exercițiilor fizice și a modului de viață sănătos. Această programă este concepută pentru a perfecționa formele și metodele de lucru în cadrul studiului, luând în considerare categoriile de copii, părinții, membrii cercului sportiv.

Soluționarea acestor sarcini este necesară, dată fiind starea actuală de criză a societății, care conduce la apariția multor cazuri de îmbolnăviri în rândul copiilor, a dezintegrării și pierderii orientărilor etice, la instabilitatea socială și economică, la dificultăți în educație și îndrumare în carieră. Astfel, structurile educaționale tradiționale nu pot rezolva cu succes toate problemele de educare și îmbunătățire a sănătății copiilor, deși sunt implicate parțial în acest

proces. Doar o abordare complexă, consistentă a conceptului dezvoltat, bazat pe analiza principalelor sfere ale vieții copiilor, poate asigura rezolvarea problemei educației copilului. Combinația a trei aspecte principale: cognitiv, educațional și de întărire a sănătății copiilor, poate conduce la soluționarea problemei privind integrarea personalității în societate.

Educarea și îmbunătățirea sănătății copiilor depind în mare măsură de climatul din familia copilului, de nivelul de înțelegere de către părinți a sarcinilor pedagogice privind educația fizică și întărirea sănătății. Această activitate este unul dintre domeniile prioritare pe care ne-am axat în cadrul activității cercului sportiv. Programa își definește activitățile orientate spre îmbunătățirea sănătății copiilor, educația lor morală și fizică ca fiind educațională și instructivă din punctul de vedere al sarcinii pedagogice, cognitivă din punctul de vedere al conținutului didactic și de recreere din punctul de vedere al proiectării metodologice.

Caracteristica principală a acestei programe este activitatea comună de practicare a activităților de educație fizică, de îmbunătățire a sănătății și de educare a cadrelor didactice, a părinților și a copiilor în cadrul lecțiilor suplimentare. Această abordare face posibilă crearea celor mai favorabile condiții pentru dezvoltarea armonioasă, deschiderea spre creativitate și formarea personalității copilului. La realizarea acestei programe, au fost luate în considerare experiența personală în predare și educare, rezultatele cercetărilor științifice, recomandările practice privind fiziologia vârstei, pedagogia, psihologia, igiena, teoria și metodologia educației fizice.

În baza rezultatelor diagnosticului medico-psihologic, programa sistematizează mijloacele și metodele care vizează asigurarea faptului că fiecare copil se alătură în mod conștient la practicarea activităților fizice, se dezvoltă în funcție de dorințele și interesele sale motrice, ceea ce îl va ajuta să-și mențină sănătatea pe tot parcursul vieții.

Conținutul evenimentelor organizate în cadrul lecțiilor de educație fizică nu a fost fixat definitiv și s-a modificat în funcție de planurile creative ale participanților, de nevoile copiilor și dorințele părinților. Cu toate acestea, conținutul tematic al unității de curs a rămas neschimbat.

Activitățile de educație fizică, cu caracter asanativ și educativ din cadrul cercului sportiv au fost implementate ca activitate educațională, sub formă de pregătire fizică generală (conform probelor sportive specifice vârstei), jocuri (dinamice și sportive), drumeții, excursii, competiții, victorine, evenimente sportive, lecții individuale (gimnastica de dimineață, teme pentru acasă), concursuri, conversații, consultații. Lecțiile practice s-au desfășurat o dată pe săptămână și au fost considerate ca un mijloc de îmbunătățire a sănătății generației tinere și de formare la părinți a competențelor privind modul de viață sănătos, ca modalitate de organizare a timpului liber al copiilor și de corectare a stării fizice și psihofizice (Anexa 6).

În cadrul lecțiilor teoretice cu părinții, s-a dezvoltat poziția cadrelor didactice și a

părinților cu privire la cele mai importante probleme educaționale și pedagogice privind pregătirea fizică a copiilor. Astfel de lecții s-au desfășurat o dată pe lună, cu implicarea unor experți în domeniul educației fizice, al psihologiei copilului și al pedagogiei.

Ca rezultat al utilizării competențelor programului, s-a realizat:

- formarea personalității copilului, descoperirea capacităților individuale, atragerea spre un stil de viață sănătos;
- formarea de cunoștințe privind sistemul de educație fizică, evitarea neajunsurilor în dezvoltarea fizică și mentală, îmbunătățirea sănătății;
- creșterea interesului pentru educație fizică și sport și activități recreative, care vor contribui la autodezvoltare;
- inițierea familiei în ce privește modul de viață sănătos;
- intensificarea activităților în cadrul școlii;
- îmbunătățirea relației dintre părinți și copii.

Rezultate vizibile ale activității cercului de educație fizică și sănătate de tip familial au fost reflectate în activitățile editoriale (recomandări practice, articole științifice, programă, studii, plan de lucru al cercului sportiv, ziare de perete, expoziții, design-ul sălii de curs).

Referitor la evaluarea activităților, s-a ținut cont de următoarele criterii:

- prezența la lecții (părinți și copii);
- dinamica indicatorilor individuali de dezvoltare fizică, starea de sănătate, educație intelectuală și morală;
- nivelul de cunoaștere a componentelor de bază ale educației fizice, modului de viață sănătos, igieei, autocontrolului;
- reușita școlară și disciplina copiilor;
- frecvența copiilor la școală și în secțiile sportive;
- extinderea cercului de comunicare, transformarea agresivității în muncă activă, încredere și deschidere către ceilalți, îmbunătățirea relațiilor cu adulții (părinții, profesorii).

Profesorul de educație fizică din cadrul cercului sportiv a contribuit la dezvoltarea fiecărui copil, realizând abordări individuale conform abilităților personale, sprijinind copiii în dezvoltarea lor, oferindu-le și ajutându-i la învățarea treptată a exercițiilor fizice și a probelor sportive prin desfășurarea lecțiilor la un nivel emoțional ridicat.

Cu scopul dezvoltării abilităților creative, în cadrul programei a fost acordată o atenție specială organizării mediului de dezvoltare a copilului atât la școală, cât și acasă. În activitățile lor, părinții, profesorii școlii au venit cu idei comune în rezolvarea sarcinilor propuse, iar personalul școlii a creat condiții pentru punerea lor în aplicare.

Exercițiile fizice și sportul practicate sistematic vor contribui la dezvoltarea fizică și motrice, servind drept mijloc de întărire a sănătății și de călire a organismului copilului.

Ținând cont de particularitățile programei elaborate, am cercetat blocul educațional al acesteia în baza următoarelor componente: studiul privind caracteristicile psihofiziologice ale elevilor de vârstă școlară mică; noțiuni generale din domeniul valeologiei, care reprezintă o doctrină despre sănătate și modul de viață sănătos; înregistrarea și controlul aptitudinilor fizice și al stării de sănătate.

În cadrul blocului educațional al programei, la fel, sunt analizate particularități, precum: metodologia pentru compilarea complexelor de exerciții de pregătire fizică generală, elementele de bază ale igienei personale, alimentația rațională, prevenirea răcelilor, călirea și refacerea organismului, reducerea efectelor nocive, fundamentele psihologice ale sănătății, care vizează dezvoltarea fizică și îmbunătățirea sănătății copiilor (Anexa 4).

Formarea unui stil de viață sănătos și educarea direcționată a abilităților au necesitat includerea în program a unui bloc privind educația morală. Astfel, a fost luat în considerare specificul activității noastre pedagogice privind interacțiunea școlii și familiei în vederea îmbunătățirii sănătății copiilor și a atragerii părinților spre un mod de viață sănătos; totodată, activitățile ce țin de educația morală în cadrul cercului sportiv s-au axat pe tradițiile sportive ale familiei și dezvoltarea unui compendiu familial pentru părinți privind păstrarea sănătății copiilor.

De asemenea, trebuie să subliniem faptul că, în cadrul acestui compartiment, a fost propusă tema „*Relațiile dintre adulții din familie - un exemplu de imitație pentru copii*”, care are drept scop formarea unei culturi morale în familie și discutarea importanței dezvoltării relațiilor familiale pozitive (negative) între adulți și copil (Anexa 7).

Totodată, părinții au fost familiarizați cu caracteristicile psihopedagogice ale copiilor de vârstă școlară mică, cu elementele de bază ale comunicării cu copiii de această vârstă, cu rezultatele dezvoltării abilităților de comunicare, focalizarea intereselor, dezvoltarea moralității elevilor - toate acestea fiind consecință a particularităților conceptuale ale conținutului programei din cadrul cercului sportiv și a motivației constante a copiilor de a manifesta dorința și capacitatea de a-și elabora un regim corect, complexe de exerciții pentru dezvoltare generală în cadrul antrenamentelor individuale de acasă și exerciții pentru gimnastica de dimineață, de a efectua autocontrolul activităților fizice, de a propune măsuri privind călirea organismului, de a ține un jurnal individual de observații privind pregătirea fizică și sănătatea.

Prin urmare, fiecare lecție din cadrul programei presupune dotarea cu diagrame, tabele, afișe, diverse materiale didactice, prezentare power point, mijloace tehnice și echipament sportiv. În continuare prezentăm conținutul programei experimentale pentru elevii claselor a IV-a (Tabelul 2.5).

Tabelul 2.5. Conținutul programei experimentale pentru elevii claselor a IV-a

Nr. crit.	Conținuturile unității de curs/modul	Forma lecției		
		Teoretică	Practică	Individuală
	Blocul educațional	9		
1	Starea de sănătate a elevilor de vârstă școlară mică	1		
2	Particularitățile psihofizice ale dezvoltării elevilor de vârstă școlară mică **	1		
3	Valeologia - știința sănătății*	1		
4	Indicatorii de sănătate și dezvoltare fizică a copiilor	1		
5	Metodologia pentru compilarea complexelor de exerciții generale de dezvoltare *	1		
6	Bazele igienei școlare * Alimentația rațională**	1		
7	Fortificarea sănătății și principii de călire a organismului uman*	1		
8	Obiceiuri proaste. Fumat, alcoolism, abuz de substanțe nocive	1		
9	Fundamente psihologice în sănătate **	1		
	Blocul de dezvoltare și pregătire fizică și de întărire a sănătății copiilor	4	12	5
1	Exerciții fizice pentru sănătatea copilului: - exerciții fizice cardiovasculare (exerciții aerobe); - exerciții fizice pentru forță; - exerciții fizice pentru mobilitate; - exerciții fizice pentru echilibru și îndemânare/suplețe.	1 1 1 1	1 1 2 2	1 1 1 1
2	Excursii turistice*		2	1
3	Desfășurarea de competiții sportive, teste, concursuri*		2	
4	Testarea capacităților fizice ale copiilor		2	
	Blocul educație morală	4	4	4
1	Tradițiile sportive ale familiei noastre*	2		4
2	Relația dintre adulții din familie – un exemplu de imitație pentru copii **, *	1	2	
3	Promovarea sistematică și permanentă a educației fizice în cadrul familiei**	1	2	
	Blocul abilități practice	3		4
1	Elaborarea unui regim zilnic și a unui complex de exerciții generale de dezvoltare individuală	1		1
2	Testarea nivelului dezvoltării și pregătirii fizice	1		1
3	Organizarea și desfășurarea gimnasticii matinale și a exercițiilor de călire a organismului, respectarea regimului zilnic	1		1
4	Menținerea unui jurnal individual de observare a aptitudinilor fizice ale elevilor			1
	Total	20	16	13
				49

** - lecțiile se desfășoară cu părinții;

* - lecțiile se desfășoară împreună cu părinții și copiii.

Programa experimentală a fost valorificată prin organizarea procesului instructiv-educativ, aplicându-se următoarele metode:

- metode de organizare a activităților (instruire, exercițiu, cerințe, crearea unor situații educaționale);
- metode de formare a conștiinței (exemplul, conversația, storytelling-ul, prelegerea);
- metode de stimulare a creativității (încurajarea, discuțiile, competiția).

Astfel, ținând cont de particularitățile elaborării programei pedagogice experimentale, au fost realizate scopul și obiectivele propuse de către organizatori prin: integrarea activităților familiei și ale școlii pentru a spori interesul copiilor de vârstă școlară mică pentru educația fizică și modul de viață sănătos; organizarea activităților de educație fizică și de întărire a sănătății; elaborarea și implementarea programei pentru dezvoltarea educației fizice; dezvoltarea, propagarea și implementarea educației fizice ca un mijloc eficient de îmbunătățire a sănătății.

Astfel, procesul de implementare a programei a parcurs câteva etape, care sunt prezentate în Tabelul 2.6.

Tabelul 2.6. Etapele implementării programei experimentale de interacțiune a școlii și familiei în educația fizică a elevilor de vârstă școlară mică

Etapele programei	Activități de implementare a programei	Forme și metode de lucru
1. Etapa analitică și organizațională	<ul style="list-style-type: none"> • Studiarea nivelului de dezvoltare fizică și de sănătate a elevilor; • Diagnosticarea intereselor copiilor și părinților; 	<ul style="list-style-type: none"> • Analiza literaturii de specialitate privind activitatea fizică; • Activități de implicare a copiilor în educația fizică; • Inițierea lecțiilor pentru elevi și părinți în cadrul programei.
1. Etapă de proiectare	<ul style="list-style-type: none"> • Corectarea conținutului proceselor educaționale și de sănătate fizică, conform particularităților de sănătate ale copiilor; • Identificarea factorilor de mediu care afectează negativ sănătatea elevilor; • Determinarea activităților profesorilor, părinților, copiilor, cadrelor medicale pentru prevenirea și îmbunătățirea stării de sănătate a copiilor; 	<ul style="list-style-type: none"> • Organizarea de evenimente interesante; întâlniri cu specialiști în domeniul pedagogiei, al medicinei, al teoriei și metodologiei educației fizice etc. • Observarea pedagogică, experimentul, testarea indicilor antropometrici și ai nivelului de pregătire fizică a copiilor.
3. Etapa analitică și corecțională	<ul style="list-style-type: none"> • Determinarea nivelului de atitudine motivațională și valorică a părinților și copiilor față de educația fizică; • Diagnosticarea performanțelor individuale; • Analiza stării de sănătate a elevilor; • Elaborarea de programe noi, planuri individuale la educația fizică pentru elevii de vârstă școlară mică. 	<ul style="list-style-type: none"> • Testarea psihofizică și pedagogică a copiilor, interviuarea părinților și copiilor; • Analiza stării de sănătate a elevilor, al performanțelor educaționale (fișe medicale, jurnale de clasă).

De asemenea, s-a constatat că, în contextul unei școli medii de cultură generală, o garanție a impactului pozitiv al activității cercului sportiv asupra elevilor și a părinților acestora este participarea administrației, a cadrelor didactice și a angajaților, ale căror activități au un caracter indirect și sunt orientate spre realizarea funcției stimulative și educativ-valorice.

În baza studiului realizat, putem menționa că activitățile propuse în cadrul programei experimentale au asigurat, pe parcursul anului școlar, activități comune cu părinții, copiii și cadrele didactice, care au vizat formarea unui mod de viață sănătos în familie și a unui mod de viață sănătos al elevilor de vârstă școlară mică, fortificarea sănătății și asigurarea interesului pentru educația fizică.

2.7. Concluzii la capitolul 2

Un rol foarte important sau chiar decisiv privind interacțiunea școlii și familiei în educația fizică a elevilor de vârstă școlară mică îi revine familiei, care stimulează și întreține acest proces. Pentru a acumula informații și date cu privire la starea lucrurilor în problema cercetării am realizat următoarele:

1. Analizând rezultatele înregistrate la componenta pregătirea fizică, s-a constatat pe cale experimentală că elevii de vârstă școlară mică nu ating valorile indicate la nici un parametru dintre cei testați, în acest sens, s-a determinat o incidență mare de îmbolnăviri la copii. Intensificarea procesului de învățământ la școală și supraîncărcarea, precum și alți factori conduc la o scădere a volumului de activități fizice, ceea ce cauzează creșterea cazurilor de îmbolnăviri, precum boli ale aparatului respirator, boli endocrine, de nutriție și metabolism, boli ale sistemului osteoarticular, ale mușchilor și țesutului conjunctiv și alte probleme de sănătate la copii. Prin urmare, anume astăzi este necesar să se optimizeze regimul motrice al copiilor de vârstă școlară mică, ținând cont de capacitatea lor fizică.

2. Prin interpretarea rezultatelor experimentului de constatare putem evidenția că majoritatea părinților (79,37%) consideră că educația fizică este o componentă fundamentală a educației generale a copiilor. Totodată, aceștia afirmă că nu acordă atenția necesară activităților fizice organizate pentru copii și, în majoritatea cazurilor (87,55%), nu au un mod de viață sănătos, explicând această situație prin lipsa timpului liber (61,48%) sau lipsa de cunoștințe privind educația fizică (38,52%). Trebuie să menționăm că 46,69% dintre respondenți indică faptul că anume școala și profesorii de educație fizică trebuie să fie implicați în formarea intereselor copiilor pentru activitățile sportive. Pornind de la rezultatele experimentului, constatăm că totuși părinții preferă formele de educație fizică care implică activitatea comună a părinților, copiilor și profesorilor.

3. La determinarea potențialului educațional al familiei s-a relevat că, în grupele cercetate, 54,81% din familii sunt sănătoase din punct de vedere social și educațional; 39,42% sănătoase social, dar vulnerabile din punct de vedere educațional și 5,77% nesănătoase social, vulnerabile din punct de vedere educațional. Ținând cont de rezultatele de mai sus, trebuie să menționăm că familiile implicate în experimentul pedagogic au rezerve educaționale ascunse, neutilizate, iar sarcina școlii este de a crea condiții, care să permită realizarea deplină a potențialului educațional al familiei, de a ajuta părinții, independent sau împreună cu profesorii școlii, să rezolve în mod eficient problemele actuale legate de educația fizică a copilului [87, p.64].

4. Ca rezultat al celor menționate mai sus, s-a elaborat modelul de interacțiune a școlii și familiei în educația fizică a elevilor de vârstă școlară mică și programa experimentală de interacțiune a școlii și familiei în educația fizică a elevilor de vârstă școlară mică. S-a demonstrat că relațiile dintre școală și familie sunt foarte importante pentru științele pedagogice, asigurând dezvoltarea spirituală, morală și fizică și, în același timp, contribuind la formarea personalității copilului, la dezvoltarea capacităților lui individuale, la atragerea spre un mod de viață sănătos, la formarea de competențe în domeniul educației fizice, la educarea interesului și deprinderilor constante de practicare a exercițiilor fizice sistematice.

3. DEMERSUL EXPERIMENTAL AL INTERACȚIUNII ȘCOLII ȘI FAMILIEI ÎN EDUCAȚIA FIZICĂ A ELEVILOR DE VÂRSTĂ ȘCOLARĂ MICĂ

3.1. Evaluarea eficienței programei experimentale de interacțiune a școlii și familiei în educația fizică a elevilor de vârstă școlară mică

Reperete teoretice elucidate în capitolele anterioare ne-au permis să continuăm investigațiile, demarând experimentul pedagogic.

Traseul experimentului pedagogic l-a constituit conturarea următoarelor direcții strategice esențiale de cercetare: evaluarea eficienței programei experimentale de interacțiune a școlii și familiei în educația fizică a elevilor de vârstă școlară mică; analiza nivelului dezvoltării și pregătirii fizice a elevilor; analiza stării de sănătate și a performanțelor academice ale elevilor claselor primare înainte și la sfârșitul experimentului pedagogic; studierea relațiilor părinte-copil în cadrul experimentului pedagogic.

Pentru realizarea obiectivelor propuse și confirmarea ipotezei despre impactul pozitiv al școlii și familiei în educația fizică a elevilor, s-a implementat programa experimentală de interacțiune a școlii și familiei în educația fizică a elevilor de vârstă școlară mică. Studiul s-a realizat pe un lot experimental de 44 elevi ai claselor a IV-a și părinții acestora din Gimnaziul Rădeni. În grupa experimentală a fost aplicată programa experimentală elaborată de noi (care prevede desfășurarea orelor suplimentare la educația fizică în cadrul cercului de educație fizică și sănătate de tip familial al școlii), iar în grupa martor - programa tradițională existentă (orele de educație fizică se desfășurau de două ori pe săptămână).

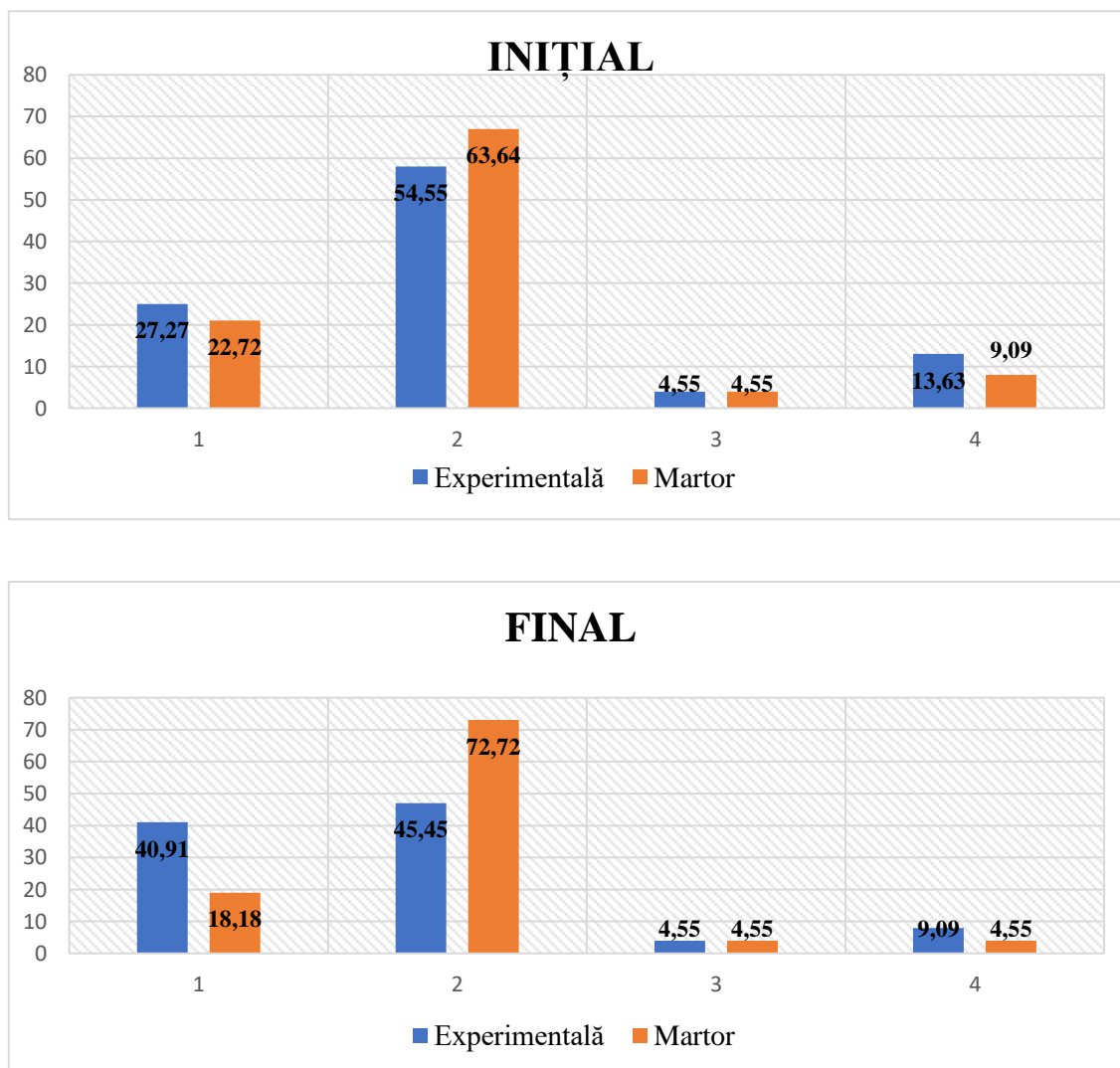
Despre eficacitatea modelului pedagogic al interacțiunii școlii și familiei asupra educației fizice a elevilor de vârstă școlară mică și a programei experimentale putem judeca în baza atitudinii copiilor și a părinților față de exercițiile fizice și inițierea lor în domeniul educației fizice, care rezultă din studiul desfășurat în perioada experimentului formativ. Astfel, chestionarea părinților și a copiilor din grupele experimentală și martor, efectuată înainte de începerea experimentului a scos în evidență faptul că între cele două grupe nu există diferențe semnificative ceea ce reflectă omogenitatea grupelor incluse în experiment (Anexa 1).

Din perspectiva evaluării, în continuare vom compara rezultatele inițiale și finale ale aplicării sondajului, pentru a determina atitudinea părinților și copiilor din grupele experimentală și martor față de educația fizică și modul de viață sănătos. Trebuie remarcat că au avut loc progrese la părinții din grupa experimentală și aproape nu au existat schimbări la părinții din grupa martor.

Datele de pe Figura 3.1 indică faptul că părinții din grupa experimentală au observat o îmbunătățire a stării de sănătate a copiilor lor cu circa 14%, iar numărul părinților care nu erau

interesați de sănătatea copiilor lor a scăzut cu circa 5%, aceste rezultate se datorează informațiilor suplimentare din programa experimentală elaborată de noi.

Rezultatele înregistrate la început de an ating valori ne semnificative atât pentru grupa experimentală, cât și pentru cea martor.



Notă: 1. copilul este perfect sănătos; 2. aș vrea să fie mai bună; 3. copilul este des bolnav; 4. nu știu.

Fig. 3.1. Evaluarea stării de sănătate a copiilor de către părinții din grupele martor și experimentală

În schimb, la sfârșit de an, observăm că starea de sănătate a copiilor din grupa experimentală s-a schimbat semnificativ, spre deosebire de cea a elevilor din grupa martor, în care rezultatele sunt ne semnificative. Prin urmare, anume starea de sănătate a influențat reușita școlară a elevilor.

Cu privire la răspunsurile date la întrebarea: „De câte ori copilul dvs. a fost bolnav pe parcursul anului?” (Figura 3.2), s-a constatat că morbiditatea copiilor din grupa experimentală a scăzut brusc (comparativ cu a celor din grupa martor): cei care au fost bolnavi o dată - cu circa 5%; de două ori - cu circa 22%; mai mult de două ori - cu circa 14%. În acest context, putem

cădea de acord cu opiniile părinților care estimează că, într-adevăr, starea de sănătate a copiilor din grupa experimentală s-a îmbunătățit semnificativ.

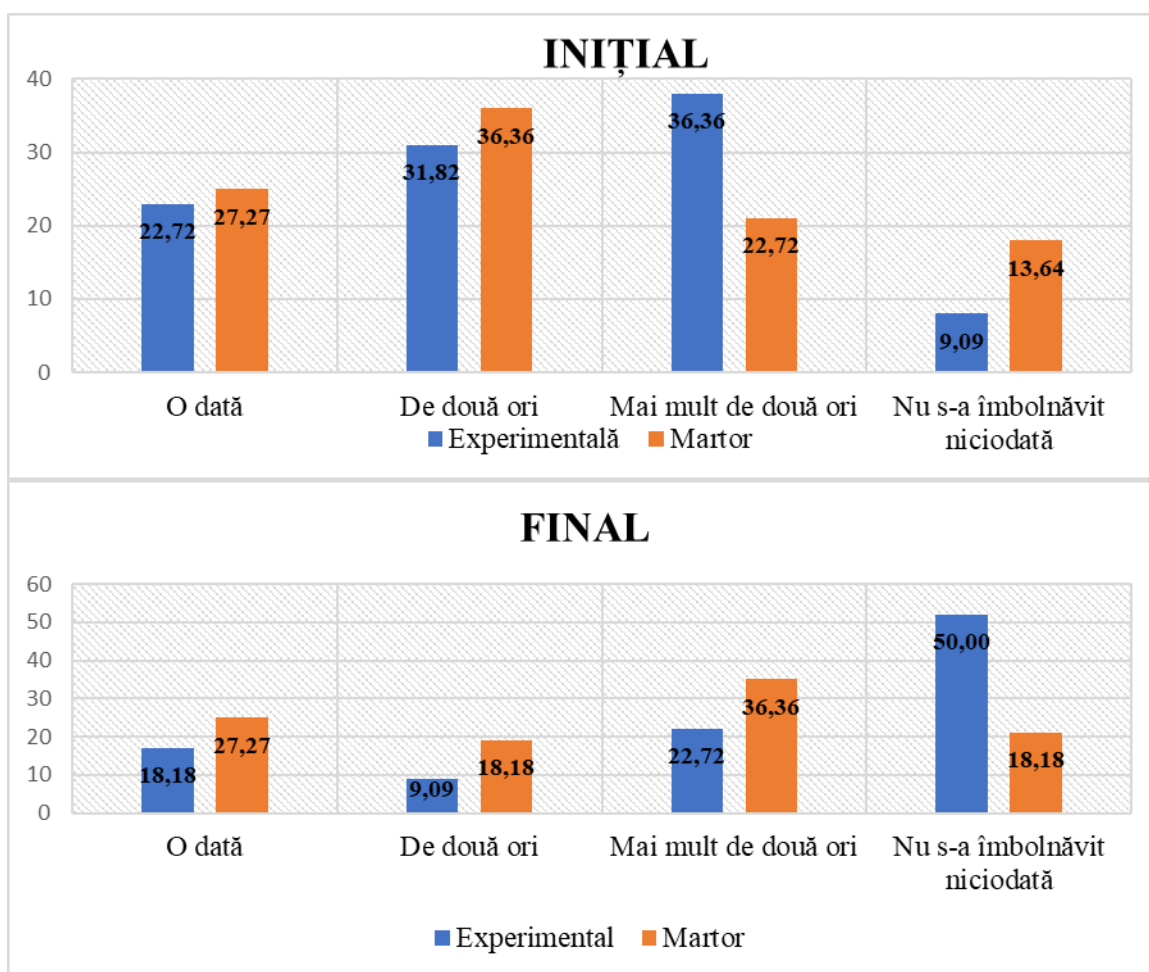


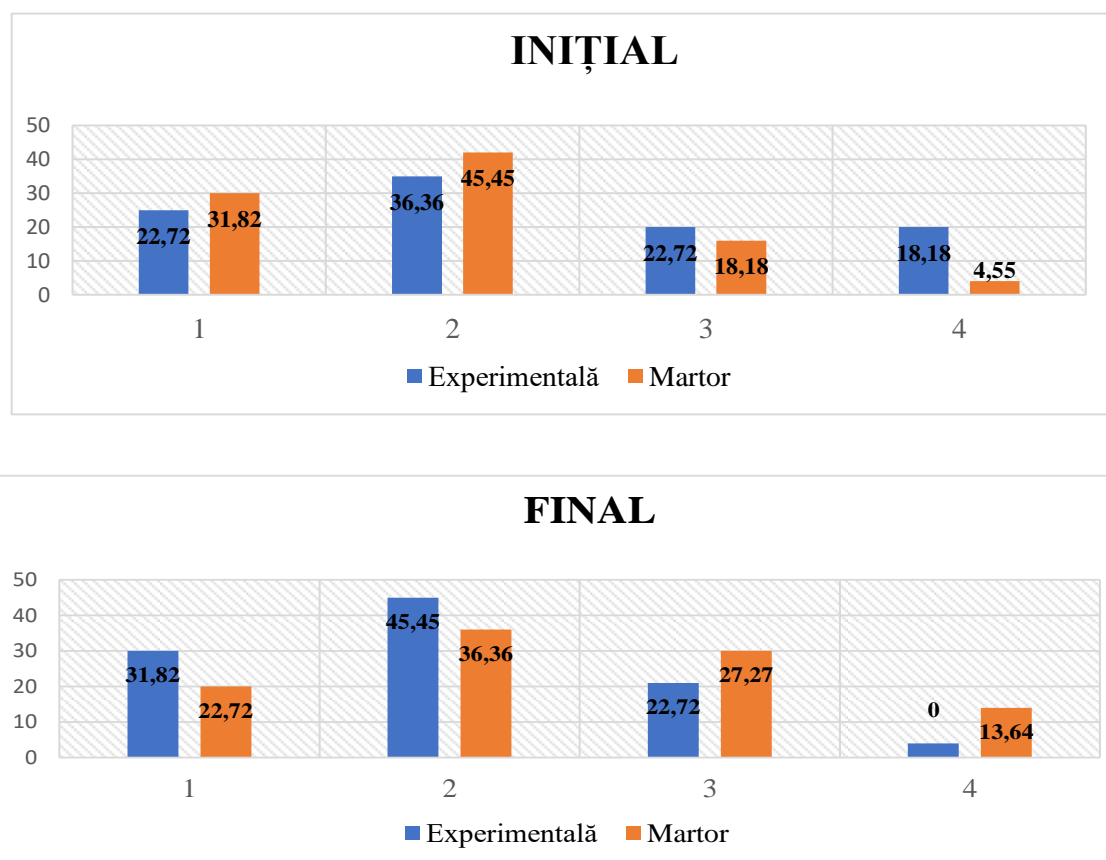
Fig. 3.2. Numărul de cazuri de îmbolnăviri ale copiilor din grupele experimentală și martor pe parcursul anului

În ceea ce privește răspunsurile la întrebarea: „Numiți activitățile preferate ale copilului dvs. în timpul liber”, trebuie remarcat faptul că a crescut semnificativ numărul de copii care au început să prefere jocurile în aer liber (cu circa 22%), au devenit mai creativi (cu circa 11%); a scăzut timpul petrecut în fața televizorului și a calculatorului (cu circa 16%). Acest fapt este confirmat și de rezultatele răspunsurilor la întrebarea de control: „Cu cine își petrece copilul timpul liber?” – astfel, părinții au răspuns că copiii au început să petreacă mai mult timp în aer liber cu prietenii (23%) și ceva mai puțin timp acasă cu părinții (5%). Putem conchide că, probabil, copiii au conștientizat importanța activităților fizice și de recreere pentru modul de viață sănătos. Totodată, părinții copiilor din grupa experimentală au observat o îmbunătățire semnificativă a rezultatelor la toți indicatorii nivelului de dezvoltare și pregătire fizică analizați.

Un număr mare de părinți ai elevilor din grupa experimentală au conștientizat faptul că trebuie să se implice în activitățile fizice ale copiilor (8%); să le formeze abilități de călire a organismului (4%); să-i învețe să practice gimnastica matinală (4%). Dacă înainte de experiment

nu toți părinții erau siguri de beneficiile exercițiilor fizice pentru fortificarea și menținerea stării de sănătate a copilului, atunci după experiment, majoritatea erau convingși de acest fapt, totodată 80% dintre respondenți consideră că lecțiile de educație fizică nu sunt suficiente, fiind necesare și alte forme de activități fizice, ca cercurile sportive, secțiile sportive, activitățile de agrement și recreere.

Răspunsurile la întrebarea: „Vă implicați în activitățile fizice ale copilului dvs?” au scos în evidență faptul că un număr mult mai mare (cu circa 17%) dintre părinții din grupa experimentală au început să se implice în activitățile fizice ale copilului lor, deoarece au conștientizat că este unul dintre principalii factori în promovarea sănătății. În grupa martor, constatăm că părinții se implică în activitățile fizice ale copiilor lor în zilele de odihnă și în perioada concediilor (Figura 3.3).



Notă: 1. Da, sistematic; 2. Da, în zilele de odihnă; 3. Da, în vacanță; 4. Nu.

Fig. 3.3. Implicarea părinților în activitățile fizice ale copiilor din grupele martor și experimentală pe parcursul anului școlar 2018-2019

În consens cu cele relatate mai sus, trebuie să menționăm că rezultatele au fost obținute datorită faptului că copiii și părinții din grupa experimentală au avut posibilitatea de a acumula mai multe cunoștințe în baza investigării conținuturilor tematice propuse în programa experimentală privind interacțiunea școlii și familiei în educație fizică a elevilor de vârstă școlară mică.

În baza răspunsurilor am constatat că, după experiment, mai mulți părinți și-au făcut timp pentru a se implica în organizarea și desfășurarea procesului de dezvoltare și pregătire fizică a copiilor lor (cu 30% mai mulți), au dobândit cunoștințe și abilități pentru realizarea activităților fizice cu copiii - cu circa 6% mai mulți decât la începutul experimentului.

Pe Figura 3.4 sunt reflectate opiniile părinților la întrebarea: „În opinia dvs., care sunt dificultățile cu care vă confrunțați în educația fizică a copiilor?” Conform rezultatelor prezentate pe Figură, este evident că numărul părinților care nu se implică în educația fizică a copilului lor, după experiment, a scăzut cu 6%. În același timp, observăm că a scăzut cu 11% numărul copiilor care se confruntau cu greutate în activitățile lor fizice, și, totodată, a scăzut cu 6% numărul părinților care relatau că, din cauza lipsei de cunoștințe în domeniul educației fizice, nu pot să-și ajute copiii.

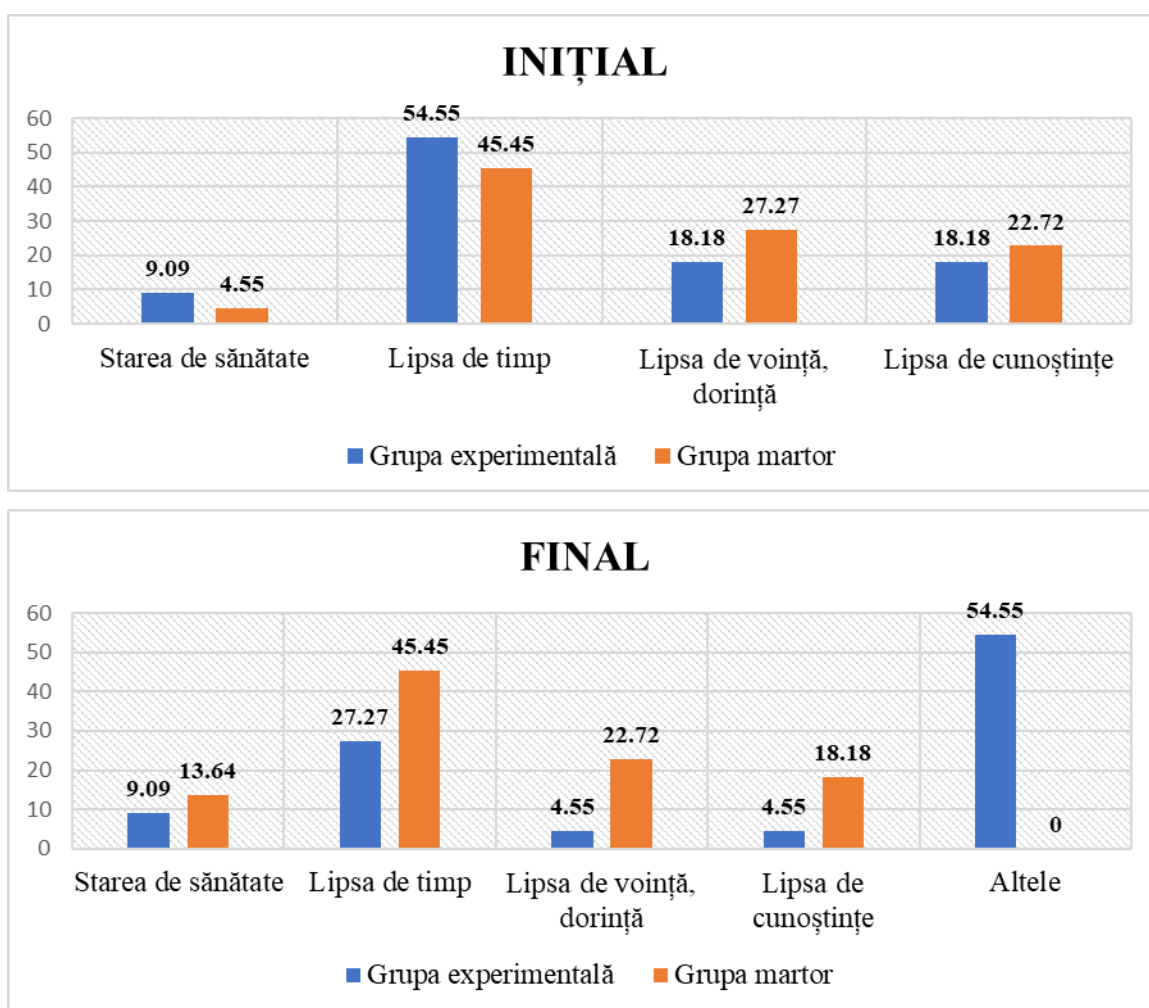
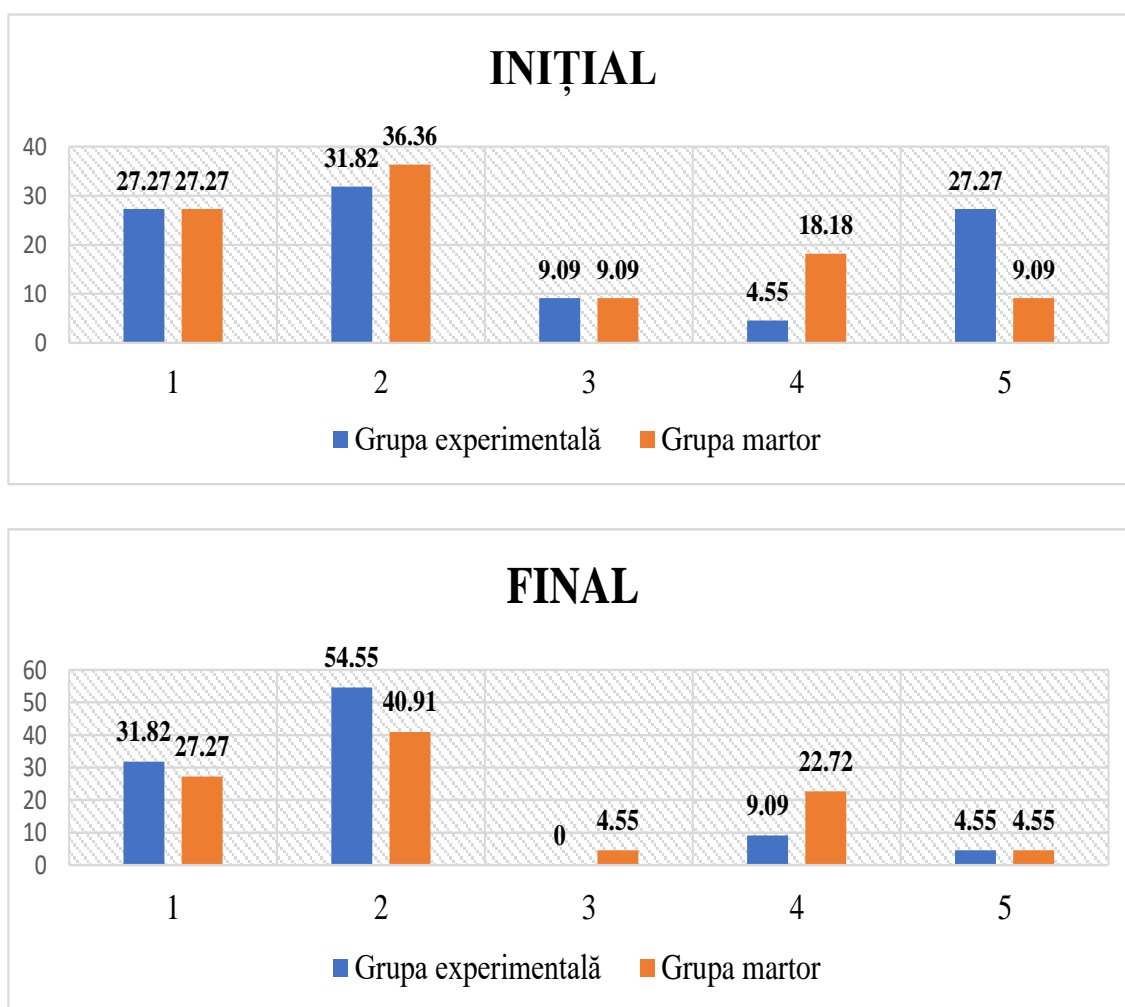


Fig. 3.4. Dificultățile cu care se confruntă părinții în educația fizică a copiilor

Astfel, răspunsurile obținute de la părinții copiilor din grupa experimentală, la începutul experimentului, indică faptul că circa 55% se confruntă cu lipsă de timp pentru educația fizică a copiilor, după experiment această valoare a scăzut până la 27%. Totodată, s-a constatat că 94 % din părinți au dorința de a practica activități fizice în comun cu copilul. În același timp, părinții copiilor din grupa experimentală au început să solicite opinia profesorilor de educație fizică

privind pregătirea fizică a copiilor (cu 11% mai mulți), pe când 96% din părinții copiilor din grupa martor nu solicită opinia profesorilor cu privire la procesul de pregătire fizică a copiilor.

Pe Figura 3.5 sunt prezentate rezultatele inițiale și finale privind opiniile părinților chestionați la întrebarea: „În opinia dvs., care ar fi primul pas pentru a îmbunătăți starea fizică a copiilor?” Cum se vede de pe Figură, doar o parte neînsemnată a celor chestionați a remarcat că în îmbunătățirea stării fizice a copiilor sunt importante metodele de predare la lecția de educație fizică, starea materială a familiei, salariile profesorilor de educație fizică. Cu toate acestea, prevalează numărul părinților care au exprimat părerea despre necesitatea îmbunătățirii bazei materiale a școlii (54,55%) și a desfășurării mai multor lecții de educație fizică pe săptămână.



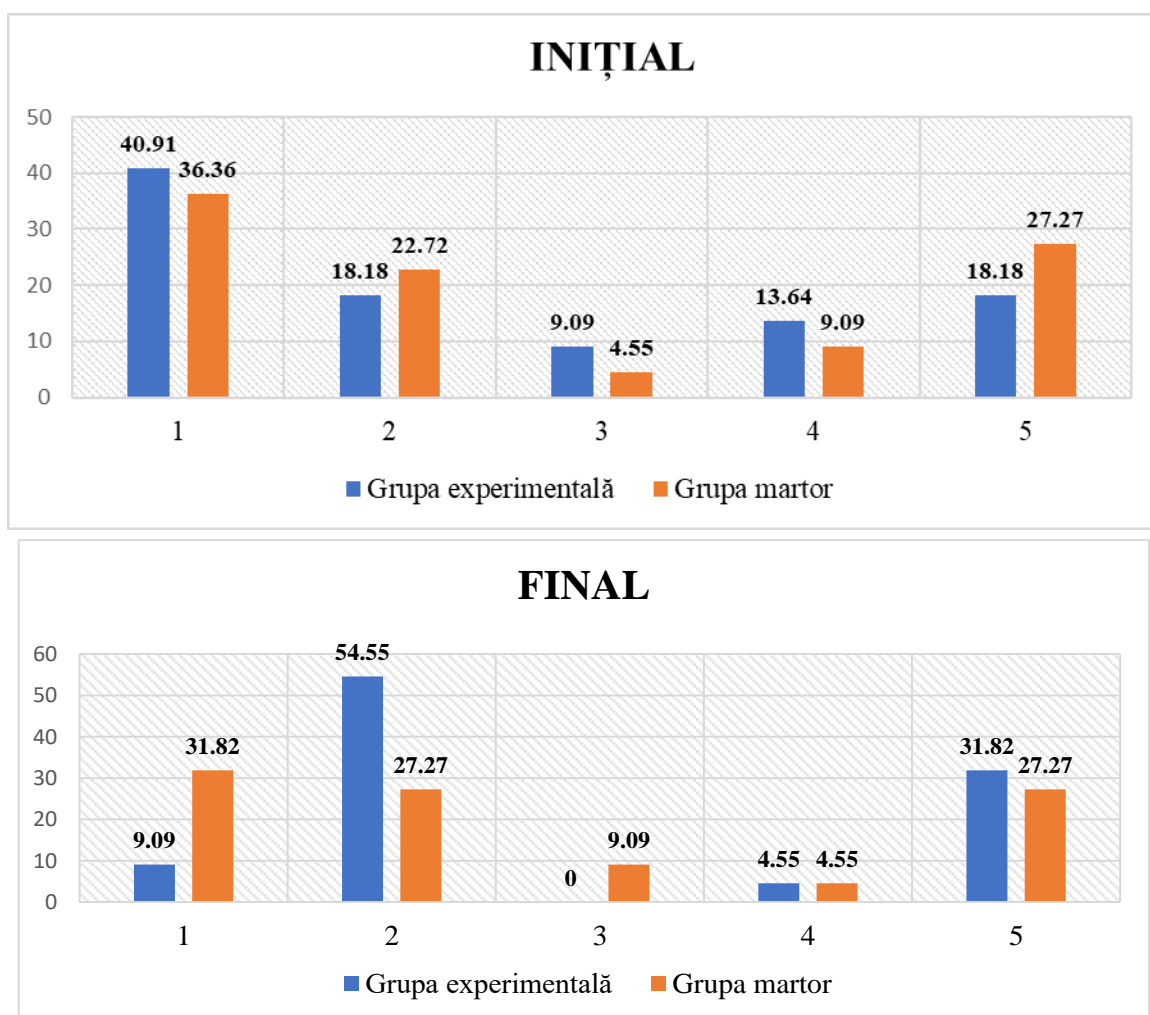
Notă: 1. mai multe lecții de educație fizică pe săptămână; 2. îmbunătățirea bazei materiale a școlii; 3. îmbunătățirea metodelor de predare la lecția de educație fizică; 4. consolidarea stării materiale a familiei; 5. majorarea salariilor profesorilor de educație fizică.

Fig. 3.5. Opiniile părinților referitoare la modalitățile de îmbunătățire a stării fizice a copiilor

În acest sens, trebuie să menționăm că suntem de acord cu opinia părinților chestionați la această întrebare, deoarece copiii au nevoie de condiții atât organizatorice, cât și materiale mai

bune, în același timp, numărul lecțiilor de educație fizică pentru copiii din sate (una sau două ore săptămânale) nu este suficient pentru activitatea fizică și motrice.

În ceea ce privește răspunsurile la întrebarea: „Ce factori influențează educația fizică a copilului?” putem observa că, înainte de experiment, majoritatea părinților copiilor din grupa experimentală considerau că principalul factor este exemplul personal, în timp ce după experiment, s-a acordat importanță exercițiilor fizice realizate în comun (cu circa 37% mai mulți). Astfel, părinții au început să se axeze mai puțin pe mass-media și pe părerea altora despre importanța educației fizice, pe care îi consideră factori mai puțin eficienți. În același timp, cu circa 14% mai mulți părinți au menționat importanța participării la evenimente sportive (Figura 3.6).



Notă: 1. exemplul personal al părinților; 2. exercițiile fizice realizate în comun; 3. mass-media; 4. discuțiile despre importanța educației fizice; 5. participările la evenimente sportive.

Fig. 3.6. Reflectarea grafică a opiniilor părinților cu privire la factorii ce influențează educația fizică a copilului

Esența abordărilor privind exercițiile fizice realizate în comun, exemplul personal al părinților constă în participarea tuturor membrilor familiei la acest proces, prin crearea

condițiilor care să stimuleze interesul copilului pentru exercițiile fizice și susținerea în luarea propriilor decizii.

Analizând datele, observăm că, la începutul experimentului, părinții considerau că o influență majoră asupra formării activității motrice a copiilor o au profesorii, iar la finalul acestuia, observăm o creștere a numărului de părinți (cu circa 11%), care au menționat că de pregătirea fizică a copiilor trebuie să se ocupe în special părinții, dar prioritate s-a acordat în primul rând tatălui (16%). Trebuie, de asemenea, menționat că, la sfârșitul experimentului, a crescut și numărul părinților (cu circa 11%) care își doresc ca copilul lor să practice activitățile sportive. Această dinamică se datorează faptului că pe parcursul anului de studii, părinții și copiii din grupa experimentală au practicat activități de educație fizică în baza programei elaborate de noi, care presupunea lecții suplimentare de educație fizică și un conținut variat de metode și mijloace corespunzătoare vârstei.

În același timp, sunt semnificative rezultatele finale înregistrate la întrebarea: „De ce doriți ca copilul dvs. să practice activitățile sportive?”: părinții din grupa experimentală au subliniat că practicarea sportului contribuie la dezvoltarea armonioasă a copiilor (circa 32%), influențează asupra formării voinței, a caracterului (circa 36%), contribuie la formarea disciplinei (circa 95%) și, totodată, dezvoltă încrederea în sine (50%). Trebuie să menționăm că părinții copiilor din grupa experimentală, la sfârșitul experimentului au conștientizat care este rolul și importanța educației fizice în formarea personalității.

Analizând opiniile părinților privind evaluarea organizării activităților fizice la școală, putem menționa că, dacă inițial circa 45% dintre respondenți evaluau activitatea cu calificativul „bine”, atunci după experiment, doar 36% din părinți au avut aceeași părere. Astfel, presupunem că au crescut cerințele părinților privind organizarea lecțiilor și activităților de educație fizică la școală. În ceea ce privește practicarea activităților fizice în timpul liber, la sfârșitul experimentului observăm o dinamică pozitivă a numărului de părinți din grupa experimentală (cu 6%), care au început să practice sportul în mod regulat. Totodată, 63% dintre părinții care practică activitățile fizice își motivează și copiii, explicându-le beneficiile.

Analizând răspunsurile inițiale ale celor chestionați la întrebarea: „Ce Vă motivează pe dvs. și pe copiii dvs. să practicați exercițiile fizice și alte activități sportive?”, putem menționa că, din punctul de vedere al importanței, opțiunile propuse au fost aranjate în următoarea succesiune:

- Monitorizarea masei corporale, formarea ținutei corecte;
- Dezvoltarea armonioasă a copilului;
- Dorința de a îmbunătăți starea de sănătate.

În același timp, sunt semnificative răspunsurile finale, care reflectă faptul că părinții și-au schimbat prioritățile, menționând factorii care i-au determinat să practice exercițiile fizice, după cum urmează:

- Educarea deprinderilor motrice, ca: mersul, alergarea, echilibrul, aruncarea, cățărarea etc.;
- Dezvoltarea armonioasă a copilului;
- Formarea calităților volitive și a caracterului.

Principalul motiv evocat pentru care părinții, deși sunt convinși de beneficiile activităților fizice, dar nu le practică, a fost lipsa timpului liber (50%); totodată, 40% din părinți au recunoscut că nu practică sportul din lipsă de dorință și doar o parte neînsemnată a celor chestionați a remarcat următoarele motive: „venit material mic” și „lipsa spațiilor și condițiilor pentru activitățile sportive”.

În opinia părinților, atât ai copiilor din grupa experimentală, cât și ai celor din grupa martor, principalul motiv care îi oprește pe copii să participe la activități sportive este volumul excesiv de activități didactice la disciplinele școlare (32%), iar 36% din numărul total de părinți consideră că nu sunt motive ca copiii să nu participe la activitățile sportive. Relevant este și faptul că s-a schimbat atitudinea părinților față de factorul decizional în implicarea copiilor în educația fizică – inițial 64% din părinți erau contra ședințelor comune cu profesorul, iar 23% din părinți au optat pentru varianta că profesorul trebuie să implice copiii în practicarea exercițiilor fizice, ca, la finalul experimentului, părinții să atribuie un rol important cooperării lor cu profesorii școlii (82%).

Trebuie totuși să menționăm că părinții copiilor din grupa experimentală au început să adopte o atitudine mai responsabilă cu privire la dezvoltarea și pregătirea fizică a copilului. Dacă anterior susțineau că ei cunosc suficient despre dezvoltarea copilului, atunci după experiment au fost interesați să primească mai multă informație de la specialiștii din domeniul educației fizice referitor la: menținerea stării de sănătate (cu 18%); dezvoltarea fizică armonioasă (cu 32%); dezvoltarea calităților motrice (cu 23%); dezvoltarea psihofizică (cu 27%).

În ceea ce privește răspunsurile la întrebarea: „Care sunt modalitățile și mijloacele de optimizare a educației fizice care vă interesează pe dvs.?”, putem observa că părinții din grupa experimentală sunt interesați de:

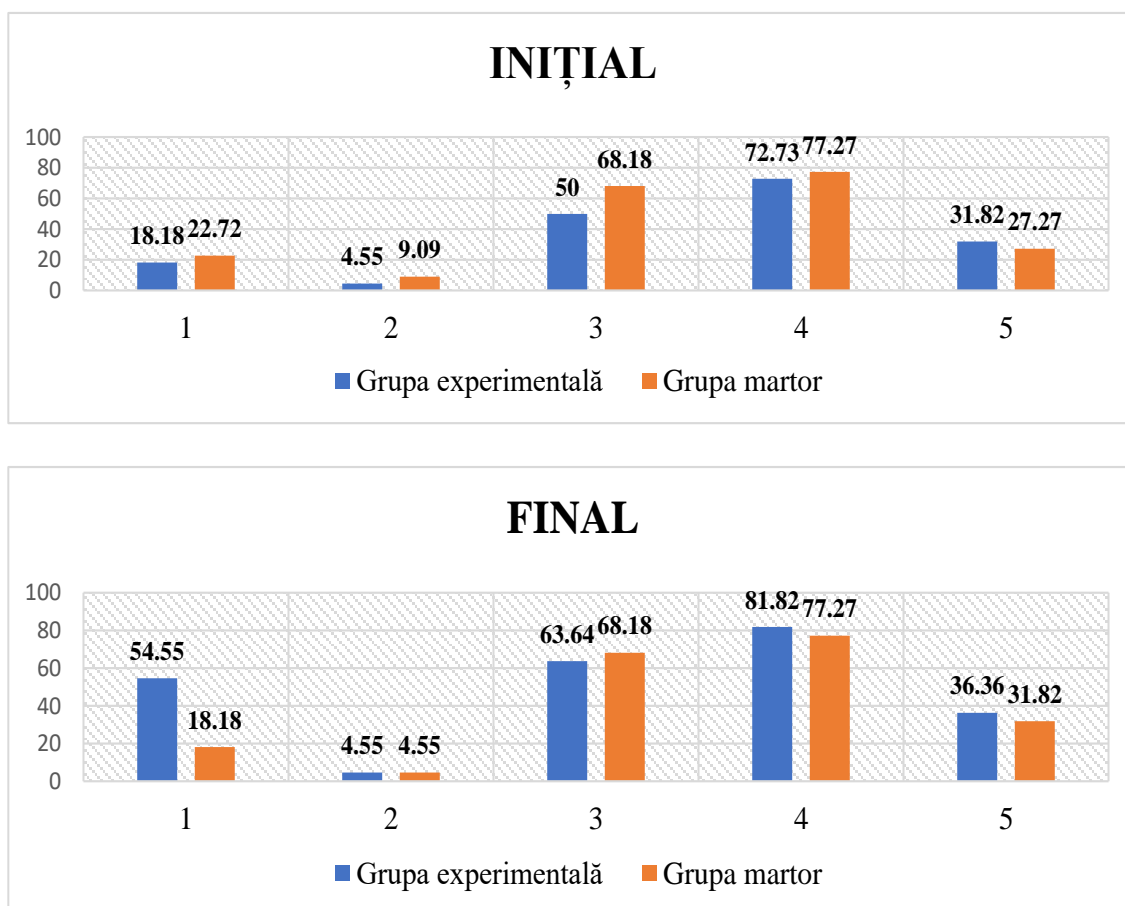
- activități de educație fizică în familie (36%, inițial 18%);
- alimentația rațională (27%, inițial 32%);
- optimizarea activității motrice (18%, inițial 9%)
- controlul greutateii corporale (9%, inițial 27%);
- metode de călire a organismului uman (5%, inițial 9%);

- tehnici de alergare și mers pe jos (5%, inițial 5%).

La sfârșitul experimentului, părinții din grupa experimentală au devenit mai încrezători, fapt ce rezultă din răspunsurile la întrebarea: „Sunteți capabil să efectuați următoarele sarcini?”:

- să alcătuiți un complex de exerciții pentru activitatea în comun cu copilul (82%; însă inițial 50%);
- să efectuați controlul și autocontrolul în timpul exercițiilor (50%, inițial 27%);
- să stabiliți un regim alimentar corect (41%, inițial 27%);
- să oferiți sfaturi privind călirea organismului (23%, inițial 5%);
- să faceți automasaj sau masaj (36%, inițial 32%).

Mai mult, putem afirma că părinții au acumulat cunoștințe în domeniul practic al educației fizice, care vor avea un impact semnificativ în dezvoltarea și pregătirea fizică a copiilor, dar și în dezvoltarea personală. Pe Figura 3.7 sunt prezentate opiniile părinților din grupele experimentală și martor referitoare la întrebarea: „Ce forme de activitate fizică ați prefera pentru copilul dvs.?”



Notă: 1. Cercuri sau cluburi sportive; 2. Antrenamente individuale; 3. Antrenamente în secțiile sportive; 4. Activități de agrement: plimbări active, joc, înot; 5. Evenimente sportive și activități de recreere.

Fig. 3.7. Opiniile părinților din grupele martor și experimentală în ceea ce privește formele de activitate fizică preferate pentru copiii lor

Comparând rezultatele inițiale ale grupei experimentale cu cele ale grupei martor, putem menționa omogenitatea lor. Astfel, la începutul experimentului, 18% dintre părinții din grupa experimentală și 23% dintre părinții grupei martor au optat pentru activitate fizică sub formă de cercuri sportive, iar la sfârșitul experimentului constatăm o creștere semnificativă (55%) a numărului părinților din grupa experimentală, care au preferat această formă de activitate fizică pentru copii. În același timp, sunt semnificative și rezultatele înregistrate la opțiunile ca: antrenamente în secții sportive și activități de agrement, precum sunt plimbările active, jocurile, înotul. Trebuie, de asemenea, menționat că este semnificativă creșterea, de la 32% la 45%, numărului de părinți care și-au înscris copiii la cercuri sportive și, cel mai important, că nici un părinte nu interzice copiilor frecventarea secțiilor sportive.

În acest context, putem menționa că, la sfârșitul experimentului, s-a înregistrat o scădere semnificativă (de la 55% la 27%) a numărului de părinți care se confruntau cu lipsă de timp pentru practicarea activităților fizice împreună cu copiii lor. Astfel, activitățile fizice au devenit, pentru majoritatea părinților (64%), unul dintre factorii cei mai importanți ai unui mod de viață sănătos, la aceasta adăugându-se și alți factori, ca: reducerea efectelor nocive, alimentarea rațională, igiena personală, respectarea regimului zilnic, odihnă și recreere etc. De asemenea, constatăm că 32% dintre respondenți au început să practice un mod de viață sănătos (inițial erau doar 18%), iar 64% menționează că nu reușesc întotdeauna să respecte un mod de viață sănătos și doar 5% au recunoscut în mod deschis că nu au un mod de viață sănătos.

La întrebarea: „Ce veți face dacă, din diverse motive, copilul nu va participa la lecțiile de educație fizică?”, 64% dintre respondenți (inițial 41%) au afirmat că vor face totul pentru ca copilul să frecventeze lecțiile de educația fizică.

De asemenea, considerăm important pentru cercetarea noastră de a analiza cum au fost influențați și elevii la finalul experimentului. Astfel, a fost aplicat sondajul, sub forma unei conversații, în scopul identificării atitudinilor elevilor din grupele martor și experimentală privind desfășurarea procesului de educație fizică în școală și familie (Anexa 2). Trebuie să menționăm o dinamică pozitivă a rezultatelor copiilor din grupa experimentală, fapt ce nu a fost atestat în grupa martor. Relevant este faptul că a crescut numărul elevilor interesați: de lecțiile de educație fizică și probele de sport - de la 61% până la 78%; de vizionarea filmelor și emisiunilor TV pe teme sportive (de la 66% până la 77%); de frecventarea secțiilor sportive (de la 23% până la 34%); de petrecerea timpului în aer liber (de la 46% până la 72%); de studierea noțiunilor despre igiena personală și respectarea regimului zilei (de la 50% până la 67%). Totodată, elevii au afirmat că au permisiunea părinților de a frecventa secțiile sportive (de la 94% până la 100%).

În acest context, putem menționa că, inițial, doar 17% dintre copii susțineau că părinții lor practică sportul, iar la sfârșitul experimentului, observăm o creștere semnificativă, de 39%.

Potrivit copiilor, părinții lor au început să practice exercițiile fizice în cadrul gimnasticii matinale (inițial – 15%, final – 27%). Din păcate, în perioada experimentului n-au fost procurate echipamente sportive și puțini copii au învățat să înoate [86, p.184].

Implicarea părinților în activitățile prevăzute în programa experimentală le-a permis acestora, în primul rând, să-și schimbe atitudinea pasivă cu privire la educația fizică a copiilor într-una activă. Totodată, este important a menționa că părinții au acumulat cunoștințe atât în domeniul educației fizice, cât și despre activitățile de educație fizică în familie – astfel, au devenit capabili să gestioneze problemele cu care se confruntă copiii în procesul de organizare a activităților de educație fizică. Relevant este faptul că a apărut interesul și dorința părinților de a se implica în educația fizică a copiilor și că ei nu se axează, ca la începutul experimentului, doar pe activitatea educațională a profesorilor. Astfel, conform rezultatelor sondajului, părinții și copiii s-au convins de beneficiile aduse de educația fizică, implicându-se în activități fizice și în formarea unui mod de viață sănătos.

Concluzionând, putem afirma că organizarea și activitatea cercului de educație fizică și sănătate de tip familial sunt eficiente și utile. Datorită activităților cercurilor sportive s-au unificat eforturile școlii și ale familiei, iar elevilor de vârstă școlară mică le-a fost formată o atitudine pozitivă față de educația fizică și modul de viață sănătos.

3.2. Analiza indicilor nivelului dezvoltării și pregătirii fizice a elevilor de vârstă școlară mică

Cercetarea stării morfofuncționale a elevilor de vârstă școlară mică a permis stabilirea, pe parcursul anului școlar, a nivelului de dezvoltare, care influențează interacțiunea școlii și familiei în educația fizică. Pentru stabilirea nivelului dezvoltării fizice, la începutul și sfârșitul experimentului pedagogic de bază, desfășurat în condițiile educației fizice la elevii clasei a IV-a, subiecții grupelor experimentală și martor au fost testați, aplicându-se indicatori ce definesc nivelul dezvoltării somatice.

Aplicarea metodelor de educație fizică ar trebui să se bazeze pe cunoașterea nivelului de dezvoltare și pregătire fizică a copiilor de vârstă școlară mică. Prin urmare, înainte de începerea experimentului pedagogic, au fost determinați câțiva indici morfologici și ai pregătirii fizice a copiilor de 9-10 ani.

Înălțimea corpului este unul dintre cei mai importanți indicatori biomecanici ai omului, care influențează caracteristicile tehnicii mișcării. Acest indice reprezintă atât trăsăturile vizibile în genotip, cât și pe cele care îi conferă rezistența la boli, funcționarea organelor etc [166, 167].

În cadrul cercetării noastre, s-a testat nivelul dezvoltării fizice a elevilor din grupa martor și experimentală, astfel obținându-se rezultate după cum urmează: în Tabelul 3.1. sunt reflectați

indicii statistici la testele ce definesc nivelul dezvoltării fizice a elevilor înregistrați la testarea inițială și, respectiv, cea finală.

Tabelul 3.1. Analiza comparativă a indicilor inițiali și finali ai nivelului de dezvoltare fizică a subiecților grupelor experimentale și martor

Nr. crit.	Indicatori	Sexul	Grupele	Indici inițiali	Indici finali	t	P
				X ± m	X ± m		
1	Înălțimea (cm)	B	E	138,27±1,34	141,27±0,62	3,386	<0,01
			M	139,09±1,64	140,91±0,92	1,167	>0,05
			t	0,39	0,33	-	-
			P	>0,05	>0,05	-	-
		F	E	137,09±1,04	140,45±1,12	3,471	<0,01
			M	140,90±1,64	143,45±1,79	1,660	>0,05
			t	1,97	1,42	-	-
			P	>0,05	>0,05	-	-
2	Greutatea (kg)	B	E	33,27±1,75	36,36±1,85	1,929	>0,05
			M	32,18±1,85	35,09±2,05	1,664	>0,05
			t	0,43	0,46	-	-
			P	>0,05	>0,05	-	-
		F	E	33,90±1,79	36,64±2,01	1,605	>0,05
			M	31,73±1,71	34,09±1,79	1,510	>0,05
			t	0,88	0,95	-	-
			P	>0,05	>0,05	-	-
3	Excursia cutiei toracice (cm)	B	E	65,45±0,72	68,09±0,82	3,810	<0,01
			M	67,36±1,64	69,45±1,85	1,215	>0,05
			t	1,06	0,67	-	-
			P	>0,05	>0,05	-	-
		F	E	65,18±1,19	67,72±1,34	2,234	<0,05
			M	65,55±1,56	67,09±1,64	1,077	>0,05
			t	0,18	0,30	-	-
			P	>0,05	>0,05	-	-

Notă: Grupa experimentală, băieți (n=11)

Grupa martor, fete (n=11)

F= 22-2 F= 11-1

t= 2,086 2,845 3,850

P<0,05 0,01 0,001

t= 2,228 3,269 4,587

P<0,05 0,01 0,001

Probabilitatea: 95% 99% 99,9% r=0,602

Caracteristicile statistice ale testelor aplicate în grupele martor și experimentală a elevilor, la începutul experimentului, demonstrează că indicii inițiali sunt relativ omogeni ($P > 0,05$), fapt ce corespunde regulii de bază a studiilor statistice comparative, ceea ce ne-a permis să demarăm experimentul pedagogic. Rezultatele înregistrate la finalul experimentului ne-au permis să efectuăm analiza comparativă a acestora cu datele inițiale ale experimentului.

Astfel, înălțimea corpului la băieții din grupele martor și experimentală la începutul experimentului pedagogic a fost de $139,09 \pm 1,64$ cm și, respectiv $138,27 \pm 1,34$ cm, iar la fete – $140,90 \pm 1,64$ cm și $137,09 \pm 1,04$ cm ($P > 0,05$). La finalul experimentului, datele statistice ne demonstrează un progres semnificativ, atât la băieții cât și fetele din grupa experimentală, la nivelul valoric de 1% ($P < 0,01$).

Unul dintre principalii indicatori ai nivelului dezvoltării fizice a copiilor este masa corporală. Acesta este un indicator integral, care depinde mai puțin de genotip decât înălțimea corpului. Influența mai multor factori, precum: nutriția, activitatea fizică, condițiile sociale, determină o variabilitate semnificativă a acestei caracteristici. În opinia autorilor [165,167], perioada de la 7 până la 10 ani se caracterizează printr-o creștere uniformă, nesemnificativă a masei corporale.

Potrivit rezultatelor testărilor, masa corporală a băieților din grupele martor și experimentală, înainte de începerea experimentului pedagogic, a fost de $32,18 \pm 1,85$ kg și, respectiv $33,27 \pm 1,75$ kg, iar cea a fetelor de $31,73 \pm 1,71$ kg și, respectiv $33,90 \pm 1,79$ kg. La sfârșitul experimentului, acest indice a crescut, la băieții din grupa martor până la $35,09 \pm 2,05$ kg, iar la cei din grupa experimentală – până la $36,36 \pm 1,85$ kg, iar la fetele din grupa martor – până la $34,09 \pm 1,79$ kg și, respectiv, la cele din grupa experimentală până la $36,64 \pm 2,01$ kg. Astfel, trebuie să menționăm că greutatea corpului se încadrează în media de vârstă. S-a schimbat indicele ce definește circumferința cutiei toracice: la băieții din grupa experimentală acesta a crescut cu 2,64cm, ceea ce reprezintă o creștere semnificativă, la nivelul valoric de 1% ($P < 0,01$), iar la cei din grupa martor – cu 2,09cm; în cazul fetelor, această creștere a fost de 2,54cm și respectiv, 1,54cm, ceea ce reprezintă o diferență semnificativă doar la nivelul valoric de 5% ($P < 0,05$).

Valorile înregistrate în urma aplicării testărilor inițiale și finale prezintă același grad de omogenitate pentru indicele de masă corporală. Nivelul diferențelor nu este semnificativ pentru acest indice măsurat ($P > 0,05$). S-a observat, la sfârșitul experimentului, că înălțimea și ECT a elevilor din grupa experimentală a crescut semnificativ, deoarece la această vârstă copiii sunt în stadiul de dezvoltare.

Pentru realizarea analizei comparative în grupele experimentale, la începutul și la sfârșitul experimentului, s-au aplicat testele pentru studierea nivelului pregătirii motrice, specifice pentru elevii claselor a IV-a.

Pregătirea fizică generală și polivalentă este un proces orientat spre dezvoltarea/educarea calităților motrice, spre îmbunătățirea nivelului pregătirii funcționale, obiective ce pot fi realizate prin mijloace selective și globale de influențare a segmentelor corpului [101, p.59].

În vederea realizării analizei parametrilor motrici s-au aplicat următoarele 6 teste de control, respectiv pentru evaluarea vitezei și a coordonării mișcărilor – alergare de suveică 3x10m; evaluarea rezistenței – alergare 500/800m; evaluarea forței – săritura în lungime de pe loc; a capacității de forțăviteză în regim de rezistență a mușchilor trunchiului – ridicarea trunchiului din culcat dorsal în 30 sec; suplețea – aplecare înainte din stând pe banca de gimnastică (cm); evaluarea forței brațelor – pentru fete: flotări din sprijin culcat cu mâinile pe

banca de gimnastică, iar pentru băieți – tracțiuni în brațe la bara fixă. Testarea a fost efectuată în sala de sport, în aceleași condiții, după o încălzire clasică (în ceea ce privește durata, selectarea exercițiilor și succesiunea executării lor), schema de execuție a testului nu s-a modificat, în timpul acestuia a fost creat un mediu competițional.

În ce privește indicatorii inițiali ai nivelului pregătirii fizice a elevilor din grupele martor și experimentală, n-au fost înregistrate diferențe semnificative statistic (Tabelele 3.2 și 3.3).

Tabelul 3.2. Analiza comparativă a indicilor inițiali și finali ai testării activității motrice a grupelor experimentală și martor de băieți (cl. a IV-a, n = 22)

Nr. crt.	Teste	Grupe și caracteristici statistice	Caracteristici statistice			
			Indici inițiali $X \pm m$	Indici finali $X \pm m$	t	P
1	Alergare de suveică 3x10m (sec)	E	9,31±0,07	9,11±0,06	3,431	<0,01
		M	9,34±0,09	9,29±0,05	1,252	>0,05
		t	0,23	2,26	-	-
		P	>0,05	<0,05	-	-
2	Alergare de rezistență 800m (sec)	E	288,05±3,76	274,12±1,90	4,438	<0,01
		M	287,38±3,37	281,21±2,79	0,560	>0,05
		t	0,131	2,104	-	-
		P	>0,05	<0,05	-	-
3	Săritura în lungime de pe loc (cm)	E	147,55±2,65	152,91±1,24	2,276	<0,05
		M	145,55±4,83	147,55±1,52	0,493	>0,05
		t	0,532	2,266	-	-
		P	>0,05	<0,05	-	-
4	Ridicarea trunchiului din culcat dorsal în 30 sec (nr. de rep.)	E	21,27±1,03	24,82±0,92	4,057	<0,05
		M	20,82±1,03	21,64±0,82	0,969	>0,05
		t	0,31	2,581	-	-
		P	>0,05	<0,05	-	-
5	Tracțiuni în brațe la bara fixă (nr. de rep.)	E	3,09±0,36	5,18±0,41	6,040	<0,001
		M	3,27±0,41	3,45±0,41	1,482	>0,05
		t	0,33	2,712	-	-
		P	>0,05	<0,05	-	-
6	Aplecare înainte din stând pe banca de gimnastică (cm)	E	3,64±1,13	7,91±1,03	4,411	<0,01
		M	3,45±0,82	4,09±0,62	1,307	>0,05
		t	0,13	3,178	-	-
		P	>0,05	<0,05	-	-

Notă: (F=10) t=2,228 3,269 4,587 (f=20) t=2,086 2,815 3,850
P<0,05 0,01 0,001 P<0,05 0,01 0,001
95% 99% 99,9%

Comparând rezultatele obținute la începutul experimentului cu standardele date în „*Teste motrice de diagnosticare a nivelului de pregătire fizică generală a elevilor clasei a IV-a*”, s-a constatat că dezvoltarea capacităților de forțăviteză și a rezistenței mușchilor trunchiului (ridicarea trunchiului din culcat dorsal în 30 sec) la băieții din grupa martor și experimentală corespunde nivelului de pregătire „*mediu*”. La fel, la nivelul mediu de dezvoltare sunt și indicii ce caracterizează capacitățile, precum cele de forțăviteză ale mușchilor flexori ai trunchiului și membrilor inferioare (săritura în lungime) și a capacităților aerobe ale organismului (alergare de

rezistență 800m (sec)). Un nivel scăzut a fost remarcat în ceea ce privește dezvoltarea vitezei și a coordonării mișcărilor (alergare de suveică 3x10m), a supleții (aplecare înainte din stând pe banca de gimnastică) și a forței brațelor (tracțiuni în brațe la bara fixă).

În cazul fetelor din ambele grupe, toți indicii testelor de control au fost la un nivel „mediu”. Rezultatele obținute indică un grad insuficient de pregătire fizică a elevilor din grupele martor și experimentală, care îndeplinesc exerciții generale de dezvoltare numai în condițiile școlii medii de cultură generală.

Tabelul 3.3. Analiza comparativă a indicilor inițiali și finali ai testării activității motrice a grupelor experimentală și martor de fete (cl. a IV-a, n = 22)

Nr. crt.	Teste	Grupe și caracteristici statistice	Caracteristici statistice			
			Indici inițiali X ± m	Indici finali X ± m	t	P
1	Alergare de suveică 3x10m (sec)	E	9,36±0,04	9,12±0,04	6,667	<0,001
		M	9,27±0,04	9,25±0,03	0,615	>0,05
		t	1,56	2,6	-	-
		P	>0,05	<0,05	-	-
2	Alergare de rezistență 500m (sec)	E	188,13 ±3,13	172,55±1,95	6,073	<0,001
		M	187,14±3,72	182,05±2,23	1,638	>0,05
		t	0,204	3,304	-	-
		P	>0,05	<0,01	-	-
3	Săritura în lungime de pe loc (cm)	E	135,54±3,20	146,18±2,90	3,980	<0,01
		M	130,55±3,50	138,73±1,22	2,789	<0,05
		t	1,053	2,367	-	-
		P	>0,05	<0,05	-	-
4	Ridicarea trunchiului din culcat dorsal în 30 sec (nr. de rep.)	E	17,64±0,89	19,91±0,82	2,967	<0,05
		M	16,36±0,82	17,18±0,74	0,743	>0,05
		t	1,057	2,473	-	-
		P	>0,05	<0,05	-	-
5	Flotări din sprijin culcat cu mâinile pe banca de gimnastică (nr. de rep.)	E	8,27±0,45	10,73±0,52	4,234	<0,01
		M	8,36±0,52	8,91±0,45	0,947	>0,05
		t	0,13	2,645	-	-
		P	>0,05	<0,05	-	-
6	Aplecare înainte din stând pe banca de gimnastică (cm)	E	6,91±0,67	10,64±0,82	5,501	<0,001
		M	6,36±0,82	7,27±0,74	1,302	>0,05
		t	0,52	3,050	-	-
		P	>0,05	<0,05	-	-

Notă: (F=10) t=2,228 3,269 4,587 (f=20) t=2,086 2,815 3,850
P<0,05 0,01 0,001 P<0,05 0,01 0,001

Pentru a determina eficacitatea influenței modelului pedagogic de interacțiune a școlii și familiei în educația fizică a elevilor de vârstă școlară mică și a programei experimentale, a fost efectuată o analiză comparativă a indicilor inițiali și finali ai testării activității motrice a grupelor martor și experimentală.

Analiza indicilor finali ai elevilor grupei experimentale a demonstrat o îmbunătățire semnificativă a rezultatelor la toți indicatorii de pregătire fizică studiați (Tabelele 3.2 și 3.3).

La proba *alergare de suveică 3x10m* (Figura 3.8), la băieții din grupa experimentală,

observăm o creștere de la $9,31\pm 0,07$ sec până la $9,11\pm 0,06$ sec, iar în grupa martor n-au existat modificări esențiale (inițial $9,34\pm 0,09$ sec, final $9,29\pm 0,05$ sec; $P>0,05$).

La fete, de asemenea, se constată o creștere semnificativă a rezultatelor finale față de indicii obținuți la început de an în cadrul experimentului pedagogic. S-a constatat, la grupa martor, la testarea finală, că media de grup s-a îmbunătățit cu 0,02 sec față de testarea inițială, iar la grupa experimentală, aceasta s-a îmbunătățit cu 0,24 sec (Figura 3.9).

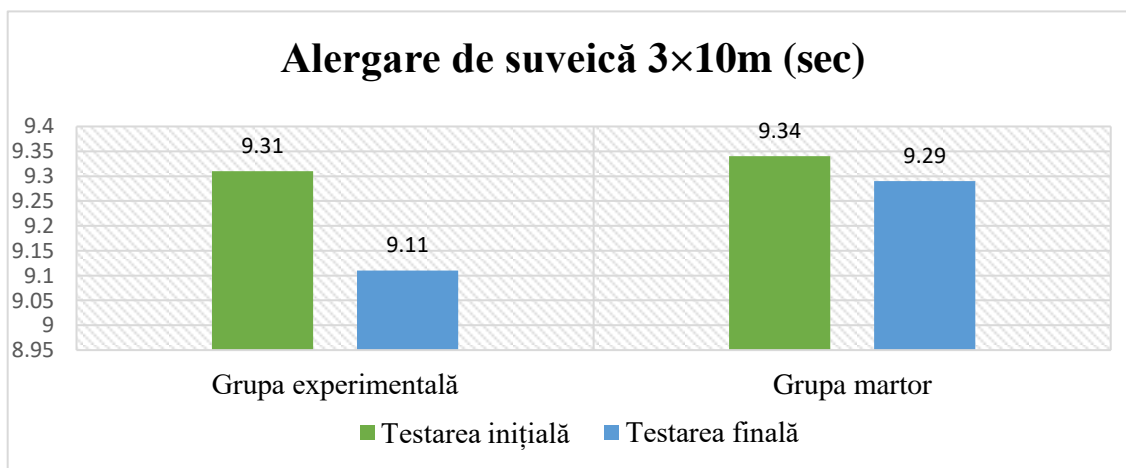


Fig. 3.8. Analiza comparativă a indicilor inițiali-finali la testul „alergare de suveică 3x10m (sec)” înregistrați în grupele martor și experimentală (băieți)

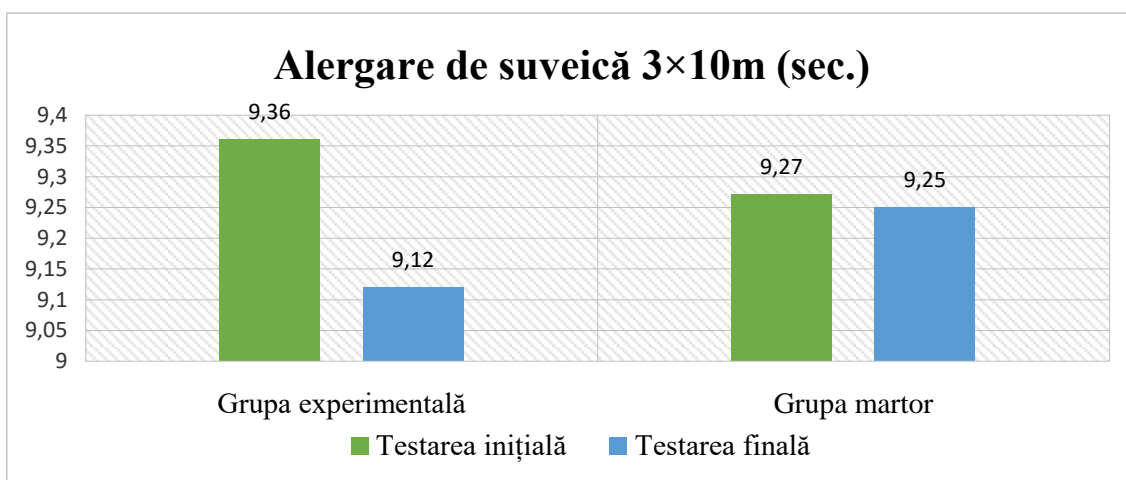


Fig. 3.9. Analiza comparativă a indicilor inițiali-finali la testul „alergare de suveică 3x10m (sec)” înregistrați în grupele martor și experimentală (fete)

În ceea ce privește nivelul de dezvoltare a rezistenței generale (aerobe), a fost aleasă proba *alergare 500/800m (sec)*. Pentru băieți, media indicelui de rezistență, la sfârșit de an în grupa martor, constituie $281,21\pm 2,79$ sec, astfel media de grup s-a îmbunătățit cu 6,17sec fiind nesemnificativă ($P>0,05$). În grupa experimentală s-a obținut rezultatul de $274,12\pm 1,90$ sec, performanțele s-au îmbunătățit semnificativ cu 13,93sec, la nivelul de 1% ($P<0,01$).

Rezultatele finale la proba *alergare 500m* pentru fetele din grupa experimentală diferă semnificativ față de cele inițiale, înregistrându-se valori de $172,55\pm 1,95$ sec ($P < 0,001$), iar pentru

grupa martor se constată un nivel scăzut al acestui indice – $182,05 \pm 2,23$ sec, fapt ce reprezintă o creștere ne semnificativă ($P > 0,05$).

La proba *săritura în lungime de pe loc (cm)*, ce caracterizează nivelul dezvoltării capacităților de forță-viteză (Figura 3.10), pe parcursul anului școlar, la fetele din grupa martor s-a constatat o creștere a indicilor de la $130,55 \pm 3,50$ cm până la $138,73 \pm 1,22$ cm, iar la cele din grupa experimentală, performanțele au crescut de la $135,54 \pm 3,20$ cm până la $146,18 \pm 2,90$ cm, îmbunătățindu-se semnificativ, cu 11cm, la nivelul valoric de 1% ($P < 0,01$).

Și la băieții din grupa experimentală, observăm o dinamică pozitivă: la testarea inițială – $147,55 \pm 2,65$ cm, iar la cea finală – $152,91 \pm 1,24$ cm, media de grup s-a îmbunătățit cu 5,36cm, ceea ce reprezintă o creștere semnificativă la nivelul valoric de 5% ($P < 0,05$). Indicii înregistrați la începutul anului în grupa martor constituie $145,53 \pm 4,83$ cm, iar la sfârșitul anului $147,55 \pm 1,52$ cm, ceea ce reprezintă o creștere de 2,02cm ($P > 0,05$, Figura 3.11).

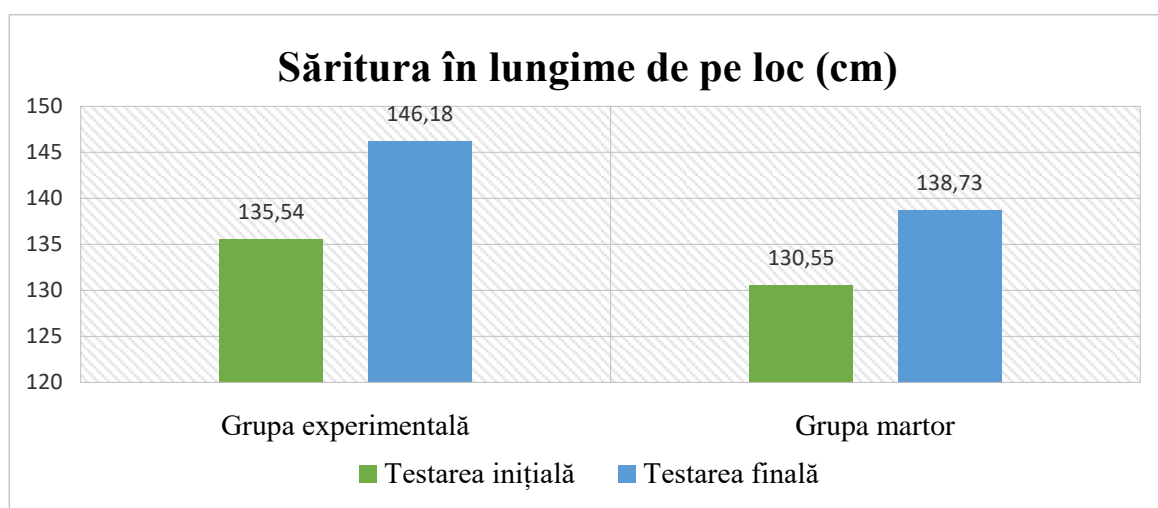


Fig. 3.10. Analiza comparativă a indicilor inițiali-finali la testul „săritura în lungime de pe loc (cm)” înregistrați în grupele martor și experimentală (fete)

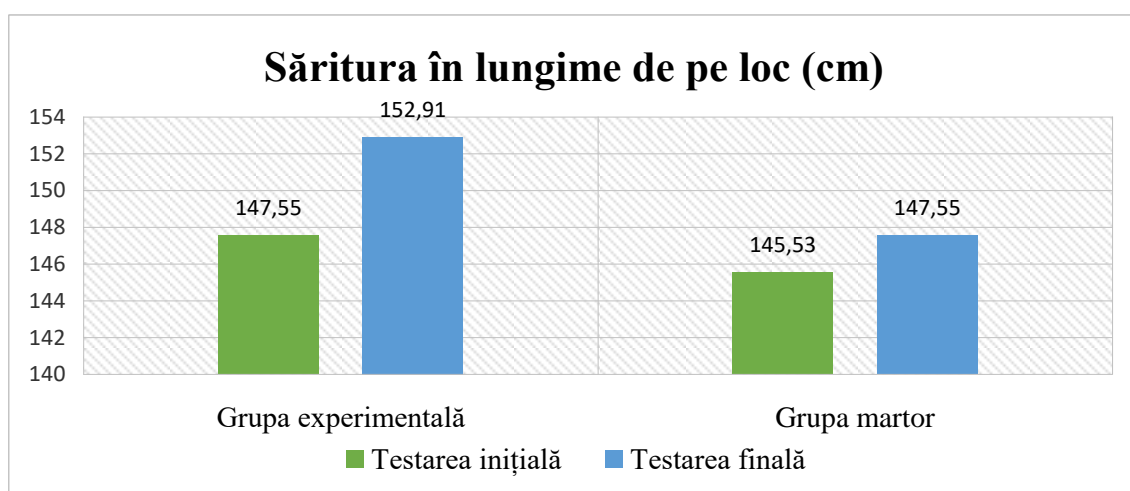


Fig. 3.11. Analiza comparativă a indicilor inițiali-finali la testul „săritura în lungime de pe loc (cm)” înregistrați în grupele martor și experimentală (băieți)

La testările inițială și finală la proba *ridicarea trunchiului din culcat dorsal în 30 sec* (nr. de repetări), fetele din grupa martor au înregistrat valori de $16,36 \pm 0,82$ și, respectiv, de $17,18 \pm 0,74$, fapt ce reprezintă o creștere ne semnificativă ($P > 0,05$), pe când în grupa experimentală, observăm o diferență semnificativă, de la $17,64 \pm 0,89$ până la $19,91 \pm 0,82$ (Figura 3.12). Valorile înregistrate în grupa martor (băieți) la testarea inițială s-au clasificat la nivelul mediu jos de $20,82 \pm 1,03$, iar la testarea finală s-au înregistrat valori mai mari decât la testarea inițială, însă diferențele sunt totuși ne semnificative ($P > 0,05$), clasându-se la nivelul mediu prin rezultatul de $21,64 \pm 0,82$. La băieții din grupa experimentală se constată o creștere puternic semnificativă ($P < 0,01$), înregistrându-se valori la un nivel superior de $24,82 \pm 0,92$ (Figura 3.13).

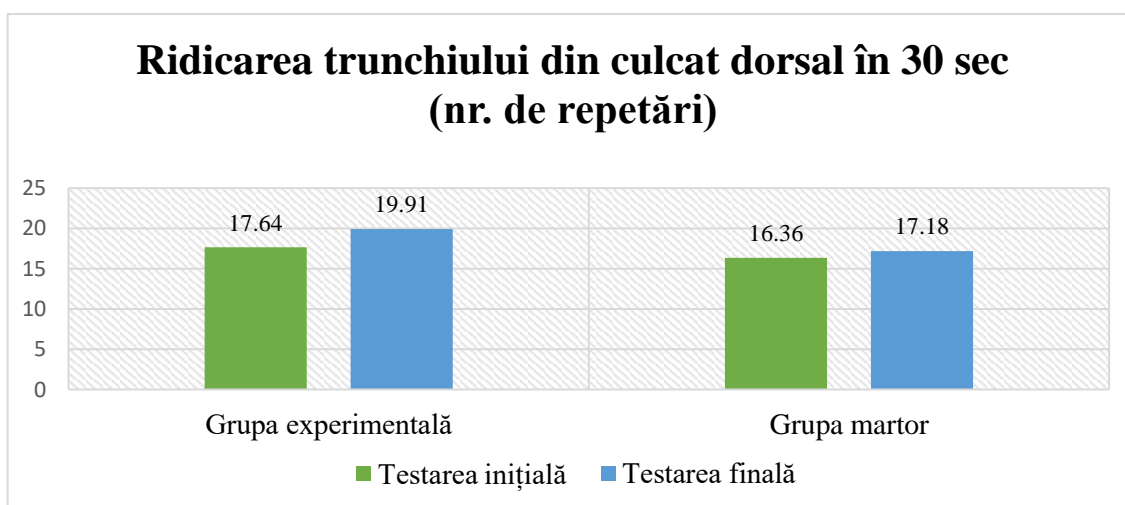


Fig. 3.12. Analiza comparativă a indicilor inițiali-finali la testul „ridicarea trunchiului din culcat dorsal în 30 sec” înregistrați în grupele martor și experimentală (fete)

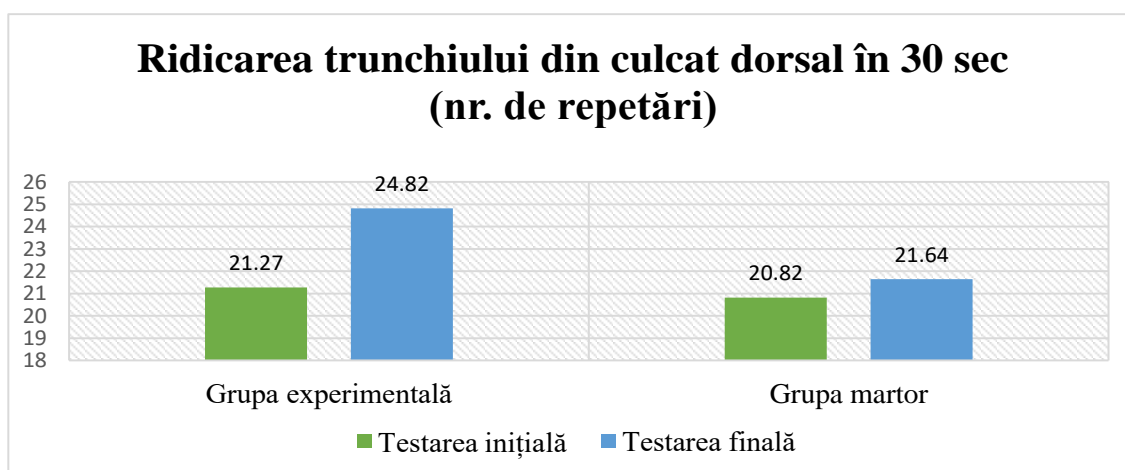


Fig. 3.13. Analiza comparativă a indicilor inițiali-finali la testul „ridicarea trunchiului din culcat dorsal în 30 sec” înregistrați în grupele martor și experimentală (băieți)

Un alt indice aplicat în scopul analizei mobilității elevilor de vârstă școlară mică a fost testul *aplecare înainte din stând pe banca de gimnastică (cm)*. Analizând mediile indicilor obținuți ca rezultat al testărilor inițiale și finale, pentru grupele experimentală și martor, trebuie

să menționăm că datele mobilității la băieți sunt cu mult mai mici decât la fete. Prin urmare, acest fapt ne permite să concluzionăm că mobilitatea se dezvoltă la această vârstă mai bine la fete.

Rezultatele testării inițiale la fetele din ambele grupe sunt omogene, la grupa martor – 6,36cm, iar la cea experimentală – 6,91cm, cele finale diferă semnificativ ($P < 0,01$) de cele înregistrate la testările inițiale, în grupa experimentală fiind de $10,64 \pm 0,82$ cm, iar în grupa martor – $7,27 \pm 0,74$ cm. Astfel, constatăm un progres semnificativ statistic ($P < 0,05$) în ambele grupe (Figura 3.14). Pentru băieți, valorile mediilor obținute ca rezultat al testărilor efectuate la sfârșit de an, de asemenea, sunt mai mari față de cele inițiale, însă semnificative numai pentru grupa experimentală, unde creșterea este de 4,27cm, față de 0,64cm în grupa martor, cu un prag de semnificație de 1% ($P < 0,01$, Figura 3.15).

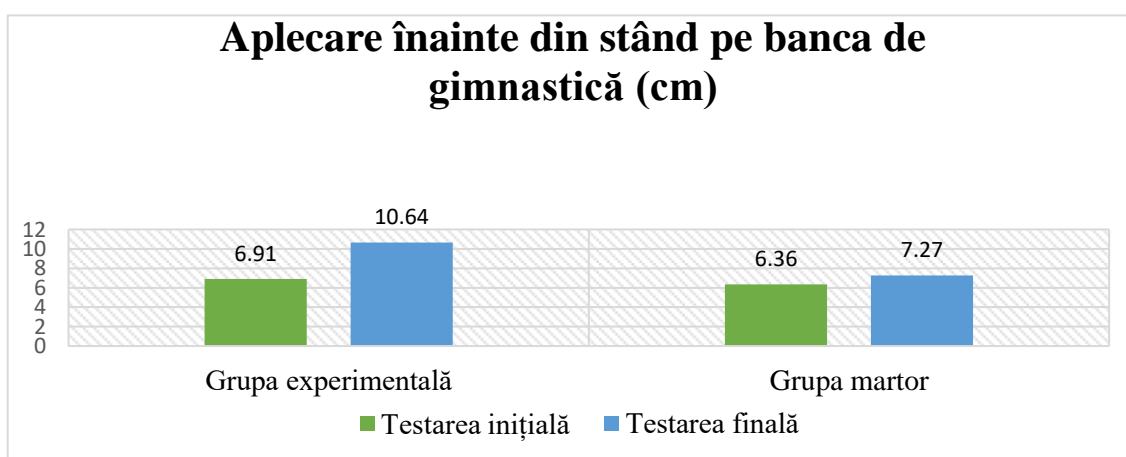


Fig. 3.14. Analiza comparativă a indicilor inițiali-finali la testul „aplecare înainte din stând pe banca de gimnastică (cm)” înregistrați în grupele martor și experimentală (fete)

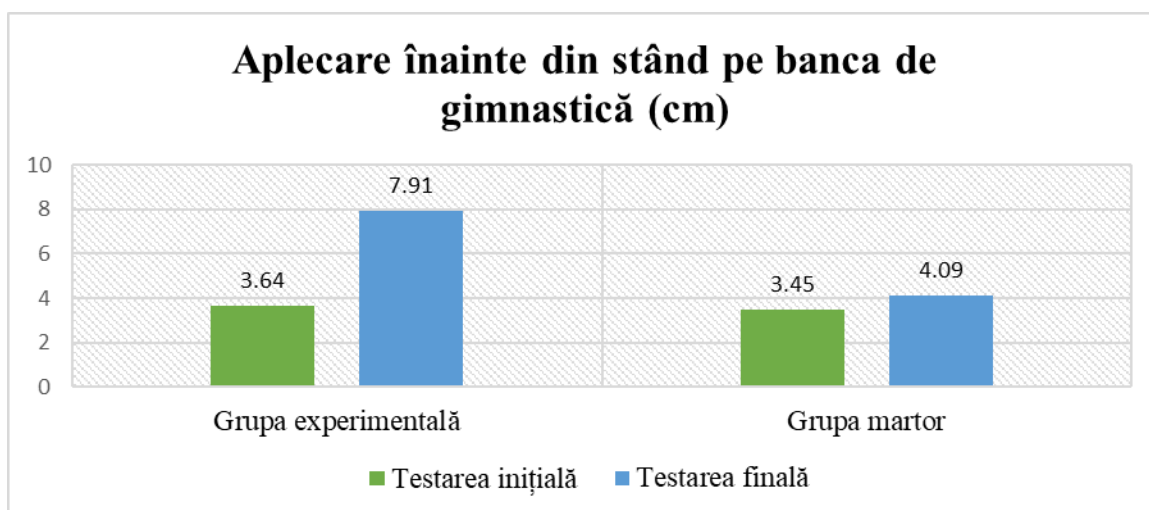


Fig. 3.15. Analiza comparativă a indicilor inițiali-finali la testul „aplecare înainte din stând pe banca de gimnastică (cm)” înregistrați în grupele martor și experimentală (băieți)

În ce privește indicii ce caracterizează capacitatea de forță a brațelor, la elevii claselor implicate în experiment, *tracțiuni în brațe la bara fixă* – probă pentru băieți și *flotări* – pentru

fete, de asemenea, s-a constatat o creștere a lor pe parcursul anului de studiu. Pentru fete, media indicelui de forță, la sfârșit de an în grupa martor, constituie $8,91 \pm 0,45$ rep., astfel media de grup s-a îmbunătățit cu 0,55 repetări, diferența fiind nesemnificativă ($P > 0,05$). În grupa experimentală s-a obținut rezultatul de $10,73 \pm 0,52$ repetări, performanțele s-au îmbunătățit semnificativ la nivelul de 1% ($P < 0,01$), cu 2,46 (Figura 3.16).

Rezultatele obținute de băieții din grupa experimentală la testarea finală și prezentate pe Figura 3.17 la proba *tracțiuni în brațe la bara fixă* diferă semnificativ de cele inițiale, înregistrând valori de $5,18 \pm 0,41$ rep. ($P < 0,001$), iar în grupa martor se constată un nivel scăzut al acestui indice - $3,45 \pm 0,41$ rep., fapt ce reprezintă o creștere nesemnificativă ($P > 0,05$).

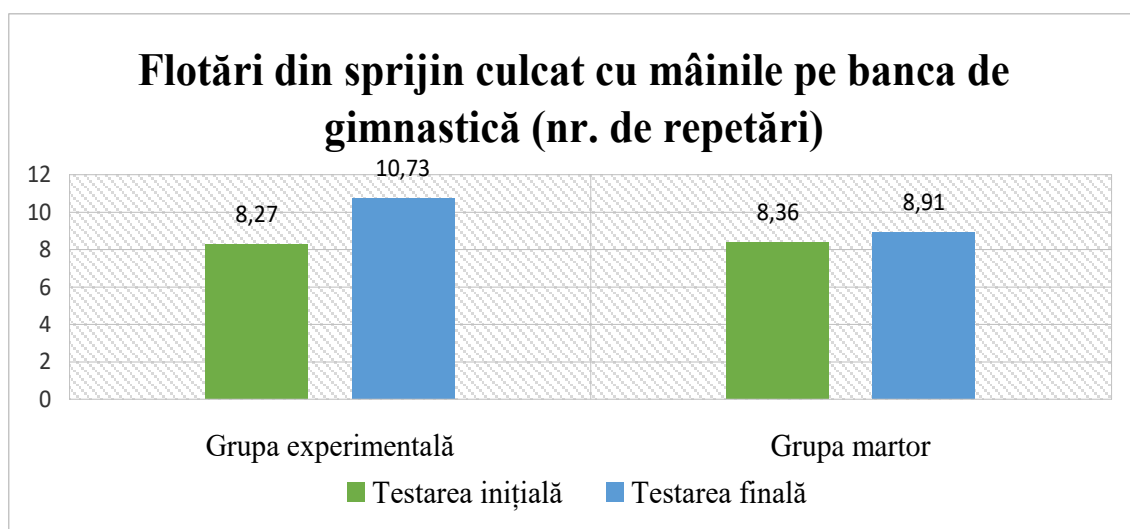


Fig. 3.16 Analiza comparativă a indicilor inițiali-finali la testul „flotări din sprijin culcat cu mâinile pe banca de gimnastică (nr. de repetări)” în grupele martor și experimentală (fete)

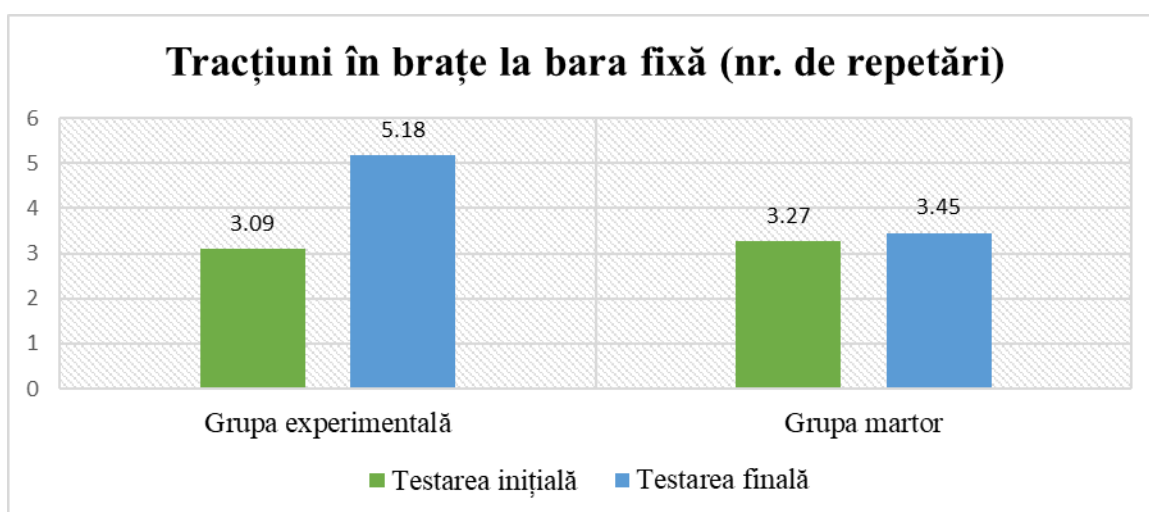


Fig. 3.17. Analiza comparativă a indicilor inițiali-finali la testul „tracțiuni în brațe la bara fixă (nr. de repetări)” în grupele martor și experimentală (băieți)

Datele finale confirmă că, în dinamică, pe parcursul experimentului, acestea s-au îmbunătățit considerabil ($P < 0,01$). S-au înregistrat diferențe semnificative în ce privește indicii ce caracterizează capacitățile de forțăviteză ale elevilor (ridicarea trunchiului din culcat dorsal în 30 sec și săritura în lungime de pe loc).

În special, trebuie remarcată suplețea (aplecare înainte din stând pe banca de gimnastică), care a înregistrat o creștere considerabilă ($P < 0,001$) la sfârșitul experimentului pedagogic.

Făcând o analiză generală a rezultatelor testării finale a nivelului dezvoltării și pregătirii fizice a elevilor din clasa a IV-a, se observă foarte bine eficiența modelului pedagogic de interacțiune a școlii și familiei în educația fizică a elevilor de vârstă școlară mică și a programei experimentale propuse și implementate în cadrul experimentului pedagogic pe parcursul anului școlar 2018-2019. Analiza datelor obținute la subiecții grupei experimentale a demonstrat o îmbunătățire semnificativă a tuturor indicilor de pregătire fizică evaluați.

Totodată, rezultatele semnificativ mai bune ale elevilor grupei experimentale se explică prin faptul că, în timpul orelor de educație fizică desfășurate în cadrul cercului de educație fizică și sănătate de tip familial al școlii conform „*Programei experimentale de interacțiune a școlii și familiei în educația fizică a elevilor de vârstă școlară mică*”, au fost luate în considerare caracteristicile individuale ale acestora. La fel, pe parcursul anului școlar, s-a acționat asupra dezvoltării fizice a copiilor prin activități educaționale. Utilizarea diverselor mijloace de educație fizică și a formelor de organizare a modelului și programei pedagogice experimentale a contribuit la formarea interesului constant pentru practicarea educației fizice de elevii de vârstă școlară mică, astfel asigurând îmbunătățirea tonusului general și crearea premiselor necesare pentru formarea calităților morale și fizice. Toate acestea, luate împreună, au contribuit la formarea motivației pozitive, a dorinței de a practica exercițiile fizice și, ca rezultat, la îmbunătățirea condiției fizice a organismului.

3.3. Analiza indicatorilor stării de sănătate și ai reușitei școlare a elevilor de vârstă școlară mică

Studierea stării de sănătate a elevilor de vârstă școlară mică, în concordanță cu procesul de organizare și desfășurare a educației fizice școlare, este extrem de importantă pentru justificarea măsurilor preventive, promovarea sănătății și formarea unui mod de viață sănătos pentru generația tânără. În cadrul cercetării a fost analizată rata morbidității elevilor din grupele martor și experimentală în baza datelor înregistrate la cabinetul medical al școlii privind numărul de bolnavi, dar și schimbările care au intervenit la diferite etape de studiu. Prin urmare, la începutul experimentului, numărul de cazuri de îmbolnăviri la elevii din grupa experimentală atingea 73%. Din numărul total de îmbolnăviri, 30% au fost boli ale aparatului respirator

(bronșite, pneumonii, rinofaringite și un caz de maladie cronică a amigdalelor), 18% - boli endocrine, de nutriție și metabolism, 13% - miopie, 6% - scolioze și 6% - platipodie. În grupa martor, la fel 73% din elevi au prezentat cazuri de îmbolnăvire, existând o rată mai mare de boli ale aparatului locomotor – 25%, ale aparatului respirator – 14%, iar o pondere de 34% au avut-o bolile cardiovasculare, miopiile, obezitatea și dermatitele alergice.

Astfel, în funcție de starea de sănătate și nivelul de dezvoltare și pregătire fizică, elevii din școlile medii de cultură generală sunt împărțiți în două grupe medicale pentru practicarea educației fizice: *grupele de bază și cele speciale* (inclusiv antrenați în activități, Tabelul 3.4). În cazul când există anumite boli sau consecințe ale traumatismelor, elevii sunt eliberați de la lecțiile de educație fizică. Prin urmare, grupa medicală pentru practicarea activităților de educație fizică este considerată de noi unul dintre criteriile de sănătate a elevilor.

Tabelul 3.4. Distribuția subiecților experimentali conform grupelor medicale pentru educația fizică la etapele inițială și finală ale experimentului (n=44)

Grupa medicală	Grupa experimentală				Grupa martor			
	Inițial		Final		Inițial		Final	
	Nr. copii	%	Nr. copii	%	Nr. copii	%	Nr. copii	%
Grupa de bază	15	68,2	20	90,9	16	72,7	18	81,8
Grupa specială (inclusiv antrenați în activități)	7	31,8	2	9,1	6	27,3	4	18,2
	7	31,8	2	9,1	6	27,3	4	18,2

Evident, nivelul morbidității la copii este influențat de starea sistemelor funcționale, în special a sistemului imunitar, precum și de capacitatea organismului de a rezista la efectele adverse ale factorilor de mediu și ale celor nutriționali.

Prin urmare, în baza rezultatelor prezentate, putem afirma că, la sfârșitul semestrului I, din cauza îmbolnăvirilor (mai ales a răcelilor), fetele din grupa experimentală au absentat 111 zile (în medie 10,09 zile pentru fiecare elevă), iar în grupa martor - 127 de zile (în medie 11,55 zile pentru fiecare elevă). Absențele școlare ale băieților din grupa experimentală au constituit 104 zile (în medie 9,45 zile pentru fiecare elev), iar a băieților din grupa martor - 109 zile (în medie 9,91 zile pentru fiecare elev). Distribuția rezultatelor privind absenteismul grupelor participante la experiment pe parcursul anului 2018-2019 este expusă în Tabelul 3.5 și pe Figurile 3.18 și 3.19.

Tabelul 3.5. Analiza comparativă a indicatorilor privind absenteismul elevilor grupelor martor și experimentală (n=44)

Indicatori	Sexul	Caracteristici statistice						
		Grupa	Nr. absențe zile	Indicatori sem. I $X \pm m$	Nr. absențe zile	Indicatori sem. II $X \pm m$	t	P
Absența școlară din cauza îmbolnăvirilor	B	GE	104	9,45±2,77	41	3,73±2,36	2,469	<0,05
		GM	109	9,91±2,36	123	11,18±2,57	0,288	>0,05
		t		0,126		2,135	-	-
		P		>0,05		<0,05	-	-
	F	GE	111	10,09±2,67	9	0,82±0,92	4,112	<0,01
		GM	127	11,55±3,90	194	17,64±4,93	1,501	>0,05
		t		0,309		3,354	-	-
		P		>0,05		<0,01	-	-

Notă: (F=10) t=2,228 3,269 4,587 (f=20) t=2,086 2,815 3,850
P<0,05 0,01 0,001 P<0,05 0,01 0,001

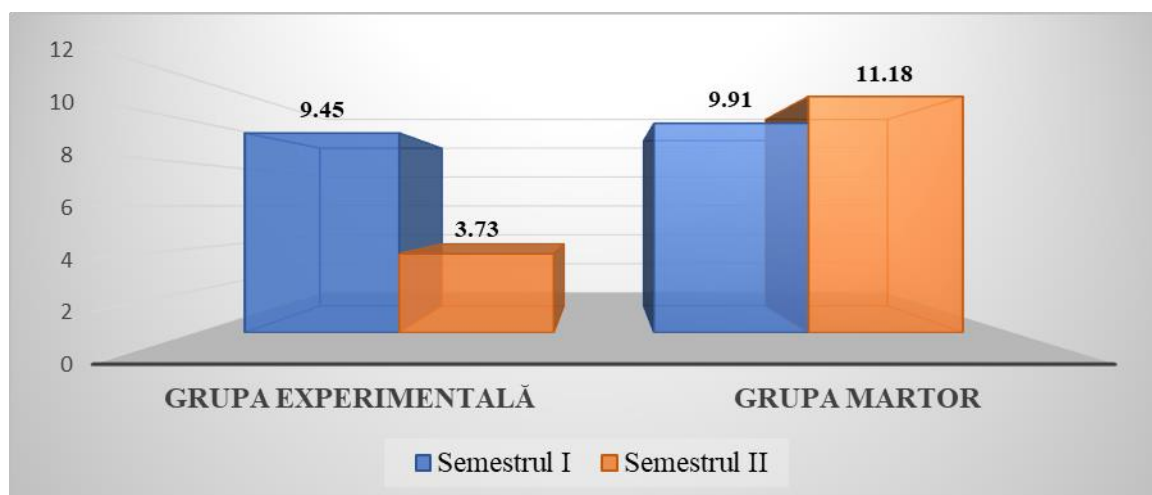


Fig. 3.18. Distribuția rezultatelor privind absențele școlare pe parcursul anului școlar 2018-2019 (băieți)

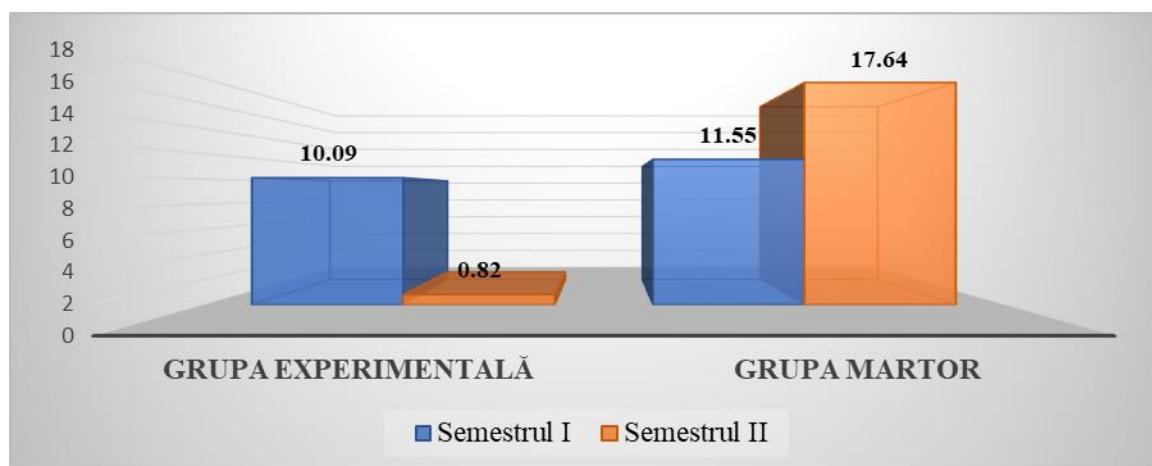


Fig. 3.19. Distribuția rezultatelor privind absențele școlare pe parcursul anului școlar 2018-2019 (fete)

Prin urmare, în baza acestor rezultate, putem afirma că la elevii din grupa experimentală s-a schimbat semnificativ numărul absențelor din cauza infecțiilor respiratorii. Astfel, în rândul fetelor, numărul zilelor școlare absente din cauza bolii a scăzut cu 91,9%, iar la cele din grupa martor s-a atestat o creștere a absențelor din cauza bolilor cu 34,5%. La băieții din grupa experimentală, de asemenea, s-a observat o reducere semnificativă a absenteismului din cauza bolilor cu 61%, iar la cei din grupa martor, numărul absențelor din cauza îmbolnăvirilor a crescut cu 11%. Desigur, nu putem afirma că numai prin practicarea activităților de educație fizică și introducerea unui stil de viață sănătos este posibilă prevenirea apariției bolilor respiratorii, în cazul cărora totuși factorul patogenetic principal este poluarea mediului. Cu toate acestea, practicarea rațională a activităților de educație fizică și menținerea unui stil de viață sănătos sporesc rezistența generală a organismului la orice factor dăunător, inclusiv la cei de mediu.

Analizând rezultatele înregistrate la reușita școlară, constatăm că media generală la disciplinele de studiu (cu excepția educației fizice) în grupa experimentală a fost cu mult mai înaltă decât în grupa martor, astfel avem următoarele rezultate: calificativele „foarte bine” – 48,33%, „bine” – 30,33%, „suficient” – 21,34%, iar la descriptorii: „independent” – 84,86%, „ghidat de profesor” – 13,71%, „cu mult sprijin” – 1,43%. În grupa martor, au fost constatate calificativele „foarte bine” – 16,66%, „bine” – 33,34%, „suficient” – 50%, precum și descriptorii „independent” – 51,95%, „ghidat de profesor” – 38,28%, „cu mult sprijin” – 9,77% (Tabelul 3.7 și 3.8).

Referitor la reușita elevilor la disciplina „Educația fizică”, s-au obținut următoarele rezultate: grupa experimentală la descriptorii „independent” – 77%, „ghidat de profesor” – 23%, „cu mult sprijin” – 0%, în grupa martor la descriptorii „independent” – 23%, „ghidat de profesor” – 68%, „cu mult sprijin” – 9% (Tabelul 3.6).

Tabelul 3.6. Analiza comparativă a reușitei școlare la disciplina „educația fizică” a elevilor din grupele martor și experimentală pe parcursul anului școlar 2018-2019 (n=44,%)

Disciplinele de studiu	Calificative/descriptorii	Grupa experimentală						Grupa martor					
		Sem.I		Sem.II		Anual		Sem.I		Sem.II		Anual	
		nr.	%	nr.	%	nr.	%	nr.	%	nr.	%	nr.	%
Educația fizică	Independent	5	23,0	17	77,0	17	77,0	4	18,0	5	23,0	5	23,0
	Ghidat	15	68,0	5	23,0	5	23,0	14	64,0	15	68,0	15	68,0
	Cu sprijin	2	9,0	0	-	0	-	4	18,0	2	9,0	2	9,0

Sub formă grafică, rezultatele înregistrate sunt prezentate pe Figura 3.20.

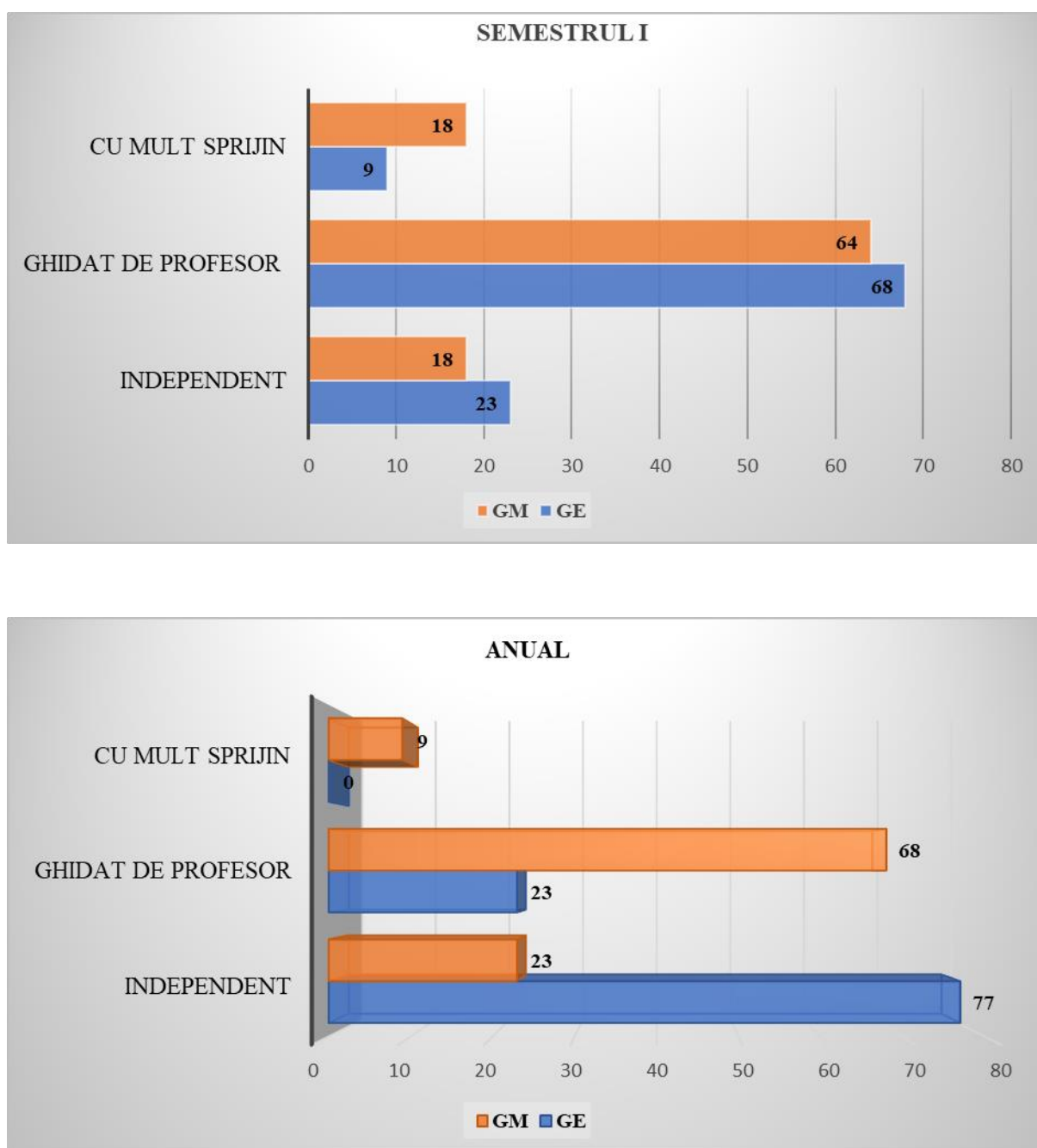


Fig. 3.20. Reușita școlară a elevilor grupelor martor și experimentală la disciplina „educația fizică”

Tabelul 3.7. Reușita școlară a elevilor din grupele martor și experimentală pe parcursul anului școlar 2018-2019 (%)

Discipline de studiu	Calificative/ Descriptori	Indicatori de performanță semestrial și anual la disciplinele de studiu (%)							
		Grupa experimentală (n=22)				Grupa Martor (n=22)			
		Sem.I	Sem.II	Anual		Sem.I	Sem.II	Anual	
				nr.	%			nr.	%
Limba și literatura română	Foarte bine	27	50	11	50,0	32	14	3	14,0
	Bine	45	27	7	32,0	27	32	7	32,0
	Suficient	32	23	4	18,0	64	55	12	55,0
Limba străină	Foarte bine	36	45	10	45,0	-	9	2	9,0
	Bine	36	32	7	32,0	27	23	5	23,0
	Suficient	27	23	5	23,0	73	68	15	68,0
Matematica	Foarte bine	41	50	11	50,0	14	27	6	27,0
	Bine	32	27	6	27,0	27	45	10	45,0
	Suficient	27	23	5	23,0	59	27	6	27,0
Științe	Independent	55	68	16	73,0	27	32	7	32,0
	Ghidat	36	27	5	23,0	32	32	7	32,0
	Cu sprijin	9	5	1	5,0	41	36	8	36,0
Istoria	Independent	45	68	15	68,0	36	36	8	36,0
	Ghidat	41	27	6	27,0	32	45	10	45,0
	Cu sprijin	14	5	1	5,0	32	18	4	18,0
Educația morală și spirituală	Independent	68	77	18	82,0	45	36	10	45,0
	Ghidat	32	23	4	18,0	50	45	11	50,0
	Cu sprijin	-	-	-	-	5	18	1	5,0
Educația muzicală	Independent	86	77	22	100,0	100	59	13	59,0
	Ghidat	14	23	-	-	-	41	9	41,0
	Cu sprijin	-	-	-	-	-	-	-	-
Educația plastică	Independent	68	95	21	95,0	64	86	19	86,0
	Ghidat	27	5	1	5,0	32	14	3	14,0
	Cu sprijin	5	-	-	-	5	-	-	-
Educația tehnologică	Independent	64	86	19	86,0	45	45	12	55,0
	Ghidat	36	14	3	14,0	45	45	8	36,0
	Cu sprijin	-	-	-	-	9	9	2	9,0
Dezvoltarea personală	Independent	68	91	20	91%	50	50	11	50,0
	Ghidat	32	9	2	9,0	50	50	11	50,0
	Cu sprijin	-	-	-	-	-	-	-	-

Tabelul 3.8. Reușita școlară (%) a elevilor din grupele martor și experimentală la etapa finală a experimentului

Descriptori/Calificative	Grupe	
	Experimentală (n=22)	Martor (n=22)
Foarte bine	48,33	16,66
Bine	30,33	33,34
Suficient	21,34	50,00
Independent	84,86	51,95
Ghidat de profesor	13,71	38,28
Cu mult sprijin	1,43	9,77

Sub formă grafică prezentăm rezultatele înregistrate pe Figura 3.21.

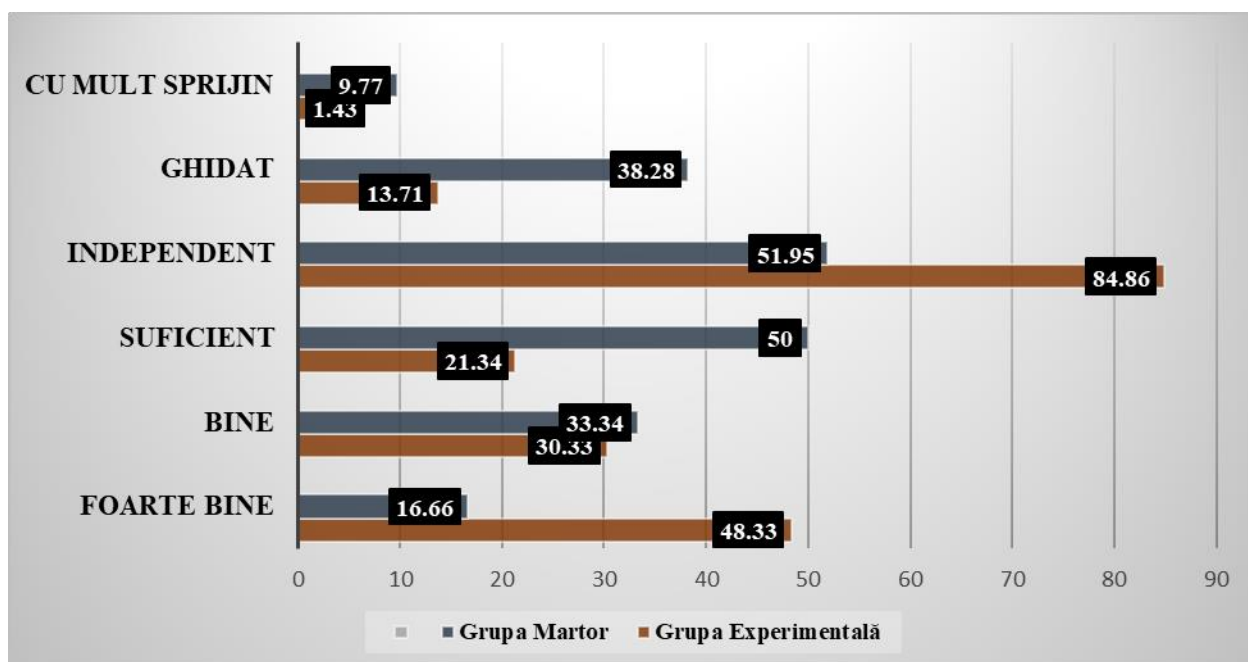


Fig. 3.21. Reușita școlară a elevilor grupelor martor și experimentală la etapa finală a experimentului

Aceasta confirmă încă o dată faptul că la copiii grupei experimentale implicați în experiment s-a observat o creștere a reușitei școlare atât la disciplina „Educația fizică”, cât și la celelalte discipline școlare. În consecință, sistemul de activități desfășurate în conformitate cu programa experimentală la disciplina „Educația fizică”, în cadrul căruia diferite mijloace de educație fizică au fost utilizate într-o manieră cuprinzătoare, a arătat în mod convingător o scădere a nivelului de morbiditate la copii, o îmbunătățire a stării de sănătate, a reușitei școlare, precum și o intensificare a activității fizice în timpul zilei. Acest lucru este semnificativ mai ales atunci când se iau în considerare caracteristicile individuale și nivelul de dezvoltare și pregătire fizică a organismului copilului.

În opinia noastră, nivelul ridicat de dezvoltare și pregătire fizică a elevilor din grupa experimentală este rezultatul aplicării programei experimentale de valorificare a școlii și familiei în educația fizică a elevilor de vârstă școlară mică, dat fiind că elevii au avut posibilitate să obțină mai multe informații despre diverse complexe de exerciții fizice de formare a ținutei corecte, de prevenire și corectare a platipodiei și scoliozei, exerciții de respirație (Anexele 8 și 9) și modul de practicare a lor suplimentar, în afara orelor de educație fizică, individual sau împreună cu părinții. Elevii și părinții au conștientizat că cel mai important factor al păstrării stării de sănătate și al diminuării morbidității este practicarea sistematică a activității fizice și eliminarea factorilor nocivi.

3.4. Impactul programei experimentale asupra stilurilor educaționale în familie

Argumentele aduse în capitolele de mai sus conduc la ideea că anume familia constituie factorul esențial în procesul formării conștiinței morale a copilului și a conduitei sale. În familie se formează cele mai importante deprinderi de comportament: respectul, politețea, cinstea, sinceritatea, decența în vorbire și atitudini, ordinea, cumpătarea, grija față de lucrurile încredințate. În realizarea acestor sarcini, modelul parental ajută cel mai mult: părintele este un exemplu pentru copil. Marele pedagog John Loke, convins de puterea exemplului în familie, de înclinația copilului către imitație, se adresa părinților: *„Nu trebuie să faceți în fața copilului nimic din ceea ce nu vreți să imite. Dacă vă scăpă o vorbă sau vreo faptă pe care i-ați prezentat-o drept o greșeală când a comis-o, el cu siguranță se va apăra, invocând drept motiv, exemplul dat de dumneavoastră”*, idee la care aderăm, incontestabil, și noi [104, p.73].

Pentru a realiza cu succes obiectivele educației familiale, părinții au nevoie de a-și dezvolta competențele parentale. Societatea contemporană încă se mai confruntă cu o serie de probleme în domeniul creșterii, îngrijirii, sănătății și educației copilului, care sunt determinate, în mare parte, de lipsa totală sau parțială a acestor competențe, care sunt esențiale pentru succesul actului educativ în cadrul familiei. Ele trebuie să asigure realizarea eficientă a întregului spectru de aspecte ale vieții de familie, inclusiv comunicarea, relația cu copiii și educarea acestora [apud, p.74].

Astfel, formarea modului de viață sănătos, dezvoltarea potențialului moral, a intereselor copilului depind de mulți factori, dar rolul decisiv îl joacă relațiile de familie. Anume părinții sunt cei care determină poziția de viață a copilului, dorințele, aspirațiile, interesele acestuia.

Referitor la influența familiei asupra dezvoltării copilului, se disting următorii factori:

- atitudinea părinților față de copil;
- stilul de comunicare în familie;
- structura familiei și specificul distribuției rolurilor în familie;
- natura relațiilor conjugale [152, p.43].

Astfel, relația dintre părinți și copii are o importanță decisivă pentru formarea personalității copilului. Stilul de comunicare în familie, particularitățile de educare și pozițiile părinților în raport cu copilul sunt determinate și reglementate de formarea la părinți a imaginii copilului, ce este caracterizată printr-un portret psihologic al copilului în viziunea părinților [68, p.48]. Acest lucru este evident mai ales în perioada de vârstă școlară mică, deoarece anume la această vârstă copiii tratează adulții și copiii mai mari ca un model, dar, totodată, pretind a fi recunoscută și acceptată poziția lor de către adulți și copiii mai mari. Stima de sine a unui elev de vârstă școlară mică depinde de modul în care acțiunile și comportamentul lui sunt evaluate de

către adulți și, în primul rând, de către părinți.

După cum am menționat, la această vârstă este necesară colaborarea părinților și copiilor în realizarea diverselor activități comune. Un rol important în această perioadă îl joacă activitatea educațională, astfel școala și profesorul determină interesul, aspirațiile copiilor, capacitatea de a folosi timpul liber corect și rațional și de a organiza activități de recreere. Este necesar de a combina eforturile familiei și ale școlii pentru a încuraja copiii să comunice cu cei care împărtășesc aceleași interese la școală, pe care le realizează în comun prin forme de activități instructiv-educative și extrașcolare. Forma preferată a procesului educațional în comun sunt activitățile în cercurile sportive ale școlii. Cercul sportiv a unit adulții și copiii într-o activitate comună, care a fost desfășurată pe baza percepției sociale și prin comunicare. Rezultatul interacțiunii depinde în mare parte de relațiile dintre oameni, de poziția oamenilor care interacționează. Prin urmare, atitudinile părinților în comunicarea cu copiii sunt determinate de așteptările și cerințele copilului, de caracteristicile atitudinii față de acesta. Modul de a fi al părinților, felul lor de a gândi, de a-și exprima trăirile vor servi drept prim model pentru copil [79, p.62].

Pentru determinarea atitudinilor parentale, am aplicat chestionarul realizat de autorii Варга А. și Столина В. [162, p.22] (*Anexa 10*), care a permis o descriere amplă a atitudinilor parentale în baza a cinci scale atitudinale: *acceptare/respingere*, *cooperare*, *simbioză*, *hipersocializare autoritară și infantilizare*. Ca rezultat, cadrul didactic va putea să conlucreze cu familia, să fie mai aproape de copil, să înțeleagă stilul de viață al familiei, relațiile dintre membrii familiei, valorile lor spirituale. Din cele cinci scale ale chestionarului, două reflectă imaginea socială a relației părinților cu copilul, și anume: „*cooperarea*” și „*acceptarea*”, în timp ce celelalte, dimpotrivă, reflectă imaginea nedorită din punct de vedere social a relației *părinte - copil*.

Astfel, am chestionat părinții copiilor din grupele experimentală și martor, atât la începutul experimentului, cât și la finalul acestuia, obținând următoarele rezultate (Tabelul 3.9).

Analizând răspunsurile, observăm că părinții elevilor din grupele martor și experimentală au avut un punctaj ridicat, pe scala de 6 puncte, al „*stilului hipersocializare autoritară*” – astfel, grupa experimentală a obținut $5,27 \pm 0,41$ puncte, iar cea martor – $5,14 \pm 0,31$ puncte. Aceasta denotă că părinții își tratează copiii dintr-o poziție de autoritarism. Trebuie să menționăm că jumătate dintre părinții elevilor din grupele martor și experimentală acceptă copilul așa cum este, aprobă interesele și planurile lui (pe scala de 32 puncte „*acceptare-respingere*”, grupa experimentală a acumulat $13,23 \pm 1,95$ puncte, iar cea martor – $12,09 \pm 1,54$ puncte).

Tabelul 3.9. Analiza comparativă a indicilor inițiali și finali privind determinarea stilurilor educaționale în grupele martor și experimentală (n=44, părinți)

Nr. crit.	Indicatori	Grupe	Indici inițiali X ± m	Indici finali X ± m	t	P
1	Stilul acceptare-respingere	E	13,23±1,95	9,68±1,34	2,267	<0,05
		M	12,09±1,54	13,73±1,23	1,293	>0,05
		t	0,482	2,226	-	-
		P	>0,05	<0,05	-	-
2	Stilul cooperare	E	6,41±0,21	7,23±0,31	3,333	<0,01
		M	6,23±0,31	6,45±0,21	0,894	>0,05
		t	0,486	2,089	-	-
		P	>0,05	<0,05	-	-
3	Stilul simbiotic	E	3,41±0,62	5,05±0,51	4,279	<0,001
		M	3,59±0,62	3,91±0,62	0,579	>0,05
		t	0,205	2,667	-	-
		P	>0,05	<0,05	-	-
4	Stilul hipersocializare autoritară	E	5,27±0,41	3,18±0,51	4,976	<0,001
		M	5,14±0,31	4,91±0,41	0,691	>0,05
		t	0,253	2,645	-	-
		P	>0,05	<0,05	-	-
5	Stilul infantilizare	E	1,95±0,51	0,80±0,10	2,516	<0,05
		M	1,77±0,41	1,68±0,31	0,270	>0,05
		t	0,275	2,699	-	-
		P	>0,05	<0,05	-	-

Notă: (F=10) t=2,228 3,269 4,587 (f=20) t=2,086 2,815 3,850
P<0,05 0,01 0,001. P<0,05 0,01 0,001.

Referitor la „*stilul simbiotic*”, pe o scală de 7 puncte, putem remarca faptul că mai puțin de jumătate dintre părinți nu se străduiesc să obțină o relație simbiotică cu copilul și încearcă să-i ofere, datorită anumitor circumstanțe, independență. Astfel, s-au obținut următoarele rezultate: grupa experimentală – 3,41±0,62puncte, iar cea martor – 3,59±0,62puncte. Pentru stilul „*cooperare*”, pe scala de 9 puncte, s-au înregistrat valori destul de ridicate: în grupa experimentală – 6,41±0,21puncte, în cea martor – 6,23±0,31puncte. Astfel, putem remarca că părinții copiilor din grupele martor și experimentală sunt interesați de activitățile și interesele copilului, susțin inițiativele și, totodată, au încredere în copii. Valori scăzute au fost obținute la ultima scală de 7 puncte, *infantilizarea*: în grupa experimentală – 1,95±0,51puncte, iar în cea martor – 1,77±0,41puncte. Aceasta denotă faptul că părinții nu infantilizează copilul și nu-i atribuie incoerență personală și socială.

Astfel, trebuie să menționăm că rezultatele obținute pe toate cele cinci scale în grupele martor și experimentală nu au avut diferențe semnificative înainte de experiment. Totodată, rezultatele indică faptul că majoritatea părinților au o atitudine autoritară în creșterea unui copil, dar, în același timp, apreciază foarte mult abilitățile copilului și promovează inițiativa și independența [88, p.69].

Pentru determinarea eficacității impactului modelului pedagogic de interacțiune a școlii și familiei în educația fizică a elevilor de vârstă școlară mică, a fost realizată o analiză comparativă a rezultatelor finale ale testului privind determinarea atitudinilor parentale. Analiza rezultatelor ne permite să identificăm următoarele caracteristici (Tabelul 3.10).

Comparând rezultatele inițiale și finale pentru scala de 9 puncte, ce indică atitudinea de *cooperare* a părintelui față de copil, constatăm o creștere de la $6,41 \pm 0,21$ puncte, înainte de experimentul pedagogic, până la $7,23 \pm 0,31$ puncte la finalul acestuia ($P < 0,01$). Aceste valori reflectă faptul că părinții au început să se intereseze de nevoile și scopurile copilului, să-l ajute, să aprecieze abilitățile intelectuale și creative și să încurajeze inițiativa și independența. În grupa martor nu au existat diferențe semnificative pe această scală: dacă, înainte de experiment, rezultatul era de $6,23 \pm 0,31$ puncte, atunci la sfârșitul acestuia rezultatul a crescut numai până la $6,45 \pm 0,21$ puncte.

La scala de 6 puncte, ce reprezintă atitudinea „*hipersocializare autoritară*” a părintelui față de copil, în grupa experimentală s-au înregistrat valori pozitive, de $5,27 \pm 0,41$ puncte la începutul experimentului, și $3,18 \pm 0,51$ puncte la sfârșitul acestuia ($P < 0,001$), iar în grupa martor n-au existat diferențe semnificative (inițial – $5,14 \pm 0,31$ puncte, final – $4,91 \pm 0,41$ puncte).

Tabelul 3.10. Analiza comparativă a indicilor inițiali – finali privind determinarea stilurilor educaționale în grupa experimentală (n=22)

Nr. crit.	Stiluri de educație în familie	Etape ale testării	$\bar{X} \pm m$	t	P
1	Stilul acceptare – respingere	Inițială	$13,23 \pm 1,95$	2,267	$P < 0,05$
		Finală	$9,68 \pm 1,34$		
2	Stilul cooperare	Inițială	$6,41 \pm 0,21$	3,333	$P < 0,01$
		Finală	$7,23 \pm 0,31$		
3	Stilul simbiotic	Inițială	$3,41 \pm 0,62$	4,279	$P < 0,001$
		Finală	$6,05 \pm 0,51$		
4	Stilul hipersocializare autoritară	Inițială	$5,27 \pm 0,41$	4,976	$P < 0,001$
		Finală	$3,18 \pm 0,51$		
5	Stilul infantilizare	Inițială	$1,95 \pm 0,51$	2,516	$P < 0,05$
		Finală	$0,80 \pm 0,10$		

Notă: (F=10) t=2,228 3,269 4,587 r=0,602
P<0,05 0,01 0,001.

Aceste rezultate reflectă faptul că a scăzut numărul părinților din grupa experimentală, care le solicitau copiilor ascultare și disciplină necondiționată și monitorizarea continuă a realizărilor sociale ale acestuia, obiceiurile, gândurile, sentimentele.

Referitor la rezultatele pentru scala de 7 puncte, ce indică atitudinea *simbiotică* a părintelui față de copil, constatăm o creștere semnificativă a valorilor medii în grupa

experimentală: de la $3,41 \pm 0,62$ puncte până la $5,05 \pm 0,51$ puncte ($P < 0,001$). Datele obținute denotă faptul că părinții își doresc o relație simbiotică cu copilul, dar, totodată, simt anxietate pentru copil și se străduiesc să-i satisfacă toate necesitățile și să-l protejeze de problemele sociale. În grupa martor, n-au existat modificări semnificative (inițial $3,59 \pm 0,62$ puncte, final – $3,91 \pm 0,62$ puncte).

O atenție specială s-a acordat rezultatelor înregistrate la ultima scală, *infantilizarea*, care reflectă caracteristicile percepției și înțelegerii copilului de către părinte. În grupa experimentală, valoarea medie a scăzut semnificativ, la nivelul valoric de 5% ($P < 0,05$), de la $1,95 \pm 0,51$ puncte, la începutul experimentului, până la $0,80 \pm 0,10$ puncte la sfârșitul acestuia, iar în grupa martor nu s-au observat diferențe semnificative (la începutul experimentului $1,77 \pm 0,41$ puncte, la sfârșitul acestuia – $1,68 \pm 0,31$ puncte). Totodată, trebuie să menționăm că în grupa experimentală, a scăzut numărul părinților care își percep copilul ca având o vârstă mai mică decât cea reală care n-au încredere în copilul lor și care sunt deranjați de eșecul și inaptitudinea acestuia.

Analizând rezultatele pe scala de 32 de puncte „*acceptare – respingere*”, în grupa experimentală observăm că s-a modificat valoarea medie, de la $13,23 \pm 1,95$ puncte la începutul experimentului până la $9,68 \pm 1,34$ puncte la finalul acestuia ($P < 0,05$). În grupa martor, n-au existat diferențe semnificative (la începutul experimentului – $12,09 \pm 1,54$ puncte, la sfârșit – $13,73 \pm 1,23$ puncte). Valoarea medie scăzută pe această scală demonstrează o creștere a numărului de părinți din grupa experimentală, care își acceptă copilul așa cum este, îi respectă individualitatea, caută să petreacă mai mult timp cu el și, totodată, aprobă interesele și visele lui.

Concluzionând, putem afirma că rezultatele testării finale, conform testului privind determinarea atitudinilor parentale, au făcut posibilă determinarea eficacității influenței modelului pedagogic de interacțiune a școlii și familiei în educația fizică a elevilor de vârstă școlară mică. Dinamica pozitivă a rezultatelor este vizibilă mai cu seamă în grupa experimentală. Astfel, analiza datelor obținute de subiecții grupei experimentale a demonstrat o îmbunătățire semnificativă a rezultatelor pe scala ce reflectă imaginea socială a atitudinii părinților față de copil („*cooperarea*” și „*acceptarea*”) și, totodată, au existat modificări semnificative la celelalte scale ale testului [88, p.71].

Modificarea rezultatelor din grupa experimentală se explică prin faptul că, la desfășurarea activităților educaționale și antrenamentelor în cadrul cercului de educație fizică și sănătate de tip familial, au fost luate în considerare interesele părinților și ale copiilor, totodată au fost create condiții pentru interacțiunea personală dintre profesori și părinți cu privire la reușite și eșecuri, îndoieli și reflecții în procesul de educare a copilului în familie, fiind utilizate diverse forme și

metode de lucru educațional, care au ca scop crearea unei atmosfere de cooperare, interacțiune între școală și familie.

3.5. Concluzii la Capitolul 3

Ca rezultat al implementării Programei experimentale de interacțiune a școlii și familiei în educația fizică a elevilor de vârstă școlară mică, în cadrul procesului instructiv extradidactic, se pot trage următoarele concluzii:

1. În vederea implicării părinților în activitățile propuse în programa experimentală de interacțiune a școlii și familiei în educația fizică a elevilor de vârstă școlară mică, putem menționa că s-a reușit schimbarea atitudinii lor cu privire la educația fizică a copiilor din una negativă/pasivă în una pozitivă/activă. Astfel, părinții au acumulat competențe și abilități specifice domeniului de cercetare și, totodată, au devenit capabili să soluționeze problemele cu care se confruntă copiii în activitățile fizice. De asemenea, părinții au început a manifesta interesul și dorința de a se implica în educația fizică a copiilor (81,82%) și nu se axează doar pe activitatea profesorilor. Beneficiile educației fizice s-au dovedit a fi importante pentru dezvoltarea și pregătirea fizică a elevilor de vârstă școlară mică, după cum arată rezultatele sondajului. Astfel, părinții și copiii au început să se implice în activități fizice (cu circa 17% mai mulți) și în formarea unui mod de viață sănătos (32%).

2. În contextul celor expuse, subliniem că rezultatele inițiale și finale, demonstrate de copiii din grupa experimentală, reflectă diferențe semnificative la toți indicatorii de pregătire fizică examinați, la nivelul valoric de 5 – 1%, pe când cei din grupa martor și-au îmbunătățit performanța semnificativ, la nivelul de numai 5%, la un sigur indice – cel ce definește capacitățile de forță – viteză (săritura în lungime de pe loc).

3. Activitățile din programa experimentală au avut un efect pozitiv asupra reducerii ratei de morbiditate și au determinat creșterea semnificativă a performanței educaționale a copiilor, totodată s-a redus numărul absențelor din cauza răcelilor cu 77%, a crescut reușita la disciplinele școlare: la calificativul: „foarte bine” – de la 34,66% până la 48,33%, iar la descriptorul „independent” – de la 64,85% până la 84,86%. Referitor la reușita elevilor la disciplina „Educația fizică”, s-au fixat următoarele rezultate: la descriptorul „independent” – de la 23% până la 77%. În grupa martor nu au avut loc schimbări semnificative.

4. Elaborarea și implementarea modelului pedagogic și a programei experimentale de interacțiune a școlii și familiei în educația fizică a elevilor de vârstă școlară mică au avut un impact pozitiv asupra dinamicii indicatorilor în relațiile părinte – copil, pe scala „acceptare – respingere”, de la $13,23 \pm 1,95$ puncte până la $9,68 \pm 1,34$ puncte ($P < 0,05$), fapt ce a condus la creșterea nivelului de formare a relațiilor morale la copiii din grupa experimentală cu 18%.

Astfel, în cazul copiilor, observăm primele semne ale calităților morale, capacitatea de imitare, manifestarea responsabilității etc.; în cazul părinților: conștientizarea particularităților diferitelor stiluri de educație și motivația formării intereselor morale [88, p.70]

5. Așadar, activitățile din programa experimentală, realizate în cadrul gimnaziului, a asigurat eficiența interacțiunii școlii și familiei în educația fizică a elevilor de vârstă școlară mică, a determinat copiii să practice activitățile fizice sistematic, ceea ce a condus la schimbarea potențialului moral, a intereselor acestora, la îmbunătățirea stării de sănătate, a relațiilor părinte-copil și, nu în ultimul rând, a reușitei școlare.

CONCLUZII GENERALE ȘI RECOMANDĂRI

Rezultatele cercetărilor experimentale realizate de noi ne-au condus la formularea următoarelor concluzii generale:

1. Studiul analitic al problemei investigate a contribuit la dezvoltarea esenței și determinarea conceptelor de bază în contextul interacțiunii școlii și familiei în educația fizică a elevilor. Conceptualizarea interacțiunii școlii și familiei în educația fizică a elevilor de vârstă școlară mică a generat o analiză a istoricului evoluției procesului vizat care are efecte benefice asupra activității desfășurate și asupra dezvoltării personalității elevului, iar pentru aceasta cunoașterea și valorificarea lor va crea un climat optim în care copilul va evalua armonios. Acest fapt ne-a orientat spre un studiu aprofundat al educației fizice în dezvoltarea și pregătirea fizică a copilului prin eforturile comune ale școlii și familiei.

2. Realizarea analizei particularităților psihofizice ale elevilor de vârstă școlară mică a scos în evidență importanța dezvoltării indicilor morfologici care trebuie să asigure dezvoltarea armonioasă a corpului, creșterea proporțională a grupelor musculare mari, supleței, a ținutei corecte. Din acest motiv, un rol important în educația fizică a unui copil în această perioadă este formarea unei poziții active în raport cu sănătatea proprie, efortul muscular și călirea organismului prin exemplul părinților care va fi cel mai important stimulent pentru dobândirea unui obicei durabil de practicare a exercițiilor fizice regulate.

3. Rezultatele înregistrate în cadrul experimentului de constatare reflectă starea de sănătate, dezvoltare și pregătire fizică a copiilor de vârstă școlară mică (7 – 10 ani). Astfel, s-a constatat că 60% dintre elevii claselor primare se confruntă cu diverse devieri în starea de sănătate, iar în clasa a III-a rata incidenței este semnificativ mai mare (70%) decât în clasa I (61,5%). Trebuie remarcat faptul că au probleme de sănătate mai mult băieții (64,6%) decât fetele (54,3%). În structura bolilor copiilor din clasele I – III-a, predomină: boli ale aparatului respirator (21% - băieți; 17% - fete), parazitozele intestinale (17% - băieți; 12% - fete), boli endocrine, de nutriție și metabolice (14% - băieți; 9% - fete), miopii (6% - băieți; 8% - fete), dar și alte probleme de sănătate.

4. În ceea ce privește nivelul dezvoltării fizice, acesta, în majoritatea cazurilor, a înregistrat valori superioare, însă din punct de vedere statistic, majoritatea au un caracter nesemnificativ ($P > 0,05$), iar dezvoltarea calităților fizice ale elevilor este la un nivel scăzut, ceea ce demonstrează o influență insuficientă a conținuturilor didactice ale educației fizice. Prin urmare, anume astăzi este necesar să se optimizeze regimul motrice al copiilor de vârstă școlară mică, ținând cont de capacitatea lor fizică.

5. Prin aplicarea chestionarului sociologic pe un eșantion de 530 de subiecți (265 elevi ai claselor I – III-a și părinții lor), s-a evidențiat dificultățile cu care se confruntă părinții și elevii de

vârsta școlară mică în educația fizică, atât la școală, cât și în familie. Astfel, 78% din părinți sunt convingși de beneficiile educației fizice și, totodată, sunt interesați de modalitățile și mijloacele de optimizare a acestui proces în școală și familie. În același timp, majoritatea părinților (80,16%) nu se implică în educația fizică a copiilor lor, 87,55% nu au un mod de viață sănătos și 46,69% consideră că profesorii trebuie să atragă copiii spre practicarea activităților fizice sub diferite forme în școală și familie. Trebuie să menționăm că aproape jumătate dintre părinții chestionați (41%) sunt indiferenți sau chiar au o atitudine negativă față de lecțiile de educație fizică, iar 10% consideră că această disciplină interferează cu studiile. În baza chestionării elevilor, s-a constatat că majoritatea copiilor (95%) frecventează lecțiile de educație fizică la școală din propria dorință, iar 27,62% din numărul copiilor frecventează și secțiile sportive.

În același timp, a fost formulată ideea despre necesitatea introducerii unui model pedagogic și a unei programe experimentale privind interacțiunea școlii și familiei în educația fizică a elevilor de vârstă școlară mică, a cărei implementare poate contribui la formarea personalității copilului, la dezvoltarea capacităților individuale ale acestuia, la atragerea spre un mod de viață sănătos, la formarea de competențe privind sistemul de educație fizică, interesului și deprinderilor constante pentru exercițiile fizice sistematice.

6. Experimentul pedagogic a fost realizat în baza *Programei experimentale*, proiectată în *Modelul pedagogic de interacțiune a școlii și familiei în educația fizică a elevilor de vârstă școlară mică*. Prin studiul efectuat asupra părinților și elevilor în vederea implicării în activitățile propuse prin programa experimentală, putem menționa că am reușit să schimbăm poziția pasivă a părinților cu privire la educația fizică a copiilor în una activă. Astfel, cu 6% mai mulți părinți au acumulat competențe și abilități specifice domeniului de cercetare; 81,82% dintre ei se implică în educația fizică a copiilor și nu se rezumă doar pe activitatea profesorilor; cu circa 17% mai mulți părinți au început să implice copiii în activitățile fizice și circa 32% au început să aibă un mod de viață sănătos.

7. Rezultatele testării finale a dezvoltării și pregătirii fizice ale elevilor claselor primare au făcut posibilă determinarea eficacității programei experimentale implementate în cadrul cercului de educație fizică și sănătate de tip familial. Astfel, analiza rezultatelor din grupa experimentală a arătat o îmbunătățire semnificativă pentru toți parametrii studiați.

8. Activitățile din programa experimentală au avut un efect pozitiv și asupra reducerii ratei de morbiditate și au determinat creșterea semnificativă a performanței educaționale a copiilor, totodată s-a redus numărul absențelor din cauza răcelilor cu 77%, a crescut reușita la disciplinele școlare: la calificativul „foarte bine” – de la 34,66% până la 48,33%, iar la descriptorul „independent” – de la 64,85% până la 84,86%. Referitor la reușita elevilor la disciplina „Educația fizică”, s-au fixat următoarele rezultate: la descriptorul „independent” – de

la 23% până la 77%, „ghidat” – de la 68% la 23%, „cu sprijin” – de la 9% la 0%. În grupa martor nu au avut loc schimbări semnificative.

9. În grupa experimentală s-au atestat schimbări pozitive, semnificative și credibile, în relațiile părinte – copil prin modificările rezultatelor pe scale, care reflectă imaginea socială dorită a atitudinii părinților față de copii („*cooperare*” și „*acceptare*”). Astfel, s-a demonstrat că modelul pedagogic de interacțiune a școlii și familiei în educația fizică a elevilor de vârstă școlară mică, propus în cadrul cercetării, este eficient și poate fi utilizat în practica educației fizice școlare [88, p.71].

10. Modelul pedagogic de interacțiune a școlii și familiei în educația fizică a elevilor de vârstă școlară mică a contribuit la integrarea eforturilor familiei și ale școlii, iar programa experimentală a asigurat activitățile comune ale părinților, copiilor și profesorilor, care vizează practicarea sistematică a educației fizice și crearea unui mod de viață sănătos pentru copiii de vârstă școlară mică [85, p.44].

Prin urmare, *rezultatele științifice obținute în cadrul cercetării* care s-au axat pe determinarea particularităților teoretico – aplicative ale funcționalității *modelului pedagogic de interacțiune a școlii și familiei în educația fizică a elevilor de vârstă școlară mică*, au soluționat problema științifică importantă, ceea ce a condus la eficacitatea colaborării școală – familie în educația fizică a elevilor, inclusiv s-a reușit schimbarea atitudinii părinților cu privire la educația fizică a copiilor în una pozitivă/activă și s-a înregistrat o îmbunătățire a stării de sănătate, a reușitei școlare și a relațiilor părinte – copil.

În baza concluziilor și a rezultatelor obținute prin aplicarea modelului pedagogic de interacțiune a școlii și familiei în educația fizică a elevilor de vârstă școlară mică și a programei experimentale am formulat următoarele **recomandări**:

1. Pentru integrarea școlii și familiei în dezvoltarea fizică a copiilor, promovarea sănătății, a educației morale și intelectuale, organizarea timpului liber și formarea unui mod de viață sănătos, precum și formarea personalității copilului, recomandăm, în calitate de formă principală de activitate cu elevii de vârstă școlară mică, cercurile de educație fizică și sănătate de tip familial. Acesta este un nou spațiu educațional care se formează, ca urmare a eforturilor pedagogice organizate în comun de familie și școală.

2. Modelul pedagogic și programa experimentală de interacțiune a școlii și familiei în educația fizică a elevilor de vârstă școlară mică, pot fi aplicate cu succes în școlile din țară, fiindcă se pune accentul pe formarea abilităților necesare pentru a forma și a urma un mod de viață sănătos.

Pentru factorii de decizie:

- elaborarea și introducerea în curriculum la educația fizică a conținuturilor didactice de bază privind educația pedagogică a părinților;
- instruirea personalului didactic în cadrul stagiilor de formare continuă și din teritoriu privind implementarea strategiilor de formare a parteneriatelor în educația fizică;
- colaborarea factorilor educaționali a instituțiilor școlare cu părinții, în scopul eficientizării activităților sportive;

Pentru cadre didactice:

- efectuarea sistematică a orelor teoretice, luând în considerare abordarea individuală a elevilor;
- folosirea mass-mediei (scrise, TV, Internet) pentru promovarea modului de viață sănătos;
- îmbunătățirea educației pedagogice a părinților privind problemele educației fizice;
- implicarea activă a părinților în activități de educație fizică și sport;

Pentru părinți:

- familiarizarea cu particularitățile educației fizice și sportului școlar;
- implicarea în activități de educație fizică;
- motivarea copilului pentru activitățile de educație fizică prin exemplul propriu;
- observarea permanentă și evaluarea sistematică a stării de sănătate și a nivelului de dezvoltare și pregătire fizică a copiilor;
- elaborarea agendei familiei centrată pe un mod sănătos de viață;
- elaborarea unui program de exerciții fizice pentru copiii de diferite vârste, practicate sub formă de gimnastică matinală, îmbinat cu forme variate de călire a organismului.

BIBLIOGRAFIE

în limba română

1. ACSINTE, M. *Importanța educației fizice și sportului în contextul actual*. În: Revista cadrelor didactice, nr.44/2018. pp.79-85. ISSN: 2393–08102.
2. ACSINTE, A., MIRON, A. *Motricitatea la vârsta școlară mică, în etapa pubertară și a adolescenței*. În: Materialele Conferinței științifice internaționale „Competență și competiție, atribute europene ale manifestării științifice și sportive”. Galați, 2008. pp. 360-364.
3. AFTIMICIUC, O., JURAT, V. *Aerobica. Teorie și metodică*. Chișinău: Valinex SRL, 2016, 72 p. ISBN 978-9975-68-301-2.
4. AGABRIAN, M. *Școala, familia, comunitatea*. Iași: Editura Institutul European, 2006. 54 p. ISBN (10) 973-611-457-0.
5. AGABRIAN, M. MILLEA, V. *Parteneriate școală-familie-comunitate. Studiu de caz*. Iași: Editura Institutul European, 2005. 83 p. ISBN 973-611-339-6.
6. AGAFIAN, R. GATMAN, D. *Evaluarea rezultatelor școlare. Ghid metodologic*. Chișinău: Liceum, 2014. 264 p. ISBN 978-9975-4273-4-0.
7. ALBU, E. *Psihologia vârstelor. Pentru uzul studenților*. Târgu-Mureș, 2007. pp.54-66 [citată 13.05.2017]. Disponibil: <https://www.slideshare.net/alambicat/psihologia-varstelor-albu>.
8. ALLPORT, G. *Structura și dezvoltarea personalității*. Traducere de Ioana Herseni, București: Editura Didactică și Pedagogică, 1991. 261 p. ISBN 973-30-1151-7.
9. ANTONIE, I. *Relația de independență dintre educația fizică și celelalte laturi ale educației*. În: Revista Interferențe în educație, 2015. 86 p. ISSN 2065 – 3239.
10. ASANDULUI, L., NICULESCU, I., CEOBANU, C. *Statistica în educație*. Iași: Editura Universității „Alexandru Ioan Cuza”, 2008. pp. 21-27. ISBN: 978-973-703-316-1.
11. AZAROV, I. *Pedagogia relațiilor familiale*. Chișinău: Lumina, 1979. 235 p. ISBN 371.018 / A-35.
12. BACIU, C. *Anatomia funcțională a aparatului locomotor*. București: Editura Stadion, 1972. 441 p. ISBN 796:611.
13. BĂRAN-PESCARU, A. *Parteneriat în educație-școală-comunitate*. București: Armis Print 2004. 33 p.
14. BĂTRĂNU, E. *Educația în familie*. București: Editura Politică, 1980. 216 p. ISBN 973-731-297-X.
15. BÂRSĂNESCU, T. *Unitatea pedagogiei contemporane ca știință*. București: E.D.P., 1976. 512 p. CZU 371(100)19.

16. BISTRICEANU, C. *Sociologia familiei*. București: Editura Fundației România de Măine, Ediția II, 2006. 220 p. ISBN (10) 973-725-699-9, ISBN (13) 978-973-725-699-7.
17. BOCA, C. *Împreună pentru copii: grădinița și comunitatea. Proiect pentru Reforma Educației Timpurii (P.R.E.T.)*. București, 2008. pp. 11-18 [citat 28.11.2017]. ISBN 978-973-1715-13-1.
Disponibil: https://www.isj.sv.edu.ro/images/Docs/Discipline/invatamnat_preprimar/2017/p/roiecte_si_programe/proiecte_si_prog_nationale/PRET_modulul_2.pdf
18. BOCOȘ, M. *Cercetarea pedagogică. Suporturi teoretice și metodologice*. Cluj-Napoca, 2003. 176 p. [citat 05.06.2017]. ISBN 973-686-354-9.
Disponibil: <https://pdfcoffee.com/cercetarea-pedagogica-bocos-musata-pdf-free.html>.
19. BOGDEA, D., SACA, S. *Educația pentru familie*. În: revista „Didactica Pro”, nr. 2 (12) 2002. pp.13-19.
20. BONCHIȘ, E.(coord.) *Familia și rolul ei în educarea copilului*. Iași: Editura Polirom, 2011. 238 p. ISBN 978-973-46-2231-3.
21. BRAGHIȘ, M. *Parteneriatul școală – familie – comunitate la treapta învățământului primar*. În: Materialele Conferinței Științifice Internaționale „Perspectivele și problemele integrării în spațiul European al Cercetării și Educației”, Chișinău: CEP USM, 2013. 186 p. ISBN 978-9975-88-000-8.
22. BUCUN, N., GUȚU, VL., POGLOȘA, L. *Evaluarea curriculumului școlar-perspectivă și modernizare*. Chișinău: IȘE, 2009. 790 p. ISBN 978-9975-4069-4-9.
23. BUDEVICI-PIUIU, A. *Asigurarea îmbunătățirii condițiilor de învățare la lecția de educație fizică și sport*. În: Sportul - de la concepte fundamentale la dimensiuni novatoare în societatea cunoașterii: sesiune de comunicări științifice, ediția a VI-a, 22 martie, Iași, 2014. pp. 6-10. ISBN 979-606-624-602-6.
24. BUDEVICI-PIUIU, L. *Activități și situații cu impact semnificativ în dezvoltarea de competențe la specialiștii din domeniul educației fizice și sportului*. În: Materialele Conferinței Științifice Internaționale „Probleme acmeologice în domeniul culturii fizice”, Chișinău: USEFS, 2016. pp. 5-12. ISBN 978-9975-131-32-2.
25. BUFTEA, V. *Pregătirea profesorului de educație fizică în baza tehnologiei principiului concentric de instruire: teză de doctor în științe pedagogice*. Chișinău, 1999. 159 p.
26. BUNESCU, G. *Educația părinților – strategii și programe*. Chișinău: Lumina, 1995. 176 p. ISBN 37.018.15:316.
27. CALANCEA, A. *Psihologia personalității*. Chișinău: Tipografia Centrală, 2006. 271 p. ISBN 9975-78-416-X.

28. CARP, I. *Noțiuni de bază ale teoriei educației fizice și sportului. Recomandări metodice pentru studenții facultăților de educație fizică și sport*. Chișinău: INEFS, 2000. 28 p. ISBN 9975-9616-0-6.
29. CARP, I. *Pregătirea specialiștilor în domeniul culturii fizice pentru activitatea de cercetare științifică [Monografie]*. Chișinău: INEFS, 2003. 189 p. ISBN 9975-9767-4-3.
30. CARP, I., COZMEI, G. *Dinamica indicilor somatici ai elevilor ciclului primar în cadrul procesului didactic la disciplina „Educație fizică”*. În: *Revista Știința culturii fizice*, nr.16/4, 2013, pp. 51-55. ISSN 1857-4114. ISBN 371.037.1:796.012.
31. CAZACU, D. *Reprezentarea socială a familiei contemporane în Republica Moldova: autoreferatul tezei de doctor în psihologie*. Chișinău, 2018. 29 p.
32. CÂRSTEA, G. *Teoria și metodică E.F.S.* București: Editura AN-DA, 2002. 58 p. [citată 20.01.2017]. Disponibil: <https://romanialui radu.files.wordpress.com/2015/02/59770411teorie-carstea.pdf>.
33. CÂRSTEA, G. *Didactica educației fizice. Note de curs*. București: ANEFS, 2002. 201 p. ISBN 978-973-716-803-0.
34. CEMORTAN, S. *Dimensiuni psihopedagogice ale socializării copiilor de vârstă timpurie*. Chișinău: Institutul de Științe ale Educației, 2015. 112 p. ISBN 978-9975-48-073-4.
35. CIOBANU, L. *Pedagogizarea părinților copiilor care opun rezistență la satisfacerea judicioasă a necesităților materiale*. În: *Materialele Conferinței științifico-practice: „Rezistența educației: delimitări conceptuale și sugestii practice”*, Bălți: Presa Bălțeană, 2012. pp. 39-45. [citată 13.05.2018]. Disponibil: <http://tinread.usarb.md>.
36. CIOCAN, I., NEGREȚ, I. *Formarea personalității umane. Semnificații și sensuri instructiv-educative*. București: Editura Militară, 1981. 230 p. ISBN 37.371.74.000.21.
37. CIORBĂ, C. *Analiza nivelului pregătirii motrice a elevilor claselor primare la nivel național*. În: *Materialele Conferinței Științifice Naționale „Probleme ale științelor socioumanistice și modernizării învățământului”*, Chișinău, 2015. pp. 298-302. ISBN: 978-9975-46-240-2.
38. *Codul Educației al Republicii Moldova*: nr. 152 din 17.07.2014. În: *Monitorul Oficial al Republicii Moldova*, nr. 319 – 324, art. nr. 614 din 23.11.2014.
39. *Codul familiei al Republicii Moldova*: nr. 1316 din 26.10.2000. În: *Monitorul Oficial*, nr. 47-48 din 26.04.2001, Chișinău: Farmex-Lux, 2014. Disponibil: <http://lex.justice.md/>.
40. COMAN, S. *Educația fizică și metodică predării ei la clasele I-IV*. Chișinău: Editura Tehnica, 1995. 92 p. ISBN 973-96630-3-6.
41. CORLĂTEANU, A. *Fiziologia sistemului cardiovascular*. Chișinău: CEP USM, 2013. pp. 32-33. ISBN 978-9975-71-391-7.

42. COSMA, T. *Ședințe cu părinții în gimnaziu*. Iași: Editura Polirom, 2008. 17 p. ISBN: 9789734613106.
43. CREȚU, T. *Psihologia vârstelor*. București: Polirom, 2012. pp. 36-39. ISBN EPUB: 978-973-46-2678-6, ISBN PDF: 978-973-46-2679-3.
44. CRISTEA, M. *Sistemul educațional și personalitatea*. București: Editura Didactică și Pedagogică, 1996. 126 p.
45. CRISTEA, S. *Dicționar de pedagogie*. Chișinău: Editura Litera, 2002. 399 p. ISBN 973-30-5130-6.
46. CRISTEA, S. *Fundamentele pedagogiei*. Iași: Editura Polirom, 2010. 17 p. ISBN 978-973-46-1562-9.
47. CUCOȘ, C. *Pedagogie*. Ediția a II – a revăzută și adăugită, Iași: Editura Polirom, 2002. 108 p. ISBN: 973-681-063-1.
48. *Curriculumul național. Învățământul primar*. Chișinău: Lyceum, Ministerul Educației, Culturii și Cercetării, 2018. 130 p. ISBN 978-9975-3258-0-6.
49. CUZNEȚOV, L. *Dimensiuni psihopedagogice și etice ale parteneriatului educațional: Ghid metodologic*. Chișinău, U.P.S. Ion Creangă, 2002. 108 p. ISBN 9975-921-24-8.
50. CUZNEȚOV, L. *Tratat de educație pentru familie. Pedagogia familiei*. Chișinău: CEP UPSC, 2008. 628 p. ISBN 978-9975-70-717-6.
51. CUZNEȚOV, L. *Axiologia educației familiale: Aspecte filosofice și pedagogice de cultivare a copilului prin intermediul valorificării eficiente a timpului liber și a modului demn de viață*. În: Revista Studia Universitas, USM, №9 (39), (Revistă științifică categoria B), 2010. pp. 67-81. ISSN 1857-2103.
52. CUZNEȚOV, L. *Educația pentru familie din perspectiva educației permanente. Cadru conceptual și metodologic*. Chișinău: Editura Primex-com SRL, 2013. 9 p. ISBN 978-9975-4253-2-2.
53. CUZNEȚOV, L. *Pedagogia și psihologia familiei. Suport de curs*. Chișinău: Editura Primex-Com, 2013. 77 p. ISBN 978-9975-4253-8-4.
54. CUZNEȚOV, L. *Consilierea și educația familiei. Introducere în consilierea ontologică complexă a familiei*. Chișinău: Primex com SRL, 2014. 488 p. ISBN 978- 9975-110-20-4.
55. CUZNEȚOV, L., CALARAȘ, C., EȚCO, C. *Consilierea și educația pentru sănătate a familiei. Repere teoretice și sugestii practice*. Monografie. Chișinău: Ed. Primex-Com, 2016. pp. 81-85. ISBN 978-9975-110-57-0.
56. DANAIL, S. *Ritmul activității motrice în sistemul pregătirii profesionale pedagogice a profesorului de educație fizică*. Chișinău: Valinex, 2014. 151 p. ISBN 978-9975-68-240-4.

57. *Dicționar explicativ al limbii române*. Academia Română. București: Editura Enciclopedic Gold, 2012. 627 p. ISBN 9786068358208.
58. DOLEAN, I., DOLEAN, D. *Meseria de părinte*. București: Aramis, 2009. 12 p. ISBN A738.
59. DORGAN, V., CARP, I. *Aspecte ale incluziunii socioeducaționale la nivel internațional*. În: *Materialele Congresului Științific Internațional „Sport. Olimpism. Sănătate”*, Chișinău: USEFS, Vol. 1, 2016, pp. 29-34. ISBN 978-9975-131-31-5.
60. DRAGOMIRESCU, G., *Educația fizică în grădinița de copii*. București: Ed. Didactică și Pedagogică, 1964, 202 p. ISBN 373.2.037.
61. DRAGNEA, A., BOTA, M., STĂNESCU, S., TEODORESCU, S. *Educație fizică și sport-teorie și didactică*. București: Editura FEST, 2006. 214 p. ISBN (10) 973-87886-0-9, ISBN (13)-978-973-87886-0-2.
62. DRAGNEA, A. *Teoria educației fizice și sportului*. București: Fest, 2002. 148 p. [citat 22.02.2017].Disponibil:[https://www.academia.edu/25640740/Teoria Educatiei Fizice si Sportului Dragnea](https://www.academia.edu/25640740/Teoria_Educatiei_Fizice_si_Sportului_Dragnea).
63. DRĂGAN, I., NICOLA, I. *Cercetarea psihopedagogică*. Târgu Mureș: Tipomur, 1993. 130 p. ISBN 973-96197-4-6.
64. EPURAN, M. *Metodologia cercetării activităților corporale în educație fizică și sport*. Vol I. București, 1996. 241 p. ISBN 973920256.
65. GHEȚIU, A. *Starea fizică a băieților claselor primare din localitățile rurale ale Republicii Moldova*. În: *Revista științifică „The annals of the Ștefan cel Mare University”*. Suceava, 2013, nr. 2 (11). pp. 71-80.
66. GHEȚIU, A. *Impactul educației fizice asupra formării competențelor cognitive la elevii claselor primare: teză de doctor în științe pedagogice*. Chișinău, 2017. 171 p.
67. GONCEARUC, S., SAMOTEEVA, R., CIJIC, S. *Pregătirea psihică a elevilor implicați în activități sportive competiționale*. În: *Materialele Conferinței Științifice Internaționale ”Problemele acmeologice în domeniul culturii fizice”*, Ediția V, Chișinău: USEFS, 6 decembrie 2019. pp. 21-27. ISBN 978-9975-131-78-0.
68. GORAȘ-POSTICĂ, V. (coord.) *Relația școală-familie pentru calitate în educație*. Chișinău: CEPD, 2010. 48 p. ISBN 978-9975-4125-3-7.
69. GRIMALSCHI, T., CARP, I. *Educația fizică pentru clasele I-IV. Ghid metodologic pentru profesori*. Chișinău: Univers pedagogic. 2007. pp. 45-46. ISBN 978-9975-48-013-0.
70. GRIMALSCHI, T., BOIAN, I., SAVA, P. *Educația fizică. Curriculum școlar. Clasele I-IV*. Chișinău: Tipografia central, 2010. pp. 168-191. ISBN 978-9975-78-953-0.

71. GRIMALSCHI, T. *Culegere de proiecte didactice. Suport de curs*. Chișinău: Reclama, 2014. pp. 112-116. ISBN 978-9975-58-016-8.
72. GUȚUL, A. *Starea sănătății și a dezvoltării fizice a copiilor din Republica Moldova*. Chișinău: Centrul de Informație Medicală, 2001. 119 p.
73. ILUȚ, P. *Sociopsihologia și antropologia familiei*. Iași: Editura Polirom, 2005. 11 p. ISBN 973460077X.
74. IONESCU, M., NEGREANU, E. *Educația în familie. Repere și practici actuale*. București: Editura Cartea Universitară, 2006. 302 p. [citat 19.01.2018]. ISBN 973-731-297-X. Disponibil: <https://dokumen.tips/documents/mihaela-ionescu-elisabeta-negreanu-educatia-in-familierepere-si-practici-actuale.html>
75. JURAT, V. *Structura și conținutul pregătirii specialiștilor în domeniul culturii fizice și a sportului în diverse instituții superioare de învățământ*. În: *Materialele Conferinței Științifice Internaționale „Probleme acmeologice în domeniul culturii fizice”*, Chișinău: USEFS, 2016. pp. 36-42. ISBN 978-9975-131-37-7.
76. KOHN, A. *Pareting necondiționat, de la recompense și pedepse la iubire și înțelegere*. București: Libris, 2014. 224 p. ISBN 978-6069-356-30-2.
77. KUZMA, K. *Înțelege-ți copilul*. București: Editura „Viață și Sănătate”, 2003. 21 p. ISBN 973-9484-63-8.
78. LAZĂR, R. *Importanța orelor de educație fizică în școală*. În: *Interferențe în educație*, 2016. 73 p. ISSN 2065-3239.
79. LEȘCO, V., GONCEARUC, S. *Influența relațiilor în familie, asupra adaptării psihosociale la copiii de vârstă școlară mică*. În: *Materialele Conferinței Internaționale „Familia – factor existential de promovare a valorilor etern – umane”* (ediția a II-a), Chișinău: UPSIC, 15-16 mai 2017. pp. 60-67. ISBN 978-9975-46-325-6. Disponibil: https://ibn.idsi.md/sites/default/files/imag_file/Conf_Familia_factor_existen%C8%9Bial_PromovareValorilor_2017.pdf
80. LEȘCO, V. *Consolidation of the School – Family Partnership in Education of Health Through Physical Activity at the Early School Age Pupil*. În: *4th Central and Eastern European LUMEN International Scientific Conference „Education, Sport and Health”*, Chisinau, 29-30 september 2017. pp. 123-125. ISBN: 978-973-166-479-8.
81. LEȘCO, V. *Formarea studenților din domeniul educației fizice pentru realizarea parteneriatului cu părinții elevilor*. În: *Materialele Conferinței Științifice Internaționale „Problemele acmeologice în domeniul Culturii fizice”*, ediția III, Chișinău: USEFS, 8 decembrie 2017. pp. 30-34. ISBN 978-9975-131-55-1.

82. **LEȘCO, V.** *Formarea parteneriatului în educația fizică a elevilor de vârstă școlară mică.* În: Revista teoretico-științifică „Știința culturii fizice”. Categoria B. Nr. 30/1 2018, pp. 5-12. ISSN 1857-4114. Disponibil: https://scf.usefs.md/PDF/Revista%20SCF/1-2018/1--2018_1_ro.pdf
83. **LEȘCO, V., GONCEARUC, S.** *The formation of parental behaviors in the physical education of a low school age pupils.* Bulletin of the Transilvania University of Brașov. VOL. 12(61) No.2 – 2019. SERIES IX - Sciences of Human Kinetics, pp. 105-112. ISSN 2344–2026 (Print), ISSN–L 2344–2026 (Online). Disponibil: <https://doi.org/10.31926/but.shk.2019.12.61.2.45>
84. **LEȘCO, V.** *Factorii parteneriatului școală – familie în educația fizică a elevilor de vârstă școlară mică.* În: Materialele Congresului Științific Internațional „Sport. Olimpism. Sănătate”, ediția a V-a, Chișinău: USEFS, 10-12 septembrie 2020. pp. 303-309. ISBN 978-9975-131-98-8.
85. **LEȘCO, V. GONCEARUC, S.** *Formarea profesorilor pentru dezvoltarea relațiilor școală – familie în procesul educației fizice.* În: Materialele Conferinței Științifice Internaționale „Formarea continuă a specialistului de cultură fizică în conceptul acmeologic modern”, ediția 1-a, Chișinău: USEFS, 3 decembrie 2020. pp. 36-44. ISBN 978-9975-68-417-0.
86. **LEȘCO, V.** *Involvement of the family in the physical education of young schoolchildren - factor that ensures the success of the school-family partnership.* Bulletin of the Transilvania University of Brașov. Series IX, Vol. 14(63) No. 1, 2021. pp.179-186. ISSN-L 2344-2026. (online). Disponibil: <https://doi.org/10.31926/but.shk.2021.14.63.1.23>.
87. **LEȘCO, V.** *Conexiunea dintre mediul social al familiei și potențialul educațional al copilului de vârstă școlară mică.* În: Materialele Congresului Științific Internațional „Sport. Olimpism. Sănătate”, Chișinău: USEFS, 16-18 septembrie, 2021. pp. 60-65. ISBN 978-9975-131-99-5.
88. **LEȘCO, V., GONCEARUC, S., LEȘCU, A.** *Diagnosticarea relațiilor părinte – copil prin activități de educație fizică în învățământul primar.* În: Materialele Congresului Științific Internațional „Sport. Olimpism. Sănătate”, Chișinău: USEFS, 16-18 septembrie, 2021. pp. 66-72. ISBN 978-9975-131-99-5.
89. **LUPULEAC, V.** *Influența mijloacelor specifice educației fizice asupra corectării disgrafiei la elevii claselor primare: teză de doctor în științe pedagogice.* Chișinău, 2014. 183 p.

90. MAISTRENCO, G. *Promovarea unui stil de viață sănătos la copii și adolescenți*. În: *Analele științifice ale USMF „Nicolae Testemițanu”*, vol. 2. Chișinău, 2013. 319 p. ISBN 978-9975-918-81-7.
91. MAISTRENCO, G., COBĂLEANU, Z., MORARI, L. *Sănătatea copiilor – Indicator al sănătății colectivităților*. În: *Buletinul Academiei de Științe a Moldovei. Științe Medicale*, nr. 4(23), 2009. pp. 67-71. ISSN 1857-0011.
92. MANOLACHI, V. *Aspecte teoretice privind dezvoltarea durabilă a culturii fizice și sportului în Republica Moldova*. În: *Știința Culturii Fizice*, Nr. 20(4) / 2014. 22 p. ISSN 1857-4114.
93. MANNO, R. *Bazele teoretice ale antrenamentului sportive*. București: Ed. Revue E.P.S., 1992, tradusă de C.C.P.S., S.D.P. 1996. pp. 371-374.
94. MARIN, D. *Învățăm jucându-ne. Cartea părinților implicați*. București: Editura Smart Publishing, 2018. 46 p.
95. MARINESCU, I. *Metodica predării educației fizice la grădiniță și la clasele I-IV*. Iași: Editura AS'S, 2000. 162 p. ISBN 978-9975-4336-1-7.
96. MARIȚ, A., DORGAN, V. *Metode de apreciere a efortului fizic la copii*. În: *Materialele Conferinței Științifice Internaționale „Perspective moderne ale impactului societății contemporane asupra educației fizice și sportului”*, Ediția a VII-a. Chișinău: I.N.E.F.S., 2006. pp. 313-318. ISBN 978- 9975-9948-3-5.
97. MITRA, G., MOGOȘ, A. *Dezvoltarea calităților motrice*. În: *activitatea de educație fizică și sport școlar*, București: Sport-Turism, 1977. 228 p. ISBN 796.012.
98. MITROFAN, N., MITROFAN, I. *Familia de la A la Z. Mic dicționar al vieții de familie*. București, 1991. 359 p. ISBN 973-44-0041-x.
99. MÎSLIȚCHI, V. *Parteneriatul educațional familie-grădiniță-școală: Ghid metodologic*. Chișinău: Pulsul Pieței, 2015. pp. 166-199. ISBN 978-9975-3040-7-8.
100. MOCROUSOV, E. *Features of motor skills education using mobile games for children from primary school*. În: *International Scientific Conference „Trends and Perspectives in physical culture and sports the VIth Edition”*. Suceava. România, 26-27 of mai. 2016. pp. 10-15. ISSN 2065 – 3948.
101. MOROȘAN, R., MOROȘAN, I. *Dinamica anuală a forței mâinii predominante la elevii de 7-10 ani în dependență de tipul morfologic (somatic)*. În: *Știința culturii fizice*, nr. 10/2, Chișinău, 2012. pp. 58-63. ISSN 1857-4114.
102. MUNTEANU, A. *Psihologia copilului și a adolescentului*. Timișoara: Augusta, 2003. 207 p. [citat 18.04.2017]. ISBN 973-9353-21-5. Disponibil: https://www.academia.edu/30256423/Psihologia_copilului_si_a_adolescentului

103. MUNTEANU, T. *Familia și școala – medii de formare a atitudinilor morale la elevii claselor primare*. În: *Materialele Conferinței Științifice Internaționale „Învățământul universitar din Republica Moldova la 80 de ani”*, Vol. 1. Chișinău: UST, 2010. pp. 204-208. ISBN 978-9975-76-041-6.
104. MUNTEANU, T. *Formarea atitudinilor morale la copii în cadrul familiei: teză de doctor în științe pedagogice*, Chișinău. 2019. pp. 71-74.
105. NARLY, C. *Pedagogie generală*, București: Editura Didactică și pedagogică, 1996. 528 p. ISBN 9733035084.
106. NICOLA, I. *Pedagogie*. București: Editura Didactică și Pedagogică, 1994. 412 p. ISBN 973-30-3525-9.
107. NICOLA, I. *Tratat de pedagogie școlară*. București: Editura Aramis, 2003, 380 p. ISBN 973-8473-64-0.
108. OLOIERU, A. *Formarea culturii economice în cadrul educației familiale: teză de doctor în științe ale educației*. Chișinău, 2020. pp. 35-108.
109. ONOI, M. *Pregătirea psihologică și intelectuală a copiilor care practică orientarea sportivă în cadrul secțiilor și cercurilor turistice*. În: *Materialele Conferinței Științifice Internaționale „Probleme actuale ale metodologiei pregătirii sportivilor de performanță”*. Chișinău: USEFS, 2010. pp. 66-70. ISBN 978-9975-4077-5-5.
110. *Parteneriatul școală – familie – comunitate*. Laboratorul Consiliere și management educațional, București: Ed. Universitară, 2014. 119 p. ISBN 978-606-28-0141-0.
111. PÂRVU VIȘAN, V. *Strategii de optimizare a capacității psihomotrice la elevii din ciclul primar: teză de doctor în psihologie*. Pitești, 2018. 76 p.
112. PÂSLARU, VI. *Competențe ale pedagogilor: Interpretări*. Chișinău: Continental Grup, 2014. 192 p. ISBN 978-9975-68-258-9.
113. PEHOIU, C. *Educația fizică și sportul în prevenirea consecințelor vieții modern*. În: *Analele Universității din Oradea: Educație fizică și sport*. Oradea: Editura UNEFS din Oradea, 2003. 247 p. ISBN 796.015.86:316.6.
114. PIAGET, J. *Psihologia copilului*. București: Editura Cartier, 2005. pp. 50-55. [citat 03.12.2016] ISBN 9975-79-368-1. <https://shop.cartier.md/files/pdf/1458036080.pdf>.
115. POGOLȘA, L., MARIN, M. (coord. șt.) *Evaluare criterială prin descriptori în învățământul primar. Clasa I*. Chișinău: IȘE, 2015. 84 p. ISBN 978-9975-48-097-0.
116. POPA, N. *Eficientizarea autoeducației școlarului mic în contextul consilierii psihopedagogice a familiei: teză de doctor în pedagogie*. Chișinău, 2018. 42 p.
117. POPESCU, L. *Stil de viață sănătos: Un Ghid de Educație pentru Sănătate*. Constanța: Editura Muntenia, 2010. 124 p. ISBN 978-973-692-297-8.

118. POVESTCA, L., DANAIL, S., GORASCENCO, A. *Probleme actuale ale teoriei și practicii culturii fizice*. În: Materialele Conferinței Științifice studențești internațională. Chișinău: USEFS, 2016. 79 p. ISBN 978-9975-131-28-5.
119. POTOP, V., JURAT, V. *Aspecte metodice privind învățarea săriturii cu sprijin prin stând pe mâini la gimnastele de 9 ani*. În: Știința Culturii Fizice, 32(3), Chișinău: USEFS, 2018. pp. 78-85. ISSN 1857-4114 /ISSNE 2537-6438.
120. RACU, I. *Psihologia copilului*. Chișinău: Institutul de Formare Continuă, 2011. pp. 124-132. ISBN 978-9975-9872-7-1.
121. RAȚĂ, G., RAȚĂ, G. *Educația fizică și metodică predării ei*. Iași: PIM, 2008. 87 p. ISBN 978-606-527-297-2.
122. RĂDULESCU, E., ȚÂRCĂ, A. *Școala și comunitatea. Ghid pentru profesori*. București: Humanitas Educational, 2005. 6 p. [citat 23.06.2017]. Disponibil: https://ibn.idsi.md/sites/default/files/imag_file/254_264.
123. RĂDUȚ-TACIU, R., BOCOȘ, M., CHIȘ, O. (coord.) *Tratat de management educațional pentru învățământul primar și preșcolar*. Pitești: Editura Paralela 45, 2015. 329 p. ISBN 978-973-47-1526-8.
124. SCARLAT, E., SCARLAT, B. *Îndrumar de educație fizică școlară*. București: Editura Didactică și Pedagogică, 2006. 480 p. ISBN: 973-30-1546-6.
125. SECRIERU, D. *Integrarea sistemului educațional din Republica Moldova în spațiul european*. Chișinău: Institutul politic public, 2007. 53 p.
126. SORICI, O. *Fundamente pedagogice ale formării competențelor parentale în contextul educației axiologice*: teză de doctor în pedagogie, Chișinău, 2013. 174 p.
127. STANCIU, I. *Școala și doctrinele pedagogice în secolul XX*. București: Institutul European, 2006. 304 p. ISBN 973-611-430-9.
128. STĂICULESCU, C. *Școala și comunitatea locală. Parteneriat pentru educație*. București: ASE, 2012. 19 p. ISBN: 978-606-505-478-3.
129. STĂNCIULESCU, E. *Sociologia educației familiale. Strategii educative ale familiilor contemporane*. Volumul I, Iași: Editura Polirom, 2002. 280 p. ISBN 973-681-125-5.
130. STĂNCIULESCU, E. *Sociologia educației familiale. Familie și educație în societatea românească: o istorie critică a intervenționismului utopic*, Volumul II, Iași: Editura Polirom, 2002. 428 p. ISBN 973-681-127-1.
131. STĂNESCU, M. *Metodica educației fizice. Note curs*. București: ANEFS, 2002. 72 p. ISBN 978-606-8294-37-7.
132. ȘICLOVAN, I. *Teoria Educației fizice și sportului*. București: Editura Sport Turism, ed. a III -a, 1979. 54 p.

133. TATU, A. *Dezvoltarea capacității vitale și a calităților motrice în lecția de educație fizică*. În: Revista Educația Fizică și Sport, nr. 10, 1980. pp. 29-35.
134. THOMAS, J., NELSON, J. *Metodologia cercetării în activitatea fizică*. Vol.I. București: CCPS, 1996. 236 p.
135. TRIBOI, V., PĂCURARU, A. *Teoria și metodologia antrenamentului sportiv*. Iași: Pim, 2013. 368 p. ISBN 978-606-13-1274-0.
136. TRIBOI, V. *Bazele social-pedagogice și legislative ale dezvoltării sportului studențesc din Republica Moldova*. Chișinău: USEFS, 2017. 224 p. ISBN 978-9975-131-46-9.
137. URICHIANU, B. *Caracteristicile dezvoltării psihice, fiziologice și motrice a școlărilor din ciclul primar*. În: Materialele Congresului Științific Internațional „Sport. Olimpism. Sănătate”, vol 1, Chișinău: USEFS, 5-8 oct 2016. pp. 480-484. ISBN 978-9975-131- 32-2.
138. URICHIANU, B. *Fortificarea stării de sănătate a elevilor din ciclul primar prin componentele intelectuale și motrice: teză de doctor în științe pedagogice*. Chișinău, 2020. 170 p.
139. VERZA, E., VERZA, F. *Psihologia vârstelor*. București: Pro Humanitas, 2000. 98 p. ISBN 973-99734-4-2.
140. VOINEA, M. *Familia contemporană. Mică enciclopedie*, București: Editura Focus, 2005. 242 p. ISBN 973-87104-6-4.
141. VRĂȘMAȘ, E. *Consilierea și educația părinților*. București: Armis, 2002. 176 p. ISBN 9789738294746.
142. VRÂNCEANU, M. *Parteneriatul educațional*. În: 1001 idei pentru o educație timpurie de calitate. Chișinău: CEPD, 2010. 186 p. [citat 18.02.2018]. ISBN 978-9975-4125-1-3. Disponibil: http://prodidactica.md/wp-content/uploads/2017/07/1001-idei_RO.pdf
143. ZAVALIȘCA, A., DEMCENCO, P. *Metode matematico-statistice de cercetare pedagogică în cultura fizică*. Chișinău: Pontos, 2011. 490 p. ISBN 978-9975-51-219-0.

în limba engleză

144. BECHER, H. *The teacher in authority system of the public schools*. London: 1st Edition, 1965. 14 p. ISBN 9781315129983.
145. BLAIR, S. *Resource manual for guidelines for exercise and prescription*. Philadelphia: Lea e Febiger, 2010. 406 p. ISBN 978-0-7817-6903-7.
146. BRYAN, J., HOLCOMB MCCOY, C. *School Counselors Perceptions of their Involvement in School-Family Partnerships*. In: Professional School Counseling, No. 7(3), 2004. pp. 162-171. ISSN-1096-2409.

147. BUMRIND, D. *Parenting styles and adolescent development*. In: R. M. Lerner A.C. Petersen, & J. Brooks Gunn (Eds.), *Encyclopedia of adolescence*, Vol.2. New York, 1991. pp. 746-758.
148. BYNNER, J. *Parents' attitudes to education*. London, 1972. 157 p. ISBN 0117001341.
149. EPSTEIN, J. *School, Family, and Community Partnerships. Your Handbook for Action*. Corwin Press, a SAGE Company, 2009. 20 p. ISBN-0-7619-7666-3.
<https://www.govinfo.gov/content/pkg/ERIC-ED467082/pdf/ERIC-ED467082.pdf> .
150. COMER, J., BEN-AVIE, M., HAYNES, N., JOYNER, E. *Child by child: he comes process for change in education*. New York: Teachers College Press, 1999. 336 p. ISBN-0-8077-3868-9.
151. HORNBY, G. *Parental involvement in childhood education: Building effective school family partnerships*. New York: Springer, 2011. 15 p. ISBN 978-1-4419-8379-4.
152. MARGARITOIU, A., EFTIMIE, S. *Some issues concerning school-family partnerships*. *Procedia Social and Behavioral Sciences* 11, 2011. pp. 42-46. [citat 15. 09. 2017]. ISSN 1877-042. Disponibil: <https://www.researchgate.net/publication/251713366>.

în limba rusă

153. АРТЕМЪЕВА, Е., КАРЕТНИКОВА, У. *Новые формы взаимодействия семьи и школы в условиях*. В: Вестник по педагогике и психологии Южной Сибири, № 2, 2014. с. 33-36. ISSN 2686-8784.
154. АШМАРИН, Б. *Теория и методика физического воспитания*. Москва: Просвещение, 1990. 287 с.
155. БАЙБОРОДОВА, Л. *Взаимодействие школы и семьи*. Ярославль: Академия развития: Академия Холдинг, 2003. 24 с. ISBN 5-7797-0156-3.
156. БАЛЬСЕВИЧ, В. *Физическая культура в школе: пути модернизации преподавания*, Москва: Педагогика, № 1, 2004. с. 26-32. ISSN 0869-561X.
157. БАЛЬСЕВИЧ, В. *Спортивный вектор физического воспитания в российской школе*. В: Теория и практика физической культуры, 2006 с. 48-52. ISBN 5-93512-043-7.
158. БАРАНОВ, А. *Здоровье детей на пороге 21 века: пути решения проблемы*. Москва: Русский Медицинский Журнал, 2000. с. 3-8. ISSN 2225-2282.
159. БОНДАРЕВСКИЙ, Е. *Вместе с сыном, вместе с дочкой! Физкультурная библиотечка родителей*. Москва: Советский спорт, 1988. с. 36-38.
160. БОЧАРОВА, В. *Программа профессиональной подготовки родителей – участников проекта*. Москва: ИСП РАО, 2012. 16 с. ISBN 978-5-98689-100-2.

161. БУРХАНОВ, А. *Здоровый образ жизни-важный фактор формирования и укрепления здоровья*. Москва: Общество с ограниченной ответственностью "АР-Консалт", 10-2 (13), 2016. с. 12-20. ISSN 2414-5041.
162. ВАРГА, А. *Системная семейная психотерапия. Краткий лекционный курс*. Москва: Речь, 2001. с. 10-22. ISBN 5-9268-0046-3.
163. ВАСИЛЬКОВА, Ю. *Методика и опыт работы социального педагога*. Москва: Академия, 2000. с. 25-27. ISBN 5-7695-0629-6.
164. ВИЛЕНСКИЙ, М. *Физическая культура*. Москва: КНОРУС, 2020. 214 с. ISBN 978-5-406-07424-4.
165. ДАВЫДОВ, В. *Морфофункциональные показатели младших школьников 7–10 лет*. В: Материалы научно-практической конференции с международным участием „Физическая культура, спорт и здоровье: актуальные проблемы и инновации”. Астрахань, 2016. с. 16-20. ISBN 978-5-91910-463-6.
166. ДОРОХОВ, Р. *Спортивная морфология*. Москва: СпортАкадемПресс, 2002. 94 с. ISBN 5-8134-0103-2.
167. ЕРМОЛЕНКО, Е. *Возрастная морфология: учебник*. Феникс, 2006. 464 с. ISBN: 5-222-09771-4.
168. ЗАХАРОВ, А. *Психология семейных отношений: Учебное пособие*. Челябинск: Изд-во ЮУрГУ, 2009. 45 с. <http://window.edu.ru/resource/022/73022/files/psyravz22.pdf>.
169. КАПРАЛОВА, Р. *Работа классного руководителя с родителями учащихся*. Москва: Просвещение, 1980. 126 с. ISBN 5-235-00695-x.
170. КОЗЛОВА, С., БОГИНЯ, Т. *Направления и формы взаимодействия школы и семьи*. В: Материалы конференции профессионально – педагогическая культура: стратегия развития воспитания, Белгород, 25-26 февраля 2016. с.147-149. ISBN: 978-5-9571-2084-1.
171. КОРОБКОВА, В. *Семейный клуб как форма партнерского взаимодействия школы и семьи младших школьников*. В: Материалы конференции воспитание и обучение: теория, методика и практика, Чебоксары, 25 ноября 2017. с.73-75. ISBN: 978-5-6040208-8-3.
172. КУЗНЕЦОВ, В., ХОЛОДОВ, Ж. *Теория и методика физического воспитания и спорта*. Москва: Академия, 2003. с. 45. ISBN 5-7695- 0853-1.
173. КУЗНЕЦОВА, Л. *Гармоничное развитие личности младшего школьника*. Москва: Просвещение, 1988. с. 49-52. ISBN 5-09-000298-3.
174. ЛЕБЕДЕВ, П. *Семейное воспитание*. Москва: Академия, 2001. с. 76-80. ISBN 5-7695-0706-3.

175. ЛЕБЕДЕВА, Н. *Формирование здорового образа жизни младших школьников: пособие для учителей начальных классов, воспитателей.* Минск: ИВЦ Минфина, 2005. 112 с. ISBN 985-6782-10-4.
176. ЛЕСГАФТ, П. *Семейное воспитание ребенка и его значение.* Москва: Педагогика, 1991. 119 с. ISBN 5-7155-0404-X.
177. ЛОДКИНА, Т. *Социальная педагогика. Защита семьи и детства.* Москва: Академия, 2009. с. 38-42. ISBN 978-5-7695-5838-2.
178. ЛУБЫШЕВА Л. *Социология физической культуры и спорта.* Москва: Академия, 2010. 154 с. ISBN 978-5-7695-5284-7.
179. МАСАЛГИН, Н. *Математико-статистические методы в спорте.* В: Физкультура и спорт, 1974. 160 с. ISBN 0691-0399/009 (01).
180. МАТВЕЕВ, Л. *Общая теория спорта и ее прикладные аспекты: учеб. для завершающего уровня высш. физкультур.* Лань, 2005. 377 с. ISBN 5-8114-0585-5.
181. МАТВЕЕВ, Л. *Теория и методика физической культуры.* Москва: Физкультура и Спорт: СпортАкадемПресс, 2008. 542 с. ISBN 978-5-278-00833-0.
182. МАЦКОВСКИЙ, М. *Социология семьи: Проблемы, теории, методологии и методики.* Москва: Наука, 1989. с. 36-42. ISBN 5-02-013329-9.
183. МООР, Т. *Роль личности учителя физической культуры в приобщении учащихся начальных классов к занятиям физической культурой и спортом: Дис. канд. пед. Наук,* 2001. с. 93-96.
184. МУХИНА, В. *Возрастная психология. Феноменология развития.* Москва: Издательский центр Академия, 2006. с. 381-383. ISBN 5-7695-2648-3.
185. НЕМОВ, Р. *Психология.* Москва: ВЛАДОС, 2003. 627 с. ISBN 5-691-00552-9.
186. НИКИТИНА, Л. *Мы, наши дети и внуки. Часть 2.* Издатель: Самокат, 2017. с. 117-122. ISBN 978-5-91759-267-1.
187. ОВЧАРОВА, Р. *Материнство в неполной семье. монография.* Курган: Изд-во Курганского гос. ун-та, 2014. 162 с. ISBN 978-5-4217-0265-8.
188. ПЛАТОНОВ, В. *Двигательные качества и физическая подготовка спортсменов.* Киев: Олимп. лит., 2017. с. 16-20. ISBN 978-617-7492-01-5.
189. СЕЧЕНОВ, И. *Избранные произведения. Том 2. Физиология нервной системы.* Москва: Академия Наук, 2010. 595 с. ISBN 978-5-9989-5931-8.
190. СОКОЛОВ, Э. *Свободное время и культура досуга.* Ленинград: Наука, 1977. с. 75-89.
191. СОЛОМИНА, Т. *Возрастные особенности обмена веществ и особенности методики физического воспитания детей и подростков: Лекция для студентов ИФКЮГИФК.* Омск, 1990. с. 2-6.

192. СОЛОПОВ, Е. *Проблема здоровья, здорового образа жизни людей в ряду глобальных проблем современности*. Москва, 2005. с. 212-226. ISBN: 5-691-00185-X.
193. СОРОКИН, П. *Социальная роль семьи и школы*. Москва: Академия, 2003. с. 237-246. ISBN 5-7695-1398-5.
194. СПИВАКОВСКАЯ, А. *Психотерапия: игра, детство, семья*. Москва: Апрель Пресс, 2000. 135 с. ISBN 5-04-003915-8.
195. СТЕПАНОВА, Е. *Воспитательный процесс: изучение эффективности*. Москва: Сфера, 2001. 22 с. ISBN 5-89144-153-5.
196. СТОЛЯРОВ, В., БЫКОВСКАЯ, И., ЛУБЫШЕВА, Л. *Концепция физической культуры и физкультурного воспитания (инновационный подход)*. В: Теория и практика физической культуры. Москва, №5, 1998. с. 11 - 15.
197. СУХАРЕВ, А. *Здоровье и физическое воспитание детей и подростков*. Москва: Медицина, 1991. 105 с.
198. СУХОМЛИНСКИЙ, В. *Как воспитать настоящего человека: (Этика коммунистического воспитания)*. Москва: Педагогика, 1990. 91 с. [citat 05.11.2016]. Disponibil: http://pedlib.ru/Books/5/0138/5_0138-1.shtml
199. УШИНСКИЙ, К. *Человек как предмет воспитания*. Москва: Издательство Директ Медия, 2012. 241с. ISBN 978-5-4460-5891-4.
200. ХАРИТОНОВ, В. *Физическое развитие учащихся - основа их здоровья*. В: Теория и практика физической культуры, №3, Москва, 2000. с. 23-25.
201. ХОЛОДОВ, Ж. *Папа, мама и я - физкультурная семья*. Минск: Полымя, 1989. 222 с.
202. ХОЛОДОВ, Ж., КУЗНЕЦОВ, В. *Теория и методика физического воспитания и спорта: Учеб.пособие для студ. Высш. Учебн. Заведений*. Москва: Академия, 2011. 480 с. ISBN 978-5-7695-92-26-4.
203. ШЕПТЕНКО, П., ВОРОНИНА, Г. *Методика и технология работы социального педагога*. Москва: Академия, 2007. 10 с. ISBN 978-5-7695-4506-1.
204. ШУРКОВА, Н. *Воспитание: Новый взгляд с позиции культуры*. Москва: ОЦ "Пед. поиск", 1997. 77 с. ISBN 5-901030-03-6.

Referințe la documente electronice

205. *Concepția Educației în Republica Moldova*. Chișinău: Editura Liceum, 2000. 36 p.
206. *Dezvoltarea copilului mic. Suport de curs teoretic și ghid practic*. Chișinău, 2018. pp.15-19. [citat 13.08.2018]. Disponibil: https://mecc.gov.md/sites/default/files/modulul_i_dezvoltarea_copilului.pdf.
207. *Educația Fizică și Sportul la școală în Europa*. © EACEA, 2013. pp.1-4. [citat 18.04.2017]. ISBN 978-92-9201-528-2. Disponibil:

- <https://pdfslide.tips/documents/educatia-fizica-si-sportul-la-scoala-in-europa.html>.
208. Google cărți, ©2011 [citat 23.02.2017]. Disponibil: <https://books.google.md/>.
209. *Modele pedagogice privind parteneriatul școală – familie*. În: cadrul didactic promotor al politicilor educaționale, Chișinău, pp. 582-589. [citat 24.09.2017]. Disponibil: https://ibn.idsi.md/sites/default/files/imag_file/582-589.pdf.
210. *Noile Educații*, ©2017 [citat 30.01.2017].
Disponibil: <https://ru.scribd.com/doc/312664946/11-Noile-Educatii>.
211. *Strategia privind protecția copilului pe anii 2014-2020*, aprobată prin Hotărârea Guvernului RM nr. 434 din 10.06.2014. Monitorul Oficial al RM, 2014, nr. 160-0166, art. 481. [citat 16.11.2017].
Disponibil: <http://lex.justice.md/index.php?action=view&view=doc&lang=1&id=353459>.
212. *Strategia de dezvoltare a culturii fizice și sportului în Republica Moldova (2013-2020)*, (Proiect) Ministerul Tineretului și Sportului al RM, Universitatea de Stat de Educație Fizică și Sport. 5 p. [citat 20.01.018]. ISBN 978-9975-4425-3-4.
Disponibil: <http://old.mts.gov.md/content/strategia-de-dezvoltare-culturii-fizice-si-sportului-din-republica-moldova-pentru-anii-2013>.
213. *Tehnici de storytelling în educația timpurie*. [citat 23.03.2019]. Disponibil: <https://www.acorns.ro/2019/01/storytelling/>.

ANEXE

Anexa 1

Chestionar „Rolul educației fizice în cadrul școlii și familiei”

Dragi părinți

Dorim să cunoaștem opinia Dvs. referitoare la cercetarea noastră cu tema „Interacțiunea școlii și familiei în educația fizică a elevilor de vârstă școlară mică”. Vă rugăm să răspundeți la întrebările din chestionar (răspunsurile sunt anonime)

Datele chestionarului

n=265

Nr. crit.	Întrebarea	Variante de răspuns	Datele în cifre	Datele în %
1	Cum apreciați starea de sănătate a copilului dvs.?	1.1. Copilul este perfect sănătos 1.2. Aș vrea să fie mai bună 1.3. Copilul este des bolnav 1.4. Nu știu	34 186 11 34	12,83 70,19 4,15 12,83
2	De câte ori copilul dvs. a fost bolnav pe parcursul anului?	2.1. O dată 2.2. De două ori 2.3. Mai mult de două ori 2.4. Nu s-a îmbolnăvit niciodată	61 90 93 21	23,02 33,96 35,09 7,93
3	Numiți activitățile preferate ale copilului dvs. în timpul liber.	3.1. Desen, modelare 3.2. Cântă și ascultă muzică 3.3. Plimbări 3.4. Jocuri în aer liber 3.5. Citirea cărților 3.6. Vizionarea emisiunilor TV 3.7. Jocuri la calculator 3.8. Alte activități (scriți) _____	5 9 11 62 18 67 93 -	1,89 3,40 4,15 23,40 6,79 25,28 35,09 -
4	Cu cine își petrece copilul timpul liber?	4.1. Cu părinții, acasă 4.2. Acasă cu prietenii 4.3. Singur în stradă 4.4. În stradă cu părinții 4.5. În stradă cu prietenii	89 7 11 52 106	33,58 2,64 4,15 19,62 40,00
5	Credeți că educația fizică poate consolida și menține sănătatea copiilor dvs.?	5.1. Da, desigur 5.2. Nu 5.3. Nu știu 5.4. Mi-e greu să răspund	210 33 12 10	79,25 12,45 4,53 3,77
6	Vă implicați în activitățile fizice ale copilului dvs.?	6.1. Da, sistematic 6.2. Da, în zilele de odihnă 6.3. Da, în vacanță 6.4. Nu	53 39 80 93	20,0 14,72 30,19 35,09
7	În opinia dvs., care sunt dificultățile cu care vă confrunțați în educația fizică a copilului?	7.1. Starea de sănătate 7.2. Lipsa de timp 7.3. Lipsa de voință, dorință 7.4. Lipsa de cunoștințe 7.5. Altele (scrieți) _____	13 154 21 66 11	4,91 58,11 7,92 24,91 4,15
8	Solicitați opinia profesorilor de educație fizică privind pregătirea fizică a copiilor dvs.?	8.1. Da, în mod regulat 8.2. Da, dar o fac ocazional 8.3. Nu	29 99 137	10,94 37,36 51,70
9	În opinia dvs, care ar fi primul pas pentru a îmbunătăți starea fizică a copiilor?	9.1. Mai multe lecții de educație fizică pe săptămână 9.2. Îmbunătățirea bazei materiale a școlii 9.3. Îmbunătățirea metodelor de predare la lecția de EF	64 89 27	24,15 33,58 10,19

		9.4. Consolidarea stării materiale a familiei	19	7,17
		9.5. Majorarea salariilor profesorilor de EF	58	21,89
		9.6. Altele (scrieți)_____	8	3,02
10	Ce factori influențează educația fizică a copilului?	10.1. Exemplul personal al părinților	50	18,87
		10.2. Exercițiile fizice realizate în comun	124	46,79
		10.3. Mass – media	-	-
		10.4. Discuțiile privind importanța educației fizice în familie	-	-
		10.5. Participarea la evenimente sportive	91	34,34
		10.6. Altele (scrieți)_____	-	-
11	În opinia dumneavoastră, cine influențează formarea deprinderilor motrice ale copilului dumneavoastră?	11.1. Tata	43	16,23
		11.2. Mama	21	7,92
		11.3. Ambii părinți	37	13,96
		11.4. Buneii	16	6,04
		11.5. Profesorii	130	49,06
		11.6. Rudele apropiate	10	3,77
		11.7. Nimeni	8	3,02
12	Doriți ca copilul dvs. să practice activități sportive?	12.1. Da	80	30,19
		12.2. Nu	158	59,62
		12.3. Nu știu	27	10,19
13	Dacă da, de ce? (bifați răspunsurile oportune)	13.1. Exercițiile fizice îmbunătățesc sănătatea	63	78,75
		13.2. Permit dezvoltarea armonioasă a copilului	61	76,25
		13.3. Influențează formarea voinței, a caracterului	63	78,75
		13.4. Formează autodisciplina	22	27,50
		13.5. Dezvoltă încrederea în sine	18	22,50
14	Credeți că este nevoie de mai multe lecții de educație fizică la școală?	14.1. Da	219	82,49
		14.2. Nu	30	11,32
		14.3. Nu știu	16	6,19
15	Cum ați evalua organizarea activității fizice la școală?	15.1. Bine	127	47,92
		15.2. Satisfăcător	97	36,60
		15.3. Nesatisfăcător	41	15,48
Dacă credeți că educația fizică constituie un factor fundamental în promovarea sănătății, răspundeți la următoarele întrebări:				
16	Faceți exerciții fizice în timpul liber?	16.1. Da, în mod regulat	53	20,00
		16.2. Ocazional	68	25,53
		16.3. Nu	144	54,47
17	De ce vă implicați în educația fizică a copiilor dvs.?	17.1. Sunt convins de beneficiile educației fizice	210	79,25
		17.2. Este o tendință modernă	12	4,53
		17.3. Educația fizică este benefică pentru toți	33	12,45
		17.4. Nu m-am gândit	10	3,77
18	Ce Vă motivează pe dvs. și pe copiii dvs. să practicați exerciții fizice și alte activități sportive? (bifați răspunsurile oportune)	18.1. Dorința de a îmbunătăți starea de sănătate	210	79,25
		18.2. Monitorizarea masei corporale, formarea ținutei corecte	45	16,98
		18.3. Ameliorarea oboselii și	34	12,83

		sporirea capacității de lucru						
		18.4. Dezvoltarea armonioasă a copilului	201	75,85				
		18.5. Obținerea performanțelor sportive	15	5,66				
		18.6. Formarea voinței și a caracterului	208	78,49				
		18.7. Nu știu	53	20,00				
19	De ce nu practicați exercițiile fizice, dacă cunoașteți beneficiile lor?	19.1. Lipsa timpului liber;	143	53,96				
		19.2. Venit financiar mic;	7	2,64				
		19.3. Lipsa de cunoștințe;	102	38,49				
		19.4. Lipsa spațiului și a condițiilor pentru activitățile sportive;	-	-				
		19.5. Lipsa de dorință;	9	3,40				
		19.6. Altele (indicați)	4	1,51				
20	În opinia dvs., care sunt motivele pentru care copiii nu participă la activități sportive?	20.1 Volumul excesiv de activități didactice la disciplinele școlare;	109	41,13				
		20.2. Lipsa echipamentului și a vestimentației sportive	11	4,15				
		20.3. Lipsa secțiilor sportive preferate	8	3,02				
		20.4. Lipsa dorinței	7	2,64				
		20.5. Lipsa cunoștințelor în domeniu	2	0,75				
		20.6. Lipsa motivației	128	48,31				
		20.7. Nu știu	-	-				
21	În opinia dvs., cine trebuie să implice copiii în practicarea exercițiilor fizice?	21.1. Profesorii	124	46,69				
		21.2. Părinții	18	6,79				
		21.3. Profesorii cu părinții	88	33,21				
		21.4. Vor lua decizii de sine stătător	27	10,19				
		21.5. Nu știu	8	3,12				
22	Cunoașteți indicatorii care caracterizează nivelul de dezvoltare și pregătire fizică a copilului dvs. la vârsta respectivă?	22.1. Da	85	32,08				
		22.2. Nu	113	42,64				
		22.3. Aproximativ	67	25,28				
23	Care sunt modalitățile și mijloacele de optimizare a educației fizice care vă interesează pe dvs.?	23.1. Metode de călire a organismului uman	34	12,83				
		23.2. Alimentația rațională	16	6,04				
		23.3. Controlul greutateii corporale	3	1,13				
		23.4. Tehnici de alergare și mers pe jos	21	7,92				
		23.5. Activități de educație fizică în familie	180	67,92				
		23.6. Optimizarea activității motrice.	11	4,15				
24	Sunteți interesat de informațiile specialiștilor privind starea fizică a copilului dvs.? Le primiți? (răspundeți la fiecare rând)							
		Informații	Sunt interesat/ Primesc		Sunt interesat, dar nu primesc		Nu mă interesează	
			nr.	%	nr.	%	nr.	%
		24.1 Menținerea stării de sănătate	49	18,49	198	74,72	18	6,79
		24.2 Dezvoltarea fizică armonioasă	64	24,15	172	64,91	29	10,94
		24.3 Dezvoltarea calităților motrice	55	20,75	167	63,02	43	16,23

	24.4 Dezvoltarea psihofizică	83	31,32	131	49,43	51	19,25	
25	Sunteți capabil să efectuați următoarele? (răspundeți la fiecare subiect)							
	Sarcini		Da		Nu		Dificil	
	25.1 să alcătuiți un complex de exerciții pentru activitatea în comun cu copilul		95	35,85	117	44,15	53	20,00
	25.2 să efectuați controlul și autocontrolul în timpul exercițiilor		72	27,17	86	32,45	107	40,38
	25.3 să stabiliți un regim alimentar corect		69	26,04	158	59,62	38	14,34
	25.4 să oferiți sfaturi privind călirea organismului		17	6,42	203	76,60	45	16,98
25.5 să faceți automasaj sau masaj		86	32,45	99	37,36	80	30,19	
26	Ce forme de activitate fizică ați prefera pentru copilul dvs.? (bifați răspunsurile oportune)	26.1. Cercuri sau cluburi sportive		88		33,21		
		26.2. Antrenamente individuale		103		38,87		
		26.3. Antrenamente în secțiile sportive		53		20,00		
		26.4. Activități de agrement: plimbări active, joc, înot		42		15,85		
		26.5. Evenimente sportive și activități de recreere		39		14,72		
27	Ce semnifică pentru dvs. noțiunea „mod sănătos de viață”? (bifați răspunsurile oportune)	27.1. Reducerea obiceiurilor nocive (alcoolul, fumatul etc.)		127		47,92		
		27.2. Activitate sportivă		138		52,08		
		27.3. Monitorizarea stării de sănătate		72		27,17		
		27.4. Testarea permanentă a pregătirii fizice		58		21,89		
		27.5. Alimentarea rațională		119		44,91		
		27.6. Igiena personală		103		38,87		
		27.7. Respectarea regimului zilnic		114		43,02		
		27.8. Odihnă. Recreere		95		35,85		
28	Aveți un mod de viață sănătos?	28.1. Da		34		12,83		
		28.2. Ocazional		7		2,64		
		28.3. Nu		224		84,53		
29	Ce veți face dacă copilul, din diverse motive, nu va participa la lecțiile de educație fizică?	29.1. Vă veți indigna		103		38,87		
		29.2. Veți fi mulțumit, pentru că va avea timp pentru celelalte discipline		48		18,11		
		29.3. Veți face totul ca copilul să frecventeze lecțiile de educație fizică.		114		43,02		
30	Vă interesează succesul copilului dvs. la disciplina „Educația fizică”?	30.1. Da		186		70,19		
		30.2. Nu		79		29,81		

Chestionar – interviu: „Atitudinea elevilor de vârstă școlară mică față de educația fizică în școală și familie”

Dragă elev!

În scopul identificării atitudinii dvs. față de educația fizică în școală și familie, venim cu rugămintea de a răspunde la întrebările chestionarului.

Vă mulțumim pentru colaborare!

Datele chestionarului

n=265

Nr. crt.	Întrebarea	Variante de răspuns	Nr. răspunsuri	(%)
1	Considerați importante lecțiile de educație fizică? (aflăm: dacă le preferă sau nu; ce lecții preferă mai puțin)	Da	252	95
		Nu	13	5
2	Vă place profesorul de educație fizică? (aflăm: dacă da sau nu; dacă nu, de ce?)	Da	265	100
		Nu	0	0
3	Sunteți interesat de orice sport? (aflăm: de care sport este interesat, de ce?; cunoaște numele unor sportivi celebri din acest sport)	Da	132	49,81
		Nu	133	50,19
4	Vizionați filme și emisiuni TV pe teme sportive? (aflăm ce își amintește cel mai mult)	Da	11	4,15
		Nu	254	95,85
5	Frecvența secțiilor sportive? (aflăm: ce secție; de ce aceasta, și nu alta; dacă părinții încurajează sportul ales și dacă ei înșiși practică sportul; ce interese au copiii afară de sport)	Da	73	27,63
		Nu	192	72,37
6	Doriți să deveniți sportivi remarcabili?	Da	132	49,81
		Nu	133	50,19
7	Știți să înotați? (da sau nu, părinții încearcă să-i învețe acest lucru; vizitează piscinele sau nu)	Da	70	26,42
		Nu	195	73,58
8	Vă place să participați la competiții sportive? (aflăm: ce părere au despre competiții: pasivi sau activi; dacă sunt mulțumiți de victorii sau înfrângeri)	Da	252	95
		Nu	13	5
9	Mergeți cu părinții la plimbări, în natură, la competiții sportive, excursii turistice? (aflăm cât de des)	Da	106	40,07
		Nu	159	59,93
10	Vă asigură părinții cu echipament sportiv? (aflăm ce echipament sportiv are și ce îi place mai mult)	Da	189	71,32
		Nu	76	28,68

STUDIUL PRIVIND POTENȚIALUL EDUCAȚIONAL AL FAMILIEI

Eleva (ul) _____ clasa _____

Școala _____

1. Informații generale despre părinți și membrii familiei

	Numele, prenumele	Vârsta	Studii/ Specialitatea	Locul de muncă	Note

- Condiții de trai

- Starea financiară, sursele de venit

- Caracteristicile nivelului cultural al familiei

- biblioteca de acasă

- activități comune ale părinților și copiilor (participarea la evenimente culturale, frecventarea muzeelor, expozițiilor, cinematografelor, teatrelor, evenimentelor sportive, cercurilor de creație etc.)

- cultura comunicării părinților

- tradiția familiei

- interesele părinților (colecționare, lectură, modelare tehnică, arte aplicate, sport, turism)
-
-

2. Informații generale despre copii

	Numele, prenumele	Vârsta	Studii	Notă

- Interesele copiilor
-
-
-

3. Oportunități de educație a familiei

3.1. Nivelul de educație al elevului

- adaptare în comunitățile de referință (familie, clasă)
-
-

- adaptare generală la mediu - stăpânirea activităților educaționale, existența motivației pentru învățare

- formarea unui comportament normativ, asemănător regulilor (tulburări de comportament, comportament dependent)

- formarea unui stil individual de comportament (aspectul, cultura vorbirii, erudiția generală, existența unui comportament de autocontrol în funcție de circumstanțe)

3.2. Nivelul culturii pedagogice a părinților:

- cunoașterea vârstei și a caracteristicilor individuale ale copilului
-
-

- metodele de disciplină în familie și reacția copilului la acestea
-
-

- relațiile dintre membrii familiei (cooperare, paritate, concurență, tutelă, neimplicare)
-
-

- stilul parental în familie (autoritar, democratic, liberal, mixt)
-
-

-
-
- stăpânirea cunoștințelor pedagogice
-

- solicitarea ajutorului psihologic și educațional de la specialiști
-
-

Profilul social al familiei

(orientare socială, individualistă, antisocială)

Concluzia profesorului

**MINISTERUL EDUCAȚIEI, CULTURII ȘI CERCETĂRII
AL REPUBLICII MOLDOVA**

GIMNAZIUL RĂDENI



Aprobat la ședința Consiliului Profesorat
Proces-verbal nr. 05 / 25.05.2018
Director Penfil Galina

Aprobat la ședința Comisiei metodice a învățământului primar
Proces-verbal nr. 04 / 05.03.2018
Șef de comisie Băltaru Mariana

**Programă experimentală de interacțiune a școlii și familiei în
educația fizică a elevilor de vârstă școlară mică**

LA UNITATEA DE CURS

EDUCAȚIA FIZICĂ

Autor:
Leșco Victoria, asistent univ.,
doctorand

Chișinău, 2018

Notă de prezentare

Programa experimentală de interacțiune a școlii și familiei în educația fizică a elevilor de vârstă școlară mică este concepută pentru a asigura dezvoltarea și perfecționarea activităților extrașcolare, educația morală și spirituală, precum și atragerea familiei spre un stil de viață sănătos.

Această programă a fost dezvoltată pentru a îmbunătăți formele și metodele de activitate în cadrul orelor suplimentare de educație fizică, ținând cont de categoriile de copii și părinții care frecventează cercul de educație fizică și sănătate de tip familial al școlii.

Rezolvarea acestor sarcini este necesară în condițiile actuale de criză a societății, care provoacă boli copiilor, dezintegrare și pierderea reperilor etice. Instabilitatea socială și economică conduce la dificultăți în educație și în orientarea profesională.

Multe dintre problemele cu care se confruntă copiii pot fi reduse semnificativ prin organizarea timpului liber al acestora printr-un mediu de corectare socială, fizică și psihologică. Eșecul rezolvării acestor probleme va conduce la o creștere a probabilității ca tinerii să intre în grupul de risc. Unul dintre cele mai importante mijloace de rezolvare a acestor probleme de către cercul sportiv al școlii constă în organizarea atentă și sistematică a educației fizice și a activităților de îmbunătățire a sănătății copiilor. Organizarea unei astfel de activități este un mod eficient nu numai de corectare fizică și psihologică, dar și de formare armonioasă a personalității.

Structurile educaționale tradiționale nu sunt capabile să rezolve eficient toate problemele de educație și îmbunătățire a sănătății copiilor, deși sunt parțial implicate în acest proces. Doar o abordare integrală și un concept dezvoltat sistematic, care să fie bazat pe o analiză a principalelor sfere ale vieții copiilor, pot pretinde rezolvarea problemei educației copilului. Combinarea celor trei aspecte principale (cognitive, educaționale și îmbunătățirea sănătății copilului) poate soluționa problema unei personalități integre.

Creșterea și îmbunătățirea sănătății copiilor depind în mare măsură de atmosfera din familia copilului, de nivelul de cunoaștere a sarcinilor pedagogice și fizice și a problemelor de sănătate de către părinții acestora. Acest obiectiv este unul prioritar pentru cercul sportiv.

Astfel, scopul cercului sportiv este de a integra familia și școala în vederea dezvoltării fizice a copiilor, promovarea modului sănătos de viață, educația morală și intelectuală, organizarea timpului liber și formarea unui stil de viață sănătos, formarea și dezvoltarea continuă a personalității copilului.

În cadrul cercului sportiv, vor fi soluționate următoarele obiective importante:

- formarea personalității copiilor, dezvoltarea capacităților individuale prin activități active;
- formarea percepției familiei despre sistemul de educație fizică, formele de îmbunătățire a stării de sănătate și de reabilitare a culturii fizice, despre modul sănătos de viață;
- fortificarea stării de sănătate, dezvoltarea fizică armonioasă, îmbunătățirea nivelului pregătirii psihomotrice, creșterea capacităților funcționale ale organismului prin metodele și mijloacele educației fizice;
- studierea caracteristicilor medico-biologice și psihologice ale copiilor de vârstă școlară mică; desfășurarea unor activități privind educația morală, estetică și intelectuală;
- susținerea intereselor și obiceiurilor constante pentru practicarea exercițiului fizic, respectarea rutinei zilnice și a regulilor igienice;
- prevenirea delincvenței și a infracțiunilor asupra copiilor;
- atragerea copiilor la cursuri sistematice în diverse sporturi și în adaptarea unui stil de viață sănătos.

Aceste obiective sunt rezolvate pe baza unei analize profunde a trăsăturilor fizice și psihologice individuale ale fiecărui copil, cu implicarea obligatorie a specialistului din domeniul medical, a profesorului de educație fizică, a psihologului și a părinților.

Principala caracteristică a acestei programe este educația fizică în comun, sănătatea și activitatea educațională a cadrelor didactice, a părinților și a copiilor în cadrul cercului sportiv al școlii. O astfel de abordare oferă posibilitatea de a crea condiții favorabile pentru dezvoltarea armonioasă și formarea personalității copilului. La elaborarea acestei programe, au fost luate în considerare experiența autorului în predare, rezultatele cercetărilor științifice, recomandările practice privind dezvoltarea și pregătirea fizică, domeniul pedagogic, domeniul psihologic, igiena, teoria și metodică educației fizice.

În baza datelor diagnosticului medical și psihologic, programa a sistematizat mai întâi mijloacele și metodele menite să asigure încadrarea fiecărui copil în procesul de educație fizică, în conformitate cu dorințele și interesele sale motrice, fapt ce îl va ajuta să-și mențină o stare de sănătate bună pe tot parcursul vieții.

Conținutul evenimentelor organizate de cercul sportiv nu este strict reglementat în timp și se poate modifica în funcție de planurile cercului sportiv, de nevoile copiilor și de dorințele părinților. Cu toate acestea, conținutul tematic al programei rămâne neschimbat.

Activitățile sportive, recreative și educaționale ale cercului sportiv pot fi implementate ca antrenamente directe, sub formă de lecții de pregătire fizică generală (în diverse sporturi), jocuri (mobile și sportive), excursii turistice, drumeții, plimbări, competiții, teste, evenimente sportive, lecții individuale (gimnastică matinală, teme pentru acasă), concursuri, conversații, consultații. Lecțiile practice s-au organizat o dată pe săptămână timp de o oră. Realizarea acestei programe este considerată un mijloc de îmbunătățire a stării de sănătate a tinerei generații și de implicare a familiei într-un stil de viață sănătos, ca o modalitate de a organiza activități de petrecere a timpului liber al copiilor și de a-și îmbunătăți condiția fizică și psihică.

În timpul lecțiilor teoretice cu părinții, se desfășoară o muncă dificilă pentru a dezvolta o poziție unică atât pentru profesorii școlii, cât și pentru părinți cu privire la cele mai importante probleme pedagogice și psihologice ale copiilor. Astfel de lecții se organizează o dată în lună, cu implicarea unor experți cunoscuți în domeniul educației fizice, al psihologiei copiilor și al pedagogiei.

I. Competențe specifice și finalitățile de studiu

- Cunoașterea noțiunilor elementare specifice educației fizice în situații de învățare și cotidiene, manifestând interes pentru cunoașterea și dezvoltarea propriului organism, practicarea unui mod sănătos de viață.

- Aplicarea priceperilor și deprinderilor formate la disciplină în diverse activități individuale și colective, dând dovadă de interes pentru sporirea potențialului motrice.

- Adoptarea unui comportament adecvat în cadrul activităților motrice educaționale, competiționale și recreative, demonstrând implicare și dorință de a-și ajuta colegii.

La sfârșitul studierii programei, părinții vor fi capabili:

- Să formeze personalitatea copilului, să descopere capacitățile lui individuale;
- Să dobândească cunoștințe despre sistemul de educație fizică, corectarea deficiențelor în dezvoltarea fizică și psihică, îmbunătățirea sănătății;
- Să manifeste interes pentru lecțiile de educație fizică, activități creative care vor contribui la autoeducare;
- Să implice toți membrii familiei în respectarea modului de viață sănătos;
- Să contribuie la îmbunătățirea relației dintre părinți și copii.

Activitățile din cadrul cercului sportiv se vor reflecta în activitățile de publicare prin recomandări practice, articole științifice, program, plan de activitate al cercului sportiv, expoziții, design de clasă.

La realizarea unei abordări individuale a fiecărui copil în conformitate cu abilitățile sale, oferirea unui suport în formarea deprinderii de a practica exercițiile fizice și sportul, desfășurarea

lecțiilor la un nivel emoțional ridicat, un rol major îl are profesorul de educație fizică, care contribuie la dezvoltarea maximă a fiecărui copil.

Pentru dezvoltarea abilităților creative, o atenție specială în programa de inițiere este acordat organizării mediului de formare, în care copilul se află la școală și acasă. Este necesar ca părinții, profesorii școlii să posede aceleași idei în rezolvarea sarcinilor, iar personalul școlii să creeze condiții pentru implementarea lor.

Exercițiile fizice sistematice și sportul contribuie la dezvoltarea fizică armonioasă și la creșterea nivelului pregătirii motrice pe tot parcursul vieții - doi piloni ce servesc ca mijloc de îmbunătățire a stării de sănătate a copilului.

II. Conținutul tematic al unității de curs

Nr. crit.	Conținuturile unității de curs/modul	Forma lecției		
		Teoretice	Practice	Individuale
	Blocul educațional	9		
1	Starea de sănătate a elevilor de vârstă școlară mică	1		
2	Particularitățile psihofizice ale dezvoltării elevilor de vârstă școlară mică **	1		
3	Valeologia - știința sănătății*	1		
4	Indicatorii de sănătate și dezvoltare fizică a copiilor	1		
5	Metodologia pentru compilarea complexelor de exerciții generale de dezvoltare *	1		
6	Bazele igienei școlare * Alimentația rațională**	1		
7	Fortificarea sănătății și principii de călire a organismului uman*	1		
8	Obiceiuri proaste. Fumat, alcoolism, abuz de substanțe nocive	1		
9	Fundamente psihologice în sănătate **	1		
II	Blocul de dezvoltare și pregătire fizică și de întărire a sănătății copiilor	4	12	5
1	Exerciții fizice pentru sănătatea copilului: - exerciții fizice cardiovasculare (exerciții aerobe); - exerciții fizice pentru forță; - exerciții fizice pentru mobilitate; - exerciții fizice pentru echilibru și îndemânare/suplețe	1 1 1 1	1 1 2 2	1 1 1 1
2	Excursii turistice*		2	1
3	Desfășurarea de competiții sportive, teste, concursuri*		2	
4	Testarea capacităților fizice ale copiilor		2	
III	Blocul educație morală	4	4	4
1	Tradițiile sportive ale familiei noastre*	2		4
2	Relația dintre adulții din familie – un exemplu de imitație pentru copii **, *	1	2	
3	Promovarea sistematică și permanentă a educației fizice în cadrul familiei**	1	2	
IV	Blocul abilități practice	3		4

1	Elaborarea unui regim zilnic și a unui complex de exerciții generale de dezvoltare individuală	1		1
2	Testarea nivelului dezvoltării și pregătirii fizice	1		1
3	Organizarea și desfășurarea gimnasticii matinale și a exercițiilor de călire a organismului, respectarea regimului zilnic	1		1
4	Menținerea unui jurnal individual de observare a aptitudinilor fizice ale elevilor			1
	Total	20	16	13
				49

** lecțiile se desfășoară cu părinții;

* lecțiile se desfășoară împreună cu părinții și copiii

III. Conținuturi de învățare

Conținuturi	
1. Starea de sănătate a elevilor de vârstă școlară mică	
<ul style="list-style-type: none"> • Furnizarea datelor privind starea de sănătate a copiilor • Stabilirea motivelor și a modalităților de îmbunătățire a sănătății copiilor. 	
2. Particularitățile psihofizice ale dezvoltării elevilor de vârstă școlară mică	
<ul style="list-style-type: none"> • Factorii ce determină dezvoltarea psihică. • Dezvoltarea individuală a personalității. • Caracteristicile comunicării. • Dezvoltare psihică. Personalitatea copilului. Activități educaționale • Caracteristicile fiziologice ale copiilor: aparatul locomotor; controlul mișcării; sistemul nervos central; organele sistemului circulator și respirator; metabolismul și energia. • Dezvoltarea calităților fizice 	
3. Valeologia - știința sănătății	
<ul style="list-style-type: none"> • Conceptele de bază ale valeologiei. Aspecte sociale ale sănătății și modului de viață sănătos. • Factori de sănătate: igiena; condițiile și modul de viață; mediul; ajutorul medical. • Activitatea fizică și sănătatea. • Dieta echilibrată, fundamentele psihologice ale sănătății. Viața rațională. 	
4. Indicatorii de sănătate și dezvoltare fizică a copiilor	
<ul style="list-style-type: none"> • Verificarea și evaluarea performanței activității fizice. • Controlul activității fizice, a stării de sănătate și a dezvoltării fizice. Autocontrolul periodic 	
5. Metodologie pentru compilarea complexelor de exerciții generale de dezvoltare	
Selectarea și succesiunea exercițiilor fizice.	
<ol style="list-style-type: none"> 1. Prima parte a complexului: exerciții de atenție, suplețe/mobilitate, exerciții generale de dezvoltare care asigură o creștere treptată a efortului (mers, alergare, sărituri). 2. A doua parte a complexului (6-8 exerciții): exerciții generale de dezvoltare pentru fiecare parte a corpului. 3. Ultima parte a complexului: diminuarea efortului (exerciții introductive de gimnastică, pentru relaxare și suplețe). 	
6. Bazele igienei școlare. Alimentația rațională	
<ul style="list-style-type: none"> • Regimul zilei. Respectarea igienei corpului. Principalele componente: regimul zilei (timpul și durata somnului, ora mesei, studiul, odihna, sportul); igiena îmbrăcăminte și a încălțăminte. • Valoarea nutrițională și energetică a alimentelor. • Igiena și cultura comportamentului alimentar. Reguli pentru o alimentație sănătoasă. 	
7. Fortificarea sănătății și principii de călire a organismului uman	
<ul style="list-style-type: none"> • Mecanisme de termoreglare umană (termoreglare fizică și chimică). • Bazele călirii organismului (tehnici și principii). • Proceduri de călire pentru copiii de vârstă școlară mică: băi de aer; fricțiunea; stropirea și/sau dușul; scăldatul în bazinele deschise; plimbări și jocuri în aer liber. 	

<ul style="list-style-type: none"> • Prevenirea răcelilor și a bolilor infecțioase. Activități de recuperare.
<p>8. Obiceiuri proaste. Fumat, alcoolism, abuzul de substanțe nocive</p> <ul style="list-style-type: none"> • Fumatul, alcoolismul, abuzul de substanțe nocive. • Influența obiceiurilor negative asupra organismului: fumatul, consumul de băuturi alcoolice, consumul de droguri și substanțe nocive. Metode eficiente de combatere a obiceiurilor negative.
<p>9. Fundamente psihologice în sănătate</p> <ul style="list-style-type: none"> • Bazele fiziologice ale psihicului: psihicul și sistemul nervos central; emoții și stres emoțional. • Psihicul și condițiile moderne de viață. • Caracteristicile individuale ale elevilor. Sănătatea mintală. • Dezvoltarea fizică și îmbunătățirea sănătății copiilor.
<p>10. Dezvoltarea și pregătirea fizică și întărirea sănătății copiilor. Exerciții fizice pentru sănătatea copilului</p> <ul style="list-style-type: none"> • Exerciții fizice cardiovasculare (exerciții aerobe); • Exerciții fizice pentru forță; • Exerciții fizice pentru mobilitate; • Exerciții fizice pentru echilibru și îndemânare/suplețe.
<p>11. Exerciții fizice cardiovasculare (exerciții aerobe)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Mersul pe jos; • Înotul; • Alergarea; • Ciclismul; • Dansul; • Drumețiile.
<p>12. Exerciții fizice pentru forță</p> <ul style="list-style-type: none"> • Lucrul cu benzi de rezistență; • Lucrul în grădină, cum ar fi săpatul etc.; • Urcatul pe scări; • Flotările, abdomenele și genuflexiunile.
<p>13. Exerciții fizice pentru mobilitate</p> <ul style="list-style-type: none"> • Exerciții pentru mobilitate la nivelul gâtului; • Exerciții pentru mobilitate la nivelul articulației scapulo-humerale; • Exerciții pentru mobilitate la nivelul coloanei vertebrale/trunchiului; • Exerciții pentru mobilitate la nivelul gâtului și brațelor; • Exerciții pentru mobilitate la nivelul trunchiului și bazinului etc.
<p>14. Exerciții fizice pentru echilibru și îndemânare/suplețe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Exerciții pentru nivel începător: statul într-un picior, mersul pe vârfuri, mersul pe călcâie, statul în picioare pe vârfuri. • Exerciții pentru nivel mediu: exerciții cu mingea, executarea unor mișcări cu ochii închiși sau practicarea exercițiilor stând pe un picior. • Exerciții pentru nivel avansat: exerciții complexe cu mingea, mersul pe bârnă.
<p>15. Excursii turistice</p> <ul style="list-style-type: none"> • Organizarea și pregătirea excursiei (fișa excursiei); • Reguli generale în timpul excursiei pentru toți participanții; • Factorii care intervin în prezentarea itinerarelor turistice. Situații neprevăzute în excursie; • Metodologia realizării unei excursii opționale; • Vizitarea complexelor sportive ale Universității de Stat de Educație Fizică și Sport.
<p>16. Desfășurarea de competiții sportive, teste, concursuri</p> <ul style="list-style-type: none"> • Concursuri; • Chestionare.
<p>17. Testarea capacităților fizice ale copiilor</p> <ul style="list-style-type: none"> • Alergare de suveică 3x10m (capacități coordinative în regim de viteză-forță); • Alergare 800/500m (capacități de dezvoltare a rezistenței) • Săritura în lungime de pe loc (capacități de forță-viteză);

<ul style="list-style-type: none"> • Ridicarea trunchiului din culcat dorsal în 30 sec; • Aplecare înainte din stând pe banca de gimnastică; • Flotări din sprijin culcat cu mâinile pe banca de gimnastică / Tracțiuni în brațe la bara fixă;
<p>18. Tradițiile sportive ale familiei noastre</p> <ul style="list-style-type: none"> • Analiza realizărilor sportive ale elevilor din clasă; • Cunoașterea realizărilor sportive ale elevilor de către părinți; • Pregătirea informației de către părinți referitor la tradițiile sportive din familie. • Elaborarea de documente pentru părinți privind menținerea sănătății copiilor de către profesorul de clasă și profesorul de educație fizică.
<p>19. Relația dintre adulții din familie - un exemplu de imitație pentru copii</p> <ul style="list-style-type: none"> • Formarea educației morale la copii și părinți; • Discuții privind relațiile pozitive (negative) dintre adulți și impactul acestora asupra vieții copilului; • Familiarizarea părinților cu rezultatele testului RPC (relația părinte-copil).
<p>20. Promovarea sistematică și permanentă a educației fizice în cadrul familiei</p> <ul style="list-style-type: none"> • Rolul părinților în formarea și consolidarea cunoștințelor și deprinderilor sportive ale copiilor. • Familiarizarea părinților cu rezultatele dezvoltării competențelor sportive, moralitatea și interesele elevilor din clasă.

IV. Aptitudini practice

Ca urmare a activităților și exercițiilor practice din cadrul cercului de educație fizică și sănătate de tip familial al școlii, elevii, împreună cu părinții lor, trebuie să cunoască:

- regimul zilnic;
- complexe de exerciții generale de dezvoltare, pentru a studia acasă;
- exerciții pentru gimnastica matinală;
- autocontrolul activităților fizice;
- desfășurarea activităților de călire a organismului;
- jurnalul individual de observații privind nivelul de dezvoltare și pregătire fizică și starea de sănătate.

V. Metodologia produselor preconizate

<i>Principalele forme de instruire</i>	<i>Principalele metode de organizare a procesului educațional</i>	<i>Rezultatele pe teme și module</i>
<ul style="list-style-type: none"> • forme de joc (imitații, competiții, evenimente sportive, concursuri), • comunicare (directă, mediată), • verbale (informații, întâlniri), • vizuale (expoziții, standuri, filme), • practice (pregătirea materialelor pentru cursuri). 	<ul style="list-style-type: none"> • metode de organizare a activităților (antrenament, exercițiu, cerințe, crearea unor situații educaționale); • metode de formare a conștiinței (de exemplu, conversația, storytelling-ul, prelegerea); • metode de stimulare (încurajarea, competiția). 	<ul style="list-style-type: none"> • Sondajul; • Observația pedagogică; • Testarea; • Metode medicale simple (măsurarea greutateii corporale, a înălțimii, a ECT).

VI. Bibliografia recomandată:

1. CRISTEA, S. Fundamentele pedagogiei. Iași: Editura Polirom, 2010. 17 p. ISBN 978- 973-46-1562-9.
2. Curriculumul național. Învățământul primar. Chișinău: Lyceum, Ministerul Educației, Culturii și Cercetării, 2018. 130 p. ISBN 978-9975-3258-0-6.

3. GRIMALSCHI, T. Culegere de proiecte didactice. Suport de curs. Chişinău: Reclama, 2014. pp. 112-116. ISBN 978-9975-58-016-8.
4. МАТВЕЕВ, Л. Теория и методика физической культуры. Москва: Физкультура и Спорт: СпортАкадемПресс, 2008. 542 с. ISBN 978-5-278-00833-0.
5. МАЦКОВСКИЙ, М. Социология семьи: Проблемы, теории, методологии и методики. Москва: Наука, 1989. с. 36-42. ISBN 5-02-013329-9.

Pașaport de dezvoltare și pregătire fizică a elevului de vârstă școlară mică

Numele, Prenumele _____ M.M. _____.

Data nașterii _____ 06.09.2008 _____.

Clasa _____ a IV-a _____.

Conținuturi	Dinamica stării de sănătate, a dezvoltării și pregătirii fizice a copilului		
	Septembrie	Mai	
I. Determinarea nivelului de activități motrice	Mediu	Mediu	
II. Particularitățile psihofizice	Corespunzător vârstei	Corespunzător vârstei	
III. Dezvoltarea fizică:			
	• Înălțimea (cm)	128cm	131cm
	• Greutatea (kg)	31kg	34kg
	• ECT (cm)	72cm	74cm
IV. Pregătirea fizică:	• Alergare de suveică 3x10m (sec)	9,2 sec	8,8 sec
	• Alergare de rezistență 500/800m (sec)	170,0 sec	150 sec
	• Săritura în lungime de pe loc (cm)	145cm	152cm
	• Ridicarea trunchiului din culcat dorsal în 30 sec (nr.de rep.)	18	22
	• Aplecare înainte din stând pe banca de gimnastică (cm)	12cm	16cm
	• Flotări din sprijin culcat cu mâinile pe banca de gimnastică (nr.de repetări)	8	13

Model experimental de proiect didactic: „Interacțiunea școlii și familiei în educația fizică a elevilor de vârstă școlară mică”

Unitatea de învățământ: Gimnaziul Rădeni

Data: 07.02.2019

Clasa: a IV-a

Resurse umane: 22 elevi și 22 părinți

Loc de desfășurare: sala de sport

Profesori: 1. Panfil Natalia – profesor de educația fizică, gimnaziul Rădeni.

2. Leșco Victoria – doctorand, USEFS, Chișinău.

Disciplina: Educația fizică

Subiectul lecției: Exerciții la sol (podețul, stând pe omoplați, rostogolirea înainte)

Tipul lecției: Formarea abilităților de învățare a acțiunilor motrice

Mijloace de învățământ: 2 bănci de gimnastică, tablă, 10 bastoane de gimnastică, 20 coarde de gimnastică, 10 saltele de gimnastică, fișe textuale, planșe, manual de educație fizică.

1. Obiective cognitive – cunoaștere:

1.1 Să explice conceptul de întreținere a stării de sănătate prin conținutul exercițiilor fizice.

1.2 Să aplice cunoștințele în practicarea corectă a exercițiilor fizice pentru îmbunătățirea stării de sănătate.

1.3 Să facă legături între activitatea școlară și activitatea în familie, în context de socializare.

2. Obiective psihomotorice – capacități:

2.1 Să antreneze dezvoltarea mobilității articulare și coordonarea mișcărilor acrobatice și de echilibru.

2.2 Să modifice conținutul mișcărilor fără a pierde eficiența tehnicii de execuție a exercițiilor fizice în cadrul lecției și în familie, realizând sarcina pentru acasă.

3. Obiective afectiv – motivaționale – atitudini:

3.1 Să manifeste interes față de educația fizică.

3.2 Să-și descrie emoțiile și sentimentele trăite în situația creată în școală și în familie, privind realizarea activităților motrice.

La sfârșitul lecției elevul va fi capabil:

O1 Să-și formeze deprinderi motrice la efectuarea de front și formație;

O2 Să perfecționeze deprinderi de mers și alergări, păstrând ținuta și tehnica mișcării;

O3 Să execute un complex de EDFG;

O4 Să dobândească efectuarea corectă a exercițiilor de încălzire;

O5 Să discearnă deosebirile dintre ținuta corectă și cea defectuoasă în cadrul execuției exercițiilor la sol;

O6 Să-și educe ținuta corectă, suplețea și simțul echilibrului;

O7 Să reacționeze adecvat la condițiile jocului;

O8 Să dea dovadă de îndemânare și calități organizatorice pe parcursul ștafetei;

O9 Să dea dovadă de comportament adecvat pe parcursul lecției și la domiciliu;

O10 Să memorizeze conștiincios tema pentru acasă și să explice exercițiile părinților.

O11 Să reorganizeze activitatea prin pregătire complementară în condiții de domiciliu.

Strategii didactice:

a. Forme de organizare: frontală, individuală, în grup;

b. Metode și procedee: demonstrația, explicația, metoda antrenamentului în circuit, joc de echipă;

Bibliografie:

1. GRIMALSCHI, T., CARP, I. *Educația fizică pentru clasele I-IV. Ghid metodologic pentru profesori*. Chișinău: Univers pedagogic, 2007. 148 p. ISBN 978-9975-48-013-0.
2. GRIMALSCHI, T., BOIAN, I., SAVA, P. *Educația fizică. Curriculum școlar. Clasele I-IV*. Chișinău: Tipografia centrală, 2010, p. 168-191. ISBN 978-9975-78-953-0.
3. GRIMALSCHI, T. *Culegere de proiecte didactice. Suport de curs*. Chișinău: Reclama, 2014, pp. 112-116. ISBN 978-9975-58-016-8.

Etapa pregătitoare 10 – 12 min									
Ob. op.	Unități de		Dozare	Metode și procedee metodice	Ob. op.	Unități de învățare în cadrul familiei		Dozare	Metode și procedee metodice
	predare	învățare				Activitatea familiei	Activitatea copilului		
	Activitatea profesorului	Activitatea elevului							
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
O9	1. Aranjarea elevilor într-o linie pe un rând. Salutul. Anunțarea sarcinilor lecției.	Menținerea disciplinei	1 min	Frontală. Metoda explicativă	O9	1. Părinții verifică ținuta și starea de sănătate a copiilor (copilului). Anunțarea sarcinilor. Întoarceri la dreapta, la stânga.	Execută comanda întoarcerii de pe loc împreună cu părinții.	2 min	Metoda explicativă
O1	2. Exerciții de captare a atenției: la dreapta, la stânga, stânga împrejur!	Execută comanda întoarcerilor pe loc	0,30 min	Metoda verbală, frontală și individuală					
	3. Exerciții de atenție:	Demonstrează corect exercițiile de atenție	De 2 ori	Explicația Repetarea Frontală		2. Pregătirea organismului pentru efort:			
	• Pas înainte cu stângul					• Varietăți de mers;			
	• Întoarcere la dreapta					- mers obișnuit	Brațele sus, spatele drept, privirea înainte	2 min	Metoda demonstrativă
	• Pas alăturat spre stânga					- mers pe vârfuri			
	• Brațele sus.					- mers pe călcâie			
	4. Verificarea temei pentru acasă prin joc.					- mers în șerpuit			
O7	5. Varietăți de mers:	Efectuează și demonstrează corect exercițiile speciale	10m	Verificarea Explicația Demonstrarea Algoritmizarea	O7				
	• pe vârfuri;					• Varietăți de alergare			
	• pe călcâie;					- alergare ușoară, un cerc;			
	• în semigenuflexiune;					- alergare cu genunchii sus;			
	• în genuflexiune;					- alergare cu pendularea gambelor înapoi;	Copiii vor repeta după părinți, vor păstra distanța dintre ei, mâinile la mijloc, la spate;	2 min	Metoda demonstrativă
	• cu pași alăturați.					- alergare cu pași încrucișați;			
O2	6. Varietăți de alergări:	Realizează varietățile de alergări	10-15m	Demonstrarea	O2				
	• obișnuită;					- alergare cu schimbul direcției la semnalul părintelui;			
	• cu pendularea gambei;					- mers cu exerciții de respirație (inspiră-expiră);			
	• cu ridicarea coapsei;					• Exerciții pe loc la sol.			
	• accelerare.								
O3	7. EDFG executate pe loc: 1.P.i. stând, mâinile la mijloc	Execută corect exercițiile	4-6 ori	Explicația Demonstrarea					
	• ridicarea umărului drept;								
	• ridicarea umărului stâng;								
	• coborârea umărului drept;								

O4	<ul style="list-style-type: none"> • p.i. 	Efectuarea corectă a exercițiilor de încălzire	4-6 ori	Demonstrarea	O4	<ul style="list-style-type: none"> - Așezat aplecări înainte, brațele drepte; - Picioarele drepte, rotiri circulare spre stânga, apoi spre dreapta; - Din sprijin culcat, ducerea piciorului stâng la mâna dreaptă și invers; 	brațele întinse spatele drept poziția inițială corectă – picioarele împreună	2-3min	Metoda explicativă, demonstrativă			
	2. P.i. stând, mâinile pe umeri											
	<ul style="list-style-type: none"> • 1-4 mișcări circulare înainte; • 5-8 mișcări circulare înapoi. 											
	3. P.i. stând, brațele înainte											
	<ul style="list-style-type: none"> • întoarcere la dreapta; • p.i. • întoarcere la stânga; 											
	4. P.i. stând, brațele sus											
	<ul style="list-style-type: none"> • înclinare spre dreapta; • p.i. • înclinare spre stânga; 											
	5. P.i. stând depărtat											
	<ul style="list-style-type: none"> • brațele sus; • aplecare înainte; • semigenuflexiune, brațele înainte; p.i. 											
	6. P.i. stând, brațele înainte									Dezvoltarea mobilității coxo – femurale	4-6 ori	Demonstrarea
<ul style="list-style-type: none"> • fandare înainte pe dreptul, brațele lateral; • p.i. • fandare înainte pe stângul, brațele lateral; p.i. 	Efectuarea corectă a exercițiilor de încălzire	10 ori	Observația									
7. P.i. stând, brațele înainte	Fetele: sprijin culcat, mâinele pe bancă	10 ori	Explicația									
<ul style="list-style-type: none"> • Balans cu dreptul înainte • P.i. • Balans cu stângul înainte • P.i. 		10 ori										
8. P.i. sprijin culcat	Bătaia cât mai scurtă	10 ori	Demonstrarea									
<ul style="list-style-type: none"> • flotări. 		10 ori										
9. Sărituri pe loc		20 ori										
<ul style="list-style-type: none"> • pe stângul; • pe dreptul; • pe ambele. 												

Etapa de bază 25 – 30 min

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
O5	<p>Clasa se împarte în 3 grupe și vor activa după sistemul circular pe stații.</p> <p>Stația nr. 1</p> <ul style="list-style-type: none"> • Podeș din culcat pe spate; • Podeș din poziția stând, cu și fără asigurare; • Poziția stând pe omoplați cu sprijin; • Răsturnare laterală; • Echilibru pe un picior. <p>Stația nr. 2</p> <p>Rostogolire înainte din diferite poziții inițiale în diverse poziții finale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • din sprijin ghemuit, rostogolire în sprijin ghemuit; • din sprijin ghemuit, 2 rostogoliri înainte în așezat brațele lateral; • din stând pe genunchi, rostogolire înainte în sprijin ghemuit; • din stând depărtat, rostogolire înainte în culcat pe spate; • rostogolire înapoi. 	<p>Îndeplinirea mai multor feluri de exerciții pentru elasticitate</p> <p>Efectuarea podeșului cu ajutor reciproc</p>	<p>Câte 7-8 repetări</p>	<p>Metoda circulară</p> <p>Demonstrarea</p> <p>Explicația</p>	<p>O10</p> <p>O11</p>	<p>Realizarea temei pentru acasă:</p> <p>I.Rostogolirea înainte din ghemuit în ghemuit.</p> <p>-repetare</p> <p>Copiii sunt așezați în fața unei saltele.</p> <p>Se repetă rostogolirea înainte din ghemuit în ghemuit.</p> <p>Unul din părinți demonstrează corect elementul de gimnastică propus, reamintindu-le copiilor etapele de execuție, după care fiecare membru al familiei va executa pe rând rostogolirea.</p> <p>II.Podul de jos (pentru fete). Se execută exerciții pentru învățare</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. culcat facial: apucat cu mâinile de glezne, rulari înainte și înapoi; 2. așezat pe călcâie, cu genunchii ușor depărtați, cu mâinile sprijinite pe călcâie; ridicarea în stând pe genunchi cu mâinile pe călcâie și extensia mare a trunchiului și capului; 3. sprijin culcat înainte: extensia trunchiului cu îndoirea picioarelor și atingerea capului cu vârful tălpilor. 	<p>Executarea exercițiilor prezentate de către părinți</p> <p>Copiii se vor așeza în fața unei saltele și vor realiza exercițiul cu și fără ajutorul părinților</p> <p>Mâinile vor fi fixate corect la sol, împingerea cu mâinile, vârfurile întinse.</p> <p>Poziția corectă a picioarelor</p> <p>Trebuie asigurat capul, așa încât să fie în extensie</p>	<p>Câte 3-4 repetări</p> <p>Câte 3-4 repetări</p>	<p>Metoda verbală</p> <p>Explicativă, Demonstrativă</p> <p>Demonstrativă</p>
O6	<p>Stația nr. 3</p> <p>Exerciții de echilibru pe banca de gimnastică</p> <ul style="list-style-type: none"> • Echilibru pe un picior; • Mers pe vârfuri cu diverse poziții ale brațelor; • Mers în semigenuflexiune; • Mers cu pași de polcă; 	<p>Fixarea corectă a mâinilor la sol, împingerea cu mâinile, vârfurile întinse, să îndeplinească corect împingerea cu mâinile</p> <p>Rostogolirea va fi efectuată fără a atinge capul de sol</p> <p>Brațele sus, spatele drept, privirea înainte.</p> <p>Păstrarea distanței, mâinile la mijloc, la spate.</p>	<p>8-10 rostogoliri</p> <p>8-10 ori</p> <p>4-5 min</p>	<p>Conversația</p> <p>Demonstrarea</p> <p>Demonstrarea</p> <p>Corectarea</p> <p>Explicația</p>	<p>O6</p>	<p>1. culcat facial: apucat cu mâinile de glezne, rulari înainte și înapoi;</p> <p>2. așezat pe călcâie, cu genunchii ușor depărtați, cu mâinile sprijinite pe călcâie; ridicarea în stând pe genunchi cu mâinile pe călcâie și extensia mare a trunchiului și capului;</p> <p>3. sprijin culcat înainte: extensia trunchiului cu îndoirea picioarelor și atingerea capului cu vârful tălpilor.</p>	<p>Mâinile vor fi fixate corect la sol, împingerea cu mâinile, vârfurile întinse.</p> <p>Poziția corectă a picioarelor</p> <p>Trebuie asigurat capul, așa încât să fie în extensie</p>	<p>Câte 3-4 repetări</p>	<p>Demonstrativă</p>

O8	<ul style="list-style-type: none"> • Întoarcere la 180° pe vârfuri; <p>Clasa se împarte în două echipe.</p> <p>Ștafetă combinată:</p> <ul style="list-style-type: none"> • rostogolire înainte; • alergarea pe banca de gimnastică; • aruncarea mingii de baschet în țintă. 	Exercițiile vor fi îndeplinite la viteză, corect până la sfârșit. Menține tehnica securității la alergarea pe banca de gimnastică	2-3 repetări	Joc de echipă	O8	<p>II. Stând pe omoplați, (pentru băieți):</p> <p>1 stând ghemuit, mâinile apucă gambele, rulare înapoi și revenire;</p> <p>2 stând ghemuit cu mâinile sprijinite pe sol, rulare înapoi, aruncarea picioarelor înainte și revenire;</p> <p>3 stând ghemuit, rulare înapoi, sprijinirea mâinilor pe șold și ridicarea picioarelor la 90°.</p> <p>După executarea exercițiilor se demonstrează de către părinți sau copii podețul și stând pe omoplați</p>	<p>Copilul va fixa privirea într-un singur punct.</p> <p>Mișcările le execută de pe frunte spre ceafă.</p>	Câte 3-4 repetări	<p>Explicativă</p> <p>Demonstrativă</p>
Etapa de încheiere 5 – 6 min									
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
O10 O11	Exerciții de relaxare, respirație liberă. Aranjarea clasei. Totalurile lecției. Sarcinile pentru acasă - rostogolire înainte.	Relaxează toate grupele de mușchi memorează tema pentru acasă și își vor reorganiza activitatea în cadrul familiei.	2-3 ex.	Metoda explicativă, demonstrativă	O11	<ul style="list-style-type: none"> • mers cu relaxarea brațelor și a picioarelor • exerciții de respirație (inspirații și expirații adânci) • aprecierea copilului de către părinte. 	Deplasarea liberă prin curte împreună cu părintele.	2 min	Demonstrarea

Conținutul ședințelor cu părinții

Ședință cu părinții nr. 1: Promovarea sistematică și permanentă a educației fizice în cadrul familiei

Scopul: Conștientizarea rolului educației fizice în dezvoltarea personalității

Obiective:

- Să explice esența conceptelor de bază privind educația fizică a copiilor în cadrul familiei;
- Să identifice obiectivele educației fizice a copiilor în cadrul familiei;
- Să prezinte dificultățile întâlnite în activitățile fizice a copiilor.

Forme de activitate: frontală; individuală; în grupuri.

Metode: conversația, explicația, brainstorming-ul, dezbaterea.

Mijloace: prezentare Power-Point, carioca, creioane, foi pentru părinți.

Desfășurarea activității:

N/ ord.	Secvențe	Conținutul secvențelor
1.	Evocare	<p>Prezint părinților un filmuleț care ilustrează importanța și rolul educației fizice în formarea personalității copilului. (100 curiozitati din lumea sportului) https://youtu.be/0o64pCnaf6Y</p> <p>Apoi propun părinților și copiilor ascultarea unei povești: "Dan sportivul"</p> <p>Să vă povestesc o istorioară despre un băiețel pe nume Dan, elev în clasa a IV-a.</p> <p>Zi de zi, după ore, lui îi placea să lenevească în fața televizorului, sau își alunga plictiseala navigând pe gadget-uri, iar când i se făcea foame, mânca fast-food. Într-o zi burgher, alteori shaorma, pizza și multe alte alimente nesănătoase.</p> <p>Dănuț al nostru nici mișcare nu făcea, așa că a început să se îngrașe. Medicii îl atenționau la fiecare consultație despre pericolele obezității, însă nici o schimbare.</p> <p>Bunelul cu bunica îl chemau să-i ajute la curățenie în grădină, la plantat pomi, la plivitul buruienilor, însă Dănuț găsea diferite pretexte și nu-i ajuta.</p> <p>Vara, când colegii lui mergeau la scăldat, el adesea răcea, căci nu consuma destule vitamine.</p> <p>Făcea capricii la masă, ba că salata-i amăruie, ba merele acre, ba terciul fără gust.</p> <p>Dar cel mai neplăcut s-a simțit la școală, ignorat de colegii de clasă, tachinat și umilit.</p> <p>El a simțit că nu mai poate tolera atitudinea celor din jur și că doar o schimbare ar putea să-l readucă în mediul colegilor: dacă va face sport, și va mânca sănătos, atunci va avea și prieteni.</p> <p>După lecții, fugi spre casă și strigă:</p> <p>-Mamă, mamă!</p> <p>-Ce e, dragule, întreabă mama mirată.</p> <p>-Mamică, eu vreau o schimbare.</p>

		<p>-Ce fel de schimbare, Dănuț?</p> <p>-Una spre bine - doresc să slăbesc, spune Dan înflăcărat.</p> <p>Mama, surprinsă de vorbele feciorului, care mereu evita sfaturile celor apropiați îl întreabă:</p> <p>-Dar cum dorești să slăbești, dragule?</p> <p>-Păi cum, să fac sport și să mănânc sănătos.</p> <p>Cât de mult s-au bucurat părinții, bunei și prietenii lui Dan!</p> <p>Mâncarea sănătoasă pregătită de mama lui a început să-i fie pe gust.</p> <p>Cu tata practica sportul și i-a plăcut atât de mult, încât și-a găsit chiar și un idol, care sa-l inspire, renumitul atlet Jesse Owens, iar colegii au rămas surprinși de succesele lui Dan, care a devenit mai energic, mai activ, mai încrezut în el, fiind un exemplu frumos și pentru alți copii (autor: Lucinschi Mariana).</p>
2.	Realizarea sensului.	<p>În baza conținutului din filmulețul prezentat și a poveștii ascultate, se inițiază o discuție cu referire la specificul activităților sportive, rolul acestora în viața familială și cea socială prin intermediul metodei brainstorming-ului.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ulterior, aplicând metoda „Știu/Vreau să știu/Am învățat”, s-a analizat conținutul unor subiecte propuse anterior prin Buletine informative pentru părinți și Mapa pentru părinți. • Sunt explicate concept, precum: <i>educația fizică, cultură fizică, sport, metodele și procedeele educației fizice.</i> • Au fost exemplificate <i>activitățile educaționale nonformale cu copiii, activitatea fizică în formarea personalității copilului</i> • În aceleași mape, părinții au găsit lista filmulețelor educative, pe care au fost rugați să le acceseze din internet (Anexa 11). • La fel, s-a anexat lista surselor bibliografice pregătită special în sprijinul părinților. Chiar dacă în mape părinții au găsit un material pe alocuri teoretizat, la ședință au fost elucidate toate aspectele ce generau semne de întrebare. • Prin dezbateri a fost analizat rolul și importanța educației fizice a copiilor în contextul educației familiale. • Prin studiul de caz au fost identificate dificultățile întâlnite în practicarea activităților fizice în contextul educației familiale.
3.	Reflecția	<ul style="list-style-type: none"> • Solicit realizarea individuală a etapei „Am învățat” a metodei aplicate la începutul activității. • Solicit gruparea părinților în scopul elaborării și al prezentării unor strategii privind dezvoltarea fizică și motrice a copiilor în cadrul familiei

Ședință cu părinții nr. 2. Relația dintre adulții din familie - un exemplu de imitație pentru copii

Scopul: Formarea calităților morale la copii și părinți

Obiectivele:

- Să identifice mediul familial și importanța sa în dezvoltarea armonioasă a copilului;
- Să analizeze relațiile pozitive (negative) dintre adulți și impactul acestora asupra vieții copilului;

Forma de activitate: frontală, în grup.

Metode și procedee: storytelling, brainstorming-ul, Știu/Vreau să știu/Am învățat, studiul de caz, explicația.

Mijloace didactice: mapa "Buletin informativ pentru părinți", fișe distributive, foi, carioci.

Desfășurarea activității:

Nr. crit.	Secvențe	Conținutul secvențelor
1	Evocare	<p>Prezint părinților o povestire morală care ilustrează importanța mediului familial în dezvoltarea armonioasă a copilului</p> <p>Prinsă la mijloc: o poveste pentru copii și părinți</p> <p>Scopul: Această poveste poate ajuta copiii să aibă o părere bună despre propria persoană, chiar dacă părinții se ceartă. De asemenea, părinții pot înțelege cât de rău este pentru copii să se certe în prezența acestora.</p> <p>Sursa: http://www.sapovestim.ro/uploads/1/2/9/0/12905115/prinsa_la_mijloc_-_o_poveste_pentru_copii_si_parinti.pdf</p> <p>Îi provoc pe părinți la discuții și dezbateri prin următoarele întrebări: <i>Cum se simt în momentul respectiv?; Ce ar trebui să schimbați în familie pentru a avea relații frumoase cu copiii? Cum ar trebui să educăm copiii, astfel încât ei să aibă succes? De ce este importantă o relație părinte-copil?</i></p>
2	Realizarea sensului	<p>Prezint părinților informația pregătită referitoare la unele aspecte generale la tema: Relația părinte – copil: de ce este importantă și cum o construiești, precum și despre relațiile pozitive (negative) dintre adulți și impactul lor asupra vieții copilului.</p> <p>Activitate pe grupuri: se solicită părinților și elevilor să discute în cadrul grupului pentru a realiza următoarele teme:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Părinții ideali 2. Copilul ideal 3. Relația ideală dintre părinți și copii <p>Se solicită apoi ca fiecare lider al grupei să vină în fața clasei pentru a expune soluțiile găsite.</p> <p>După ce s-au prezentat toate ideile, vor puncta calitățile părintelui ideal, cele care au fost mai des menționate, calitățile predominante ale copilului ideal, precum și caracteristicile relației optime din cadrul familiei.</p> <p>Se realizează o serie de recomandări.</p> <p>Ulterior, le ofer spre vizualizare filmulețul educativ "Cel mai bun film educațional al anului!" https://www.youtube.com/watch?v=ce_VUpyMUJw</p> <p>Copiii știu cel mai bine să copieze din comportamentul părinților. În filmul următor, considerat și cel mai bun videoclip educațional al anului, se poate vedea foarte bine acest lucru!</p> <p>Propun părinților să analizăm relațiile pozitive (negative) dintre adulți și impactul lor asupra vieții copilului.</p>
3	Reflecția	<p>Feedback: Chestionar privind stilurile educaționale în familie în scopul identificării opiniilor lor privind educarea și comunicarea cu copiii (Anexa 10)</p>

EXERCITII DE FORMARE A ȚINUTEI CORECTE ȘI DE CORECTARE A EI**1. Exerciții pentru prevenirea și corectarea platipodiei**

Exercițiul 1. P.i. Mers pe degetele de la picioare cu diferite poziții ale mâinii (pe șolduri, în lateral, sus, la spate, la ceafă) pe o distanță de 20-25m. Repetați de 2-3 ori într-un ritm lent.

Exercițiul 2. P.i. Mers desculț pe degetele de la picioare pe nisip sau pietricele mici pe o distanță de 20-25m. Repetați de 1-2 ori într-un ritm lent.

Exercițiul 3. P.i. Mers pe partea exterioară/interioară a labelor picioarelor pe o distanță de 10-15m. Repetați de 1-2 ori într-un ritm lent.

Exercițiul 4. P.i. Mers pe o frânghie întinsă pe podea. Repetați de 2-3 ori într-un ritm lent.

Exercițiul 5. P.i. Mers pe o bară de gimnastică așezată pe podea. Repetați de 2-3 ori într-un ritm lent.

Exercițiul 6. P.i. Mers pe cercul de gimnastică, strângându-i marginile cu degetele de la picioare. Repetați de 1-2 ori într-un ritm lent.

Exercițiul 7. P.i. Rularea de la călcâi la degete, fixând cu mijlocul piciorului un cerc de gimnastică (funie). Repetați timp de 15-20 de secunde.

Exercițiul 8. P.i. Mers cu partea dreaptă (stânga) pe banca de gimnastică, strângându-i marginile cu arcadele picioarelor. Repetați de 1-2 ori într-un ritm lent.

Exercițiul 9. P.i. Sărituri cu coarda (călcâiele atingându-se unul de altul). Două seturi de 10-15 sărituri cu un interval de 2-3 minute.

Exercițiul 10. P.i. Îndoirea și extinderea degetelor de la picioare în timp ce stai pe podea (scaun, bancă).

Exercițiul 11. P.i. Ridicarea funiei întinse pe podea cu degetele de la picioare. Repetați de 2-3 ori într-un ritm lent.

2. Exerciții pentru prevenirea și corectarea scoliozei

Exercițiul 1. P.i. 1 – 2 - ridicăți brațul stâng cu brațul drept înapoi; 3 – 4 reveniți la poziția inițială.

Repetăți de 5 – 6 ori într-un ritm lent, la intervale de 30 – 40 sec.

Exercițiul 2. P.i. – picioarele la depărtarea umerilor, cu brațul stâng în sus; 1 – 3 – arcuri înclinate spre dreapta; 4 – reveniți la poziția inițială. Repetați de 5-6 ori într-un ritm lent, la intervale de 30 – 40 sec.

Exercițiul 3. P.i. – stând pe genunchi, cu mâinile în jos; 1 – 2 - întindeți piciorul drept în urmă, ridicăți brațul stâng în sus, înclinând spatele în urmă; 3 – 6 - fixați poziția luată; 7 – 8 - reveniți la poziția inițială. Repetați de 4 – 5 ori într-un ritm lent la intervale de 2 – 3 minute.

Exercițiul 4. P.i. – stând pe un scaun cu mâinile pe genunchi; 1 – 2 -ridicăți brațul stâng sus, trageți înapoi în jos, aplecându-vă spre dreapta; 3 – 6 - fixați poziția luată; 7 – 8 reveniți la poziția inițială. Repetați de 4 – 5 ori într-un ritm lent la intervale de 1– 2 minute.

Exercițiul 5. P.i. – întins pe burtă, cu brațele îndoite cu coatele la bărbie; 1 – 2 – extensia trunchiului, întindeți mâna stângă înainte, iar mâna dreaptă în urmă; 3 – 6 - fixați poziția luată; 7 – 8 – reveniți la poziția inițială. Repetați de 4 – 5 ori la intervale de 1– 2 minute.

Notă. Copiii cu forme grave de scolioză trebuie să se recupereze în centre speciale de kinetoterapie

COMPLEXE DE EXERCIȚII FIZICE PENTRU FORMAREA ABILITĂȚILOR DE RESPIRAȚIE RAȚIONALĂ

Complexul 1 de exerciții

Exercițiul 1. P.i. – poziția de bază. 1-2 ridicare pe degete - mâinile sus, palmele înainte, întindere - inspirație pe nas. 3 – 4 revenire în poziția inițială — expirați pe gură. Repetați de 5 – 6 ori într-un ritm lent.

Exercițiul 2. P.i. – stând cu picioarele la lățimea umerilor, mâinile pe umeri; 1-2 - înclinare spre dreapta - expirație pe gură; 3-4 – revenire în poziția inițială; inspirație pe nas; 5-8 – înclinare spre stânga. Repetați de 3-4 ori în fiecare direcție într-un ritm lent.

Exercițiul 3. „Creșteți mari”. P.i. 1-2 – ridicați-vă pe vârfuri, brațele în lateral, în sus, palmele spre interior, întinse - inspirație pe nas; 3 – 4 mâinile în jos, îndoiți genunchii, aplecați-vă înainte - expirație pe gură. Repetați de 5 – 6 ori într-un ritm lent.

Exercițiul 4. P.i. – Stați cu picioarele depărtate la lățimea umerilor, cu mâinile după cap; 1-2 - ridicați-vă pe degetele de la picioare, mâinile în lateral, palmele în jos - inspirație pe nas; 3-4 - expirați pe gură. Repetați de 5 – 6 ori într-un ritm lent.

Exercițiul 5. P.i. – Din stând cu picioarele la lățimea umerilor, cu mâinile pe talie. 1-2 — aplecare înainte, mâinile în lateral, palmele în jos - expirație profundă cu pronunția sunetului a-a-a-a! Repetați de 5 – 6 ori într-un ritm lent.

Exercițiul 6. Poziția „Omul de lemn” P.i. - picioarele depărtate, mâinile sub forma castelului. 1 – ridicați mâinile, aplecându-vă în partea inferioară a spatelui – inspirație pe nas; 2 – aplecându-vă înainte, coborâți brusc mâinile în jos spre picioare (imitația exploatării forestiere) – expirație forțată crescută prin cavitatea bucală. Repetați de 5 – 6 ori într-un ritm lent.

Exercițiul 7. P.i. – stând cu picioarele la lățimea umerilor, cu mâinile pe talie. 1 – 2 — ghemuit pe degetele de la picioare, mâinile înainte, palmele în jos – expirație pe gură; 3 – 4 – revenirea la poziția inițială — inspirație pe nas. Repetați de 5 – 6 ori într-un ritm lent.

Complexul 2 de exerciții

Exercițiul 1. P.i. – Mers pe loc cu respirație profundă: 2 pași - inspirați pe nas; 2 pași - expirați pe gură. Repetați timp de 15-20 de secunde într-un ritm lent.

Exercițiul 2. P.i. – Așezați-vă pe o bancă de gimnastică, picioarele depărtate, mâinile pe genunchi. 1-4 - inspirați adânc pe nas, ridicați mâinile în sus, cu palmele înainte; 5-8 - coborâți mâinile în jos, expirați pe gură. Repetați de 6 – 7 ori într-un ritm lent.

Exercițiul 3. P.i. – mâinile la ceafă, cu coatele înainte. 1-2 – ridicați-vă pe degetele de la picioare, trăgând coatele în lateral, o inspirație lentă și adâncă pe nas; 3-4 - expirație pe gură, revenire la P.i. Repetați de 6 – 7 ori într-un ritm lent.

Exercițiul 4. P.i. – picioarele depărtate, țineți mingea de cauciuc în ambele mâini în jos. 1-2 - ridicați mâinile în sus – inspirație prin nas; 3-4 – reveniți la P.i., - expirație pe gură. Repetați de 6 – 7 ori într-un ritm lent.

Exercițiul 5. P.i. – țineți capetele bastonului de gimnastică cu mâinile. 1 – 2 - ridicându-vă pe vârfuri, aplecare înainte - inspirație prin nas; 3-4 – reveniți la poziția inițială – expirație pe gură. Repetați de 6-7 ori într-un ritm lent.

Exercițiul 6. P.i. – întins pe burtă, brațele îndoite cu coatele la bărbie. 1-2 — întinderea brațelor înainte - expirație pe gură; 3-4 – p.i – inspirație pe nas. Repetați de 5-6 ori într-un ritm lent.

Exercițiul 7 ”Sâsâie găștele” P.i. – picioarele depărtate la lățimea umerilor, mâinile pe talie. 1-4 — aplecați-vă înainte și, întinzându-vă gâtul, axați-vă pe o expirație extinsă; ș-ș-ș-ș-ș. Repetați de 4-5 ori într-un ritm lent.

Chestionar privind stilurile educaționale în familie(adaptat după Варга А., Столин, В., *Тест-опросник родительского отношения*)

Dragi părinți!

În scopul identificării atitudinilor dvs. față de educarea și comunicarea cu copiii, venim cu rugămintea de a răspunde la întrebările chestionarului. Răspunsurile dvs. vor fi anonime și luate în considerare în problema cercetată.

Vă mulțumim pentru colaborare!

Datele chestionarului

n=44

Nr. crit.	Chestionar – test de atitudine parentală	Variante de răspuns	Datele în cifre	Datele în %
1	Întotdeauna empatizez cu copilul meu.	Da	40	91,0
		Nu	4	9,0
2	Consider că este datoria mea să știu tot ce gândește copilul meu.	Da	39	89,0
		Nu	5	11,0
3	Îmi respect copilul.	Da	43	98,0
		Nu	1	2,0
4	Comportamentul copilului meu se abate semnificativ de la normă.	Da	5	11,0
		Nu	39	89,0
5	Trebuie să țin copilul departe de problemele din societate pentru o perioadă nedeterminată, pentru a-l feri de agresiuni.	Da	25	57,0
		Nu	19	43,0
6	Am un sentiment de afecțiune pentru copil.	Da	42	95,0
		Nu	2	5,0
7	Părinții buni își protejează copilul de greutățile vieții.	Da	36	82,0
		Nu	8	18,0
8	Copilul meu este uneori un stres pentru mine.	Da	4	9,0
		Nu	40	91,0
9	Întotdeauna încerc să-mi ajut copilul.	Da	42	95,0
		Nu	2	5,0
10	Există momente în care o atitudine agresivă față de un copil îi este de mare folos.	Da	16	36,0
		Nu	28	64,0
11	Sunt supărat frecvent pe copilul meu.	Da	2	5,0
		Nu	42	95,0
12	Copilul meu nu va realiza nimic în viață.	Da	1	2,0
		Nu	43	98,0
13	Unii copii sunt agresivi cu copilul meu	Da	4	9,0
		Nu	40	91,0
14	Copilul face lucruri care merită disprețuire.	Da	3	7,0
		Nu	41	93,0
15	Pentru vârsta lui, copilul meu este puțin imatur.	Da	4	9,0
		Nu	40	91,0
16	Copilul meu se comportă intenționat urât, ca să mă supere.	Da	3	7,0
		Nu	41	93,0
17	Copilul meu absoarbe tot răul.	Da	1	2,0
		Nu	43	98,0
18	Cu toate eforturile mele, copilului meu îi este greu să	Da	7	16,0

	învețe bunele maniere.	Nu	37	84,0
19	Copilul trebuie ținut în limite stricte, ca mai târziu să devină o persoană decentă.	Da	30	68,0
		Nu	14	32,0
20	Îmi place când prietenii copilului meu vin la noi acasă.	Da	40	91,0
		Nu	4	9,0
21	Particip la jocurile și activitățile copilului meu.	Da	41	93,0
		Nu	3	7,0
22	Toate lucrurile rele se lipsesc de copilul meu.	Da	1	2,0
		Nu	43	98,0
23	Copilul meu nu va reuși în viață	Da	3	7,0
		Nu	41	93,0
24	Când în grupul de prieteni vorbim despre copii, mi-e rușine că copilul meu nu este atât de inteligent și capabil cum aș vrea.	Da	2	5,0
		Nu	42	95,0
25	Îmi pare rău pentru copilul meu.	Da	7	16,0
		Nu	37	84,0
26	Când îmi compar copilul cu alți copii, aceștia mi se par mai maturi atât în comportament, cât și în judecăți.	Da	3	7,0
		Nu	41	93,0
27	Regret adesea că copilul meu crește și se maturizează și îmi amintesc cu drag de el când era mic.	Da	22	50,0
		Nu	22	50,0
28	De multe ori, mă regăsesc într-o atitudine ostilă față de copil.	Da	15	34,0
		Nu	29	66,0
29	Îmi doresc ca copilul meu să realizeze tot ceea ce n-am reușit eu.	Da	33	75,0
		Nu	11	25,0
30	Părinții trebuie să-și asculte copilul, nu numai să-i ceară să fie ascultat.	Da	39	89,0
		Nu	5	11,0
31	Încerc să îndeplinesc toate dorințele copilului meu.	Da	30	68,0
		Nu	14	32,0
32	Opinia copilului trebuie luată în considerare atunci când se iau decizii în familie.	Da	42	95,0
		Nu	2	5,0
33	Sunt foarte interesat de viața copilului meu.	Da	44	100,0
		Nu	-	-
34	Într-un conflict cu un copil, pot recunoaște adesea că are dreptate în felul său.	Da	41	93,0
		Nu	3	7,0
35	Îmi petrec cu plăcere timpul liber cu copilul meu.	Da	43	98,0
		Nu	1	2,0
36	Copiii învață devreme că părinții pot greși.	Da	36	82,0
		Nu	8	18,0
37	Întotdeauna copilul a contat pentru mine.	Da	43	98,0
		Nu	1	2,0
38	Mă simt prieten pentru copilul meu.	Da	42	95,0
		Nu	2	5,0
39	Motivele principale ale capriciilor copilului meu sunt egoismul, încăpățânarea și lenea.	Da	15	34,0
		Nu	29	66,0
40	Este imposibil să te odihnești în vacanță cu copilul.	Da	9	20,0
		Nu	35	80,0
41	Cel mai important lucru este ca copilul să aibă o copilărie liniștită și fără griji.	Da	42	95,0
		Nu	2	5,0

42	Uneori mi se pare că copilul meu nu este capabil de nimic bun	Da	2	5,0
		Nu	42	95,0
43	Împărtășesc hobby-urile copilului meu.	Da	41	93,0
		Nu	3	7,0
44	Copilul meu poate supăra pe oricine.	Da	6	14,0
		Nu	38	86,0
45	Înțeleg supărările copilului meu.	Da	42	95,0
		Nu	2	5,0
46	Copilul mă supără des	Da	8	18,0
		Nu	36	82,0
47	Creșterea unui copil este o durere de cap.	Da	3	7,0
		Nu	41	93,0
48	Disciplina strictă în copilărie dezvoltă un caracter puternic.	Da	32	73,0
		Nu	12	27,0
49	Nu am încredere în forțele copilului meu.	Da	2	5,0
		Nu	42	95,0
50	Copiii îmi vor mulțumi mai târziu pentru că am fost sever în educația lor.	Da	35	80,0
		Nu	9	20,0
51	Uneori simt că îmi urăsc copilul.	Da	2	5,0
		Nu	42	95,0
52	Copilul meu are mai multe defecte decât calități.	Da	3	7,0
		Nu	41	93,0
53	Împărtășesc interesele copilului meu.	Da	40	91,0
		Nu	4	9,0
54	Copilul meu nu este capabil să facă nimic singur și, dacă o va face, cu siguranță nu-i va reuși.	Da	19	43,0
		Nu	25	57,0
55	Copilul meu nu va crește adaptat pentru viață.	Da	20	45,0
		Nu	24	55,0
56	Îmi iubesc copilul meu așa cum este.	Da	44	100,0
		Nu	-	-
57	Monitorizez cu atenție starea de sănătate a copilului meu.	Da	44	100,0
		Nu	-	-
58	Îmi admir adesea copilul.	Da	44	100,0
		Nu	-	-
59	Copilul nu trebuie să aibă secrete față de părinți.	Da	37	84,0
		Nu	7	16,0
60	Am o părere nu prea bună despre abilitățile copilului meu și nu ascund de el acest fapt.	Da	11	25,0
		Nu	33	75,0
61	Copilul trebuie să se împrietenească cu acei copii cărora le plac părinților.	Da	10	23,0
		Nu	34	77,0

Scala	Descifrarea răspunsurilor
Scala I	întrebările 3,4, 8, 10, 12,14, 15, 16, 18,20,24,26,27,29,37, 38, 39, 40, 42,43,44,45, 46, 47, 49, 52, 53, 55, 56, 60. (32 puncte)
Scala II	întrebările 6, 9, 21, 25, 31, 34, 35, 36. (9 puncte)
Scala III	întrebările 1,5,7, 28, 32, 41, 58. (7 puncte)
Scala IV	întrebările 2, 19, 30, 48, 50, 57, 59. (6 puncte)
Scala V	întrebările 9, 13, 17,22,28, 54,61. (7 puncte)

Pagini web recomandate părinților și copiilor pentru educația fizică în familie

Sportul la mine acasă

1. Complex de 40 exerciții fizice 🧘 pentru acasă 🏠 Gimnastica pentru copii 🧒 Kids workout https://www.youtube.com/watch?v=Y8rLsUj_Ues
2. 100 Curiozități din lumea sportului ⚽ ȘTIAȚI CĂ? 💡 <https://youtu.be/0o64pCnaf6Y>
3. Educație fizică prin joc - Aruncarea la țintă <https://www.youtube.com/watch?v=sTC4YfhBAIs>
4. Educație fizică - Sărituri de pe două pe două picioare <https://www.youtube.com/watch?v=9HiiEbRiGaM>
5. Exercițiu de mișcare - deplasare rulând un jet cu apă <https://www.youtube.com/watch?v=J4up8nompIY>
6. Educație fizică - alergare printre jaloane, săritură peste obstacole, cățărare, aruncare la țintă. <https://www.youtube.com/watch?v=OcOScPrReXY>
7. Joc de coordonare a mișcărilor și atenție <https://www.youtube.com/watch?v=IrKfSsYgiGI>
8. Zoo G. Să creștem sănătoși <https://www.youtube.com/watch?v=cnrqJtqzgEw>
9. Cele mai distractive 50 de jocuri pentru copii în casă <https://tikaboo.ro/jocuri- Pentru-copii-in-casa/?fbclid=IwAR32d0Y9XqXgI4PxaVmYmWMuQ2ydQs5k-hh3B3YBxYGgkYpjnCZjMRtGs4s>
10. Zumba Kids cu Andrei - Hamster Dance <https://www.youtube.com/watch?v=brj9NX4rPaA&t=15s>
11. Zumba Kids with Yana - "Gangnam Style" <https://www.youtube.com/watch?v=9fgA6TJ5VHY>
12. Zdranganel - 10 minute de mișcare pe zi – Încălzirea #zurli <https://www.youtube.com/watch?v=GoBYXkZhtWA>
13. 5 min de mișcare cu Ritza Marizza - Ep.1 Papucelul https://www.youtube.com/watch?v=ygs_RZe8wd8&t=212s

Cântece cu dans și mișcare

14. 30 MINUTE DANS ȘI MIȘCARE // COPII ȘI ADULȚI // ACASĂ https://www.youtube.com/watch?v=4Fz_AgCnNYw
15. Gimnastica de dimineață - Cântece pentru copii Paradisul Vesel TV <https://www.youtube.com/watch?v=jUNBugrF1iU&t=21s>
16. Danseză hopa-hopa - Cântec cu dans și mișcare pentru copii TraLaLa <https://www.youtube.com/watch?v=K-qcXuT7TvE>
17. Danseză bughi-bughi - Cântec cu dans și mișcare copii TraLaLa <https://www.youtube.com/watch?v=OS7IUOBdwRY>
18. Energizer Dance - Charlie Bear Agadoo https://www.youtube.com/watch?v=VtEcBIn8kRo&list=PLL3zNulBViGK3Sf80pmAJQnattlv_RcES
19. Animal exercise for kids with animals <https://www.youtube.com/watch?v=26guG6wr5so&t=41s>

Filme și texte educative

20. Cel mai bun film educațional al anului! https://www.youtube.com/watch?v=ce_VUpyMUJw
21. Relația dintre părinți și copii. https://www.youtube.com/watch?v=RV_rHyvaHzk
22. Greșelele părinților <https://www.youtube.com/watch?v=C2MmCtEEKTs>

TVC prin activități sportive (participă 2 echipe, a câte 11 elevi)

Forma de realizare: distracție sportivă

Forma de organizare: frontală, individuală, în perechi, în echipe

Scopul: fortificarea sănătății copiilor și dezvoltarea deprinderilor motrice prin intermediul distracțiilor sportive, folosind jocurile, exercițiile și diferite probe sportive

Obiective operaționale:

- să utilizeze în jocurile mobile diferite obiecte;
- să participe la activități fizice, orientându-se în spațiu;
- să încerce activități noi care necesită mișcări fizice fără sprijin;
- să demonstreze independența în desfășurarea distracției;
- să acționeze în comun, dezvoltându-și spiritul de echipă;
- să demonstreze cunoașterea regulilor de siguranță în timpul jocurilor mobile și al ștafetelor;
- Să manifeste emoții pozitive și curiozitate în cadrul jocurilor de mișcare;
- Să manifeste în timpul activității atitudini de cooperare, spirit de echipă, de competiție.

Strategii didactice: conversație, exercițiu, jocuri dinamice, explicația, demonstrația etc.

1. Runda „Pregătirea organismului pentru efort”

Mers obișnuit recitând motto-ul activității: „E dator și mic și mare/ Să facă înviorare /Ca mai mulți ani să trăiască/ Iar cei mici voinici să crească!,,

Unui–doi, mergem în lanț șerpuitor, imitând următoarele mișcări:

Merg soldații-n pas vioi, tot la fel mergem și noi, 1-2, 1-2 (se imită mersul soldatului).

Pot să fiu un uriaș, pasul meu are doi pași, 1-2, 1-2 (se imită mersul uriașului).

Pot să fiu și un pitic și să merg cu pasul mic, 1-2, 1-2 (se imită mersul piticului).

Moșul merge-ncetișor, că-i bătrân și toate-l dor, 1-2, 1-2 (se imită mersul moșneagului).

Iar ștrengarul face saltul de pe un picior pe altul, 1-2, 1-2 (se imită pasul ștrengarului).

2. Runda jocul „Adunăm frunzele”

După semnalul fluierului, câte un copil din ambele echipe va alerga printre popice cu coșul în mână, până la stegulețul de finish și va lua de jos câte o frunză, punând-o în coș. Înconjoară stegulețul de finish și aleargă la linia de start, transmite coșul următorului copil, după care jucătorul ce a transmis coșulețul se aranjează la coada coloanei. Principala regulă: participanții își așteaptă coechipierii la linia de start.

3. Runda „Plimbarea harbuzului”

Participanții ambelor echipe se aranjează în 2 coloane. Fiecare conducător primește câte o minge (forma harbuzului). Mingea (harbuz) este plimbată (rostogolită) cu un baston tur-retur pe un traseu de 3-4 metri, ocolind stegulețul, apoi transmisă următorului jucător, după care jucătorul ce a transmis mingea se aranjează la coada coloanei. Învinge echipa care a terminat mai repede.

4. Runda „Mingea buclucașă”

Copiii vor conduce o minge la piept în perechi, poziția mâinilor: la spate. De la linia de start conducerea se va realiza prin pași laterali până la steguleț. Înapoi copiii aleargă ținându-se de mână, transmițând mingea următoarei echipe – perechi. Principalele reguli: mâinile stau la spate, copiii nu se ajută cu mâinile. Dacă au scăpat mingea, jocul se reia din locul unde a fost scăpată mingea. Pentru nerespectarea regulilor echipa se penalizează cu scăderea unui punct din punctajul maxim.

5. Runda „Tunelul”

Echipele sunt aranjate în două coloane, picioarele le țin larg depărtate, formând un tunel și transmit mingea printre picioare, ultimul copil din coloană trece în fața coloanei, transmițând mingea. Îvinge echipa care termină mai repede.

6. Runda „Podul”

Echipele sunt aranjate în două coloane, cu mâinile ridicate sus, formând un pod din mâini și transmit mingea din mână în mână, ultimul copil din coloană trece în fața coloanei, transmițând mingea. Îvinge echipa care termină mai repede.

7. Runda „Săritură cu mingea”

Participanților li se dă o minge, pe care o pun între picioare și o țin cu suportul genunchilor, la comanda de start, participanții încep să sară cu ea până la stegulețul de finish și înapoi la linia de start. Principala regulă: dacă au scăpat mingea, jocul se reia din locul unde a fost scăpată mingea. Pentru nerespectarea regulii echipa se penalizează cu scăderea unui punct din punctajul maxim.

Revenirea organismului după efort

Se încheie jocul. Profesorul întreabă cum s-au simțit participanții, ce dificultăți au întâlnit. Copiii vin cu un mesaj de încheiere:

*Fă gimnastică și jocuri
Și aleargă cât ești mic,
De voiești să crești mare și voinic.
Sportul este important,
Crești frumos, curat, înalt.
Faceți sport, că-i bucurie
Trăiți viața-n veselie.*

Sursa: http://ise.md/uploads/files/1577221933_pregatirea_copiilor_pentru_debutul_scolar_in_instituti_a_de_educatie_timpurie.pdf

Lista invitațiilor implicați în desfășurarea unor activități din programa experimentală

- ❖ BUSUIOC Sergiu, dr. conf univ., Universitatea de Stat de Educație Fizică și Sport din Republica Moldova;
- ❖ GONCEARUC Svetlana, dr., prof. univ., Universitatea de Stat de Educație Fizică și Sport din Republica Moldova;
- ❖ CRAIJDAN Olga, dr. conf. univ., Universitatea de Stat de Educație Fizică și Sport din Republica Moldova;
- ❖ DELEU Inga, dr. conf. univ., Universitatea de Stat de Educație Fizică și Sport din Republica Moldova;
- ❖ PANFIL Natalia, profesor de educație fizică, Gimnaziul Rădeni.
- ❖ TOFAN Natalia, magistrul în consiliere pentru probleme de familie, Universitatea de Stat din Republica Moldova.

Ministerul Educației, Culturii și
Cercetării al Republicii Moldova
Consiliul Raional Strășeni
Direcția Generală Educație și Cultură
Gimnaziul Rădeni



MINISTERUL EDUCAȚIEI, CULTURII ȘI CERCETĂRII AL REPUBLICII MOLDOVA	MD-3726, r-ul Strășeni, s. Rădeni, tel. 023757286, email: smgradeni@yandex.ru
CONSILIUL RAIONAL STRĂȘENI	
DIRECȚIA GENERALĂ EDUCAȚIE ȘI CULTURĂ	
GINNAZIUL RĂDENI	
IDNO 1016801000038	
MD	
NR. <u>Nr. din</u>	<u>RĂDENI 105A</u>
LA NR. <u>24.02</u>	<u>20 21</u>

Act de implementare

Prin prezenta, se adeverește că dna **Leșco Victoria**, doctorandă în cadrul Universității de Stat de Educație Fizică și Sport, a desfășurat în incinta *Gimnaziului Rădeni* activități de cercetare aferente experimentului pedagogic, cu părinții și elevii din clasa I-IV, în vederea elaborării tezei de doctor în științe ale educației cu tema: ”Interacțiunea școlii și familiei în educația fizică a elevilor de vârstă școlară mică”, în perioada anilor școlari 2017-2018, 2018-2019.

De asemenea, în această perioadă a fost implementată *Programa experimentală de interacțiune a școlii și familiei în educația fizică a elevilor de vârstă școlară mică*, pentru părinții și elevii claselor a IV-a, care a facilitat dezvoltarea interacțiunii profesori-părinți-elevi cu privire la reușite și eșecuri în procesul de educație fizică a copilului în familie, ca un factor al îmbunătățirii sănătății, al formării unui mod de viață sănătos la elevii de vârstă școlară mică și inițierea lor în practicarea sistematică a educației fizice.

În opinia noastră, programa experimentală pentru elevii din clasa a IV-a și părinții lor, propusă de către doamna Leșco Victoria poate fi implementată cu succes în instituțiile de învățământ din Republica Moldova.

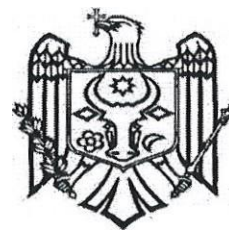
Eliberăm prezenta adeverință pentru completarea dosarului de doctorat.

Directorul gimnaziului



Galina Panfil

Ministerul Educației, Culturii și
Cercetării al Republicii Moldova
Consiliul Raional Strășeni
Direcția Generală Educație și Cultură
Liceul Teoretic Românești



MD-3728, r-ul Strășeni, s. Romanești, str. Școlii 38, tel. 023760242, email: dilipetru@gmail.com

Nr. din 27 mai 2021

Act de implementare

Prin prezenta, se adeverește că dna. Leșco Victoria, doctorandă în cadrul Universității de Stat de Educație Fizică și Sport, a desfășurat în incinta Liceului Teoretic Românești activități de cercetare aferente experimentului pedagogic, cu părinții și elevii din clasa I-a – III-a, în vederea elaborării tezei de doctor în științe ale educației: „Interacțiunea școlii și familiei în educația fizică a elevilor de vârstă școlară mică”, în anii școlari 2017-2018, 2018-2019. În procesul cercetării au fost respectate toate măsurile de rigoare.

De asemenea, în această perioadă a fost implementată *Programa experimentală de interacțiune a școlii și familiei în educația fizică a elevilor de vârstă școlară mică*, pentru părinții și elevii claselor a IV-a, prin care s-a reușit schimbarea atitudinii părinților cu privire la educația fizică a copiilor în una pozitivă și, totodată s-a înregistrat o îmbunătățire a parteneriatului școală – familie.

Prezenta adeverință este eliberată pentru completarea dosarului de doctorat.

Directorul liceului



Petru Delipovici

UNIVERSITATEA DE STAT DE
EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
DEPARTAMENTUL DE
FORMARE PROFESIONALĂ
CONTINUĂ



STATE UNIVERSITY
PHYSICAL EDUCATION AND
SPORT
FUTHER PROFESSIONAL
TRAINING DEPARTMENT

MD – 2024, or. Chișinău, str. A.
Doga 24, tel.:49-77-20, fax 49-76-
21

24 A. Doga str., Chișinău, MD –
2024 tel.:49-77-20, fax 49-76-21

Nr. 128 din 25.05.2024

Adeverință

Prin prezenta, Departamentul de Formare Profesională Continuă al USEFS confirmă că dna **Leșco Victoria**, doctorandă în cadrul Universității de Stat de Educație Fizică și Sport, a realizat activități de cercetare aferente experimentului pedagogic cu grupele de cursanți la programele de perfecționare *Profesori de educație fizică* și *Antrenori de sport* în perioada anilor 2018 – 2019, iar rezultatele experimentului științific au fost implementate în cadrul procesului formativ al DFPC.

În opinia noastră, *Programa experimentală de interacțiune a școlii și familiei în educația fizică a elevilor de vârstă școlară mică*, propusă de către doamna Leșco Victoria, poate fi eficient aplicat în școlile din Republica Moldova.



Director DFPC

Adelina Ghețiu

Declarație privind asumarea răspunderii

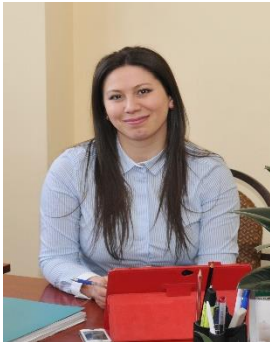
Subsemnata, **Leșco Victoria**, declar pe răspundere personală că materialele prezentate în teza de doctorat sunt rezultatul propriilor cercetări și realizări științifice. Conștientizez că, în caz contrar, urmează să suport consecințele în conformitate cu legislația în vigoare.

Leșco Victoria



12 septembrie 2021

Leșco Victoria
INFORMAȚII PERSONALE



📍 Str . Albișoara 80/7A, Chișinău, Moldova
☎ - 📞 069228509
✉ vikulea_1801@mail.ru

Sexul *feminin* | Data nașterii *18/01/1987* | Naționalitatea *moldoveancă*

EXPERIENȚA PROFESIONALĂ

2018 – prezent	Asistent universitar. Catedra Științe Psihopedagogice și Socioumanistice, Universitatea de Stat de Educație Fizică și Sport. Chișinău
Septembrie 2009- 2018	Lector universitar. Catedra Științe Psihopedagogice și Socioumanistice, Universitatea de Stat de Educație Fizică și Sport. Chișinău

EDUCAȚIE ȘI FORMARE

2016 – 2019	<i>Doctorat în științe ale educației</i> Universitatea de Stat de Educație Fizică și Sport, Chișinău (Republica Moldova).
2014 – 2015	<i>Cursuri de Formare. Specialitatea Modulul psihopedagogic</i> Universitatea de Stat din Moldova.
2014 – 2015	<i>Curs: Utilizarea platformei Moodle în formarea inițială și continuă.</i> Universitatea de Stat din Moldova.
2010 – 2012	<i>Magistru în Analiză Politică.</i> Facultatea Relații Internaționale, Științe Politice și Administrative. Universitatea de Stat din Moldova .
2005 – 2008	<i>Licențiat în Științe Politice.</i> Institutul de Relații Internaționale din Moldova
2005	<i>Diplomă de Bacalaureat</i> (Institutul de Relații Internaționale din Moldova)
1993-2004	Școala medie din s. Rădeni, r. Strășeni (Republica Moldova)

COMPETENȚE PERSONALE

Limba maternă

Alte limbi străine cunoscute

Limba română

	ÎNȚELEGERE		VORBIRE		SCRIERE
	Ascultare	Citire	Participare la conversație	Discurs oral	
	Limba rusă	C2	C1	C1	B2
Limba franceză	B1	B1	A2	A1	A2
Limba engleză	B2	B2	B2	B2	B2

Competențe și abilități sociale

Comunicativitate, punctualitate, lucrul în echipă, etică în organizație, spirit analitic și obiectiv.

Competențe și aptitudini organizatorice

Responsabilitate pentru acțiunile și deciziile luate, talent organizatoric, loialitate, inteligență.

Competențe și aptitudini de utilizare a calculatorului

Utilizarea tehnologiilor informaționale (calculator, videoproiector) în activitatea profesională și a programelor Word, Excel, PowerPoint. Abilități de lucru cu aparatură diversificată.

Permis de conducere

Carnet de conducere categoria B.

Domenii de interes

Pedagogie, didactică, politică, lectură, sport, călătorii.