

## NECESITATEA PRACTICĂRII JOCURILOR DE MIȘCARE CU ELEVII CICLULUI PRIMAR ÎN CADRUL ACTIVITĂȚILOR EXTRACURRICULARE

*Dima Loredana,  
Școala Generală Pecineaga, România*

**Rezumat.** Activitățile extrașcolare, în general, au cel mai larg caracter interdisciplinar, oferă cele mai eficiente modalități de formare a caracterului copiilor încă din clasele primare, deoarece sunt factorii educativi cei mai apreciați și mai accesibili sufletelor acestora. Activitățile extrașcolare generează interes, produc bucurie, facilitează acumularea de cunoștințe, chiar dacă necesită un efort suplimentar. Prin jocurile de mișcare organizate în cadrul activităților extracurriculare, elevilor li se dezvoltă spiritul practic, operațional, perseverența, ele dau posibilitatea fiecăruia să se afirme conform naturii sale. Activitățile extracurriculare și de timp liber au răsfrângere directă asupra comportamentului școlar și familial, dar și asupra socializării copiilor. Astfel, este necesară o strânsă colaborare între școală, familie, instituțiile specializate pentru activitățile de timp liber, precum și deschiderea școlilor către asociații neguvernamentale și alte persoane specializate, care pot acționa din exterior, prin eforturi concentrate.

**Cuvinte-cheie:** jocuri de mișcare, activități extracurriculare, reguli de joc.

Exercițiul fizic este mijlocul specific principal, este actul motrice repetat sistematic și conștient în vederea îndeplinirii obiectivelor educației psihomotorii și fizice. Exercițiul fizic își are originea în actul motrice general al omului (în mișcare), realizat pentru întreținerea relațiilor cu mediul [1,3].

Beneficiile practicării jocurilor de mișcare sunt multiple [7,8]:

- asigură creșterea și dezvoltarea normală a copiilor;
- contribuie la dezvoltarea scheletului copiilor și a sistemului lor muscular;
- îmbunătățește asimilarea hranei și intensifică metabolismul;
- influențează favorabil activitatea tuturor organelor interne, îndeosebi a plămânilor și inimii, întrucât respirația devine mai amplă, ritmul respirator mai stabil, iar frecvența respiratorie pe minut scade;
- dezvoltă aparatul cardiovascular;
- perfecționează o serie de deprinderi motrice ale copiilor, necesare în viață, ca: mersul, alergarea, săritura, echilibrul, cățărarea, aruncarea și prinderea;
- formează o ținută corectă a corpului în toate pozițiile (stând, șezând, în mers etc.);
- contribuie la formarea calităților pozitive de voință și caracter;
- pot preîntâmpina apariția și manifestarea unor trăsături negative, ca: sentimentul de izolare,

irascibilitatea, egoismul, îngâmfwarea, încăpățânarea etc.;

- dezvoltă socializarea elevilor prin activitățile de grup desfășurate.

Practicarea jocurilor de mișcare de către elevii din ciclul primar în cadrul activităților extracurriculare trebuie să fie accesibilă vârstei acestora, iar aplicarea lor să fie cât mai atractivă, astfel încât să poată genera buna dispoziție, relaxarea, iar prin aceasta să le stimuleze imaginația și creativitatea [9,10].

La elevii din ciclul primar, în special la băieți, exercițiile fizice sunt destinate dezvoltării fizice generale, urmărind, în primul rând, să acționeze asupra elasticității și forței musculare a brațelor, picioarelor, spatelui și abdomenului. Dacă ne referim la fete, un aspect important pentru acestea îl constituie creșterea mobilității la nivelul articulațiilor umerilor, al coloanei vertebrale, al șoldurilor, al picioarelor.

Astfel, este important a pune accentul pe creșterea tonusului muscular la nivelul coloanei vertebrale și al picioarelor, prin intermediul exercițiilor colective pentru prevenirea și combaterea atitudinilor deficiente la nivelul toracelui, al centurii scapulare, al abdomenului și al membrilor inferioare.

Conform literaturii de specialitate, practicarea jocurilor de mișcare influențează favorabil activitatea tuturor aparatelor și sistemelor organismului, contribuind la formarea și perfecționarea

mișcărilor coordonate, a orientării în spațiu și timp, la dezvoltarea calităților motrice, la formarea deprinderii copilului de a acționa organizat, disciplinat [1, 4, 5].

Problema cercetării noastre o constituie necesitatea stimulării practicării jocurilor de mișcare cu elevii din ciclul primar în cadrul activităților extracurriculare. Astfel, ne-am propus să analizăm modul în care practicarea exercițiilor fizice poate influența comportamentul, imaginația și creativitatea elevilor din ciclul primar în cadrul activităților extracurriculare.

**Obiectivul general:** reflectarea influenței jocurilor de mișcare asupra comportamentului, a imaginației și a creativității elevilor din ciclul primar, precum și stabilirea necesității de a le practica în cadrul activităților extracurriculare.

Plecând de la obiectivul general, s-au identificat **obiectivele specifice** ale cercetării, după cum urmează:

- influența jocurilor de mișcare asupra comportamentului, a imaginației și a creativității elevilor din ciclul primar;
- influența jocurilor de mișcare asupra caracterului formativ al învățării la elevii din ciclul primar;
- necesitatea practicării jocurilor de mișcare în cadrul activităților extracurriculare (utilizarea jocurilor de mișcare, care fac ca aceste activități să devină mai antrenante, mai relaxante și mai atractive; mai mult, prin intermediul jocurilor de mișcare se realizează dezvoltarea motrice și psihică a elevilor, se pun bazele conduitei în colectiv și se contribuie la formarea trăsăturilor de caracter).

**Ipoteza generală:** utilizarea jocurilor de mișcare în cadrul activităților extracurriculare va contribui la modelarea calitativă a comportamentului elevilor din ciclul primar, precum și la dezvoltarea imaginației și a creativității acestora prin practicarea susținută și asistată de cadrul didactic specializat.

#### **Ipoteze specifice:**

- a) practicarea sistematică a jocurilor de mișcare în activitățile extracurriculare va contribui la o îmbunătățire semnificativă a comportamentului, a socializării, a imaginației și a creativității elevilor, în comparație cu situația folosirii nesistematice a acestora;
- b) utilizarea jocurilor de mișcare în activitatea

extracurriculară va consolida priceperile și deprinderile motrice de bază, ca mersul, alergarea, aruncarea, prinderea, săritura, precum și a celor utilitare: cățărarea, echilibrul, târârea, tracțiunea, împingerea, transportul, escaladarea. De asemenea, jocurile de mișcare vor dezvolta calitățile motrice – viteza, forța, îndemânarea, rezistența și, implicit, ritmul și coordonarea în condițiile unei stări emoționale pozitive, într-un climat de veselie și optimism [6, 11].

- c) practicarea jocurilor de mișcare în cadrul activităților extracurriculare este necesară pentru dezvoltarea armonioasă a elevilor.

#### **Lotul investigat:**

Cercetarea noastră a monitorizat două grupe independente, formate din elevi ai clasei a treia din cadrul Școlii gimnaziale nr.1 Pecineaga, județul Constanța, România:

1. grupa experimentală – 23 elevi, dintre care 11 fete și 12 băieți;
2. grupa de control – 23 elevi, dintre care 10 fete și 13 băieți.

Pentru ambele grupe au fost selectați elevi, astfel încât să răspundă aceluiași exigențe:

- a) să fie în aceeași clasă;
- b) să dispună de cadru didactic care utilizează jocurile de mișcare în activitățile extracurriculare;
- c) să provină din același mediu social;
- d) să aibă aceeași vârstă cronologică.

**Metodologia de cercetare:** analiza bibliografiei de specialitate; observația; experimentul; metoda convorbirii; chestionarul sociologic; prelucrarea matematică a datelor statistice și prezentarea lor grafică.

#### **Interpretarea datelor și a informațiilor acumulate pe parcursul cercetării**

În Tabelul 1 prezentăm conținutul chestionarului sociologic aplicat categoriilor de respondenți cu privire la problematica cercetării.

În ceea ce privește răspunsurile la întrebarea „Considerați importante jocurile de mișcare pentru socializarea elevilor din ciclul primar?”, putem observa că majoritatea celor intervievați (74%) au dat răspunsuri afirmative, iar negative numai 12%, în timp ce pentru 14% dintre respondenți a fost greu să răspundă la această întrebare. Reflectarea grafică a răspunsurilor se poate observa pe Figura 1.

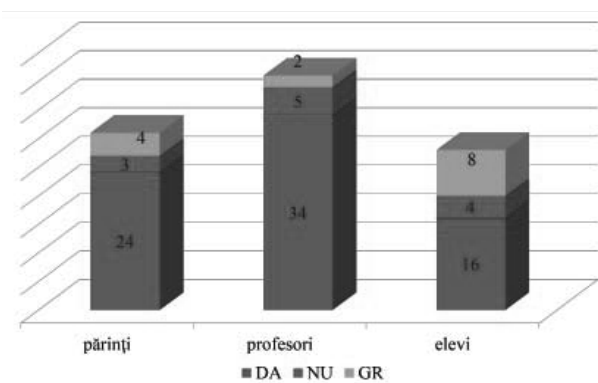
Tabelul 1

*Chestionarul sociologic aplicat părinților, profesorilor din ciclul primar și elevilor*

Nr. crit.	Întrebări	Variante de răspuns	Valori înregistrate (%)
1.	Considerați importante jocurile de mișcare pentru socializarea elevilor din ciclul primar?	Da	74
		Nu	12
		Greu de răspuns	14
2.	Cunoașteți ce reguli se impun în jocurile de mișcare pentru elevii din ciclul primar?	Reguli mai simple	35
		Reguli mai complexe	55
		Nu cunosc	10
3.	Credeți că jocurile de mișcare pot contribui la dezvoltarea socializării și, implicit, a conduitei elevilor?	Da	63
		Nu	21
		Greu de răspuns	16
4.	Considerați că jocurile de mișcare au un rol important pentru dezvoltarea imaginației și a creativității elevilor din ciclul primar?	Cu certitudine	57
		Da	26
		Nu cunosc	17
5.	Puteți menționa dacă aplicarea unor jocuri de mișcare la mare, în cadrul activităților extracurriculare, și a unui program educativ desfășurat în tabere de vară pentru copii poate avea un impact semnificativ asupra dezvoltării elevilor din ciclul primar?	Da	71
		Nesemnificativ	11
		Greu de răspuns	18
6.	Menționați dacă reușita jocului depinde de cadrul didactic care îl aplică în activitățile extracurriculare printr-un program elaborat în acest scop.	Cu certitudine	59
		Da	24
		Nu cunosc	17
7.	Cunoașteți care sunt beneficiile jocurilor cu nisip?	Da	47
		Nu	33
		Greu de răspuns	20
8.	Puteți menționa care dintre beneficiile utilizării jocurilor de mișcare are o pondere semnificativă în dezvoltarea imaginației, a creativității și a socializării elevilor din ciclul primar?	• formarea unor deprinderi corecte de comunicare orală;	14
		• captarea atenției și pregătirea organismului pentru efort;	16
		• mișcarea subordonată anumitor reguli și condiții mereu schimbătoare, antrenante și generatoare de idei creatoare;	18
		• dezvoltarea calităților motrice și consolidarea deprinderilor motrice;	12
		• relaxare și liniștire a organismului	11
• toate împreună.	29		

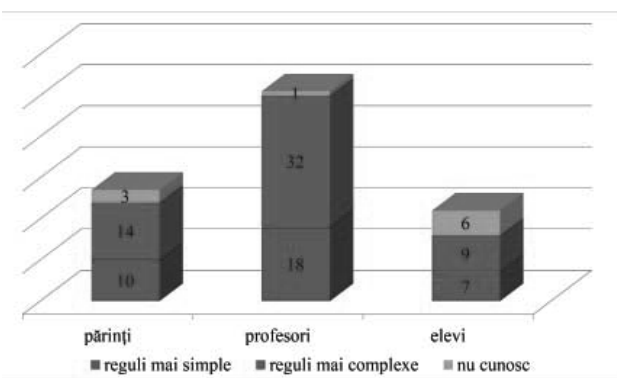
Prin jocurile de mișcare corect organizate și conduse se poate dezvolta socializarea elevilor, respectiv prin rolurile ce le revin în procesul de desfășurare a acestora, prin cunoașterea și respectarea regulilor de joc simple sau complexe, fapt ce asigură de altfel și gradul de coeziune a grupului, ordinea și stabilitatea în cadrul lui. Pe această bază se facilitează armonizarea și coordonarea elementelor de coeziune a grupului, func-

ționarea eficientă a grupului în timpul jocurilor, integrarea socială care realizează apartenența și participarea neimpusă la joc și, respectiv, la un set de norme, reguli, valori și atitudini comune ale grupului, care, odată interiorizate și apoi exteriorizate de elevi în comportamente explicite, consolidează și generează solidaritatea de grup, inclusiv dezvoltarea socializării acestora.



**Figura 1. Reflectarea grafică a răspunsurilor cu privire la importanța jocurilor de mișcare pentru socializarea elevilor din ciclul primar**

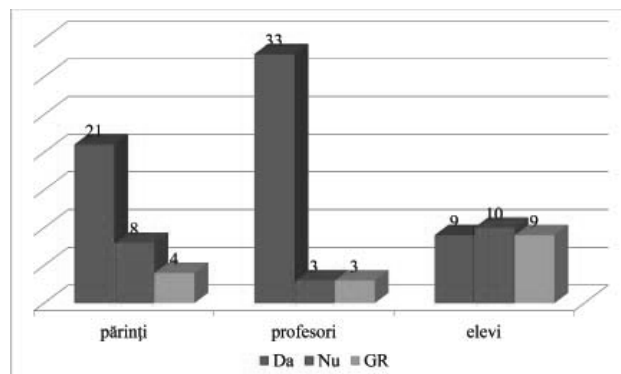
În ceea ce privește răspunsurile la întrebarea „Cunoașteți ce reguli se impun în jocurile de mișcare pentru elevii din ciclul primar?”, putem observa că majoritatea subiecților au precizat că în jocurile de mișcare pentru elevii din ciclul primar se aplică reguli mai complexe (55%). Jocurile de mișcare cu reguli trebuie să fie accesibile grupei de vârstă căreia i se adresează. La grupa mică, jocurile de mișcare au reguli simple, la grupele mari și clasele primare – au reguli mai complexe, date reflectate grafic pe Figura 2.



**Figura 2. Reflectarea grafică a răspunsurilor cu privire la aplicarea regulilor jocurilor de mișcare**

Referitor la întrebarea „Credeți că jocurile de mișcare pot contribui la dezvoltarea socializării și, implicit, a conduitei elevilor?”, 63% dintre subiecți au dat răspunsuri afirmative, menționând faptul că prin jocurile de mișcare elevii își modifică comportamentul, iar socializarea acestora este în continuă schimbare, benefică pentru personalitatea lor. Răspunsuri negative au fost date de 21% dintre cei intervievați, iar la 16 % le-a fost

greu să răspundă la această întrebare (Figura 3). Mai mult, putem afirma că jocurile de mișcare, prin anumite reguli, le dezvoltă elevilor disciplina: de exemplu, ei învață acțiunile pe care au voie sau nu să le facă în timpul jocului conform regulilor stabilite, că trebuie să asculte de conducătorul jocului etc.



**Figura 3. Reflectarea grafică a răspunsurilor cu privire la socializarea și modificarea comportamentului prin jocurile de mișcare**

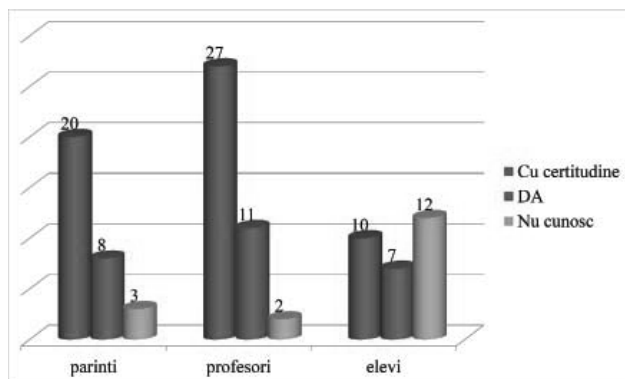
Astfel, regula jocului constituie unul dintre mijloacele prin care elevilor le este controlată și corectată conduita.

Totodată, respectarea regulilor jocului de mișcare ajută la dezvoltarea curajului, a stăpânirii de sine, a perseverenței, a chibzuinței. Jocurile de mișcare dezvoltă și atenția elevilor, întrucât ei trebuie să urmărească atât activitatea lor, cât și a celorlalți elevi. Succesul personal al elevului depinde deseori de o hotărâre sau de o reacție promptă, de un cuvânt spus la timp, de executarea unei mișcări, de observarea unui obiect ascuns.

Cu privire la răspunsurile date de subiecții chestionarului sociologic aplicat la întrebarea „Considerați că jocurile de mișcare au un rol important pentru dezvoltarea imaginației și a creativității elevilor din ciclul primar?”, aceștia au afirmat cu certitudine că jocurile de mișcare dau elevului posibilitatea să acumuleze impresii noi, îi dezvoltă gândirea, imaginația și creativitatea (83%), în timp ce 17% nu cunosc această problematică, fapt ce-i pune în imposibilitatea de a răspunde (Figura 4).

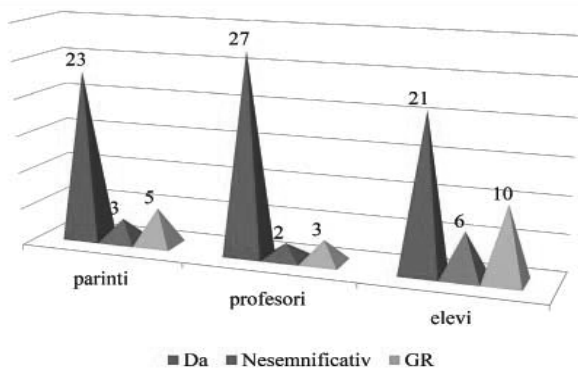
În ceea ce privește răspunsurile la întrebarea „Puteți menționa dacă aplicarea unor jocuri de mișcare la mare, în cadrul activităților extracurriculare, și a unui program educativ desfășurat în tabere de vară pentru copii poate avea un impact

semnificativ asupra dezvoltării elevilor din ciclul primar?”, putem observa (Figura 5 și Tabelul 1) că 71% dintre cei întrebați au dat răspunsuri afirmative, 11% ne semnificative, iar 18% nu cunosc această problemă.



**Figura 4. Reflectarea grafică a răspunsurilor cu privire la rolul jocurilor de mișcare pentru dezvoltarea imaginației și a creativității**

În acest context, putem menționa că activitățile extracurriculare organizate cu elevii din ciclul primar la mare le permit acestora să-și depășească. (inclusiv prin jocuri didactice pe nisip) temerile, anxietățile etc. Prin intermediul jocurilor de mișcare și al celor didactice, elevii se descarcă emoțional.



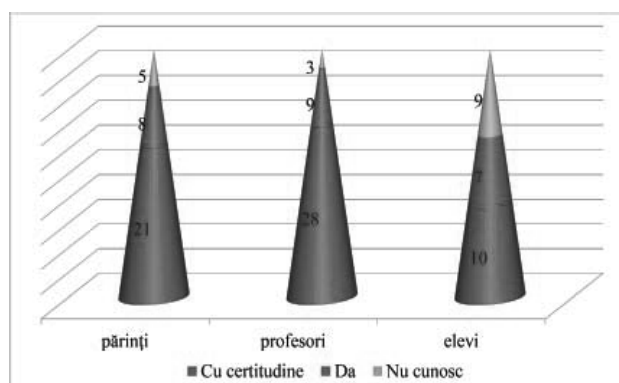
**Figura 5. Reflectarea grafică a răspunsurilor cu privire la aplicarea unor jocuri de mișcare la mare în cadrul activităților extracurriculare**

Potrivit literaturii de specialitate, jocurile de mișcare și cele didactice pe nisip pot avea următoarele beneficii pentru elevi [1, 7, 9]:

- au o calitate kinestetică unică;
- creează un spațiu concret pentru elevi, în corespundere cu elementele lor distincte și regulile aplicate;
- stabilesc în mod natural granițe și limite care

- generează o stare de siguranță pentru elevi;
- pot facilita o stare unică pentru emergența metaforelor terapeutice, dacă există anumite temeri la elevi;
- sunt eficiente în depășirea rezistențelor elevilor;
- facilitează un mediu de comunicare necesar și efectiv pentru elevii cu abilități de comunicare insuficiente sau blocate;
- permit renunțarea la verbalizare ca defenșă;
- creează pentru elevi un loc de experimentare a controlului;
- pot fi considerate obiecte alternative ale transferului.

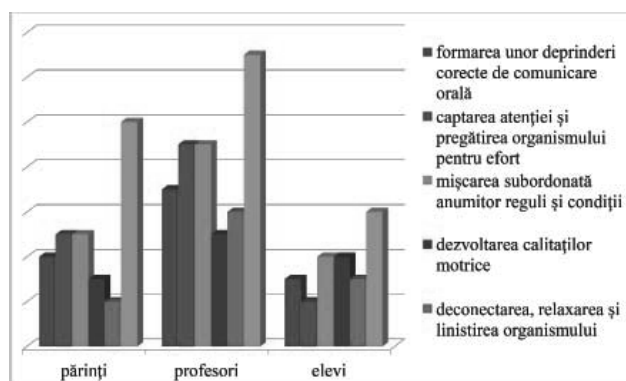
Referitor la întrebarea „Menționați dacă reușita jocului depinde de cadrul didactic care îl aplică în activitățile extracurriculare printr-un program elaborat în acest scop”, subiecții au dat răspunsuri afirmative în proporție de peste 80%, iar în 17% din cazuri – răspunsuri negative (Figura 6).



**Figura 6. Reflectarea grafică a răspunsurilor cu privire la reușita jocului prin dirijarea acestuia de către profesorul care le aplică în activitățile extracurriculare**

Reușita jocurilor de mișcare depinde adesea de priceperea profesorului de a amenaja terenul și de a organiza jucătorii, în cazul nostru elevii. Astfel, profesorul va urmări ca jocurile să se desfășoare atât în interior, cât și în exterior, în aer liber, la mare, unde elevii au spațiu suficient și pot să facă activitățile mai antrenante, mai vesele, mai atractive și mai relaxante. Terenul pentru jocurile de mișcare cu reguli trebuie să fie amenajat corespunzător: să fie curat, fără gropi, deoarece elevii, fiind concentrați asupra rolului pe care-l au în joc, se pot accidenta. Pentru a coopta cât mai mulți elevi în joc, profesorul le va explica clar și corect regulile lui, stimulându-le interesul și dorința de a participa.

Dirijarea jocului se va face sistematic, dar în același timp cu delicatețe și tact, fără intervenții brutale. Astfel, profesorul, cunoscând particularitățile individuale și de vârstă ale elevilor, va limita atent intensitatea și participarea elevilor, o grijă deosebită acordându-le celor mai timizi, fricoși sau instabili. De asemenea, rolul profesorului în jocurile de mișcare se identifică și prin aceea că, în același timp, el va avea în vedere ca, treptat, să le formeze elevilor deprinderea de a-și organiza și desfășura singuri jocurile, fără a mai fi nevoie de participarea sau intervenția lui directă.



**Figura 7. Reflectarea grafică a răspunsurilor cu privire la beneficiile utilizării jocurilor de mișcare și la ponderea acestora în dezvoltarea imaginației, a creativității și a socializării elevilor din ciclul primar**

Cu privire la întrebarea „Puteți menționa care dintre beneficiile utilizării jocurilor de mișcare are o pondere semnificativă pentru dezvoltarea imaginației, a creativității și a socializării elevilor din ciclul primar?”, categoriile de respondenți în 14% din cazuri au menționat că formarea unor deprinderi corecte de comunicare orală; 16% au considerat că, de fapt, captarea atenției și pregătirea organismului pentru efort poate avea o pondere semnificativă în dezvoltarea imaginației, a creativității și a socializării elevilor; 18% cred că mișcarea subordonată anumitor reguli și condiții mereu schimbătoare, antrenante și generatoare de idei creatoare; 12% consideră că dezvoltarea calităților motrice și consolidarea deprinderilor motrice; 11% cred că relaxarea și liniștirea organismului, iar 29% menționează că toate împreună au un impact semnificativ în dezvoltarea imaginației, a creativității și a socializării elevilor (Figura 7).

În cadrul experimentului desfășurat, pentru

a constata influența jocurilor de mișcare asupra dezvoltării socializării, a creativității și a imaginației elevilor, precum și a caracterului formativ al învățării, am aplicat teste docimologice, monitorizând sarcini de lucru (itemii), stabilite a fi îndeplinite de către elevii din cele două clase și care ne-au permis să determinăm gradul de însușire a cunoștințelor de către elevi sau nivelul de dezvoltare a unor capacități, pe bază de măsurători și aprecieri riguroase, în ceea ce privește jocurile de mișcare pentru diferite probe de sport. De asemenea, s-au stabilit itemi și pentru activitățile realizate de elevi prin jocurile desfășurate pe/cu nisip la mare. În construirea itemilor pentru nivelul școlarității elevilor, s-au respectat următoarele condiții: număr (mic) de itemi; itemi corespunzători, ca nivel de dificultate, nivelului elevilor; itemi care să corespundă cerințelor programei școlare; itemi care să vizeze capacitatea elevilor de a aplica anumite conținuturi în context diferit; stabilirea modalității de cuantificare și apreciere a rezultatelor.

Totodată, au fost monitorizate acțiunile de aplicare sistematică a jocurilor de mișcare la grupa experimentală pentru o perioadă de 6 săptămâni (în perioada vacanței de vară a elevilor), față de grupa de control, care nu a desfășurat în mod sistematic jocuri de mișcare în cadrul activităților extracurriculare. Pornind de la aceste date, s-a putut măsura influența jocurilor de mișcare, inclusiv a celor didactice, în faza de post-test, asupra dezvoltării socializării, a creativității și a imaginației elevilor. Pentru a verifica ipotezele, s-a utilizat ca procedeu statistic criteriul t-Student pentru eșantioane independente. S-a comparat astfel media scorurilor obținute de subiecții grupei experimentale cu media scorurilor obținute de subiecții grupei de control, în urma perioadei de intervenție. După o perioadă de acumulare, a fost necesar ca subiecții din fiecare clasă să obțină progrese în ceea ce privește cunoștințele referitoare la jocurile de mișcare pe probe sportive aplicate. S-au obținut diferențe semnificative între test și retest la toate cele patru probe sportive desfășurate (volei, handbal, fotbal pe nisip și atletism), precum și la jocurile cu nisip (monitorizând capacitățile de creativitate și imaginație obținute prin lucrările concrete realizate după gradul lor de dificultate și construcție) de către subiecții grupei experimentale și diferențe

semnificative la aceste probe desfășurate de către subiecții grupei de control ( $P < 0,05$ ) și, de asemenea, diferențe semnificative la ambele probe de către subiecții ambelor grupe ( $P < 0,0001$ ).

Diferențele considerabile dintre rezultatele celor două grupe, obținute la aceleași probe, fiind semnificative la grupa experimentală, confirmă practic ipoteza cercetării, precum că se vor obține rezultate semnificativ mai bune de către subiecții care au practicat ca metodă intensivă jocurile de mișcare în activitățile extracurriculare (și la mare, în perioada taberelor de vară) în comparație cu rezultatele celor care nu au folosit această metodă în mod sistematic.

**Concluzionând**, putem afirma că practicarea jocurilor de mișcare cu elevii din ciclul primar în cadrul activităților extracurriculare este necesară,

întrucât:

- le pot forma și perfecționa elevilor deprinderi motrice specifice diverselor ramuri sportive;
- dezvoltă calitățile lor motrice de bază: viteza, forța, îndemânarea, rezistența;
- pot dezvolta atenția, imaginația și creativitatea elevilor;
- contribuie la dezvoltarea socializării elevilor;
- prin caracteristicile acestora, jocurile de mișcare corespund în cel mai înalt grad particularităților psihice ale elevilor, oferind acestora mari satisfacții;
- utilizate în activitățile extracurriculare, de învățare, consolidare, perfecționare, jocurile de mișcare pot constitui temă a activității, dar pot fi și un mijloc pentru activitățile realizate.

**Referințe bibliografice:**

1. Antonovici Ș., Nicu G. *Jocuri interdisciplinare, material auxiliar pentru educatoare*. București: Aramis Print, 2003.
2. Badea E. *Caracterizarea dinamică a copilului și adolescentului*. București: E.D.P., 2003.
3. Barta A., Dragomir P. *Educație fizică – manual pentru clasa a IX-a școli normale*. București: Editura Didactică și Pedagogică, 1994, p. 38.
4. Bîrsan N. *Jocuri didactice specifice dezvoltării limbajului și comunicării orale la preșcolarii mari*. București: EDP, 1995.
5. Breben S., Gongea E., Ruiu G., Fulga M. *Metode interactive de grup – ghid metodic. 60 metode și 200 de aplicații practice pentru învățământul preșcolar*, Editura Arves, 2007.
6. Dragulin I. *Să facem sport*. București: Editura Sport-Turism, 1987, p. 8.
7. Iakovlev V. *Jocuri pentru copii*. București: Editura Didactica si Pedagogica, 1981, p. 71.
8. Piaget J. *Psihologia inteligenței*. București: Ed. Științifică, 1965.
9. Popovici și colab. *Culegere de jocuri didactice*. București: Editura E.D.P., 1971.
10. Sima I, Petruțiu R., Sima M. *Psihopedagogie, vol. I*. București: Didactică și Pedagogică, 1998.
11. Verza E., Verza F. *Psihologia vârștelor*. București: Editura Pro Humanitate, 2000.