

# Pledoarie pentru o instruire eficientă și plăcută în orele de educație fizică prin utilizarea stilurilor de predare Mosston

**Elena Balint**

*Universitatea „Transilvania” din Brașov, Facultatea de Educație Fizică și Sporturi Montane*

## **Rezumat**

Ca orice activitate umană conștientă, învățarea se realizează într-un cadru organizat, denumit proces de învățământ, definit ca un act care urmărește realizarea unor *scopuri și funcționalități precise*, pentru a realiza obiective bine determinate, presupunând intenționalitate și motivație.

În procesul instruirii se pune în valoare și se vehiculează un anumit conținut informațional, se formează sisteme noționale, informarea stând la baza formării personalității. Prin calitatea informațiilor, prin modul lor de vehiculare se formează și se dezvoltă structurile cognitive, un anumit mod de a gândi, aptitudini, atitudini, trăsături de personalitate.

Având în vedere importanța conținutului procesului de învățământ, se caută soluții pentru determinarea științifică a acestuia, în concordanță cu cerințele actuale și de perspectivă ale societății contemporane.

Conținutul învățării motrice se poate realiza cu succes prin intermediul unor tehnici și strategii de predare prefigurate și denumite de Mosston (1966) *Spectrul de frecvențe al stilurilor de predare în educație fizică și sport*.

**Cuvinte cheie:** învățământ, proces didactic, predare-învățare, strategii didactice, stiluri de predare.