

## ABORDAREA INDIVIDUALIZATĂ ÎN EDUCAȚIA FIZICĂ A PREȘCOLARILOR

**Maria MIHAILOVA, lector superior universitar,  
Universitatea de Stat „Alec Russo”, Bălți, Moldova**

***Summary:** This article touches upon the problem of individual and differentiated approach to physical education of preschool age. Criteria of creation of groups of different levels are examined based upon specific, typical manifestations of children. The author proposes different variants of tasks related to the individual needs of children and to particularities of their motor development.*

Pentru a asigura dreptul la educația de calitate pentru toți, pedagogul trebuie să fie pregătit pentru realizarea unui învățământ individualizat și diferențiat, să susțină ceea ce este deosebit, specific de care copilul dispune de la natură.

Necesitatea firească a copilului în mișcare, caracteristică vârstei preșcolare, se cere a fi încurajată și dirijată, ea constituind o condiție importantă a creșterii și dezvoltării fizice normale. Esențialul constă în crearea condițiilor favorabile pentru valorificarea potențialului fiecărui copil în baza abordării individualizate ale acestuia.

În literatura de specialitate tratarea individualizată este privită ca un complex larg de acțiuni direcționat spre alegerea modalităților de selectare și organizare a conținuturilor, metodelor de învățare adaptate la resursele interioare ale unui copil. În practica educațională existentă realizarea acestui principiu este posibilă în baza creării grupelor de nivel, care implică un număr de copii selectați după manifestări tipice comune, pentru a le oferi un model de învățământ diferențiat [1].

Literatura relevantă oferă mai multe definiții ale noțiunii „abordare diferențiată”, toate avînd un element comun: adaptarea procesului de învățămînt la diversitatea instruiților. Diferențierea este o formă de organizare a instruirii în care copiii sunt grupați în baza manifestărilor tipice, ce permite pedagogului a realiza învățămîntul diferențiat după gradul de complexitate, metodologia învățării [2].

Aplicarea principiului diferențierii și individualizării în educația fizică a preșcolarilor implică:

- studierea particularităților individuale ale discipolilor;
- utilizarea grupărilor, divizărilor copiilor în subgrupe flexibile;
- abordarea flexibilă a prevederilor curriculumului educațional pentru a răspunde nevoilor copiilor;
- crearea condițiilor pentru manifestarea și dezvoltarea posibilităților reale și potențiale ale fiecărui copil;
- justificarea raționalității metodelor și procedeelelor dirijării diferențiate ale activității motrice de sine stătătoare a copiilor;
- crearea mediului educațional favorabil pentru asigurarea diferențierii în activitățile dinamice ale copiilor.

Realizarea acestui principiu în practica educației fizice a preșcolarilor diferă de orientările teoretice existente. Pentru a preveni apariția acestui dezacord, noi propunem studenților să realizeze un program care include: evaluarea nivelului performanțelor copiilor prin strategii didactice adecvate (jocuri dinamice, exerciții practice etc.), să analizeze și să compare rezultatele obținute cu date-standard, care ne oferă literatura de specialitate pentru determinarea vârstei motrice a preșcolarilor, să divizeze copii în grupe pe niveluri, să construiască linii tehnologice diferențiate ținînd cont de nevoile copiilor.

În cadrul acestei activități studenții sunt orientați spre faptul, că nucleul dirijării diferențiate ale activității motrice a copiilor constituie selectarea copiilor pe grupe de nivel. În procesul educației fizice vor fi utilizate în mod obligatoriu, trei criterii de grupare a copiilor:

- *starea sănătății;*
- *nivelul pregătirii fizice;*
- *nivelul activismului motrice* [3].

**Starea sănătății.** Conform rezultatelor obținute în rezultatul examenului medical al stării funcționale a organismului copiii pot fi repartizați în trei grupe.

*Prima grupă* a sănătății — copiii sănătoși, cu un nivel bun de dezvoltare fizică, și funcționare a sistemelor organismului.

*Grupa a doua* — copiii practic sănătoși dar care au dereglări în starea funcțională a organelor și sistemelor (aparatură cardiovasculară, respirator, nivelul de dezvoltare fizică scăzut, dereglări de ținută etc.).

*Grupa a treia* - copii care suferă de boli cronice.

De regulă, frecventează instituțiile preșcolare copiii din grupele întâia și a doua, care pot practica integral exercițiile fizice din programul curricular. Iar cei care suferă de boli cronice sau acute au nevoie de supraveghere medicală permanentă. În perioada de

întremare medicul le recomandă să frecventeze activitățile de educație fizică, mărirind treptat solicitațiile, precum și luând în considerație rezultatele probelor funcționale.

După **nivelul pregătirii fizice** copiii pot fi selecționați în trei subgrupe: copiii cu nivelul *înalt*, *mediu* și *scăzut de pregătire fizică*.

Copii din *prima subgrupă* manifestă indicatori înalți de pregătire fizică, încredere în acțiuni, în caz de nereușită manifestă insistență pentru a obține scopul, pot independent să ia decizie, găsi modalitatea rațională de efectuare a acțiunii, manifestă stăpânirea de sine, percep indicațiile educatorului.

Copiii din *subgrupa a doua* obțin indicatori mijlocii de pregătire fizică. Formarea mișcărilor de bază și dezvoltarea calităților fizice și volitive nu este echilibrată. De rînd cu indicatorii înalți la dezvoltarea forței, iuțelei, rezistenței, acești copii manifestă indicatori scăzuți la îndemînare, comit multe greșeli în tehnica efectuării acțiunilor complicate (sărituri, cățărare etc.) O parte din acești copii fiind îndrumați de către educator, nu efectuează acțiunile precis, se împotrivesc executării exercițiilor care necesită manifestarea mai îndelungată a efortului volitiv.

Copii cu *indicatori scăzuți* de pregătire fizică manifestă nivelul scăzut de dezvoltare a calităților fizice și volitive, de formare a deprinderilor motrice de bază, nu manifestă voință în activitate de exersare. În situații care necesită insistență nu manifestă încredere în sine, nu pot să învingă frica, teama. Numai în condițiile simple manifestă activism, deși atunci cînd însărcinările se complică comportamentul devine pasiv, indiferent.

Dirijarea activității de învățare cu acești copii va decurge în felul următor:

În grupa de copii care manifestă nivelul înalt de pregătire fizică sunt binevenite însărcinările direcționate spre perfecționarea deprinderilor și priceperilor motrice. La aceasta contribuie executarea exercițiilor, jocurilor în condiții noi, din poziții inițiale neobișnuite (sărituri în lungime de pe loc din genuflexiune, alergare din poziția stînd cu spatele înainte etc.). Aceste exerciții pot fi utilizate și în lucru cu copii cu nivelul mediu de pregătire fizică, însă de rînd cu perfecționarea mișcărilor de bază vom propune copiilor însărcinările cu scopul dezvoltării calităților fizice și volitive. De exemplu, pentru dezvoltarea îndemînării vom stimula executarea acțiunilor cunoscute în, combinații noi (jocuri în condiții permanent schimbătoare, exerciții în perechi, cu schimbarea poziției inițiale, pe aparate etc.).

Însărcinări pentru dezvoltarea forței vor include exerciții dinamice (sărituri, cățărarea pe scara de frînghie, exerciții de dezvoltare fizică generală din poziția culcat pe spate, pe abdomen). Pentru dezvoltarea vitezei vom propune exerciții cunoscute copiilor (alergări, jocuri dinamice, exerciții cu întreceri: ajunge cercul, cine mai repede, cine va culege mai mult etc.).

Însărcinările pentru dezvoltarea calităților fizice se vor selecta în așa fel, ca executarea lor să necesite manifestarea voinței. Pot fi propuse următoarele variante ale însărcinărilor:

- așezări pe piciorul drept (stîng) cu mingea medicinală în brațe;
- așezări pe ambele picioare, mîinile la ceafă;
- pășire peste mîinile încleștate jos cu piciorul drept, apoi stîng;

– mers în patru labe pe banca de gimnastică, bîrnă etc.

Preșcolarii cu nivelul scăzut de pregătire fizică sunt necesare însărcinările accesibile, care vor contribui la dezvoltarea lor fizică generală. O deosebită atenție se va acorda dezvoltării mișcărilor de bază. Mai des se vor promova jocuri în care copiii execută aceleași acțiuni, fixînd atenția la calitatea efectuării lor.

Nivelul pregătirii fizice se va lua în considerație și în timpul promovării activităților de educație fizică. La efectuarea exercițiilor de dezvoltare fizică generală obiectivele individualizării se vor referi la reglarea efortului fizic ce se va obține prin schimbarea poziției inițiale, mărirea sau micșorarea amplitudinii mișcărilor, numărul repetării lor.

La efectuarea exercițiilor de bază pentru fiecare grup de nivel vom propune însărcinări diferențiate, direcționate spre formarea și perfecționarea mișcărilor. Varietatea însărcinărilor poate fi următoarea:

1. Copii primesc însărcinări comune după conținut, dar diferite după modul de executare. De ex. sărituri în lungime de pe loc în această variantă vor avea următorul caracter: 1 grup execută săritura din genuflexiune; 2 grup va sări peste un rîuleț (sau respingîndu-se cu un picior de la perete); 3 grup va sări din cerc în cerc.

2. Fiecare grup va avea însărcinări diferite după conținut, dar similare după modul de executare. De ex. însărcinări ce țin de învățarea săriturilor cu desprindere pe un picior pot fi realizate astfel: 1 grup va sări pe un picior peste cubușoarele plasate pe podea; 2 grup va efectua sărituri într-un picior peste linii desenate pe podea; 3 grup va sări într-un picior.

3. Fiecare grup are însărcinare care diferă după conținut și modul de executare. 1 grup va efectua sărituri de pe loc la o înălțime; 2 grup va sări în lungime peste obstacole; 3 grup va efectua sărituri pe ambele picioare deplasîndu-se cu partea laterală [4].

Este important să menționăm, că caracterul executării acțiunilor motrice depinde de mai mulți factori, dintre care metodele instruirii ocupă un loc deosebit. La selectarea metodelor care asigură intuitivitatea învățării ne vom conduce de faptul cum copiii percep orientările spațiale, temporale, ritmice. Cu cît capacitățile motrice ale copiilor sunt mai suficiente dezvoltate, cu atît mai amplu sunt prezentate metodele intuitive. Dacă copiilor cu nivelul înalt de pregătire fizică este îndeajuns să demonstrăm exercițiul în tempo moderat, copiilor cu nivelul mediu și scăzut, exercițiile se vor demonstra în tempo redus cu fixarea atenției la anumite elemente tehnice. Exercițiile complicate se vor demonstra în planuri diferite (stînd cu fața spre copii, cu spate, cu partea laterală), demonstrînd de mai multe ori pe parcursul activității. Se observă că exercițiile se asimilează mai bine de către copii dacă se demonstrează de către un copil. Pedagogul în acest caz explică copiilor detaliile mișcării.

Metoda orientării senzore, care presupune utilizarea reperelor vizuale (obiectele, marcarea terenului, etc.), necesită respectarea anumitor condiții: pentru copiii cu nivelul înalt de pregătire fizică reperate vizuale se vor plasa la distanța limitei lor maxime, pentru copii cu nivelul scăzut de pregătire fizică - la distanța care poate fi învinsă de către acest copil fără eforturi suplimentare, ce permite de a mobiliza posibilitățile fizice ale copiilor din primul grup și a dezvolta încrederea în sine, autoafirmare la obținerea scopului la ceilalți.

Conceperii caracterului acțiunilor contribuie metodele verbale: explicația, analiza, aprecierea. Explicarea detaliată a tehnicii exercițiului cu demonstrarea fiecărui element este

necesară copiilor cu nivelul scăzut de pregătire fizică. Copiilor cu nivelul mediu și înalt este necesar de a evidenția specificul efectuării elementelor mai complicate ale acțiunii, fără a prezenta detaliat celelalte.

Printre metodele practice o deosebită atenție se va acorda repetării exercițiului și acțiunilor sub forma de joc. Pentru copii cu nivelul înalt se va aplica repetarea variată, prin introducerea elementelor competiționale. Copiilor cu nivelul scăzut de pregătire fizică vom propune jocuri în care toți execută aceleași însărcinări, înaintînd cerința de a le efectua corect, calitativ. În grupele cu nivelul mediu sunt eficiente jocuri variind condițiile desfășurării lor.

De cunoștințele speciale va dispune pedagogul pentru dirijarea **activismului motrice** al copilului care aduce o contribuție importantă la obținerea și conservarea stării de sănătate a organismului datorită antrenării lui la un nivel rațional de solicitare a marilor funcții, precum respirația și circulația sangvină. În același timp, limitarea activismului motrice a copilului are impact negativ asupra dezvoltării fizice, evoluției funcției motrice și activității intelectuale.

În determinarea nivelului activismului motrice al copilului este important, ca educatorul să cunoască indicatorii acestora. Investigațiile realizate de M. Runova constată faptul că nivelul activismului motrice al copiilor este diferit. Diferențele în volumul, durata, intensitatea, conținutul acestuia sunt atât de mari încît pot fi depistați nu numai în baza cronometrării locomoțiilor, dar și în cadrul observărilor simple.

Copiii ce manifestă activismul motrice *mediu* se caracterizează prin comportamentul echilibrat, mișcările sigure, precise, direcționate spre un anumit scop. Dirijarea activismului motrice al acestor copii necesită doar crearea condițiilor necesare desfășurării activității motrice (amenajarea spațiului pentru mișcări, organizarea timpului, asigurarea cu jucării motore și utilaj sportiv).

O deosebită atenție necesită copiii cu activismul motric *scăzut*, care poate fi cauzat de climatul psihologic nefavorabil în grupă, mediul obiectual sărac, nivelul scăzut de formare a deprinderilor și priceperilor motrice, interziceri permanente ale adulților care contribuie la formarea comportamentului hipodinamic. Acești copii sunt pasivi, repede obolesc, preferă activități care nu necesită spațiu și mișcare, nu sunt încrezuți în sine.

Copii care manifestă nivelul *înalt* al activismului motrice se deosebesc prin comportament neechilibrat, frecvent nimeresc în situații de conflict. Din motivul intensității înalte ale mișcărilor ei nu pot pătrunde în esența activității, nu sunt în stare să dirijeze mișcările proprii, mai des practică alergare, sărituri, evitînd mișcările ce necesită precizie, exactitate. Acești copii găsesc posibilități de a se mișca în orice condiții [5].

Există opinie că copiii, ce manifestă activism motrice înalt, trebuie limitați în acțiuni dinamice, și atrași spre activități liniștite. Considerăm, că dacă la copil este prezentă necesitatea sporită pentru acțiuni dinamice, ea trebuie să fie satisfăcută, regula de bază fiind: a nu interzice, ci de a regla.

Eforturile pedagogului, coordonate cu nivelul activismului motrice a discipolului, vor implica proceduri tehnice diferențiate. Astfel, cu referință la copiii calificați la *nivelul mediu*,

preocuparea educatorului va fi lărgirea varietății mișcărilor efectuate, sporirea exactității, preciziei acțiunilor, formarea priceperilor copilului de a colabora cu semenii.

În raport cu copiii calificați la *nivelul scăzut*, educatorul va stimula activismul motrice, va trezi interesului pentru mișcare, va forma priceperi de a aplica deprinderile motrice asimilate anterior.

Copiii cu *nivelul înalt* al activismului motric necesită preocuparea educatorului pentru efectuarea precisă a acțiunilor în tempo moderat, îmbogățirea conținutului acțiunilor, antrenarea capacității de gestionare a mișcărilor proprii.

Sa constatat, că copiii manifestă, în măsură mai mare, activismul motrice în cadrul activității de sine stătătoare, ce indică necesitatea cunoașterii de către pedagog a exigențelor privind gestionarea corectă a acesteia, care presupune:

- crearea și ajustarea adecvată a mediului pedagogic (spațiu suficient pentru mișcări; cantitatea necesară de utilaj, inventar, varietatea și atractivitatea materialelor);
- aplicarea metodelor indirecte de activizare a mișcărilor copiilor ținându-se cont de manifestările individuale.
- Esențial este ca pedagogul să:
- stimuleze interesele copilului;
- creeze condițiile favorabile pentru manifestările individuale ale fiecărui copil;
- acorde ajutorul oportun, devenind partenerul copilului.

Procedeele de intervenție pedagogică pot fi diferite. Spre exemplu, observând un copil care se joacă cu mingea, educatorul se va apropia și va sugera exerciții noi, complicând astfel varianta inițiată de copil sau va efectua o serie de exerciții de acest tip. În vederea stimulării conștientizării de către micuți a scopului acțiunii este bine venită crearea motivației de joc. Astfel, observând că copilul cu nivelul înalt de activism motrice aleargă fără rost, educatorul îi poate sugera ideea "să urce pe scara vaporului", "să salveze pe cineva la nevoie", etc.

Importantă este sporirea activismului motrice al copiilor cu nivel scăzut către cel mediu. În acest sens se va apela la jocuri și exerciții pentru dezvoltarea vitezei mișcărilor, rapidității reacției la semnal, etc., și diminuarea nivelului avansat de activism motrice al copiilor, orientându-i spre formarea priceperii de autocontrol, educarea stăpânirii de sine, trezindu-le interesul către jocuri, exerciții care necesită precizie și exactitate. Știind că copiii cu nivelul înalt al activismului motrice preferă să alerge mult fără scop, iar cei cu nivelul scăzut nu își pot găsi o ocupație, dar și unora și altora le sunt dificile exercițiile care necesită coordonare, precizie, pedagogul va propune celor cu nivel diferit de activism să se ocupe împreună (să arunce și să prindă mingea, să rostogolească cercul unul altuia). În urma acestor antrenamente la ei apare necesitatea de a comunica, a exersa împreună și alte exerciții. În consecință copiii cu nivel înalt de activism pot deveni mai liniștiți, trezindu-li-se dorința de a efectua exercițiile mai precis, iar cei cu nivel scăzut pot deveni mai dinamici, îndrăgind exercițiile cu mingea, coarda, cercuri, etc.

Practica educațională demonstrează, că dacă procedeele nominalizate se aplică regulat copiii ajung să se încadreze cu plăcere în activitățile dinamice, acestea având un impact benefic asupra dezvoltării fiecărui discipol.

**Referințe bibliografice:**

1. Cerghit, I. *Metode de învățămînt*. Ed.a IV. Iași: Polirom, 2006.315p.
2. Radu,T. *Învățămînt diferențiat. Concept și starategii*. București: Editura Didactică și pedagogică, 1978.
3. Rotaru, A. *Educația fizică la preșcolari*. Chișinău, 2010, 197p.
4. Рунова, М. *Двигательная активность ребенка в детском саду*. Москва: Мозаика-Синтез, 2000. 265с.
5. Щебеко, В., Ермак, Н., Шишкина, В. *Физическое воспитание дошкольников*. Москва: Академия,1997.