

# Motivația practicării activităților de educație fizică și sport la elevii din clasele a XI-a liceu de zi din Cluj-Napoca

Ovidiu Hârjan<sup>1</sup>, Adrian Nistor<sup>2</sup>, Iustin Lupu<sup>3</sup>

<sup>1</sup> Grupul Școlar Industrial Tehnofrig, Cluj-Napoca

<sup>2</sup> Liceul de Arte Plastice „Romulus Ladea”, Cluj-Napoca

<sup>3</sup> UMF „Iuliu Hațieganu”, Cluj-Napoca, Catedra de Sociologie Medicală

## Rezumat

*Premize.* Educația fizică și sportul sunt recunoscute ca unele din cele mai eficiente mijloace pentru ameliorarea stării de sănătate și a calității vieții la tineri și vârstnici.

*Obiective.* Lucrarea își propune să investigheze motivele participării la activitățile de educație fizică și sport, inclusiv cele de gimnastică aerobică, a 159 de elevi din cadrul a 6 licee din Cluj Napoca.

*Metode.* Instrumentul folosit în această lucrare este un chestionar denumit MOSP (motivația pentru activitățile sportive), împărțit de autori în 12 întrebări cu 79 itemi. Structura chestionarului dorește să pună în evidență motivele pentru care elevii practică educația fizică și sportul, preferința pentru anumite ramuri sportive, dorința și disponibilitatea de a practica gimnastica aerobică, precum și investigarea principalelor calități ale profesorului de educație fizică.

*Rezultate și discuții.* Din numărul elevilor chestionați, 82,05% și-au exprimat opțiunea de a alege educația fizică și sportul ca disciplină în programa de studiu dacă aceasta ar fi facultativă.

*Concluzii.* Printre calitățile cele mai importante ale profesorului de educație fizică, s-au evidențiat cele intelectuale și morale.

**Cuvinte cheie:** chestionar, motivație, elevi, educație fizică, sport, gimnastică aerobică.