

Dezvoltarea echilibrului dinamic prin mijloace specifice jocului de volei

Florin Țurcanu¹, Miron Ionescu²

¹Universitatea de Medicină și Farmacie Târgu Mureș, Disciplina Educație Fizică

²Universitatea „Babeș Bolyai” Cluj Napoca, Facultatea de Psihologie și Științe ale Educației

Rezumat

Premize. Conceptul de pregătire psihologică, deci și de pregătire psihomotrică, nu poate fi limitat doar la sfera factorilor morali și volitivi, deoarece îi angrenează în oarecare măsură și pe cei intelectuali și atitudinali, toți alcătuind manifestări ale psihicului uman. Deci, pregătirea psihologică, prin componenta psihomotrică, poate fi considerată o componentă a întregului proces de educație și instruire a studentului.

Obiective. Cercetarea și-a propus să urmărească și să stabilească un sistem metodologic de acționare, cu mijloace specifice jocului de volei și implementarea acestui sistem în cadrul activităților didactice de educație fizică cu studenții, în vederea dezvoltării capacităților psihomotrice în general și a echilibrului dinamic în special.

Material și metode. Cercetarea s-a efectuat pe două loturi de subiecți. Lotul experimental cuprinde 44 de studenți de Anul I, de la Facultatea de Medicină. Lotul de control este alcătuit din 51 de studenți de Anul I, de la Facultatea de Medicină. Cercetarea a avut loc în perioada 01 octombrie 2009-31 ianuarie 2011. La lotul experimental, desfășurarea activităților didactice s-a caracterizat prin introducerea în cadrul instruirii a elementelor și procedurilor tehnice specifice jocului de volei. În cazul lotului de control, pentru dezvoltarea echilibrului dinamic s-a acționat exclusiv cu mijloace specifice altor ramuri sportive, altele decât voleiul.

Rezultate. În urma intervenției experimentale, valorile studiate ale echilibrului dinamic corespunzător lotului experimental, au crescut progresiv față de faza de pre-test executată la începutul semestrului I al anului universitar 2009/2010.

Concluzii. Această cercetare ne îndreptățește să tragem concluzia generală că dezvoltarea echilibrului dinamic la studenți poate fi realizată mult mai eficient, prin mijloace specifice jocului de volei.

Cuvinte cheie: studenți mediciști, echilibru dinamic, volei.