

PREZENTARE ȘI GHID DE UTILIZARE A MANUALELOR

PREGĂTIRE SPORTIVĂ PRACTICĂ – **ATLETISM**

PREGĂTIRE SPORTIVĂ PRACTICĂ – **FOTBAL**

Clasa a V-a

I. ARGUMENTAȚIE

Manualele de Pregătire sportivă practică – Atletism și Pregătire sportivă practică – Fotbal, clasa a V-a, nivel începători, anul I de instruire, propus de **Editura LITERA** – în contextul **Reformei curriculare a Ministerului Educației Naționale**, la nivelul claselor gimnaziale – învățământ integrat sportiv – preconizată a fi aplicată începând cu anul școlar 2017–2018 – **reprezintă o continuare a primei etape a acestei reforme**, respectiv conceperea unei noi programe școlare la nivelul învățământului integrat sportiv.

Editura „LITERA” și colectivul de autori al celor două manuale propun o schimbare de paradigmă a aplicării programei școlare și a predării acestor discipline, impusă de realitățile cu care se confruntă sistemul educațional din România.

Autorii doresc astfel să transforme activitatea sportivă școlară într-un vector de acțiune și imagine care să pună în acord principalele forțe implicate în dezvoltarea și modernizarea sa, atât în plan științific, cât și în plan curricular.

Procesul european de difuziune care a început în anii '90 a contribuit la identificarea a patru vectori majori care produc reconfigurări și reechilibrări ale noilor programe de educație fizică și sport și, implicit, ale întregii activități:

- o vectorul de patrimoniu cultural;
- o vectorul care subliniază educația prin și pentru mișcare;
- o vectorul care privește orientarea spre sport;
- o vectorul educației pentru sănătate.

La ora actuală, putem afirma că și în România s-a încercat o întrepătrundere a acestor patru tendințe, fapt care a condus la o modificare a concepției privitoare la misiunea și rolul educației fizice și sportului în societate, reflectată și în conținuturile curriculare corespondente.

În acest context, semnalăm apariția în premieră a manualelor de **Pregătire sportivă practică – disciplină de specializare ATLETISM** și **Pregătire sportivă practică – disciplină de specializare FOTBAL**, concepute și elaborate în conformitate cu cerințele prevăzute în **Programa școlară, la disciplinele sportive menționate, din aria curriculară Educație fizică, sport și sănătate, pentru clasa a V-a, învățământ gimnazial integrat, aprobată prin Ordinul MEN Nr. 3393, din 28 februarie 2017.**

În cadrul celor două manuale autorii au atins trei dimensiuni fundamentale ale procesului didactic:

- **predarea-instruirea**, realizată de cadrul didactic;
- **învățarea-consolidarea de cunoștințe practice și teoretice**, realizate de elevi;
- **autoevaluarea** (realizată de elev) și **evaluarea cunoștințelor acumulate** (realizată de elev și de cadrul didactic).

Ca urmare, considerăm oportună sublinierea câtorva aspecte privind statutul și rolul profesorului-antrenor chemat să răspundă, prin competențe specifice activității sale, necesității de educare/pregătire a viitoarelor generații de cetățeni/sportivi.

- ❖ **Specialist în domeniul motricității umane** – orice profesor trebuie să prezinte un nivel de pregătire profesională optimă; pe baza acestei pregătiri, prin examene periodice, dobândește sau își menține statutul de cadru didactic.
- ❖ **Coordonator al procesului de învățare** – profesorul va acționa în sensul selectării metodelor și mijloacelor celor mai adecvate, pentru transmiterea către copii a cunoștințelor prevăzute în programele și manualele școlare (inclusiv în programele de învățare permanentă); acesta va stabili criteriile de evaluare a elevilor și va accepta rezultatele, ca feedback al propriei activități; totodată, va crea o atmosferă educațională optimă pentru realizarea obiectivelor procesului de învățământ.
- ❖ **Formator** – profesorul este purtător al cunoașterii și transmițător al cunoștințelor; prin capacitatea sa profesională creativă, de adaptare și readaptare, profesorul va realiza modelarea intelectuală și profesională a elevilor.
- ❖ **Educator** (factor educogen) – profesorul va fi preocupat să le furnizeze elevilor săi un model profesional, moral și social care va fi materializat prin propria persoană; în același timp, el va fi pentru elevii săi un consilier care îi va susține în rezolvarea diferitelor probleme cu care se confruntă și în găsirea propriilor resurse ale devenirii lor, la vârsta adultă;
- ❖ **Partener al educației** – implică raporturile stabilite de profesor cu ceilalți factori educativi (părinți, familie, comunitate locală); prin prisma acestui statut, profesorul devine partener la schimbarea mentalităților și atitudinilor, la acțiunea interactivă privind conștientizarea adaptării și reformării, a autoformării și perfecționării;
- ❖ **Membru al corpului profesoral** – implică relațiile profesorului cu colegii săi, cu factorii de conducere etc. Apartenența la o echipă educațională îi conferă fiecărui profesor atribuții și responsabilități pe care nevoia de eficiență a actului educațional îl determină să le îndeplinească.

Statutul de **manager** al profesorului-antrenor rezultă din cel puțin două caracteristici interne ale profesiunii de educator:

- o din definiția educației rezultă că intervenția profesorului este conștientă, rațională, coordonată în direcția influențării personalității subiecților, de aceea rolul său de conducător reprezintă una dintre caracteristicile principale ale activității pe care o desfășoară;
- o în spiritul educației contemporane, profesorul nu mai este doar o sursă de învățare, ci este și organizator, coordonator, evaluator al resurselor (didactice, materiale, umane) și al condițiilor (sociale, psihologice, pedagogice) necesare realizării obiectivelor instructiv-educative.

Din aceste caracteristici rezultă că principalele activități ale oricărui cadru didactic – proiectarea, organizarea, luarea deciziilor, dirijarea procesului educativ, evaluarea,

rezolvarea situațiilor specifice etc. – trebuie să fie *reinterpretate prin prisma managerială*, în vederea creșterii eficienței întregii activități.

II. GHID PRACTIC DE UTILIZARE A MANUALULUI

Manualul de **Pregătire sportivă practică**, prin conținutul informațional pe care îl pune la dispoziția profesorului-antrenor și elevului, are rolul de a argumenta științific faptul că dezvoltarea motricității elevilor, în lecțiile de pregătire sportivă practică, trebuie realizată ca un proces de adaptare continuă a organismului la cerințele mediului natural și social, ce asigură dezvoltarea posibilităților sale funcționale, de la un nivel calitativ inferior, specific unei etape din viață, la altul superior, obținut și ca efect al practicării în mod organizat și continuu a exercițiilor fizice într-un mediu competitiv, care obligă la autodepășire și la autocunoaștere.

În acest sens, **Unitatea 1 Noțiuni introductive – sport și pregătire sportivă practică** aduce în fața cititorului o serie de aspecte/fațete ale sportului și subsistemelor sale, precum și ale pregătirii sportive menite să-i asigure elevului sportiv suportul necesar însușirii terminologiei specifice domeniului și disciplinei de specializare.

Profesorul-antrenor poate recurge la aceste informații pe parcursul lecțiilor practice îndeplinind astfel obiectivele pregătirii teoretice, în contextul abordării integrale a componentelor antrenamentului (pregătirea fizică, tehnică, tactică, teoretică, psihică, artistică, acolo unde este cazul).

Prin informațiile oferite de **Unitatea 2 Corp și mișcare**, dublate de lecțiile practice, copiii vor conștientiza că, sub acțiunea organizată și continuă a exercițiului fizic, procesele de creștere și dezvoltare sunt influențate pozitiv, favorizând și accelerând mecanismele de adaptare și transformare ale principalelor funcții vitale ale organismului.

Cele mai importante **noțiuni legate de mișcare** ce trebuie să se regăsească în conținutul lecțiilor sunt:

- conștientizarea corporală;
- conștientizarea spațială;
- efortul fizic apreciat prin prisma senzațiilor resimțite în timpul mișcărilor;
- relațiile cu obiectele, cu ceilalți etc.

Conștientizarea corporală se referă la înțelegerea relațiilor dintre corp și segmentele sale aflate în mișcare sau aflate în relație cu alte obiecte sau persoane. Noțiunile legate de poziții și relații pot fi ușor învățate și exersate în orice context bazat pe mișcare. Pentru sportiv, în special, cunoașterea propriilor segmente și părți ale corpului, precum și diferențierea întreg-parte, sunt esențiale în controlul și reglarea mișcărilor pe termen lung.

De asemenea, în cadrul lecțiilor, profesorul trebuie să ia în calcul faptul că procesul dezvoltării motrice a copilului este ierarhic și, evident, predictibil; un anumit comportament al copiilor se „desprinde” din pattern-urile tipice, mai devreme sau mai târziu.

La modul general, *dezvoltarea este definită prin următoarele caracteristici:*

☀ Dezvoltarea vizează un proces continuu de modificare a capacității funcționale. Dacă privim această capacitate ca posibilitate a individului de a face față

solicitărilor din viața cotidiană, atunci trebuie evidențiat că ea parcurge un proces evolutiv de acumulări; organismul se dezvoltă progresiv, dar modificările produse pot fi mai mult sau mai puțin semnificative în diferite perioade din ontogeneza subiectului.

☀ Dezvoltarea este în relație cu vârsta cronologică, însă nu este dependentă de acesta. Pe măsură ce copilul înaintează în vârstă, procesele de dezvoltare încep să acționeze, dar ele pot fi mai rapide sau mai lente, de aceea și rata de dezvoltare diferă uneori semnificativ la copiii de aceeași vârstă. Se poate spune, deci, că vârsta biologică și cea cronologică nu se suprapun întotdeauna.

☀ Dezvoltarea presupune schimbări secvențiale. O etapă conduce la următoarea etapă, într-o manieră ordonată și ireversibilă. Această schimbare calitativă rezultă atât din interacțiunile interne, cât și din cele cu mediul extern, natural și social. Pattern-urile de dezvoltare previzibile aparțin speciei umane, dar rezultatul dezvoltării îmbracă forme strict individuale.

Așa se explică de ce *noțiunea de dezvoltare motrică stă la baza noii orientări privind aplicarea personalizată a curriculei școlare*. Specialiștii preocupați de această temă explorează evoluția abilităților motorii ale copilului, precum și factorii care le condiționează.

Nu orice schimbare în execuția unei mișcări constituie o expresie a dezvoltării. De exemplu, dacă un profesor sau un antrenor de tenis observă o schimbare în execuția loviturii de forehand prin modificarea prizei rachetei, asta nu înseamnă că micul sportiv a trecut într-o altă etapă de dezvoltare motorie. În această situație, este mai potrivit termenul de *învățare motrică*, deoarece este legat mai mult de experiență sau practică decât de vârstă. Dacă dorim să includem și învățarea motrică și dezvoltarea motrică în explicarea unei situații, atunci folosim termenul de *comportament motor*.

Efectul pozitiv se răsfrânge și asupra formării și perfecționării priceperilor și deprinderilor motrice, dar mai ales asupra dezvoltării calităților motrice, componente de bază ale capacității motrice, laturi esențiale ale procesului de dezvoltare și pregătire fizică.

Influența pregătirii sportive nu poate fi limitată la latura fizică, biomotrică, deoarece această activitate are aceleași efecte și asupra laturii cognitive.

Exersând pentru dezvoltarea calităților motrice învățarea unor deprinderi și priceperi motrice specializate, întâlnite sub forma elementelor și procedeele tehnice și acțiunilor tehnico-tactice, printr-o participare conștientă, elevul își îmbunătățește și procesele superioare ale activității corticale, „centrul de comandă” al întregii activități a organismului. Așadar, pregătirea sportivă contribuie, pe planuri multiple, la formarea personalității elevilor, la dezvoltarea proceselor de cunoaștere, la formarea sentimentelor, la conturarea principalelor trăsături de caracter.

Lecțiile de pregătire sportivă practică, prin relațiile care se creează între elevi în timpul acestora, prin activitatea organizată, cu solicitare psihofizică mare, disciplină, cu respectarea unor reguli de comportament, presupune trăirea unor sentimente de satisfacție pentru reușita fiecărei acțiuni.

Bine orientate și fundamentate, activitățile specifice pot educa disciplina conștientă, capacitatea elevului sportiv de a pune în practică anumite priceperi și deprinderi, pot

dezvolta, prin repetare, trăsăturile de voință și de caracter, unele deprinderi și însușiri morale, toate îmbogățind experiența de viață a copiilor.

Întărind sănătatea, fortificând organismul elevilor, contracarând efectele sedentarismului și activității unilaterale, lecțiile de pregătire sportivă practică creează premise favorabile desfășurării, la parametri optimi, a celorlalte discipline din planul de învățământ, cu atât mai mult cu cât, prin prisma noului manual, copiii vor beneficia de tratarea interdisciplinară a multor teme facilitând înțelegerea aspectelor privind funcționalitatea propriului organism în diferite ipostaze.

În acest sens, cred că este stimulat și bine-venit sloganul ***nu contează cât de greu este pentru profesor, contează cât de bine este pentru elev.***

În **Unitatea 3 Pregătirea sportivă**, autorii au plecat de la premisa că expansiunea fenomenului sportiv, pe de o parte, și a stilului de viață activ, pe de altă parte, a determinat o multiplicare a programelor de instruire la nivelul școlilor, al centrelor de sănătate, al sălilor de fitness, al cluburilor private etc. și, ca urmare, profesorii din școlile cu program sportiv trebuie să le asigure copiilor o **pregătire de calitate**.

Asigurarea calității presupune racordarea profesorului la noua *concepție despre predare*, care vizează următoarele aspecte metodico-organizatorice:

- adoptarea unei scheme orare care să asigure realizarea obiectivelor-cadru;
- stabilirea conținuturilor potrivit schemei orare adoptate, condițiilor materiale, tradițiilor și opțiunilor elevilor;
- asigurarea, prin orar, a valorificării integrale a bazei sportive și a posibilităților de demixtare a claselor;
- omogenizarea nivelului de pregătire a elevilor și reluarea conținuturilor învățate pe parcursul unui an școlar și de la o clasă la alta, realizând caracterul concentric al predării;
- acționarea constantă, în fiecare lecție, asupra dezvoltării fizice și asupra calităților motrice ale elevilor;
- predarea conținuturilor disciplinei sportive va fi permanent însoțită și de practicarea globală a acestora;
- valorificarea, în plan educativ, a fiecărei lecții.

Însușirea ***deprinderilor motrice*** constituie elementul central al oricărui program de pregătire sportivă. Noțiunea de „deprindere motrică” implică dezvoltarea controlului, preciziei și acurateței în execuție. Pe măsură ce elevul parcurge ciclul școlar, deprinderile fundamentale sunt aplicate ca deprinderi specializate, în funcție de ramura de sport – activități recreative, jocuri dinamice etc.

Dezvoltarea calităților motrice în cadrul programelor de dezvoltare urmărește creșterea abilității și motivației copilului, într-un mediu care reclamă și promovează dezvoltarea condiției fizice.

În consecință, profesorii-antrenor pot opta între cele două abordări pe care le evidențiază literatura de specialitate:

- ***abordarea axată pe efort susținut***, în care copilul lucrează fie mult, fie intens, utilizând mijloace specifice pentru dezvoltarea fiecărei calități motrice;

🌀 *abordarea axată pe activitatea fizică*, în care copilul se bucură de participarea la activități variate de grup, cu rol în formarea atitudinii pozitive și a motivației pentru practicarea exercițiilor fizice.

În vederea creșterii eficienței activității desfășurate la clasă, autorii manualului recomandă recurgerea la **învățarea cognitivă** deoarece, prin intermediul ei, copiii reușesc să învețe *multisenzorial* și *activ*. Această componentă se concretizează în interiorul procesului perceptiv motric care îl însoțește pe copil încă de la naștere.

Învățarea **multisenzorială** exprimă un proces de modificare a comportamentelor, posibil prin internalizarea și integrarea stimulilor senzoriali care conduc la formarea percepțiilor și răspunsurilor perceptiv-motrice.

Învățarea **activă** este implicată în însușirea deprinderilor de mișcare și este condiționată de aspectele cognitive asociate execuției acestora. Cu cât mișcarea este mai complexă, cu atât mai complicate sunt procesele cognitive implicate.

Manualul de **Pregătire sportivă practică** încurajează și **învățarea afectivă**, prin intermediul căreia copiii reușesc să învețe prin descoperire și prin cooperare. În lecțiile practice, aceștia se implică direct într-un proces prin care învață despre ei înșiși și cum să interacționeze cu ceilalți în diferite situații. Abilitățile proprii pe care le conștientizează prin experiența mișcării contribuie în bună măsură la formarea imaginii de sine.

Profesorii, antrenorii și părinții vor urmări ca, prin mijloacele utilizate, să se educe la copii conceptul de sine și socializarea pozitivă. Aceștia joacă un rol important în dezvoltarea lor afectivă, prin utilizarea încurajării, stabilirea unor obiective realiste, autoevaluare obiectivă și crearea unor situații cu conotații morale.

Deși specialiștii în psihologia infantilă, educatorii în general, recunosc că dezvoltarea afectivă este mai greu de evaluat obiectiv, la nivel subiectiv sunt ușor de observat schimbările pozitive în ceea ce privește comportamentul copiilor care au fost angrenați în activități sportive de calitate, orientate pe succes, adecvate din punct de vedere al dezvoltării atractive, individualizate într-o mare măsură.

În acest context, manualul reprezintă un material suport pentru învățare la care elevul va apela la indicațiile profesorului sau ori de câte ori va simți nevoia de a-și clarifica anumite aspecte privind exersarea. Informațiile cuprinse în manual vor fi transmise de profesor pe parcursul lecțiilor practice, sub forma indicațiilor/explicațiilor/demonstrațiilor sau folosind ca suport intuitiv imagini/filme din manualul digital. Lecțiile practice nu se vor transforma în prelegeri. Elevii vor parcurge conținuturile în timpul liber, vor aplica exercițiile destinate lor și vor avea posibilitatea de a-și evalua cunoștințele teoretice prin intermediul aplicațiilor pe care manualul le cuprinde atât în forma tipărită, cât și în format digital. Modul în care elevii și-au însușit conținuturile se va aprecia prin răspunsurile pe care aceștia le vor formula la întrebările adresate de profesor pe parcursul lecțiilor, prin maniera în care vor executa elementele și procedeele tehnice și prin comportamentul pe care îl vor adopta în competiții.

Unitatea 5, destinată exclusiv disciplinei de specializare, oferă modalități concrete de abordare a conținuturilor specifice. Din punct de vedere practic, specialistul care lucrează cu copiii trebuie să cunoască dacă execuția mișcării este condiționată de factori structurali sau funcționali, aceasta aducând informații despre progresul obținut în termen scurt, pe seama uneia dintre aceste constrângeri.

În cadrul antrenamentelor, sarcinile pot fi: precise, dificile, complexe, maximizante sau optimizante etc. Ele sunt subordonate regulilor care guvernează activitatea motrică.

În atletism, în funcție de probă, deși performanța se exprimă în mod diferit (timp cât mai scurt la alergări, distanțe cât mai mari la sărituri sau aruncări), regulile sunt relativ puține, dacă ne referim efectiv la regulamentul de concurs. În condițiile în care ne raportăm la eficiența mișcării, ca efect al însușirii tehnicii de execuție, atunci bineînțeles că apar o serie de reguli/constrângeri de natură biomecanică.

În fotbal, de exemplu, scopul principal constă în înscrierea golului, dar aceasta presupune și respectarea unor reguli de joc, dar și a elementelor tehnice care pot fi utilizate în acest sens. În cadrul acestui tip de constrângeri includem și echipamentul/materialele specifice (mingi, rachete, schiuri etc.).

Indiferent de disciplina de specializare, la nivelul grupelor de începători, concursul trebuie privit ca mijloc și metodă de pregătire, de obișnuire a copiilor cu atmosfera competițională, cu respectarea regulamentelor și a deciziilor arbitrilor, cu aprecierea propriului nivel de pregătire prin raportare la ceilalți, motiv pentru care atât profesorii, cât și părinții nu trebuie să facă presiuni asupra copilului privind rezultatul.

La acest nivel de vârstă și de pregătire, sursele de motivație trebuie să vină din interiorul sportivului și să includă aspecte ca plăcerea de a merge la școală/antrenament, mulțumirea de sine ca efect al progresului înregistrat etc. Bineînțeles că pot apărea și recompense, atât din partea părinților, cât și din partea profesorilor, organizatorilor de competiții.

În aceste situații, copilul trebuie să primească recompense post factum, după ce a obținut un anumit rezultat (nu neapărat victoria), ca efect al strădaniei lui de a fi cât mai bun; dacă sportivii vor participa la competiții doar pentru a primi recompense (motivație extrinsecă), nu vor ști niciodată să se bucure cu adevărat de reușitele lor, de achizițiile lor în plan personal. Dacă părinții obișnuiesc să-i promită recompense copilului înainte de competiție, nu fac decât să îi creeze acestuia un disconfort psihic, în sensul că va apărea teama de eșec, grija de a nu dezamăgi etc.

Ca urmare, **Pregătirea sportivă practică** nu trebuie interpretată strict din punct de vedere al performanței în concursul oficial, ci trebuie privită ca disciplină în planul de învățământ din ciclul gimnazial, cu multiple valențe formative și influențe semnificative în dezvoltarea trăsăturilor de personalitate.

Manualele **Pregătire sportivă practică – ATLETISM** și **Pregătire sportivă practică – FOTBAL** încurajează participarea activă a elevilor sportivi la lecții, deoarece îi oferă profesorului-antrenor posibilitatea de:

- a reformula întrebările de mai multe ori pentru a fi sigur că toți copiii au înțeles;
- a folosi un limbaj clar și adecvat copiilor, evitând cuvintele dificile;
- a folosi întrebări deschise, care să dea posibilitatea sportivilor de a exprima ceea ce gândesc și simt pe parcursul lecțiilor;
- a decide împreună cu copiii regulile de urmat în diferite exerciții cu caracter de pregătire;
- a individualiza pregătirea;
- a scoate în evidență faptul că fiecare copil are aptitudini care trebuie valorificate;

- a explica în detaliu activitatea care urmează să fie desfășurată în lecție, astfel încât copiii să știe la ce să se aștepte;
- a face conexiuni între activitatea pe care copiii o desfășoară în antrenamente și competiții și alte activități din planul de învățământ;
- a avea grijă ca activitatea să nu creeze situații dificile pentru copii, de inferioritate de exemplu, ceea ce poate conduce la scăderea încrederii în forțele proprii;
- a promova lucrul în echipă;
- a încuraja participarea la competiții, fără a pune presiune pe rezultat.

Unicitatea PREGĂTIRII SPORTIVE PRACTICE, ca disciplină în planul de învățământ, constă în faptul că aceasta aduce contribuții în toate domeniile învățării, spre deosebire de celelalte discipline în care stimularea este predominant cognitivă.

Programa, ca de altfel întreaga activitate la această disciplină, pune accent pe calitate în mod deosebit și se caracterizează prin îmbinarea echilibrată a stimulării psihomotorii a domeniului cunoașterii și a sferei afective.

III. PRECIZĂRI ȘI RECOMANDĂRI PRIVIND EVALUAREA LA DISCIPLINELE PREGĂTIRE SPORTIVĂ PRACTICĂ – ATLETISM ȘI PREGĂTIRE SPORTIVĂ PRACTICĂ – FOTBAL

Ca elemente generale vizând evaluarea la disciplina Pregătire sportivă practică – Atletism, din perspectiva unui demers educațional centrat pe competențe, **autorii manualului recomandă utilizarea cu preponderență a evaluării dinamice, continue, pe parcursul desfășurării activităților educaționale specifice disciplinei.**

Recomandăm utilizarea unor strategii și modalități de evaluare cu **puternice valențe formative.**

Apreciem că **un proces de evaluare actual și modern va îmbina formele tradiționale** (observare, apreciere, notare, teste și baterii de teste, probe și norme de control) **cu cele alternative** (proiectul personal sau colectiv, autoevaluarea, evaluarea în perechi, observarea sistematică a activității și a comportamentului elevilor).

Profesorul-antrenor va pune accent pe corelarea directă a rezultatelor evaluate cu competențele generale și specifice vizate de programa școlară. În acest fel, **valorizarea rezultatelor individuale ale pregătirii sportive se va realiza prin raportarea la progresul școlar al fiecărui elev.**

Subliniem că **evaluarea progresului individual, a procesului de pregătire sportivă va trebui să prevaleze evaluării performanței sportive individuale, a produsului instruirii.**

Recomandăm **utilizarea unor modalități de evaluare cu puternice valențe motivaționale, legate de practicarea sistematică a sportului de performanță.**

Recomandăm profesorilor-antrenori **extinderea și recunoașterea, la nivelul evaluării, a experiențelor individuale și a competențelor dobândite de elevi și în contexte informale** suplimentare activităților curriculare cu clasa.

În final, subliniem importanța competiției sportive școlare, care trebuie să se constituie într-o **modalitate evaluativă suplimentară, specifică acestui nivel de vârstă.**

Această formă de evaluare devine astfel o pârghie complementară în anumite situații de evaluare.

Extrem de important: competiția sportivă trebuie să constituie un mijloc de pregătire sportivă individuală, și nu un scop în sine al pregătirii.

IV. PRECIZĂRI ȘI RECOMANDĂRI PRIVIND PLANIFICAREA ACTIVITĂȚII LA DISCIPLINELE PREGĂTIRE SPORTIVĂ PRACTICĂ – ATLETISM ȘI PREGĂTIRE SPORTIVĂ PRACTICĂ – FOTBAL

Precizăm că întreaga concepție a manualelor de **Pregătire sportivă practică – Atletism** și **Pregătire sportivă practică – Fotbal**, clasa a V-a, propuse de Editura LITERA, au avut ca fundament **asigurarea cerințelor prevăzute în programa școlară emisă de Ministerul Educației Naționale**. Totodată, **manualele oferă posibilitatea realizării unei planificări și organizări a procesului de pregătire practică, adaptate condițiilor specifice fiecărei unități de învățământ.**

Prin această caracteristică, **manualele se disting net de orice alt manual în care cronologia unităților și a temelor parcurse sunt conforme cu cea de predare/învățare/pregătire la clasă**. În acest sens, **rolul profesorului-antrenor devine unul deosebit de important în îndrumarea elevilor în utilizarea manualului, cu trimiteri punctuale la studiu individual, în funcție de propria planificare a activităților la clasă.**

Specificul activității sportive, care presupune multă, multă repetare, se păstrează, în sensul că multe dintre temele cuprinse în manual se pot repeta de un număr foarte mare de ori, nu în ordinea prevăzută în carte, ci în funcție de obiectivele profesorului, de modul în care elevii sportivi reacționează în pregătire, de nivelul de cunoștințe și experiența motrică a fiecăruia.