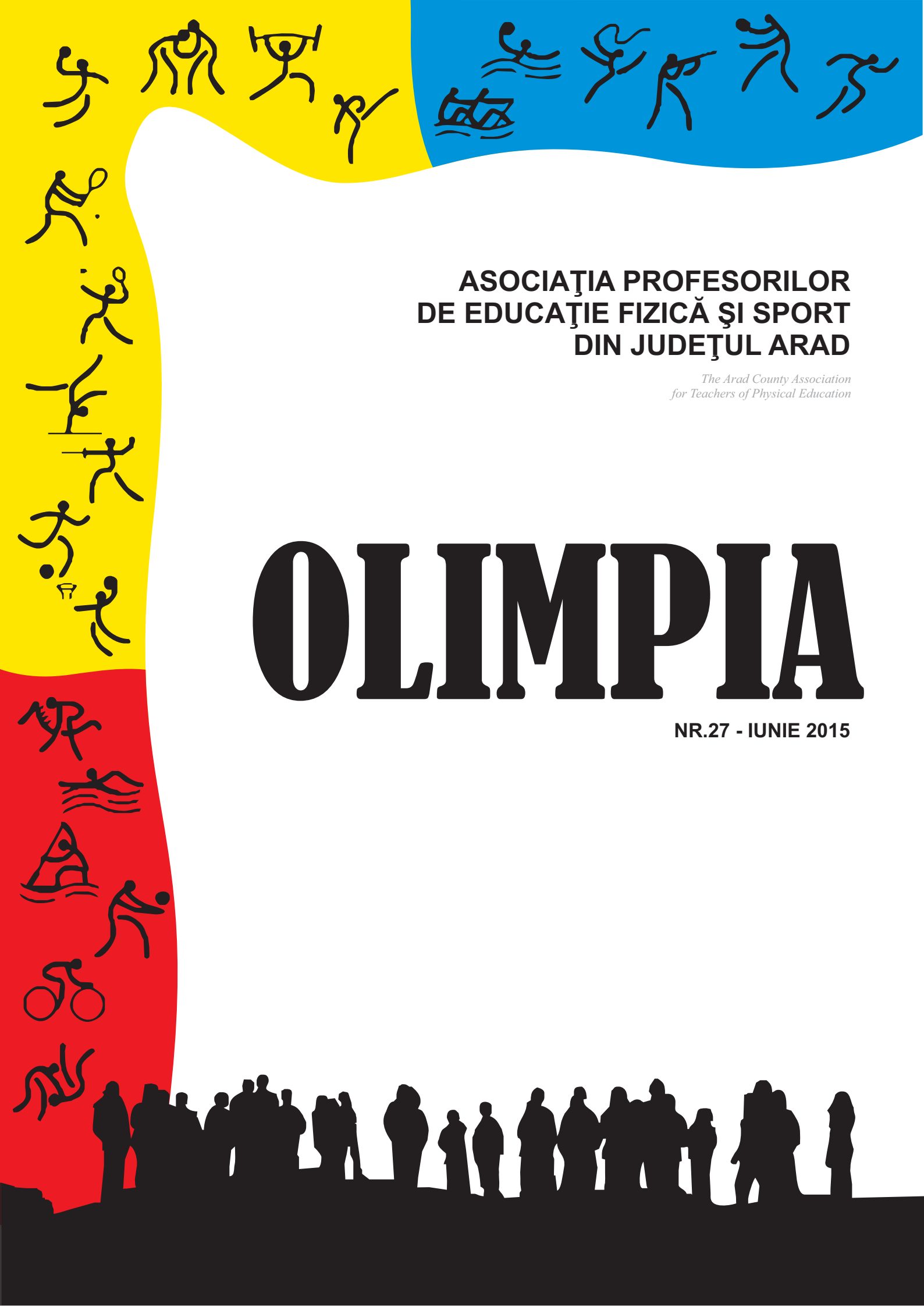




**ASOCIAȚIA PROFESORILOR
DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
DIN JUDEȚUL ARAD**

*The Arad County Association
for Teachers of Physical Education*

OLIMPIA

NR.27 - IUNIE 2015





Centru Asociația
Profesorilor de
educație fizică și
sport din cadrul
universității

**ASOCIAȚIA PROFESORILOR DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT DIN JUDEȚUL
ARAD**

**OLIMPIA
NR. 27**

FONDATĂ 1998

iunie, 2015

ARAD

NUMĂR REALIZAT CU SPRIJINUL UNIVERSITĂȚII DE VEST “VASILE GOLDIȘ”

CUPRINS

INFORMAȚII	4
Olimpiada Națională a Sportului Școlar – rezultate an școlar 2014-2015	4
<i>Profesor Paul Barta</i>	
CONSULTAȚII	8
Evaluarea în educație fizică și sport	8
<i>Profesor Rodica Bogdan</i>	
CERCETARE	12
Forme de dezvoltare a calităților motrice prin mijloacele gimnasticii	12
<i>Profesor Liviu Pop</i>	
Rolul programelor algoritmice în învățarea săriturilor cu sprijin în clasele V-VIII	16
<i>Profesor Nicolae Lupu</i>	
Exercițiile coregrafice în gimnastica artistică	21
<i>Profesor Dumitru Vilcu</i>	
Sovietizarea sportului arădean 1945-1946 (Studiu de caz)	24
<i>Profesor Tiberiu Țiganu</i>	
OPINII	30
Educația fizică și sportul fenomen social complex	30
<i>Profesor Rodica Bogdan</i>	
Model de alcătuire al unei echipe reprezentative școlare de fotbal	35
<i>Profesor Bogdan Rodica</i>	
Despre sport și arhitectură – De la teatrul grec, la Colosseum și până la Arenele Romane	37
<i>Profesor Mihaela Chira</i>	
Activitățile fizice ca formă de motivare non financiară în cadrul managementului resurselor umane	44
<i>Profesor Gabriel Voicu, Profesor univ. dr. Sorinel Voicu</i>	
RESTITUIRI	47
Constituirea organizației Căsoaia Căminul Turiștilor Arădeni SA, Stațiune climaterică	47
<i>Profesor Horia Truță</i>	
Organizații turistice arădene	49
<i>Profesor Horia Truță</i>	
ADUCERI AMINTE	50
Blidar Marin. Un exemplu de urmat	50
<i>Profesor Cristian Avram</i>	
Dascăl și OM . Profesor Petronius Gheorghe	51
<i>Profesor învățământul primar Daniela Contraș</i>	

CONTENTS

INFORMATION	4
National School Sports Olympics - The Results of School Year, 2014-2015	4
<i>Professor Paul Barta</i>	
CONSULTATIONS	8
The Assessment in Physical Education and Sport	8
<i>Professor Bogdan Rodica</i>	
RESEARCH	12
Forms of development by means gymnastics motric	12
<i>Professor Liviu Pop</i>	
The role of algorithmic programmes in learning jumping with support for 5th -8th grades	16
<i>Professor Nicolae Lupu</i>	
Choreographic Exercises in Artistic Gymnastics	21
<i>Professor Dumitru Vilcu</i>	
Arad Sport Sovietization 1945-1946 (Case Study)	24
<i>Professor Tiberiu Țiganu</i>	
OPININIONS	30
Physical Education and Sport- A Complex Social Phenomenon	30
<i>Professor, Rodica Bogdan</i>	
Organization Model of a Representative School Football Team	35
<i>Professor Rodica Bogdan</i>	
About Sport and Architecture - from the Greek Theatre, the Colosseum to the Roman Arenas	37
<i>Professor Mihaela Chira</i>	
Physical Activities as a Form of Non Financial Motivation in the Human Resources Management	44
<i>Professor Gabriel Voicu, Ph.D. Sorinel Voicu</i>	
RESTITUTION	47
“Casoia- the Home of Arad Tourists SA., Spa”	47
<i>Professor Horia Truță</i>	
Arad Tourism Organizations	49
<i>Professor Horia Truță</i>	
RECOLLECTIONS	50
Blidar Marin - A Model to Be Followed	50
<i>Professor Cristian Avram</i>	
Teacher and MAN- Professor Gheorghe Petronius	51
<i>Teacher Daniela Contraș</i>	

INFORMATII

OLIMPIADA NAȚIONALĂ A SPORTULUI ȘCOLAR rezultate - an școlar 2014-2015

*Profesor Paul Barta
Inspectoratul Școlar județean Arad*

National School Sports Olympics - The Results of School Year, 2014-2015

Data	Județ organizator	Disciplina sportivă	Ciclul	Echipa calificată	Loc la zonă
13-15.02.2015	HD	VOLEI FETE	GIMNAZIU	LICEUL TEORETIC "JOZEF GREGOR TAJOVSKY" NĂDLAC	IV
27-28.02.2015	CS	VOLEI BĂIEȚI	LICEU	LICEUL TEOLOGIC BAPTIST "ALEXA POPOVICI" ARAD	III
6-8.03.2015	CS	FOTBAL BĂIEȚI	GIMNAZIU	COL. NAȚIONAL "PREPARANDIA DIMITRIE ȚICHINDEAL" ARAD	NEPREZ.
6-8.03.2015	AR	BASCHET FETE	GIMNAZIU	COL. NAȚIONAL "PREPARANDIA DIMITRIE ȚICHINDEAL" ARAD	I
6-8.03.2015	AR	OINĂ BĂIEȚI	GIMNAZIU	LICEUL "IOAN BUTEANU" GURAHONȚ	I
6-8.03.2015	AB	VOLEI FETE	LICEU	LICEUL "ATANASIE MARIENESCU" LIPOVA	VI
13-15.03.2015	CS	HANDBAL BĂIEȚI	GIMNAZIU	ȘCOALA GIMNAZIALĂ "AVRAM IANCU" ARAD	NEPREZ.
13-15.03.2015	TM	BASCHET BĂIEȚI	GIMNAZIU	LICEUL CU PROGRAM SPORTIV ARAD	II
13-15.03.2015	HD	VOLEI BĂIEȚI	GIMNAZIU	COLEGIUL NAȚIONAL "VASILE GOLDIȘ" ARAD	NEPREZ.
13-15.03.2015	CS	FOTBAL BĂIEȚI	LICEU	LICEUL CU PROGRAM SPORTIV ARAD	V

13-15.03.2015	MH	HANDBAL BĂIEȚI	LICEU	LICEUL TEHNOLOGIC SÂNTANA	III
13-15.03.2015	AR	BASCHET BĂIEȚI	LICEU	COLEGIUL NAȚIONAL "ELENA GHIBA BIRTA" ARAD	I
13-15.03.2015	AR	OINĂ BĂIEȚI	LICEU	LICEUL "IOAN BUTEANU" GURAHONȚ	I
19-21.03.2015	AB	BASCHET FETE	LICEU	COL. NAȚIONAL "PREPARANDIA DIMITRIE ȚICHINDEAL" ARAD	II
20-22.03.2015	HD	HANDBAL FETE	GIMNAZIU	LICEUL TEHNOLOGIC SÂNTANA	III
20-22.03.2015	MH	HANDBAL FETE	LICEU	LICEUL TEORETIC "JOZEF GREGOR TAJOVSKY" NĂDLAC	V
27-29.03.2015	AB	FOTBAL FETE	GIMNAZIU	ȘCOALA GIMNAZIALĂ TÂRNOVA	I
3-5.04.2015	MH	FOTBAL BĂIEȚI	PRIMAR	COL. NAȚIONAL "PREPARANDIA DIMITRIE ȚICHINDEAL" ARAD	NEPREZ.
24-26.04.2015	MH	FOTBAL FETE	LICEU	LICEUL TEORETIC "JOZEF GREGOR TAJOVSKY" NĂDLAC	NEPREZ.
24-26.04.2015	TM	TETRATLON F + B	GIMNAZIU	ȘCOALA GIMNAZIALĂ NR. 5 ARAD + COLEGIUL NAȚIONAL "ELENA GHIBA BIRTA" ARAD	III + V
24-26.04.2015	TM	PENTATLON F + B	LICEU	COLEGIUL NAȚIONAL "PREPARANDIA DIMITRIE ȚICHINDEAL" ARAD + COLEGIUL NAȚIONAL "ELENA GHIBA BIRTA" ARAD	V + I
8-10.05.2015	AB	FOTBAL FETE	PRIMAR	ȘCOALA GIMNAZIALĂ ȘIMAND	I

Rezultate obținute de elevii arădeni la Fazele Naționale ale Olimpiadei Naționale a Sportului Școlar

Disciplina sportivă	Ciclul	Elevul calificat/Echipa calificată	Loc
FOTBAL FETE	GIMNAZIU	ȘCOALA GIMNAZIALĂ TÂRNOVA - PROF. MORAR OVIDIU	III
BASCHET FETE	GIMNAZIU	COLEGIUL NAȚIONAL "PREPARANDIA DIMITRIE ȚICHINDEAL" ARAD - PROF. MAZILU ADRIAN ȘI IAZBINSCKY GABRIEL	III
PENTATLON	LICEU	RĂCHITĂ EMILIA, JERGER BEATRICE, LUCUȘA PRISCILA, SPINEAN DIANA ȘI GĂDĂRICI PATRÎCIA (COLEGIUL NAȚIONAL "PREPARANDIA DIMITRIE ȚICHINDEAL" ARAD - PROF. TOMESCU MARIA ȘI NEAGU VOICHIȚA)	IV
OINĂ BĂIEȚI	LICEU	LICEUL "IOAN BUTEANU" GURAHONȚ - PROF. FAUR RAUL	IV
ȘAH	GIMNAZIU	CRĂCIUN BIANCA (ȘCOALA GIMNAZIALĂ NR. 5 ARAD - PROF. ARDELEAN DANIELA) ȘI BĂLĂCEANU DAVID (LICEUL TEOLOGIC BAPTIST "ALEXA POPOVICI" ARAD - PROF. CRIȘAN IOAN)	V + XVIII
OINĂ BĂIEȚI	GIMNAZIU	LICEUL "IOAN BUTEANU" GURAHONȚ - PROF. AVRAM TEODOR	VI
FOTBAL FETE	PRIMAR	ȘCOALA GIMNAZIALĂ ȘIMAND - PROF. MĂRCUȘ DANIEL	VII
BADMINTON BĂIEȚI	GIMNAZIU	UJOC CLAUDIU ȘI HOTĂRAN IOANA (ȘCOALA GIMNAZIALĂ ȘIMAND - PROF. MĂRCUȘ DANIEL)	VII + XX
BASCHET FETE	LICEU	COLEGIUL NAȚIONAL "ELENA GHIBA BIRTA" ARAD - PROF. ANCATEU OLIMPIA	VIII
ȘAH	LICEU	ALB FLAVIUS ȘI MATEȘ BETTINA (COLEGIUL NAȚIONAL "MOISE NIÇOARĂ" ARAD - PROF. CIRIN MARIUS)	X + XXIII

TENIS DE MASĂ	GIMNAZIU	OANCEA EDUARD (COLEGIUL NAȚIONAL "ELENA GHIBA BIRTA - PROF. ANCATEU OLIMPIA) ȘI STRUNĂ ADELA (ȘCOALA GIMNAZIALĂ "MIHAI EMINESCU" ARAD - PROF. ȘUMĂNDAN BENIAMIN)	XXIV + XII
CROS	GIMNAZIU	BODOR BEATRICE (LICEUL CU PROGRAM SPORTIV ARAD - PROF. TULESCU MARIKA) ȘI JURCĂ VLAD (COLEGIUL ECONOMIC ARAD - PROF. BOGDAN RODICA)	XXII + XV
CROS	LICEU	BODNAR ANA (ȘCOALA GIMNAZIALĂ BÎRZAVA - PROF. UNC FLORIN) ȘI RUS DARIUS (ȘCOALA GIMNAZIALĂ "PATRICHE POPESCU" BATA - PROF. RACHITY VALENTIN)	XXXI + XXI

Rezultate obținute de elevii arădeni la Fazele Naționale ale altor competiții

CUPA DHS	GIMNAZIU	UJOC CLAUDIU, UNGUREANU OANA, ONACA LAURENȚIU ȘI POP ANDREEA (ȘCOALA GIMNAZIALĂ ȘIMAND - PROF. MĂRCUȘ DANIEL ȘI BORLEA LIVIU)	I
C. N. ȘAH "ELISABETA POLIHRONIADÉ"	ECHIPE MIXTE	INCICĂU ANDREEA, SIDA FLAVIUS, NICODIM DAVID ȘI (ȘCOALA GIMNAZIALĂ NR. 5 ARAD - PROF. ARDELEAN DANIELA ȘI SOCACI MIHAELA)	V

Evaluarea în educație fizică și sport

Profesor Rodica Bogdan
Colegiul Economic Arad

The Assessment in Physical Education and Sport: *In this paper I wish to highlight a few important things concerning the assessment of the physical education and sport, such as: types of evaluation, the normative criteria and auto-competitive evaluation phases: testing or verification, assessment and grading the importance of the note and its functions, evaluation methods and criteria specific to the discipline and a few words about the National Evaluation System.*

Keywords: *Assessment, Physical Education and Sport*

Evaluarea este, din toate punctele de vedere, un “rău” absolut necesar. Folosită corect și în principal pe baza unor criterii prestabilite, ea poate oferi un important feedback atât profesorului cât și elevului, devenind un element motivațional esențial

Evaluarea este înțeleasă ca o componentă stabilă a procesului de învățământ, având preponderent un rol reglator atât pentru activitatea de instruire a elevilor cât și pentru îmbunătățirea strategiilor didactice.

Definiție: Evaluarea este procesul menit să măsoare și să aprecieze valoarea rezultatelor unui sistem, în cazul nostru a sistemului de educație fizică școlară sau a unei părți a acestuia, eficacitatea resurselor, a condițiilor și operațiilor folosite în desfășurarea unei activități, prin compararea rezultatelor cu obiectivele propuse în vederea luării deciziilor privind ameliorarea activității în etapele următoare. Rezultă deci că evaluarea este un proces sistematic, instructiv-educativ, care permite măsurarea gradului în care au fost atinse obiectivele. Ea este parte intrinsecă a procesului de predare-învățare, este importantă pentru profesor, deoarece îi furnizează informații pe care le va utiliza atât în practica la clasă cât și în planificarea activităților de învățare

Evaluarea se realizează la diferite niveluri. Există o evaluare la nivelul sistemului din care face parte procesul instructiv-educativ respectiv, o evaluare la nivelul subsistemelor, o evaluare a instituțiilor și o evaluare a procesului instructiv-educativ concret

Tipuri de evaluare

În procesul instructiv-educativ este util să discernem pentru început diferite tipuri de evaluare precum: cea normativă, criterială și cea auto-competitivă

Evaluarea normativă. Dacă aplicăm un test pentru a alege, de exemplu, pe cei mai buni 10% dintre elevii unei clase, pe care apoi să-i pregătim pentru, să zicem, a participa la diferite competiții, aceasta va fi o evaluare normativă care compară elevii între ei, și îi recompensează pe cei mai buni (care vor fi incluși în lotul de pregătire). Notele arată nivelul celor care concurează, raportat la o normă prestabilă. Avantajul acestei evaluări este că variațiile de dificultate (nivelul de performanță), de la un an la altul nu afectează note

Evaluarea criterială. Ea măsoară ce poate face un elev la un moment dat cu ceea ce știe. Este o metodă de evaluare foarte bună, dar este absolut necesar să fie definite cu rigurozitate criteriile, altfel evaluatori diferiți (sau chiar aceeași evaluatori) pot aplica standarde diferite. Tocmai de aceea, evaluarea criterială trebuie raportată întotdeauna la obiectivele de învățare

Aceste două tipuri de evaluare au în mod evident avantaje, dar și limite.

Evaluarea auto-competitivă. Este o formă alternativă de abordare a evaluării, care se raportează în mod individual la fiecare elev în parte. În acest caz se va lua ca reper nivelul fiecărui elev și i se va evalua diferențiat progresul realizat. Acest tip de evaluare implică informarea prealabilă a elevului asupra criteriilor importante pe care trebuie să le îndeplinească

într-un interval de timp. Sună complicat și laborios, dar de fapt este mult mai ușor decât pare. Elevului i se arată ce nu știe să facă (concret, unul/două elemente), ce ar trebui să facă pentru a reuși și până când, se menționează totodată și "răsplata" pentru realizare. Evaluarea auto-competitivă reprezintă deci un feedback informal ce se oferă elevului chiar în timp ce învață.

Fazele evaluării

Evaluarea la nivelul procesului instructiv-educativ la educație fizică implică următoarele trei faze sau elemente componente : testarea, aprecierea și notarea sau acordarea de calificative. Conținutul și metodologia celor trei faze sau elemente componente se pot sintetiza în felul următor :

Testarea este procesul, sau acțiunea prin care subiectul este supus unei probe, adică este pus să execute ceva precizat de conducătorul procesului de practicare a exercițiilor fizice. Când este vorba de elemente cantitative, testarea este însoțită de măsurare, sau uneori, verificarea se face prin măsurare (de ex. : verificarea nivelului de dezvoltare fizică prin măsurarea indicilor somatici și funcionali).

Aprecierea urmează obligatoriu după orice verificare. Această fază aparține cu precădere conducătorului procesului instructiv-educativ. Ea se poate realiza și de membrii grupului de subiecți sau de către subiectul supus verificării (autoapreciere), dacă capacitatea respectivă s-a format și dezvoltat în procesul respectiv, putându-se valorifica mai ales în activitatea independentă a subiecților. Orice apreciere obiectivă presupune judecări de valoare adică o analiză în conștiința celui care o realizează a ceea ce se execută subiectul. În funcție de proba care se verifică, aprecierea are grade diferite de complexitate. În acest sens se pot desprinde cel puțin următoarele trei situații posibile :

1. Dacă proba efectuată de subiect este măsurabilă și există deja norme prestabilite la nivel național, județean sau local, atunci aprecierea nu implică nici un efort din partea celui care o face.
2. Dacă proba efectuată de subiect este măsurabilă și nu există norme prestabilite atunci aprecierea implică un efort din partea celui care o face. Acesta trebuie să stabilească norme (baremuri) pentru diferite valori cifrice, care vor fi următoarele note sau calificative.
3. Dacă proba efectuată de subiect nu este măsurabilă ci doar observabilă, atunci aprecierea devine relativ dificilă. Deci în acest caz, aprecierea pe care o face conducătorul procesului instructiv-educativ depinde de nivelul capacității profesionale, de competența profesională. La educația fizică aprecierea trebuie să fie realizată nu numai în urma verificării ci și a oricărei execuții de acte și acțiuni motrice.

Notarea este o rezultată a celor două operații anterioare (verificarea și aprecierea). Ea este prezentă în situația în care se face verificarea subiecților. Notarea se realizează în principal, conform planificării trecerii probelor de control. Notarea se realizează prin cifre de la 10 la 1. Nota sancționează delăsarea sau răsplătește sârguința elevilor. Ea poate măsura nivelul de performanță al elevilor, atins la un moment dat, poate contribui de asemenea la selecție

Nota trebuie să fie cât mai obiectivă adică în concordanță cu aprecierea, lipsită de subiectivism. De asemenea, nota trebuie să fie publică și să îndeplinească următoarele 3 funcții principale :

Funcția didactică. Nota trebuie să exprime adevăratul nivel al intrării, deci să răspundă la întrebările : cât a înșușit, cum a înșușit subiectul ? Evident, aceste întrebări o implică și pe cea care se referă la : Cum a realizat predarea conducătorul procesului ? Nota trebuie să reflecte exact faza în care se află subiectul cu însușirea deprinderilor și priceperilor motrice, cu dezvoltarea calităților motrice sau alte obiective prevăzute în programa de specialitate.

Funcția educativă. Nota trebuie să determine o atitudine activă și conștientă a subiectului, nu trebuie să-l îndepărteze pe acesta de educația fizică. Pentru îndeplinirea acestei funcții nota trebuie explicată și justificată. Trebuie să arate care au fost și care sunt perspectivele subiectului notat.

Funcția socială, Nota trebuie să orienteze elevul spre reușită, spre o evoluție ulterioară pe plan profesional.

Criterii de evaluare.

Principalele criterii de evaluare sunt următoarele :

- performanța motrică, adică rezultatul la probele de motricitate măsurabile ;
- progresul realizat de subiect între verificarea inițială și cea finală ;
- nivelul însușirii conținutului programei de specialitate ;
- capacitatea de generalizare a subiectului, adică de aplicare a celor învățate în condiții variabile ,
- modul de îndeplinire a unor sarcini de natură organizatorică sau metodică ;
- cunoașterea unor aspecte de bază privind practicarea exercițiilor fizice, aspecte apreciate după nivelul cunoștințelor teoretice de specialitate.

Tuturor criteriilor să li se acorde aceeași importanță fără nici o prioritate.

Criteriile de evaluare prevăzute în sistemul național vizează nivelul realizării obiectivelor cadru și a standardelor finale de performanță proprii fiecărui ciclu de învățământ, cât și a obiectivelor de referință stabilite pentru fiecare clasă în domeniul dezvoltării capacității motrice generale și specific practicării ramurilor de sport prevăzute în programa școlară.

Metodele de evaluare

Aceste metode sunt constituite tot în sistem fiind însă grupate în funcție de fazele evaluării. Există următoarele două categorii de metode :

Metodele de verificare

- Trecerea unor probe de control, stabilite oficial de către fiecare specialist pe componentele modelului de educație fizică specific pentru grupul respectiv de subiecți.
- Efectuarea unor deprinderi și priceperi motrice în condiții analoage probei ramurii sau activității respective.
- Efectuarea unor deprinderi sau priceperi motrice în condiții concrete de întrecere tip competițional, pe bază de regulament oficial
- Îndeplinirea unor sarcini speciale de natură organizatorică, didactică sau metodică.
- Ancheta pe bază de chestionar privind nivelul însușirii cunoștințelor teoretice de specialitate sau colocviu pentru clasele speciale de educație fizică unde sunt lecții teoretice de specialitate.

Metodele de apreciere și notare

Aprecierea verbală, însoțită de calificative.

- Aprecierea și notarea pe baza unor norme sau baremuri prestabilite la nivel local, zonal, sau național. Se mai numește și metoda absolută.
- Aprecierea și notarea în funcție de rezultatele grupului, rezultatele ierarhizate și comparate. Se mai numește și metoda relativă sau comparativă și este foarte bună dacă în actul de evaluare se află doar un singur grup de subiecți.
- Aprecierea și notarea pe baza progresului realizat de subiecți, progres individual calculat statistic.
- Aprecierea și notarea nivelului de execuție a deprinderilor și priceperilor motrice în condiții analoage sau concrete de competiție

Sistemul de evaluare este corelat cu prevederile actuale ale planurilor de învățământ și conținuturile programelor școlare, fiind aplicabil în toate unitățile școlare indiferent de condițiile în care se desfășoară activitatea. Acesta se adresează numai claselor care au prevăzută educația fizică în trunchiul comun.

Unitățile de învățământ, cadrele de educație fizică, învățătorii și profesorii, potrivit conceptelor de descentralizare și autonomie, au posibilitatea să opereze cu cele mai adecvate instrumente de evaluare oferite de sistem.

Varietatea instrumentelor cuprinse în sistemul de evaluare asigură și elevilor posibilitatea de a opta pentru susținerea unora dintre acestea, corespunzător propriilor disponibilități psihomotrice, interesului și traseelor individuale de instruire parcurse.

BIBLIOGRAFIE:

1. **Cîrstea Gheorghe** – ” Teoria și metodică educației fizice și sportive. Edit. AD-DA, 2001
2. Ministerul Educației Naționale, Serviciul Național de Evaluare și Examinare,- ”Sistemul Național Școlar de Evaluare la disciplina Educație Fizică și Sport” 1999, Grup de elaborare: Scarlat Eugen, Dragomir Petrică, Mironescu Ionel și Stela Predescu, coordonator: Filip Constantin – inspector general MEN.
3. Ministerul Educației, Cercetării și Inovării, - Dezvoltarea profesională a cadrelor didactice prin activități de mentorat, -”Evaluarea continuă la clasă”, București, 2009.

Forme de dezvoltare a calităților motrice prin mijloacele gimnasticii

Profesor Liviu Pop
Clubul Sportiv Școlar Bistrița

Forms of development by means gymnastics motric: *This study refers to specific gymnastics means used by the Physical education teacher for physical training of gymnasium students. Gymnastics is one of the most important parts of Physical Education. Having an extremely rich content and a wide diversity of means, it has an essential role in body development, for improvement of motric skills and of basic specific motric abilities.*

Keywords: *driving qualities, flexibility, mobility, speed, strength.*

Introducere

Prezentul material se referă la mijloacele specifice gimnasticii pe care profesorul de educație fizică le folosește în cadrul orelor de educație fizică pentru pregătirea fizică a elevilor din ciclul gimnazial. Gimnastica este una dintre mijloacele cele mai importante ale educației fizice. Având un conținut extrem de bogat și o mare varietate de mijloace, îndeplinește un rol esențial în dezvoltarea fizică armonioasă, în perfecționarea calităților motrice, în formarea deprinderilor motrice de bază și specifice. Gimnastica are un caracter obligatoriu pentru toate școlile, volumul activităților stabilindu-se în funcție de dotarea materială a școlii. Cu ajutorul mijloacelor din gimnastică putem forma la elevi o ținută corectă mobilitate, suplețe, forță, viteză de execuție și repetiție, îndemânare și rezistentă.

Actualitatea problemei

Actualitatea problemei constă în faptul că mijloacele gimnasticii sunt foarte multe, iar tehnicitatea necesită o foarte bună pregătire psiho - motrică. M-am gândit că prin această lucrare să pot aduce o pregătire metodică în ciclul gimnazial, în așa fel încât elevii să-și însușească noi cunoștințe în acest domeniu.

Gimnastica actuală se dezvoltă din punct de vedere al tehnicii în toate ramurile. Ea furnizează cele mai variate mijloace de acționare în vederea rezolvării multor sarcini din lecție. Se poate afirma că, fără exercițiile și structurile de exerciții oferite de gimnastică nu se poate concepe un proiect de tehnologie didactică. Din cele 10-12 minute cât durează partea pregătitoare a lecției, 70-80% reprezintă gimnastica. Dacă această parte a lecției este bine structurată, armonizată și dozată cu elemente de gimnastică, organismul va fi adus în stare de excitație optimă, gata pentru abordarea părții fundamentale a lecției.

Gimnastica beneficiază de un număr mare de ore, 1/3 din volumul total de ore. Ea este practică în toate școlile, indiferent de baza materială sau zona geografică în care se află și este accesibilă tuturor elevilor indiferent de vârstă sau sex. Se practică sub formă de gimnastică acrobatică, ritmică, artistică (sărituri) și aerobică.

Prin marea ei varietate, gimnastica dă posibilitatea tuturor elevilor să-și găsească mijloacele de exprimare care să le aducă satisfacții. Elementele din gimnastica acrobatică prevăzute în programa de învățământ sunt accesibile tuturor elevilor. Odată înțelese și deprinse corect sunt repetate cu mult interes de marea majoritate a elevilor. În general, la această vârstă gimnastica "place" și se bucură de mult interes și o largă popularitate în rândul elevilor.

Motivale alegerii temei

Modernizarea permanentă a activității de educație fizică și sport în școală impune găsirea unor noi metode, procedee și mijloace prin care să se acționeze în practică precum și perfecționarea continuă a celor existente, a celor așa-zise clasice, tradiționale, în baza noilor obiective ce stau în fața acestui obiect de învățământ. În concordanță cu această sarcină de mare importanță pentru educația fizică și sportul din școală am elaborat prezenta lucrare care vizează pregătirea fizică la ciclul gimnazial prin mijloace specifice gimnasticii.

Am ales această temă pentru a arăta cât de eficace sunt mijloacele gimnasticii în pregătirea psiho - motrică pentru dezvoltarea vitezei, forței și mobilității. În prima parte a lucrării am prezentat principalele caracteristici ale calităților motrice (viteza, forța și mobilitatea) și exercițiile de acționare pentru dezvoltarea lor prin mijloacele gimnasticii. În partea a doua a lucrării am testat experimental dezvoltarea vitezei, forței și mobilității înainte și după pregătirea prin mijloacele gimnasticii acrobatice.

Scopul urmărit

Scopul acestei lucrări este de a obține un progres al nivelului calităților motrice implicate pentru a arăta eficiența mijloacelor gimnasticii în ora de educație fizică.

Ipoteza de lucru

Dacă în lecțiile de educație fizică se folosesc exerciții și mijloace specifice gimnasticii, se va obține o pregătire fizică mai bună, îmbunătățind calitățile motrice: viteza, forța, îndemânarea, rezistența, mobilitatea - suplețea.

Fundamentarea teoretico-științifică a cercetării

În concordanță cu docimologia generală, aplicabilă tuturor obiectelor de învățământ, deci și la materia de învățământ „educația fizică”, eficiența activității cadrelor didactice se apreciază în principal prin progresele pe care le-au realizat elevii în însușirea cunoștințelor, formarea deprinderilor și priceperilor, dezvoltarea calităților motrice.

Obiectivizarea procesului de instruire se referă la stabilirea unor modalități concrete de apreciere cantitativă a progreselor pe baza cărora să se poată evalua și valoarea metodelor, procedeele și mijloacelor folosite.

Dezvoltarea calităților motrice reprezintă un domeniu care ne oferă posibilități largi și concrete de apreciere obiectivă a progreselor realizate de elevi, a calității muncii efectuate de elevi și profesori.

Obiectivizarea procesului de dezvoltare a calităților motrice pretinde profesorului:

- ❖ să cunoască nivelul de pregătire a elevilor, de la ce studiu pornește
- ❖ să stabilească probe și norme specifice fiecărei calități motrice și să le aplice periodic în activitatea elevilor (la început de an școlar , la sfârșit de semestru și la sfârșit de an școlar)
- ❖ să elaboreze modelul final privind dezvoltarea calităților motrice și structurile de exerciții utilizate.
- ❖ să țină o evidență precisă a tuturor datelor obținute și să o utilizeze corespunzător, pentru aprecierea critică a activității desfășurate, reținând învățămintele ce se impun.

Principalele modalități de acționare pentru dezvoltarea calităților motrice

a) folosirea deprinderilor motrice de bază și a procedeele tehnice specifice diferitelor ramuri de sport cu modificarea dominantei lor, deci a influenței.

b) folosirea metodelor, procedeele și mijloacelor specifice dezvoltării calităților motrice.

Metodologia dezvoltării forței în ciclul gimnazial

Având în vedere importanța acestei calități motrice în pregătirea fizică a elevilor cât și în efectuarea unor elemente specifice gimnasticii, ea ocupă un loc bine determinat atât în programele școlare precum și în cadrul Sistemului unitar de verificare și apreciere a gradului de pregătire fizică și sportivă a elevilor.

La clasele V-VIII în învățământul gimnazial, în cadrul obiectivelor instructiv-educative și al probelor de control sunt stabilite cerințe pentru dezvoltarea și aprecierea forței. Dintre obiective menționez: creșterea forței statice a întregii musculaturi în vederea fixării și menținerii în poziții corecte; întărirea musculaturii membrelor inferioare și a centurii abdominale; întărirea întregii musculaturi cu accent pe cea a spatelui, umerilor, cefei și abdomenului; întărirea musculaturii spatelui (în condiții de scurtare) și a toracelui (în condiții de alungire); tonificarea musculaturii întregului corp acționând analitic și cu influențe localizate; dezvoltarea armonioasă a tuturor grupelor musculare; întărirea musculaturii spatelui în scopul prevenirii deviațiilor coloanei vertebrale; întărirea musculaturii brațelor.

Conținutul și desfășurarea experimentului

Metode de cercetare utilizate

Pentru întocmirea unei lucrări este firesc să se utilizeze numeroase metode, tehnici și procedee cât mai adecvate, însă nu este suficient pentru ca rezultatele să fie reale. Se cer respectate câteva condiții generale ale cercetării științifice.

Metode folosite:

a) studiul bibliografic: am folosit un material bibliografic care s-a referit la problemele generale și specifice ale temei luate în studiu.

b) metoda observației: aceasta este o metodă de constatare, pe baza căreia se fac descrieri, clasificări și se formulează ipoteze sau concluzii. Prin urmărirea sistematică a faptelor educaționale așa cum se desfășoară ele în condiții obișnuite sau create de experiment, am observat starea psiho – afectivă a elevilor.

c) metoda experimentală: pentru ca relația dintre fenomene să poată fi evidențiată în mod semnificativ, în vederea confirmării sau infirmării ipotezei, se stabilesc, de regulă, două grupe: una experimentală, căreia i se administrează variabila independentă, și alta de control, căreia nu i se administrează variabila independentă. În cazul de față la clasa de experiment (eșantion) se vor modifica condițiile prin introducerea unor elemente noi (variabile independente).

d) ancheta: această metodă folosește chestionarele și interviurile. În experiment am utilizat interviul care constă din discuția tematică dintre cercetător și subiect, pe baza unor întrebări tematice. Prin acesta am urmărit interesele și motivația elevilor pentru activitatea de educație fizică.

e) metoda testelor: testele sunt folosite în mod deosebit în metoda experimentală îndeplinind rolul de probe funcționale. Metoda testelor constă în cronometrarea și măsurarea rezultatelor inițiale și finale, compararea lor și înregistrarea lor în tabele.

f) metoda statistico-matematică

Am folosit această metodă în vederea exprimării cantitative a raporturilor calitative, în vederea interpretării și prelucrării statistice a datelor numerice culese în experiment.

Cu ajutorul acestei metode am calculat următorii indici statistici:

1. Media aritmetică ($\bar{x}$); 2. Mediana (Me); 3. Abaterea medie (Am) 4. Abaterea standard (As); 5. Coeficientul de variabilitate ($Cv \%$).

Locul, perioada, subiecții

Experimentul a fost efectuat la Clubul Sportiv Școlar, Bistrița pe un interval de 6 luni între noiembrie 2014 și aprilie 2015. Materialul de lucru constă din 48 elevi din clasele a V-a A și a V-a C de la unitatea sus amintită, cu vârste cuprinse între 11 și 12 ani.

Clasa a V-a A cuprinde 23 elevi din care 13 fete și 10 băieți iar clasa a V-a C cuprinde 25 elevi din care 14 fete și 11 băieți. Ambele clase au fost supuse aceluiași grupaj de teste atât la determinarea inițială la începutul experimentului cât și la cea finală. Experimentul a constatat în aplicarea unui set de exerciții la lotul experimental, adică clasei a V-a A, diferit de cel aplicat lotului martor, clasa a V-a C.

La clasa experimentală am folosit exerciții și mijloace specifice gimnasticii. Testările s-au efectuat în cadrul orelor de educație fizică, la care elevii au participat cu un echipament adecvat. Baza materială a școlii constă dintr-o sală de sport cu o bogată și variată gamă de instrumente și aparatură sportivă de lucru; în curtea școlii se află un teren de baschet, unul de volei, groapă de nisip, pistă de alergare.

Probe aplicate în cadrul experimentului

1. Naveta; 2. Mobilitate lombară; 3. Podul; 4. Sfoara antero-posterioară; 5. Săritura în lungime de pe loc; 6. Ridicări de trunchi din culcat dorsal în așezat și revenire.

De asemenea au fost aplicate trei complexe de exerciții pentru dezvoltarea fizică a organismului pe care le-am folosit în perioade diferite ale experimentului, dificultatea lor crescând treptat.

Concluzii și propuneri

După prezentarea și interpretarea rezultatelor cercetării se poate afirma că tipul de lecție în care se folosesc mijloace specifice gimnasticii, în cazul de față clasa experimentală a V-a A din cadrul Clubul Sportiv Școlar Bistrița și-a atins scopul realizând o dezvoltare a calităților motrice, o pregătire fizică mult mai bună decât la clasa martoră.

Mijloacele gimnasticii, folosite intensiv în cadrul orelor de educație fizică, alături de mijloacele tradiționale, sporesc frecvența elevilor la ore, cresc gradul de atractivitate al acestora, creează un cadru motivațional propice participării conștiente și active a elevilor contribuind în mare măsură la creșterea eficienței lecțiilor.

Prin întregul program de lucru am urmărit folosirea mijloacelor specifice gimnasticii punând accent deosebit pe dezvoltarea calităților motrice. Indicatorii statistici obținuți, în special mediile aritmetice, indică o evoluție ascendentă confirmându-se ipoteza inițială, potrivit căreia mijloacele gimnasticii folosite în lecții contribuie la dezvoltarea indicilor morfo - funcționali și la o realizare cu un evident progres în ceea ce privește dezvoltarea calităților motrice. În urma experimentului am observat, la clasa experimentală, că lecțiile de educație fizică au devenit mai atractive, antrenante și plăcute pentru elevi.

Având în vedere rezultatele obținute, recomand profesorilor de educație fizică din ciclul primar și gimnazial să introducă în lecțiile lor cât mai multe exerciții și jocuri specifice gimnasticii atât pentru dezvoltarea fizică armonioasă a elevilor cât și pentru menținerea sănătății și relaxarea psihică a acestora de care au nevoie în timpul școlii. În acest fel lecțiile de educație fizică nu par a fi plictisitoare, ele devin plăcute, atractive.

Aceste date mi-au arătat clar că, după folosirea exercițiilor și jocurilor specifice gimnasticii am obținut rezultate bune și un progres evident în ceea ce privește sfera de motricitate la elevi și totodată este o cale sigură de realizare a obiectivelor privind creșterea normală și dezvoltarea fizică armonioasă la elevi.

BIBLIOGRAFIE

1. **Dragnea, A.**, 1984, *Măsurarea și evaluarea în educația fizică și sport*, Editura Sport - Turism, București;
2. **Dragnea, A și Bota, A.**, 1999, *Teoria activităților motrice*, Editura Didactică și Pedagogică, București;
3. **Dragnea, A și Bota, A.**, 1999, *Teoria antrenamentului sportiv*, Editura Didactică și Pedagogică, București
4. **Epuran, M., Marolicaru, M.**, 1998, *Metodologia cercetării activităților corporale*, Editura Ripsprint, Cluj-Napoca;
5. **Fekete, J.**, 1996, *Gimnastica de bază, acrobatică și sărituri*, Editura Librărilor Crican, Oradea;
6. **Mitra, Gh., Mogoș, A.**, 1977, *Dezvoltarea calităților motrice*; Editura Sport - Turism București;
7. **Uțiu, I.**, 1998, *Metodica educației fizice școlare*, Editura Argonaut, Cluj-Napoca;
9. **Epuran, M.**, 1976, *Psihologia educației fizice*, Editura Sport - Turism, București.

Rolul programelor algoritmice în învățarea săriturilor cu sprijin în clasele V-VIII

Profesor Nicolae Lupu
Școala gimnazială comuna Padina Județul Buzău

The Role of Algorithmic Programmes in Learning Jumping with Support for 5th - 8th Grades: *Among the means used in school gymnastics, jumping with support must occupy an important place.*

All jumps have one common feature determined by phases that make up their full description for instance, taking off, beating trampoline (detachment), first flight, the support with hands on the device, the second flight and landing.

We believe that through the effective use of algorithmic programming method for learning jumping with support according to curriculum, will considerably facilitate the acquisition of jumping components and shortens the training process and correcting the errors in execution.

This research attempts to find solutions in this regard.

Keywords: *gymnastics, jumping, school, research.*

Introducere

Caracterul natural al mișcărilor din gimnastică influențează nivelul dezvoltării calităților motrice și psihomotrice, cu accent pe forță, capacitatea coordinativă cu toate componentele ei, mobilitate articulară și suplețe musculară precum și a calităților moral-volitive.

În conținutul mijloacelor folosite ale gimnasticii în școală săriturile cu sprijin trebuie să ocupe un loc important.

Toate săriturile cu sprijin au o trăsătură comună, determinată de fazele care compun descrierea lor integrală, și anume: *elanul, bătaia pe trambulină (desprinderea), primul zbor, sprijinul cu mâinile pe aparat, zborul al doilea și aterizarea.*

Experiența dobândită în perioada de activități desfășurate în școală au demonstrat că săriturile în școală sunt necesare.

Ipoteza cercetării

Considerăm că prin folosirea eficientă a metodei programării algoritmice pentru învățarea săriturilor cu sprijin conform programei școlare, se ușurează însușirea componentelor unei sărituri și se favorizează scurtarea duratei procesului de instruire și înlăturarea greșelilor în execuție.

Prin efectuarea unui număr optim de încercări pe aparate și instalații ajutătoare, se contribuie la formarea simțului mișcării și la executarea ei cu indici crescuți de forță, viteză și precizie.

Obiectivele și sarcinile cercetării

Obiectivele cercetării :

În cadrul realizării acestui experiment ne-am propus să asigurăm un conținut cât mai variat al programului și modului de pregătire la săriturile cu sprijin la nivelul elevilor de clasele V-VIII, exerciții care să ducă la îmbunătățirea și rapiditatea însușirii săriturilor cu sprijin;

Elaborarea programelor de exerciții cu / la aparate și instalații ajutătoare necesare studierii săriturilor cu sprijin,

Sarcinile cercetării:

- Studiul bibliografic ;
- Elaborarea programelor algoritmice ;
- Elaborarea probelor de control ;
- Selectarea eșantionului de studiu ;
- Aplicarea programelor ;

- Interpretarea rezultatelor ;
- Elaborarea concluziilor cercetării.

Subiecții cercetării

Am ales o cercetare de tip experiment pedagogic pe o singură grupă experimentală, de la Școala gimnazială comuna Padina Județul Buzău, unde îmi desfășor activitatea didactică. Subiecții cercetării au fost în număr de 10 fete și 10 băieți selecționați din fiecare clasă.

Locul desfășurării cercetării și condițiile material

Cercetarea s-a desfășurat la Școala gimnazială comuna Padina Județul Buzău.

Sala de sport special amenajată pentru perioada iarnă.

Teren de sport în incinta școlii.

Dotare materială:

- Scara fixă – 6 buc;
- Bancă de gimnastică – 4 buc;
- Saltele de gimnastică – 12 buc;
- Capră de gimnastică – 1 buc;
- Ladă de gimnastică – 1 buc;
- Trambulină – 1 buc;
- Mingi medicinal – 2 buc;

Metode de cercetare folosite

- metoda studiului bibliografic;
- metoda experimentului pedagogic;
- metoda observației;
- metoda statistico-matematică;
- metoda reprezentării grafice.

Planul și programul algoritmic al învățării

1. Săritură în ghemuit pe ladă (așezată transversal), coborâre cu extensie

Seria I-a de exerciții se referă la prelucrarea cantitativă și calitativă a grupelor musculare implicate în efectuarea mișcării, asigurându-se deci suportul fizic al mișcării - exerciții “suport”.

- *exerciții pentru dezvoltarea forței membrelor inferioare;*
- *exerciții pentru dezvoltarea forței explozive (detenta);*
- *exerciții pentru dezvoltarea centurii scapular humerale – sprijin;*
- *exerciții pentru dezvoltarea forței brațelor;*
- *exerciții pentru dezvoltarea forței abdomenului și spatelui;*
- *exerciții pentru dezvoltarea mobilității articulare (poziția sprijin ghemuit).*

Seria a II-a de exerciții asigură învățarea și consolidarea structurii tehnice respective (învățarea elementului propriu-zis):

Exerciții pregătitoare:

- sprijin la bâră, ladă, capră, spalier etc., săritură pe loc ca mingea cu ridicarea șezutei;
- sărituri cu bătaie pe trambulină și efectuarea diferitelor sarcini: strângerea genunchilor la piept; depărtarea picioarelor în aer, echer apropiat, echer depărtat etc.;
- de pe banca de gimnastică sărituri drepte cu amortizarea aterizării;
- aceeași cu efect cu întoarcere 180°, 360°;
- de pe banca de gimnastică sărituri cu extensie;
- sărituri în ghemuit pe ladă cu creșterea progresivă a înălțimii (2, 3, 4, 5 capace ladă)

Seria a III-a de exerciții oferă posibilitatea perfecționării elementului respectiv prin includerea în diferite legări și combinații.

Indicații metodice:

- efectuarea bății pe trambulină cu picioarele întinse;
- întinderea picioarelor prin împingere de pe aparat
- amortizarea aterizării

Ajutorul se va acorda din lateral cu o mână la nivelul cotului cealaltă la umăr;
Greșeli: bătaie pe un picior; contactul cu aparatul înaintea bătăii

2. Săritură în depărtat pe ladă (așezată transversal), trecere în sprijin ghemuit urmată de coborâre cu extensie

Seria I-a de exerciții se referă la prelucrarea cantitativă și calitativă a grupelor musculare implicate în efectuarea mișcării, asigurându-se deci suportul fizic al mișcării - exercitii “suport”.

- *exerciții pentru dezvoltarea forței membrelor inferioare;*
- *exerciții pentru dezvoltarea forței explozive (detenta);*
- *exerciții pentru dezvoltarea centurii scapular humerale – sprijin;*
- *exerciții pentru dezvoltarea forței brațelor;*
- *exerciții pentru dezvoltarea forței abdomenului și spatelui;*
- *exerciții pentru dezvoltarea mobilității articulare coxo-femorale.*

Seria a II-a de exerciții asigură învățarea și consolidarea structurii tehnice respective (învățarea elementului propriu-zis):

Exerciții pregătitoare:

- din sprijin la ladă, scara fixă - săritură cu depărtarea picioarelor în aer;
- săritură în depărtat pe ladă cu creșterea treptată a înălțimii

Seria a III-a de exerciții oferă posibilitatea perfecționării elementului respectiv prin includerea în diferite legări și combinații.

Indicații metodice: bătaie pe trambulină urmată de ridicarea șezutei și depărtarea pic.;

Ajutorul se va acorda din față apucat de la nivelul umerilor.

Greșeli: ridicarea insuficientă a șezutei care să permită așezarea picioarelor în depărtat pe aparat.

3. Săritură în depărtat peste capră

Seria I-a de exerciții se referă la prelucrarea cantitativă și calitativă a grupelor musculare implicate în efectuarea mișcării, asigurându-se deci suportul fizic al mișcării - exercitii “suport”.

- *exerciții pentru dezvoltarea forței membrelor inferioare;*
- *exerciții pentru dezvoltarea forței explozive (detenta);*
- *exerciții pentru dezvoltarea centurii scapular humerale – sprijin;*
- *exerciții pentru dezvoltarea forței brațelor;*
- *exerciții pentru dezvoltarea forței abdomenului și spatelui;*
- *exerciții pentru dezvoltarea mobilității articulare coxo-femorale.*

Seria a II-a de exerciții asigură învățarea și consolidarea structurii tehnice respective (învățarea elementului propriu-zis):

Exerciții pregătitoare:

- „capra vie” – săritură peste partener;
- „capra mișcătoare” - sărituri succesive peste partener (cel care sare se așează „capră” la distanță de 1,5m);

Seria a III-a de exerciții oferă posibilitatea perfecționării elementului respectiv prin includerea în diferite legări și combinații.

Indicații metodice: bătăi scurtă și energică pe trambulină urmată de depărtarea picioarelor și trecerea lor peste aparat; Amortizarea aterizării;

Ajutorul se dă din față apucat de brațe sau axilă.

Greșeli: bătaia pe toată talpa; ducerea mâinilor înainte împingând aparatul și neașezarea lor de „sus în jos” pe aparat.

4. Săritură în depărtat peste capră cu întoarcere 90°

Seria I-a de exerciții se referă la prelucrarea cantitativă și calitativă a grupelor musculare implicate în efectuarea mișcării, asigurându-se deci suportul fizic al mișcării - exercitii “suport”.

- *exerciții pentru dezvoltarea forței membrelor inferioare;*
- *exerciții pentru dezvoltarea forței explozive (detenta);*

- *exerciții pentru dezvoltarea centurii scapular humerale – sprijin;*
- *exerciții pentru dezvoltarea forței brațelor;*
- *exerciții pentru dezvoltarea forței abdomenului și spatelui;*
- *exerciții pentru dezvoltarea mobilității articulare coxo-femorale.*

Seria a II-a de exerciții asigură învățarea și consolidarea structurii tehnice respective (învățarea elementului propriu-zis):

Exerciții pregătitoare:

- săritură cu întoarcere 90° de pe obiect de înălțimi diferite (bancă, capac ladă);
- elan 3-5 pași, bătaie pe trambulină apropierea picioarelor în zbor și întoarcere 90° la aterizare;
- elan, bătaie, săritură peste capră cu întoarcere 90°.

Seria a III-a de exerciții oferă posibilitatea perfecționării elementului respectiv prin includerea în diferite legări și combinații.

Indicații metodice: realizarea unui zbor suficient care să permită înt. prin împingerea energică în aparat.

Ajutorul se acordă din față sub axilă cu menținere până la efectuarea întoarcerii.

Greșeli: efectuarea întoarcerii după aterizare (întârziată).

5. Săritură prin rostogolire la ladă în lungime

Seria I-a de exerciții se referă la prelucrarea cantitativă și calitativă a grupelor musculare implicate în efectuarea mișcării, asigurându-se deci suportul fizic al mișcării - exercitii “suport”.

- *exerciții pentru dezvoltarea forței membrelor inferioare;*
- *exerciții pentru dezvoltarea forței explozive (detenta);*
- *exerciții pentru dezvoltarea centurii scapular humerale – sprijin;*
- *exerciții pentru dezvoltarea forței brațelor;*
- *exerciții pentru dezvoltarea forței abdomenului și spatelui;*
- *exerciții pentru dezvoltarea mobilității articulare (sprijin ghemuit).*

Seria a II-a de exerciții asigură învățarea și consolidarea structurii tehnice respective (învățarea elementului propriu-zis):

Exerciții pregătitoare:

- săritură lungă peste partener;
- rostogolire cu bătaie pe 2 picioare peste mingea medicinală, prin cerc, peste banca;
- săritură ghemuită pe capătul lăzii, rostogolire înainte;
- săritură prin rostogolire înainte cu picioarele îndoite și întinse pe 3, 4, 5 cutii;

Seria a III-a de exerciții oferă posibilitatea perfecționării elementului respectiv prin includerea în diferite legări și combinații.

Indicații metodice: așezarea mâinilor cât mai înainte pe aparat și ridicarea centrului de greutate deasupra capului;

Ajutorul din lateral cu o mână la ceafă și cealaltă la șezută;

Greșeli: așezarea mâinilor pe capătul mâinilor și băgarea capului în aparat, neridicarea șezutei.

6. Săritură în ghemuit pe ladă (așezată transversal) urmată de săritură cu extensie cu întoarcere de 180°

Seria I-a de exerciții se referă la prelucrarea cantitativă și calitativă a grupelor musculare implicate în efectuarea mișcării, asigurându-se deci suportul fizic al mișcării - exercitii “suport”.

- *exerciții pentru dezvoltarea forței membrelor inferioare;*
- *exerciții pentru dezvoltarea forței explozive (detenta);*
- *exerciții pentru dezvoltarea centurii scapular humerale – sprijin;*
- *exerciții pentru dezvoltarea forței brațelor;*
- *exerciții pentru dezvoltarea forței abdomenului și spatelui;*
- *exerciții pentru dezvoltarea mobilității articulare (sprijin ghemuit).*

Seria a II-a de exerciții asigură învățarea și consolidarea structurii tehnice respective (învățarea elementului propriu-zis).

Exerciții pregătitoare:

- din stând sărituri drepte cu întoarcere 180°;

- sărituri cu întoarcere 180° cu desprindere de pe banca de gimnastică, capacul lăzii;
- același exercițiu cu desprindere de pe 2-3 cutii de ladă;
- săritură în ghemuit pe ladă urmată de săritură cu extensie cu întoarcere de 180°

Seria a III-a de exerciții oferă posibilitatea perfecționării elementului respectiv prin includerea în diferite legări și combinații.

Indicații metodice: efectuarea bătăii pe trambulină cu pic. întinse;

- desprinderea de pe aparat urmată de întoarcere;
- amortizarea aterizării;

Greșeli: lipsa efectuării întoarcerii în momentul maxim al zborului precedat de desprindere

Ajutorul se acordă din lateral în momentul preluării aterizării.

Probe și norme de control fizice

- F1 – flotări din sprijin culcat facial, apreciată prin număr de repetări;
- F2 – fete – tracțiuni pe banca de gimnastică, apreciată prin număr de repetări;
 - băieți - tracțiuni din atârnat, apreciată prin număr de repetări;
- F3 – ridicarea trunchiului din culcat dorsal în 30 sec., apreciată prin număr de repetări;
- F4 – ridicarea picioarelor întinse din culcat dorsal în 30 sec., apreciată prin număr de repetări;
- F5 – extensia trunchiului din culcat facial în 30 sec., apreciată prin număr de repetări;
- F6 – săritura în lungime de pe loc, apreciată în cm.

Concluzii

În urma analizei și interpretării datelor obținute, în urma studiului efectuat, putem afirma:

- Prin saltul calitativ al notelor obținute la testarea finală din calculul statistic s-a dovedit semnificativ, prima ipoteză a acestei cercetări se confirmă și anume folosirea programelor algoritmice în învățarea săriturilor cresc eficiența acestui proces.
- Diferențele semnificative obținute la probele de control fizice ne confirmă și cea de-a a II-a ipoteză a acestei cercetări și anume că prin efectuarea unui număr optim de sărituri folosind aparatele și instalațiile ajutoare se obțin indici crescuți ai capacității motrice a elevilor.
- Efectele programării algoritmice aplicate evidențiază nivelul de dezvoltare a grupelor musculare evaluate atât la fete cât și la băieți în concordanță cu cerințele sistemului național școlar de evaluare, la disciplina educație fizică și sport.

BIBLIOGRAFIE

1. **Cârstea, G.**, 2000, *Didactica educației fizice*, Editura ANEFS, București;
2. **Dragnea, A., Bota, A.**, 1999, *Teoria activităților motrice*, Editura Didactică și Pedagogică, București;
3. **Dragnea, A.**, (coord.), 2002, *Teoria educației fizice și sportului*. Editura FEST, București;
4. **Grigore, V.**, 2003, *Gimnastica. Manual pentru cursul de bază*, Editura BREN, București;
5. **Grigore, G.**, 2001, *Gimnastica artistică. Bazele teoretice ale antrenamentului sportive*, Editura SemnE, București;
6. **Stroescu, A., Podlaha, R.**, 1974, *Terminologia gimnasticii*, Editura Stadion, București;
7. **Tudor, V.**, 2001, *Evaluarea în educație fizică școlară*, Editura Printech, București;
8. **Tudusciuc, I.**, 1984, *Gimnastica sportivă*, Editura Sport - Turism, București;
9. **Vieru, N.**, 1997, *Manual de gimnastică sportivă*, Editura Driada, București.

Exercițiile coregrafice în gimnastica artistică

*Profesor Dumitru Vilcu
Clubul Sportiv Școlar Buzău*

Exercises choreographer in artistic gymnastics: *A modern requirement High Performance gymnastics is originality and originality of composition of movements and exercises version links the machine and in particular on the ground. It is known that the formation of artistic outfits corresponding to the first ore begun spent at the gym and continue perfecting athlete during his career - is the time.*

Keywords: *preparation artistic gymnastics, gymnastics junior sports performance.*

Introducere

În prezent gimnastica artistică se dezvoltă atât pe linia creșterii continue a dificultății și complexității elementelor tehnice cât și în cea a compoziției exercițiilor. Virtuozitatea în executarea exercițiilor este de asemenea o cerință care vine să creeze un echilibru calității între partea tehnică și cea artistică îndeosebi la alcătuirea exercițiilor la sol.

Gimnastica artistică este cunoscută ca fiind un sport al corectitudinii și frumuseții estetice. Mișcărilor pe care le execută sportivii trebuie să se înscrie între diferiți parametrii de amplitudine, viteză, ritm și tempo, grad de încordare, ori relaxare, coordonare, respectându-se cu strictețe axele și planurile.

"Frumosul", în gimnastică, reprezintă un fenomen amplu care este realizat prin mai multe forme și momente. După părerea lui A. Dragnea în 1996: "pregătirea artistică - reprezintă totalitatea mijloacelor coregrafice, muzicale, de stimulare a creativității a căror finalitate se concretizează în deprinderile motrice executate cu un grad ridicat de expresivitate în stare să transmită un mesaj spectatorilor și juriilor de arbitrii".

După V. Grigore în 2001: "pregătirea artistică în gimnastică este o componentă specială și complexă a antrenamentului sportiv, ce asigură suportul fizic și psihic pentru realizarea mișcărilor într-un stil personal, la indici de tehnicitate, plasticitate, sugestibilitate și expresivitate ceruți de specificul sportului".

După J. Hidi, "pregătirea artistică pornește prin formarea bazelor generale ale mișcării, (amplitudine maximă, direcție precisă, grad de încordare și relaxare musculară, ritm, coordonare și ținută specifică), încă de la primii pași efectuați în pregătirea gimnaștilor".

Astfel, în pregătirea inițială a gimnaștilor, programul trebuie să conțină, pe lângă pregătirea fizico-tehnică și pregătirea artistică. Perfecționarea componentelor bazelor generale ale mișcării, asociate cu mimica feței și limbajul privirii, duce la crearea expresivității corporale.

Aceasta iese în evidență în special în cadrul exercițiilor la sol, singurul aparat la care băieții folosesc mijloace specifice pregătirii artistice. Mijloacele utilizate în pregătirea artistică din gimnastica artistică masculină la aparate, se referă la grupele de exerciții de mers, pași de alergare, sărituri, ultimele fiind cele mai frecvente.

Obiectul și sarcinile lucrării

Conținutul exercițiilor la sol în gimnastica masculină se caracterizează în primul rând printr-o mare diversitate de mișcări, predominând cele acrobatice, dinamice sau statice mișcări de forță, mobilitate și echilibru alternate și combinate armonios cu pași de dans, piruete, sărituri artistice, mișcări libere de brațe, trunchi, picioare precum și elemente coregrafice.

Pregătirea artistică a sportivilor precum și dezvoltarea unei ținute estetice este determinantă în obținerea unei note bune și trebuie să înceapă de timpuriu pentru ca atunci când gimnastul ajunge în competiție să fie capabil să execute un sol cu expresivitate și virtuozitate.

Obiectivele lucrării

Principalele obiective ale lucrării vor fi :

- Prezentarea bateriilor de exerciții coregrafice;
- Învățarea acestor exerciții de către copii și juniori;

- Formarea deprinderii de a controla segmentele corpului;
- Învățarea unor mișcări artistice și introducerea acestora în exercițiile liber alese la sol (piruete, sărituri artistice).

Ipoteza lucrării

Introducerea în combinații a exercițiilor coregrafice, acestea vor contribui la mărirea spectaculozității și implicit la creșterea notei la acest aparat.

De asemenea experimentul propus spre aplicare și-a propus să demonstreze posibilitatea formării unei ținute artistice și estetice a copiilor și juniorilor prin intermediul unor baterii de exerciții coregrafice și mișcări specifice fiecărei categorii de vârstă.

Metode de cercetare

În proiectarea lucrării, în funcție de obiectul și obiectivele formulate am utilizat următoarele metode de cercetare

Metoda observației

Am folosit această metodă pentru a urmări sportivii în timpul antrenamentului, în scopul surprinderii caracteristicilor de mișcare a fiecărui gimnast în parte.

Tot această metoda m-a ajutat și în alegerea subiecților pentru experiment. Pentru a putea păstra un grad ridicat de obiectivitate am completat această metodă cu o înregistrare video.

Metoda testelor

Aceste teste au constat în măsurători inițiale pentru a urmări stadiul de la care am pornit urmând ca pe parcurs să fac alte măsurători.

Am testat:

- mobilitatea coxo – femurală: - sfoara laterală
- sfoara verticală
- mobilitatea lombară - metoda riglei (pod de jos).
- echilibrul - cumpăna laterală cu prinderea piciorului liber (juniori)
- cumpăna înainte (copii)

Testările finale vor dovedi eficiența sau ineficiența exercițiilor propuse a fi efectuate în cadrul experimentului.

Studiul materialului bibliografic

Am utilizat cu precădere această metodă în scopul fundamentării științifice a lucrării. Acest fapt mi-a permis o aprofundare a temei și m-a orientat în alegerea exercițiilor și mișcărilor adecvate atât categoriei de copii cât și a juniorilor.

Metoda experimentală

Această metoda a constituit suportul metodologic fundamental în rezolvarea obiectivelor acestei lucrări.

Caracteristicile generale, parțiale și particulare de conținut precum și rezultatele obținute prelucrate corespunzător reprezintă conținutul unui capitol ulterior.

Mijloace utilizate în experiment

Exemple de exerciții folosite în pregătire artistică:

Variante de mers:

- pas ascuțit, este un pas mic cu piciorul și glezna întinse, se ia contact cu solul cu vârful piciorului, apoi prin rulare se așează talpa;
 - pas rulat, este un pas mic, la așezarea piciorului pe sol rularea se face de la călcâi spre vârful;
 - pas schimbat, pas cu un picior înainte, celălalt se apropie lângă cel din față înapoi și din nou pas cu primul picior. Se execută în doi timpi: pas înainte cu dreptul și apropierea stângului înapoi (1), pas înainte cu dreptul (2), pas cu piciorul stâng și apropierea piciorului drept (1), pas cu piciorul stâng înainte (2).
- Executat într-un tempo rapid și cu fază de zbor, devine pas schimbat alergat.
- pas adăugat este la fel ca pasul schimbat dar se execută tot timpul cu același picior înainte;
 - pas de galop este la fel ca pasul adăugat, dar se execută cu fază de zbor.

Variante de sărituri:

- ❖ săritură cu forfecarea picioarelor înainte în plan sagital;
- ❖ săritură cu lovirea gambelor "cabriole" este desprindere pe un picior, balansarea celuilalt picior înainte, în faza de zbor piciorul de desprindere (impulsie) lovește piciorul de balans la nivelul gambelor;
- ❖ săritură cu întoarcere 180 grade la balansul unui picior înainte "fouette";
- ❖ săritură cu întoarcere 180 de grade și forfecarea picioarelor "cadet".

Caracteristic exercițiilor este lucrul cu segmentele întinse. Acest fapt implică blocarea articulațiilor gleznelor genunchilor și cotului, ceea ce generează expresia artistică specifică acestor exerciții (după J. Hidi în „Pregătirea artistică în gimnastica de performanță – colaborator”).

Prin pregătirea artistică se câștigă în ținută, expresivitate, amplitudine, ritm și armonia mișcărilor. Predarea pregătirii artistice la vârsta copilăriei are importanță deosebită pentru fixarea stilului de lucru și a ținutei. Este de preferat ca la această vârstă să se însușească un volum mai redus de deprinderi coregrafice, dar perfect executate, decât elemente multe și complicate efectuate incorect.

În concluzie putem afirma că: pregătirea artistică în gimnastica artistică, este o componentă de bază a antrenamentului sportiv fără de care nu se pot concretiza deprinderile motrice executate cu un anumit grad de expresivitate, dificultate, complexitate și virtuozitate.

Prezentarea mijloacelor utilizate precum și a bateriilor de exerciții coregrafice folosite în experiment

Sportivul, în scopul ridicării performanței, se străduiește să perfecționeze capacitățile de mișcare prin folosirea tehnicii specifice fiecărei ramuri sportive. Tehnica constă în executarea mișcărilor specifice sportului respectiv în mod selectiv, sistematic și precis. În decursul dezvoltării ramurilor de sport, tehnica a devenit atât de pură încât poate fi predată, adică însușită, în mod unitar, poate fi reprodusă și pe baza celor învățate poate fi perfecționată mai departe.

Cel mai apropiat de gimnastică ritmică este exercițiul la sol din gimnastică sportivă care are o vechime mai mare. După o concepție mai veche, exercițiul la sol a constituit un mozaic al elementelor acrobatice foarte grele separate strict unele de altele.

În cazul elaborării exercițiilor de concurs, scopul constă în realizarea cerințelor, în repartizarea rațională în cadrul exercițiilor a elementelor grele.

Tehnica și elaborarea exercițiilor trebuie să țină pasul mereu cu cerințele progresului continuu, cu cerințele estetice și tehnice noi ale epocii. Numai prin aceasta, gimnastica poate deveni modernă cu adevărat.

În continuare voi prezenta câteva din mijloacele și elementele utilizate atât în formarea ținutei gimnaștilor cât și la alcătuirea unor combinații care fac parte din exercițiile de concurs ale sportivilor.

A. Descrierea și explicarea metodică a unor elemente tehnice (artistice) care intră în compoziția exercițiilor libere la sol:

- Fouette: - întoarcere 180 grade pe vârful unui picior cu balansarea celuilalt înainte.
- Pas de Ciseaux: săritură cu forfecare;
- Fouette en l'air - săritura fouette;
- Piruetă passe înainte cu întoarcere 360 grade.

B. Clasificarea și descrierea unor grupe de mișcări preluate din gimnastica ritmică:

- a) grupa piruetelor;
- b) grupa săriturilor;
- c) grupa balansurilor

Elementele descrise mai înainte ca de exemplu: întoarcerea fouette sau săriturile cabriole și închisă - deschisă au fost preluate din gimnastică ritmică sportivă.

În exercițiile în care brațele s-au mișcat concomitent cu picioarele, privirea și capul au urmărit mișcarea și traiectoria brațelor, creând astfel o anumită expresivitate a mișcării gimnastului. Pe lângă toate aceste elemente tehnice, artistice și complexe de exerciții

coregrafice, sau efectuat în paralel și exerciții de mărire a gradului de mobilitate coxo-femurală prin ex. de sfori și lombara prin efectuarea podurilor atât din culcat dorsal cât și din stând depărtat și apropiat.

Toate aceste mijloace care au fost utilizate au dus la formarea unei ținute artistice corespunzătoare pentru ca sportivii să fie capabili să execute un exercițiu liber ales la sol cu multă corectitudine atât în ceea ce privește combinațiile artistice cât și elementele tehnice de dificultate.

Concluzii

În urma finalizării experimentului și a interpretării indicatorilor statici obținuți am demonstrat că programul de exerciții coregrafice și de formare a ținutei artistice a dat rezultatele așteptate.

La momentul testărilor finale s-a observat că gradul de mobilitate la nivelul articulației coxo-femorale și lombare au crescut simțitor atât la grupa de performanță cât și la cea de copii. Același lucru se poate spune și despre echilibru, gimnaștii având o stabilitate mai mare atât în cumpăna laterală sau înainte, cât și în execuția altor elemente tehnice, artistice ca piruete, sărituri artistice sau balansări de picioare.

BIBLIOGRAFIE

1. **Baiasu, N.**, și colab., 1985 *Gimnastica, vol. I și II*, Editura Sport - Turism, București;
2. **Bompa, T. O.**, 2001, *Dezvoltarea calităților biomotrice*, Editura Exponto, București;
3. **Dragnea, A.**, 2002, *Teoria sportului*, Editura Fest, București;
4. **Dungaciu, P.**, 1982, *Aspecte ale antrenamentului modern în gimnastică*, Editura Sport - Turism, București;
5. **Grigore, V.**, 2001, *Gimnastica artistică - Bazele teoretice ale antrenamentului sportiv*, Editura Semne, București;
6. **Hidi, I.**, 1991, *Note de curs*, Editura ANEFS, București;
7. **Niculescu, M.**, 2002, *Metodologia cercetării științifice în educație fizică și sport*, Editura A.N.E.F.S., București;
8. **Popescu, G.**, 2005, *Gimnastica*, Editura Evisavaros, București;
9. **Slemin, A.M.**, 1976, *Pregătirea tinerilor gimnaști*, Editura Sport - Turism, București;
10. **Solomon, M.**, 1978, *Dezvoltarea capacității motrice a elevilor*, Editura Sport - Turism, București;
11. **Vieru, N.**, 1984, *Manual de gimnastica sportivă*, Editura Driada, București.

Sovietizarea sportului arădean 1945-1946 (Studiu de caz)

Profesor Tiberiu Țiganu
AMEFA Arad

Arad Sport Sovietization 1945-1946 (Case Study) Like the rest of Romania, in Arad was felt the need for postwar reconstruction. After installing the government headed by dr. Petru Groza, PCR began to make their presence felt both at central and local level. It was sought the employment of the masses in these organizations, where the Progressive Youth occupied a leading position, and the seizure of power through the manipulation of people.

This study presents some of the measures and local authorities' attitude towards sport, as shown in the Party documents existing in the archives.

Keywords: politics, sports, history, Arad

După Primul Război Mondial, mișcarea sportivă devine cu adevărat o problemă din cadrul relațiilor internaționale. Astfel, militarismul și politica au fost transpuse în sport prin însuși intervenționismul statului (democratic cât și totalitar), rezultând uneori adevărate „războaie fără arme” (între națiuni rivale. Rolul sportului a fost bine apreciat de către politicienii secolului XX, iar potențialul acestuia de transmitere a valorilor naționale și a mesajului propagandistic a transformat simple competiții în mijloace de promovare a ideologiei politice.

Mișcarea sportivă a devenit inseparabilă de națiune și stat, iar în cazul statelor ce aveau un control direct asupra societății și a vieții private a individului – Uniunea Sovietică, Germania nazistă, Italia fascistă și Spania lui Franco – sportul a devenit o parte componentă a politicii externe. Întâlnirile sportive internaționale din preajma celui de-Al Doilea Război Mondial au oferit o nouă perspectivă asupra relațiilor interstatale (prin angajamentul conducătorilor politici) rezultând rivalități ce au prefațat taberele conflictului armat. S-au duelat în cadrul unor astfel de evenimente comunismul cu capitalismul, fascismul cu democrația liberală și chiar comunismul cu social democrația.

Problema sportului în relațiile internaționale cât și în politica internă din secolul XX a fost neglijată de către istorici și cercetătorii din domeniile conexe istoriei (ex: științe politice). Și totuși fenomenul sportului, al fotbalului într-un caz particular (considerat „religia secolului XX”), a antrenat în desfășurare mai mulți jucători, spectatori / aderenți și oficialități decât oricare altă mișcare socială

După încheierea celui de- Al Doilea Război Mondial și începutul divizării lumii postbelice, sportul devine un promotor al politicii și al valorilor ce au caracterizat Războiul Rece. România, intrată în sfera de influență a Uniunii Sovietice la fel ca și celelalte state din spatele Cortinei de Fier, a fost aliniată noi tendințe și politici externe internaționale promovate de Kremlin.

„Sportul burghez” și comunismul

În Arad, la fel ca și în restul României se simțea necesitatea reconstrucției de după război. Inclusiv activitatea sportivă fusese perturbată. După instalarea guvernului condus de dr. Petru Groza, P.C.R. a început să-și facă simțită prezența atât la nivel central cât și local. După modelul sovietic al Komsomolului, organizațiile – satelit P.C.R. au inițiat măsuri destinate vizibilității publice și direcționării populației înspre acestea. Se urmăreau încadrarea maselor în aceste organizații, în care Tineretul Progresist ocupa un loc fruntaș, și acapararea puterii prin manipularea populației. Acapararea sportului, considerat apanajul elitelor, era un prim pas în această direcție. Construirea unei alternative la „sportul burghez” oferea comuniștilor un avantaj în realizarea prozelitismului politic printre tineri.

Acest studiu, prezintă o parte din măsurile și atitudinea autorităților locale față de sport, așa cum reiese din documentele de partid aflate în arhivă. Cazul particular al Iașilor prezintă însă și o reflectare a activității depuse de activiști și oficialități și în alte județe datorită centralismului de care a dat dovadă P.C.R. încă de la 23 august 1944. Putem afirma astfel că grija față de mișcarea sportivă este o caracteristică a P.C.R. – ului în faza incipientă a acaparării puterii, când era nevoie de măsuri populiste pentru atragerea sprijinului popular și a mascării adevăratelor intenții politice. Mare parte a responsabilității acestei mișcări îi era atribuită în 1945 Tineretului Progresist (T. P.).

„Sportul popular, va deveni o secție a Tineretului Progresist”

În urma Plenarei lărgite a C.C. al U.T.C.R. s-a hotărât *formarea unei organizații unice antifasciste a Tineretului Progresist din România*. Hotărârea, adoptată pe 16 aprilie 1945, marca începutul activismului propagandistic P.C.R. în societate. Expunerea tovarășului Ceaușescu, secretarul general al U.T.C., arată importanța sportului în apropierea partidului de masele largi. Astfel el declară că [...] La țară , vom putea să prindem tot tineretul, prin crearea de cluburi, cămine culturale, sport, biblioteci, ziare , cântece șezători... Sportul popular, va deveni o secție a Tineretului Progresist. Va fi sub conducerea Tineretului Progresist, va cuprinde masele largi a-le tineretului. UTC-iștii pot fii cei mai buni sportivi în cadrul Tineretului Progresist.[...] Sportul, ca metodă de acaparare a interesului popular din perspectivă comunistă, era în 1945 umbrit de

pagubele celui de-Al Doilea Război Mondial și de necesitatea refacerii României. Problema sportului popular va fi pe tot parcursul anului 1945, subordonat politicii de susținere a guvernului Petru Groza și toate manifestările vor fi încadrate în tiparul propagandistic sovietic.

Încadrarea sportului în organizațiile de masă, arată importanța acestuia pentru P.C.R. și capacitatea persuasivă a activiștilor de partid, care utilizau orice activitate cu impact social în prozelitism politic. Organizațiile de masă reprezentau *temelia de bază pe care se sprijină partidul* (n.n. – P.C.R.), iar activitatea depusă de fiecare membru, *impune linia partidului nostru în aceste organizații..., răspunzând totodată de modul cum este lămurită masa*). Deducem că și Sportul, secție a T.P., avea rolul de a impune linia partidului prin astfel activități demonstrative și cu impact direct asupra populației.

Sportul utilizat în scop propagandistic

Primul document care ridică cu adevărat problema sportului și a utilizării acestuia în scop propagandistic și de prozelitism politic este *Raportul de activitate - dela 1 mai până la 1 iunie 1945*), al Comitetului Județean P.C.R. Arad. Importanța reorganizării filialei Iași a Tineretului Progresist și a constituirii școlii de cadre, în condițiile lipsei de aderenți, reprezintă principalele strategii ale Comitetului Județean P.C.R. Arad, în atragerea de noi membri. Trebuie subliniat și intervalul de timp la care face referiri raportul de activitate: 1 mai – 1 iunie 1945. Această perioadă, care coincide cu eliberarea Berlinului de către Aliați și cu înfrângerea definitivă a Germaniei naziste, corelate cu sărbătoarea muncitorească de 1 Mai, mobilizează cadrele partidului, și mai ales responsabilii organizatorici ai P.C.R., în realizarea de manifestații politice. Tineretul Progresist, era astfel chemat alături de Sindicate și de activiștii de partid, la demonstrații și la activități pro – sovietice. Implicarea organizațiilor de tineret în instrumentarea manifestărilor propagandistice arată în mod elocvent copierea modelului sovietic de acțiune, în care Komsomolul reprezenta cel mai bine liantul dintre P.C.U.S. și marea masă a populației

Astfel, atât directivele Comitetului Central al P.C.R. cât și cele ale U.T.C., sunt norme și dispoziții generale pentru desfășurarea activității în teritoriu, iar deciziile și activitatea din filialele locale reprezintă doar nuanțări și adaptări la condițiile specifice zonei (ex: infrastructură, resurse umane etc.). Un exemplu este dat de înființarea școlii de cadre cu materiale și indicații din partea Comitetului Central al U.T.C. La capitolul *Reușite* sunt menționate organizarea de manifestații cultural-artistice și sportive de către Tineretul Progresist: [...] *Au avut loc câteva manifestări artistice culturale, cu ocazia diferitelor sărbători de exemplu: 1 Mai, 9 Mai, 10 Mai, un match de foot- ball* [...] Inițierea unui astfel de meci, arată nivelul la care ajunsese această ramură sportivă, ca amployare în viața cotidiană a Aradului). Datorită greutăților financiare cauzate de pagubele de război și a perioadei de consolidare a Tineretului Progresist în județul Arad, planul constituirii Organizației Sportului Popular fusese amânat până în luna septembrie. Tot în acest raport, adresat Comitetului Central al P.C.R., este subliniat rolul acestei organizații în acapararea puterii și măsurile pentru a demara instituționalizarea sportului popular: [...] *Organizația Sportului Popular care datorită condițiunilor generale a Aradului de până acum, n'a luat ființă, va trebui să-l însuflețim, și să-i dăm amployarea tineretului și va fi una din formele principale de atragerea Tineretului în rândurile noastre.*

1 Mai 1945 – Sărbătorit la sport

Sărbătorirea zilei de 1 Mai 1945 la Arad, prima de acest fel sub guvernarea pro – comunistă a cabinetului condus de dr. Petru Groza, a mobilizat atât activiștii P.C.R., cât și autoritățile locale.. Procesul verbal al ședinței de constituire a comitetului pentru organizarea manifestărilor, exemplifică atât imixtiunea factorului politic comunist în societate, administrația publică cât și în evenimentele sportive). Subordonarea sportului și a infrastructurii aferente față de factorul politic de la guvernare reiese din hotărârile ședinței, prin care Parcul Sportiv „Ferdinand” devine unul dintre locurile în care vor avea loc activități propagandistice, finanțate din bugetul Primăriei și al Prefecturii Documentele de partid, indică și desfășurarea activităților sportive de pe 1 Mai, cu începere de la ora 13. Echipa sportivă a Sindicatului C.F.R., urma să execute un program de gimnastică în aer liber, piramide și lansări de planoare. Întâietatea secției sport a C.F. R.-ului, în evenimente, arată sprijinul acordat mișcării muncitorești de către P.C.R.

Programul era continuat de echipa sportivă a școlilor, specializată tot pe gimnastică și formată din două grupe a câte 250 de elevi și eleve. Manifestările sportive continuau și în după amiaza acelei zile, mai exact la 3 p.m. cu *meci de foot-ball între echipa C.F.R. și echipa Uzinei. Volley-ball*- ul, de după meciul de fotbal și inaugurarea Ștrandului încheiau evenimentele sportive ale zilei). Este omis *match – ul de Box*, pe care îl găsim însă programat într-un alt documentca fiind programat după cel de *wolley- ball*.

Metodele sovietice de acaparare treptate a puterii totale în stat, prin intermediul propagandei, prezente în cadrul unor astfel de sărbători populare, erau destinate legitimizării și sprijinirii guvernului condus de dr. Petru Groza. Totodată aceste manifestări reprezentau adevărate „demonstrații de forță”, având rolul de a descuraja opoziția politică. Guvernul instalat la București pe 6 martie își arăta în teritoriu influențele sovietice, pfațând manifestările de după proclamarea „republicii populare”, a regimului politic totalitar comunist care „trăiește din / prin propagandă” .

Imediat după defilare, în cadrul Parcului Sportiv urmau a fi susținute discursuri de către autoritățile locale și de reprezentanți ai partidelor politice ce gravitau în jurul P.C.R. Urmu manifestările sportive și parada carelor alegorice, aparținând organizațiilor de masă și instituțiilor, atent monitorizate de către juriul de la tribună. U.T.C., care era implicat în buna desfășurare a activităților cultural-artistice și sportive ale elevilor și studenților. Programul manifestării, gândit și în cazul unei zile ploioase, modifica substanțial activitățile sportive, acestea urmând a fi desfășurate în incinta ștrandului din cadrul aceleiași Parc Sportiv.

Autorităților comuniste, nemulțumite față de activitatea sportivă de masă

Într-un alt document intern de partid, *Raportul de activitate al P.C., organizația județeană Arad dela 1 iunie 1945 – 31 iulie 1945*, printre realizările Tineretului Progresist (devenit „vârf de lance” în urma autodizolvării oficiale, crearea a U.T.C.-ului din iunie 1945), *abia în curs de organizare și cu toate resoartele încă fluide, neconsistente*, este menționată *slaba activitate culturală, redusă la 5 – 6 conferințe cu prilejul unor date comunicative și acestea prost organizate*, precum și *un început de activitate sportivă*. Nemulțumirea față de activitatea acestei organizații de masă este generată de inconsecvența dintre importanța acordată transmiterii mesajelor politice în teritoriu și inconsitența organizatorică locală. Totuși acest *început de activitate sportivă*, în concluziile raportului de activitate, este trecut de Comitetul Județean de partid la realizările principale ale organizației de masă Crosul 1 Mai, Campionatul fabricilor la foot-ball, Excursiile la padurea Ceala și Trei Insule

Nemulțumirea autorităților comuniste față de activitatea sportivă de masă desfășurată de T.P Arad, este exprimată și în raportul „progresiștilor” ieșeni, Secția Sport fiind catalogată drept *una dintre cele mai importante*. Slaba desfășurare a activității este pusă pe seama lipsei unui responsabil activ, prof. Pop, fiind ocupat simultan și cu activitatea Uniunii Patrioților, unde ocupa funcția de secretar. Organizația, delega pe tovarășul Constantinescu, să supravegheze Secția de Sport și trasa o parte din obligațiile acestuia. Biroul invocă necesitatea Comisiei Locale din Sindicate, de a da *un sprijin mai larg sportului muncitoresc* și de a subordona instituțiilor locale, noua Organizație a Sportului Popular, conform directivelor centrale. Lipsa productivității la capitolul mișcării sportive de masă, îi îngrijora pe activiștii de frunte ai partidului, fiind blocat mesajul comunist către propagare. Sunt totuși amintite și o serie de activități, ce au impulsionat oarecum dezvoltarea sportului de masă, organizate cu ocazia începerii Congresului de la Belgrad (8 iulie).

Autocritica pentru haosul organizatoric

Proximitatea zilei de 23 august, determină responsabilii organizatorici, să atribuie sarcini de lucru pentru fiecare secție a T.P. Până la data sărbătorii, se lua angajamentul de a se termina cu haosul organizatoric. Era realizată o autocritică din partea coordonatorului de secție și se urmărea obținerea de performanțe în muncă, prin buna organizare a demonstrațiilor sportive din cadrul manifestărilor de la 23 august. Necesitatea fondurilor pentru achiziționarea de materiale e amintită, mai ales în acest context festiv, ce putea fi transformat în mijloc de prozelitism politic printre tineri Demonstrațiile din ziua de 23 august a anului 1945, au repetat ceremonialul de la

sărbătoarea de 1 Mai a aceluiași an. Ca orice manifestație comunistă, sărbătorirea unui an de la evenimentele de la 23 august 1944, a oferit prilejul Secției de Presă și propagandă din cadrul P.C.R., de a acapara vizibilitatea publică în contextul controlului exercitat asupra autorităților locale. Era astfel reeditată organizarea și planificarea măsurilor propagandistice necesare îndoctrinării populației arădene. Astfel de sărbători, au devenit un teren de confruntare pentru doctrina comunistă, vehiculându-se un număr important de mesaje de la centru (25), adresate maselor prin tot felul de activități cotidiene, inclusiv prin manifestări sportive.

23 august 1945 la Arad

În *Programul zilei de 23 august la Arad*, întocmit de Comitetul Județean al Partidului Comunist Român, Tineretul Progresist împreună cu O.S.P. Arad, era însărcinat cu responsabilitatea organizării și a supravegherii a unei *serbări sportive* pe stadionul Gloria. Raportul de activitate al Comitetului Județean T.P., Arad din intervalul 19 august – 19 septembrie) confirmă activitatea organizației cu prilejul sărbătorii de 23 august. Sunt înregistrate la Secția *Țărani* două match – uri de foot – ball, ambele în plasa Ineu, unde nou – creată echipă sportivă din zonă a întâlnit echipa similară din Sebis.. Prof. Tipei, coordonatorul Secției *Sport* a raportat pentru această perioadă o singură demonstrație, precum și participarea la Ziua Sporturilor, unde tinerii *s-au clasat printre primii*. Necesitatea realizării de performanțe în domeniu, ca exaltare a meritelor Comitetului Județean, era invers proporțională, cu infrastructura, baza materială și timpul acordat antrenamentelor). Trebuie specificat faptul că tinerii, ce activau în echipe, erau amatori, profesionalismul în sport fiind incriminat de autoritățile comuniste ca fiind apanajul „regimului burghezo – moșieresc”. Se menționează organizarea de către C.C. al T.P., a unui concurs la nivel de țară, la care filiala, va trimite patru delegați. Costurile deplasării și a echipamentului acestora, urmau a fi obținute în urma desfășurării unui *ceai dansant*(. Activitatea sportivă era astfel strâns legată de cea cultural – artistică în viziunea responsabililor arădeni.) .

Manifestările sportive trebuia să consolideze imaginea guvernului Petru Groza

Așadar, Tineretul Progresist, era organizatoric legat de mișcarea sportivă arădeană, de după instaurarea guvernului condus de dr. Petru Groza. Acțiunile propagandistice și manifestările sportive prilejuite de sărbători populare, erau îndreptate spre consolidarea imaginii guvernului și loveau în „vechiul sistem”, alimentând astfel ostilități la nivelul societății, mai ales în cadrul zonei rurale, neinstruite și uneori ignorate de autoritățile centrale. Includerea acestora în viața socială și civică (prin încadrarea în astfel de organizații de masă) a permis pătrunderea partidului și a mesajului anti-sistem și a accelerat ofensiva împotriva partidelor cu tradiție democratică (P.N.Ț., P.N.L., P.S.D.), oferind o alternativă politică, în care, în teorie, ar fi reprezentat forța conducătoare în stat. Manifestările cultural- artistice, cum ar fi seratele, *kermezele*, conferințele și cele sportive reprezentau doar un pretext de a dezmina, de a manipula, de a îndoctrina masele, de a le distra atenția de la abuzurile comise de P.C. R., în tentativa acestuia de a acapara puterea deplină în stat.

Secția sportivă, coordonată de prof. Pop Alexe, avea drept cerințe de îndeplinit, până la Conferința județeană, organizarea cât mai bună a ramurilor aflate în subordine. Era programată o demonstrație sportivă pentru data de 2 septembrie, precum și *pregătirea unei echipe de atleți pentru concursurile atletice dela București cu ocazia zilei Sportului*. Secției sportive a T.P. Arad, îi era trasată și obligația de a procura fonduri din aceste demonstrații, contribuind astfel la stabilitatea financiară a organizației. În bugetul stabilit pentru organizarea activităților propuse Secția *Elevi* primea 80 000 de lei pentru *înjghebarea cluburilor la școli*, iar la capitolul cheltuieli la *Sport*, era defalcată suma pe două direcții: *pentru cheltuieli mici* 60 000 de lei, iar pentru organizarea unei echipe, era repartizată suma de 500 000 de lei. Investind în domeniul sportului, P.C.R. Arad, prin intermediul organizației „progresiștilor”, dovedea o atenție aparte dezvoltării sportului de masă, subliniată de complexitatea distribuirii fondurilor. Aceste manifestări sportive își arătau eficiența prin încasările obținute, astfel caracterul mobilizator al evenimentelor putea fi demonstrat, evaluat și raportat la centru. Bugetul destinat *Resortului cultural* (600 000 lei) includea și acordarea de fonduri pentru secția de șah. Modificările din bugetul pe luna

septembrie, marcate prin corecturi cu un stilou, sunt semnificative la capitolul *Sport*, unde din câte se poate desluși, era inițial o sumă sub 100 000 de lei.

„Educația” prin sport. Pe lângă teme cu rol de a stârni „activismul politic” al membrilor T.P. și un calcul statistic al veniturilor tineretului corelat cu situația economică a țării, Edy Brauner, responsabilul pe Educație-cultură, aducea în discuție, printre altele problema sportului. Titlul exact al referatului său, *Problema educației tineretului din punct de vedere cultural, politic, sportiv, moral, național și patriotic* sintetizează întregul program operațional al organizației și subliniază rolul tuturor secțiunilor în desăvârșirea și uniformizarea maselor de tineri, spre a deveni o unealtă politică în mâna P.C.R. Educația prin sport a T.P., aidoma aceleiași, realizată de Komsomol în U.R.S.S., prin directivele primite de autoritățile române de la Moscova, urmărea în primul rând solidarizarea tineretului și unificarea națională în jurul ideologiei comuniste. Sportul de masă oferea oportunitatea integrării minorităților și să înlesnească tranziția tineretului din zona rurală în cea urbană, prin integrarea sa socială. Nu în ultimul rând educația organizată, mai ales cea prin activități sportive, era și un prilej de control a stării de sănătate a populației cât și de popularizare a normelor sanitare și de igienă. Ulterior prin astfel de directive, era extins și controlul social, sportul fiind considerat o modalitate de prevenție a delincvenței juvenile. În realitate, P.C.R, prin intermediul acestor „curele de transmisie”, ce promovau educația prin sport, își extindea influența asupra întregii societăți.

Raportul de activitate pe luna octombrie a anului 1945, prezintă la capitolul *Sport*, activități semnificative, din care tragem concluzia că echipa T.P.Arad, reușise să se organizeze și să activeze eficient în acest domeniu. Conform documentului amintit, în perioada 1 octombrie – 1 noiembrie au avut loc *5 match-uri de foot-ball și o manifestație sportivă*. Este menționat în raport și contribuția T.P. din Arad la *amenajarea unui teren de volley*, a unei săli de ping - pong și a uneia de șah.

Sportul aradean și în general cel românesc, înceta astfel a mai fi apanajul unei elite... și intra la fel ca și toate activitățile și instituțiile românești sub controlul strict al Partidului Comunist promovând aproape cinci decenii politica internă și externă a țării.

BIBLIOGRAFIE

1. **J. A. Mangan** (editor), *The European Sports History Review*, vol. 5, *Militarism, Sport, Europe. War Without Weapons*, Frank Cass Publishers Ltd., Londra,
2. **Pierre Arnaud, JAMES RIORDAN**, *Sport and International Politics. The Impact of Fascism and Communism on Sport*, Routledge, Londra, 1998, p. 1 – 2
3. **.MIRCEA TUDORAN**, *Fotbalul de la A la Z. Fotbalul românesc de-a lungul anilor*, Editura Sport – Turism, București, 1984, p. 30 – 32.
4. **.DIRECȚIA JUDEȚEANĂ IAȘI A ARHIVELOR NAȚIONALE**, fond *Comitetul Județean Arad Partidul Muncitoresc Român*, ds. 24/ 1945, f. 1 – 3 și 7 – 10.
5. **.I.CF. CHIRIAC MANUȘARIDE, CHEVORC GHEMIGEAN**, *Aproape totul despre FOTBAL*, Ediția a II-a revăzută și adăugită, Editura Sport – Turism, București, 1986, pp. 127 – 140 și Mihai Ionescu, Mircea Tudoran, *op. cit.*, pp. 9 – 32.
6. **.DIRECȚIA JUDEȚEANĂ ARAD A ARHIVELOR NAȚIONALE**, fond *Comitetul Județean Iași Partidul Muncitoresc Român*, ds. 1 / 1944 – 1945, f. 35.

.Ședința de constituire a comitetului pentru organizarea zilei de 1 Mai a avut loc pe 17 aprilie 1945, ora 10 în sediul Prefecturii de Județan Arad. 14.Vezi Direcția Județeană Arad a Arhivelor Naționale, fond *Comitetul Județean Arad Partidul Muncitoresc Român*, ds. 1 / 1944 – 1945, f. 129.

**** Programul desfășurării serbării zilei de 1 Mai; .** Direcția Județeană Arad a Arhivelor Naționale, Fond *Primăria Municipiului iArad*, ds. 50 / 1945, f. 1.

IOAN CIUPERCĂ, *Totalitarismul – fenomen al secolului XX. Repere*, Ediția a III-a, Casa Editorială Demiurg, Iași, 2008, pp. 112 – 113.

Direcția Județeană Arhivelor Naționale, fond *Comitetul Județean Arad Partidul Muncitoresc Român*, ds. 1 / 1944 – 1945, f. 128 – 129.

.Comisia Prezidențială pentru Analiza Dictaturii Comuniste în România (C. P. A. D. C. R.), *Raport Final*, Editura Humanitas, București, 2006, p. 142.

SORIN D. IVĂNESCU, *Sărbătorile comuniste sub supravegherea Securității în Xenopoliana. Buletinul Fundației Acadmice „A. D. Xenopol”. Ritualuri politice în România Modernă* (volum editat de Andi Mihalache & Adrian Cioflâncă), XIV, 1 – 4, Iași, 2006, pp. 214 – 215.

ds. 23 / 1945, f. 1.Boiangiu, *Participarea tineretului la lupta pentru o Românie liberă, democratică și independentă; (Unitatea tineretului în cadrul național, colaborarea și înfrățirea cu tineretul celorlalte țări. Raport asupra situației prezente a tineretului, perspectivele și sarcinile imediat. vezi.*

.Direcția Județeană Arad a Arhivelor Naționale, fond *Comitetul Județean Arad al Partidului Muncitoresc Român*, ds. 23 / 1945, f. 3.

JAMES RIORDAN, *The Impact of Communism on Sport în Historical Social Research*, vol. 32, nr. 1, 2007, pp. 110 – 115.

OPINII

Educația fizică și sportul fenomen social complex

Profesor Rodica Bogdan
Colegiul Economic Arad

Physical education and sport : Complex social phenomenon. As this paper shows once again the great importance of physical education and sport, in all respects. Also this work include legislative data, information related to this phenomenon.

Keywords: Physical education and sport, social phenomenon

Motto: "Sportul face parte din patrimoniul oricărui bărbat și al oricărei femei, iar absența acestuia nu poate fi nicicând compensată." – Pierre de Coubertin

EDUCAȚIA FIZICĂ ȘI SPORTUL - UN DREPT FUNDAMENTAL AL OMULUI

Educația fizică și sportul reprezintă drepturi fundamentale ale omului, recunoscute de marile organizații internaționale. În *Declarația Universală a Drepturilor Omului* (ONU, 1948) se stipulează faptul că orice persoană are dreptul la educație, în scopul dezvoltării depline a personalității sale.

În *Scrisoarea Internațională privind Educația Fizică și Sportul*, UNESCO (1978) stabilește, la articolul 1, că aceste activități reprezintă „un drept fundamental al tuturor”, iar exercitarea lui are multiple efecte asupra stării de sănătate și a dezvoltării personalității oamenilor.

În *Convenția asupra Drepturilor Copilului* (ONU, 1989), în *Convenția împotriva Discriminării în Educație* (ONU, 1960), în alte tratate și declarații, educația fizică și sportul sunt considerate activități prin care se asigură dreptul la educație.

În baza experienței acumulate în cursul *Anului European al Educației prin Sport* (2004), Comisia Europeană încurajează sprijinirea activităților fizice și sportive prin intermediul diferitelor inițiative politice, în domeniul educației și al formării.

În România, *Legea învățământului nr. 84/1995* precizează, la art. 4, că învățământul are ca finalitate formarea personalității umane, inclusiv prin „[...] educație fizică, educație igienico-sanitară și practicarea sportului”, aspecte întărite prin *Legea Educației fizice și sportului nr. 69/1999*, care stipulează că acestea reprezintă activități de interes național, sprijinite de stat.

Astfel, „Practicarea educației fizice și sportului este un drept al persoanei, fără nici o discriminare, garantat de stat, iar autoritățile administrative, instituțiile de învățământ și instituțiile sportive au obligația de a sprijini educația fizică, sportul pentru toți și sportul de performanță, și de a asigura condițiile de practicare a acestora”.

În consecință, există cadrul conceptual și legal prin care se recunoaște rolul social al acestor activități și prin care se asigură premise pentru desfășurarea lor.

EDUCAȚIA FIZICĂ ȘI SPORTUL - COMPONENTE ALE EDUCAȚIEI GENERALE

În cadrul caracterului global al educației, educația fizică și sportul prezintă conținuturi și sarcini specifice, cu influențe de sistem asupra individului, în plan fizic, motric, intelectual, estetic și moral. În același timp, educația fizică și sportul pot fi considerate drept forme speciale de educație prin fizic, care conduc nu doar la finalități biologice, ci și la importante aspecte psihologice și sociale.

Educația formală și informală beneficiază de valorile transmise prin educație fizică și sport, cum sunt acumularea de cunoștințe, motivație, aptitudini, dispoziția de a depune eforturi personale, precum și de calitățile sociale, cum sunt munca în echipă, solidaritatea, voluntariatul, toleranța și fair-play-ul, totul într-un context multicultural.

EDUCAȚIA FIZICĂ ȘI SPORTUL - COMPONENTE ALE EDUCAȚIEI PERMANENTE

Datorită mării lor accesibilități, educația fizică și sportul se practică sub cele mai diferite forme, însoțind omul de la naștere până la bătrânețe, *creând astfel un stil de viață echilibrat și sănătos*. Educația fizică și sportul dispun de strategii de aplicare și metode adaptate pentru realizarea obiectivelor diferențiate, pentru fiecare vârstă. Incluse în educația permanentă acestea acționează în sistem global, fizic, psihic și cultural favorizând integrarea socială a oamenilor indiferent de rasă, cultură sau orientare politică.

Educația fizică și sportul sunt totodată factori de consolidare a rezistenței la incoveniențele vieții moderne, o bogăție comună cu profund caracter educativ pe parcursul întregii vieți, reprezentând un tonic pentru activitățile de timp liber individuale sau în grup.

EDUCAȚIA FIZICĂ ȘI SPORTUL PENTRU SĂNĂTATE

Promovând respectul pentru organismul propriu și al altora, educația fizică și sportul se constituie în forme de educație pentru sănătate. Omul este, în primul rând, o ființă biologică ale cărei componente structural-funcționale sunt, în mod general și specific, influențate prin educație fizică și sport. Funcția de optimizare a potențialului biologic reprezintă, de fapt, punctul de plecare al tuturor influențelor exercitate asupra organismului uman.

O solicitare adecvată, din punct de vedere cantitativ și calitativ, în educație fizică și în antrenament sportiv, conduce la modificări morfologice și funcționale relevante, care permit o mai bună adaptare a individului la cerințele vieții cotidiene.

Organizația Mondială a Sănătății promovează, prin programul „Viață activă” (1998), importanța practicării sistematice a activităților fizice pentru sănătate, cu prioritate la copii și tineri. Cercetările au arătat că exercițiul fizic, practicat pe termen lung, îmbunătățește sănătatea fizică și mentală, având o contribuție pozitivă la procesul de învățare și dezvoltare a personalității, la reducerea riscului apariției afecțiunilor fizice și psihice asociate stilului de viață modern. În acest sens, se recomandă practicarea a cel puțin 30 de minute, zilnic, de activitate fizică, ce necesită efort moderat - pentru adulți, și 60 de minute - pentru copii.

Lipsa de activitate fizică conduce la excesul de greutate, favorizează apariția obezității și a unor afecțiuni cronice, precum bolile cardiovasculare și diabetul, care afectează calitatea vieții, pun în pericol viața persoanelor și creează probleme economiei și bugetului alocat sănătății (*Cartea Albă privind Sportul, Comisia Comunităților Europene*, 2007). Studiile efectuate în diferite țări evidențiază că fiecărui dolar investit pentru educație fizică și sport îi corespunde o reducere de 3,8 dolari pentru cheltuielile medicale (*Declarația de la Punta del Este a Miniștrilor Educației*, 1999). Nu întâmplător, există concepția potrivit căreia „sportul dă zile vieții și viață zilelor”

În aceste condiții, domeniul educației fizice și sportului trebuie să își asume, cu mai multă vigoare, rolul de promotor al stării de sănătate, pe de o parte, prin competențele complementare ale specialiștilor (profesori, antrenori, kinetoterapeuți), și, pe de altă parte, prin impunerea unor programe-cadru profilactice, pe categorii de vârstă, în direcția realizării obiectivelor specifice ariei de competență a specialiștilor.

EDUCAȚIA FIZICĂ ȘI SPORTUL - COMPONENTE ALE CULTURII ȘI CIVILIZAȚIEI UMANE

Domeniul educației fizice și sportului definește un univers al creațiilor umane de natură morală, intelectuală, estetică, ce își găsesc locul convenit în ansamblul general al valorilor culturale. Ca act de creație valorică, deci ca act de cultură, educația fizică și sportul reliefează o nouă semnificație a corpului uman, o îmbinare armonioasă între cultura spiritului și acțiunea propriu-zisă.

Educația fizică și sportul își aduc o contribuție originală la educația culturală prin promovarea frumuseții corpului, prin expresivitatea mișcărilor și prin calitatea relațiilor interumane pe care le implică.

Funcția culturală a acestor activități se exprimă și prin momentele de sublim pe care le relevă marile spectacole sportive, de exemplu, festivitățile de deschidere și închidere a Jocurilor Olimpice, care provoacă o intensitate emoțională greu de egalat. De asemenea, sublimul apare, adeseori, și ca atribut al naturii, care „găzduiește” performanța sportivă, valorile estetice ale acestora fiind solidare cu acțiunea sportivă.

Putem aprecia că dezvoltarea culturii universale s-a realizat și prin îmbogățirea culturii fizice, care presupune un ansamblu de idei, convingeri, obiceiuri, instituții, discipline științifice, opere artistice etc. Toate aceste elemente creează legătura intrinsecă între educație fizică, sport și cultură, care unește, într-un limbaj comun, diferite arii geografice și sociale

EDUCAȚIA FIZICĂ ȘI SPORTUL - DOMENII ALE CUNOAȘTERII ȘTIINȚIFICE

UNESCO (1978) consideră că aportul științei este indispensabil în dezvoltarea educației fizice și sportului. Importante evenimente științifice, organizate la nivel internațional, au promovat contribuția științelor la dezvoltarea cunoașterii în acest domeniu.

Acumularea de informații, în aria educației fizice și sportului, a condus la constituirea și consolidarea unui sistem de științe care studiază motricitatea umană, contribuind la creșterea eficienței educaționale a acestor activități, exprimată prin performanțe sportive superioare și printr-o capacitate specifică de adaptare la solicitări fizice și psihice. Acest proces a condus la constituirea și impunerea unei noi ramuri a cunoașterii științifice - *Știința Sportului*, care are caracter integrativ și interdisciplinar, și analizează sistemic fenomenul sportiv

O retrospectivă a performanțelor, în diferite ramuri de sport, evidențiază progresul constant al acestora, progres care nu ar fi fost posibil fără o cercetare științifică temeinică. Autoritățile Statului trebuie să sprijine cercetarea științifică destinată dezvoltării performanței umane - fizice, motrice și psihice.

EDUCAȚIA FIZICĂ ÎN ȘCOALĂ ȘI ANGAJAMENTUL PENTRU CALITATE

Prin educația fizică din școală, se asigură formarea de cunoștințe, deprinderi practice și intelectuale, precum și însușirea de valori etice, care contribuie la dezvoltarea capacității de integrare socială a individului.

Manifestul F.I.E.P. (Federația Internațională de Educație Fizică) 1970 și Asociația Europeană de Educație Fizică, prin Declarația de la Madrid (1991), a argumentat, prin studiile efectuate pe copii și tineri de diferite vârste, necesitatea practicării sistematice a educației fizice și sportului cel puțin 1 oră pe zi, până la vârsta de 12 ani, și cel puțin 3 ore pe săptămână, pentru copiii mai mari de 12 ani și pentru adolescenți. Prevederile UE consemnează, de asemenea, necesitatea celor 3 ore de educație fizică obligatorii pe săptămână.

În regulamentul de aplicare a *Legii nr. 69/1999*, se menționează obligativitatea asigurării, prin programul școlar, a unui număr de 3 ore de educație fizică pe săptămână, pentru elevii din clasele I-XII. Acest număr de lecții asigură un optim de stimulare pentru producerea de modificări adaptative, morfologice și funcționale.

Specificul calitativ al educației fizice nu constă în faptul că se depune un efort fizic, ci în obiectivele urmărite, în modul în care această activitate se desfășoară și în accentul pus pe valoarea formativă a conținutului instruirii. Astfel, subiectul care participă la lecția de educație fizică reacționează printr-o conduită complexă, care înglobează deprinderile motrice, condiția fizică, cunoașterea și plăcerea pentru mișcare.

De asemenea, evidențiem faptul că educația fizică și sportul în școală nu reprezintă scopuri în sine, ci contribuie la realizarea finalităților generale ale educației, alături de celelalte discipline din curriculum-ul școlar.

În același timp, trebuie să existe preocuparea permanentă a profesorilor de educație fizică de a asigura un conținut atractiv pentru lecțiile organizate, astfel încât educația fizică școlară să pună bazele educației fizice permanente, care înseamnă un stil de viață, un mod de a gândi și de a acționa în beneficiul propriu și în interesul societății.

Dimensiunea temporală a educației fizice și sportului impune reconsiderarea acestora ca activități, în sensul prelungirii lor de la etapele școlarității la celelalte etape de dezvoltare, astfel încât ele să devină un continuum care însoțește individul din primii ani ai vieții până la senescență.

SPORTUL – LABORATOR DE EXCELENȚĂ UMANĂ

Adevărata imagine a sportului este dată de însăși viața socială, care îl plasează alături de marile preocupări cum sunt cele de natură educațională, economică, culturală, ideologică, științifică, de apărare și ordine publică întregind o concepție care îi recunoaște valoarea.

Esența sportului este competiția, care s-a dezvoltat sub aspect istoric pe parcursul evoluției societății și prin care se comparau performanțele fizice, inteligența și capacitatea de creație.

Accesibilitatea sportului la cele mai diferite vârste, din copilărie la bătrânețe, îl plasează în rândul celor mai accesibile forme de educație și factori de sănătate. Sintagma *Sportul pentru toți* oglindește acest drept al tuturor oamenilor de a practica sportul pentru recreere, întreținere, reeducare motrică sau pentru marea performanță

Sportul de performanță este un adevărat laborator de excelență umană, atât în ceea ce privește sănătatea, cât mai ales în dezvoltarea capacității de performanță. Acesta constituie un teritoriu în care ființa umană caută perfecțiunea și pe care de multe ori o realizează spre încântarea sa și a milioanele de admiratori.

În relațiile socio-culturale ale umanității, compararea performanțelor ocupă un loc important. Multe națiuni, de pe toate continentele, depun eforturi pentru a fi reprezentate în marile confruntări internaționale, pentru a-și face cunoscute performanțele. Sportul devine un adevărat ambasador, un simbol al prestigiului individual și al națiunii căreia îi aparține sportivul.

EDUCAȚIA FIZICĂ ȘI SPORTUL - MEDII EDUCAȚIONALE PENTRU PREVENIREA ȘI COMBATerea DISCRIMINĂRII ȘI EXCLUZIUNII SOCIALE

Educația fizică și sportul își aduc o contribuție esențială la coeziunea economică și socială, precum și la formarea unei societăți mai bine integrate, ele promovând sentimentul apartenenței la un spațiu socio-cultural comun. Aceste roluri sunt și mai relevante pentru categoriile de persoane defavorizate, grupurile insuficient de bine reprezentate, persoanele cu nevoi speciale, imigranți etc. Practicarea exercițiilor fizice trebuie să se desfășoare fără discriminări, prin asigurarea accesului egal al femeilor și bărbaților, indiferent de rasă, religie, opinie politică, origine națională sau socială. În acest sens, *Comisia Europeană* încurajează punerea la dispoziție a spațiilor destinate practicilor sportive și activităților fizice, ca instrumente de interacțiune socială pozitivă. Pe de altă parte, se subliniază contribuția sportului la crearea de locuri de muncă și la creșterea economică, dar și la revitalizarea unor zone defavorizate.

Mediul socializant al educației fizice și sportului oferă modele de comportare transferabile în viața cotidiană. Coeziunea socială, toleranța reciprocă, integrarea etnică și culturală sunt, în mare măsură, efecte ale practicării exercițiilor fizice, sub diverse forme.

Prin educație fizică și sport sunt combătute atitudinile rasiste, xenofobe și de excludere a celor mai puțin dotați fizic și motric. Tendința demografică de creștere a numărului de persoane

vârstnice trebuie să conducă la o viziune inovatoare, în ceea ce privește locul și rolul educației fizice și sportului în diminuarea efectelor îmbătrânirii.

În același timp, practicarea exercițiilor fizice contribuie la recuperarea persoanelor cu diferite tipuri de dependență (droguri, medicație în exces, alcool), favorizând reinsertia lor socială.

EDUCAȚIA FIZICĂ ȘI SPORTUL - FACTORI DE INTEGRARE SOCIALĂ PENTRU PERSOANE CU DIZABILITĂȚI

Prin metode și mijloace specifice, educația fizică și sportul asigură un mediu educațional accesibil, cu puternice influențe formative și educative asupra persoanelor cu dizabilități. *Comisia Europeană* cheamă Statele membre și organizațiile sportive să își adapteze infrastructura, pentru a permite accesul acestor persoane în bazele sportive și, implicit, participarea lor la programe și competiții special concepute.

În ultimii ani, educația fizică și sportul adaptat s-au impus ca subsisteme cu obiective specifice diferitelor tipuri de deficiențe. Structurile motrice adaptate, regulile specifice, resursele materiale și organizatorice modificate permit facilitarea exprimării acestor persoane, conform propriilor abilități și capacități. Pe de altă parte, în acest mod, sunt posibile efectele terapeutice-compensatorii și de dezvoltare, care permit crearea unei noi imagini de sine, favorabile integrării sociale.

Programele moderne de educație fizică și sport adaptat promovează educația incluzivă, prin cuprinderea, în activități comune, a persoanelor cu și fără dizabilități.

EDUCAȚIA FIZICĂ ȘI SPORTUL - CADRU DE COOPERARE INTERNAȚIONALĂ

Educația fizică și sportul creează un nou cadru de cooperare între popoare, prin transformarea culturii războiului, a violenței și discriminării într-o cultură non-violentă, a toleranței și solidarității.

Activitățile fizice favorizează, prin modul lor specific de organizare, stabilirea de contacte interumane, de dialog intercultural și de cooperare internațională. Sportul, prin mijloacele lui specifice, favorizează respectarea unor reguli comune, depășind barierele geografice, politice, sociale și economice.

Existența organismelor sportive internaționale face posibilă afilierea reprezentanților diferitelor națiuni și stabilirea unui dialog structurat, pentru dezvoltarea practicilor și culturii sportive, la care participă federațiile de specialitate, organizațiile sportive tutelare, comitetele olimpice naționale, alte organizații europene și internaționale, precum și alți factori implicați în domeniul sportului, inclusiv partenerii sociali.

Cooperarea internațională este condiția universală de dezvoltare echilibrată a educației fizice și sportului în toate țările. Expresia acestei cooperări o reprezintă *Cartea Albă a Sportului*, care prevede acțiuni de orientare a activităților Comisiei Europene, legate de acest domeniu.

BIBLIOGRAFIE:

1. **Cîrstea Gheorghe** – ” *Teoria și metodică educației fizice și sportive*. Edit. AD-DA, 2001
2. **Internet site-uri ale M.E.C.**, ale Consiliului Europei, Parlamentului European, Asociației Europene de Educație Fizică, Federației Internaționale de Educație Fizică, Comitetului Internațional pentru Educație Fizică, Recreere și Sport.

Model de alcătuire al unei echipe reprezentative școlare de fotbal

Prof. Bogdan Rodica
Colegiul Economic Arad

Model the composition of a team school representative football: *The first part of the paper refers to a summary, and as complex effort from physiologically, low specific football field, very important in the selection and training of teams valuable, so that in Part 2 to be presented to team training phases.*

Keywords: *model, team football, school*

Fotbalul pe teren redus, este jocul sportiv cu cel mai mare interes în rândul elevilor, dintre toate jocurile sportive cuprinse în programa școlară. El pune elevul în postura de practicant, spectator și susținător al echipei. Este foarte accesibil, atractiv și satisface cele mai intense și stabile trăiri emoționale.

Fotbalul pe teren redus figurează și-n Calendarul competițional al ONSS., al cărui Regulament de organizare și desfășurare, prevede participarea la competiție a sportivilor, atât legitimați cât și nelegitimați. Această posibilitate duce la o selecție foarte bine gândită, din partea profesorului.

Caracterizarea fiziologică a efortului

Datorită succesiunilor rapide ale fazelor de atac și apărare, dese schimbări de locuri și sarcini în funcție de cerințele fazelor care fac deseori să dispară deosebirile esențiale ale posturilor în echipă, se cere o foarte bună dezvoltare morfofuncțională și un perfect echilibru neuromuscular și neuropsihic.

Angajamentul total și marea mobilitate a jucătorilor pe tot terenul, cere o foarte mare viteză de reacție, detentă, forță și o tehnică specifică extrem de fină și rapidă, simț de orientare și de alegere în minimum de timp a celei mai bune variante de continuare a fazei, o mare atenție distributivă, rezistență la stres și o bună sensibilitate kinestezică.

De asemenea se cere o rezistență fiziologică și mai ales psihică crescută față de interesele solicitării.

Efortul în jocul de fotbal pe teren redus este de o intensitate maximală. Aici se remarcă numărul mare de acțiuni într-un timp cât mai scurt, tehnica superioară de conducere protejare și pasare a mingii, alegerea schemelor tactice cele mai adecvate și finalizarea.

Structura efortului este de tip anaerob alactacid, ceea ce presupune o refacere cât mai rapidă, realizată pe baza unei hiperventilații pulmonare.

Prin apariția în timpul jocului a unor contacte deseori violente cu adversarul și chiar cu mingea, se cere o dezvoltare bună a trenului inferior al jucătorilor, cu structuri articulare și musculotendinoase suple și mobile, pentru realizarea manevrelor tehnice de mare finețe și precizie, dar și de robustețe pentru a rezista mișcărilor asimetrice forțate, și mai ales a șocurilor violente.

Pe plan psihic jucătorii trebuie să manifeste o foarte bună coordonare, concentrare, capacitate de autocontrol, echilibru comportamental, perseverență și combativitate.

Fazele formării echipei

1. Stabilirea criteriilor de selecție

- Se are în vedere nivelul de pregătire al elevilor. (Fericit este profesorul care are fotbaliști legitimați, dar și jucători titulari în cele mai bune echipe ale cluburilor din localitate.)

2. Stabilirea obiectivelor

- De obicei aceste obiective se stabilesc pe o perioadă de un an, al acestei echipe, precum și fazele sau etapele de realizare a acestora

3. Selecția și pregătirea

- Selecția se face în funcție de nivelul de pregătire (din toate punctele de vedere: teoretică, fizică, tehnică, tactică, psihologică.....)
- Constituirea echipei
- Cunoașterea reciprocă, însușirea regulilor de lucru în comun, rezolvarea unor sarcini, învățarea de noi procedee.....
- Formarea unui climat pozitiv, favorabil activității, încurajarea stabilității și a relațiilor de prietenie

4. Experimentarea unor noi achiziții de cunoaștere teoretică și motrică

- Îndeplinirea unor sarcini, jocuri de rol ...

5. Intensificarea legăturilor mai strânse între membrii echipei

- Creșterea încrederii reciproce și încrederea în echipă

6. Integrarea

- Membrii echipei se cunosc foarte bine și își pot descrie comportamentul fiecărui coechipier, își cunoaște locul și rolul în echipă și interacționează în sistem. Se lucrează eficient.

7. Obligații reciproce

- Se stabilește o colaborare firească între membrii echipei și profesor, fiecare cunoscându-și foarte bine obligațiile.
- Creativitatea este foarte bine pusă în valoare, integrarea în echipă este deplină. Orice aducere în echipă a unui nou sportiv nu este bine venită aducând dezechilibru.



În alcătuirea echipei de fotbal pe teren redus, trebuie să avem în vedere trăsăturile cu caracter general, dar mai ales pe cele specifice tipului de echipă din care face parte sportivul și

înțelegerea lui în contextul creat de echipă. Acest mod de gândire, face ca unele echipe să fie omogene, ”sudate” etc. deosebindu-le de cele neomogene, dezbinat, ”dezorientate”, sau ”debusolate”

Echipa are rol de reglaj, autoreglaj, de creștere a creativității, de integrare, și mai bine zis de valorificare a individului.

BIBLIOGRAFIE

1. **Dragnea Adrian Constantin**, - *Elemente de psihosociologie a grupurilor Sportive*, Edit.CD Press București 2006.
2. **Drăgan Ioan**, - *Selecția și orientarea medico-sportivă*. Edit. Sport-Turism, București 1989
3. **Scarlat Eugen**, - **Scarlat Bogdan Mihai**, - *Îndrumar de educație fizică școlară*, Edit. Didactică și Pedagogică, RA 2006

Despre sport și arhitectură – De la teatrul grec, la Colosseum și până la Arenele Romane

Profesor Chira Mihaela
Colegiul Național “Elena Ghiba-Birta” Arad

About sport and architecture- From the great teathre grec, to the Colosseum and to the Roman Arenas: *Sport is an integrated part of what we call the culture of our society/civilization. The undeniable proof about the past of the ancient civilizations are their buildings, monuments and architectural edifices. This article makes a short presentation of these monuments.*

Keywords: *architecture, civilizations , sport*

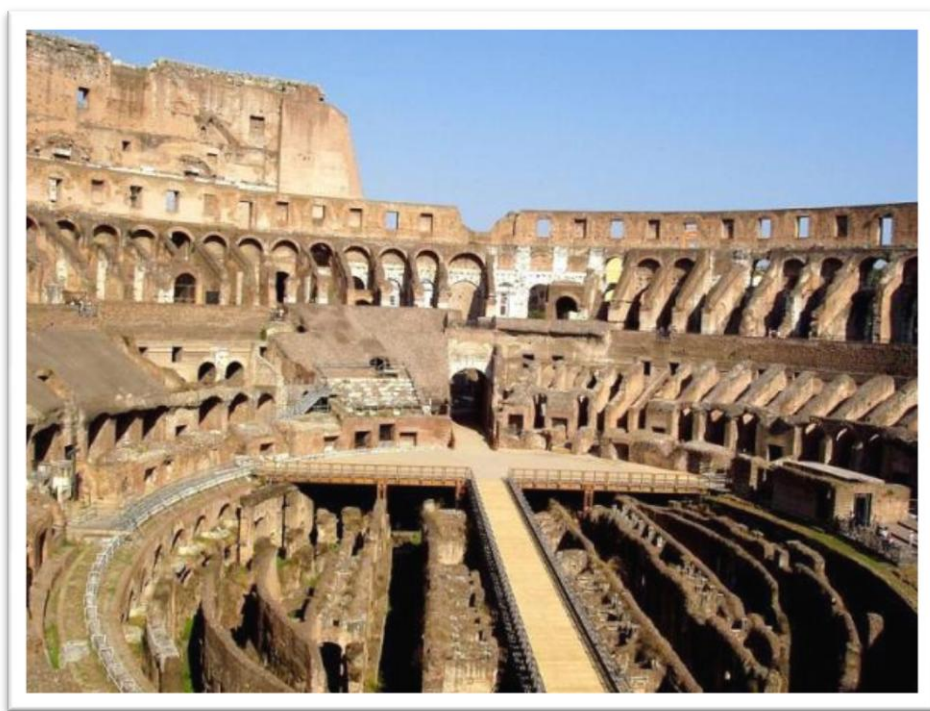
Arhitectura este după cum știm considerată o artă majoră și probabil domeniul cel mai vizibil prin care se materializează în viața practică și cotidiană creativitatea artistică. Ori printre cele mai apreciate/ prestigioase edificii ale civilizațiilor antice, dar și ale timpului prezent, aveau și respective, au drept menire, găzduirea marilor competiții și derularea ceremoniilor sportive – palestrele, stadioanele, arenele sau marile complexe olimpice.

Sportul face parte din istorie, cultură și civilizație, altfel romanii nu ar fi ales efigia celei mai mari capitale din istoria antică a umanității, dintr-o mulțime interminabilă de minunății. nimic altceva decât site-ul unei arene sportive, într-un fel (aproape) primul stadion din lume în forma sa clasică, cea în care s-a perpetuat până în zilele noastre – “Colosseum-ul din Roma” – un spațiu destinat în principal competițiilor sportive. Mă rog, sporturilor vremii: luptele de gladiatori, spectacolele de vânătoare, luptele cu animale, cursele de care de luptă etc.



Roma – Colosseum

Sportul este parte integrantă din ceea ce numim cultura unei epoci/civilizații/societăți dar mai mult considerat ca fenomen social și politic, pentru că obiectul activităților sportive în sine nu reprezintă nimic ieșit din comun și nu ar fi marcat atât de proeminent istoria și memoria culturii universale până într-acolo încât să resuscităm rituri păgâne la mai bine de 1500 de ani de la interzicerea lor. Fenomenul sportiv s-a transmis peste timp odată cu memoria civilizațiilor apuse care au influențat ireversibil cursul istoriei și mersul omenirii. Dar tot istoria ne-a demonstrat că nici ele nu ar fi supraviețuit “timpului” sau mai bine zis uitării, dacă nu am fi avut cronicarii, scriitorii, pictorii și pe toți cei care au avut grijă să “(de)săvârșească” adevărate opere ale geniului și creativității umane, immortalizând timpul și epocile în lucrările lor. Și ce alte astfel de realizări cunoașteți care ar fi putut dăinui și lăsa mărturie inconstenabilă, asupra trecutului civilizațiilor decât construcțiile, monumentele și edificiile arhitectonice.



Colosseumul din Roma în zilele noastre – vedere interioară

Colosseumul din Roma, care la începuturile sale se numea Amfiteatrum Flavium [pentru că fost construit în timpul dinastiei Flavianilor - care au condus Roma în perioada 69-96], la vremea respectivă reprezenta o premieră și un proiect tehnic unic din punct de vedere conceptual, fiind prima construcție de acest tip care “se susținea liber pe ea însăși” (în traducere – ridicată pe verticală), capabilă să cuprindă un număr impresionant de spectatori – între 50000 și 70000, (mai mare decât Stadionul Național,) foarte probabil întreaga suflare a cetății, la vremea respectivă.

De fapt numele sau generic inițial a fost “cerc” (în latina circus) de la forma circulară pe care o au arenele și este un “amestec” inspirat din forma stadioanelor (stadium) și cea a teatrelor grecești (perfect semicirculare). Așa cum fiecare dintre acestea avea o funcționalitate/utilitate precisă, la fel noua structură îmbina pe lângă elemente de forma comune celor două și funcționalitățile lor cu caracteristici hibride de teatru pentru spectacole artistice și stadion pentru jocuri și întreceri sportive; altfel spus, un “CIRC” și la propriu și la figurat. De altfel semnificația contemporană a termenului, se trage cu siguranță de la aceasta întrebuintare polivalentă, când în perioadele de sărbătoare comunitatea avea ocazia să asiste la reprezentații de toate genurile.

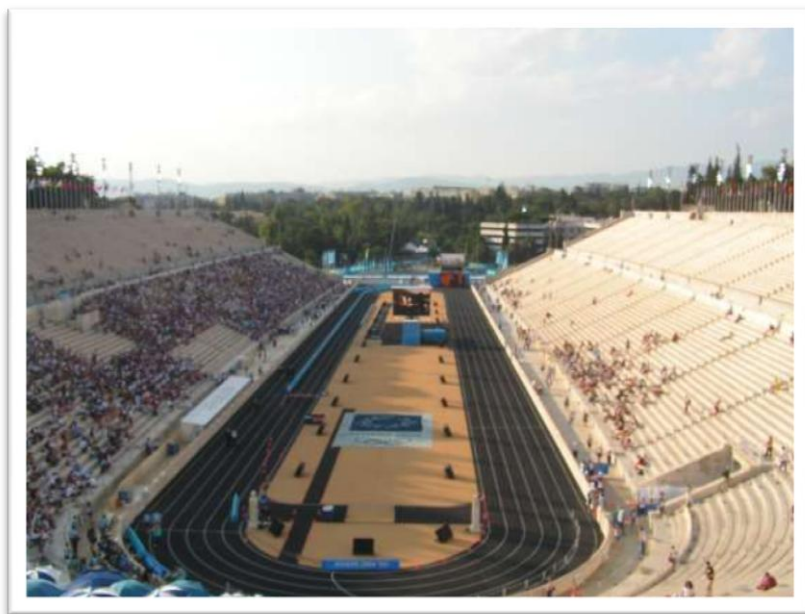
Circurile propuneau o arenă de lungimea stadioanelor grecești, pe care se puteau amenaja piste de concurs pe distanțe variabile, doar că au crescut lățimea suprafeței pentru a oferi teren de

desfășurare luptelor de gladiatori, întrecerilor de atletică grea, spectacolelor de vânătoare, curselor de care romane și implicit pentru creșterea numărului de locuri prin crearea celei de-a doua “peluze” și mărirea razei cercului de viraj sau racord între cele două “stadii” paralele tribunelor aflate pe lungimea pistei. Astfel romanii au creat pista de atletism așa cum o cunoaștem astăzi și anume un traseu în forma de elipsă închisă. Termenul de “stadium” definea de fapt o unitate de măsură a lungimii, 185 m., care era un standard pentru competițiile de alergare în Grecia antică, iar pista sau suprafața de concurs avea cel mai adesea o formă în U și o lungime totală de aproximativ 400 m (2 stadium-uri plus bucla de viraj). Romanii chiar dacă i-au schimbat forma, au preluat întocmai distanțele pe care se organizau cursele de alergare.



Stadion antic grec – rezervat întrecerilor atletice – la Perge în Tucia

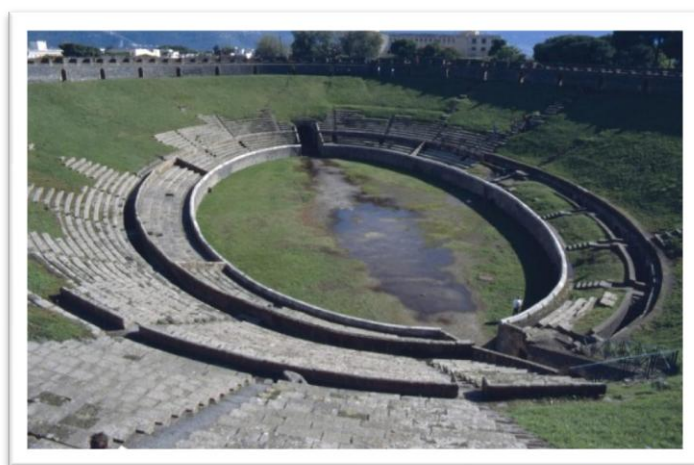
Singurul stadion modern, care a fost construit și respectă proporțiile instalațiilor din Olympia antică este Panathinaikos, care a fost inaugurat în 1896 cu ocazia primei ediții a Jocurilor Olimpice moderne la Atena și modernizat și adaptat cerințelor actuale ale sportului de mare performanță cu ocazia JO ediția 2004 de la Atena.



Stadionul de atletism Panathinaikos – Atena, Grecia

Stadionul era deci conceput special pentru întreceri atletice, în timp ce teatrul era destinat unei întrebuințări polivalente dar preferință a spectacolelor artistice (comediilor și tragediilor), reuniunilor publice, uneori chiar și întrecerilor sportive, evident nu pentru alergări și aruncări, ci mai degrabă pentru lupte și dueluri și poate nu întotdeauna sub egida unei competiții sportive în șine.

Mai târziu arhitecții Romani au avut ideea să “închidă bucla” prin alăturarea a două 2 semicercuri, creând astfel “cercul” sau amfiteatrul, care muta scena în centrul cercului. De fapt era format din 2 jumătăți de elipsă pentru a obține forma ovală a stadioanelor de astăzi. Spre deosebire de amfiteatrele inspirate de modelul teatrelor grecești, întotdeauna construite în preajma templelor, în afara zonelor rezidențiale, săpate pe versanții colinelor, circurile romane se ridicau pe verticală, tribunele fiind suspendate la înălțimi relativ mari deasupra solului și erau amplasate în centrul “civic” al urbei



Amfiteatrul din Pompei, Napoli, cel mai vechi din Italia, săpat după modelul grec și cel mai vechi amfiteatru Roman cunoscut – anul 70 î.e.n – construit din donațiile unor lideri locali – Quinctius Valgus and Marcus Porcius

Noul edificiu care avea să devină emblema Romei a fost (aproape) primul stadion – amfiteatru sau circ ridicat pe verticală. O adevărată realizare arhitectonică și inginerască a acelor vremuri.

De fapt mutația marchează și un fel de democratizare, vulgarizare a competițiilor sportive care dintr-un caracter ceremonial și sacru, încep să se multiplice, dobândind alături de funcțiile tradiționale socio-culturale și politice moștenite de la greci, un dominant caracter economic – o funcție de consum!... Bine ați venit în lumea industriei spectacolului sportiv (veritabil show-bizz antic!) cu absolut toate ingredientele de astăzi – cronici, bârfe mondene, transferuri intercluburi, pariuri și vedete.

Spunem “aproape primul” pentru că există o construcție similară și contemporană, Arenele Romane din Nîmes care se pare ca au fost prima construcție (sau/și singura care a rămas alături de Colosseum) unde s-a încercat la proporții mai mici aceasta soluție inovantă pe niveluri suprapuse susținute de structuri de rezistență în formă de boltă și a cărei reușită ar fi putut inspira și încuraja edificarea celei de la Roma. Inaugurat în anul 70 e.n., an în care construcția celui din Roma se pare că abia începuse, “Circul” din Nîmes, deși mult mai mic, rămâne cu cele 12000-15000 locuri capacitate, un edificiu totuși impozant și o realizare remarcabilă a inginerilor romani din epoca respectivă.



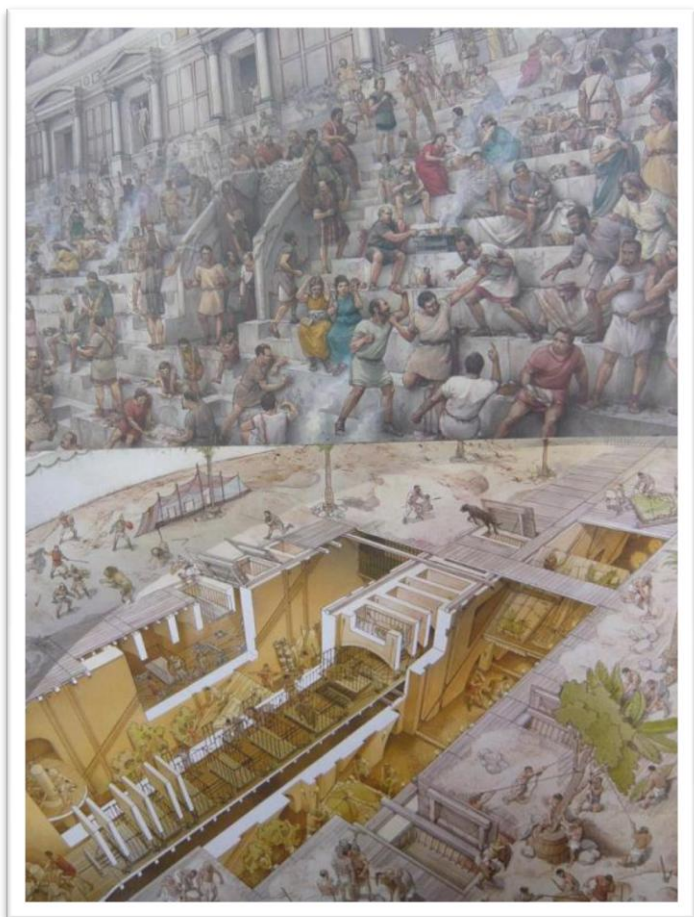
Arenele Romane din Nîmes, Franța – centrul orașului – vedere aeriană

Construcția este cu atât mai impresionantă cu cât este “încă vie”, rămânând funcțională și utilizabilă până în zilele noastre când i se atribuie practic “aproape” aceeași folosință ca și acum 2000 de ani: spectacole de tauromahie și artistice. Arenele Romane domină centrul istoric al “charmantei” cetăți din sud și sunt, ca și fratele lor mai mare, obiectivul istoric de referință într-unul dintre cele mai vizitate orașe din Franța (numărul 1 în turismul mondial) și centrul desfășurării unui faimos și foarte pitoresc festival urban anual, cu o importantă dimensiune tradițională și istorică – “Feeriile din Nîmes”... De altfel, nu foarte diferite de sărbătorile de odinioară din metropolele Imperiului Roman.

Cele două edificii au la baza un proiect probabil identic și datorită faptului că soluțiile sau opțiunile tehnice pentru realizări de o asemenea anvergură erau relativ limitate la vremea respectivă, dar poate și datorită grijei pentru perpetuarea și afirmarea efigiilor/simbolurilor romane peste tot în teritoriile ocupate. Este de presupus că o astfel de abordare permitea “modelizarea” unui anumit tip de proiect, deci o capitalizare eficientă a experienței și implicit previziunea și controlul fiabil al costurilor.

Apropos de costuri, se pare că “Colosul din Roma” ar fi fost construit din bogățiile confiscate în urma înăbușirii răscoalei evreilor din anul 70 și că celebrează victoria romanilor în acele lupte. Construcția sa ar fi durat 10 ani, inaugurarea sa având loc în anul 80 – la 10 ani după cel din Nîmes. În cadrul sărbătorilor de deschidere care ar fi durat peste de 2 luni, au fost organizate o mulțime de reprezentații de factură diversă, iar dintre toate acestea spectacolele de vânătoare ar fi constituit atracția principală – “platoul de rezistență” – al “feeriilor”. Anumite surse avansează cifra de de 9000 de animale sălbatice care ar fi pierit în timpul acelor spectacole, aduse fiind de peste tot din imperiu și din ținuturile vecine. Foarte repede după darea sa în folosință, Colosseum-ul a devenit centrul de interes și obiectivul care susținea practic întreaga economie locală. Numele său desemnează de altfel noțiunea de gigantic – colos(al) – imens. Și dacă aruncăm o privire rapidă peste cifre, ne dăm seama repede că faimosul edificiu roman care este “icoana” și reprezintă efectiv imaginea Romei antice, și-a dobândit pe bună dreptate numele: un plan eliptic cu o lungime 189 de metri și o lățime de 156 de metri, cu o amprentă totală la sol de 24000m² și o înălțime a zidului exterior de 48 de m, construită pe 4 niveluri din piatră și beton, ar reprezenta chiar și în zilele noastre o realizare impresionantă.

Cu o capacitate de minim 50.000 de spectatori, construcția romană oferea o zonă de confort individual (prin perimetrul locului afectat ocupantului) mai mare decât cea din stadioanele de astăzi. Construcția prevedea amenajări (dependițe și facilități) aproape identice cu cele ale unei baze sportive moderne la standarde internaționale – vestiare, dușuri, băi cu saună și zone de refacere, infirmerie pentru gladiatori, grajduri și menajerie pentru cai și animalele sălbatice. Numeroase alte facilități existau în clădirile anexe, majoritatea legate de arena principală prin tuneluri subterane.



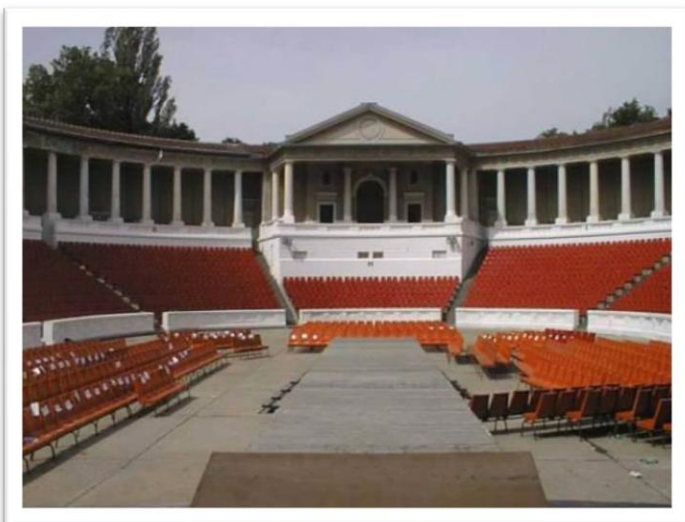
Astfel în cadrul complexului mai erau o școală (gymnasium) pentru antrenamentul gladiatorilor, săli de arme, dormitoare, cantină și evident o morgă cu servicii funebre pentru victimele confruntărilor marțiale sau spectacolul condamnărilor și execuțiilor publice. Dacă acestea s-au derulat cu adevărat în spațiul arenelor!? Poate doar disimulate sub forma unor competiții de lupte! Site-ul era prevăzut pentru amanejarea de numeroase spații cu destinație comercială care erau presărate peste tot în incinta complexului – “pensuni” pentru vizitatori, restaurante, piață, abatoare. După cum vedeți, noi cei de astăzi nu prea am inventat nimic ci dimpotrivă, am uitat de fapt foarte multe lucruri! Amfiteatrele au devenit în scurt timp un fel de “Băneasa City Mall sau alt shopping center” de astăzi; în funcție de mărimea urbei, o zonă importantă de activități comerciale, un loc de întâlnire a cetățenilor, unde se

purtau discuții despre absolut orice; de la politică și afaceri, la bârfele mondene, unde se încheiau tranzacții, se putea petrece timpul într-un mod agreabil, se “plăteau polițe”, unii socializau, alții complotau fie că era o zi de reprezentație, între două acte de spectacol sportiv, fie în zilele libere și fără program.

Colosseumul era un loc de întâlnire viu și în afara perioadelor de sărbătoare sau a jocurilor (probabil sinonime), dar este evident că magia/magnetismul și existența sa erau ritmate de acestea. Cel mai mare eveniment înregistrat în cronicile pe care l-a adăpostit complexul de-a lungul venerabilei sale existențe a fost (ghiciți!) petrecerea dată de Împăratul Traian [strămoșul și șeful nostru] în 107 e.n. în cinstea cuceririi Daciei cu un an înainte (106 e.n.); de atât au avut nevoie romanii ca să “importe” din “teritoriile ocupate” 16000 tone de aur ! Cu vistieria plină, Traian a oferit cetățenilor Romei , o sărbătoare de 123 de zile, în care au fost masacrate 11000 de animale sălbatice și au participat 10000 de gladiatori.

Dar ce se știe mai puțin este că una dintre destinațiile inițiale ale complexului, prevăzut de la început în scopuri multifuncționale, a fost aceea de a organiza spectacole navale. Datorită vicisitudinilor istoriei, Colosseum-ul Roman a avut o viață mult mai scurtă în comparație cu fratele său de la Nîmes “viu încă” și în zilele noastre. Printre acestea se număra un incendiu devastator în anul 273 e.n. care aproape ca i-ar fi adus “sfârșitul”, dar cum un proverb vechi spunea că Roma va rezista atât timp cât va rezista și “Colosul”, edilii s-au grăbit să-l restaureze; ca de altfel de fiecare dată când acesta a suferit de pe urma dezastrelor. Cutremure repetate au pus în cele din urmă capăt utilizării sale inițiale. Nici o problemă, piatra ruinelor a fost folosită la reconstrucția locuințelor căzute, iar restul structurilor rămase au găzduit pe rând o biserică, o confrerie religioasă, locuințe și ateliere de meșteșugari. fortificat.

Simbolul marelui Romei de odinioară a rezistat până în 1349 când un cutremur violent a dus la prăbușirea unei mari părți din zidul exterior. Dar nici atunci cetățenii Romei nu au renunțat definitiv la el. Unul dintre papii Vaticanului aproape că a fost gata să autorizeze din nou luptele cu tauri, dar opoziția unor personaje influente din autoritatea clericală a făcut ca această idee năstrușnică din partea unui ocupant al Sfântului Scaun să fie abandonată. Tot cei de la Vatican s-au gândit la un moment dat să construiască în interior o fabrică de textile (lână) pentru a da de lucru prostituatelor din Roma și împrejurimi. Astfel “Colosseumul-ului” i-a fost hărăzit să slujească/servească cetățenilor Romei într-un fel sau altul până în anul 1749, când Vaticanul a decretat stadionul un loc sfânt unde au fost martirizați creștinii timpurii, devenind astfel un loc de pelerinaj. Este actul prin care monumentul a fost probabil salvat de la distrugerea totală, căci între timp devenise sursa de piatră pentru construcția vilelor diversilor înavuți ai Romei. A fost chiar și comandat un frontispiciu cu o placă în care au fost gravate numele tuturor celor sacrificați pentru credința lor, dar despre care nu se mai știe nimic. ...Poate și pentru faptul că **NU EXISTĂ NICI O DOVADĂ ISTORICĂ CĂ MAREA ARENĂ SAU ORICARE ALT AMFITEATRU ROMAN AR FI SERVIT VREODATĂ DE LOC PENTRU CONDAMNAREA ȘI EXECUTAREA CREȘTINILOR!!!** Cu toate acestea, diverșii papi care s-au succedat au



Arenele Romane, București, Romania

întreprins numeroase lucrări de consolidare a ruinelor, fără a neglija aspectul exploatării sale comerciale de pe urma pelerinajului...În Romania vestigiile civilizației elene și romane sunt destul de numeroase arie lor întinzându-se din nordul ardealului până la pontul Euxim. Cel mai reprezentativ amfiteatru din capitală,este realizat de arhitectul Leonida Negrescu în 1906.Acesta este situat în parcul arenei naționale(fost 23 august) modernizat recent.

Din păcate nu am găsit nici o evidență documentară care să indice sursele de inspirație ale arhitectului Leonida Negrescu atunci când a proiectat Arenele Romane din capitală, edificiu realizat în 1906 în semn de omagiu adus culturii și originii latine a poporului roman aparține, asta dacă nu suferim de un fel de Alzheimer colectiv și național. Un exemplu concludent și de urmat ar putea fi inspirat de data de 19 septembrie 1931 când Lucian Popescu, primul campion european de box dat de România, își apăra titlul în fața spaniolului Carlos Fix în prezența unei mulțimi de 6000 de spectatori, record absolut și neegalat în România la un meci de box.

BIBLIOGRAFIE

- M. I. Finley**, *Lumea lui Odiseu*, Ed. Univers, 1974
Z. Petre, *Cetatea greacă*, Ed. Nemira, 2000, paginile 23-106
H. C. Matei, *Enciclopedia antichității*, Ed. Meronia, 1995
J. Boardman, *Grecii de peste mări*, Ed. Meridiane, București 1993
N. Platon, *Civilizația egeeană*, Ed. Meridiane, București 1988
Fr. Chamoux, *Grecia clasică*, ed. Meridiane, București 1985
Fr. Chamoux, *Civilizația elenistică*, Ed. Meridiane, București 1985
P. Cousin, R. Bloch, *Destinul Romei*, Ed. Meridiane, 1988
Nistor Vlad Gh., *Redefinind sfârșitul. Cetate și Imperiu*, Ed. Nemira, 2000

Activitățile fizice ca formă de motivare non financiară în cadrul managementului resurselor umane

Profesor Gabriel VOICU
Profesor univ. dr. Sorinel VOICU
Universitatea de Vest
Facultatea de Educație Fizică și Sport Timișoara

Physical Activities as a Form of Non Financial Motivation in the Human Resources Management: *The non- financial motivation, regarding the practicing of physical activities, represents a current topic for the companies aiming the employee retention. The non- financial motivation is not everything, but it is very important, making the difference between you, the employer, and your competitors.*

Keywords: *Physical Activities, Non Financial Motivation*

Companiile care desfășoară un real program în ceea ce privește managementul resurselor umane se interesează și de conceptul de motivare al personalului angajat. Studiile și experiența managerilor dovedește faptul că motivația financiară este dublată la fel de bine de cea nonfinanciară. Printre multiplele variante de motivări, managerii au la dispoziție să le ofere angajaților și abonamente complete sau parțiale la săli sau centre de fitness. Deasemenea, competițiile sportive în care angajații se angrenează să se pregătească și să participe (gen Crosul Firmelor sau diverse alte competiții sportive) pot fi susținute financiar de către companie. Beneficiile sunt multiple și variază de la motivarea angajaților, creșterea spiritului de echipă, a competitivității până la socializare, formarea unui mod activ de petrecere a timpului liber, a unui stil de viață sănătos care să ducă la o sănătate bună a angajaților, combaterea bolii dar și o calitate a vieții crescute.

În alte țări europene, acest gen de motivare al angajaților este perceput ca unul foarte pozitiv și beneficiarii apreciază cu precădere acest gen. După motivația financiară, cea non financiară este și ea foarte importantă în vederea menținerii angajaților în firmă, fidelizării lor dar și întărirea sentimentului de mulțumire și împlinire profesioanală și personală.

Potrivit unui studiu realizat de Extreme Training, în perioada 1 septembrie - 10 octombrie 2007, 57% dintre angajați consideră ca nu au șanse de promovare, 30% nu învață nimic nou la actualul job, 57% nu primesc aprecieri pentru munca pe care o depun și 43% consideră că nu au o atmosferă plăcută în companie. Studiul a fost elaborat pe un eșantion format din 1.112 angajați, cu funcții de management, la nivelul a 39 de județe. Domeniile profesionale în care activează persoanele intervievate sunt, după cum urmează: 20% dintre respondenți activează în comerț, 24% în producție, iar 56% în domeniul serviciilor. Privind rezultatele studiului se simte o stare de disconfort. Se vede clar că angajații români au nevoi non-financiare nesatisfăcute. Acestea sunt pentru ei un factor demotivator maxim. Compania care a derulat studiul a observat, în cadrul proiectelor derulate, îngrijorarea companiilor privind fluctuația de personal, însă nu sunt dispuse să acționeze ferm pentru a remedia acest lucru. Sau când sunt ele dispuse să mărească salariile, oamenii renunță pur și simplu la job pentru că "s-au săturat de compania respectivă"! Portretul angajatului român este de fapt oglinda angajatorului; când un angajator se plânge de personal, el se plânge de fapt de însăși prestația sa fără să-și dea seama de acest lucru. Portretul angajatului român în două cuvinte ar fi: nemotivat și demotivat! Rolul motivării non-financiare încă nu este înțeles pe deplin de angajatorii români, vor mai trece câțiva ani până când motivarea non-financiară va deveni o practică curentă în fiecare companie din România.

Subiectul este de mare actualitate, ținând cont de faptul că acest gen de motivare (nonfinanciară în vederea practicării activităților fizice) se practică și în companiile de la noi din țară, după modelul corporatist dar atât statisticile internaționale cât și cele naționale nu certifică creșterea numărului practicantilor activităților fizice. Una dintre cauze ar putea fi cea financiară, în lipsa unui buget disponibil alocat activităților fizice, românii nu le practică. Însă totuși, se dovedește că acest buget există în anumite situații. De ce nu este el folosit la maxim?

Motivarea non-financiară înseamnă stimularea angajatului să lucreze mai bine, mai mult, mai eficient, cu drag, cu tragere de inimă, fără să fie vorba la mijloc de stimulente financiare.

Motivarea non-financiară reprezintă atât o responsabilitate cât și un plus din partea angajatorului. Responsabilitatea este dată de profesionalismul companiei și de viziunea acesteia. Dacă vrei performanță, dacă vrei rezultate, atunci ai și responsabilitatea de a motiva financiar. Categorie, a duce o politică de motivare non-financiară, va reprezenta un plus la sfârșitul anului atunci când vei privi la profitul companiei.

Poti fideliza un angajat dacă duci o politică de motivare nonfinanciară! Trebuie să recunoaștem că motivarea financiară nu reprezintă totul, însă este foarte importantă, aceasta fiind cea care poate face diferența între tine ca angajator și competitorii tăi.

Instrumente ale motivării nonfinanciare sunt multiple. O scurtă trecere în revista a acestora privite atât din partea angajatului cât și a angajatorului ar fi: prezența unui set de reguli foarte clare, premiarea meritelor deosebite, respectarea angajaților, șefului să-i pese de oamenii săi ca persoane, nu numai ca angajați, ședințe eficiente, sărbătorirea zilei de naștere a angajaților, interes pentru crearea și menținerea unei atmosfere colegiale între angajați, pentru respectul între angajați. Șeful trebuie să trateze în mod corect angajații, să repartizeze clar sarcinile, să fixeze obiective realiste, să aplice măsuri stimulative, să acorde încredere angajaților, să nu-i mintă.

Politica de motivare non financiară în cadrul fiecărei companii revine departamentului de resurse umane sau managerului. Aceasta nu este una standard, ea trebuie adaptată și ajustată la nevoile companiei și la obiectivele de dezvoltare a acesteia. Motivarea non financiară reprezintă atât o responsabilitate cât și un plus din partea angajatorului. Responsabilitatea este dată de profesionalismul companiei și de viziunea acesteia.

Motivarea non financiară înseamnă stimularea angajatului să lucreze mai bine, mai mult, mai eficient, cu drag, cu tragere de inimă, fără să fie vorba la mijloc de stimulente financiare! Nenumărate studii arată lipsa de eficiență pe termen lung a sistemelor de motivare financiară. Primul bonus funcționează ca un "drog". Are efect pe moment, dar pe o perioadă mai lungă de timp îi face pe angajați să nu mai lucreze decât dacă primesc bonusuri financiare.

De asemenea, pe termen lung, bonusurile financiare îi fac pe angajați să fie nemulțumiți și să intre într-un soi de competiție cu colegii lor. Lucrul în echipă devine astfel de domeniul

basmelor. Soluția este un sistem de motivare non-financiara. Motivare non-financiară înseamnă implementarea unui sistem de Recompensă și Recunoaștere (Rewards and Recognition).

Scopul motivării non-financiare este acela de a crește productivitatea firmei, de a-i îmbunătăți calitatea, de a avea angajați mulțumiți, lucru care duce direct la creșterea performanței angajaților.

Implementarea unui sistem de motivare non-financiară de succes presupune respectarea unor reguli. Recompensa trebuie să fie un lucru dorit de angajați. Este un lucru pozitiv dacă implică managerii în alcatuirea unor grile/criterii ce va ajuta managerul să știe cine trebuie recompensat și conform căror criterii. Din moment ce angajații sunt cei ce vor primi recompensa e binevenit ca tot ei să aleaga ce recompensă și-ardori mai mult (bineînțeles, în limita bunului simț).

De asemenea, managerul trebuie să încurajeze recunoașterea nu doar pe verticală, ci și pe orizontală (nu doar manager-angajați, ci și angajații între ei; de exemplu: biletele de recunoaștere și mulțumire între colegi).

Motivarea nonfinanciară a început să fie prezentă și în România, însă foarte puțin. A merge doar pe motivare financiară reprezintă o greșală mai oră din partea unui angajator, întrucât nu poate mări salariile în fiecare lună. Un indicator clar al motivării non-financiar se poate fi observat atunci când unui angajat, o companie concurentă îi face o ofertă salarială mai bună. Cu toate acestea angajatul refuză întrucât spune el: „mă simt bine la actualul loc de muncă”. Fiecare angajator investește în pregătirea angajatului lui, dacă el însă, nu va avea grijă nonfinanciar de angajatul lui, acesta la prima ocazie, va merge la o altă companie unde va folosi toată experiența acumulată anterior! La o simplă căutare pe un site online de joburi, vedem cereri de muncă de la oameni angajați. Aceștia își caută un alt loc de muncă, explicația e simplă: acesta este demotivat fie financiar, fie nonfinanciar, fie ambele dintre ele!

Poți fideliza un angajat dacă duci o politică de motivare non financiară! Motivarea financiară nu reprezintă totul, însă este foarte importantă, aceasta fiind cea care poate face diferența între tine ca angajator și competitorii tăi! Doar 10 % dintre angajații din România sunt foarte mulțumiți de actualul loc de muncă! Fiind mai atent la considerentele non financiare procentul se poate ridica până la 20% sau chiar mai mult! Acest lucru se poate transpune pe termen lung într-o creștere a profitului de 20 – 40%, ce poate deriva numai din performanțele deosebite ale echipei!

BIBLIOGRAFIE

1. **Boboc, I.**, *Comportament organizational și managerial*, Editura Economică, București 2003;
2. **Bouillerc, B., Rousseau, F.**, *Cum să ne motivăm*, Editura Polirom, București 2003;
3. **Bonciu, C.**, *Introducere în managementul resurselor umane*, Editura Credis, București 2004;
4. **Cole, G.A.**, *Managementul personalului*, București: Editura CODECS, 2000.
5. **Cole, G.A.**, *Personnel Management Theory and Practice*, London: DP Publications, 1993.
6. **Wilson, R.**, *151 de idei eficiente pentru motivarea angajaților*, Editura Polirom, București 2007;

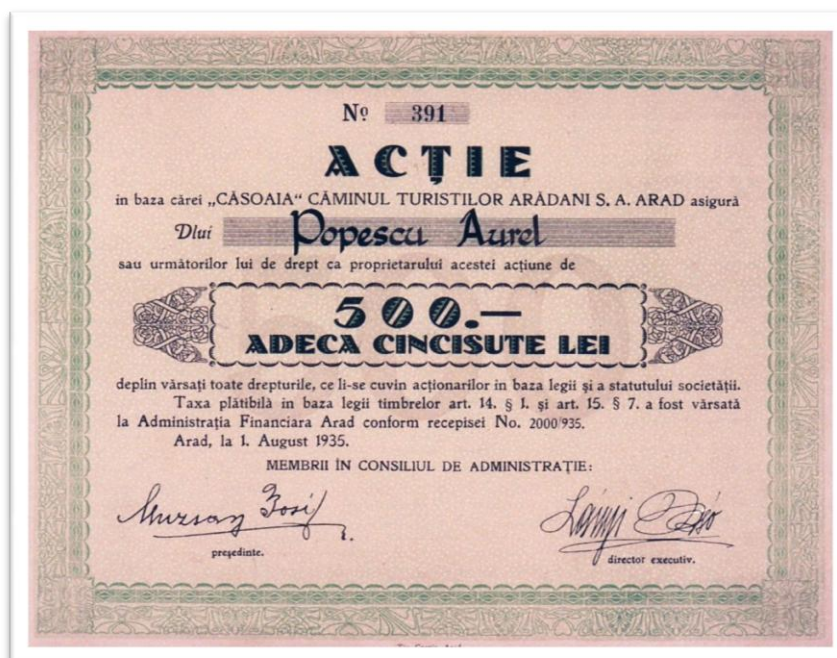
Constituirea organizației Căsoaia Căminul Turiștilor Arădeni SA, Stațiune climaterică

Profesor Horia Truță

“Căsoaia- the Home of Arad Tourists SA., Spa”: *Allegedly, Căsoaia has been frequented by tourists since the nineteenth century. The proximity of Arad and other important cities of the county, the easy access from all directions, trails and forest roads, beautiful natural scenery, were likely to encourage weekend trips.*

The article presents the foundation of “Căsoaia- the Home of Arad Tourists SA., Spa” which functioned until 1948, when dissolved itself; the building was nationalized together with the entire inventory and taken by the new structures of trade unions and the state.

Keywords: *Căsoaia, tourism, tourism organization.*



Nu se cunosc date certe referitoare la originile turismului în Căsoaia. Se presupune că aceste locuri, numite Valea lui Iosif (Volgye Jozsef), erau frecventate de drumeți încă de la sfârșitul secolului al XIX-lea. Apropierea de Arad și de alte localități importante ale județului, accesul facil din toate direcțiile, pe poteci și drumuri forestiere, peisajul natural deosebit, au fost de natură să încurajeze excursiile sfârșitului de săptămână.

După 1928, exploatarea prosperă de bușteni din zonă au fost sistate, iar calea ferată pe ecartament îngust, demontată. Locul muncitorilor care extrăgeau și prelucrau lemnul, a fost luat de turiști și de vânzători, din ce în ce mai numeroși. Zona cunoscută și căutată pentru excursii și petreceri în aer liber, a determinat înființarea la Arad a unei organizații speciale cu această destinație. Astfel, în *Proiectul de fondare* elaborat la 20 septembrie 1934 de 12 turiști arădeni, s-a prezentat dorința realizării în Căsoaia a unei *case de adăpost* și a unei *stațiuni climaterice* confortabile.

Argumente erau suficiente. Pentru arădeni, locuitori ai unui oraș situat în plină câmpie, regiunea colinară a Podgoriei, aflată la 20 km, era un dar al naturii. Dealurile sunt ușor accesibile cu mijloace de transport ieftine, atât dinspre câmpie, cât și dinspre Mureș sau Crișul Alb, fără ghid sau hartă, posibilitățile de a te rătăci fiind minime. Cu tramvaiul electric, inaugurat în 1913,

într-o oră, se ajungea din Arad la Ghioroc, de unde linia se ramifica pe de o parte spre Covăsânț-Șiria-Pâncota, iar pe de alta spre Păuliș și Radna. Din aproape toate haltele, văile și crestele acoperite cu vii și livezi, împestrițate de crame, erau marcate turistice vopsite pe stânci și copacii seculari cu punct final Căsoaia. Distanțele scurte, popasurile dese și izvoarele cu apă bună de băut, care nu seacă în nici un anotimp, întâlnite din belșug, îndemnau la excursie. Așezarea armonioasă a acestor dealuri, mai prezintă avantajul drumețiilor pentru toate vârstele, pe trasee inedite, fără a păși de două ori pe aceeași potecă, vale, pădure sau creastă.

Făcându-se apel *“către toți frații turiști și iubitori ai naturii”* pentru subscriere, au fost emise imediat 400 tichete valorice cu scopul declarat al achiziționării cu acești bani a pavilionului de vânătoare din Căsoaia al prințului Sulkovschi, modernizării și transformării clădirii în cabană turistică.

La 10 decembrie 1934, în Sala festivă a Cooperativei de Credit a Industriilor din Arad, în prezența a 48 membri fondatori, a avut loc ședința de constituire a Societății cu numele: *“Căsoaia căminul Turiștilor Arădani SA, Stațiune climaterică”*. După aprobarea Statutului, a fost ales Consiliul de Administrație, funcția de președinte fiind ocupată de comerciantul arădean Iosif Muszay, cea de director executiv Isaia Lanyi, iar administratori: Sandor Iuliu și dr. St. Grigorovici. Sediul social, a fost stabilit în Arad pe strada Mihai Eminescu nr. 7. Alături de hotărârea interzicerii în Căsoaia a băuturilor alcoolice, a mai fost susținută propunerea colaborării cu secția Iuliu Czarán din Arad a *Societății Carpatine Ardelene* și respectarea tuturor intereselor turistice. Deviza organizației, a fost înscrisă în cuvintele: *Iubirea, cinstea și onoarea publică*.

Dorința achiziționării refugiului a fost îndeplinită prin cumpărarea domeniului Sulkovski, iar după amenajare, la 16 iunie 1935, cabana numită Căsoaia, a intrat în circuitul turistic arădean. Sărbătoarea sportivă prilejuită de inaugurare a fost sprijinită și prin facilitățile oferite de Societatea Căii Ferate Electrice Arad – Podgoria (tramvaiul electric). Aceasta, începând cu ziua de 2 iunie, 1935, a eliberat, în fiecare sâmbătă, începând cu ora 11,30 până duminică ora 14,30, bilete de weekend și excursiune, cu preț redus, valabile și pentru întoarcere, până luni, iar dacă în această zi era o sărbătoare, i se prelungea valabilitatea până marți.



În preajma inaugurării cabanei Căsoaia, au fost lansate invitații prin Biroul de Voiaj Iuliu Șandor și magazinul *Szentgyorgyi din Arad* unde se puteau reține, contra cost, locuri de cazare pe durata festivităților.

Plecarea excursioniștilor a fost programată începând de sâmbătă, 15 iunie, cu tramvaiul electric, până la Șiria apoi pe jos, prin Feredeul, pe sub vârful Cârțiuma, Valea Stojarț, Valea Neamțului. Duminică dimineața, la ora 5, grupul condus de Ioan Kanyuk prin firma lui Iuliu

Sandor, a pornit cu *decovilul* și pe jos, de pe Valea Cladovei pe traseul: Cladova Mică, Pasul Cladova, Clădescu. Tot în această zi, a fost pusă la dispoziția turiștilor o garnitură specială a tramvaiului electric, cu destinația Pâncota, de unde participanții puteau ajunge la Căsoaia, fie cu un autobuz special, sau pe jos urmând ca bagajele să le fie transportate cu un autocamion.

Sărbătoarea de inaugurare s-a bucurat de un succes deplin, fiind emisă cu acest prilej, o insignă care înfățișează imaginea cabanei din Căsoaia, în momentul inaugurării.

Organizația *Căsoaia Căminul Turiștilor Arădani SA, Stațiune climaterică* a funcționat până în 1948, când s-a autodizolvat, clădirea fiind naționalizată împreună cu tot inventarul și preluată de noile structuri ale sindicatelor și statului.

Organizații turistice arădene

Profesor Horia Truță

Arad Tourism Organizations .The article makes a review of Arad tourism organizations and their history constitution.

Keywords: history, Arad tourism organizations.

No. acțiunii: 515 TALON „CĂSOAIA” CĂMINUL TURISTILOR ARĂDANI S. A. ARAD va elibera contra acestei talon o nouă călărie de transport pe apă cu Năvod de mal sau.	Cupon No. 16 No. acțiunii: 515 „CĂSOAIA” CĂMINUL TURISTILOR ARĂDANI S. A. ARAD Cupon pentru 1 (un) acțiunii pe anul 1936.	Cupon No. 15 No. acțiunii: 515 „CĂSOAIA” CĂMINUL TURISTILOR ARĂDANI S. A. ARAD Cupon pentru 1 (un) acțiunii pe anul 1935.
Cupon No. 12 No. acțiunii: 515 „CĂSOAIA” CĂMINUL TURISTILOR ARĂDANI S. A. ARAD Cupon pentru 1 (un) acțiunii pe anul 1946.	Cupon No. 14 No. acțiunii: 515 „CĂSOAIA” CĂMINUL TURISTILOR ARĂDANI S. A. ARAD Cupon pentru 1 (un) acțiunii pe anul 1945.	Cupon No. 13 No. acțiunii: 515 „CĂSOAIA” CĂMINUL TURISTILOR ARĂDANI S. A. ARAD Cupon pentru 1 (un) acțiunii pe anul 1947.
Cupon No. 11 No. acțiunii: 515 „CĂSOAIA” CĂMINUL TURISTILOR ARĂDANI S. A. ARAD Cupon pentru 1 (un) acțiunii pe anul 1943.	Cupon No. 10 No. acțiunii: 515 „CĂSOAIA” CĂMINUL TURISTILOR ARĂDANI S. A. ARAD Cupon pentru 1 (un) acțiunii pe anul 1944.	Cupon No. 9 No. acțiunii: 515 „CĂSOAIA” CĂMINUL TURISTILOR ARĂDANI S. A. ARAD Cupon pentru 1 (un) acțiunii pe anul 1941.
Cupon No. 8 No. acțiunii: 515 „CĂSOAIA” CĂMINUL TURISTILOR ARĂDANI S. A. ARAD Cupon pentru 1 (un) acțiunii pe anul 1940.	Cupon No. 7 No. acțiunii: 515 „CĂSOAIA” CĂMINUL TURISTILOR ARĂDANI S. A. ARAD Cupon pentru 1 (un) acțiunii pe anul 1939.	Cupon No. 6 No. acțiunii: 515 „CĂSOAIA” CĂMINUL TURISTILOR ARĂDANI S. A. ARAD Cupon pentru 1 (un) acțiunii pe anul 1938.
Cupon No. 5 No. acțiunii: 515 „CĂSOAIA” CĂMINUL TURISTILOR ARĂDANI S. A. ARAD Cupon pentru 1 (un) acțiunii pe anul 1937.	Cupon No. 4 No. acțiunii: 515 „CĂSOAIA” CĂMINUL TURISTILOR ARĂDANI S. A. ARAD Cupon pentru 1 (un) acțiunii pe anul 1936.	Cupon No. 3 No. acțiunii: 515 „CĂSOAIA” CĂMINUL TURISTILOR ARĂDANI S. A. ARAD Cupon pentru 1 (un) acțiunii pe anul 1935.
Cupon No. 2 No. acțiunii: 515 „CĂSOAIA” CĂMINUL TURISTILOR ARĂDANI S. A. ARAD Cupon pentru 1 (un) acțiunii pe anul 1934.	Cupon No. 1 No. acțiunii: 515 „CĂSOAIA” CĂMINUL TURISTILOR ARĂDANI S. A. ARAD Cupon pentru 1 (un) acțiunii pe anul 1933.	

Prima Asociație numită *Societatea Turistică a Regiunii Muntoase Arădene*, condusă de Victor Tedeschi și Kadas Antal a fost înființată la 23 noiembrie 1899. Organizația a inițiat încă din primul an, 14 excursii, cu o participare de 250 persoane. În anul 1903, organizația, a devenit: *Societatea Turistică Arădeană*, în 1908 fiind întocmită prima hartă turistică a Munților Highiş-Drocea (Munții Zărandului).

În perioada 1924-1926 a funcționat în Arad Societatea *La drum* care, în 1926, a solicitat Primăriei orașului, o subvenție pentru a construi un refugiu în Munții Apuseni.

Prin Decizia Ministerului de Interne din 15 iul. 1935, sub autoritatea Prefectului, a fost înființat Oficiul Județean de Turism. Crearea Filialei din Arad a Touring Clubului Român a fost pregătită printr-o ședință consultativă ținută în sala de concerte a Palatului Cultural cu participarea a 40 arădeni membri fondatori. La 15 ianuarie 1936, a avut loc ședința constitutivă, fiind alese organele de conducere, în următoarea componență: președinte dr. Caius Lepa - Directorul Școlii Normale din Arad, vicepreședinte Ștefan Ieșanu - Directorul filialei din Arad a Băncii Românești, secretar, Gheorghe Crișan - avocat, casier Gheorghe Irimie - funcționar la Banca Arădană, membri: Andrei Streza - inspector silvic, Gheorghe Șincai - inginer, Tiberiu Vuia - avocat, președintele Asociației Ziariștilor și Publiciștilor Români din Arad, Traian Mager - profesor, Zeno Brătescu - funcționar; cenșori: V. Moșoiu - avocat, Al. Adam - avocat, N.

Stanoev - avocat; supleanți: Zeno Antonescu - avocat, Toma Stelicovschi - profesor, Octavian Lupaș - avocat.

În 1938, membrii filialei din Arad al Toring Clubului Român în număr de 124 persoane, se bucurau de însemnate reduceri în toate casele de adăpost din țară, pe transportul CFR și tramvaiul electric Arad – Podgoria.

Oficiul Județean de Turism a fost desființat prin Decret regal, la 27 august 1938

ADUCERI AMINTE

Blidar Marin **Un exemplu de urmat**

Profesor Avram Cristian
Liceul „Ioan Buteanu” Gurahonț

Blidar Marin - A Model to Be Followed



L-am cunoscut pe domnul profesor de când eram elev al liceului din Gurahonț. Mă gândeam să ajung și eu un profesor la fel de bun și apreciat de toți colegii ca și el. Anii au trecut și dorința mea s-a împlinit. Datorită unei întâmplări nu prea fericite, dar care s-a terminat cu bine am ajuns profesor chiar în locul lui.

Născut pe 30 iunie 1950 în Iosășel comuna Gurahonț, școala primară a făcut-o în satul Valea Mare, în aceeași comună a locuit în perioada copilăriei. Continuă studiile la Școala Generală din Gurahonț, în continuare face și liceul în aceeași localitate.

În această perioadă având calități fizice, încă de mic este selecționat în echipa de fotbal Unirea Gurahonț, care în acea perioadă juca în campionatul pe regiuni Crișana, iar mai târziu în campionatul

județean Arad

În anul 1969 a absolvit liceul și urmează cursurile Școlii Postliceale de Instalații Sanitare și Încălziri Centrale de pe lângă Consiliul Județean Arad. După ce a finalizat această școală, lucrează un an la Liceul Gurahonț, ca și maistru.

Încă de când era copil, visa să ajungă profesor de educație fizică, la fel ca mentorul său Schelegia Dimitrie. În 1972, dă admitere la Facultatea de Educație Fizică din Oradea, unde reușește, și visul devine realitate.

Fiind student la Oradea părăsește echipa de fotbal din Gurahonț și se transferă la Tinca, apoi la Minerul Șuncuius, echipe din județul Bihor, unde își încheie activitatea de jucător de fotbal. Cum pe vremea aceea județul Arad era un județ închis pentru învățământ, este repartizat la Bîra Boghicea, din județul Neamț.

În anul 1975 se transferă din județul Neamț la Liceul Gurahonț și Școala Generală Iacobini, unde rămâne până în anul 1986. La Școala din Iacobini este numit președinte al Consiliului Comunal al Pionerilor, funcție pe care o deține până la plecarea din școală. Din 1986 se transferă la Școala Generală din Vârfurile și Școala Generală Hălmagiu, unde obține rezultate

deosebite în Cupa Zarandului și cu echipa de fotbal în cadrul Olimpiadei Naționale a Sportului Școlar.

Din 1990 până 1997, a funcționat la Școala Generală Hălmagiu, unde a înființat pentru prima dată o echipă de handbal băieți. Revine din acest an la Școala Generală Vârfurile, unde rămâne până în anul 2000, când se transferă definitiv la Liceul din Gurahonț. Aici obține rezultate deosebite la atletism handbal și fotbal. Datorită calităților de bun organizator, este ales în anul 2008, responsabil de centru.

Pentru mine a fost o onoare să lucrez în anul 2014, pe postul dânsului, care a avut probleme de sănătate, reușind să treacă peste ele cu bine. În acest an, am căutat să continui activitatea pe care dânsul a început-o în urmă cu 14 ani. Pentru mine a fost un mentor și un exemplu de urmat. Acum când iese la pensie noi colegii din centrul Gurahonț îi urăm „Multă sănătate și La mulți ani”.

Dascăl și OM
Profesor Petronius Gheorghe

Prof. înv. primar Daniela Contraș
Școala Gimnazială „Aron Cotruș” Arad

Teacher and MAN- Professor Gheorghe Petronius



Câți oameni sunt într-un om? Aș spune că sunt tot atâția câte etape traversează în viața sa.

PetroniusGheorghe este cunoscut ca: sportiv, profesor, soț, părinte, bunic și prieten.

S-a născut în 9 februarie 1950 la București. Cinci ani mai târziu se mută împreună cu familia în Arad, orașul natal al mamei lui.

Între anii 1957-1965 a fost elev al Școlii Generale nr. 13 din Arad, actuala Școală Gimnazială „Aron Cotruș”. Urmează cursurile Liceului „Ioan Slavici” din Arad, cu profil real, între anii 1965-1969.

Din clasa a IX-a începe să practice atletismul – proba de garduri, sub îndrumarea profesorului Toma Henrich, fost săritor cu prăjina.

În clasa a X-a este legitimat la Clubul Sportiv UTA Arad - secția atletism, unde se antrenează sub îndrumarea profesorului Ioan Marconi – fost alergător de 400 m garduri, care l-a îndrumat spre marea performanță. În acel an a fost ales în lotul lărgit de atletism juniori categoria a II-a, unde participă la antrenamente centralizate. În clasa a XI-a, obține titlul de campion național școlar.

În 1969 este ales al 4-lea sportiv din primii 10 ai județului Arad.

După absolvirea liceului încep să apară mai multe rezultate pe plan național:

- campion național la 400 m garduri, 54,4”
- recordmen național la 400 m garduri 53,3”
- campion național școlar 400 m garduri
- component al lotului național de juniori categoria I, cu participări la competiții internaționale bilaterale, triumfiulare, patrule, cu Grecia, Ungaria, RDG, Polonia, Bulgaria, Cehoslovacia.

Din toamna anului 1969 devine student al Institutului de Educație Fizică și Sport București, pe care-l absolvă patru ani mai târziu, în anul 1973, devenind profesor de educație fizică și sport, licențiat în atletism. În perioada studenției a fost îndrumat de asistent universitar Ursac Mircea – fost alergător la 400 m garduri.

În perioada 1969 – 1972 a căutat să îmbine în mod plăcut viața de student, bursier, cu cea de atlet de performanță bucurându-se de următoarele rezultate:

- 8 titluri de campion universitar în probele de 200 m, 400 m, 4x400 m garduri,
- recordmen național în proba de 500 m – 62,3”,
- recordmen național în proba de 600 m – 1:18,6”,
- recordmen național de sală – 49,6”,
- recordmen național de sală – 48,6”,
- două titluri de campion național de seniori cu echipa Clubului C.A.U. București,
- vicecampion național de seniori în proba 400 m garduri,
- locul IV Campionatele de Sală de la Sofia – 49,6”,
- locul III Campionatele Universitare de Sală de la Sofia 1972 – 48,6”,
- locul III Balcaniada cu ștafetă 4x400 m.

A fost cooptat în lotul național de seniori și apoi în lotul lărgit pentru jocurile olimpice de la Munchen din anul 1972.

Visul atletului, Petronius Gheorghe, de a participa la Jocurile Olimpice de la Munchen, a fost spulberat de o problemă de sănătate a sportivului, ceea ce l-a făcut să renunțe la cariera sportivă, dar nu la sport.

În anul 1973 este repartizat ca profesor la Clubul Sportiv Școlar nr. 1 din Arad unde împărtășește tainele sportului care l-a consacrat elevilor săi. Încă din primul an de activitate cu elevi aparent obisnuiți, reușește să-i transforme în învingători. Astfel are un campion național de junior II, în proba de 400 de metri, pe sportivul Iova Doru.

Antrenează apoi grupa de aruncări din cadrul căreia se remarcă sportivul Lascu Emil care obține titlul de campion național în proba de aruncare a greutății junior II.

Revine la grupa de sprint, unde obține cu sportivul Alexandru Daniel titlul de campion național la 200 metri juniori II și o campioană națională cu record național juniori categoria II și I la proba cu ștafeta 4x100 de metri.

În anul 1990, în urma unui concurs obține postul de profesor la clasa de atletism, la Colegiul Național ”Moise Nicoară” Arad, la care predă până în anul 1999. Antrenând sportivii după moto-ul: ”nu mă opresc când obosesc, ci mă opresc când termin antrenamentul, căci învingătorii se antrenează, iar învinșii se plâng”, se bucură și aici de rezultate remarcabile cu sportivii Dobre Laviniu și Gheorghe Corina, campioana națională la garduri categoria copile.

Se întoarce pentru a-și încheia activitatea profesională, la școala unde a început ca elev, Școala Gimnazială „Aron Cotruș” Arad. Aici, reușește să-i facă pe elevii săi să iubească sportul, folosind un ingredient important în formula unui profesor de succes: capacitatea de a fi model,

dascăl și prieten concomitent. În acești 15 ani a pregătit echipele școlare de volei băieți și fete, tetratlon, cros, șah.

A participat la creșterea prestigiului unității școlare prin sporirea calității actului educațional. A fost Șeful Comisiei Arte, Sport și Tehnologii, membru în Consiliul de Administrație. A participat în calitate de membru al comitetului de organizare, la concursurile și olimpiadele județene, interjudețene, naționale și internaționale, la organizarea de concursuri și festivaluri la nivel internațional, interjudețean sau interșcolar.

Deși în acest an 2015 își încheie activitatea profesională din cadrul învățământului, pensionându-se, colegul meu, Petronius Gheorghe își continuă activitatea de dascăl, cel mai bun dascăl, pentru nepoții săi Luca și Alex. Exact în anul pensionării, cel mai mare nepot, Luca își începe viața de elev la școala la care bunicul său a învățat și a predat în ultimii 15 ani de activitate.

Aceasta este povestea unui OM care poate fi: dascăl și prieten, copil și bunic în același timp. Un om minunat și fericit.

RECOMANDĂRI PENTRU COLABORATORI

La redactarea materialelor trimise pentru publicare, rugăm colaboratorii să ia în considerare următoarele:

Lucrările de cercetare științifică să fie structurate în următoarele capitole:

INTRODUCEREA – care să arate motivele alegerii temei, importanța teoretică și practică, nivelul de pretenție etc.

IPOTEZA – supoziție formulat precis de autor în legătură cu un anumit fenomen și la care se așteaptă răspuns prin cercetarea efectuată.

METODOLOGIE – care va descrie particularitățile subiecților, condițiile selectării, modul de organizare a grupelor etc. Vor fi menționate metodele de cercetare, periodicitatea măsurărilor, ambianța de lucru etc.

REZULTĂTELE – capitol în care se prezintă tabele cu date ordonate și prelucrate statistic, grafice sau alte materiale ilustrative. Rezultătele se analizează, explică și interpretează prin prisma datelor teoretice și practice.

CONCLUZII – rezultătele se interpretează în legătura cu ipoteza de cercetare și datele actuale ale științei. Se arată modul de aplicare a rezultatelor cercetării și metodica acestora pentru autor sau alți specialiști.

BIBLOGRAFIE – se indică lucrările reprezentative ce au stat la baza cercetării.

Se trec în ordine următoarele elemente: autorul, anul apariției, titlul, editura și locul. În text, numele autorilor citați vor fi urmate de o paranteză, în care se va trece anul apariției lucrării.

Reamintim că indicarea surselor bibliografice constituie obligație deontologică.

Articolele informative vor cuprinde într-o formă sintetice și sistematică aspectele temei abordate.

Articolele trimise pentru publicare trebuie să îndeplinească următoarele condiții:

- să nu mai fi fost publicate în alte reviste;
- să aibă 4-5 pagini, format A4, în limita posibilităților;
- să aibă un rezumat în maxim 10 rânduri în limba engleză;
- să cuprindă titlul și cuvintele cheie în limba engleză;
- să fie transmise prin e-mail sau C.D., având următorul format:
- Titlul: Times New Roman, Bold 14, centrat;
- Autorii: Times New Roman, Bold 12, italic, dreapta;
- Instituția: Times New Roman, Bold 12, italic, dreapta;
- Lucrarea va fi redactat cu caractere Times New Roman 12, normal; spațierea va fi la un rând, iar figurile și tabelele vor fi inserate în text. Setarea paginii va fi: Top-2,0, Bottom-2,0, Left-2,5, Right-2,0, Gutter-0, Header-3, Footer-0.

Bibliografia va fi redactat în Times New Roman, 12 normal, stânga – dreapta.

Nu se acceptă lucrări care sunt scrise fără diacritice românești.

Autorii străini pot publica lucrarea într-o limbă de circulație internațională.

Răspunderea pentru conținutul științific al materialului revine în întregime autorului! Materialele nepublicate nu se restituie.

Se acceptă dreptul la replică cu argumente științifice exprimate civilizate.

COLECTIVUL DE REDACȚIE

ARAD -22 august 2015



Descoperă Rowmania este o campania națională de promovare a patrimoniului local și urmărește descoperirea Romaniei naturale, prin promovarea mișcării în aer liber.

Obiectivul campaniei este să reproprie oamenii de natură și să-i reconecteze la aceasta, având ca instrument canotca, ca activitate vâslitul, ca main drive – competiția, și ca inspirație – mișcarea Rowmania și inițiatorul acesteia, Ivan Patzaichin.

Rolul acestor evenimente este și acela de a crea coeziune în comunitatea locală, prin punerea în valoare a unui spațiu public de socializare și prin asigurarea unor activități de agrement și oportunități de activități conexe (jocuri în aer liber, activități culturale (concert, teatru), activități gastronomice etc).

În același timp se pot constitui și ca platforme de dezbateri în jurul unor teme mari: preocuparea pentru un stil de viață sustenabil, includerea sportului și a mișcării în aer liber în panoplia măsurilor de creștere a calității vieții, concepte moderne de turism (turism de bun simț, turism lent, ecoturism), protecția mediului, dezvoltare durabilă, activarea potențialului de dezvoltare locală, legătura dintre proiecte generate local și creșterea prosperității localităților respective etc.

Nu în ultimul rând, este un proiect inspirațional (avându-l în centru pe Ivan Patzaichin), al cărui obiectiv este promovarea mișcării în aer liber, în ambarcațiuni cu vâsle, pentru o mai bună înțelegere și interpretare a naturii.



**ASOCIAȚIA PROFESORILOR
DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
DIN JUDEȚUL ARAD**

P-ța Bibici Margareta, Nr. 1
310126 ARAD - ROMÂNIA
Tel. +40 257 280598
Fax +40 257 214190

CIF16029720
RO88CECEAR0137RON0091294

ISSN 1454-9751

Colectivul de redacție

Redactor șef
Marius Cirin

Redactor șef adjunct
Octavian Lupei
Mihaela Chira

Secretar de redacție
Tiberiu Țiganu

Redactori
Olimpia Ancateu, Paul Barta,
Luminița Bulc, Lucian Popa,
Francisc Schmidt,

Informatician
Voichița Ienci

Grafica
Alexa Chira

