

Orientări teoretice privind capacitatea motrică „suplețe - mobilitate”

Sabina Macovei

Academia Națională de Educație fizică și Sport, București

Rezumat

Lucrarea de față și-a propus să argumenteze, din perspectivă teoretică, modalitatea în care literatura de specialitate, aferentă domeniului activităților motrice, interpretează noțiunea de „suplețe – mobilitate”, componentă a capacității motrice. Dezbateră teoretică aduce în discuție o formulă originală de prezentare a acestei capacități, care prezintă încă instabilitate atât ca denumire terminologică cât și ca interpretare conceptuală. Orientările teoretice au urmărit identificarea rolului supleții ca entitate distinctă în profilul disponibilităților umane, prin delimitarea unor componente constitutive și a modalităților prin care acestea se reliefează în mișcarea aparatului locomotor. Contribuția noastră referitoare la interpretarea conceptului de suplețe promovează ideea unei capacități motrice complexe, care conține elemente atât de ordin condițional cât și coordonativ, și care se exprimă în mișcare prin atribute cantitative și calitative evidențiate prin amplitudine, plasticitate, fluiditate și agilitate.

La baza acestor considerente au stat experiența practică ca sportiv, antrenor și arbitru de gimnastică ritmică și studiile speciale întreprinse de-a lungul carierei universitare.

Cuvinte cheie: capacități motrice, suplețe - mobilitate - flexibilitate, comportament motor.