36.154

ION-ENE MIRCEA

JUDO

INSTRUIRE, TEMPERAMENT STIL INDIVIDUAL DE LUPTĂ



EDITURA FUNDAȚIEI UNIVERSITARE
"Dunărea de Jos" - GALAȚI

36.154

Ion-Ene MIRCEA

JUDO

INSTRUIRE, TEMPERAMENT, STIL INDIVIDUAL DE LUPTĂ

233.160.
UNIVERSITATEA
„DUNĂREA DE JOS" GALAȚI
BIBLIOTECA 2

EDITURA FUNDAȚIEI UNIVERSITARE
de Jos" Galați, 2004

C-233160K

UNIVERSITATEA „Dunărea de Jos" din GALAȚI
Facultatea de Educație fizică și sport

Editura Fundației Universitare „Dunărea de Jos" Galați
este acreditată de CNCSIS

Revizia științifică:
Prof. univ. dr. Veaceslav MANOLACHI
Prof. univ. dr. Virgil MÂNDĂCANU

©Editura Fundației Universitare
"Dunărea de Jos", Galați, 2004
ISBN 973-627-145-5

www.editura.ugal.ro
editura@ugal.ro

CUPRINS

INTRODUCERE 3

Capitolul I. FUNDAMENTAREA TEORETICO-ŞTIINŢIFICĂ A TEMEI 7
1.1. Problemele instruirii incipiente în acţiunile tehnico-tactice de luptă 7
1.2. Determinarea volumului optim al acţiunilor tehnico-tactice 13
1.3 Problema însuşirii unice a acţiunilor tehnice şi tactice 17
1.4. Motivaţia şi Ipoteza de lucru 30

Capitolul II. SCOPUL, SARCINILE ŞI METODELE DE CERCETARE 31
2.1. Scopul şi sarcinile 31
2.2. Metodele de cercetare 31
2.2.1. Analiza literaturii de specialitate 31
2.2.2. Metode de cercetare a calităţilor tipologice ale sistemului nervos şi ale temperamentului 32
2.2.3. Metode de cercetare a nivelului de pregătire tehnico-tactică a sportivelor judoka 34
2.2.4. Metode de studiere a asimetriei motrice 35
2.3.5. Metoda observaţiei pedagogice 37
2.2.6. Metoda anchetei tip chestionar şi interviul sau convorbirea 37
2.2.7. Metoda experţilor 37
2.2.8. Metoda experimentului pedagogic 38
2.2.9. Metoda statistico-matematică de prelucrare şi interpretare a datelor 39

Capitolul III. ORGANIZAREA ŞI REZULTATELE CERCETĂRII 41
3.1. Corelaţia proprietăţilor tipologice ale sistemului nervos şi ale temperamentului sportivelor cu specificul stilului individual de conducere a luptei 41
3.1.1. Deosebirile în medie pe grup a indicilor proprietăţilor tipologice ale sistemului nervos şi ale temperamentului sportivelor judoka 41
3.1.2. Analiza corelativă a indicilor calităţilor tipologice ale sistemului nervos, temperamentului şi activităţii sportivelor judoka 60
3.1.3. Structura factorologică a proprietăţilor sistemului nervos, temperamentului şi activităţii sportivelor cu stil diferit de conducere a luptei 72
3.2 Metodica de instruire incipientă în acţiunile tehnico-tactice, utilizată la sportive judoka, cu diverse caracteristici a proprietăţilor tipologice ale sistemului nervos şi ale temperamentului 78

3.2.1. Probleme generale şi specifice ale metodicii de instruire incipientă, utilizată la sportive judoka, cu stiluri diferite de luptă 79
3.2.2. Instruirea sportivelor cu stil preponderent de atac 81
3.2.3. Instruirea sportivelor cu stil preponderent de contraatac. 86
3.2.4. Experimentul formativ (de bază) şi rezultatele lui 89

Capitolul.IV. ANALIZA REZULTATELOR CERCETĂRII 95

RECOMANDĂRI PRACTICE 102

CONCLUZII 104

ANEXE 107

BIBLIOGRAFIE SELECTIVĂ 115