

CITIUS



ALTIUS

FORTIUS

Anul V
Nr. 17 (4 / 2007)



Revistă de Specialitate
a Facultății de Educație Fizică și Sport



UNIVERSITATEA DIN PITEȘTI

TABLE OF CONTENT

FORMS OF EVALUATION OF THE MANAGERIAL STYLE OF COACHES INSIDE THE GAME OF VOLLEY

By Univ. Doctor and Teacher Niculescu Mugurel
Univ. Doctor and Teacher. Niculescu Ionela
Univ. Doctor and LectorVladu Larisa
University of Pitesti

THE OCCUPATIONAL STANDARDS AND THEIR TRANSPOSITION INTO THE EDUCATIONAL SYSTEM

By Univ. Doctor and Teacher COLIBABA –
EVULET DUMITRU
Univ. Doctor and Teacher NICULESCU
MUGUREL
University Assistant COJANU FLORIN

ORIENTATIONS, CURRENT AND LONG-TERM TENDENCIES IN THE HANDBALL OF HIGH PERFORMANCE

Karras Dimitrios – National and Kapodistrian University of Athens, Faculty of Physical Education and Sport Science
Mihăilă Ion – University of Pitești
Ghervan Petru – Ștefan cel Mare University Suceava

METHODOLOGICAL ASPECTS CONCERNING THE SELECTION OF CHILDREN IN THE GAME OF HANDBALL

Koutoulis Anthonis – National and Kapodistrian University of Athens, Faculty of Physical Education and Sport Science
Mihăilă Ion – University of Pitești, The Faculty of Physical Education and Sport

COMPARATIVE STUDY OF THE LEVEL OF PHYSICAL TRAINING OF THE STUDENTS FROM DIFFERENT GENERATIONS

By Maura Stancu

ASPECTS OF THE PROCESS OF EVALUATION OF THE BIOPSYCHO-EMOTIONAL STATE AT THE PERSONS OF THE THIRD AGE

By Nicolau Elena
Pitesti University

CUPRINS

MODALITĂȚI DE EVALUARE A STILULUI MANAGERIAL AL ANTRENORILOR ÎN JOCUL DE VOLEI

Prof.univ.dr. Niculescu Mugurel
Conf.univ.dr. Niculescu Ionela
Lect.univ.drd. Vladu Larisa
Universitatea din Pitești. 12

STANDARDELE OCUPAȚIONALE ȘI TRANSPUNEREA LOR ÎN SISTEMUL EDUCAȚIONAL

Prof. univ. dr. COLIBABA – EVULEȚ DUMITRU
Prof. univ. dr. NICULESCU MUGUREL
Asist. univ. drd. COJANU FLORIN

.....18

TENDINȚE ȘI ORIENTĂRI ÎN HANDBALUL DE ÎNALTĂ PERFORMANȚĂ

Karras Dimitrios – National and Kapodistrian University of Athens, Faculty of Physical Education and Sport Science
Mihăilă Ion – University of Pitești
Ghervan Petru – Ștefan cel Mare University Suceava

.....25

ASPECTE METODOLOGICE PRIVIND SELECȚIA COPIILOR ÎN JOCUL DE HANDBAL

Koutoulis Anthonis – National and Kapodistrian University of Athens, Faculty of Physical Education and Sport Science
Mihăilă Ion – University of Pitești, The Faculty of Physical Education and Sport

.....27

STUDIU COMPARATIV AL NIVELULUI DE PREGĂTIRE FIZICĂ AL STUDENȚILOR DIN GENERAȚII DIFERITE

Stancu Maura 30

ASPECTE ALE PROCESULUI DE EVALUARE A STĂRII BIOPSIHO-AFECTIVE LA PERSOANELE DE VÂRSTA A III-A

Nicolau Elena
Universitatea din Pitești..... 33

OBESITY EXAMINATION FOR THE PREVENTION OF HEALTH DISORDERS ON YOUNG AND MIDDLE-AGED MEN IN GREECE

Mavrovounioti. Chr.,
Department of Home Economics and Ecology,
Charokopio University of Athens
Mavrovouniotis. F., Zaggelidis. G., Argiriadou. Eir.,
Department of Physical Education and Sport
Sciences, Aristotle University of Thessaloniki

.....36

THE CHARACTERISTICS OF THE PREPARATION MODEL INSIDE HIGHLY PERFORMANT GYMNASTICS

By Marian Cretu
University of Pitesti

CARACTERISTICILE MODELULUI DE PREGĂTIRE ÎN GIMNASTICA DE ÎNALTĂ PERFORMANȚĂ

Marian Cretu
University of Pitesti 38

THE SCIENCE OF TECHNICAL PREPARATION INSIDE THE SPORTIVE DANCING

By University Professor Doctor Dan Viorel
Năstase FEFS of the Pitesti University

ȘTIINȚA PREGĂTIRII TEHNICE ÎN DANSUL SPORTIV

Prof.univ.dr. Dan Viorel Năstase
FEFS a Universității din Pitești 43

CITIUS



ALTIUS

FORTIUS



Revistă de Specialitate a Facultății de Educație Fizică și Sport

UNIVERSITATEA DIN PITEȘTI

INDEXARE INTERNAȚIONALĂ

- Revista „CITIUS ALTIUS FORTIUS” este recunoscuta pe plan național de C.N.C.S.I.S., fiind inclusă în publicațiile din categoria C, COD 354
- Ediția electronică, Varianta On-line a Revistei este recunoscută pe plan internațional fiind indexată în baze de date internaționale: (BDI) Index Copernicus, Journal Master List





IC Journals Master List

- Journal of the Week
- Journals Master List
- Journals from CC@list
- Recently Added Journals
- Top 100 Journals
- Publishers
- Top 20 Publishers
- Journal Search
- Evaluation methodology

IC Journals Master List 2007

- Advertisement purchase

Submission Menu

- Register Journal - Free Service
- IC™ Publisher Panel

IndexCopernicus™ Journal Information

[Back](#)

Journal Title (Vernacular)	CITIUS ALTIUS FORTIUS
Journal Title (English)	CITIUS ALTIUS FORTIUS
e-ISSN	1582-8131
Website	http://www.upit.ro/index.php?i=1290
Language of publication :	English, French
Abstracts	English, Romanian
Fulltexts	nila
Frequency	Yes Show >>
Abstracts available in IC	Not active
IC Value - Current	Evaluation pending
IC Value - Expected 2007	
IC Value - History	



Author's profiles (*)

2 authors - click show to view full list

[Show >>](#)

*) Information from IndexCopernicus™ Scientists

Editorial Board (*)

[Cretu Marian](#) - Editor in Chief

*) Information from IndexCopernicus™ Scientists

International Indexation

Current Contents	No
Index Medicus/MEDLINE	No
EBASE/Excerpta Medica	No

Editorial Info

Editor-in-Chief	Cretu C Marian Phone: +40 0745 145557 E-mail: marian.cretu@upit.ro
Executive Editor	Mihaila I Ion Phone: +40 0723 280288 E-mail: paulmihaila@yahoo.com

PREȘEDINTE ONORIFIC AL CONSILIULUI ȘTIINȚIFIC

HONORIFICALLY PRESIDENT OF SCIENTIFIC COUNCIL BOARD

Prof. Tudor O. Bompa, Ph.D. Profesor Emeritus, Universitatea York, Toronto,

**The World Leader in Athletes' Training PO Box 95, Sharon, On, L0G 1V0, Canada
tel: +1 905-478-2666, tudor.bompa@sympatico.ca Ph.D. State University of New York /
Free University of Brussels**

REFERENȚI DE SPECIALITATE

REVIEWER TEAM

Prof. univ. dr. Niculescu Mugurel – FEFS Pitești

Prof.. univ. dr. Lador Ioan - FEFS Pitești

Prof. univ. dr. Colibaba Evuleț Dumitru - FEFS Pitești

Prof. univ. dr. Dragnea Adrian - FEFS Pitești

Prof. univ. dr. Sbenghe Tudor - FEFS Pitești

Prof. univ. dr. Georgescu Luminita - FEFS Pitești

Maitre de conference Denis Parissot - Universite Sophia Antipolis, Nice, France

Maitre de conference Bernard Massiera - Universite Sophia Antipolis, Nice, France

**Conf. univ. dr. Malousaris Grigoris – National and Kapodistrian University of Athens,
Faculty of Physical Education and Sport Science**

**Prof.univ .dr. Gloria Rata – Facultatea de Științe a Sportului, Mișcării și Sănătății
Bacău**

Prof.univ.dr. Pacuraru Alexndru - FEFS Galați

Prof. univ. dr. Ciorba Constantin - INEFS Chișinău

Prof.univ.dr. Ilin Grigore – INEFS Chișinău

COLECTIV DE REDACȚIE

EDITORIAL BOARD

Conf. univ. dr. Mihăilă Ion - Redactor sef, ediția tipărită a revistei

Conf. univ. dr. Crețu Marian - Redactor, sef, ediția electronică, varianta on-line a revistei

**Prof.univ. dr. Mihailescu Liliana – Redactor, Consultant științific de redacție pe
probleme EFS**

**Conf. univ. dr. Niculescu Ionela – Redactor, Consultant științific de redacție pe
probleme EFS**

Conf.univ.dr. Badescu Victor - Redactor

Conf.univ.dr. Fleancu Leonard - Redactor

SEDIUL EDITORIAL

EDITORIAL RESIDENCE

UNIVERSITATEA DIN PITEȘTI

Facultatea de Educație Fizică și Sport Pitești,

Centrul de Cercetare pentru Performanța Umană:

str. Gheorghe Doja nr 41, telefon fax 0248/220116

Persoana de contact - Marian Crețu - email: marian.cretu@upit.ro

Editor - Fianu Sorin - Editura Universității din Pitești - sorin.fianu@eup.ro

Informații pentru autori

Revista CAF – *Journal of Physical Education and Sport (JPES)* edited by University of Pitesti se străduiește să ocupe un loc de frunte în peisajul publicațiilor din domeniul educației fizice și sportului din România. În scopul alegerii celor unei bune manuscrise pentru a fi publicate în revista noastră, colegiul de redacție a decis ca **toate manuscrisele înaintate spre publicare să fie lecturate de către 2-3 review-eri independenți.**

În funcție de comentariile și deciziile lectorilor se va decide și selecționa manuscriselor înaintate redacției. Cele patru forme de decizie privind manuscrisele înaintate sunt următoarele:

- **respingerea ab initio**, de către redacție, fără înaintare către lectori (în cazul deficiențelor grave de redactare/continut, tematică)
- **acceptarea fără modificări** a manuscrisului
- **acceptarea de principiu, cu modificări minore**, a manuscrisului,
- **acceptarea, cu modificări majore**, a manuscrisului.

Decizia va fi comunicată autorului corespondent într-o formă strict anonimă. În cursul procesului de **peer-review**, lectorii vor evalua elementele din tabelul *Protocol de Evaluare* pentru ca un manuscris din categoria **articol original** să devină publicabil.

Pe baza acestor aprecieri din *Protocolul de Evaluare*, manuscrisele vor primi un **scor**, maxim de 100 puncte. Un scor <50 duce la respingere, iar peste 70 articolul devine publicabil. Un scor între 50 – 70 presupune efectuarea unor modificări punctuale.

Comentariile lectorilor/peer-review-erilor vor fi la obiect, formulate limpede, tranșant și fără a discredita/ironiza autorii manuscrisului. Se vor evita afirmațiile generaliste, nesustinite; în schimb, vor fi date exemplificări din text și vor fi făcute sugestii concrete de îmbunătățire a manuscrisului.

Nota: Regulamentul redactional detaliat de funcționare îl puteți găsi și la <http://www.upit.ro/index.php?i=1230>

Cu deosebită considerație, Redactor șef EE, Conf.univ.dr.Marian Crețu ,
 Editor al - CAF – *Journal of Physical Education and Sport (JPES)*



C A F
CITIVS
ALTIUS
FORTIUS

F.E.F.S. PITEȘTI

Journal of Physical Education and Sport (JPES) University of Pitești

Proces de recenzare

Etapa 1

Articolele se trimit obligatoriu în română și engleză în format electronic (CD sau e-mail la adresa marian.cretu@upit.ro și imprimată pe hârtie marțor, (pentru recenzori) pe adresa revistei: Gheorghe Doja 41, Pitești, Jud. Argeș, România

Etapa 2

Articolul trimis în format electronic spre publicare va fi însoțit de o scurtă prezentare personală, un scurt CV profesional, ce nu va depăși 120 de cuvinte, dar care, obligatoriu, va conține date complete de contact, inclusiv cele de corespondență electronică, telefonică și fax.

Etapa 3

Editorul selectează materialele ce respectă rigorile de tehnoredactare. Celelalte materiale sunt eliminate din procesul de recenzare.

Etapa 4

Cel puțin 2 membri din Consiliul editorial (Redactorii șefi) fac o evaluare inițială a relevanței științifice a articolului și stabilesc nominal referenții care să se pronunțe pe fond.

Etapa 5

Se desfășoară faza de evaluare *peer review*, în care sunt implicați 2 referenți (pentru fiecare articol), cu capacitate de expertiză în domeniul propus spre dezbateră.

Etapa 6

Materialele care respectă standardele științifice intră pe lista de așteptare pentru publicare. Cele care pot respecta rigoarea științifică impusă prin efectuarea unor modificări de către autor, sunt returnate acestuia pentru a le completa. Materialele care nu pot respecta minimul de calitate științifică sunt respinse.

Etapa 7

În ordinea listei de așteptare, articolele sunt publicate în revistă.

Etapa 8

După acceptarea articolului propus spre publicare și apariția acestuia în revistă, autorul va primi un exemplar contra cost

România, Tel./ Fax: (+40248) 220116

Autorii sunt responsabili de clarificarea cuprinsului de drepturi de autor și de furnizarea informațiilor cuprinse în articole.

Reviewing process

Stage 1

Articles must be sent in electronic format, in Romanian and English (CD or e-mail at marian.cretu@upit.ro and printed hardcopies (for cross-reference) at: Gheorghe Doja 41, Pitești, Jud. Argeș, România

Stage 2

The article sent for publishing will be accompanied by a short personal presentation and a professional CV of no more than 120 words which must contain complete contact details, including those necessary for technical correspondence (phone and fax).

Stage 3

The editor selects the materials complying with the technical editing norms. The rest of the materials are eliminated from the reviewing process.

Stage 4

At least two members of the Editorial Council and the Scientific Council make an initial assessment of the scientific relevance of the article and nominate the reviewers to produce an informed opinion.

Stage 5

The *peer review* takes place, involving two reviewers (per article) with expertise in the specific domain that is being addressed.

Stage 6

Materials respecting the scientific standards are going on a waiting list for publication. Materials in need of further development for achieving the scientific rigor will be returned to the author for modifications. Materials that cannot achieve the minimum of scientific quality are rejected.

Stage 7

Materials are awaiting publication according to their order on the publishing list.

Stage 8

After the approval of the proposed article and its publishing in the magazine, the author will receive a free copy of the issue. *The authors are responsible for clarifying the copyrights of the various information contained in the articles.*

Aspecte generale importante

Pagina de declarații. Va fi trimisa *prin poștă* odată cu manuscrisul și va cuprinde succint următoarele aspecte:

- numele, adresa poștală, numerele de telefon, fax, e-mail ale autorului corespondent;
- declarație din care să rezulte ca toți autorii au citit lucrarea, ca au contribuit la ea, și ca și-au dat permisiunea ca numele lor să fie incluse drept co-autori;
- declarație din care să rezulte ca manuscrisul nu a fost publicat anterior și ca nu va fi trimis simultan spre publicare la alta revistă. Dacă unele ilustrații, grafice sau părți din text au fost publicate anterior, trebuie să se declare sursa în întregime, și să se obțină permisiunea scrisă a autorului respectiv sau a editurii care deține dreptul de copyright;
- dacă lucrarea implică cercetare clinică, trebuie să se conformeze liniilor directe din Declarația de la Helsinki, și să aibă *aprobarea etică semnată* a comisiei de specialitate din cadrul instituției unde s-a efectuat studiul iar pentru experimentele efectuate pe linia educației fizice și sportului să existe acordul instituției ca datele experimentale obținute pot fi făcute publice. Identitatea subiecților trebuie ascunsă, atât în poze cât și în text.
- declarație de conflict de interese, pe propria răspundere;
- consimțământul informat, semnat, al pacienților participanți la studiu; (pentru studii de natură medicală)
- declarațiile trebuie semnate de toți autorii.
- declarația de copyright se semnează separat de către autori

(Pentru informații suplimentare, va rugăm consultați <http://www.upit.ro> FEFS, Revistă de specialitate

MODEL

Declarație de copyright

Fiecare autor declară pe propria răspundere că materialele prezentate sunt originale. Se declară că nici un alt material similar, complet sau parțial, nu a fost publicat în nici o altă limbă la o altă revistă sau jurnal de specialitate, la conferințe științifice din țară sau străinătate. De asemenea fiecare autor acceptă că nu CAF are responsabilitatea legală pentru orice neînțelegere sau plângere de natură legală și solicitare de compensații.

Autorii care doresc să publice figuri, grafice, texte sau pasaje de text care deja au fost publicate sunt rugați să obțină permisiunea deținătorului de copyright și dovada că această permisiune a fost acordată. Orice material primit fără o astfel de dovadă va fi asumat ca original

Sunt de acord cu prezentul angajament și accept responsabilitatea științifică și legală a articolului publicat

Nume	dată	Semnătură
------	------	-----------

Copyright Transfer Statement

Each author warrants that his submission to the Work is original and that he or she has full power to enter into this agreement. Neither this Work nor a similar work has been published elsewhere in any language nor shall be submitted for publication elsewhere while under consideration by CAF Each author also accepts that the CAF will not be held legally responsible for any claims of compensation.

Authors wishing to include figures or text passages that have already been published elsewhere are required to obtain permission from the copyright holder(s) and to include evidence that such permission has been granted when submitting their papers. Any material received without such evidence will be assumed to originate from the authors.

We are in agreement with the statements and we accept scientific and legal responsibility of the article.

Name	Date	Signature
------	------	-----------

Drepturile redacționale. Publicarea articolului este condiționată de acceptarea faptului ca redactorul are dreptul de a corecta textul, în scopul îmbunătățirii clarității și stilului lingvistic, sau de a-l aduce în limitele impuse ale paginajului.

Paginile „proofs”. Manuscrisul va fi trimis înapoi la autorul corespondent, cu corecturile însemnate de referenți. După realizarea modificărilor cerute, manuscrisele trebuie înapoiate la redacție în termen de 48 ore, pe e-mail. Se va răspunde complet la orice întrebare pusă de referenți. Vă rugăm trimiteți toate corecturile în același mesaj de e-mail, deoarece alte corecturi ulterioare nu vor mai fi posibile.

Procesul redacțional și acceptarea spre publicare. Autorii vor fi informați de recepționarea fiecărui manuscris. Toate manuscrisele sunt peer-reviewed. Decizia de publicare va fi anunțată în maxim două luni de la primirea manuscrisului. În acest caz, redactorul va estima exemplarul revistei în care va apare respectivul articol.

Tipărirea color. Pentru tipărirea color se percepe taxa suplimentară. Dacă autorii doresc ca ilustrațiile lor să apară color în revista, se vor consulta anterior cu redactorul. Dacă articolul este acceptat, tipografia va furniza autorului informații privind costul estimativ al publicării.

STRUCTURA REVISTEI

Structura revistei: editoriale, comunicări științifice, articole originale, actualități din literatura internațională de specialitate.

Articole de orientare

Conținut: informație generală de actualitate axată pe probleme teoretice și/sau practice (revista literaturii).

Dimensiuni: maximum 10 pagini (la nevoie, articolul poate fi împărțit pentru a fi publicat în numere consecutive).

Format: text compact (nu schematizat), fără sau cu puține subcapitole.

Bibliografie: recentă (75% titluri din ultimii 5 ani), cu prioritate pentru articole publicate *in extenso*, citând puține rezumate, capitole de manual sau cărți în întregime, introdusă în text.

Articole originale

Conținut: cercetări fundamentale sau experimentale

Dimensiuni: 6-8 pagini, cu 4-5 materiale ilustrative (texte, grafice sau figuri).

Format: introducere (starea actuală a problemei, premisele și scopul cercetării), material și metode, rezultate, discuții, concluzii (numerotate, redactate sintetic și strict referitoare la constatările personale).

Bibliografia introdusă în text (vezi mai jos).

Studiu de caz

Conținut: observații studii de excepție sau care pun/clarifică o problemă, din categoria celor care se încheie cu o confirmare, evolutivă etc).

Dimensiuni: 3-5 pagini, cu 1-2 ilustrații originale

Format: prezentarea cazului, comentarii,

Bibliografie în text (vezi mai jos).

Instrucțiuni pentru redactarea articolelor sau lucrărilor

Materialele trimise pentru publicare vor fi redactate în programul MS Word. Se vor folosi obligatoriu caractere românești.

Graficele, desenele, tabelele vor fi inserate în documentul Word

Redactarea articolului:

- **setarea paginii:** format A4, margini: top= 2cm, bottom =2cm, left =2cm, right =2cm

- **font :** Times New Roman, size=10, (la un rând, pentru text) ; size=12, (bold, maxim 90 de caractere, cu majuscule, align=center) pentru titlu.

- **numele și prenumele** întreg al autorilor însoțit de datele care indică apartenența la o anumită instituție (size=10)

- **afilierea instituțională**, adresa instituției (culese cu corp italic, size=10)

- **rezumat în limba română și engleză** de maximum 200 de cuvinte și **cuvintele cheie** (size=10, bold)

- titlul, rezumatul și cuvintele cheie în limba engleză (size=10)

- **cuvintele cheie** (3-5) să fie cuprinse în **nomenclatorul bazelor de date Academic Journals Database, Scietific information Scirus, ScienceDirect sau Scopus** pentru indexarea articolelor **full text** în categoriile existente în bazele de date

- **rezumatul** de preferință structurat pe scop, material și metode, rezultate, discuții și concluzii

- nu se utilizează prescurtări; folosiți acronime, sub formă de caractere capitale, numai dacă un termen revine de mai multe ori în text și aveți grijă să le explicați la prima utilizare

- **textul lucrării** va fi structurat în: introducere, material și metodă, rezultate, concluzii sau discuții

- **sublinierile** vor fi de tip bold sau italic, evitându-se sublinierile cu linii

- evitați termenii împrumutați din alte limbi preferând traducerea românească acceptată în literatură; dacă acest lucru nu este posibil, culegeți-i cu corp italic; folosiți unitățile sistemului metric și prescurtările acceptate

- **TABELE** Se numerotează consecutiv, în ordinea apariției, cu cifre arabe. Se recomandă reducerea la minimum a numărului de tabele. Nu se acceptă prezentarea acelorași date atât sub formă de tabele, cât și sub formă de grafice. Toate tabelele trebuie să poarte un titlu, amplasat deasupra tabelului. Orice tabel trebuie menționat cel puțin o dată în text, (ex. așa cum reiese din Tabelul 1). Tabelele se amplasează cât mai aproape de locul primei citări. Se amplasează centrat pe orizontală și nu pot depăși lățimea de 150 mm. Datele din tabel se scriu cu font TNR 10 pt. Înainte și după tabel se lasă câte un rând liber de 10 pt.

- **FIGURI** Toate ilustrațiile (grafice, scheme, diagrame, fotografii, etc.) vor purta denumirea generică de figuri. Figurile se numerotează consecutiv, în ordinea apariției, cu cifre arabe. Toate figurile trebuie să poarte un titlu, amplasat sub figură. Orice figură trebuie menționată cel puțin o dată în text, (ex. așa cum reiese din Figura 1). Inscricționarea figurilor se realizează cu font TNR 10 pt. Se recomandă amplasarea figurilor în text cât mai aproape de prima citare. Nu se admite desenarea figurilor direct în documentul Word. Ele trebuie importate, fie ca fișiere imagine (jpg, bmp, tiff, etc.), fie ca obiecte (ppt). Imaginile alb-negru se trimit numai cu contrast puternic iar cele color cu o rezoluție mare. În cazul graficelor, curbele trebuie identificate prin modul diferit de simbolizare a punctelor și nu prin grosimea sau culoarea liniilor. Este de preferat ca numărul figurilor să fie redus la strictul necesar pentru înțelegerea textului. Înainte și după fiecare figură se lasă câte un rând liber de 10 pt. Textul din figuri trebuie redactat în aceeași limbă în care este redactat articolul. Nu se acceptă ca lucrarea să fie redactată în limba engleză sau franceză, iar textul din figuri să fie redactat în limba română.

- **bibliografia** va fi alcătuită în sistemul Oxford (adaptat ca mai jos) , lista bibliografică nu va conține titluri care nu au fost inserate în text

- **indicați în text numărul titlului bibliografic** de pe lista citărilor, acolo unde ideea a fost preluată, între paranteze

- **lista bibliografică** va fi întocmită în ordinea alfabetică a inițialei numelor autorilor :

1. **exemplu de citare în bibliografie a unui articol dintr-o revistă** - autori, nume, prenumele cu inițiale, anul publicării, titlul articolului, prescurtarea acceptată a revistei (italic), volumul , prima și ultima pagină:

2. **exemplu pentru tratat sau monografie** - numele autorilor, anul apariției, titlul capitolului, editorii, titlul cărții (italic), localitatea, paginile:

Booth F. W., Baldwin K.M., (1995), Muscle plasticity: energy demanding and supply processes. In: Rowell LB, Shepherd JT (eds). *Handbook of physiology*. Oxford University Press, New York, pp 1076-1121

Autorii își asumă toată răspunderea în ceea ce privește conținutul articolelor trimise spre publicare prin semnarea unui angajament - declarație

Lista orientativă a tematicii promovate de CAF

Character of the publications - Scientific Scientific disciplines:

Physical education and Sport

- o Adapted Physical Activity
- o Biomechanics
- o Combat Sports and Martial Arts
- o Comparative PE and Sport
- o Coaching Science
- o Games
- o Individual Sports
- o Kinanthropometry
- o Kinesiology
- o Military sports
- o Motor Learning and Control
- o Neuromotor Psychology
- o Philosophy of Sport
- o Political Science of Sport
- o Sociology of Sport
- o Sport and Exercise Physiology
- o Sport and Exercise Psychology
- o Sport Facilities
- o Sport for All
- o Sport History
- o Sport Information
- o Sport Management
- o Sport Pedagogy
- o Sports Law
- o Sports Medicine

Caracterul revistei – științific Discipline științifice:

Educație Fizică și Sport

- Activități fizice adaptate
- Biomecanică
- Sporturi de luptă și Arte marțiale
- Educație Fizică versus Sport
- Știința antrenamentului sportiv
- Jocuri Sportive
- Sporturi Individuale
- Kinantropometrie
- Kinesiologie
- Sport militar
- Învățare motrică
- Psihologie neuromusculară
- Filosofia Sportului
- Știința de politică a sportului
- Sociologia Sportului
- Sport și fiziologia exercițiului fizic
- Sport și psihologia exercițiului fizic
- Baze sportive, echipamente, instalații
- Sportul pentru toți
- Istoria Sportului
- Sport și informație
- Management în Sport
- Pedagogia Sportului
- Legislație în Sport
- Medicină Sportivă

FORMS OF EVALUATION OF THE MANAGERIAL STYLE OF COACHES INSIDE THE GAME OF VOLLEY

By Univ. Doctor and Teacher Niculescu Mugurel
Univ. Doctor and Teacher. Niculescu Ionela
Univ. Doctor and Lector Vladu Larisa
University of Pitesti

Key words: *coach, chestionary, managerial style*

Abstract:

Dans l'activite sportive de performance un role important est joue par le style managerial et les tendances de direction ; dans ce sens nous avons essaye dans notre recherche d'appliquer un questionnaire aux entraîneurs qui ont participe avec leurs equipes au tournoi național du Championnat National de Voley-ball des juniors.

The theme's actuality:

The coach's function is very important and closely connected to the necessity of a higher level of professional knowledge and skills. This is hard to achieve under the conditions of neglecting or ignoring the requirements and demands of exercising the coaching profession.

The managerial style and the coach's leading inclinations play a significant role inside the competitive sportive activity.

The research hypothesis: taking into account the complexity of the final competitions we consider that evaluating the role of the manager allows for the optimum approach of the group and implicitly brings forward performance.

The purpose of the paper: is that of detecting the coaches' managerial style and their part in reaching a high level of performance with the teams they are leading.

Research methods:

- Analysing the special field literature in what concerns the area of leading performant sportive activitie;
- The chestionary research put together by the coaches or the eight teams participants in the National Championship for Young Volley Players I;
- The statistical and graphical representation.

The research development :

The research was realised during the 28.04 – 2.05. 2006 period, inside the final tour of the National Championship for Young Volley Players I and consisted of evaluating the managerial style of the coaches of the eight teams participant. This evaluation was carried out by applying some chestionaries to the eight coaches and with the help of the answers given by them.

The questions to which they had to give answers to made reference to the role of the team leader, to the level of freedom they afford to the team with a view to decision making, solving the team's problems, the capacity of team stimulation, accepting the changes suggested by co-workers.

MODALITĂȚI DE EVALUARE A STILULUI MANAGERIAL AL ANTRENORILOR ÎN JOUL DE VOLEI

Prof.univ.dr. Niculescu Mugurel
Conf.univ.dr. Niculescu Ionela
Lect.univ.drd. Vladu Larisa
Universitatea din Pitești

Cuvinte cheie: *antrenor, chestionar, stil managerial.*

Abstract:

Dans l'activite sportive de performance un role important est joue par le style managerial et les tendances de direction ; dans ce sens nous avons essaye dans notre recherche d'appliquer un questionnaire aux entraîneurs qui ont participe avec leurs equipes au tournoi național du Championnat National de Voley-ball des juniors.

Actualitatea temei:

Funcția antrenorului este foarte importantă și este strâns legată de necesitatea unui nivel cât mai ridicat al cunoștințelor și priceperilor profesionale. Acest lucru este greu de realizat în condițiile în care neglijăm sau trecem cu vederea cerințele și exigențele exercitării profesiei de antrenor.

În activitatea sportivă de performanță un rol important îl joacă stilul managerial și tendințele de conducere ale antrenorului.

Ipoteza cercetării: având în vedere complexitatea competițiilor finale considerăm că evaluarea rolului managerului, permite o abordare optimă a grupului și implicit favorizează performanța.

Scopul lucrării este de a depista stilul managerial al antrenorilor și rolul lor în obținerea de performanțe la echipele pe care le conduc.

Metode de cercetare:

- analiza literaturii de specialitate în domeniul conducerii activității sportive de performanță;
- ancheta prin chestionar realizată pe antrenorii celor 8 echipe participante la Campionatul Național de Volei Junioare I;
- analiza statistică și reprezentarea grafică.

Desfășurarea cercetării:

Cercetarea s-a realizat în perioada 28.04 – 2.05. 2006, în cadrul turneului final al Campionatul Național de Volei Junioare I și a constat în evaluarea stilului managerial al antrenorilor celor 8 echipe participante. Această evaluare s-a realizat prin aplicarea unor chestionare celor opt antrenori și a răspunsurilor date de aceștia.

Întrebările la care au trebuit să răspundă antrenorii s-au referit la rolul purtătorului de echipă, la nivelul de libertate pe care aceștia îl acordă echipei în vederea deciziei, în vederea rezolvării problemelor din echipă, la capacitatea de stimulare a echipei, la acceptarea schimbărilor propuse de colaboratori.

A – always; O – often; S – sometimes; R- rarely; N – never

T – totdeauna; A – adeseori; C – câteodată; R- rar; N – niciodată

1.	I most often assume the role „spokesman” for the team’s wishes or needs.	A	O	S	R	N
2.	I like to give freedom to the team to decide, I offer it what it is called a „blanche card”.	A	O	S	R	N
3.	I like to suggest to the team to pursue clear and homogenous paths which are easy to follow.	A	O	S	R	N
4.	I allow the team to solve the problems following its own judgement.	A	O	S	R	N
5.	I like to always stimulate the team, to have it incited in order to make a bigger effort.	A	O	S	R	N
6.	I think it is all right for the sport players to solve their problems as they consider best.	A	O	S	R	N
7.	I ask the sport players to try and work faster.	A	O	S	R	N
8.	I like to help the sport players to feel free when they are working and I let them function as it is proper to them.	A	O	S	R	N
9.	I solve the conflicts that appear between sport players.	A	O	S	R	N
10.	I generally hesitate to give too much freedom of action to the sport players.	A	O	S	R	N
11.	I decide what is to be done and how to do it.	A	O	S	R	N
12.	I do not tolerate incertitude or postponing to solve the team’s tasks.	A	O	S	R	N
13.	It is important for me to give each sportive a particular task.	A	O	S	R	N
14.	I gladly accept the changes proposed, rather than what I have decided for the team.	A	O	S	R	N
15.	I plan what is to be done, I fix a calendar, with precise indications for each step to be taken.	A	O	S	R	N
16.	I refuse to explain the behaviour I adopt, because I consider it adequate.	A	O	S	R	N
17.	I try to convince the others that my ideas go towards what they want.	A	O	S	R	N
18.	I allow the team to program and find its own work rhythm.	A	O	S	R	N

1.	Îmi asum cel mai adesea rolul de „purător de cuvânt” pentru dorințele sau nevoile echipei.	T	A	C	R	N
2.	Îmi place să las libertate echipei să decidă, ofer aceștia ceea ce se cheamă o „carte albă”.	T	A	C	R	N
3.	Îmi place să sugerez echipei să urmeze căi clare și uniforme, care sunt simple de urmat.	T	A	C	R	N
4.	Permit echipei să își rezolve problemele după propria sa judecată.	T	A	C	R	N
5.	Îmi place să stimulez mereu echipa, să o incit pentru a depune un efort mai mare.	T	A	C	R	N
6.	Cred că este bine ca sportivele să își rezolve sarcinile după cum consideră că este mai bine.	T	A	C	R	N
7.	Cer sportivelor să își dea silința și să lucreze mai repede.	T	A	C	R	N
8.	Îmi place să ajut sportivele să se simtă libere când lucrează și le las să funcționeze în propriul lor mod.	T	A	C	R	N
9.	Rezolv sau reglementez conflictele care apar între sportive.	T	A	C	R	N
10.	Ezită în general să acord o libertate prea mare de acțiune sportivelor.	T	A	C	R	N
11.	Decid ceea ce este de făcut și cum trebuie făcut.	T	A	C	R	N
12.	Nu tolerez nici incertitudinea și nici amânarea rezolvării sarcinilor echipei.	T	A	C	R	N
13.	Este important ca eu să distribui fiecăruia sportive o sarcină precisă.	T	A	C	R	N
14.	Accept cu plăcere schimbările care mi se propun față de ceea ce am decis eu pentru echipă.	T	A	C	R	N
15.	Planific ceea ce este de făcut, fixez un calendar, cu precizări pentru fiecare etapă de urmat.	T	A	C	R	N
16.	Refuz să explic conduita pe care o adopt, pentru că o consider adecvată.	T	A	C	R	N
17.	Încerc să îi conving pe ceilalți că ideile mele merg spre ceea ce ei doresc.	T	A	C	R	N
18.	Permit echipei să își programeze și să își găsească un ritm propriu de lucru.	T	A	C	R	N

This chestionary allows us to define the managerial style and personal tendencies by the way we pay more importance to efficiency and to the degree of group satisfaction. The appreciation of the leading inclinatons of each coach was done on the basis of an evaluation grid. Following the filling in of the answers, points between 1 and 9 will be given for the two dimensions: Tasks (productivity, efficiency, reaching objectives), Relations (the group's satisfaction).

Acest chestionar permite să definim stilul managerial și tendințele personale după modul cum acordăm mai multă importanță privind eficiența și gradul de satisfacție al grupului. Aprecierea tendințelor de conducere a fiecărui antrenor, s-a realizat pe baza unei grile de evaluare. În urma completării răspunsurilor se vor obține puncte de la 1-9 pentru cele două dimensiuni: SARCINI (productivitate, eficiență, realizarea obiectivelor), RELATIE (satisfacția grupului).

1					
2					
3					
4					
5					
6					
7					
8					
9					
10					
11					
12					
13					
14					
15					
16					
17					
18					

R
S

Evaluation grid for the managerial style (by Cojocariu, M., V., 2004)

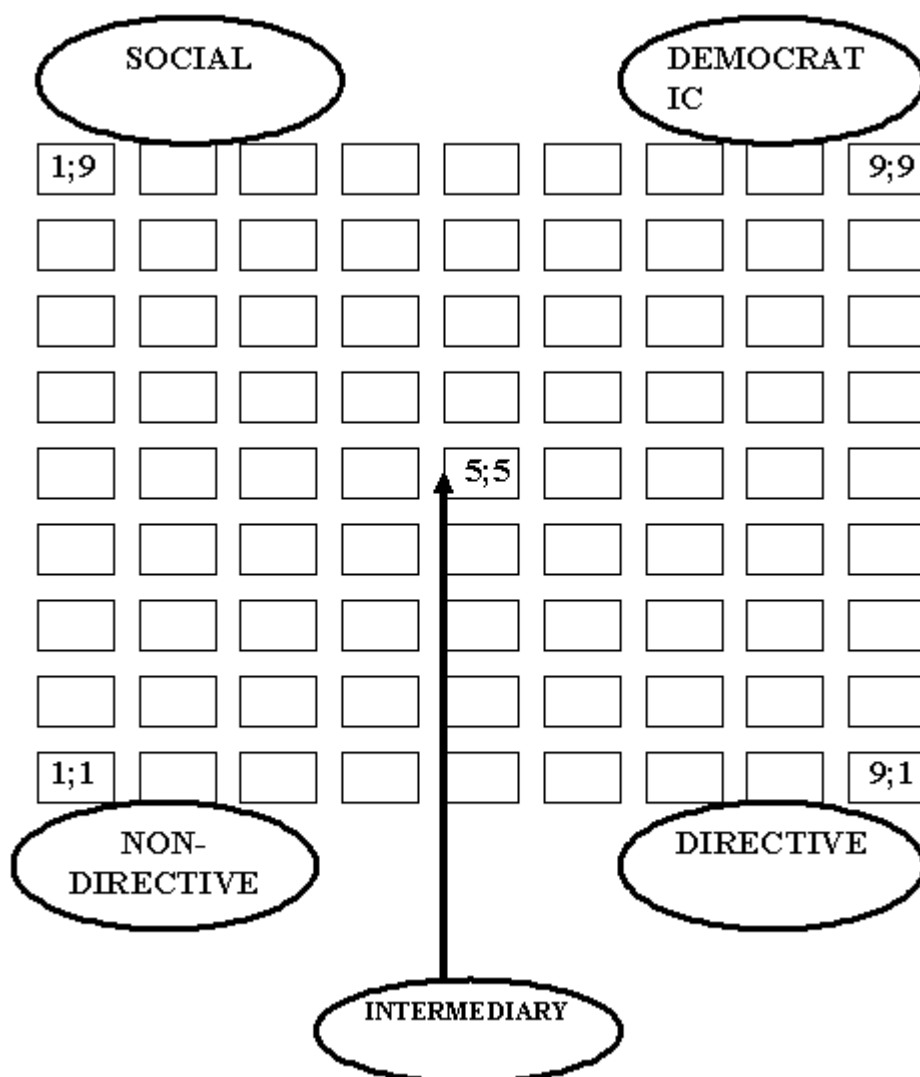
Ways of Interpretation:

The answers which appear in the white squares under the R (relation, satisfaction) sign are summed up, one point being offered for each correct answer, according to the circled letters. The answers appearing in the gray squares, meaning S (tasks, productivity) are also added, one point being given for each right answer. The obtained answers are reported to the managerial style grid presented underneath.

Grilă de evaluare a stilului managerial (după Cojocariu, M., V., 2004)

Modalități de interpretare:

Se adună răspunsurile care apar în casetele albe sub semnul „R” (relație, satisfacție), dând câte un punct pentru fiecare răspuns, potrivit literelor încercuite. Se adună răspunsurile care apar în căsuțele gri pentru a obține cota „S” (sarcină, productivitate) și se dă tot câte un punct pentru fiecare răspuns. Răspunsurile obținute sunt raportate la grila stilurilor manageriale prezentată mai jos.



Evaluation grid for the managerial style (by Cojocariu, M., V., 2004)

Grilă de apreciere a stilului managerial (după Cojocariu, M., V., 2004)

The results obtained and their interpretation:

The results obtained following the answers given by the 8 coaches participating in our research were gathered in the table below.

Rezultatele obținute și interpretarea lor:

Rezultatele obținute la răspunsurile date de cei 8 antrenori, care au participat la cercetarea noastră, au fost centralizate în tabelul de mai jos.

Coach no. 1		Coach no. 2		Coach no. 3		Coach no. 4		Coach no. 5		Coach no. 6		Coach no. 7		Coach no. 8	
<i>S</i>	<i>R</i>	<i>S</i>	<i>R</i>	<i>S</i>	<i>R</i>	<i>S</i>	<i>R</i>	<i>S</i>	<i>R</i>	<i>S</i>	<i>R</i>	<i>S</i>	<i>R</i>	<i>S</i>	<i>R</i>
4	3	4	1	3	1	3	5	4	2	7	5	6	7	6	7

Following the analysis of the results obtained in the chestionaries applied to the eight coaches we arrived to the next interpretation

În urma analizei rezultatelor obținute la chestionarele aplicate celor 8 antrenori s-a ajuns la următoarea interpretare:

Coach no.1 ↓ „laisser-faire” style	Coach no.2 ↓ „laisser-faire” style	Coach no.3 ↓ „laisser-faire” style	Coach no.4 ↓ Intermediary style
Coach no.5 ↓ „laisser-faire” style	Coach no.6 ↓ Intermediary style	Coach no.7 ↓ democrate style	Coach no.8 ↓ Democrate style

The social style – does not stress the group production or creation in order to fully capitalize human relations; he or she is trying to create a comfortable and amicable atmosphere inside the group, he or she is calm, comprehensive, avoiding conflicts at all costs; he or she does never blames and often congratulates.

The „laisser-faire” style – is neither interested in the task to be accomplished nor in the human relations related aspects; he or she avoids taking decisions and does not step inside the emotional field; the „non-directive” leader communicates less with his or hers subordinates, offering them less of a free hand; he or she does not give clear instructions and does not plan group members’ work. Although this style is negative, it is accepted by the very independent, creative and responsible persons.

The directive style – is centered on the task, with very little interest for the human, interpersonal, group relations; in his or hers eyes the members of the group are not capable neither of deciding nor of organizing themselves, which is why he or she does not consult with the subordinates in his/her initiatives, minutely, rigorously plans every task, and generally pays maximum attention to planning each activity; in case of need, he or she takes disciplinary actions; generally he/she does not approve of individual styles and strictly supervises the subordinates’ work. The directive leader may be perceived by the others as being rather arrogant and cold, but is accepted by the subordinates interested in reaching the objectives, but at the same time dezoriented.

The intermediary style – is looking to compromise between the group’s objectives and the personal satisfaction of its members; he or she assumes the contradictions that may appear between the activity’s demands and those connected to human relations; He or she is inclined to adapt his/her behaviour in function of the circumstances; he/she sets up easy to achieve objectives inside the group; he/she does not impose decisions, but negotiates with the subordinates; he/she tries to motivate the ones he/she leads and seldom appeals to manipulation in order to achieve an adequate result.

The democratic style – the democratic leader pays equal attention to the group productivity as well as to human relations; he/she shows a special interest in team work, considering it the best way to involve the others in fulfilling the task; he/she is trying to implicate the others in conceiving each work stage; he/she does trust the others and is in his/her turn trustworthy; he/she favors consensual decisions resulting from group discussions, does not start conflicts; he/she does not see his/her relations with the group members as „parental” ones, but as equality relations based on trust, respect, self-support, understanding and reciprocal demands; he/she uses his/her position for maintaining a democratical environment, preventing the individuals from excluding each other.

Conclusions:

Considering the analysis of the obtained results we have reached the following conclusions:

1. Most coaches participating in our study situated inside the „laisser-faire” style, representing a negative style of work, but being accepted by the very independent, creative and responsible persons.

Stilul social – nu pune accent pentru producția în grup, sau pe creație, pentru a valorifica la maximum relațiile umane; caută să realizeze o atmosferă confortabilă și amicală în grup, este cald, înțelegător, evită cu orice preț conflictele; nu blamează niciodată și felicită adeseori.

Stilul „laisser-faire” – nu îl interesează sarcina de realizat în grup și nici aspectele legate de relațiile umane; evită să ia decizii și nu se angajează pe terenul emoțiilor; conducătorul „non-directiv”, comunică mai puțin cu subalternii, acordându-le acestora mai multă mână liberă; nu dă instrucțiuni clare și nu planifică munca membrilor grupului. Deși acest stil este negativ, el este acceptat de către persoanele foarte independente, creative, responsabile.

Stilul directiv – este centrat pe sarcină, cu foarte puțin interes pentru relațiile umane, interpersonale de grup; pentru el membrii grupului nu sunt capabili nici să decidă, nici să se organizeze de aceea nu-și consultă subalternii în inițiativele sale, planifică fiecare sarcină în mod riguros, în detaliu și în general acordă o atenție maximă planificării fiecărei activități, iar în caz de nevoie, ia măsuri disciplinare; în general nu aprobă stiluri individuale și supraveghează strict munca subalternilor. Conducătorul directiv poate fi perceput de ceilalți ca arrogant și lipsit de căldură însă este acceptat de subalternii interesați în realizarea obiectivelor dar dezorientați.

Stilul intermediar – caută să facă un compromis între obiectivele grupului și satisfacțiile personale ale membrilor lui; își asumă contradicțiile care pot să apară între exigențele activității și cele legate de relațiile umane; este înclinat să își adopte comportamentul în funcție de circumstanțe; fixează obiective ușor de atins de către grup; nu impune decizii, el negociază cu subalternii; caută să-și motiveze subalternii, dar recurge uneori la manipulare pentru a obține un rezultat adecvat.

Stilul democrat – conducătorul democrat acordă egală importanță productivității în grup ca și relațiilor umane; acordă interes deosebit lucrului în echipă, considerând că este modul cel mai potrivit pentru realizarea sarcinii; caută să îi implice pe ceilalți în realizarea fiecărei etape de lucru; are încredere în ceilalți și le inspiră încredere; favorizează decizii de consens care rezultă din discuțiile de grup, nu creează conflicte; nu înțelege relațiile sale cu membrii grupului ca „relații parentale”, ci ca relații de egalitate care se bazează pe încredere, respect, susținere, înțelegere și exigențe reciproce; își folosește poziția pentru a menține climatul democratic, împiedicând indivizii să se excludă reciproc.

Concluzii:

În urma analizei rezultatelor am ajuns la următoarele concluzii:

1. Majoritatea antrenorilor, care au participat la cercetarea noastră sau încadrat la stilul „laisser-faire”, reprezentând un stil negativ de lucru, dar fiind acceptat de către persoanele foarte independente, creative și responsabile.

2. In a different style situated two of the coaches subjected to the study and this style was the democratic one, showing a special interest to team work. Alții 2 antrenori sunt încadrați la stilul intermediar, care este un stil de compromis între obiectivele grupului și satisfacțiile personale.
3. The team's behaviour was generally concordant with the managerial style evaluated in the questioned trainers.
2. Într-un alt stil de lucru s-au încadrat 2 antrenori din cei supuși cercetării, și acesta a fost cel democratic care acordă interes deosebit lucrului în echipă.
3. Alții 2 antrenori sunt încadrați la stilul intermediar, care este un stil de compromis între obiectivele grupului și satisfacțiile personale.
4. Comportamentul echipelor în general a fost în concordanță cu stilul managerial evaluat la antrenorii chestionați.

Bibliografie:

1. **Cojocariu, M., V., (2004)** – Introducere în managementul educației, Editura Didactică și Pedagogică, R.A., București.
2. **Colibaba, E., D., Bota, I., (1998)** – Jocuri sportive – teorie și practică, Editura Aldin, București.
3. **Cristea, S., (1996)** – Pedagogie generală. Managementul educației, Editura Didactică și Pedagogică, București.
4. **Lador, I., (2000)** – Bazele teoretice ale managementului sportiv, Edit. Universității din Pitești.

THE OCCUPATIONAL STANDARDS AND THEIR TRANSPPOSITION INTO THE EDUCATIONAL SYSTEM

By Univ. Doctor and Teacher COLIBABA –
EVULET DUMITRU

Univ. Doctor and Teacher NICULESCU
MUGUREL

University Assistant COJANU FLORIN

Key words: occupational standards, educational standards, forming the trainers

Abstract:

This paper is proposed in order to present the necessity of occupational standards which are requested on the work market in the future. These occupational standards are converted in the educational system, so that all the students must have equal chances to be integrated in the professions, in the school and civic units at the local, regional and European level.

INTRODUCTION:

The changes of the contemporary world: globalization, the common market, the market's liberalization, the extended mobility of the work force, The European Union, the modernising of the social-economical, cultural-scientific life, the birth of new fields of the scientific knowledge and so on, have started and brought about a long series of reorientations and reorganizations of all fields of activity.

The mondial context undoubtedly also influences the methodological and educational background, which must enter on the right path of the general changes already mentioned.

How did we proceed?

„Educational projects” were put together, among which:

The Occupational Standards (OS) have become instructional objectives planned to be acquired from school even;

- ✓ The graduates of every curricular cycle (kindergarten, primary, gymnasium, highschool, vocational, university, post university) are to obtain the level of scholar, professional and social integration;
 - ✓ Those already practising their activity inside the work field are to be offered the perspective of continuous and permanent learning.
- So, these educational programs target the acquisition of the OS inside the processus of initial, continuous and permanent forming of all categories of citizens.

Elaborating the prospective educational projects asked for answers at the following questions:

What will happen tomorrow? (when the students beginning school today will end it)

- **What will they have to know or to know to make?** (in order to actively integrate in the professional, civic, family life, inside the collective group)
- **What changes must there take place inside the learning system in order for its finite products to answer the demands that society imposes?**

STANDARDELE OCUPAȚIONALE ȘI TRANSPUNEREA LOR ÎN SISTEMUL EDUCAȚIONAL

Prof. univ. dr. COLIBABA – EVULEȚ
DUMITRU

Prof. univ. dr. NICULESCU MUGUREL
Asist. univ. drd. COJANU FLORIN

Cuvinte cheie: standarde ocupaționale, standarde educaționale, formarea formatorilor.

Abstract:

This paper is proposed to present the necessity of occupational standards who are requested on the work market in the future. These occupational standards are converted in the educational system, such all the students must have equal chances to be integrated in the profession, school and civic units at the local, regional and European level.

INTRODUCERE:

Schimbările lumii contemporane: globalizarea, piața comună, liberalizarea pieței, mobilitatea extinsă a forței de muncă, Uniunea Europeană, modernizarea vieții social-economice, cultural-științifice, apariția unor noi domenii ale cunoașterii științifice, ș.a., au provocat și au atras după sine o serie întreagă de reorientări și reorganizări ale tuturor domeniilor de activitate.

Contextul mondial influențează fără îndoială și cadrul metodologic educațional, care trebuie să se înscrie pe direcția de mers a schimbărilor generale amintite.

CUM S-A PROCEDAT?

S-au elaborat „proiecte educaționale” în care:

- Ú **Standardele Ocupaționale (SO)** au devenit obiective instrucționale planificate spre a fi achiziționate încă din școală;
- Ú absolvenții fiecărui ciclu curricular (preșcolar, primar, gimnazial, liceal, profesional, universitar, postuniversitar) să dobândească statutul de integrare școlară, profesională și socială;
- Ú celor care deja își exercită activitatea în câmpul muncii să le ofere perspectiva de formare continuă și permanentă

Deci, aceste programe educaționale vizează însușirea SO în cadrul procesului de formare inițială, continuă și permanentă a tuturor categoriilor de cetățeni.

Elaborarea proiectelor educaționale prospective au cerut răspunsuri la următoarele întrebări:

- **Ce va fi mâine?** (când vor termina elevii care încep azi școala)
- **Ce vor trebui să știe sau să știe să facă?** (pentru a se integra activ în viața profesională, civică, de familie, în colectiv)
- **Ce schimbări trebuie să se producă în sistemul de învățământ pentru ca produsele lui finite să răspundă exigențelor impuse de societate?**

THE PURPOSE OF THE TRANSPOSITION OF THE OCCUPATIONAL STANDARDS INSIDE THE EDUCATIONAL SYSTEM :

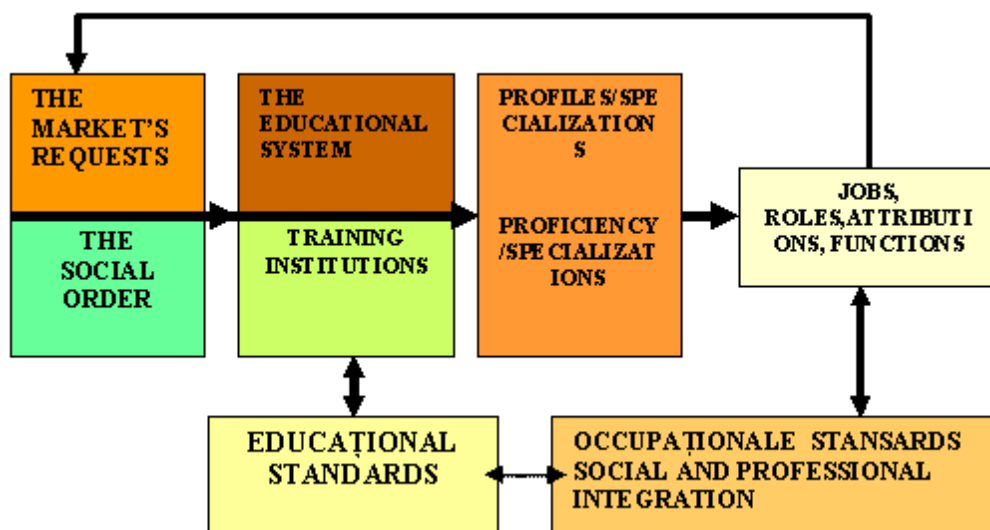
Anticipating the occupational standards (OS) asked for by the work field in a future time (in a local, national and European schedule).

The transposition of the OS as instructional objectives of the process of initial, continuous and permanent forming of the students' personality, in such a way that the graduates of every curricular cycle to have real, effective chances of civic, professional and scholar integration.

It targets the continuous and permanent post – university training.

SCOPUL TRANSPUNERII STANDARDELOR OCUPAȚIONALE ÎN SISTEMUL EDUCAȚIONAL

- Anticiparea standardelor ocupaționale (S.O.) solicitate de piața muncii la timpul viitor (pe plan local, național și european).
- Transpunerea S.O. ca obiective instructivale ale procesului de formare inițială, continuă și permanentă a personalității elevilor, astfel încât absolvenții fiecărui ciclu curricular să aibă șanse efective de integrare civică, școlară, profesională.
- Vizează formarea continuă și permanentă post-școlară.



The transposition of the O.S inside the educational standards (ES)

Transpunerea S.O. în standarde educaționale (S.E.)

Preoccupations for introducing SO inside the educational system

- 1988 – UNESCO – Perspectives and directions of educational development in Europe
- 1989 – The necessity of a globalized European learning
- 1991 – The Canadian Agency- The strategy of the educational reform in the Caraibean area
- 1992 – The USA State Department – the Asia area– Pacific ; “Standards for the XXIth century
- 1993 – The VI-th Regional Convetion of Ministers – Asia – Pacific,

The International Comission for Education – realizes a synthesis of the previous proiects and experiences.

- 1994 – Romania – The Council for Occupational Standards
- 1999 – The new system of evaluation and certification of the professional abilities
- 2001 – Torino – Establishing educational standards and standards concerning the professinal training – underlining their importance through the level of occupation of graduates
- 2007 – Londra – The Council of the Ministers of Learning – Bologna

Preocupări pentru introducerea SO în sistemul educațional

- 1988 – UNESCO – Perspective și direcții de dezvoltare a educației în Europa
- 1989 – Necesitatea unui învățământ european globalizat
- 1991 – Agenția Canadiană - Strategia reformei educaționale în zona Caraibilor
- 1992 – Departamentul. de stat SUA – zona Asia – Pacific ; “Standarde pt. sec. XXI
- 1993 – A VI-a Conf. Regională a miniștrilor – Asia – Pacific,

Comisia internațională pentru educație – realizează o sinteză a proiectelor și a experiențelor precedente

- 1994 – Romania – Consiliul pt. Standarde Ocupaționale
- 1999 - Noul sistem de evaluare și certificare a competențelor profesionale
- 2001 – Torino – Stabilirea standardelor pentru educația și formarea profesională - punerea acestora în valoare prin gradul de ocupare a absolvenților
- 2007 – Londra – Consfătuirea Miniștrilor Învățământului – Bologna

PURPOSE

- Anticipating the occupational standards (O.S) asked for by the work market in a future time (locally, nationally and on an European plan).
- The transposition of the O.S. as instructional objectives in the process of initial, continuous and permanent forming of the students' personality, so that the graduates of every curricular cycle can have effective chances of civic, scholar and professional integration.
- It targets the continuous and permanent post-university shaping.

The projects of implementing O.S. inside the educational system underline two important aspects: The standard norms of initial forming:

- Are aiming to the school and university preparation;
- Establish the criteria, principles, general strategies at a local level, adaptable to a national level;
- In Romania they have been incarnated by the curricula reform: national curricula (schedule, alternative manuals, proficiencies acquired by students etc) and curricula on the basis of school disciplines.

B. The standard norms of continuous and permanent learning target the standard prerequisites of organizing, evaluating and certifying the optimum level of post-scholar professional learning (including the specialists from the learning field), for which the occupational or ability standards were imposed.

The importance of the transposition of the O.S in E. S.

1. O.S are essential in order to substantialize the programmes of professional scholar and post-scholar learning, taking into account the actual demands of the work place.
2. O.S – expressed in a language more accessible to trainers, employees and employers.
3. The standards of professional learning are to be based on O. S. That describe abilities asked or used at the working place.
4. Evaluating and attesting the professional abilities will be used by:

- employers – identify the abilities and proficiency of the employees;
- the providers of programs for the professional training (for making their offers and services known);
- the ones already employed and potential employees: graduates, future graduates, newly hired, the ones completing their training and the ones reorienting etc.

5. The evaluation and attesting system for the professional abilities based on the O.S. to be accessible, fair and to assure the recognition of the proficiencies no matter how they might have been acquired.

SCOP

- Anticiparea standardelor ocupaționale (S.O.) solicitate de piața muncii la timpul viitor (pe plan local, național și european).
- Transpunerea S.O. ca obiective instrucționale ale procesului de formare inițială, continuă și permanentă a personalității elevilor, astfel încât absolvenții fiecărui ciclu curricular să aibă șanse efective de integrare civică, școlară, profesională.
- Vizează formarea continuă și permanentă post-școlară.

Proiectele de implementare a S.O. în sistemul educațional scot în evidență două aspecte importante

A. Normele standard de formare inițială:

- vizează pregătirea școlară și universitară;
- stabilesc criteriile, principiile, strategiile generale de nivel zonal adaptabile la nivel național;
- în România au fost concretizate prin reformă curriculară: curriculum național (programă, manuale alternative, competențe dezvoltate la elevi, etc.) și curriculum pe discipline școlare

B. Normele standard de formare continuă și permanentă

- vizează cerințele standard de organizare, evaluare și certificare a nivelului optim de pregătire **profesională post-școlară** (inclusiv specialiștii din învățământ), pentru care s-au impus standarde ocupaționale sau de competență.

IMPORTANȚA TRANSPUNERII S.O. ÎN S.E.

1. S.O. sunt esențiale pentru fundamentarea programelor de pregătire profesională școlară și postșcolară ținând seama de cerințele reale ale locului de muncă.
2. S.O. – exprimate într-un limbaj accesibil pentru formatori, angajați, angajatori.
3. Standardele de formare profesională să se bazeze pe S.O. ce descriu competențe cerute sau utilizate de locul de muncă
4. Evaluarea și certificarea competențelor profesionale vor fi utilizate de către:

- Ř angajatori - identifică competențele angajaților;
- Ř furnizorilor de programe de formare profesională (pentru popularizarea ofertelor și serviciilor);
- Ř angajaților și potențialilor angajați: absolvenți, viitorilor absolvenți, noilor angajați, celor care se perfecționează sau se recalifică, etc.

5. Sistemul de evaluare și certificare a competențelor profesionale bazat pe S.O. să fie accesibil, corect și să asigure recunoașterea competențelor indiferent cum au fost achiziționate.

ACTUAL ORIENTATIONS AND TENDENCIES (CONCLUSIONS)

1. THE LEARNING OBJECTIVES

- I – General culture learning: maternal language + 1-2 foreign most common languages, Mathematical elements, History, Geography, Civil Culture, Exact Sciences and some technological elements; **not encyclopedic information, but practical-useful ones.**
- II – Abilities and techniques necessary for students: knowing how to treat the menkind, how to formulate thoughts in a simple, precise manner, to know the essential, to be capable of synthesis, to be able to organize, to think logically and critically, to choose information, to work as a team, to improve their natural creativity and imagination.
- III – Education in the spirit of the moral values: Europa = the common market, heavy resource (Greek, Romanian), tolerance towards the others and being open to different cultures and races..

2. THE LEARNING STRUCTURE

- I – Learning is to ensure a prerequisite pre-scholar education: after kindergarten the passing to the primary school must be an easy one.
- II – The span of the necessary learning is to be extended: protection from the hard consequences of the work market, the unemployed ones to be able to occupy a position even at 16-17 years old, a pleading for the professional learning-advantageous offers in the work field.
- III – Multiple and diversified learning: the chance of a longer observation and professional orientation, systems or diversified means of organising schools, the ease of passing from one cycle to another
- IV – Relations between the general and the technical professional learning: higher prestige for the technical, professional learning, advantageous executive functions, also well paid ones even without a higher education background, accent on the professional and civic preparation-for the family.
- V – More numerous alternatives for the young ones, with ages between 16 and 18 inside the professional learning: technical learning with daily frequency (schools-courses-professions-work places), night courses (professional learning-work place-institution), telelearning (distance learning, correspondence), complementary courses (insufficiently trained, qualification for the unemployed).

3. THE LEARNING CONTENT

I – The primary learning reform: the basic strictly necessary knowledge (writing, reading, calculations), completing the possible wants in the family education, the up-raise in the spirit of the moral values, the mass-media education, the ecological education, the training about road safety, the computer use inside the class room.

II – Secondary learning: preparing for an active life, accent on the foreign languages, the European cultural richness, History, Geography, elementary notions of Mathematics-Physics-Chemistry-Informatics,

ORIENTĂRI ȘI TENDINȚE ACTUALE (CONCLUZII)

1. OBIECTIVELE ÎNVĂȚĂMÂNTULUI

- I – Învățământ de cultură generală: limbă maternă + 1-2 limbi străine de circulație, elemente din matematică, istorie, geografie, educație cetățenească, din științe exacte și tehnologice; **nu cunoștințe enciclopedice, ci utilitar-practice.**
- II – Tehnici și competențe necesare pentru elevi: să știe să trateze cu semenii, să-și formuleze gândurile simplu și precis, să știe esențialul, să sintetizeze, organizeze, să gândească logic și critic, să-și aleagă informații, să lucreze în echipă, să-și valorifice imaginația și creativitatea.
- III - Educația pentru valori morale: Europa = piața comună, patrimoniu solid (grec, român), toleranță pentru semenii, cu deschidere spre alte culturi și rase.

2. STRUCURA ÎNVĂȚĂMÂNTULUI

- I - Învățământul să asigure o educație preșcolară obligatorie: după grădiniță trecere ușoară la școala primară.
- II - Durata învățământului obligatoriu să se prelungească: protecție în fața consecințelor dure ale pieței muncii, șomajul să poată ocupa un loc de muncă chiar la 16-17 ani, pledoarie pentru învățământul profesional – oferte avantajoase pe piața muncii.
- III - Învățământ multiplu și diversificat: șansa unei perioade mai îndelungate de observare și orientare profesională, sisteme sau modalități diversificate de organizare a școlilor, suplețea trecerii de la un ciclu la altul.
- IV - Relații între învățământul general și cel tehnic profesional: prestigiu mai ridicat pentru învățământul tehnic profesional, funcții de execuție rentabile și bine plătite fără să ai studii superioare, miză mare pe pregătirea profesională și educație civică - pentru familie.
- V. - Alternative sporite pentru tinerii de 16-18 ani din învățământul profesional: învățământ tehnic cu frecvență la zi (școli - cursuri profesii - loc de muncă), cursuri serale (învățământ profesional - loc de muncă - instituție), teleînvățământ (formare la distanță, corespondență), cursuri complementare (insuficient pregătiți, calificare pentru șomeri).

3. CONȚINUTUL ÎNVĂȚĂMÂNTULUI

- I - Reforma învățământului primar: cunoștințe de bază strict esențiale (a serie, a citi, a calcula) complementarea deficiențelor educative din familie, educația pentru valori morale, pentru mass media, pentru ecologie, pentru securitate rutieră, utilizarea calculatorului în clasă.

- II - Învățământul secundar: pregătire pentru o viață activă, accent pe limbi străine, patrimoniul cultural al Europei, istorie, geografie, (nu numai din perspectivă națională), noțiuni elementare de matematică-fizică-chimie-biologie- informatică, educație cetățenească (legile țării, organismele europene, internaționale, probleme mondiale, educație pentru pace, pentru mediu, sănătate, subdezvoltare, droguri, etc).

Civil education, (the country's laws, the European, international organisms, mondial issues, education in the spirit of peace, environmental, health, underdevelopment, drugs awareness etc).

4. THE SCHOOL AND POST-SCHOLAR PREPARATION FOR AN ACTIVE LIFE (qualities, capabilities and abilities necessary to those who are instructed or who are working inside the market relations system):

- initiative (dynamism and creativity = freedom of thinking and acting);
- cooperation (interplay with the other for a superior result);
- team work, reciprocal instructing (at the work place), evaluation (ascertaining the product or service), communication (the optimal use of information), the ability to listen, read, understand, interpret the information;
- logical thinking (reasoning and argumenting contrasted with learning by heart);
- problem solving, decision taking, (respecting rules, alternative solutions);
- obtaining and using information (various, adequate, sufficient, recent);
- planning their own actions;
- efficient learning style (to learn to know how to learn by yourself);
- self-learning in order to know what to do;
- cohabitation means (with different ethnical and cultural groups, cultivating knowledge human relations, tolerance, understanding, mutual respect, collaboration etc).

5. TEACHING IN AN APPLIED INTERDISCIPLINARY APPROACH

- Reorientation of the scholar education (too theoretical and abstract) towards a teaching of the applicative disciplines, reported to the environment and students' life experience, to the school profile, to the area where it functions.
- Teaching the general culture subjects is not to remain monodisciplinary (isolated among them), but interdisciplinary on the basis of connection making, interferences, knowledge transfer, methods and language.
- To have realized an integrated system of knowledge and attainments.
- The interchangeable approach of some subjects such as: health, transports, violence, the European dimension of education, the natural environment, subnutrition, nuclear danger.
- The practical disciplines (technical, manuals, corporal) do not raise the problem of the interdisciplinary teaching, but this is realised with difficulty for the general culture disciplines (Mathematics, Physics, Chemistry, History, Geography, foreign languages).

6. PRIORITARY DIRECTIONS CONCERNING THE INTERNATIONAL STANDARD NORMS

1. Student centered learning (focusing on forming its school abilities), that is focused on what he learns to know, to know to do and apply immediately after the teacher has finished the lesson.

4. PREGĂTIREA ȘCOLARĂ ȘI POSTȘCOLARĂ PENTRU O VIAȚĂ ACTIVĂ (calități, capacități și competențe necesare celor care se instruiesc sau care lucrează în sistemul de relații de piață):

- inițiativă (dynamism și creativitate = independență în gândire și acționare);
- cooperare (interacțiune cu alții pentru un rezultat superior);
- muncă în echipă, instruire reciprocă (la locul de muncă), evaluare (certificarea produsului sau serviciului), comunicarea (utilizarea optimă a informației, priceperea de a asculta, citi, înțelege, interpreta informația;
- gândirea logică (raționament și argumente în contrast cu învățarea pe dinafară);
- rezolvare de probleme, luarea deciziilor (respectarea regulilor, soluții alternative);
- obținerea și utilizarea informației (variate, adecvate, suficiente, recente);
- planificarea propriilor acțiuni;
- stil eficient de învățare (a învăța să știi să înveți singur);
- să te autoinstruiești pentru a știi să faci;
- manieră de conviețuire (cu diferite grupuri etnice și culturale, cultivarea relațiilor umane de cunoaștere, toleranță, înțelegere, respect reciproc, colaborare, etc.

5. PREDARE ÎN VIZIUNE APLICATIV INTERDISCIPLINARĂ

- Reorientarea pregătirii școlare (prea teoretice și prea abstracte) spre o predare a disciplinelor aplicative, raportate la mediul și experiența de viață a elevilor, la profilul școlii, la zona în care funcționează.
- Predarea disciplinelor de cultură generală să nu rămână monodisciplinară (izolate unele de altele), ci interdisciplinară pe baza realizării unor corelații, interferențe, transfer de cunoștințe, metode și limbaj.
- Să se realizeze un sistem integrat de cunoștințe și deprinderi.
- Abordarea interdisciplinară a unor probleme globale cum ar fi: sănătatea, transporturile, violența, dimensiunea europeană a educației, mediul natural, mediul înconjurător, subnutriția, pericolul nuclear.
- Disciplinele practice (tehnice, manuale, corporale) nu ridică problema predării interdisciplinare, în schimb mai greu se realizează acest lucru la disciplinele de cultură generală (matematică, fizică, chimie, istorie, geografie, limbi străine).

6. DIRECȚII PRIORITARE PRIVIND NORMELE STANDARD INTERNAȚIONALE

1. Învățământ centrat pe elev (pe formarea competențelor sale școlare) adică pe ceea ce învață să știe, să știe să facă și să aplice imediat ce profesorul a terminat lecția. Aici se impune revizuirea criteriului de evaluare a activității profesorului.

2. Autoinstruirea și autoformarea ca reacție la învățământul informativ-enciclopedic (bazat pe memorare reproductivă). Deci, un învățământ formativ bazat pe formare de capacități, aptitudini și atitudini personale, dar și pe capacitatea profesorului de a învăța elevul să facă, să aplice, să depoziteze informația.

It is here that the revising of the criteria of evaluation of the teacher's activity imposes.

2. Self-instruction and self-creation as a reaction to the informative-encyclopedic learning (based on reproductive memorizing). So, formative learning based on abilities, aptitudes and personal attitudes, but also on the teacher's power to teach the student to do, apply and store the information.

3. Realizing the European dimension of education, which means:

- consciousness of the European citizenship;
- teachers, pupils and students exchange to form European citizens;
- European valorification of tradition, experience and national assets;
- teaching History and national Geography as European Historico-Geographical units;
- acquiring the common European languages to serve purposes of communication, knowledge, cohabitation.

7. NORMS REGARDING THE HABITS IMPOSED BY LIFE

- functional alphabetization;
- scientific and technological knowledge expressed under the form of marking scales of scholar habits without which it would be impossible to have economical, social and cultural activities;
- usefully-functional habits necessary in an active life (professional, civic, a family one);
- some competences will be attested through university diplomas without compulsory preparation stages.

The scholar training of the young ones in Romania is to pursue:

- The curriculum reform by which the school learning is planned as a national curriculum, including learning plans, programs, manuals etc.
- The school programs have performance standards as components and as final sequence. Next to these we are to find the Frame and Reference Objectives, examples of learning Activities and Contents.
- The curricular standards of performance – the operational form of the frame objectives or demands with minimum marking scales which must be fulfilled by the end of the scholar cycle.
- The general school preparation (capacities, habits, attitudes, socially constructive behaviours) + the system of professional knowledge stipulated to be acquired at the levels of general and professional learning (school, university, post-university), as well as in all types of post-scholar university forming.
- Elaborating strategies, methodologies and programs of professional forming.
- Evaluation and certifying instruments based on standards: Aptitudinal standard, Occupational standard, Competency standard, Certification references, Professional profiles etc.

3. Realizarea dimensiunii europene a educației, care înseamnă:

- conștientizarea cetățeniei europene;
- schimb de profesori, elevi și studenți pentru formarea unor cetățeni ai Europei;
- valorificarea europeană a tradițiilor, experienței și valorilor naționale;
- predarea istoriei și geografiei naționale ca părți istorico-geografice europene;
- însușirea limbilor de circulație europeană în slujba relațiilor de comunicare, cunoaștere, conviețuire.

7. NORME PRIVIND DEPRINDERILE DICTATE DE VIAȚĂ

- alfabetizare funcțională;
- cunoștințe științifice și tehnologice exprimate sub forma unor baremuri de deprinderi școlare fără de care realizarea unor activități economice, sociale, culturale ar fi imposibilă;
- deprinderi utile funcționale necesare într-o viață activă (profesională, civică de familie);
- unele competențe vor fi atestate prin diplome universitare fără stagii de pregătire obligatorie.

Pregătirea școlară a tineretului din România să urmărească:

- **Reforma curriculară în care pregătirea școlară este proiectată sub formă de curriculum național: cu planuri de învățământ, programe, manuale, etc.**
- **Programele școlare au în componența lor ca secvență finală standarde de performanță, alături de Obiectivele Cadru și de Referință, exemple de Activități de învățare, Conținuturi.**
- **Standardele curriculare de performanță - forma operațională a obiectivelor cadru sau cerințe cu baremuri minime care trebuie îndeplinite la sfârșit de ciclu școlar.**
- **Pregătirea școlară generală** (capacități, deprinderi, atitudini, comportamente sociale constructive) - **sistemul de cunoștințe profesionale** prevăzute spre a fi achiziționate la nivelurile de învățământ general și profesional (școlar, universitar, postuniversitar), precum și în toate tipurile de formare continuă postșcolară.
- **Elaborarea unor strategii, a unor metodologii și programe de formare profesională.**
- **Instrumente de evaluare și certificare pe bază de standarde: Standard de aptitudini, Standarde ocupaționale, Standarde de competență, Referențele de certificare, Profile profesionale, etc.**

NORMELE STANDARD DE FORMARE PROFESIONALĂ ȘCOLARĂ ȘI POSTȘCOLARĂ ASIGURĂ:

- Ocuparea unui loc de muncă pe bază de competențe;
- Legătură esențială cu cerințele pregătirii forței de muncă;
- Programe de educare și formare pentru o viață activă a capitalului uman;
- Evaluarea și atestarea competențelor pentru ocuparea unui loc de muncă după criterii riguroase;
- Efecte economice: restructurare, utilizarea tehnologiilor moderne, creșterea productivității;

THE STANDARD NORMS FOR SCHOOL AND POST-SCHOLAR PROFESSIONAL TRAINING ENSURE:

- Occupying a working place on the basis of competences;
- The essential connection with the demands of work force forming;
- Programs for educating and forming for an active life of the human capital;
- Evaluation and attesting the competences for occupying a work place after rigorous criteria;
- Economic effects: restructuring, the use of modern technology, the increase of productivity;
- Social effects: individuals with a smaller level of preparation, but that can be easily integrated socially, and that need opportunities to qualify and socially integrate.

8. THE IMPLICATIONS INSIDE THE HIGHER EDUCATION

- Bologna – an European space for the higher education is established;
- Passing to educational products based on learning;
- Reorganizing and synthesis of the cycles of initial and continuous forming, respectively: bachelor's degree and continuous forming, respectively: bachelor's degree and doctorate;
- Practicing a differential management at some faculties and universities;
- A higher proportion for the applied-practical activities that are to form/qualify;
- Creating entrepreneurship modules inside universities;
- Creating the Higher University National Register of Qualifications (R.N.C.S.I.S.);
- Mentioning the qualification on the diploma supplement;
- M.Ed.C.T. strategies (15 000 bachelor's degree, master's degree and doctorate bourses abroad during 2007-2013).

INTERNATIONAL BIBLIOGRAPHY:

1. **Perspectives et teaches du developement de l'education en Europe** (1998) U.N.E.S.C.O., Paris
2. **Tendences de l'enseignement European** Conseil de l'europe (1998) Strasbourg

- Efecte sociale: indivizi cu un nivel de pregătire mai scăzut, dar care se poate fi integrat cu ușurință pe scară socială, care au nevoie de oportunități pentru a se califica și integra social.

8. IMPLICAȚIILE ÎN ÎNVĂȚĂMÂNTUL SUPERIOR

- Bologna – se stabilește un spațiu european al învățământului superior;
- Trecerea la produse educaționale bazate pe învățare;
- Reorganizare și resintetizare a ciclurilor de formare inițială și continuă, respectiv licență, master, doctorat;
- Practicarea unui management diferențiat la unele facultăți și universități;
- Proporție mai mare pentru activitățile aplicativ-practice care să formeze/califice;
- Crearea în universități a unor focare de antreprenariat;
- Crearea Registrului Național al Calificărilor din Învățământul Superior (R.N.C.S.I.S.);
- Menționarea calificării în suplimentul de diplomă;
- Strategii M.Ed.C.T. (15 000 de burse în străinătate în perioada 2007-2013 pentru masterat, doctorat și postdoctorat).

BIBLIOGRAFIE NAȚIONALĂ:

1. **Colibaba-Evuleț, D., (2007)** Praxiologie și proiectare curriculară în educație fizică și sport, Ed. Universitaria Craiova
2. **Copilu, D., (2002)** Standarde educaționale, standarde de competență în managementul educațional, Ed. Guinivas, Chișinău
3. **Certificarea competențelor profesionale (2001)**, Consiliul pentru standarde ocupaționale și atestare, București
4. **Curriculum Național (1998)** Programe școlare pentru clasele V-VIII și clasele IX-XII.
5. **Iosifescu, Ș., (1993)** Abordarea managerială în educație, echivalențe funcționale, Revista de pedagogie nr. 8-12/1993
6. **Peretti, A., (1996)** Educația în schimbare, Ed. Polirom, Iași

ORIENTATIONS, CURRENT AND LONG-TERM TENDENCIES IN THE HANDBALL OF HIGH PERFORMANCE

Karras Dimitrios – National and Kapodistrian University of Athens, Faculty of Physical Education and Sport Science

Mihăilă Ion – University of Pitești

Ghervan Petru – Ștefan cel Mare University Suceava

Key words: handball, orientations, tendencies

Abstract. The characteristics, the orientations and the tendencies of evolution of the hand-ball game world-wide, are emphasized through analysis made by specialists and researches on the teams that participate at the big international competitions.

The present paper wants to synthesize the main characteristics, orientations and tendencies of development of the present-day hand-ball, starting from the analysis of the game of the teams and players in the big international competitions.

Introduction. In the current society, the sport of high performance became a real social phenomenon with important mutations in all the spheres afferent to the sporting movement, continually making various connections between sport and new areas of activity. Because of this reason the permanent preoccupation of the specialists seems justified, to do periodical investigations of prognosis with the purpose of tracing out its tendencies of evolution.

Installing professionalism in the handball game makes the level of asked performances to be in continuous growth, which makes that the methodology of preparation and competition of the players and teams to be in permanent research, taking the sportsman closer to its biological limits. The current paper wants to synthesize the main orientations and tendencies of development of handball nowadays, starting from the analysis of the game of teams and players in the great international competitions.

Content. The orientations and tendencies of evolution of the handball game worldwide are relevant through the analyses made by specialists and researchers at the great international competitions: The Olympic Games, The International Championships, the European Championships, etc. In the evolution of the game, determined mainly by methodological and organizational factors, a series of positive characteristics is emphasized, but also of negative, from which the specialists (Popescu C., 1994; Adoniou G., 1997; Negulescu I., 1998; Sotiriu R., 1998; Mocsa L., 2002; Budevici A., Șufaru C., 2004; Sevim Y., Taborsky F., 2004; Mihăilă I., 2006; Pollany W., 2006; Hagleitner K., 2006; Leuciuc F., 2007), separate the following:

Positive Tendencies:

- The diversity and variety of the technical procedures and tactical actions of attack and defense, alternated from one phase to another and executed in high tempos, with precision and efficiency, which offer the game a plus of dynamism and spectacular;

- The individual technique in adversity conditions is lifted to a level of masterliness and in full concordance with the increasing speed of the game;

- Synchronization at maximum parameters between the precision and the efficiency of the individual and collective tactical actions by the subordination of the player's actions to the interest of the team;

- Counter-attack and constant counter-attack is launched immediately after entering into the possession of the ball and finalized through a varied range of technical procedures of throwing.

Negative Tendencies:

- The fight for victory and its adjudgment at any price, often lead to an irregular game of the defenders, practiced intentionally and premeditated;

- The loss of the character of competition to the spirit of fair-play, represented by the pharmaceutical and medical manipulation, which can influence the performance;

- The implication of club owners or of sponsors in the technical problems of coaching and training.

We didn't insist on some of the tendencies already forecasted earlier, but on those we consider obvious for the current handball game, resulted from consulting the literature of specialty, from discussions with the specialists of the domain, from participations in the great international competitions, etc.

The game pattern on the international plan fore-shadows as main characteristic of the majority of the teams, the increase of the players' height, in tight correlation with the weight. In this sense, Bayer C., (1991), asserts that the index of robustness, calculated after the formula **weight x 100/height**, the higher it is, the level of value that the player can achieve can be higher. We present the values of the arithmetical average of this index at a number of 10 representative teams participating at the International Championship of Germany, 2007 (table 1).

As you can see in the table presented, the average of the height of the players of the most valuable teams in the world is way over the somatic model presented by the materials of specialty of a few years ago.

The report height-100/weight presented by the specialists as one of the somatic criteria of which best value for the handball of high performance must be in between 1,04 – 1,06, knows a major diminution on all teams presented at the great competitions. This is especially due to the increase of active muscular mass for the handball players, no matter the post of specialization.

To exemplify, we present the values of the indexes submitted to research for a series of handball players of great value which activate in the top teams of the world (table 2). As one can see, the individual values of some of the best players in the world are over the average results of the teams taking part in the great competitions, which represent an additional argument in favor of those asserted.

Table 1

The Team	Cr	Eg	Fr	Al	Ko	Pl	Ru	Es	Tn	Dn	X	Sd	Cv
Height	194	189	191	194	187	192	190	191	189	190	190,7	2,21	1,16
Weight	93	88	94	93	86	92	93	95	89	90	91,3	2,90	3,18
Index of Robustness	47,9	46,5	49,2	47,9	45,9	47,9	48,9	49,7	47,1	47,3	47,83	1,19	2,50
H-100/W	1,01	1,01	0,96	1,01	1,01	1,00	0,96	0,95	1,00	1,00	0,99	0,02	2,45

Table 2

Name and surname	Nikolai Karabatic	Pascal Hens	Bojanovic Mladen	Dinart Didier	Iker Romero	Hombrados Jose	Hmam Wissem
Country	France	Germany	Croatia	France	Spain	Spain	Tunisia
Team	THW Kiel	Hamburg	Montpellier	Real Madrid	Barcelona	Real Madrid	Montpellier
Height	195	203	202	197	196	197	198
Weight	102	100	101	104	100	98	107
Index of Robustness	52,30	49,26	50,00	52,79	51,02	49,74	54,04
H-100/W	0.93	1.03	1.00	0.93	0.96	0.98	0.91

Conclusions.

The general tendency of current orientation on the international plan is to give the handball game an emphasized dynamism, through a complex and long training, materialized through special indexes of manifestation of the motric qualities and especially of ability.

The tendencies and the directions of development of the handball games we presented (and not only those), would have to be reported permanently to the intentions of the international organizations, the requests of the society, following a permanent evaluation of performance of the player and the team through the parameters of the game (quantitative and qualitative) is the highest test of evaluation, of efficiency of the players (the team), as well as of the efficiency of the applied strategy and tactical conception of the game.

The evolution of performances, but most of all, the possibilities of processing the information in the training and competition through using on a greater scale the techniques of calculation, will open new ways of intervention in order to develop the limits of sporting performances. Thus, shortly it will become possible, in a correlative way, the interpretation of factors with priority in obtaining valuable results.

In order to remove the tendencies which restrain the qualitative development of the handball game and decrease its spectacularness, we agree with the specialists that suggest modifying the regulations of the game, with the purpose of increasing the fluency and its degree of attractiveness.

Bibliography

- ADONIOU G.,** (1997), Ameliorarea pregătirii echipelor feminine de handbal prin utilizarea metodelor moderne psihopedagogice, București, Teză de doctorat
BAYER C., (1991), Que sais je? Le Hand-Ball, Le point des connaissances actuelles
DRAĞNEA, A., și colab., (2006), Educație fizică și sport – teorie si didactică, București, Edit. FEST
HAGLEITNER K., (2006), Qualitative Analysis of the 2006 Men's 20 European Handball Championship, Innsbruck, www.eurohandball.com
Ă D Ă Ą . Î Ó Ä . , Ê ÁŃŃÁÓ Ä . , ËĐŇĐŇĐÓ Đ . ,
Ê Đ Ő Ő Đ Ô Ê Đ Ö Ç Ó Á . , (1991), ×lénd'óóáénéóc, Achna
POLLANY W., (2006), European Championship for man Switzerland, www.eurohandball.com
POPESCU C., (1994), Handbalul modern evoluție și concepție, Mannheim, Edit. CRCS

METHODOLOGICAL ASPECTS CONCERNING THE SELECTION OF CHILDREN IN THE GAME OF HANDBALL

**Koutululis Anthonis – National and Kapodistrian
University of Athens, Faculty of Physical Education
and Sport Science**

**Mihăilă Ion – University of Pitești, The Faculty of
Physical Education and Sport**

**Key words: methodological aspects, children, handball,
selection**

Résumé. Abstract

One can obtain exceptional world performances only through the early tracking down of the individuals with special abilities for practicing handball. Selecting the elements possessing a somatic type and psycho-motric qualities characteristic to contemporary handball game, constitutes a primordial element for all the specialized federations in order for them to attain the proposed performance objectives.

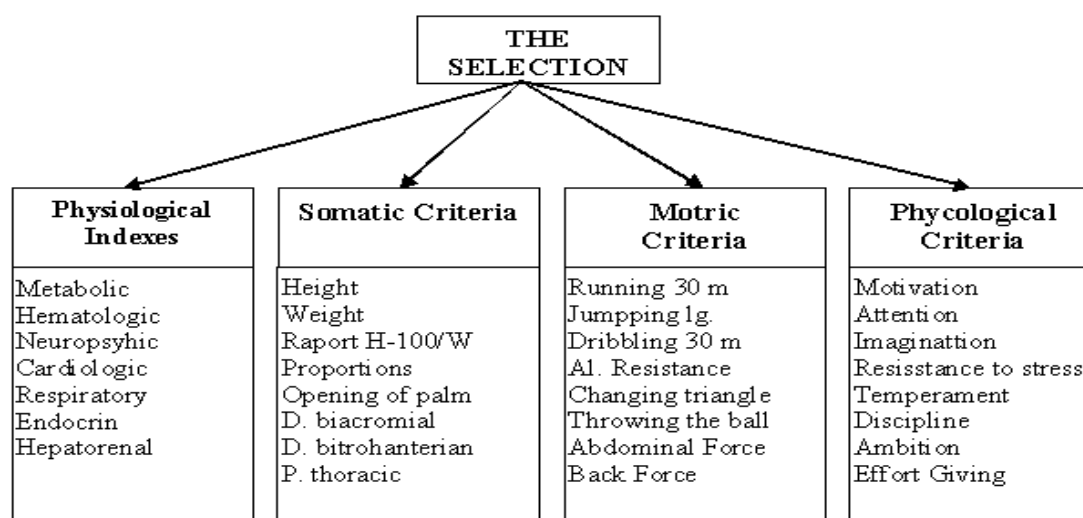
Introduction.

The problem of the selection was and will be permanently in the attention of the specialists of the domain, as a specific element, belonging to the sport of performance and directed to obtaining superior results in the great international competitions.

The main premises for the success of the selection know thoroughly the components that make up the considered sporting activity, so one can know beforehand the constitutive skills and the characteristics of the movement.

In the vision of specialists, the selection can be seen as a process of finding, drawing and gearing the elements with superior skills for the practicing of different branches of sport (Bota I., 1984, Colibaba E. D., Bota I., 1998, Dragnea A. and collaborators 2006, Nicu A., 1993).

Table 1



Taking into account the tendencies of development of the handball game worldwide, but especially the actual level of handball in Romania and Greece (with no special results at the great competitions, exception being the feminine handball in Romania), amongst the measures that are necessary is that of making the selection carefully.

The components of the model of selection for the game of handball, are established through studying the game of the teams of high performance, emphasizing their typical features necessary to obtaining superior results, so having in front of them the model of the future champion.

The data given by literature of specialty and the experience obtained by authors in the practical activity in the domain of handball in Romania and Greece, permitted us to formulate the following criteria common to the selection (table 1):

We underline the fact that the exigencies of contest are those that select the values and not those we have enumerated, which give us information about some reserves that can stay in their initial phase, if they don't find their efficiency in the proper game.

Material and methods. In order to experiment the theoretical considerations presented and to identify the skills that encourage the practicing of the handball game, we undertake an experimental study concerning their establishment in the initial phase and their degree of manifestation at an early age, inside the Sporting Club „Sport Team” Pitești which made a selection in order to form a group of children who are beginners in the handball game. To this action attended a number of 96 children with the age of 10-11 (born in 1996 and 1997), a number of 21 pupils with skills for practicing the game of handball.

Results. We further present the values of the main somatic indexes measured, for the subjects participating in the selection (n=96, table 2) and for those selected in order to begin the process of training (n=21, table 3).

Table 2. The values of the somatic indexes for the eligible children

Index	Height	Weight	H-100 /W	Proportions	Opening of palm	Diameter		The thoracic perimeter
						Biacro	Bitroh	
x	145,23	36,21	1,24	146,32	15,26	25,89	24,31	65,78
Sd	3,58	2,28	0,12	3,85	0,87	0,78	0,73	2,12
CV	2,08	8,35	1,68	2,11	2,34	4,02	3,41	1,88

Table 3. The values of the somatic indexes for the selected children

Index	Height	Weight	H-100 /W	Proportions	Opening of palm	Diameter		The thoracic perimeter
						Biacro	Bitroh	
x	154,12	47,78	1,13	157,62	16,79	29,12	26,32	68,54
Sd	3,03	3,41	0,09	2,88	1,02	1,32	1,09	1,98
CV	1,88	5,09	2,11	4,56	3,24	3,96	3,22	2,56

At the somatic measurements made one can see for the selected children, values of the arithmetical average inferior to the initial model of selection elaborated by the federations of specialization, while the values registered by the selected children are integrated in the model of the age submitted to research. (the graphics 1,2 and 3).

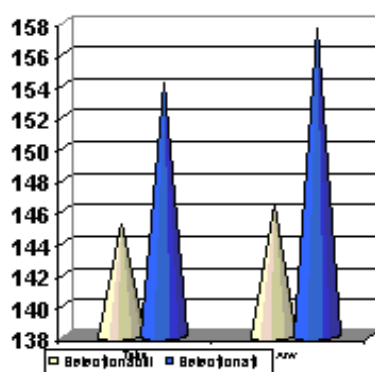


Diagram 1.

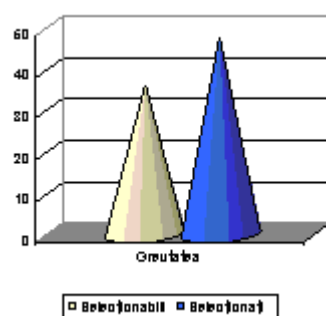
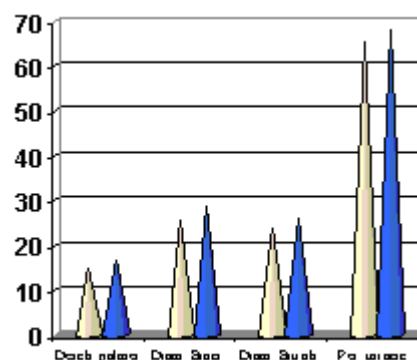


Diagram 2.

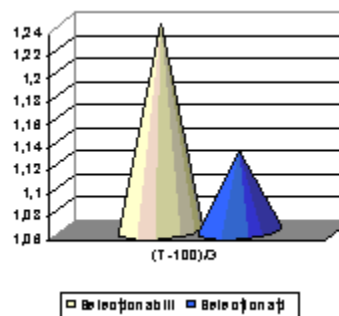


Diagram 3.

The results obtained to the tests of motility by the eligible children (n=96, table 4) and the selected children (n=21, table 5) show us superior values for the selected children in order to starting their activity in handball, values that are integrated in the model of selection for the age of 10-11, shown in the graphics 4-7.

Table 4. The values of the motility indexes for the eligible children

Index	30 m	SLL	Dribbling 30 m	Resistance running	Changing triangle	Throwing the ball	Abdominal Force	Back Force
x	5,67	172,54	7,21	3,42	21,57	18,45	21,32	19,41
Sd	0,43	8,67	0,51	0,43	4,47	5,58	3,22	2,89
CV	12,35	7,97	9,44	6,32	21,32	20,32	8,46	7,57

Table 5. The values of the motility indexes for the selected children

Index	Running 30 m	SLL 183,25	Dribbling 30 m	Resistance running	Changing triangle	Throwing the ball	Abdominal Force	Back Force
x	5,27		6,06	2,56	17,48	22,58	24,36	22,87
Sd	0,21	5,11	0,32	0,31	2,02	3,46	2,04	1,97
CV	6,73	5,08	4,86	3,34	8,35	8,12	5,18	4,36

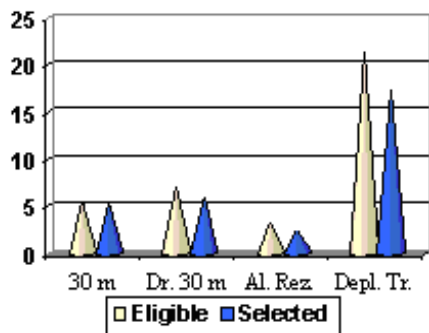


Diagram 4.

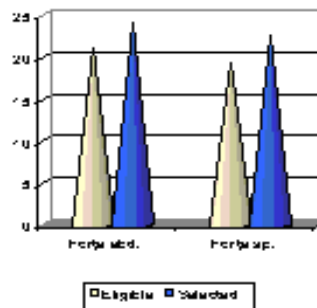


Diagram 5.

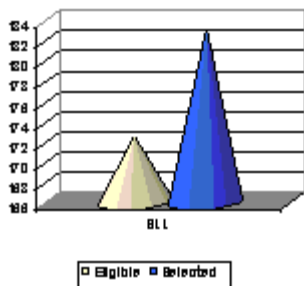


Diagram 6.

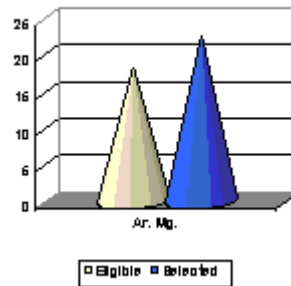


Diagram 7.

Conclusions. In order for the random selection to be avoided, the trainers must know the requirements of the selection, taking into account the actual level of development, as well as the future one of handball.

The validity of the criteria of selection applied at a certain time being sort of relative, we consider that these must be up-dated permanently and applied in practice through tests and norms of control typical to the game of handball and even to the specialization positions.

Analyzing the system of sporting selection we encountered in practice, one can observe that it is composed of tests which identify first the athletic qualities and less those ludic, which forecast the favorable features for the practicing of the handball game.

The efficiency of the work given by the relation coach-player-team, will depend on the quality of the initial selection and on that made on all the steps of the training, that is the fulfillment of the objectives of training and performance.

Bibliography.

BOTA, I., (1984), Handbal modele de joc și pregătire, București, Edit. Sport Turism

COLIBABA, E., D., BOTA, I., (1998), Jocuri sportive
teorie și metodică, București, Edit. Aldin

DRAGNEA, A., și colab., (2006), Educație fizică și sport – teorie și didactică. București. Edit. FEST

KARRAS, D., (2000), Beach Handball, *Επαύλεια*
Χσιποόσβνίoc

ĚĐÁĂ, ÎÓĂ., ĘÁNŃÁÓ Ă., ĘŇŇŇŇĐÓ Đ.,
ĘĐŌŌĐŌĖĐŌĖĆÓ Á., (1991), ×léńđŏăéńéőć, Achna

COMPARATIVE STUDY OF THE LEVEL OF PHYSICAL TRAINING OF THE STUDENTS FROM DIFFERENT GENERATIONS

By Maura Stancu

Abstract

The student's motricity capacity, pluralism of the natural metrical abilities and of the attained ones, offers information about the way of carrying out the Physical Education classes, on whether its objectives have been reached and it helps us put together work strategies.

Key words: Physical training, student, comparative study.

Introduction

Romanian Physical Education is a discipline based on a homogenous view, "The Theory of Physical Education and Sports" being at the basis of orienting the entire theoretical and practical activity of the area, while "The Law of Physical Education and Sports" materializes this integrated conception.

Its uniformity diversifies nevertheless due to the local traditions, due to the existent means, the human resource, the material bases and also to the professional quality of the academics.

This is exactly why at the level of the pre-university level we can realize the qualitative analysis of the way the activity in the Physical Education and Sport classes was conducted, the way its objectives were achieved during the 12 years of pre-university teaching.

The student's motricity heredity is substantiated in his or her motric capacity, vector of the interaction of the motric abilities which are either natural or attained ones.

The research hypothesis

Knowing the dynamics of the Physical training level of the young ones, we shall establish wise objectives.

Methods

The methods used with a view to reaching the research objectives were: the informing-documentation, observation, measuring results, the Mathematical-Statistical method and the graphic one.

The unfolding of the research. Subjects.

We noted down the results obtained by 30 freshmen (major: road motor vehicles), starting with the 1999-2000 academic year and ending with the year 2006-2007. Each year the freshmen sustained more trials for checking the level of physical preparation. For this study I chose to bring forward their results in three test trials:

- 1) speed running-50 square metres;
- 2) the long jump from standing;
- 3) resistance running-1000 square metres..

The research results and their interpretation

In the table below the realized averages are presented, taking into account the three trials passed by each student, for each year of study.

STUDIU COMPARATIV AL NIVELULUI DE PREGĂTIRE FIZICĂ AL STUDENȚILOR DIN GENERAȚII DIFERITE

Stancu Maura

Abstract

Capacitatea motrică a studentului, cumul al posibilităților motrice naturale și dobândite ale acestuia ne dă informații asupra modului în care s-a desfășurat activitatea la orele de educație fizică, dacă s-au îndeplinit obiectivele acestea și ne ajută în elaborarea unor strategii de lucru.

Cuvinte cheie: pregătire fizică, student, studiu comparativ.

Introducere

Educația fizică în România este o disciplină care se bazează pe o concepție unitară, „Teoria educației fizice și sportului” stând la baza orientării întregii activități teoretice și practice a domeniului iar „Legea educației fizice și sportului” concretizează și legalizează această concepție unitară.

O unitate ce se diversifică însă datorită tradițiilor locale, datorită mijloacelor existente, a materialului uman, a bazelor materiale și nu în ultimul rând datorită calității profesionale a cadrului didactic.

Iată de ce, la nivelul învățământului universitar putem face analiza calitativă a modului în care s-a desfășurat activitatea la orele de educație fizică și sport, cum s-au îndeplinit obiectivele acestea pe parcursul celor 12 ani de învățământ preuniversitar.

Zestrea motrică a studentului se concretizează în capacitatea motrică a acestuia, vector al interacțiunii posibilităților motrice naturale și dobândite ale acestuia.

Scopul cercetării

Realizând o analiză comparativă a rezultatelor obținute de studenții anului I din opt generații diferite, vom putea determina evoluția nivelului de pregătire fizică a tinerilor din zilele noastre.

Ipoteza cercetării

Cunoscând dinamica evoluției nivelului de pregătire fizică a tinerilor vom putea elabora strategiile de lucru, vom stabili obiective pertinente.

Metode

Metodele folosite în vederea realizării obiectivelor cercetării au fost: informarea – documentarea, observația, măsurarea rezultatelor, metoda statistico-matematică și cea grafică.

Desfășurarea cercetării. Subiecți.

Am notat rezultatele obținute de 30 studenți ai anului I (specializarea: autovehicule rutiere), începând cu anul universitar 1999/2000 și terminând cu 2006/2007.

An de an studenții anului I au susținut mai multe probe de verificarea nivelului de pregătire fizică. Pentru acest studiu am ales să prezint rezultatele obținute de aceștia la trei probe:

- 1) alergare de viteză – 50 m.p.;
- 2) săritura în lungime de pe loc;

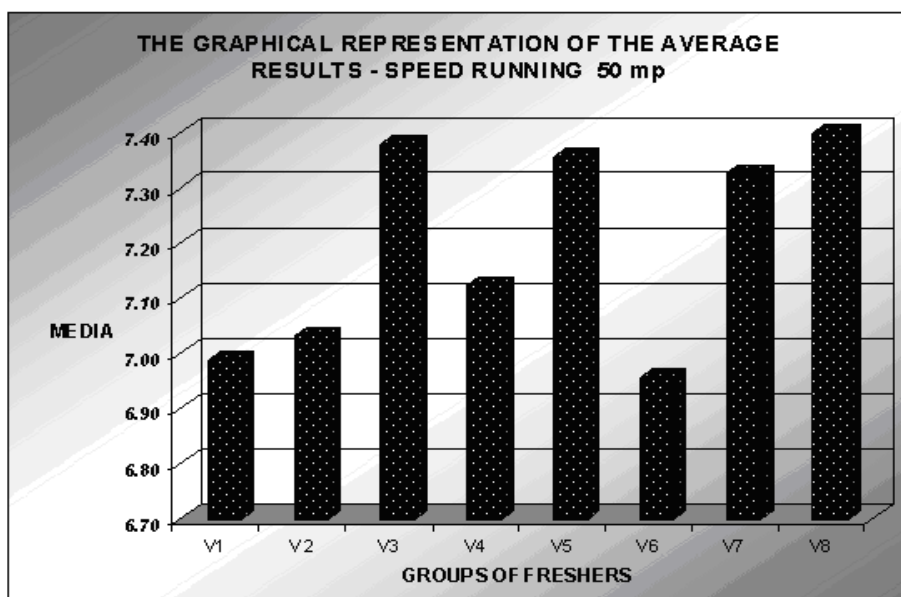
29 alergare de rezistență – 1000 m.p

Table no. 1

Trial	The average for the academic year							
	1999/ 2000	2000/ 2001	2001/ 2002	2002/ 2003	2003/ 2004	2004/ 2005	2005/ 2006	2006/ 2007
Speed running	6,99	7,03	7,38	7,12	7,36	6,96	7,33	7,40
Long jump from standing	2,19	2,19	2,20	2,12	2,17	2,25	2,23	2,18
Resistance running 1000 square metres	3,48	3,40	3,71	4,06	3,97	4,01	4,35	4,91

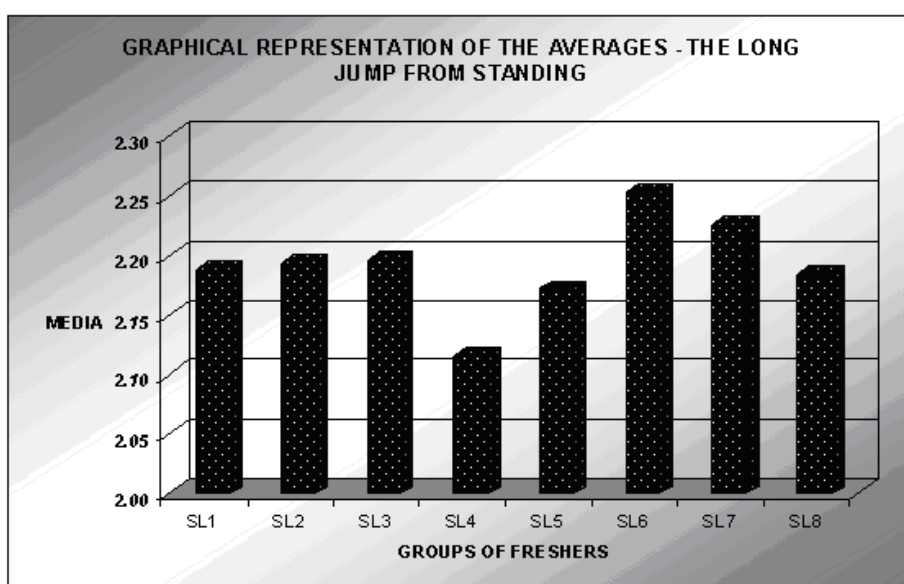
From the graphic analysis we better distinguish the dynamics of the evolution of the level of physical training in what regards the freshers, or, even better said, the involution of the results.

Rezultatele cercetării și interpretarea acestora
În tabelul de mai jos sunt prezentate mediile realizate, la cele trei probe de către studenți, pentru fiecare an de studiu.



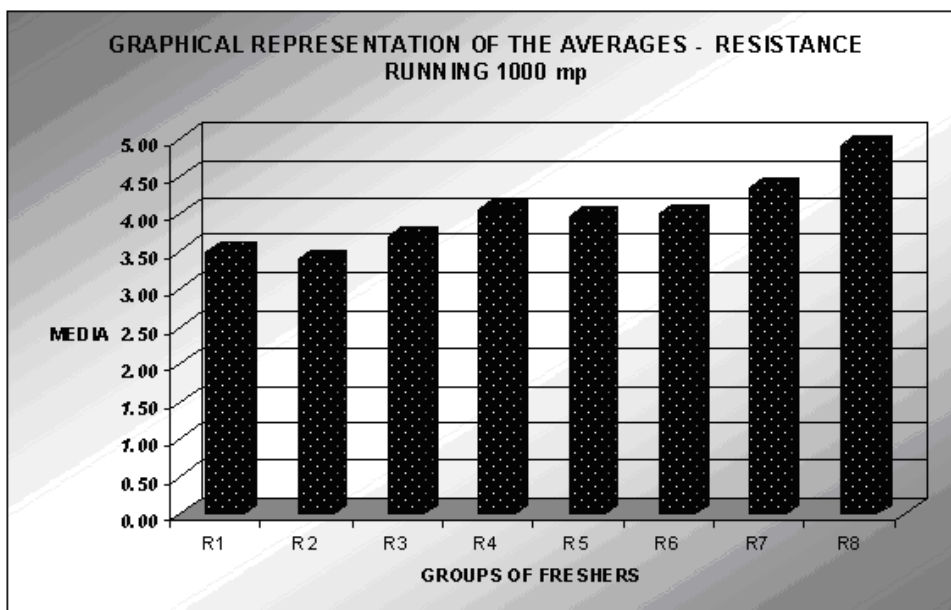
Graphic no.1

Graficul nr 1



Graphic no.2

Graficul nr 2



Graphic no.3

If in what regards the long jump we may notice a rather stabile situation, for the trials of speed running and resistance running on the other hand, the difference between the averages is quite alarming.

Conclusions:

These results allow the underlining of the fact that the lower and lower physical training level of the students (especially for the speed run and resistance running) from one year to another imposes the classes a more frequent use of running – the step in a moderate tempo, but also the rapid step.

The field's school inspector is to be informed regarding the studies that target the school population and he is to be consulted with a view to the necessary solutions.

Graficul nr 3

Din analiza graficelor distingem mai bine dinamica evoluției nivelului de pregătire fizică a studenților anului I, sau mai bine spus a involuției rezultatelor.

Dacă la lungime semnalăm o situație oarecum stabilă, în schimb la probele de alergare de viteză și rezistență diferența între medii este alarmantă.

Concluzii.

Aceste rezultate permit evidențierea concluziei că nivelul de pregătire fizică, scăzut de la an la an al studenților (în special la probele de alergare de viteză și rezistență) impune folosirea la lecții cu mai multă pondere a alergării – pasul lansat în tempo moderat dar și pasul lansat de viteză.

Inspectorul școlar de specialitate să fie informat cu privire la studiile ce vizează populația școlară și consultarea acestuia cu privire la soluțiile ce se impun.

Bibliografie

- Dragnea A și colaboratorii, 2002, *Teoria educației fizice, Ediția a doua (revăzută)*. Editura FEST, București
- Epuran M (1984), *Psihologia educației fizice*. Editura IEFS, București
- Scarlat E, Dragomir P (2004), *Educație fizică școlară*. Editura Didactică și Pedagogică, București.

ASPECTS OF THE PROCESS OF EVALUATION OF THE BIOPSYCHO-EMOTIONAL STATE AT THE PERSONS OF THE THIRD AGE

By Nicolau Elena
Pitești University

Key words: evaluation, aged, effort capacity, evaluation scales

Summary:

In order to lay down a recovery program it is compulsory to make complex evaluations of the functional capacity lost or of the restant one, next to exactly knowing the clinical diagnostic and of the associated illnesses.

Thus, the present paper illustrates the model of individual file comprising the following: the personal data of the subjects included in the study and the evaluation tests applied in order to establish their effort capacity and the way they undergo daily activities, being more important to notice how the old man walks or how he sits on a chair and less interesting how much force his quadriceps still detains or how much he can flex his knee. For this purpose we have selected and applied: The 6 minutes test (the effect being of using the 3rd or 4th level of the ergometrical bicycle), The national grid for evaluating the old ones, The Tinetti test for balance and walking, the Yasevage scale for the psycho-emotional testing.

Introduction

The geriatric evaluation presupposes an approach comparatively different from the medical standard evaluation and is based on the recognition of the fact that the health condition of the elderly ones is dependant on factors that overpass the simple manifestation of the diseases they are suffering from:

- Social factors;
- psychological factors;
- environmental factors.

The geriatric evaluation realized by the individual clinic doctor presupposes the evaluation of the cognitive, emotional, functional, social, economical, environmental, spiritual state, as well as discussing the patient's options regarding the indications given by the physician.

The evaluation instruments must only be used as guides, as they cannot replace the anamnesis and the clinical examination, but simply rapidly orient the clinic doctor's attention towards aspects particularly relevant in a patient.

The purpose of the study

The purpose of the scientific intercession is that of identifying the functional rest of the third age persons included in the experiment, on the basis of tests and evaluation scales, with a view to afterwards assembling programs of geriatric rehabilitation.

The work's hypothesis

- If we are to use diversified methods and means of evaluation we are to obtain complete information about the biopsychological state of the elderly persons subjected to this experiment and we are to become aware, thanks to such instruments, of the importance of periodical evaluation;

ASPECTE ALE PROCESULUI DE EVALUARE A STĂRII BIOPSIHO-AFECTIVE LA PERSOANELE DE VÂRSTA A III-A

Nicolau Elena
Universitatea din Pitești

Cuvinte cheie: evaluare, vârstnic, capacitate de efort, scale de evaluare

Rezumat

Pentru întocmirea unui program de recuperare este obligatoriu, pe lângă cunoașterea cu exactitate a diagnosticului clinic și a afecțiunilor asociate, efectuarea unei evaluări cât mai complete a capacității funcționale pierdute sau a celei restante.

Astfel lucrarea de față prezintă modelul de fișă individuală ce cuprinde: datele personale ale subiecților cuprinși în cercetare și testele de evaluare aplicate în vederea stabilirii capacității lor de efort a și a modului cum se descurcă în activitățile cotidiene, fiind mai important să vedem cum merge sau cum se așază pe scaun bătrânul, și interesându-ne mai puțin câtă forță are cvadricepsul sau cât poate flecta genunchiul. În acest scop au fost selectate și aplicate: testul de 6 min, (efortul constând în pedalarea la treapta 3 sau 4 a bicicletei ergometrice), Grila națională pentru evaluarea vârstnicilor, testul Tinetti pentru echilibru și mers, scala Yasevage pentru testarea psihoafectivă.

Introducere

Evaluarea geriatrică presupune o abordare diferită comparativ cu evaluarea medicală standard și are la bază recunoașterea faptului că starea de sănătate a persoanelor vârstnice depinde de factori care depășesc simpla manifestare a bolilor de care suferă:

- factori sociali;
- factori psihologici;
- factori de mediu.

Evaluarea geriatrică realizată de clinicianul individual presupune evaluarea statusului cognitiv, afectiv, funcțional, social, economic, de mediu de existență, spiritual, precum și discutarea opțiunilor pacientului referitoare la indicațiile date de către medic.

Instrumentele de evaluare trebuie utilizate doar orientativ deoarece ele nu pot înlocui anamneza și examenul clinic, ci doar orientează rapid atenția clinicianului spre aspecte în mod particular relevante la un anumit pacient.

Scopul lucrării

Scopul demersului științific este de a identifica restantul funcțional al persoanelor de vârstă a III-a cuprinse în experiment, pe baza testelor și scalelor de evaluare, în vederea întocmirii ulterioare a programelor de reabilitare geriatrică

Ipotezele lucrării

- § Dacă vom utiliza metode și mijloace de evaluare cât mai diverse vom obține informații complete despre starea biopsihologică a persoanelor vârstnice supuse experimentului și vom conștientiza în mentalitatea acestora importanța evaluării periodice;

- We consider that the data obtained from applying tests and evaluation scales will constitute the foundation necessary to creating programs of geriatric recovery.

The methodology of the scientific endeavor

- The bibliographic study method
- The observation method
- The investigation method
- The questionnaire based method
- The conversation method
- The test method
- The study case method

The place of unfolding of the study and the selection of subjects

The initiative of the evaluation process of the functional state of the subjects under study was accommodated at the Centre for Social Assistance and Care from Pitești on a sample of twenty subjects with ages between 61 and 76 years.

The evaluation tests were applied in collaboration with the women specialists in kinetotherapy, the centre's psychologist and a part of the students at the kinetotherapy profile, in practice at the time the tests were being held.

The evaluation process encompassed both analytical as well as practical tests, the results of which being written down on initial individual files which would be of help in quantifying the results obtained on the final evaluation files.

THE INDIVIDUAL EVALUATION FILE

First name :
Last name :
Age
Sex
Clinical diagnostic
Personal antecedents

1. Somatometrical evaluation

- ✓ Waist
- ✓ Weight
- ✓ Perimetres
 - thorax –inspir, expir
- ✓ The body weight indicator (IMC)
- ✓ The thorax elasticity index
- ✓ The Pende muscular index

3. The evaluation of balance and fall risk

- ✓ The Tinetti test

4. Evaluating the cardiorespiratory apparatus

- ✓ FC
- ✓ TA
- ✓ The 6 min test
- ✓ The heart resistance (RC)

5. Evaluating ADL and IADL- s

- ✓ The national scale of evaluating old persons

6. The psycho-emotional evaluation

- ✓ The Yasevage scale

- § Considerăm că informațiile obținute în urma aplicării testelor și scalelor de evaluare vor constitui fundamentul necesar întocmirii programelor de reabilitare geriatrică.

Metodologia demersului științific

- § Metoda studiului bibliografic
- § Metoda observației
- § Metoda anchetei
 - Ancheta pe bază de chestionar
- § Metoda convorbirii
- § Metoda testelor
- § Metoda studiului de caz

Locul de desfășurare al cercetării și eșantionul de subiecți

Demersul procesului de evaluare a statusului funcțional al subiecților cercetării s-a desfășurat la Centrul de Îngrijire și Asistență Socială din Pitești pe un eșantion de 20 de subiecți cu vârste cuprinse între 61 –76 de ani.

Testele de evaluare au fost aplicate în colaborare cu kinetoterapeutele și psihologul centrului și cu o parte din studenții specializării kinetoterapie aflați în practică la data efectuării testărilor.

Procesul de evaluare a cuprins atât testări analitice cât și testări globale, rezultatele acestora fiind consemnate în fișe individuale inițiale de evaluare care ne vor ajuta în cuantificarea rezultatelor obținute din fișele de evaluare finale.

FISA INDIVIDUALA DE EVALUARE

Nume :
Prenume :
Vârstă
Sex
Diagnostic clinic
Antecedente personale

1. Evaluarea somatometrică

- Talie
- Greutate
- Perimetre
 - § torace –inspir, expir
- Indicele masei corporale (IMC)
- Indicele elasticității toracice
- Indicele muscular Pende

3. Evaluarea echilibrului și a riscului de cădere

- Testul Tinetti

4. Evaluarea aparatului cardiovascular

- FC
- TA
- Testul de 6 min
- Indicele de rezistență cardiacă (RC)

5. Evaluarea ADL și IADL- urilor

- Grila națională de evaluare a persoanelor vârstnice

6. Evaluarea psihoafectivă

- Scala Yasevage

Conclusions and recommendations

Evaluating results

The results obtained following the tests have been written down on the individual evaluation files and will constitute a starting point for formulating the geriatric recovery programs.

On the basis of these results the subjects will be precisely indicated the exercise program and the dosage in function of the individual characteristics and the rest of the functional strength.

Conclusions

With a view to the results obtained as a result of the evaluation process we may formulate the following conclusions confirming the hypothesis of the present scientific endeavor :

- The selected methods and techniques of evaluation have allowed for the gathering of sufficient information about the functional state of each separate individual, thus establishing the degree of total or partial independence, this way underlining the importance of the evaluation process for including the old in different individualised programs of geriatric recovery. It has been established that the persons subjected to the tests have a low effort capacity, require help in some daily activities, present a medium risk of falling and that form an emotional point of view they undergo a light depressive state especially due to being institutionalized.
- The evaluation process at persons of the third age is a highly toilsome endeavor demanding for the selection of the most appropriate methods and evaluation techniques to be applied to the subjects under study and at the same time offering the data necessary to afterwards elaborating some kinetic programs meant to upkeep the health condition of the old at the level of optimum parameters for the unfurling of domestic, daily activities;
- The fiziological modifications induced by the aging process create a complex frame of the biopsychological state of the old, that must be always treated patiently, surrounded with attention for each detail, as insignificant as it may be, being imposed this way, if need be, the notion of adaptation of the evaluation methodology to the age and illnesses characteristics.

Concluzii și recomandări

Valorificarea rezultatelor

Rezultatele obținute în urma testărilor au fost înscrise în fișele de evaluare individuale și vor constitui un punct de plecare pentru întocmirea programelor de reabilitare geriatrică.

Pe baza acestor rezultate subiecților li se va stabili cu exactitate programul de exerciții și dozarea acestora în funcție de particularitățile individuale și de restantul funcțional.

Concluzii

Pe baza rezultatelor obținute în urma procesului de evaluare putem formula următoarele concluzii care confirmă ipotezele acestui demers științific astfel:

- Metodele și tehnicile de evaluare alese ne-au permis obținerea unor informații suficiente despre statusul funcțional al fiecărui individ în parte, stabilind astfel gradul de independență totală sau parțială, subliniindu-se astfel importanța procesului evaluării, pentru includerea vârstnicului în diferite programe individualizate de reabilitare geriatrică. S-a stabilit că subiecți supuși testărilor au o capacitate de efort scăzută, necesită ajutor în unele activități cotidiene, prezintă un risc mediu de cădere și din puncte de vedere psihoafectiv înregistrează o stare depresivă lejeră în special datorită instituționalizării.
- Procesul de evaluare la persoanele de vârstă a III-a este un demers foarte laborios care necesită selectarea celor mai potrivite metode și tehnici de evaluare care să poată fi aplicate subiecților aflați în studiu și care să ofere în același timp datele necesare întocmirii ulterioare a unor programe kinetice menite să întrețină starea de sănătate a vârstnicilor la parametri optimi pentru desfășurarea activităților cotidiene ;
- Modificările fiziologice induse de procesul de îmbătrânire, creează un tablou complex a stării biopsihologice a vârstnicului, care trebuie tratat în orice demers cu răbdare, atenție pentru fiecare amănunt cât de nesemnificativ ar fi el, impunându-se în acest sens adaptarea dacă este nevoie a metodologiei de evaluare la particularitățile de vârstă și boală.

BIBLIOGRAFIE

- Bălăceanu – Stolnici C. (2004), Geriatrie practică, Ed. Medicală AMALTEA, București;-
- Bogdan C. (1992), Elemente de geriatrie practică, Ed. Medicală București;
- Ciucurel C. (2005), Fiziologie, Ed. Universitaria Craiova
- Ciucurel C. (2005), Presbiacuzia – între o abordare gerontologică și geriatrică, Ed. Universitaria Craiova;
- Cordun M., (1999), Kinetologie medicală, Ed. Medicală, București
- Georgescu L., (2002) Fiziologia educației fizice și sportului, Ed. Universitaria, Craiova

OBESITY EXAMINATION FOR THE PREVENTION OF HEALTH DISORDERS ON YOUNG AND MIDDLE-AGED MEN IN GREECE

Mavrovounioti. Chr.,
Department of Home Economics and Ecology,
Charokopio University of Athens
Mavrovouniotis. F., Zaggelidis. G., Argiriadou. Eir.,
Department of Physical Education and Sport
Sciences, Aristotle University of Thessaloniki

Summary:

The aim of the present study was to investigate obesity on men. For this reason 131 men, that separated on two groups by age, examined. Group A consisted of young men (20-39 years old) and Group B of middle-aged men (40-64 years old). Measurements of men's height and body weight were performed. The Body Mass Index (BMI) was used for the evaluation of the degree of overweight and obesity. From data statistical analysis it was found out that group A had BMI 24.71 ± 2.50 kg/m² and group B 26.48 ± 2.96 kg/m². Men's classification as for BMI showed that 58.0% of Group A had normal weight and 42.0% were overweight and obese. In reverse, in regard on men of group B, it has been shown that the bigger percentage of them (67.4%) were overweight or obese, while smaller percentage of them (32.6%) had normal weight. From the results of the present study, the problem of excess weight and obesity is established. A problem that begins too early, from the premature adulthood, magnifies much more during adult life and undoubtedly becomes, particularly, intense on middle age. A problem that becomes a cause for a lot of serious, acute, and chronic diseases, that increase mortality.

Introduction

The continuously bigger technology development and the creation of "clever" machines in order to facilitate and better cover of individual needs, have impelled the modern man in a sedentary life and a passive confrontation of health problems (Corbin et al., 2001). However, as a result of inactivity, the metabolism changes, as the organism does not proceed in combustions, as there are not special requirements and needs to be covered. If in this stage human dietary habits do not change, so that the organism compensates the lack of movement, then all the unnecessary calories that are consumed, will be stored as adipose tissue (fat) adding thus more weight, which could lead in obesity (Deligiannis, 1992). It should be noted that obesity is a serious threat for health and an enemy for body aesthetics. And while in prehistoric ages obesity could play a role of fat deposit and could ensure survival in periods of starvation today the only thing that ensures is the reduction of survival. It has, indeed, been proved that obesity is associated with a number of co-morbidities, such as diabetes, hypertension, stroke, hypercholesterolemia, coronary heart diseases, kidney stones, osteoarthritis, and some cancers (Ronnemaa et al., 1998).

For these reasons the aim of the present study was the obesity examination of young and middle-aged men, 35

as a risk factor of the appearance of cardiovascular and other health disorders.

Content and Methods:

A hundred and thirty one men from Thessaloniki prefecture of Greece separated into two groups. Group A consisted of young men, 20-39 years old, while Group B consisted of middle-aged men, 40-64 years old. Measurements of subjects' height and body weight were performed. Body Mass Index (BMI) was used for the evaluation of overweight and obesity, accordingly to the values set by WHO (World Health Organization). BMI is objective, highly reliable, and has a high correlation ($r=0.7-0.8$) with the body fat content in adults. The statistic packet SPSS/PC Version 15.0 for windows was used. Descriptive analysis, as well as the Pearson correlation were used. The student t-test was, also, used to evaluate significant differences between the groups. The level of significance was set to $p<0.05$.

Results

Table 1. Sample's Characteristics

Parameters	Group A	Group B
Age (years)	26.63 ± 6.53	50.95 ± 7.87
Height (m)	1.80 ± 0.06	1.76 ± 0.06
Body Weight (Kg)	80.44 ± 9.67	81.67 ± 9.60

In Figure 1, the significant difference in BMI between the two groups ($t=-3.57$, $p<0.01$) is shown. Moreover, in Figure 2 and 3, the subjects', of both groups, percent distribution in regard to BMI is presented. As it can be seen, there are big percentages of overweight and obesity in both groups in regard to BMI and to the age norms for men, set by WHO.

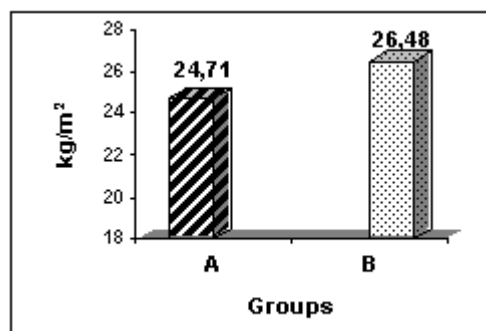


Figure 1. BMI in two groups.

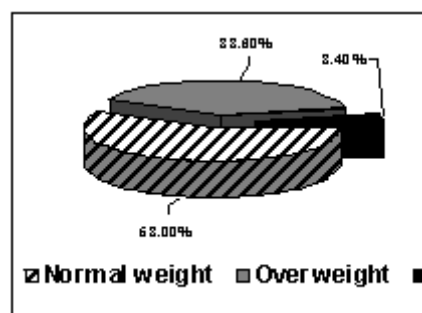


Figure 2. Group A distribution in regard to BMI.

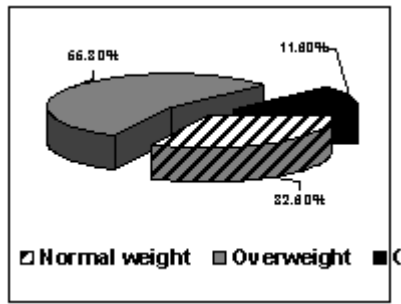


Figure 3. Group B distribution in regard to BMI.

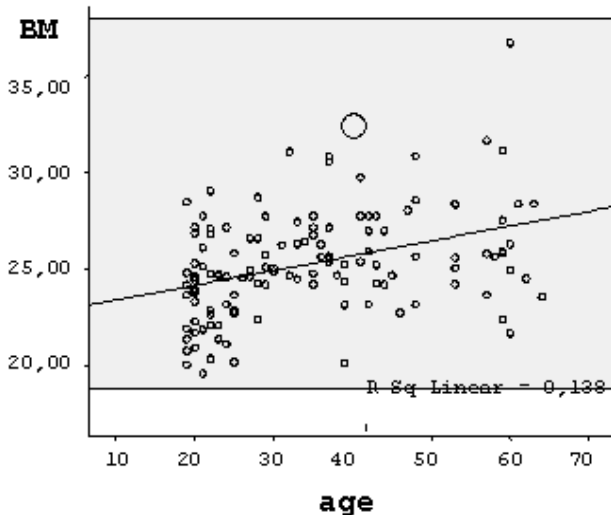


Figure 4. Correlations between BMI and age.

Finally, in Figure 4 the existence of a very high positive correlation ($r = 0.371$, $p < 0.01$) between BMI and age is shown. The correlation indicates that as age increased, and BMI is, contemporaneously, increased.

Conclusions:

- High percentages of overweight and obesity found both in young and middle-aged men. The data indicate that an estimated 42% of young and 67% of middle-aged men are either overweight or obese. In particular, the percentages of obesity fluctuated between 3.4% and 11.6%, for young and middle-aged men, respectively.
- In agreement, data from the 1999-2000 National Health and Nutrition Examination Survey indicate that an estimated 64% of USA adults are either overweight or obese (Flegal et al., 2002).
- Moreover, the observed, in the present study, progressive increase of body weight between the third and the sixth decade of life can be explained from relative, with the age, changes. Although the energy consumption tends to be decreased after the second decade, this reduction is insufficient to compensate the bigger reduction in the amount of the consumed energy, due to high levels of inactivity and of fatty foods consumption (Bray, 1983).
- The cost that results from obesity and inactivity, in America, touches upon 9.7% of annual total expenses for health (Center for Disease Control, 2003).
- Moreover, obesity increases the risk for diabetes, hypertension, stroke, hypercholesterolemia, coronary heart diseases, kidney stones, osteoarthritis, and some cancers (Ronnemaa et al., 1998).

- Thus, 58% of the cases of diabetes type II, 21% of coronary heart diseases and between 8% and 42% of some cancers attributed to overweight and obesity (Department of Health, 2002).
- Besides, approximately 280.000 adult deaths in the USA are associated with obesity (Allison et al., 1999). In particular, obesity contributes to the increase of death frequency 12 times at ages 25-35 years, 6 times at ages 35-44 years and 3 times at ages 45-54 years (Pavlou, 1993).
- However, the Framingham study shows, that cardiovascular diseases is possible to be decreased at 25%-35%, if the ideal body weight is reached. A loss of body weight even of 5-10% can decrease the risk factors (Anderson et al., 1987).
- A body weight loss can happen when an individual participates in an acceptable level of exercise, systematically, and the calories consumption balanced with the combustions (Pavlou, 1993).
- 30% of new cases of obesity could be prevented with the adoption of a relatively active life style, that is less from 10 h/wk tv watching and more or equal with 30 min/d vigorous walking (Hu et al., 2003).
- However, the combination of an exercise program with a balanced diet could lead to better results and be maintained for a bigger period (Garrow, 1986).
- Summing up, the best way for the resolution of a health problem, is the prevention.

Bibliography :

1. Allison, D.B., Fontaine, K.R., Manson, J.E., Stevens, J., & VanItallie, T.B. (1999). Annual deaths attributable to obesity in the United States. *JAMA*, 282(16), 1530-1538.
2. Anderson, K.M., Castelli, W.P., & Levy, D. (1987). Cholesterol and mortality: 30 years follow-up from the Framingham Study. *JAMA*, 257, 2176-2180.
3. Bray, G.A. (1983). The energetics of obesity. *Medicine and Science in Sports and Exercise*, 15,
4. Center for Disease Control. (2003). <http://www.cdc.gov/od/oc/media/pressrel/r040121.htm>.
5. Corbin, C.B., Lindsey, R., Welk, G. (2001). Concepts of physical fitness: Active lifestyles for wellness (10th ed.). Boston, McGraw-Hill.
6. Deligiannis, A. (1992). Sports Medicine. Thessaloniki, University Studio Press.
7. Department of Health. (2002). Annual Report of the Chief Medical Officer. www.doh.gov.uk/cmo/annualreport2002.
8. Flegal, K.M., Carroll, M.D., Ogden, C.L., & Johnson, C.L. (2002). Prevalence and trends in obesity among US adults, 1999-2002. *JAMA*, 288(10), 1723-1727.
9. Garrow, G.S. (1986). Effect of exercise on obesity. *Acta Med. Scand. Suppl.*, 711, 67-73.
10. Hu, F.B., Li, T.Y., Colditz, G.A., Willett, W.C., & Manson, J.E. (2003). Television watching and other sedentary behaviours in relation to risk of obesity and Type 2 Diabetes Mellitus in women. *JAMA*, 289, 1785-1791.

THE CHARACTERISTICS OF THE PREPARATION MODEL INSIDE HIGHLY PERFORMANT GYMNASTICS

By Marian Cretu
University of Pitesti

Abstract

By the "model" notion from inside the actual highly performance sport it is to be understood the totality of the qualitative and quantitative indices of the level of physical training, expressed with a predictive purpose with regard to some expected, planned sport results.

Between the model and the proposed objective there must be a certain connection and similarity of the important and significant characteristics. Numerous ways have been tried and with success in order to describe and mathematically identify measurable, evaluative components for putting together various models that may reproduce as accurately as possible the characteristics of the phenomena to be modeled. These models become functionally performance-bringing only in what concerns the degree of correspondence with the real situation to be modeled, constituted as an object of study.

Introduction

In the special field literature form the performance sport, the models are realized with both a scientific and a practical purpose, the major disadvantage of these approaches being the fact that such forms of modeling call for highly qualified specialists and interdisciplinary team work (mathematicians, physicians, programmers, coaches and many others), a team which is most of the times not at hand for the performer, and in all locations where performance is worked on.

The role of the coach from the Gymnastics field is that of describing as precisely as possible the object of study, movement, its phases together with its important moments, mechanisms and corporal actions, but especially the general and specific conditions imposed to the system by normative rules or requisite demands, by anatomic limitations and the specific gymnastics execution style with regard to the position of the body and its parts during the movement.

In gymnastics as well as in all other sport branches, models can be quantitative, based on important measurable indices, but they can also be qualitative, descriptive of some important qualities forming the content of such models. These performance attributes constitute the basic aspect of the training activity.

As a result of the training process organized as a specialized pedagogical activity, the model repeats the parameters of the competition as psycho-physio-physico-analogical. This is the reason why we may ascertain that the specific competitive activity has been modeled.

By training it is only tried to artificially and as closely and detailed as possible create the real contest conditions (as a model contest), under the shape of its most important aspects, constituted in the basic parameters.

CARACTERISTICILE MODELULUI DE PREGĂTIRE ÎN GIMNASTICA DE ÎNALTĂ PERFORMANȚĂ

Marian Cretu
University of Pitesti

Rezumat

Prin model în sportul de performanță actual se înțelege totalitatea indicatorilor calitativi și cantitativi ai nivelului de pregătire sportivă, exprimați în scop predictiv al unor rezultate sportive așteptate, planificate.

Între model și obiectivul propus trebuie să existe o conexiune și similitudine a caracteristicilor importante și semnificative. S-a încercat și reușit nenumărate modalități de a descrie și identifica matematic componentele măsurabile și evaluabile pentru a alcătui modele diverse, ce pot reproduce cât mai fidel caracteristicile fenomenelor ce se doresc a fi modelate. Aceste modele devin performante funcțional numai în măsura în care oferă un grad mare de corespondență cu situația modelabilă reală constituită ca obiect de studiu.

Introducere

În literatura de specialitate din domeniul sportul de performanță, modele sunt alcătuite în scop științific, dar și practic, dezavantajul major al acestor abordări fiind faptul că aceste forme de modelare reclamă specialiști de înaltă calificare și lucru în echipă interdisciplinară (matematicieni, fizicieni, programatori, antrenori, etc.), echipă care de cele mai multe ori nu se găsește la îndemână practicianului și în toate locațiile unde se lucrează performanță.

Rolul antrenorului din domeniul gimnasticii este acela de a descrie cât mai exact obiectul de studiu, mișcarea, fazele și momentele importante ale acesteia, mecanisme și acțiuni corporale, dar mai ales condițiile generale și specifice impuse sistemului de regulamente sau cerințe obligatorii, de limitările anatomice și stilul de execuție specific pentru gimnastică privind poziția corpului și segmentelor în timpul desfășurării mișcării.

În gimnastică ca de altfel în toate ramurile sportive, modelele pot fi cantitative, bazate pe indicatori măsurabili importanți, dar pot fi și calitative, descriptive a unor calități importante ce formează conținutul unor astfel de modele. Aceste atribute ale performanței constituie aspectul cel mai important al activității de pregătire.

Ca rezultat al procesului de antrenament organizat ca acțiune pedagogică specializată, modelul repetă parametrii competiției ca baremuri psiho – fizio – fizice analogice. Prin aceasta putem afirma că s-a modelat activitatea competițională specifică.

Antrenamentul nu încearcă decât să creeze artificial și cât mai apropiat și detaliat condițiile reale de concurs (ca model de concurs), prin aspectele cele mai importante a acestora constituite în parametrii de bază.

Principalele metode folosite în alcătuirea modelelor și a caracteristicilor modelelor în sport și în gimnastică în special sunt:

The main methods used in putting together the models and their characteristics while sport is concerned and especially in Gymnastics are:

- mathematical modeling;
- modeling through imitation;
- statistico-mathematical modeling;
- phenomenological modeling.

The first two methods are of great novelty and promise to bring around important developments, through the scientific unexplored potential, but these methods also have important limitations.

The statistic modeling uses methods with a regressive and correlative construction and at their turn, they also present limitations in fully characterizing phenomena from inside the field of the motric and sport activity.

The phenomenological modeling is connected to a concrete taking into account of high performance Gymnastics of a world class and also of the specific phenomena developed by it. Thus, we do have:

- high performance Gymnastics characteristics;
- contest exercises, or parts of them;
- technical performances;
- technical and physical training indicators, taken as a model.

This closeness is far from being a wrong one inside the scientific research, first of all from a methodological point of view. The phenomenological modeling is very often used in practice due to its character strictly lucrative and practical, contrasted to the other modeling models which are more precise, strictly scientific, but barely accessible in practice.

The models' characteristics are determined on the basis of the experimental data, after a great enough number of observations and testings. These data are accurately processed through statistic methods, without taking into account the development tendencies.

In establishing the models from the artistic Gymnastics one thing to be taken into consideration is the fact that a high level of technical preparation in Gymnastics is always based on an *optimal surplus* of special physical training. Considering the many years of observation effected by the great specialists leading the different national groups, who have also formed and observed most of the international level gymnasts, it may be affirmed that the optimum surplus for the special physical preparation (PFS) is dependant of very many factors, but the most important one is the force level depending in its turn on the muscular force. It is difficult if not impossible to measure the force on different muscular groups specific at a real person. This is why, following the experience and numerous investigations finalized, a set of exercises were developed, in correspondence with PFS and with a high level of correlation in both senses, that is, **the force of specific muscular groups and results from sport**. With the help of these tests on the very own teams, a number of deviations from the basic strategic indicators are underlined. In the sport training from the actual Gymnastics we use the stimulation of all characteristics of the model with the purpose of a specialized development as a physical attribute of the *optimum surplus*.

- modelare matematică,
- modelarea prin imitare,
- modelare satistico – matematică,
- modelare fenomenologică.

Primele două metode sunt de mare noutate și promit dezvoltări importante, prin potențialul științific neexplorat dar aceste metode au și limitări importante.

Modelarea statistică folosește metode cu construcție regresivă și corelativă și la rândul lor prezintă limitări în a caracteriza pe deplin fenomenele din domeniul activităților motrice și sportive.

Modelarea fenomenologică este legată de o orientare concretă cu gimnastica de înaltă performanță de clasă mondială și cu fenomenele specifice dezvoltate de aceasta.

Avem astfel :

- caracteristici ale gimnasticii de înaltă performanță,
- exercițiile de concurs, sau părți ale acestora,
- performanțe tehnice,
- indicatori tehnici și fizici ai pregătirii luați ca model

Această apropiere este departe de a fi greșită în cercetarea științifică, în primul rând din punct de vedere metodologic. Modelarea fenomenologică este foarte des utilizată în practică datorită caracterului strict lucrativ și practic, în contrast cu celelalte metode de modelare mai precise, strict științifice dar greu accesibile în practică.

Caracteristicile modelelor se determină pe baza datelor experimentale, după un număr suficient de mare de observații și testări. Aceste date sunt procesate cu acuratețe prin metode statistice, fără a se uita a se ține cont de tendințele de dezvoltare.

În stabilirea modelelor în gimnastica artistică se ține cont de faptul că un înalt nivel de pregătire tehnică în gimnastică se bazează întotdeauna pe un *surplus optim* de pregătire fizică specială.

Pe baza multor ani de observație efectuată de mari specialiști ce conduc diferitele loturi naționale, care au format și observat majoritatea gimnaștilor de talie internațională, se afirmă că surplusul optim de pregătire fizică specială (PFS), depinde de foarte mulți factori, dar cel mai important este nivelul de forță care la rândul lui depinde de forța musculară. Este dificil dacă nu chiar imposibil de a măsura forța pe diferite grupe musculare specifice la o persoană reală. De aceea, din experiența și din numeroasele investigații efectuate, s-a determinat un set de exerciții, în concordanță cu PFS, cu un coeficient înalt de corelație în ambele sensuri, **forță pe grupe musculare specifice și rezultat sportiv**. Cu ajutorul acestor testări pe echipele proprii se scot în evidență un număr de deviații de la indicatorii strategici de bază. În antrenamentul sportiv din gimnastica actuală se folosește stimularea tuturor caracteristicilor modelului în scopul dezvoltării specializate ca atribut fizic al *surplusului optim*.

De remarcat că după fiecare ciclu olimpic compoziția și structura caracteristicilor modelului de pregătire suferă corecții uzuale ca consecință a schimbărilor și tendințelor de dezvoltare și de regulament.

It is to be noticed that after each Olympic cycle the composition and structure of the characteristics of the physical preparation model suffer usual corrections as a consequence of the changes and tendencies of development and rules.

The contest model

The competitive activity is the main subject as purpose of modeling and general research inside the sport science. Inside Gymnastics, during the sport preparation elements of the competitive activities are used as a preparation model. This aspect is well known as a means of training, by repeating the contest conditions. By proceeding this way only some aspects leading to a plus in preparation are modeled, but only in what concerns some isolated parameters. On the other hand, if we proceed otherwise than traditionally, that is, if the training is modeled by a system of basic parameters, coming from the study of the important aspects of the competitive activity, we obtain a training model. The basic parameters of the competitive activities can be determined, but their application inside training is done on an individualized basis, with a view to optimizing these indicators. The applicative part shows that when the creation of a complex surplus of psycho-physical-technical preparation is sought, many times overpassing the competition conditions, the modern model of preparation inside the high performance Gymnastics is realized.

The modeling of the competitive activity takes into consideration activities regarding the following:

- the difficulty content of the contest exercises on all apparatus
- the technical competence regarding performance
- the competitive safety coefficient.

These basic indicators together represent the major factor in describing the level of preparation.

The characteristics of the Olympic championship model: this model is structured on the model of the winning team, of the absolute Olympic championship, and the model of the apparatus champion for the masculine and feminine trials.

The models of technical, physical, functional, psychological preparation are models proposing the basic parameters from the point of view of the training purpose and the correspondence with the last Olympic level known on these components.

There are also **models of selection for the national teams, models of pre-competition preparation, models of competition preparation** effectuated during the unfolding of the contest and during the break days.

In the specific field literature one can also find **models of target exercises** that include biomechanical models for elements and connections, as well as **pedagogical models** of specialized action. To these models we attribute the name of **biomechanical-pedagogical models** which encompass geometrical levels of time and concrete cinematic parameters, but also the pedagogical consequences resulting from the system of means used during instruction.

Technical preparation model/ parameters of technical preparation:

Modelul de concurs

Activitatea competițională este subiectul principal ca scop al modelării și cercetării în general în știința sportului. În gimnastică în pregătirea sportivă se folosesc elemente ale activităților competiționale ca model de pregătire. Acest aspect este bine cunoscut ca mijloace de antrenament prin repetarea condițiilor de concurs.. Procedând așa nu se face decât să se modeleze câteva aspecte ale activității competiționale care vor duce la un plus de pregătire, dar pe câțiva parametri izolați. În schimb dacă se procedează altfel decât tradițional, adică antrenamentul este modelat după un sistem de parametri de bază, proveniți din studierea aspectelor importante ale activității competiționale, obținem un model de antrenament. Se pot determina parametri de bază ai activității competiționale, dar aplicarea lor în cadrul antrenamentului se va face individualizat, în vederea optimizării acestor indicatori. Practica arată că atunci când se urmărește crearea unui surplus de pregătire psiho – fizico – tehnic complex, care depășește de multe ori condițiile competiției atunci se realizează modelul de pregătire modern în gimnastica de mare performanță.

Modelarea activității competiționale ține cont de caracteristicile activității privind

- conținutul de dificultate al exercițiilor de concurs pe toate aparatele
- competența tehnică privind performanța
- coeficientul de siguranță competițională

Acești indicatori de bază reprezintă simultan factorul major în descrierea nivelului de pregătire.

Caracteristicile modelului campionului olimpic este structurat pe **modelul echipei câștigătoare, modelul campionului olimpic absolut și modelul campionului pe aparate** pentru toate probele masculine și feminine.

Modelul de pregătire tehnică, fizică, funcțională, psihologică, sunt modele care propun parametri de bază din punct de vedere al scopului pregătirii și concordanța cu ultimul nivel olimpic cunoscut pe aceste componente.

Există de asemenea **modelele de selecție pentru echipele naționale, modele de pregătire pre – competițională, model de pregătire de competiție** efectuat în timpul desfășurării concursului și în zilele de pauză. În literatura de specialitate sunt de asemenea date **modele de exerciții țintă** ce includ **modele biomecanice** a elementelor și legărilor cât și **modele pedagogice** de acționare specializată. Acestor modele li se atribuie denumirea de **modele biomecanic – pedagogice** care cuprind nivele geometrice, de timp și parametri cinematici concreți, dar și consecințele pedagogice ce rezultă din sistemul de mijloace utilizat în instruire.

Model de pregătire tehnică

parametrii de pregătire tehnică:

- tehnică de execuție excelentă pentru elementele tehnice și legările din programul tehnic, internațional,
- tehnică excelentă de execuție pentru elemente și serii de bază, pe diferite niveluri de la inițial la nivelul cel mai înalt,

- excellent execution technique for the technical elements and for the connections from the technical, international program;
- excellent execution technique for the basic elements and series on different levels from the initial to the highest one;
- self-confidence and constancy in the execution of some super “E” elements, difficult ones, of three “E” elements and five “D” elements at every apparatus;
- self-confidence and constancy in the execution of some connections between complex elements that seek to attract a maximum reward and a constant efficiency in reducing penalizations;
- the existence of a **technical surplus** underlined through the capacity of not committing errors, but also the technical capacity necessary to rapidly increase the difficulty and complexity of the contest technical program;
- The existence of the ability to modify the technical program and reduce penalizations in the case of the apparition of technical unsucceses, substituting some elements, choosing variants instead or executing some original solutions under stress and unexpected conditions, as a version of the original exercise;
- Resistance to stress and to specific effort, capacity of maintaining a high level contest.

The model for the special physical preparation

The model for the special physical preparation is put together on the basis of some tests and characteristics of the special physical preparation (PFS), important to high level gymnasts:

MEN

- încredere și constanță în execuția unor elemente super „E”, de dificultate, a trei elemente „E” și cinci elemente „D” la toate aparatele,
- încredere și constanță în execuția unor legări de elemente complexe ce urmăresc atragerea unei bonificații maxime și o eficiență constantă în reducerea penalizărilor,
- existența unui **surplus tehnic** evidențiat prin capacitatea de a nu comite greșeli, dar și capacitatea tehnică necesară de a crește rapid dificultatea și complexitatea programului tehnic competițional,
- existența unei abilități de a modifica programul tehnic și reduce penalizările în cazul apariției unor nereușite tehnice, substituirea unor elemente, efectuarea unor variante sau execuția unor soluții originale în condiții de stres și imprevizibil, ca versiune la exercițiul de bază,
- rezistență la stres și efort specific, capacitate de a ține concursul la nivel înalt,

Modelul de pregătire fizică specială

Modelul de pregătire fizică specială este constituit pe baza unor teste și caracteristici ai pregătirii fizice speciale (PFS), importante pentru gimnaștii de înalt nivel:

MASCULIN

No	Test	Parameter	Unit of measure	Model characteristics
1	Running	20 m	Seconds	3,0 – 3,1
2	Speed	Speed in the last 5 m	m/s	7,8 – 8,2
3	Vertical jump	From the spot swinging arms	cm	60 – 65
4	Rope climb	4 m without leg help	Seconds	5,0 – 5,5
5	Round off, flic flac, back somersault	Flight Time	Seconds	0,95 – 1,0
6	Cross on rings	Holding time	Seconds	5,0 – 6,0
7	Front horizontal hang	Holding time	Seconds	5,0 – 6,0
8	Horizontal support (planche)	Holding time	Seconds	5,0 – 6,0
9	Inverted cross	Holding time	Seconds	5,0 – 6,0

The model for the special physical preparation, MASCULINE (Arkaev, Suchilin, 2004)

Model de pregătire fizică specială, MASCULIN (Arkaev, Suchilin, 2004)

WOMEN

FEMININ

No	Test	Parameter	Unit of measure	Model characteristics
1	Running	20 m	Seconds	3,2 – 3,3
2	Speed	Speed in the last 5 m	m/s	7,4 – 7,6
3	Vertical jump	From the spot swinging arms	cm	52 - 56
4	Vertical jump	From the spot no arms swing	cm	42 – 43
5	Standing long jump	From spot	cm	220 – 225
6	Depth jump	With jump off	cm	61 - 62
7	Rope climb	3 m without leg help	Seconds	5,6 – 5,8
8	Round off, flic flac, back somersault	Flight Time	Seconds	0,85 – 0,9
9	Support half level	Holding time	Seconds	28 - 30
10	Back horizontal hang	Holding time	Seconds	28 - 32
11	Front horizontal hang	Holding time	Seconds	20 - 23
12	Handstands	Holding time		90
13	From support half level, lift to handstand with straight arms bent body	Number of repetitions		8 - 10
14	From swing on low bar up start to handstand and repeat	Number of repetitions		10 - 12
14	Flexibility test	Deduction	Points	0,5 – 0,6

The model for the special physical preparation, FEMALE (Arkaev, Suchilin, 2004)

Model characteristics of SPP (Special Physical Preparation) Top – class Gymnasts

Conclusions

The competitive activity is the main object of study and modeling inside the scientific sport research in general. The high level gymnasts' competition preparation uses elements of competitive modeling through modeling the basic parameters and reproducing the conditions and expected requests, but out of respect towards the model and pedagogical models used it must be underlined that it is hard or almost impossible to reproduce the conditions of stress and the psychological context to which the subject is exposed when in competition.

BIBLIOGRAPHY

1. ARKAEV L.I., SUCHILIN N.G. – (2004) - *Gymnastics – How to create champions. The theory and methodology of training top – class gymnasts*, Oxford: Meyer & Meyer Sport, UK Ltd, British Library Cataloguing
2. CARRASCO R., (1979), *Essay de systematique d'eisegnement de la gymnastique aux agres* / Edit. Vigot, Paris

Model de pregătire fizică specială, FEMININ (Arkaev, Suchilin, 2004)

Concluzii

Activitatea competițională este obiectul principal de studiu și modelare în cercetarea științifică din sport în general. Pregătirea pentru competiție a gimnaștilor de performanță folosește elemente ale modelării competiționale prin modelarea parametrilor de bază și reproducerea condițiilor și cerințelor așteptate, dar în respect față de modelul și metodele pedagogice folosite trebuie evidențiat faptul că este greu sau imposibil de reprodus condițiile de stres și psihologice la care este supus sportivul în condițiile competiției

BIBLIOGRAFIE

1. BIBIRE MIRCEA, DUMITRU R., (2001), *Gimnastica artistică*, / Edit. Universității Bacău, 247 p
2. GRIGORE V., (2001), *Gimnastica artistică Bazele teoretice ale antrenamentului sportiv* / Edit. SemnE, București, 194 p
3. VIERU N., (1997), *Manual de gimnastică sportivă* / Editura Driada, 265 p

THE SCIENCE OF TECHNICAL PREPARATION INSIDE THE SPORTIVE DANCING

By University Professor Doctor Dan Viorel
Năstase FEFS of the Pitesti University

Key words: technical preparation, concept, process, integrative system, biological, psychological, sportive dancing

Abstract

In order to understand a phenomenon, process or activity, we must square up through many scientific perspectives, which endeavour opens for us various perspectives of knowledge and practical action. A brief analysis from the structural and conceptual point of view of the technical preparation process in dancesport, has the meaning of establishing itself as a base for an action methodology meant to deliver absolute performances of the dancing couple. The way of approaching it (interactive preparation) is intended to be in conformity with the last requirements of scientific approach, having an explicit and comprehensive character, in a complex theoretical context which is specific to sports and to the technical preparation of dancesport. Ideally, this paper can help the understanding of the complexity of the learning phenomenon, consolidation and perfecting of the technique of the dancer, important aspects for the sportive performance.

Introduction

Without disappointing the performers or coaches from the sport-dancing or, on the contrary, without making them believe in the complexity of the phenomenon through some interests that may serve to demonstrate that sport's superiority over some others, we must align ourselves to contemporaneity and try to analyze it as scientifically as possible, taking into account all its components: training, selection, competition, management etc and in conformity with the latest requests and scientific trades.

The necessity of studying sport-dancing is the key of success in trying to define and occupy the well deserved place in the actual sports hierarchy, further more so as the theory and science of this relatively young sport is looking for its recognition.

The reference domain

The sport-dancing biologically and psychologically determined could be considered from various perspectives contemporary to it. Thus:

- inside the behaviouristic perspective (1900-Watson), it could be on the one hand a reaction to a stimulus, in an active way and on the other, a reciprocity existing between individual and environment;
- from the growth perspective (1930-A. Gessel) it appears as an ontogenetic determination of the sequential evolution of the individual and society;

ȘTIINȚA PREGĂTIRII TEHNICE ÎN DANSUL SPORTIV

Prof.univ.dr. Dan Viorel Năstase
FEFS a Universității din Pitești

Cuvinte cheie: pregătire tehnică, concept, proces, sistem integrativ, biologic, psihologic, dans sportiv.

Abstract.

To understand a phenomenon, process or activity, we must square up to the through many scientific perspectives, which opens us perspectives of knowledge and practical action. A brief analysis from the structural and conceptual point of view of technical preparation process in dancesport, has the meaning of establishing itself as a base for an action methodology meant to deliver absolute performances of the dancing couple. The way of approaching (interactive preparation) is intended to be in conformity with the last requirements of scientific approach, having an explicit and comprehensive character, in a complex theoretical context which is specific to sport and to technical preparation of dancesport. Ideally, this paper can help understanding the complexity of the learning phenomenon, consolidation and perfectionation of the technique of the dancer, important aspects for sportive performance.

Introducere.

Fără a-i dezamăgi pe practicanții sau antrenorii din dansul sportiv, sau din contră, a-i face să creadă în complexitatea fenomenului prin prisma unor interese ce pot servi demonstrării superiorității acestui sport față de altele, trebuie să ne aliniem contemporaneității și să încercăm să-l analizăm cât mai științific, în toate componentele sale: antrenament, selecție, competiție, management etc. și în conformitate cu ultimele cerințe și curente științifice.

Necesitatea tratării științifice a dansului sportiv este cheia succesului în încercarea de definire și de ocupare a locului ce i se cuvine în ierarhizarea sportivă actuală, cu atât mai mult cu cât teoria și știința acestui sport relativ tânăr este în căutarea devenirii.

Domeniu de referință.

Dansul sportiv determinat biologic și psihosocial ar putea fi privit din diverse perspective contemporane lui, astfel:

- în perspectiva behavioristă (1900-Watson) ar putea fi o reacție la un stimul, într-o modalitate activă, și o reciprocitate care există între individ și mediu;
- în perspectiva maturizării (1930-A. Gessel) el apare ca o determinare ontogenetică a evoluției secvențiale a individului și societății;
- în perspectiva descriptiv-normativă (1945-1970) este o însumare de structuri standardizate, explicate biomecanic în deprinderi devenite modele de execuție cu eficiență tehnică;

- inside the normative-descriptive perspective (1945-1970) it is a cumulum of standardized structures, biomechanically explained in attainments turned into models of execution with a technical efficiency;
 - from the cognitive point of view (1950-Piaget) it is a result of personal experience, an attitudinal transfer from instructors to executors, an awareness of the self and of the environment through the active intervention of the individual;
 - inside the cibernetical perspective, that of processing information, (1970) it is a possibility of instruction on the basis of the motrical perceptive development of the individual, a means of nonverbal communication;
 - from the ecological perspective of the systemic theory, dancing can be a behaviour delimited by the systemical organization and interactivity (muscular, nervous, bone, articular, cardiovascular, digestive).
- în perspectiva cognitivă (1950-Piaget) este un rezultat al experienței personale, un transfer de atitudine de la instructori la executanți, o cunoaștere a sinelui și a mediului prin intervenția activă a individului;
 - în perspectiva cibernetică, a procesării informației, (1970) este o posibilitate de instruire pe baza dezvoltării perceptiv motrice a individului, un mijloc de comunicare nonverbală;
 - în perspectiva ecologistă a teoriei sistemice dansul poate fi un comportament delimitat de organizarea și interactivitatea sistemică (muscular, nervos, osos și articular, cardiovascular, digestiv) .

Privit din acest ultim punct de vedere, pregătirea tehnică în dansul sportiv depășește accepțiunea aristotelică de *sistem asamblat* din mai multe părți (forme) determinate prin ele însele, care dezvoltă fenomenul prin însumare, ci se racordează la cel de *sistem interactiv* care este un complex cu o dinamică progresivă și reversibilă, datorat unor factori (sociologici, istorici, pedagogici, psihologici, biomedicali, genetici, biomecanici, biopsihici etc.) și unor procese care reprezintă obiectul studiului științelor respective (sociologie, istorie, pedagogie, psihologie, medicină, biologie, genetică, biomecanică, etc.).

Sub aceste auspicii, propunerea noastră este ca metodologia de studiere a tehnicii în antrenamentul de dans sportiv să fie privită în profunzime, chiar de la final la început (conform gândirii lui Ivan Sechenov), astfel încât, în acționare, obiectivele operaționale alese cu grijă să determine însușirea corectă a execuției.

Dacă vom analiza activitatea dansatorului sportiv de la sfârșit la început vom avea imaginea acestuia în pregătire precum și a pregătirii în sine ca un sistem funcțional complex având ca rezultat o tehnică corectă.

Tehnica specifică a dansatorului sportiv este consecința directă a mișcărilor acestuia, care reprezintă de fapt un *proces biomecanic*. Acest proces se realizează prin contracția și relaxarea mușchilor reglate de sistemul nervos central care constituie un *proces fiziologic*. Intervenția sistemului nervos central în vederea înțelegerii și realizării execuției la un înalt nivel se bazează și pe un *proces psihologic*. Intervenția antrenorului în pregătirea prin diverse metode se realizează în cadrul unui *proces pedagogic*.

Dacă ne vom referi la activitatea de cuplu descoperim faptul că în evoluția superioară a dansatorilor intervin și alți factori determinanți, pe lângă cei menționați anterior, care aparțin științei comunicării specifice (între parteneri, între cuplurile de pe ringul de dans, cuplu și public etc.), într-un *proces psihosocial*.

Toate din principiile menționate anterior sunt direct condiționate de un program biomecanic optim, ce stă la bazele tehnicii dansului sportiv precum și influențelor majore ale celorlalte componente ale realizării mișcării, coexistențele fiecăreia cu biomecanica și a fiecăruia între ele fiind definitorii.

Privit în ansamblul integrativ, evoluția în dansul sportiv îmbracă aspectele unui sistem armonios la care concură:

Privit din acest ultim punct de vedere, pregătirea tehnică în dansul sportiv depășește accepțiunea aristotelică de *sistem asamblat* din mai multe părți (forme) determinate prin ele însele, care dezvoltă fenomenul prin însumare, ci se racordează la cel de *sistem interactiv* care este un complex cu o dinamică progresivă și reversibilă, datorat unor factori (sociologici, istorici, pedagogici, psihologici, biomedicali, genetici, biomecanici, biopsihici etc.) și unor procese care reprezintă obiectul studiului științelor respective (sociologie, istorie, pedagogie, psihologie, medicină, biologie, genetică, biomecanică, etc.).

Sub aceste auspicii, propunerea noastră este ca metodologia de studiere a tehnicii în antrenamentul de dans sportiv să fie privită în profunzime, chiar de la final la început (conform gândirii lui Ivan Sechenov), astfel încât, în acționare, obiectivele operaționale alese cu grijă să determine însușirea corectă a execuției.

Dacă vom analiza activitatea dansatorului sportiv de la sfârșit la început vom avea imaginea acestuia în pregătire precum și a pregătirii în sine ca un sistem funcțional complex având ca rezultat o tehnică corectă.

Tehnica specifică a dansatorului sportiv este consecința directă a mișcărilor acestuia, care reprezintă de fapt un *proces biomecanic*. Acest proces se realizează prin contracția și relaxarea mușchilor reglate de sistemul nervos central care constituie un *proces fiziologic*. Intervenția sistemului nervos central în vederea înțelegerii și realizării execuției la un înalt nivel se bazează și pe un *proces psihologic*. Intervenția antrenorului în pregătirea prin diverse metode se realizează în cadrul unui *proces pedagogic*.

Dacă ne vom referi la activitatea de cuplu descoperim faptul că în evoluția superioară a dansatorilor intervin și alți factori determinanți, pe lângă cei menționați anterior, care aparțin științei comunicării specifice (între parteneri, între cuplurile de pe ringul de dans, cuplu și public etc.), într-un *proces psihosocial*.

Toate din principiile menționate anterior sunt direct condiționate de un program biomecanic optim, ce stă la bazele tehnicii dansului sportiv precum și influențelor majore ale celorlalte componente ale realizării mișcării, coexistențele fiecăreia cu biomecanica și a fiecăruia între ele fiind definitorii.

Privit în ansamblul integrativ, evoluția în dansul sportiv îmbracă aspectele unui sistem armonios la care concură:

Privit din acest ultim punct de vedere, pregătirea tehnică în dansul sportiv depășește accepțiunea aristotelică de *sistem asamblat* din mai multe părți (forme) determinate prin ele însele, care dezvoltă fenomenul prin însumare, ci se racordează la cel de *sistem interactiv* care este un complex cu o dinamică progresivă și reversibilă, datorat unor factori (sociologici, istorici, pedagogici, psihologici, biomedicali, genetici, biomecanici, biopsihici etc.) și unor procese care reprezintă obiectul studiului științelor respective (sociologie, istorie, pedagogie, psihologie, medicină, biologie, genetică, biomecanică, etc.).

Sub aceste auspicii, propunerea noastră este ca metodologia de studiere a tehnicii în antrenamentul de dans sportiv să fie privită în profunzime, chiar de la final la început (conform gândirii lui Ivan Sechenov), astfel încât, în acționare, obiectivele operaționale alese cu grijă să determine însușirea corectă a execuției.

Dacă vom analiza activitatea dansatorului sportiv de la sfârșit la început vom avea imaginea acestuia în pregătire precum și a pregătirii în sine ca un sistem funcțional complex având ca rezultat o tehnică corectă.

All the above mentioned principles are directly conditioned by an optimal biomechanical program, which is the foundation of the sport-dancing technique as well as of the major influences of the other components of realizing movement, each ones' coexistence with Biomechanics and among each other being definitory.

With a view to the integrative ensemble, the evolution inside the sport-dancing takes the shape of a harmonious system, gathering together the following:

- a coordinative system of movement;
- a locomotive apparatus at the level of which movement is executed;
- an energetic-metabolic system;
- a modern (actual) approach based on the principles of Cybernetics.

EVOLUTION

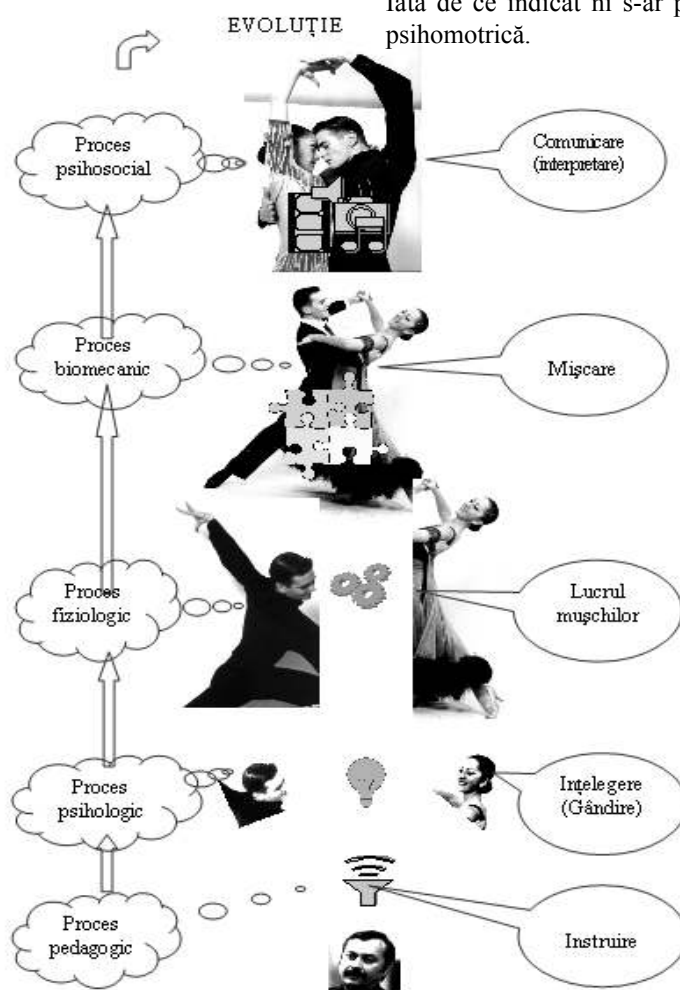


Fig. 1: The structure of the performance activity in sport-dancing

The motric capacity inside sport-dancing represents an ensemble of the motric possibilities (genetic and acquired) through which efforts (varied structurally and complex ones) necessary to the development of the activity can be realized. It is nevertheless conditioned by the level of development of the motrical qualities, morfo-functional indices, psychical processes (cognitive, motivational and affective) and biochemical (metabolic) and interactively materialized in specific evolutions, based on the level of the motrical attainments and habits specific to sport-dancing and adapted to the development conditions

- un sistem coordonator al mișcării;
- un aparat locomotor la nivelul căruia se execută mișcarea;
- un sistem energetic-metabolic;
- o abordare modernă (actuală) bazată pe principiile ciberneticii.

Capacitatea motrică în dansul sportiv reprezintă un ansamblu al posibilităților motrice (genetice și dobândite) prin care se pot realiza eforturi (variate structural cât și complexe) necesare desfășurării activității. Ea este condiționată însă de nivelul de dezvoltare a calităților motrice, indici morfo-funcționali, procese psihice (cognitive, motivaționale și afective) și biochimice (metabolice) și materializată interactiv în evoluții specifice, bazate pe nivelul priceperilor și deprinderilor motrice specifice dansului sportiv și adaptate la condițiile de desfășurare. Iată de ce indicat ni s-ar părea termenul de capacitate psihomotrică.

Fig. 1: Structura activității de performanță în dansul sportiv

Aptitudinea motrică, deseori confundată cu capacitatea motrică reprezintă un „sistem de procese fizice sau psihice organizate în mod original pentru efectuarea cu rezultate înalte a activității” (Epuran M.). Ea este conform interpretării lui V. Horghidan o însușire fizică sau psihofizică ce permite obținerea unor rezultate supramedii în activitate. După spusele lui A. Dragnea aptitudinea constituie „o virtualitate, în timp ce capacitatea motrică poate fi obiectul unei evaluări directe”. Singer se apropie de aptitudinile din dansul sportiv prin conceptualizarea de *aptitudini psihomotrice* care sunt mai rafinate decât cele

This is why we find most appropriate the term of psycho-motrical capacity.

The *motrical aptitude*, often mistaken for the motrical capacity represents a “*system of physical and psychical processes organized in an original way in order to perform the activity with great results*” (Epuran M.). It is, according to V. Horghidan, a physical or psycho-physical quality allowing to obtain results above the average in the activity field. A. Dragnea sustains that the aptitude constitutes a « *virtuality, while the motrical capacity can be the object of direct evaluation* ». Singer comes closer to the aptitudes inside sport-dancing by conceptualizing *psychomotical aptitudes* which are more refined than the motrical ones, comprising a superior degree of manifestation of the perceptive and intellectual function.

Inside sport-dancing the psychomotrical aptitudes are the ones with which the individual natively presents himself/herself and which are to be distinguished at the level of the musical sense of seizing the internal tact of the possibilities of rhythmic movement and spacial adaptation.

The motrical quality represents the individual particularity of executing the movement with speed, force, skillness, resistance etc indices. Its level is evaluated on the basis of the relation: corporal mass and respectively the space and time that are necessary to the execution. The interactivity of the biological and the psychical processes in realizing movement performances determines us to characterize the qualities from the sport-dancing just the same as the *psychomotrical* ones.

The *motrical performance* is the expression of the motrical capacity and is evaluated by specific criteria and through the results obtained as evolution (level) and as obtained place. It has a relative character inside dancing, depending on the individual level (of the dancer and of the couple), but also on the competition level (of the other couples).

The sociomotrical performance is the expression of the psychomotrical capacity, which borrows social nuances through the communication the sport-dancers realize during the dance with their partners, adversaries and spectators. The vry evolution of the dancers is based on nonadversative relations with the other couples performing on the dnce floor, the agresivity of some dancers not being in correspondance with the norms of behaviour inside the sport-dancing.

The specific cultural membership, fruit of some globalization determined by the rules, norms, traditions and values the practicans of sport-dancing report to, are the result of an education and of learning a specific behaviour. Although it is an individual characteristic, the psychomotrical capacity inside sport-dancing must have similar parametres to the couple partners.

This is why we may say that sport-dancing, by the psychomotrical components (corporal scheme, laterality, ideomotricity, motrical intelligence) realizes specific performances (technical and choreographic elements), social ones (of communication and of competitive relationship), esthetic ones (of the body expressivity and costume) and educational ones (a standard of behaviour, normes) continuously adapted to the requests of the surrounding environment.

motrice, cuprinzând un grad superior de manifestare a funcției perceptive și intelectuale.

În dansul sportiv aptitudinile psihomotrice sunt cele cu care individul se prezintă nativ și care se disting la nivelul simțului muzical al depistării tactului intern al posibilităților de mișcare ritmică și de adaptare spațială.

Calitatea motrică reprezintă particularitatea individuală de execuție a mișcării cu indici de viteză, forță, îndemânare, rezistență etc. Nivelul ei se evaluează pe relația masa corporală și respectiv spațiul și timpul necesar execuției. Interactivitatea proceselor biologice cu cele psihice în realizarea performanțelor de mișcare, ne determină să caracterizăm *calitățile* din dansul sportiv ca pe unele *psihomotrice*.

Performanța motrică este expresia capacității motrice și se evaluează după criterii specifice și prin rezultatele obținute ca evoluție (nivel) și ca loc obținut. Ea are un caracter relativ în dans, depinzând de nivelul individual (al dansatorului și al cuplului) dar și de cel al competiției (nivelul celorlalte cupluri).

Performanța sociomotrică este expresia capacității psihomotrice, ce capătă valențe sociale prin comunicarea pe care dansatorii sportivi o realizează în timpul dansului cu partenerii, adversarii și spectatorii. Însăși evoluția dansatorilor se bazează pe relații de nonadversitate cu celelalte cupluri cu care evoluează simultan pe ringul de dans, agresivitatea unor dansatori nefiind în concordanță cu normele de conduită ale dansului sportiv.

Apartenența culturală specifică, rod al unei „globalizări” determinate de regulile, normele, tradițiile și valorile la care se raportează practicanții dansului sportiv sunt rodul unei educații și al însușirii unui comportament specific.

Deși este o caracteristică individuală, capacitatea psihomotrică în dansul sportiv trebuie să aibă parametrii asemănători la partenerii de cuplu.

Iată de ce putem spune că dansul sportiv, prin componentele psihomotricității (schema corporală, lateralitate, ideomotricitate, inteligență motrică) realizează performanțe specifice (elemente tehnice și coreografice), sociale (de comunicare și de relaționare competitivă), estetice (a expresivității corporale și a costumației) și educative (standard de norme comportamentale) adaptate continuu la cerințele mediului ambiant.

Ca o paranteză ar trebui spus că partenerii de cuplu prezintă de cele mai multe ori o biomecanică ce se bazează pe mișcări complementare ale partenerilor care alcătuiesc mișcarea de cuplu. Pentru reușita execuției tehnice pregătirea fizică și cea psihologică trebuie să prezinte în opinia noastră indici apropiați, dacă nu identici la ambii parteneri (de la cei genetici și până la cei realizați prin instruire). Ideal ar fi ca și calitățile genetice ale partenerilor să fie apropiate valoric, pentru preîntâmpinarea trenării fenomenului de pregătire, înțelegere și exprimare. De asemenea, capacitățile interpretative ale dansatorilor trebuie să se bazeze pe o pregătire psihosocială în vederea unui rezultat pozitiv al evoluției pe ringul de dans.

As a paranthesis it should be said that the couple partners present most of the times a Biomechanics based on the complementary movements of the partners that put together the couple movement. For the success of the technical evolution, the physical and psychological preparation must, in our opinion, show similar if not identical indices at both partners (starting from the genetic and ending with the ones realized through instruction). It would be ideally for the genetic qualities of the partners to also be similar in value, for the foreseeing of any lateness in what regards the preparation, understanding and expression. Likewise, the interpretative qualities of the dancers must be based on a psychosocial preparation in view of a positive result of the evolution on the dance floor.

Subiectul (dansatorul sportiv) pune la dispoziție permanent informații despre sine care trebuie selectate. Apelarea la aceste informații prin cunoștințele antrenorului în domeniile menționate mai sus, sau prin intermediul specialiștilor în domeniu este cheia succesului performanței în dansul sportiv.

În lumina țintei pregătirii în dansul sportiv se află, într-un accept teoretic, un „modelul de execuție motrică”, unde dansatorul se află ca „o cutie neagră” definită de trei coordonate: bio-, psiho- și sociomotrică.

Aceste informații sunt induse în procesul de antrenament și în cel de competiție de către antrenor, partener(ă) sau de alți factori sociali (public, arbitri, adversari etc.) prin *input*-ul fiecăruia, unde sunt procesate într-un model motric complex (mișcarea dansatorului) iar în concordanță cu mișcarea partenerului determină mișcarea cuplului (coreografia) care reprezintă rezultatul (*exit*-ul).

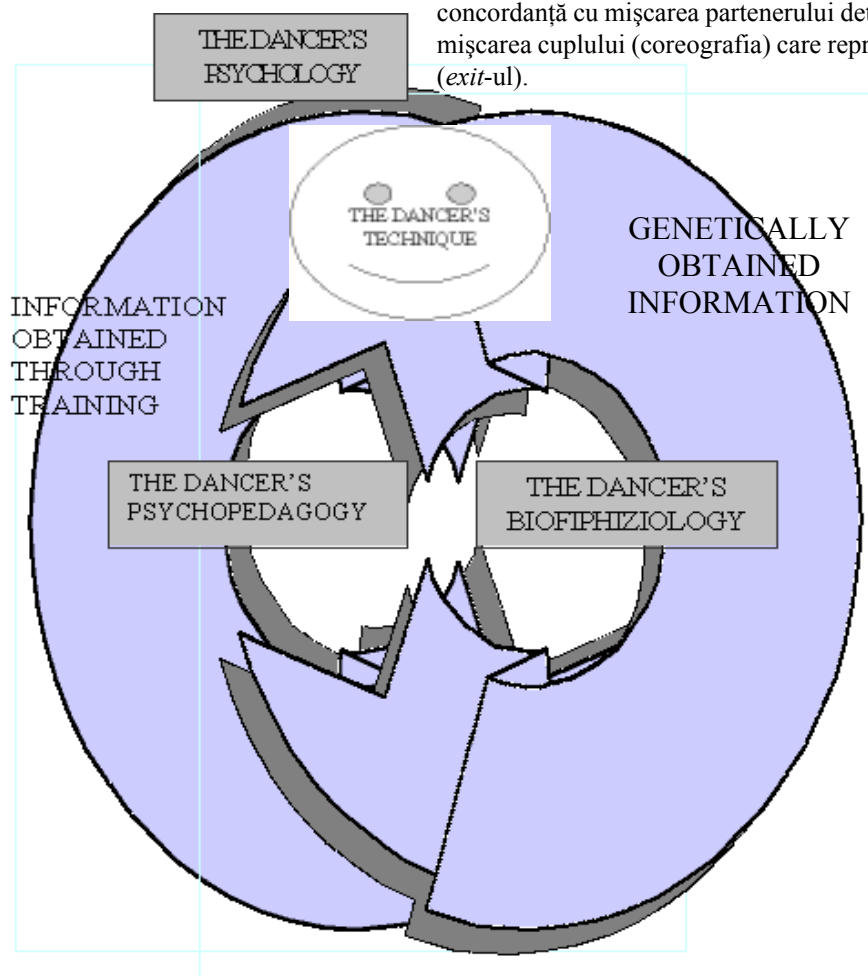


Figure 2 : The scientifical structure of the sport-dancing technique

The subject (sport dancer) constantly displays information about himself, information that needs screening. Appealing to this data by means of the trainer's knowledge for the above mentioned areas or by means of the field specialists is the key of success of the performance inside sport-dancing.

Considering the target of the preparation, there can be found in sport-dancing, in a theoretical sense, a “model of motrical execution”, where the dancer is to be defined as a “black box”, together with the three coordinates: bio-, psycho- and sociomotrical.

Figura 2 : Structura științifică a tehnicii dansului sportiv

Acest rezultat devine prin fenomenul de feedback un permanent control prin raportare la idealul de reprezentare motrică și devine permanent adaptabil.

Activitatea unui cuplu de dans sportiv este mereu perfectibilă, ea fiind mereu comparată cu modelul ideal sau imaginea țintei ideale. Inițial, înainte de orice activitate a dansatorului(oarei), antrenorul trebuie să „construiască” în golul de cunoștințe al acestuia(eia). În alte cuvinte scopul lui este de a deschide o intrare psihologică (input) prin care să introducă informații pentru crearea modelului integrat. Acest model stă la baza activității de învățare motrică, ce se caracterizează întâi printr-o execuție a mișcării logice, ce va fi trimisă ulterior, prin repetare la nivelul subconștient controlat de automatisme psiho-fizice.

This information is induced in the training process and in the competition one by the coach, partner (male or female) or by other social factors (public, referee, adversaries etc), by each one's *input*, where they are processed in a complex motric system (the dancer's movement) and, in correspondence with the partner's move, determine the couple's movement (choreography) which represents the result (*exit*). Through the feedback process, this result becomes a permanent control by reporting it to the motrical representation ideal and it also becomes permanently adaptable.

Astfel, printr-un proces psiho-pedagogic inițial, imaginea ideală a mișcării trebuie creată la dansator ca pe un rezultat final al activității lui motrice ulterioare (mișcarea tehnică în sine) recurgându-se la mecanismele prin care să se ajungă în mod fericit la aceasta.

După formularea și înțelegerea scopurilor, cuplul trebuie să treacă la acțiunea propriu zisă care reprezintă performanța ieșită (output) din această „cutie neagră” pe care îl reprezintă de fapt în dansul sportiv - cuplul. „Performanța” este întoarsă la sursă printr-un feedback și controlată comparativ cu imaginea ideală. Pot lua naștere corectări în cazul unor inadvertențe de diverse feluri care se transmit din nou prin input.

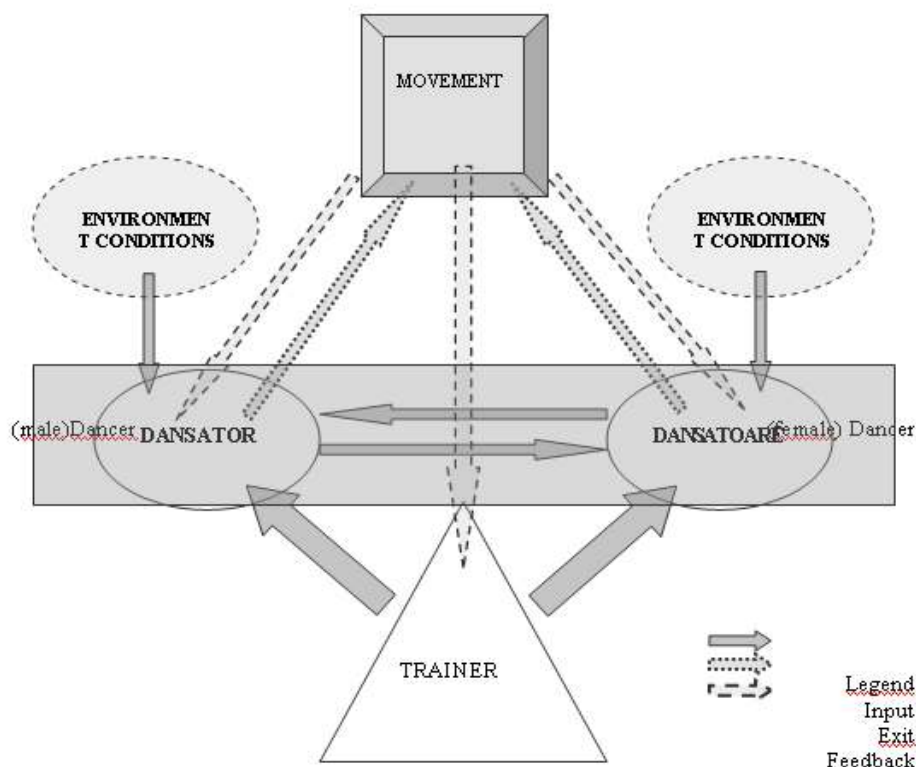


FigurE 3 : The model of the „black box” in sport-dancing

Figura 3 : Modelul „cutiei negre” în dansul sportiv

The activity of a sport-dancing couple is always perfectible, being always compared with the ideal model or with the image of the ideal target.

Initially, before any dancer's (either male or female) activity, the coach must “build” inside his or her void of knowledge. In other words, his role is that of opening a psychological entry (input) through which to introduce information for creating the integrated model. This model is at the basis of the motric learning activity characterized by an execution of the logical move to be afterwards transmitted, by repetition at the subconscious level controlled by psycho-physical automatisms.

Thus, through an initial psycho-pedagogical process, the ideal movement image must be created at the dancer as a final result of his ulterior motrical activity (the technical movement in itself) appealing also to the mechanisms ensuring a happy ending to it. After formulating and understanding the purposes, the couple must pass to the proper action that represents the performance that comes out (the output) of this “black box” actually represented by the couple in sport-dancing.

Feedback-ul este și la nivelul dansatorilor, care ideal trebuie să corespundă cu cel al antrenorilor, sau poate să dea alte coordonate despre execuție, din viziunea dansatorului.

Rolul de control îi revine însă antrenorului, cel care trebuie să-și dea seama unde trebuie acționat în cazul unei învățări incorecte. De exemplu, după un număr de execuții fără succes, el trebuie să intervină pentru a corecta execuția și a o apropia de idealul modelului explicând „ceea ce trebuie făcut”.

Legătura principală în pregătirea tehnică din dansul sportiv este deci între psihopedagogia predării și biomecanica specifică dansului. Pedagogia biomecanică (metodologia concretă de prgătire tehnica în dansul sportiv) acționează în concordanță cu două moduri: direct – determină rezultate biomecanice ale demersului pedagogic; reversibil – determină consecințe pedagogice ale efectului biomecanic în dans. Acesta reprezintă, în opinia noastră, modul sistemic funcțional ce stă la baza creării tehnicii în dansul sportiv, care se subordonează teoriei sistemelor funcționale a lui Anohin.

The performance is returned to the source by a feedback and controlled by comparison with the ideal image. Corrections may come up in the case of some various inconsistencies transmitted through the input. The feedback is also at the level of the dancers who must ideally correspond to the trainers' or it may offer other coordinates about the execution, from the dancer's view.

The control role belongs to the trainer, the one who must realize at what point action has to be taken in the case of incorrect learning. For example, after a number of less successfully executions, the trainer must step forward to correct the execution and place it closer to the ideal model, explaining "what needs to be done".

The main connection from the technical preparation inside sport-dancing is, in conclusion, made between the psycho-pedagogy of teaching and the biomechanics specific to dancing. The biomechanical pedagogy (the correct methodology of technical preparation in sport-dancing) acts in correspondence with two ways: the direct one-determining biomechanical results of the pedagogic endeavor; the reversible one-determining pedagogical consequences of the biomechanical effect inside dancing.

In our opinion, this represents the systemic functional way that is at the basis of creating the technique in sport-dancing and that is subordinated to the theory of functional systems belonging to Anohin.

An important role in learning the technique for sport-dancing is that of the balance between the qualitative and quantitative information. It is good to know that the dominant language of the inequality (*more or less*) form the pedagogico-biomechanical vocabulary in sport-dancing is subordinated to the parameters defined quantitatively, but after a qualitative analysis. For example, a rotation that isn't big enough. The causes are taken into consideration (with a view to the couple's biomechanics) and indications are given: you-*more* this way and you (the partner) -*less* like that.

The preparation concept

In sport-dancing, as in all other sports, the target of the dancers' preparation is the successful performance in the competitions they participate into. This needs to be looked at by reporting it to the level of performance (the class he/she belongs to), and more to the dancers from the superior class. This is why the whole basic model for the entire preparation system of the couples of a superior class must be thought at as an activity for the future competitions. This is the reason why we must be careful in what concerns the putting together of theoretical and practical models during the training process.

One of the preparation motto-s should be the following: "Stress the high quality of the super-complexity in preparation and the criteria of the competitive value should be found in combining the basic and the technically difficult exercises during the evolution".

This concept presupposes a constant growth in complexity and refinement of the choreographic compositions in order to prevent routine and the originality super-complex. A dominant concept is represented by the strategy of aligning the basic parameters (difficulty and choreographic originality, specific technique, performance raise, recovery after and during competition, tactical,

Un rol important în învățarea tehnicii din dansul sportiv îl are echilibrul informației calitative și cantitative. Este bine de știut că limbajul dominant al inegalității (*mai mult sau mai puțin...*) din „lexicul” pedagogic-biomecanic din dansul sportiv se subordonează parametrilor definiți cantitativ, dar după o analiză calitativă. De exemplu, o rotație nu este suficient de mare. Se analizează cauzele (de ordinul biomecanicii cuplului) și se dau indicațiile: tu - mai mult „așa” și tu (partenera) - mai puțin „astfel”.

Conceptul de pregătire

În dansul sportiv, ca de altfel în toate sporturile, ținta pregătirii dansatorilor constă în succesul în performanță, realizat la competițiile la care aceștia participă. Acesta trebuie privit raportat la nivelul de performanță (clasa din care face parte), cu atât mai mult la dansatorii din clasa superioară.

Iată de ce, modelul integral de bază al întregului sistem de pregătire al cuplurilor de clasă superioară trebuie gândit ca o activitate pentru competițiile viitoare. Pentru aceasta trebuie să fim atenți la întocmirea modelelor teoretice și practice în procesul de pregătire.

Un moto al pregătirii ar trebui să fie: "Dați înaltă calitate super-complexității în pregătire, iar criteriul valorii competitive să se regăsească în îmbinarea în evoluție a exercițiilor de la cele de bază la cele de virtuoziitate tehnică".

Acest concept presupune o creștere constantă în complexitate și rafinament a compozițiilor coreografice, pentru preîntâmpinarea rutinei și a super-complexului de originalitate.

Un concept dominant îl reprezintă strategia alierii pentru reușită a parametrilor de bază (dificultatea și originalitatea coreografică, tehnica specifică, creșterea performanței, refacerea după și în timpul competiției, abordarea tactică, fizică și psihică a competiției, interpretarea comunicativă și pregătirea teoretică).

O pregătire modernă constă în abordarea modelului integrativ de pregătire. La acest model trebuie să își aducă simultan contribuția atât practicieni (antrenori, dansatori) cât și teoreticieni și cercetători ai cuplului.

Astfel se reduc contradicțiile dintre necesitatea de a atinge înaltul nivel de pregătire și limitele psiho-fizice ale potențialului dansatorilor din cuplu. Altfel spus volumul de pregătire în dansul sportiv începe de la lărgirea limitelor psihologice, fiziologice și a aspectelor sociale pe care le conferă dansul sportiv.

Orice aparentă contradicție se poate rezolva prin îmbunătățirea metodelor de învățare și prin tehnicile de pregătire integrată, în așa fel

Pregătirea tehnică are la bază principiile pedagogice de bază (accesabilitate, gradualitate, progresul sistematic, învățare conștientă și sigură) ce se constituie într-un fundament științific suficient. Ele se realizează cu ajutorul a două componente: experiența dansatorilor și cercetările în domeniu. Este necesar ca nivelul intuitiv-empiric de pregătire să fie completat pentru un mai bun randament cu cel teoretic.

physical and psychical approach of the competition, communicative interpretation and theoretical preparation) for success.

A modern preparation consists of the use of the integrative model in preparation. Performers (coaches, dancers) as well as theory men and researchers of the couple must simultaneously contribute to this model.

This is a way to reduce the contradictions between the necessity of reaching the high level of preparation and the psycho-physical limits of the potential dancers from the couple. Otherwise said, the volume of preparation in sport-dancing begins with enlarging the psychological, physiological limits and the social aspects to be found in sport-dancing.

Any apparent contradiction can be solved by improving the learning methods and by the techniques of integrated preparation (in such a way as to...).

The technical preparation has at its basis the basic pedagogical principles (accessibility, gradual, systematic progress, conscious and safe learning) that are constituted in a self-sufficient scientific foundation. They rally with the help of two components: the dancers' experience and the field research. It is necessary that the intuitive-empirical level of preparation be completed for a better interaction with the theoretical one.

Before starting to work and think at the methods used in preparation we must plan where to arrive. This prediction inside preparation is a connection between the present and the future of the couple and of their dancing. For such a prediction it must usually be appealed to intuition (based on the practical experience) and to scientific knowledge (based on laws and scientific methods). A made prediction can be this way placed in time: actual-usual (on a week, month), for a short while (from a few months to one year), on a medium term (up until two years) and on a long term (for years or more). There is a great difference between a usual prediction and a scientific one.

The first is a probable judgement about what will happen with the inevitable evolution of sports in the next period that underlines an analysis of the forecasts and of the current events. The last is a judgement of what has the happen (and we want to happen) at that given moment, considering the beginning conditions and what must be done to accomplish it (how it has to happen). This last point appears under the form of the long term planned preparation which is found at the basis of the conceptual structure of a preliminary preparation.

A block scheme of the integrative concept in sport-dancing structurally presents the basic forms of the training, according to the next figure.

Înainte de a ne apuca de lucru și a ne gândi la metodele folosite în pregătire trebuie să prognosticăm „unde” trebuie ajuns. Această predicție în pregătire este o legătură între prezentul și viitorul cuplului și al dansului lor. Pentru o astfel de prevedere trebuie să se apeleze atât la *intuiție* (bazată pe experiența practică) cât și la *cunoștințe științifice* (bazate pe legi și metode științifice). Făcând o predicție ea poate să fie în timp: actuală - uzuală (pe săptămână, lună), pe timp scurt (câteva luni până la un an), termen mediu (până la doi ani) și pe termen lung (patru ani sau mai mult). Există o mare diferență între o predicție obișnuită și predicția științifică. Prima este o judecată probabilă despre ce se va întâmpla cu evoluția inevitabilă a sportivilor în următoarea perioadă care reliefează o analiză a prevederilor și a evenimentelor curente. Ultima este o judecată a ceea ce trebuie să se întâmple (și vrem să se întâmple) la momentul dat, luând în considerare condițiile de început și ceea ce trebuie întreprins pentru a se îndeplini (cum trebuie să se întâmple). Acest ultim punct îmbracă aspectul pregătirii programate pe termen lung care stă la baza structurii conceptuale ca o continuare a unei pregătiri preliminare.

O schemă-bloc a conceptului de pregătire integrativă în dansul sportiv prezintă structural formele de bază ale pregătirii conform figurii alăturate.

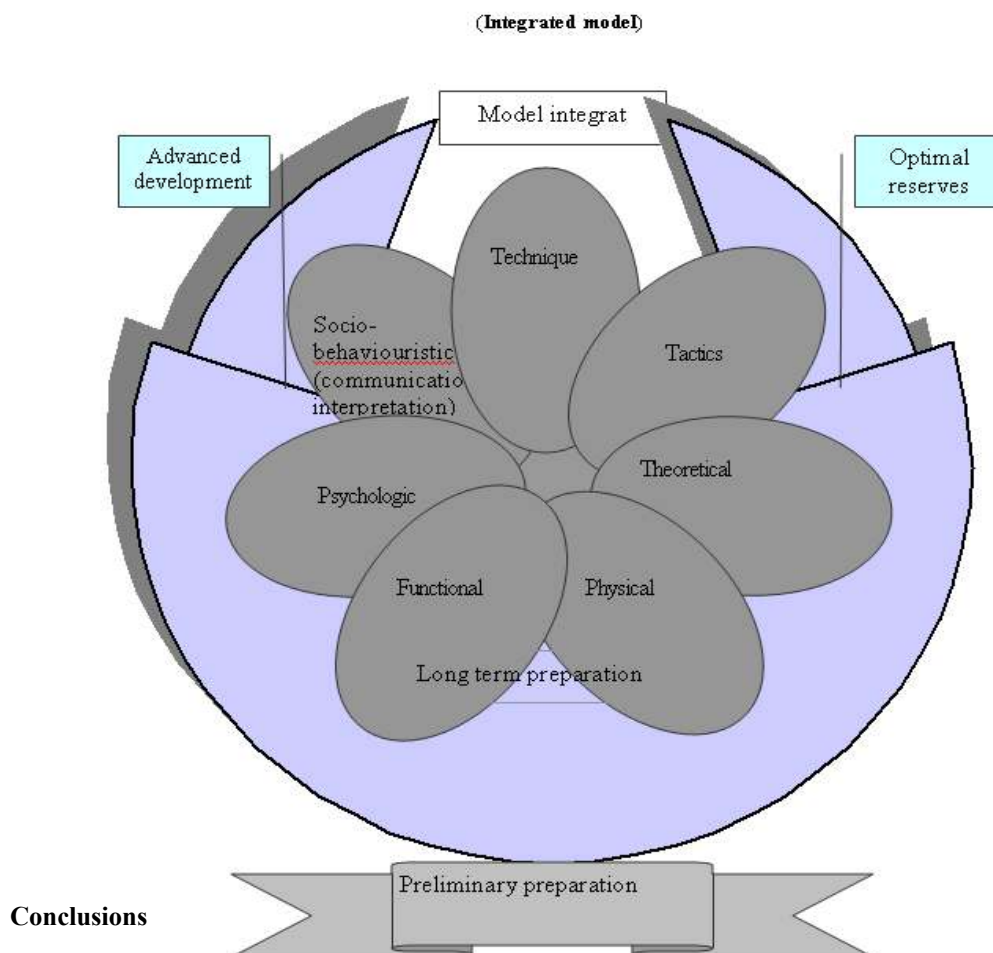
Concluzii.

Pentru a înțelege o activitate trebuie să o privim prin prisma a cât mai multor fațete științifice, care să ne deschidă perspective de cunoaștere și de acționare practică.

Analiza succintă din punct de vedere conceptual și structural a procesului de pregătire tehnică în dansul sportiv are menirea de a se constitui ca bază a unei metodologii de acționare menită să ducă la performanțe sigure ale cuplului de dansatori.

Modul de abordare (pregătire interactivă) este de dorit a fi în conformitate cu ultimele cerințe ale tratării științifice, având un caracter explicit și cuprinzător, într-un context teoretic complex specific sportului și pregătirii tehnice ale dansului sportiv.

Cunoașterea bazelor metodologice ale pregătirii tehnice în dansul sportiv poate sluji la înțelegerea complexității fenomenului de învățare, consolidare și perfecționare a tehnicii dansatorului sportiv de care trebuie ținut cont pentru realizarea performanței sportive.



In order to understand an activity we must look through the eyes of as many as possible scientific approaches, to open to us new perspectives of knowledge and practical action.

From a conceptual and structural point of view, the succinct analysis of the technical preparation in sport-dancing has the purpose of constituting itself as a basis of an action methodology meant to lead to certain performances of the couple of dancers.

The approach means (interactive training) is likely to be in conformity with the latest requests of the scientific field, having an explicite and encompassing character, in a complex theoretical context specific to sport and to the technical training in sport-dancing.

Knowing the methodological bases of the technical preparation in sport-dancing may help to understand the complexity of the phenomenon of learning, consolidating and perfecting the sport-dancer's technique, all of which are things to be taken into account in order to obtain performance in sport.

Bibliography

1. ARCAEV L. I. & Suchilin N. G. (2002) – How to create champions, Meier & Meier Sport, London.
2. BONNET J. P. (1990)- Vers une pedagogie de l'acte moteur, vol. 2, Vigot, Paris,.
3. Cognition et performance. Collection recherche INSEP publication, Paris, 1993, traducere C.C.P.S., București, (2000)..
11. RICHMOND, P. V., Mc CROSKEY, C. J. (1992) - Communication: apprehension, avoidance and effectiveness, ed. III-a, Gorsuch Scarisbrick Publishers, Scottsdale, Arizona,.

Fig.4: Conceptul de pregătire în dansul sportiv

Bibliografie

1. DRAGNEAA. C. & TEODORESCU S. MATE (2002) - Teoria Sportului, F.E.S.T., București,.
2. DRAGNEAA., BOTA, L. (1999)- Teoria activităților motrice, Editura Didactică și Pedagogică, R.A., București,.
3. EPURAN M., HOLDEVICI I., TONITA, F. (2001) _ Psihologia sportului de performanță, FEST, București,.
4. GOLU, P. (2003) - Fundamentele psihologiei sociale, Editura Miron, București,.
5. NĂSTASE, V. D. (2004) - Dansul activitate motrică determinată biologic, social și spiritual, Conf. șt. int. „Noi dimensiuni în știința activităților corporale” Constanța.
6. NĂSTASE, V. D. (2002) - Inițiere în dansurile sportive, “Paralela 45”, Pitești,.
7. NĂSTASE, V. D. (2005) - Automatizarea în dansul sportiv, Consfătuire științifică „Pro și contra automatizării în tehnica din sport” Pitești,.
8. ZLATE, M. (2004) - Fundamentele psihologiei, Editura Prohumanitate, București, 2000.
9. Microsoft – Encarta Eciclopedy 2003).