

# Anchetă privind nevoile resimțite de activități fizice la școlari mici

**Cristina Maria Borzan**

*Universitatea de Medicină și Farmacie „Iuliu Hațieganu” Cluj-Napoca*

## **Rezumat**

*Premize.* Vârsta copilăriei și a adolescenței reprezintă perioada de dezvoltare fizică și psihică maximă, de formare a stilului de viață, a personalității și a deprinderilor adecvate inserției sociale a individului. Aceasta etapă a vieții presupune eforturi din partea familiei, dar și a formatorilor din cadrul procesului de învățământ, pentru ca activitatea predominantă de formare intelectuală, specifică acestei etape, să nu aducă prejudicii dezvoltării fizice armonioase a organismului.

*Obiective.* Ne-am propus efectuarea unui studiu privind influența activității școlare asupra stilului de viață al elevilor, dintr-o localitate aparținând mediului rural, pentru a decela nevoile resimțite de activități fizice în cadrul procesului instructiv-educativ, dar și în timpul liber.

*Metode.* Studiu observațional, descriptiv, realizat pe baza unui chestionar original de lucru, structurat în 33 de itemi, întrebări cu răspunsuri preformulate, dar și cu răspunsuri deschise, cu caracter anonim, pe care l-am aplicat la un număr de 159 de elevi cu vârste cuprinse între 8-14 ani, școlarizați în clasele II-IV, într-o școală din mediul rural, în anul școlar 2005-2006, a vizat evaluarea opiniilor subiecților chestionați privind respectarea normelor igienice de funcționare a procesului instructiv-educativ.

*Rezultate.* Din totalul elevilor chestionați peste 90% afirmă că își pregătesc în întregime temele pentru a doua zi, dar majoritatea au nevoie de sprijinul familiei pentru aceste activități, 75% dintre elevi declară că nu practică niciun sport, iar cei care joacă fotbal, îi alocă timp de 1-2 ore pe zi. Peste jumătate declară că sunt stresați de procesul de învățământ și se simt obosiți la sfârșitul unei zile de școală, la sfârșitul săptămânii și la sfârșitul semestrului.

*Concluzii.* Elevii se relaxează la sfârșitul săptămânii tot prin activități sedentare: jocul pe calculator, învățatul și vizionarea programelor TV. Studiul confirmă nevoia resimțită de activități fizice organizate, la lotul studiat, și de respectarea normelor de igienă a procesului instructiv-educativ.

**Cuvinte cheie:** anchetă, nevoi resimțite, școlari mici, sport.