

SPECIFICUL COMUNICĂRII ÎN ACTIVITĂȚILE SPORTIVE RECREATIVE ORGANIZATE

Rodica PISCUPU-DOBRESCU
„Constantin Brâncuși” University of Târgu-Jiu

ABSTRACT

STARTING FROM THE ANALYSIS OF THE FACTORS THAT INTERVENE OF THE COMMUNICATION WITHIN THE RECREATIONAL SPORTS ACTIVITIES ORGANIZED, IS ARRIVING OF THE COMPLEXITY AND SPECIFICITY OF THE COMMUNICATION IN THESE ACTIVITIES.

KNOWLEDGE THE SPECIFIC FORMS OF COMMUNICATION IN THE RECREATIONAL SPORT ACTIVITIES ORGANIZED, WHICH ARE PRESENTED IN THE ARTICLE, IS IMPORTANT BECAUSE IT CONTRIBUTES TO THE OPTIMIZATION OF THE COMMUNICATION PROCESS, THUS INCREASING THE QUALITY AND EFFICIENCY OF THE ACTIVITY.

KEYWORDS: COMMUNICATION, , RECREATIONAL SPORTS ACTIVITIES ORGANISED, SPECIFIC FORMS OF COMMUNICATION.

Profesorul Negulescu I. (2007) definește comunicarea ca modul fundamental de interacțiune psihosocială a indivizilor, realizat prin intermediul simbolurilor și al semnificațiilor social-generalizate cu scopul obținerii stabilității grupului sau a unor modificări de comportament individual sau grupal.

În funcție de metoda de transmitere a mesajului comunicarea poate fi (Bortun, 2002): directă și indirectă

Comunicarea directă folosește resursele primare, pe când comunicarea indirectă folosește resursele secundare (Fiske, 2003).

Factorii (variabilele) cu influență în procesul de comunicare (Dragnea, C.A., 2006) sunt:
psihologici; cognitivi și sociali.

Personalitatea subiecților care participă în comunicare cu propriul sistem motivațional, cu propriile interese și stări afective, își pune amprenta pe modul de comunicare.

Conceptul de comunicare cuprinde numeroase forme verbale și nonverbale. Astfel, ea se realizează prin cuvânt – comunicare digitală și prin gestică, mimică – comunicare analogică.

Angajarea concomitentă a formelor comunicării dă sens unui sistem de acțiune.

Plecând de la teoria comunicării, care afirmă că individul poate comunica cu sine sau în

cadrul diferitelor grupuri sociale, se poate afirma că mișcarea fizică și sportul mijlocesc, în moduri specifice, relaționarea individului cu sine și cu membrii colectivității în care se desfășoară activitatea.

Prin intermediul mișcărilor se comunică sentimente, trăsături și manifestări spirituale, o execuție sportivă putând fi comparată cu un concept sau cu o exprimare artistică, iar valorile sportive sunt în același timp valori estetice și valori morale.

Adesea, în sport, indicatorii mișcării sunt folosiți intenționat pentru a înșela adversarul, astfel încât activitatea corporală și cea sportivă, bine dirijate, constituie un limbaj cu semnificații deosebit de importante.

În activitățile sportive recreative organizate se disting următoarele **forme ale comunicării nonverbale**:

- **Comunicarea sonoră.** În activitățile sportive organizate, fluieratul are un rol important, încărcat de semnificații: fluieratul pentru începerea unui joc are o anumită intensitate și durată, spre deosebire de cel care consemnează nereguli de joc sau încheierea întrecerii. Mehbrain A. (după Neagu, N., 2007) considera că circa 38% din mesajele transmise într-o interacțiune personală sunt de ordin verbal, fără cuvinte, parametrii muzicali ai limbajului: timbrul, intonația, ritmul, pauzele, tonul, înălțimea etc.;
- **Comunicarea cromatică** prin care se distinge apartenența sportivilor la o echipă și apartenența suporterilor echipelor combatante, fiind întâlnită în sport în cel puțin două forme (Neagu, N., 2007): culorile fizice ale interlocutorilor și culorile mediului *înconjurător*;
- **Comunicarea gestuală** este foarte importantă în activitățile kinetice cum sunt cele sportive organizate și apare în cadrul interacțiunii dintre practicanți, instructori, antrenori, arbitri, spectatori;
- **Comunicarea tactilă** este foarte importantă în cadrul jocurilor sportive cu contact corporal direct (box, arte marțiale), sau în sporturile desfășurate în tandem: dans sportiv, patinaj artistic etc., în care atingerea partenerilor are rol de a declanșa anumite acțiuni motrice comune sau desfășurate în timpul programat. De asemenea, ea este importantă în antrenamentul sportiv, în numeroase situații, antrenorii/instructorii conduc segmentele corporale ale începătorilor pe traiectoriile corecte ale mișcărilor, ceea ce nu poate fi realizat fără atingere corporală. Comunicarea tactilă are și semnificații sociale ca: strângerea mâinilor înainte sau după începerea unei competiții; îmbrățișarea după anumite reușite, felicitarea sportivilor de către antrenori prin bătaia pe umăr ș.a.
- **Persuasiunea** este folosită cu precădere în comunicarea dintre instructori, antrenori și sportivi, iar influența mesajelor comunicate poate produce atitudini pozitive, negative sau neutre.

În activitățile sportive recreative organizate, participanții la procesul de comunicare sunt reprezentați, în principal, de instructor, antrenor, grupul de practicanți, fiecare practicant fiind parte a grupului care participă la activitate.

Știind că mecanismele comunicării necesită existența unui emițător care să trimită mesajul și a unui receptor care să-l primească și să ofere un feedback, în cazul acestor activități pot apărea cel puțin două posibilități, una în care instructorul/antrenorul reprezintă emițătorul iar participanții la activitate reprezintă receptorul, iar mesajul constă

în informații specifice momentului/secvenței activității și una în care rolurile se schimbă (în evaluare), rolurile de emițător și receptor fiind constant modificate pe parcursul activității.

În activitățile sportive recreative organizate, comunicarea directă este specifică, depinde de context și se manifestă diferit, de la elementele para-verbale ale comunicării la elemente ale comunicării directe ca gesturi, posturi sau mimică (Dancu, 1999).

Deci, în diferitele secvențe/verigi ale activităților sportive recreative organizate, se întâlnesc următoarele forme specifice ale comunicării:

Limbaș exprimat prin cuvinte:

- comenzi asociate cu acțiuni specifice în momente variate ale organizării (privind poziția corpului);
- enunțarea temelor activității (cu ajutorul comunicării directe se explică activitatea ce va urma, se comunică diferite elemente specifice respectivei activități sportive);
- terminologia și comenzile specifice la acțiunile de mișcare: variante de mers și alergare, întoarceri, diferite exerciții fizice desfășurate în timpul mișcării, grupări, adunări și formații de lucru pentru exerciții fizice cu impact selectiv asupra sistemului muscular;
- descrierea terminologică a exercițiilor care compun complexele de dezvoltare fizică;
- comenzile specifice care oferă semnalul de începere și încetare a exercițiului;
- timpul sau numărul din timpul exercițiilor;
- elementele de terminologie specifică folosite pentru corectarea sau accentuarea aspectelor importante ale execuțiilor sau care să sugereze următoarea secvență de mișcare; astfel se asigură fluența, continuitatea în execuție;
- prezentarea obiectivelor legate de sarcinile activității, urmate de exercițiile propuse;
- explicarea prin descrierea terminologică adaptată a exercițiilor care urmează a fi efectuate; descrierea este specifică și corespunde obiectivelor referitoare la deprinderile motrice de bază cât și cele utilitar aplicative, calitățile motrice în diferitele lor forme de manifestare, deprinderile motrice specifice activității;
- organizarea grupului sau a grupelor de lucru, respectând formele de organizare pentru practicarea în relație cu fiecare exercițiu utilizat;
- corectări individuale pe parcursul exercițiilor, esențiale în controlarea procesului de dezvoltarea a deprinderilor motrice astfel încât să se evite greșelile în structura acestora;
- explicarea și descrierea momentului de încheiere a activității, refacerea organismului după efortul fizic, comenzi specifice folosite în încheierea lecției;

Postura și limbajul corpului:

- postura controlată (poziția de dreupți comunică participanților că activitatea a început și trebuie să se respecte indicațiile și comenzile instructorului/antrenorului) și limbajul corpului antrenorului atunci când transmite comenzi specifice la momentul de organizare a colectivului;
- specifice acțiunilor secvenței de organizarea a colectivului (capul întors, cu mâinile pe șolduri pentru a determina distanța dintre participanți în timpul alinierii, poziția de dreupți, diferite forme de grupare pe un rând pe două etc, în ordinea înălțimii);

- specifice variantelor de mers și alergare desfășurate simultan, ritm impus prin numărare și implicând diferențe în structura mișcării;
- poziția inițială în complexe de exerciții specifice de dezvoltare fizică;
- poziția corporală specifică pentru executarea mișcărilor integrate în complexe de dezvoltare fizică
- specifice, asociate cu partea care precede învățarea gesturilor atunci când sunt efectuate jocurile cu temă;
- specifică mișcărilor folosite în partea de final a lecției (mișcări cu respirație din stând sau din mișcare și exerciții de întindere);
- specifică concluziilor activității caracterizând atât acțiunile instructorilor cât și pe cele ale practicanților;

Mimica:

- mimica specifică momentului când instructorul dă comenzi specifice, asociată cu elemente ale posturii corpului și elemente paraverbale;
- mimica specifică practicanților care execută mișcări de întoarcere pe loc la începutul activității, acțiuni controlate;
- mimica generată de acțiuni caracterizate ca având un înalt grad de încordare și extensie;
- mimica asociată cu anumite mișcări ale exercițiilor incluse în complexe de dezvoltare fizică pe care le realizează practicanții cu mare amplitudine necesitând un efort mare;
- mimica instructorului, de aprobare sau dezaprobare asociată cu evaluarea pozitivă sau negativă a execuției practicanților;
- acțiunea instructorului de corectare a mișcărilor de execuție;
- acțiunea practicanților asociată cu execuția corectă sau incorectă;
- exprimarea efectului unor eforturi cu intensități crescute la practicanți;
- asociată cu mișcările de refacere a corpului după practicarea exercițiilor fizice, mai ales după activitățile solicitante;
- asociată cu efortul pe care individul îl efectuează în partea alocată recuperării organismului după efortul fizic;
- specific finalului de activității exprimată atât de instructor cât și de practicanți;

Gesturi:

- gesturi asociate cu comenzi specifice de execuție a mișcărilor de întoarcere pe loc care pot indica direcția de acționare sau de deplasare;
- gesturi asociate cu comenzile specifice de execuție a mișcărilor variate și indicând direcția acțiunii (deplasări, schimbări de direcție, grupări, alinieri, formații de gimnastică);
- gesturi asociate cu poziția inițială în exercițiile complexelor de dezvoltare fizică;
- gesturile se pot referi la direcțiile de mișcare a complexelor de dezvoltare fizică;
- gesturile instructorului care acompaniază explicarea și demonstrarea mișcărilor, efectuate pentru a sublinia aspectele importante ale execuției;
- gesturile instructorului exprimând aprobarea sau dezaprobarea în legătură cu execuția mișcărilor (de obicei asociate cu corecții verbale și vizuale făcute anterior) sunt foarte importante în comunicarea la distanțe mai mari în locații zgomotoase;

- gesturi folosite în mod special de către practicanți în timpul exercițiilor organizate în grupuri care pot fi asociate cu sarcinile de execuție specifice prevăzute de către instructor;
- acțiuni specifice efectuate în perechi sau în grupuri restrânse pentru a surprinde echipa oponentă, folosite în mod special în jocurile bilaterale;
- specifice arbitrajului, folosite de instructor sau practicanți când jocul implică auto-arbitraj;
- gesturi care însoțesc momentul în care grupul este organizat pentru a efectua exerciții menite să ajute la refacerea organismului după exercițiile fizice sau care pot indica direcții de acțiune sau de conducere a grupului spre un spațiu de lucru;

Mișcări:

- specifice secvenței activității;
- verificarea constantă a poziționării optime, atât a posturii corporale cât și a relației cu grupul (ieșiri din rând, nepăstrarea ordinii etc) pe parcursul desfășurării exercițiilor. Amplasamentul este esențial în asigurarea comunicării optime dintre participanții la actul de comunicare (instructor și practicanți) și pentru a asigura un control bun pe parcursul exercițiilor;
- specific mișcărilor de întoarcere, variantelor de mers și alergare, multitudinii de exerciții fizice desfășurate în mișcare, grupări și formații de gimnastică;
- mișcările realizate de către instructor pentru coordonarea specifică a fiecărui exercițiu integrat în complexul de dezvoltare fizică. Pentru o mai bună înțelegere a sarcinilor este necesar ca fiecare mișcare să fie explicată și demonstrată. De asemenea pe parcursul exercițiilor poate să execute integral sau doar o parte din mișcări în conformitate cu metoda imitației care e specifică secvenței activității;
- mișcările de coordonare specifice fiecărui exercițiu component al complexului de dezvoltare fizică armonioasă;
- specifice demonstrației de fiecare dată asociate cu descrierea elementelor sau acțiunilor obiectivelor;
- mișcări integrate în exercițiile desfășurate și continuate în dezvoltarea deprinderilor care urmează a fi formate;
- mișcări specifice diferitelor jocuri sportive;
- mișcări sau semne specifice arbitrajului care necesită gesturi specifice și care pot rezulta în deplasări și mișcări în diferite direcții la diferite jocuri sportive.

Identificarea deficiențelor în procesul de comunicare, respectiv a factorilor care generează un impact negativ și care pot fi remediați pentru ca activitatea să fie eficientă, nu se poate face decât dacă se cunosc particularitățile comunicării în cadrul activității, deci cunoașterea particularităților comunicării în activitățile sportive recreative organizate contribuie la eficientizarea acestei activități.

BIBLIOGRAFIE

1. Chelcea S., 2005, Psihologie socială, Ed. Economică, București;
2. Culeva A., Pătru A., 2000, Sociologia sportului, Ed. EXPONTO, Constanța;
3. Cristea D., 2001, Tratat de psihologie socială, Ed. ProTransilvania;
4. Dancu, V. S., 1999, Comunicarea simbolică. Cluj-Napoca, Editura Dacia; 6. Deutsch M., (1973) - The resolution of conflict: Constructive and destructive process, Yale University Press, New Haven et Londra;
5. Dragnea A., Teodorescu-Mate S., 2002, Teoria sportului, Ed. Fest, București;
6. Dumitrescu Gh.T., 1979, Interpsihologie în activitatea sportivă, Ed. Sport-Turism, Buc;
7. Epuran, M., Holdevici, I., Tonita, F., 2001, Psihologia sportului de performanță-Teorie și Practică, Editura FEST, București;
8. Fiske, J., 2003, Introducere în științele comunicării. Iași, Editura Polirom;
9. Golu P., 1988, Fenomene și procese psihosociale, Ed. Științifică și Enciclopedică, Buc;
10. Neagu N., 2007, Introducere în comunicarea socială, Ed. OIM, Iași;
11. Negulescu I., - Sistemul de comunicare interumană IOSUD ANEFS București 2007;
12. Rășcanu, R., (2002) – Psihologie și comunicare. București, Editura Universității;
13. Șerbănoiu, S., (2004) – Metodica Educației fizice. București, Cartea Universitară;
14. Șoitu, L., (1997) – Pedagogia comunicării Bortun, D., (2002) – Bazele epistemologice ale comunicării. București, Editura Didactică și Pedagogică;
15. Tüdös, Ș., 2003, Perspective actuale în psihologia sportului. Modele și soluții, Editura S.P.E.R., Colecția “Alma Mater”, București