UNIVERSITATEA DE STAT DIN MOLDOVA
INSTITUTUL DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT

Cu titlu de manuscris
C.Z.U.: 796.853.23:376.1(043.2)

POLEVAIA-SECĂREANU Angela

SUPORT METODOLOGIC AL PROCESULUI DE ADAPTARE PSIHOSOCIALĂ A PERSOANELOR CU NECESITĂȚI SPECIALE ÎN SISTEMUL DE PRACTICARE A ARTELOR MARȚIALE

Specialitatea 533.04. Educație fizică, sport, kinetoterapie și recreație

Rezumatul tezei de doctor habilitat în științe pedagogice

CHIȘINĂU, 2026

Teza a fost elaborată în cadrul Departamentului Lupte și Gimnastică al Institutului de Educație Fizică și Sport al Universității de Stat din Moldova, în cadrul Programului de postdoctorat finanțat de ANCD, proiectul nr. 23.00208.0807.07/PD I.

Consultant științific: MANOLACHI Victor, doctor habilitat în științe pedagogice, profesor universitar, IEFS USM.

Componența Comisiei de susținere publică a tezei de doctor habilitat în științe pedagogice (aprobată prin decizia Consiliului Științific al USM, proces-verbal nr. 8 din 30 septembrie 2026):

1. **DORGAN Viorel** – președinte, doctor habilitat în științe pedagogice, profesor universitar, IEFS USM;
2. **BUFTEA Victor** – secretar științific, doctor habilitat în științe pedagogice, profesor universitar, IEFS USM;
3. **MANOLACHI Victor**, doctor habilitat în științe pedagogice, profesor universitar, IEFS USM;
4. **RACU Aurelia**, doctor habilitat în științe pedagogice, profesor universitar, Universitatea Pedagogică de Stat „Ion Creangă" (Chișinău);
5. **KOROBEINIKOV Gheorghii**, doctor habilitat în științe biologice, profesor universitar, Universitatea Națională de Educație Fizică și Sport a Ucrainei (Kiev);
6. **KOKUN Oleg**, doctor habilitat în științe psihologice, profesor universitar, membru-corespondent al Academiei Naționale de Științe Pedagogice a Ucrainei, Institutul de Psihologie „G. S. Kostiuk" (Kiev);
7. **SANDULEAC Sergiu**, doctor habilitat în științe pedagogice, doctor în psihologie, conferențiar universitar, Universitatea Pedagogică de Stat „Ion Creangă" (Chișinău).

Susținerea va avea loc 24 decembrie 2026, ora 12:00, în ședința Comisiei de susținere publică a tezei de doctor habilitat în științe pedagogice din cadrul Institutului de Educație Fizică și Sport al Universității de Stat din Moldova, la adresa: mun. Chișinău, str. A. Doga, 22, aud. 105.

Teza de doctor habilitat și rezumatul pot fi consultate la Biblioteca Centrală a USM (str. Alexei Mateevici, 60, blocul I), la Biblioteca Națională a Republicii Moldova (str. 31 August 1989, 78A), în Repozitoriul Instituțional al IEFS USM și pe pagina web a ANACEC (www.anacec.md).

Rezumatul a fost expediat la «___» _____ 2026.

Secretar științific al Comisiei de susținere publică a tezei,
doctor habilitat în științe pedagogice, profesor universitar **_____ BUFTEA Victor**

Consultant științific,
doctor habilitat în științe pedagogice, profesor universitar **_____ MANOLACHI Victor**

Autor,
doctor în științe pedagogice, conferențiar universitar **_____ POLEVAIA-SECĂREANU Angela**

© Polevaia-Secăreanu Angela, 2026

CUPRINS

REPERELE CONCEPTUALE ALE CERCETĂRII.....4
CONȚINUTUL TEZEI.....17
CONCLUZII GENERALE ȘI RECOMANDĂRI 46
BIBLIOGRAFIE 51
LISTA PUBLICAȚIILOR AUTORULUI LA TEMA TEZEI.....56
ADNOTARE (în limbile română, rusă și engleză).....62

LISTA ABREVIERILOR

ADHD – Tulburarea cu deficit de atenție și hiperactivitate
ANACEC – Agenția Națională de Asigurare a Calității în Educație și Cercetare
ANCD – Agenția Națională pentru Cercetare și Dezvoltare
AO – Amplitudinea oscilațiilor valorilor perioadei de latență a RVMS
EFD – Efort fizic dozat
IEFS – Institutul de Educație Fizică și Sport
IEFS USM – Institutul de Educație Fizică și Sport al Universității de Stat din Moldova
IM – Indicele mediu al perioadei de latență
NCF – Nivelul capacităților funcționale
NFS – Nivelul funcțional al sistemului
RM – Repaus muscular
RVMC – Reacția vizual-motorie complexă
RVMS – Reacția vizual-motorie simplă
SNC – Sistemul nervos central
SR – Stabilitatea reacției
TSA – Tulburări din spectrul autist
USM – Universitatea de Stat din Moldova
VVS – Variabilitatea valorilor succesive ale perioadei de latență a RVMS
LF, HF – Componentele de joasă și de înaltă frecvență ale spectrului variabilității ritmului cardiac
M – Media aritmetică
m – Eroarea standard a mediei
Me – Mediana
Q1, Q3 – Cuartila inferioară și cuartila superioară
R – Amplitudinea variației (diferența dintre valoarea maximă și cea minimă)
SD, σ – Abaterea standard
CV – Coeficientul de variație
n – Volumul eșantionului (numărul de observații)
p – Nivelul de semnificație statistică
Z – Statistica testului Wilcoxon

REPERELE CONCEPTUALE ALE CERCETĂRII

Actualitatea, motivația alegerii temei și gradul de cercetare a problemei. Problema adaptării psihosociale a persoanelor cu necesități speciale capătă o importanță deosebită în contextul științific și social contemporan, caracterizat prin trecerea de la înțelegerea preponderent medico-recuperatorie a limitărilor activității vitale la înțelegerea biopsihosocială a funcționării și adaptării omului. Într-o astfel de înțelegere, starea și posibilitățile adaptative ale personalității sunt examinate în interconexiunea caracteristicilor biologice, psihologice, sociale și funcționale [32; 48]. În cercetarea de față tezele abordării biopsihosociale sunt examinate în context pedagogic, deoarece adaptarea psihosocială este determinată de starea sănătății, de natura activității, de condițiile de instruire, de experiența motrică și de particularitățile interacțiunii sociale a personalității. O astfel de tranziție metodologică este în concordanță cu paradigma incluzivă, orientată spre crearea condițiilor pentru participarea deplină a omului la activitatea educațională, motrică, socială și publică. În aceste condiții, necesitățile speciale sunt asociate cu necesitatea creării unor condiții speciale sau adaptate pentru dezvoltarea, instruirea, activitatea motrică și integrarea socială a persoanelor care prezintă tulburări sau particularități ale dezvoltării fizice, senzoriale, intelectuale, psihice, neuropsihologice și social-comunicative [40]. Amploarea problemei examinate este confirmată de statistica internațională contemporană. Potrivit estimărilor Organizației Mondiale a Sănătății, circa 1,3 miliarde de oameni, sau 16% din populația lumii – aproximativ fiecare a șasea persoană –, trăiesc cu dizabilitate [65]. Totodată, dizabilitatea este examinată în interconexiune cu condițiile de funcționare a omului: limitările activității și ale participării sociale se formează ca rezultat al interacțiunii dintre starea sănătății, particularitățile individuale și factorii de mediu [61; 64]. O astfel de înțelegere presupune evaluarea accesibilității educației, activității motrice, sprijinului social și a posibilităților de participare deplină a omului la viața societății.

Totodată, actualitatea problemei este determinată și de discrepanța persistentă dintre extinderea garanțiilor normative ale incluziunii și posibilitățile de realizare practică deplină a acestora. În Republica Moldova se formează consecvent baza normativă și instituțională a educației incluzive și a integrării sociale: au fost aprobate Strategia de dezvoltare a educației „Educația 2030” și Programul de dezvoltare a educației incluzive pentru anii 2024–2027, se perfecționează

mecanismele de asistență psihopedagogică, se extinde lista specialiștilor de sprijin și se realizează programe de perfecționare a cadrelor didactice [8; 9; 16]. Însă dezvoltarea bazei normative și a unor mecanisme instituționale separate nu asigură încă accesibilitatea egală a sprijinului complex pentru toate persoanele cu necesități speciale.

Realizarea practică a principiilor incluziunii este limitată în continuare de asigurarea insuficientă cu cadre calificate, materiale metodice, infrastructură și resursele necesare, precum și de accesibilitatea teritorial neuniformă a serviciilor specializate [8; 24]. Această problemă se manifestă deosebit de pregnant în domeniul educației fizice și sportului, unde includerea eficientă a persoanelor cu necesități speciale este determinată de accesibilitatea mediului fizico-sportiv și de pregătirea profesională a profesorilor de educație fizică, a antrenorilor sportivi și a altor specialiști din acest domeniu. La evaluarea importanței limitărilor menționate trebuie luat în considerare faptul că de condiții speciale de organizare a activității motrice, educaționale și sociale are nevoie un cerc de persoane mai larg decât cel cuprins de statistica oficială a dizabilității. După cum se menționează în literatura științifică, noțiunea „persoane cu necesități speciale" cuprinde diverse categorii de oameni cu tulburări și particularități de dezvoltare eterogene ca structură și grad de manifestare, capabile să îngreuneze activitatea independentă, învățarea și comunicarea [20; 22; 53; 58]. În cultura fizică adaptată din această categorie fac parte și persoanele cu abateri în starea sănătății, inclusiv persoanele cu dizabilități, care au nevoie de adaptarea activității motrice și de condiții speciale pentru recuperare și integrare socială [30; 33].

În pofida diferențelor dintre categoriile distincte, sarcina comună rămâne crearea condițiilor pentru dezvoltarea autonomiei funcționale, a autoreglării, a comunicării și a incluziunii sociale. Realizarea acesteia impune pedagogilor și antrenorilor disponibilitatea de a doza individual efortul fizic, de a adapta metodele de instruire, de a monitoriza starea funcțională a practicanților și de a asigura siguranța interacțiunii.

Datele oficiale privind anumite categorii de tulburări de dezvoltare în Republica Moldova sunt prezentate neuniform. Conform datelor Biroului Național de Statistică al Republicii Moldova, în 2024 în evidența instituțiilor medicale se aflau 524 de persoane cu sindrom Down, inclusiv 220 de copii în vârstă de 0–17 ani [2]. În publicațiile statistice deschise ale Republicii Moldova nu sunt prezentați indicatori naționali separați privind numărul persoanelor cu tulburarea cu deficit de atenție și hiperactivitate. În privința tulburărilor din spectrul autist (TSA), datele administrative disponibile sunt formate de Agenția Națională pentru

Sănătate Publică și de centrele de sănătate mintală în baza cazurilor depistate și aflate sub supraveghere medicală. Totodată, datele prezentate nu constituie un registru populațional complet și pot să nu reflecte prevalența reală a TSA [4; 11; 13; 23]. Caracterul fragmentar al evidenței statistice îngreunează compararea amplorii diferitelor tulburări de dezvoltare și confirmă necesitatea studierii lor diferențiate. Din acest grup eterogen de persoane cu necesități speciale, cercetarea de față se concentrează asupra persoanelor cu TSA.

Actualitatea abordării acestei categorii de persoane este confirmată de statistica internațională contemporană. Conform datelor actualizate ale Organizației Mondiale a Sănătății, publicate în 2025, potrivit estimărilor globale pentru anul 2021, autismul se întâlnește la aproximativ 1 persoană din 127 [62]. Indicatorii înregistrați de sistemele naționale de monitorizare pot varia în funcție de criteriile de diagnostic utilizate, de organizarea depistării precoce, de accesibilitatea serviciilor specializate și de particularitățile evidenței statistice. Conform datelor Ministerului Sănătății al Republicii Moldova, la sfârșitul anului 2024 sub supravegherea specialiștilor se aflau 1817 persoane cu tulburări din spectrul autist, dintre care 1684 – copii. Crearea în 2024 a primului centru specializat de stat de diagnostic și intervenție în TSA, precum și dezvoltarea programelor de diagnostic și recuperare atestă importanța statală și socială crescândă a acestei direcții [12; 13]. Examinarea persoanelor cu TSA ca una dintre categoriile investigate impune delimitarea aspectelor generale și specifice ale adaptării psihosociale. Dezvoltarea autoreglării, comunicării și interacțiunii sociale are importanță pentru diverse categorii de persoane cu necesități speciale, în timp ce conținutul influenței pedagogice, metodele de instruire și parametrii efortului motric trebuie determinați ținând cont de structura tulburărilor și de posibilitățile funcționale individuale. Necesitatea abordării diferențiate este în concordanță cu rezultatele cercetării lui V. Cojocaru [6], în care sunt relevate particularitățile adaptării psihosociale a adolescenților cu dizabilități fizice și este elaborat un model de sporire a eficienței acestui proces în condițiile incluziunii educaționale și sociale. Contextul național mai larg al problemei este reprezentat de cercetările din domeniul psihopedagogiei speciale, al incluziunii educaționale și sociale, al integrării socioprofesionale a persoanelor cu dizabilități și al formării unui mediu educațional accesibil [19; 20; 21; 22]. Aspectele sociologice și instituționale ale includerii persoanelor cu dizabilități în societate, inclusiv accesibilitatea educației, a serviciilor sociale, a ocupării forței de muncă și a participării sociale depline, sunt relevate în

lucrările lui P. Munteanu și L. Malcoci [11]. Principiile organizării procesului educațional incluziv, ale sprijinului pedagogic al copiilor cu cerințe educaționale speciale și ale pregătirii specialiștilor sunt sistematizate în cercetările lui G. Bulat, V. Balan și ale altor autori din Republica Moldova [1; 3]. Lucrările menționate constituie baza psihopedagogică a studierii incluziunii și adaptării psihosociale. La formarea bazei teoretice a cercetării, tezele privind incluziunea și adaptarea psihosocială au fost completate cu rezultatele lucrărilor din domeniul culturii fizice adaptate și al sportului. Cercetările internaționale și naționale relevă posibilitățile activității motrice sistematice în dezvoltarea fizică, recuperarea funcțională, menținerea bunăstării psihologice, integrarea socială și sporirea calității vieții persoanelor cu dizabilități și cu necesități speciale [31; 36; 44; 45; 46; 59; 60].

Aplicarea artelor marțiale permite îmbinarea pregătirii motrice cu interacțiunea reglementată cu partenerul, autocontrolul și respectarea regulilor activității comune. Experiența internațională și națională atestă potențialul acestora în dezvoltarea deprinderilor motrice, reglarea comportamentului și interacțiunea socială a copiilor cu necesități speciale [49; 52]. Totodată, programele se deosebesc după scopuri, conținut, durata și frecvența ședințelor, componența participanților și indicatorii de evaluare utilizați [47; 51; 52; 54]. Eterogenitatea programelor și a abordărilor de diagnostic îngreunează compararea rezultatelor și determinarea condițiilor de aplicare a mijloacelor artelor marțiale în procesul de adaptare psihosocială [47]. Pentru realizarea practică și verificarea experimentală a suportului metodologic elaborat a fost ales judo-ul adaptat. Temeiul pedagogic al alegerii îl constituie posibilitatea de a îmbina sarcinile senzoriomotorii și social-comunicative în interacțiunea nemijlocită cu partenerul. Mijloacele judo-ului impun coordonarea mișcărilor și a eforturilor la executarea exercițiilor în pereche. La însușirea prizelor și a altor acțiuni tehnice sunt necesare sprijinul și asigurarea partenerului, acceptarea și acordarea ajutorului, respectarea regulilor activității comune. Gradul de contact, complexitatea sarcinilor și volumul sprijinului sunt reglate ținând cont de particularitățile senzoriale și motrice individuale ale copiilor cu TSA. Celelalte arte marțiale sunt examinate în aspect comparativ și complementar.

Premisele științifice ale elaborării suportului metodologic s-au format în cercetările autoarei și ale colectivului științific. Cercetările realizate au cuprins analiza comparativă a implicării populației Republicii Moldova în diferite arte marțiale [26; 39], studierea particularităților funcțional-

motrice și psihologice ale judokanilor cu deficiențe de vedere [7; 29; 37; 56], a posibilităților artelor marțiale în dezvoltarea și socializarea copiilor cu TSA [17; 57], a pregătirii specialiștilor pentru organizarea activității motrice a persoanelor cu necesități speciale [57], precum și a aspectelor educative, cognitive și psihofiziologice ale practicării judo-ului [38; 55].

Rezultatele obținute au permis precizarea unor condiții de aplicare a artelor marțiale în procesul de adaptare psihosocială. Este necesară în continuare integrarea acestora într-un sistem teoretico-metodologic unitar, care să coreleze scopurile, principiile, condițiile pedagogice, mijloacele, metodele, criteriile de evaluare și mecanismele de realizare a acestui proces.

În acest context, **problema cercetării de față** este determinată de contradicția dintre datele științifice acumulate privind potențialul adaptativ, formativ și social-integrator considerabil al activității fizice și al artelor marțiale, pe de o parte, și elaborarea insuficientă a unui suport metodologic integral al procesului de adaptare psihosocială a persoanelor cu necesități speciale în sistemul de practicare a artelor marțiale, pe de altă parte. Contradicția identificată a determinat necesitatea fundamentării teoretico-metodologice și a elaborării concepției suportului complex al adaptării psihosociale a persoanelor cu necesități speciale în sistemul de practicare a artelor marțiale, ceea ce a definit scopul cercetării.

Scopul cercetării – fundamentarea teoretico-metodologică și elaborarea concepției suportului metodologic al procesului de adaptare psihosocială a persoanelor cu necesități speciale în sistemul de practicare a artelor marțiale și evaluarea experimentală a eficienței implementării acesteia.

În conformitate cu scopul și ipoteza au fost stabilite obiectivele cercetării:

1. Realizarea analizei teoretico-metodologice a abordărilor științifice contemporane privind problema adaptării psihosociale a persoanelor cu necesități speciale, inclusiv a persoanelor cu ADHD, sindrom Down și TSA, și determinarea posibilităților activității motrice, ale culturii fizice, sportului și artelor marțiale în asigurarea acestui proces.

2. Identificarea și fundamentarea abordărilor teoretico-metodologice, principiilor, factorilor, mecanismelor și condițiilor pedagogice ale adaptării psihosociale a persoanelor cu necesități speciale prin intermediul artelor marțiale și, în baza analizei comparative, argumentarea alegerii artei marțiale prioritare pentru realizarea practică a procesului studiat.

3. Identificarea particularităților motrice, psihomotorii, psihofiziologice, cognitive, emoțional-volitive și social-comunicative ale categoriilor de persoane cu necesități speciale investigate și stabilirea criteriilor, indicatorilor și instrumentelor de diagnostic pentru evaluarea adaptării lor psihosociale, cu studierea aprofundată a copiilor cu TSA.

4. Elaborarea și fundamentarea teoretică a concepției suportului metodologic complex al adaptării psihosociale a persoanelor cu necesități speciale în sistemul de practicare a artelor marțiale și a modelului structural-funcțional de implementare a acesteia.

5. Elaborarea și implementarea suportului metodic diferențiat al ședințelor de judo adaptat, orientat spre dezvoltarea funcțiilor motrice și psihomotorii, a proceselor cognitive, a autoreglării emoționale, a abilităților de comunicare și a incluziunii sociale a persoanelor cu necesități speciale, ținând cont de natura particularităților lor funcționale.

6. Verificarea experimentală a eficienței suportului metodologic elaborat prin intermediul judo-ului adaptat la copiii cu TSA: evaluarea dinamicii indicatorilor motrici, psihomotori, psihofiziologici și cognitivi, a autonomiei, autoreglării și interacțiunii sociale, precum și studierea relațiilor dintre indicatorii funcționali investigați.

Ipoteza cercetării. Se presupune că sporirea eficienței adaptării psihosociale a persoanelor cu necesități speciale în sistemul de practicare a artelor marțiale este posibilă prin implementarea concepției suportului metodologic, care prevede organizarea acestui proces ca sistem pedagogic integral și multinivelar, ce integrează componentele psihomotorie, psihofiziologică, cognitivă, emoțional-volitivă, social-comunicativă și cultural-valorică.

Tezele abordărilor sistemică, activitală, centrată pe personalitate, biopsihosocială, incluzivă și axiologică determină alegerea conținutului ședințelor, a modalităților de instruire și a sprijinului pedagogic, ținând cont de posibilitățile și necesitățile individuale ale practicanților. Implementarea concepției prin intermediul judo-ului adaptat la copiii cu tulburări din spectrul autist va fi însoțită de o dinamică pozitivă a indicatorilor motrici și psihomotori, de creșterea autonomiei, de perfecționarea autoreglării și a interacțiunii sociale, de însușirea normelor și valorilor judo-ului, precum și de modificarea indicatorilor cognitivi și psihofiziologici.

Sinteza metodologiei cercetării și justificarea metodelor alese. Metodologia cercetării este determinată de caracterul complex și multinivelar al adaptării psihosociale a persoanelor cu necesități speciale și se bazează pe abordările sistemică, activitală, centrată pe personalitate,

biopsihosocială, incluzivă și socioculturală. Integrarea acestora este condiționată de înțelegerea adaptării psihosociale ca proces pedagogic integral, care unește componente interdependente – motrice, psihomotorii, cognitive, psihofiziologice, emoțional-volitive, social-comunicative și cultural-valorice.

A fost aplicat un ansamblu de metode complementare: teoretice (analiza, sinteza, comparația, generalizarea, clasificarea, sistematizarea); sociologice (ancheta și chestionarea părinților, pedagogilor, antrenorilor și specialiștilor); observația pedagogică; experimentul pedagogic longitudinal cu design cvasiexperimental (septembrie 2022 – mai 2025); testarea pedagogică, psihomotorie, psihologică și psihofiziologică (teste motrice, complexul computerizat „Multipsihometru-05", testul culorilor Lüscher, reflexometria la aparatul „AVR-BOȘ-1", variabilitatea ritmului cardiac la cardiograful „Fazagraf"); metode matematico-statistice (statistica descriptivă, testul U Mann–Whitney, testul Wilcoxon, testul exact al semnelor cu corecția Holm, metoda componentelor principale cu rotație varimax). Alegerea testelor neparametrice a fost determinată de volumul redus al eșantioanelor și de caracterul ordinal al unei părți a datelor.

Cercetarea s-a desfășurat în perioada 2011–2025 în baza Institutului de Educație Fizică și Sport al Universității de Stat din Moldova (IEFS USM), în colaborare cu clubul sportiv „ANGELUS" și Școala Sportivă Specializată de Judo „Oleg Crețul". La cercetare au participat 383 de persoane: 326 de respondenți ai celor patru studii sociologice și 57 de participanți la partea pedagogică (40 de copii cu necesități speciale și 17 tineri judoka neurotipici). Grupul analitic de bază l-au constituit 10 copii cu TSA în vârstă de 7–16 ani din cei 40 de copii cu necesități speciale. Protocolul de cercetare a fost aprobat de Comitetul de Etică Biomedicală al Universității Naționale de Educație Fizică și Sport a Ucrainei (proces-verbal nr. 3, 2022); a fost obținut consimțământul informat al reprezentanților legali ai tuturor participanților.

Aprobarea ideilor și rezultatelor principale ale cercetării. Cercetarea și aprobarea practică a suportului metodologic elaborat s-au desfășurat în baza Institutului de Educație Fizică și Sport al Universității de Stat din Moldova (IEFS USM), a Universității de Stat din Comrat și a clubului sportiv „ANGELUS", în colaborare cu Federația Română de Judo, cluburile „Asociația Clubul Sportiv Judo Master Satu Mare", „Asociația Clubul Sportiv SHINZO RAN SUCEAVA" și „Asociația Clubul Sportiv JUDOSPORT București" (România), organizația obștească „Clubul Sportiv JUDO-KYOTO" (Ucraina), Centrul de

recuperare și reabilitare pentru copii „NEIROIMPULS” și Școala Sportivă Specializată „Oleg Crețul” (Republica Moldova).

Implementarea rezultatelor cercetării. Programul experimental, recomandările metodice, curriculumul „Educația fizică și Judo” pentru elevii claselor I–IV și ghidul interactiv „Agenda judoka” au fost implementate în activitatea Federației de Judo a Republicii Moldova, iar recomandările metodice și ghidul „Agenda judoka” – în activitatea Asociației Clubul Sportiv JUDOSPORT București (act nr. 41 din 13.12.2023). Curriculumul se aplică în instituțiile de învățământ general din Republica Moldova. Elaborările sunt utilizate pentru individualizarea sarcinilor motrice, sprijinul pedagogic și organizarea interacțiunii dintre copil, antrenor și familie. Curriculumul și suportul de curs „Didactica dezvoltării și pregătirii fizice a copiilor cu autism prin activități motrice cu caracter sportiv-aplicativ” au fost implementate în procesul de formare profesională continuă a profesorilor de educație fizică și a antrenorilor în cadrul Centrului de resurse pentru formare continuă al IEFS USM, fapt confirmat prin actele de implementare corespunzătoare.

Tezele și rezultatele principale ale cercetărilor autoarei au fost prezentate în comunicări și publicații în materialele unor manifestări științifice internaționale și naționale: „Актуальные проблемы теории и методики физической культуры, спорта и туризма” (Minsk, 2011, 2014); „Университетский спорт в современном образовательном социуме” (Minsk, 2015); „Trends and Perspectives in Physical Culture and Sports” (Suceava, 2016); „Personalitate și sport: teorie, metodică, practică” (Chișinău, 2017, 2019); „Applicable Research in Judo” (Poreč, 2019, 2024); „Formarea continuă a specialistului de cultură fizică în conceptul acmeologic modern” (Chișinău, 2021); Simpozionul-satelit III al Comisiei Științifice UWW „Challenge and Perspectives in Wrestling” (Cerkasî, 2021); Conferința Internațională II „AUTJUDO” în cadrul proiectului Erasmus+ (Verona, 2022); conferința dedicată campionului paralimpic la judo Oleg Crețul (Chișinău, 2022); Congresul Științific Internațional „Sports, Olympism, Health” (SOH 2023) – raport în plen (Chișinău, 2023); „Probleme actuale ale teoriei și practicii culturii fizice” și „Economic Security in the Context of Systemic Transformations” (Chișinău, 2023); „Youth in the Perspective of the Olympic Movement” (Brașov, 2024); „Competitivitatea și inovarea în economia cunoașterii” (Chișinău, 2024); „Научно-образовательное пространство: реалии и перспективы повышения качества образования” (Comrat, 2024); „Роль образования в подготовке конкурентоспособных специалистов. Студенческие исследования” (Comrat, 2024–2026);

„Știință. Educație. Cultură” (Comrat, 2025, 2026); „Підвищення фізичної працездатності різних груп населення в процесі занять фізичною культурою і спортом” (Irpin, 2024 – raport în plen, 2025, 2026). Soluțiile metodice ale programului au fost discutate și în cadrul seminarului internațional Special Olympics Europe/Eurasia „Judo – Unified Kata” (Uster, Elveția, 2022), în urma căruia autoarea a obținut certificatul de antrenor Unified Kata.

Baza empirică a cercetării au constituit-o materialele observațiilor pedagogice, ale anchetării, ale evaluărilor experților, ale testării pedagogice, psihomotorii, psihologice și psihofiziologice, precum și rezultatele experimentelor pedagogice în etapele de constatare, formativă și de control. Eșantioanele experimentale și comparative au inclus persoane cu necesități speciale (copii cu tulburări din spectrul autist) și participanți cu dezvoltare neurotipică; grupurile au fost formate în conformitate cu obiectivele fiecărei etape, ceea ce a permis compararea stării inițiale și a dinamicii adaptării psihosociale în condițiile activității motrice și sportive sistematice.

Datele colectate au cuprins indicatori ai dezvoltării fizice și psihomotorii, ai reacțiilor senzoriomotorii, ai proceselor cognitive, ai stării psihoemoționale, ai caracteristicilor social-comunicative, precum și ai stării funcționale a sistemului nervos autonom (inclusiv variabilitatea ritmului cardiac). Aceasta a permis examinarea adaptării psihosociale la mai multe niveluri – motric, psihomotor, cognitiv, psihofiziologic, emoțional-volitiv și social.

Noutatea științifică a cercetării este reprezentată de următoarele teze:

– a fost elaborată și fundamentată teoretic concepția suportului metodologic al procesului de adaptare psihosocială a persoanelor cu necesități speciale în sistemul de practicare a artelor marțiale. Concepția relevă acest proces ca fenomen pedagogic integral și multinivelar și se bazează pe integrarea abordărilor sistemică, activitală, centrată pe personalitate, biopsihosocială, incluzivă, socioculturală și axiologică;

– a fost elaborat modelul structural-funcțional de implementare a concepției suportului metodologic al adaptării psihosociale, care stabilește interconexiunea componentelor de scop, teoretico-metodologică, de conținut și procesuală, criterial-diagnostică și de rezultat, precum și a principiilor, nivelurilor de realizare, mecanismelor și condițiilor organizatorico-pedagogice ale procesului studiat;

– a fost fundamentată teoretic teza privind funcția de adaptare psihosocială a sistemului de practicare a artelor marțiale, determinată de

influența interdependentă asupra sferelor motrică, psihomotorie, psihofiziologică, cognitivă, emoțional-reglatorie, social-comunicativă și valoric-normativă ale personalității;

– au fost identificate și sistematizate mecanismele pedagogice, psihomotorii, psihofiziologice, cognitiv-reglatorii, social-comunicative și socioculturale ale adaptării psihosociale, realizate prin structurarea activității motrice, integrarea senzoriomotorie, autoreglarea funcțională și emoțională, feedbackul pedagogic, interacțiunea în perechi și în grup, precum și prin însușirea fundamentelor valoric-normative ale artelor marțiale;

– au fost determinate și fundamentate științific principiile și condițiile organizatorico-pedagogice de implementare a suportului metodologic, care prevăd individualizarea și diferențierea procesului de antrenament, adaptarea conținutului, mijloacelor, metodelor, volumului și intensității efortului, ținând cont de structura și gradul de exprimare a necesităților speciale, de posibilitățile funcționale și de dinamica individuală a practicanților;

– a fost elaborat sistemul criterial-diagnostic de evaluare a componentelor și dinamicii adaptării psihosociale, care reunește criterii, indicatori și metode de diagnostic motrice, psihomotorii, cognitive, psihofiziologice, emoțional-reglatorii și social-comunicative; în sistemul de control pedagogic a fost integrată evaluarea stării funcționale a sistemului nervos central și autonom (vegetativ) după indicatorii reacțiilor senzoriomotorii și ai variabilității ritmului cardiac;

– au fost stabilite particularitățile structurii, dinamicii și relațiilor dintre indicatorii motrici, psihomotori, cognitivi, psihofiziologici, emoțional-reglatori și social-comunicativi ai adaptării psihosociale a participanților din grupurile investigate, inclusiv a copiilor cu tulburări din spectrul autist, în condițiile practicării sistematice a judo-ului adaptat;

– au fost fundamentate științific modalitățile diferențiate de implementare a concepției elaborate pe materialul judo-ului adaptat, care prevăd adaptarea structurii ședințelor, a sarcinilor motrice, a modalităților de interacțiune pedagogică și de control, ținând cont de posibilitățile funcționale și de natura necesităților speciale ale practicanților;

– au fost elaborate, implementate și fundamentate experimental programe și metodici diferențiate de antrenament pe exemplul judo-ului adaptat, orientate spre dezvoltarea funcțiilor motrice și psihomotorii, a activității cognitive, a autoreglării emoționale, a abilităților de comunicare și a incluziunii sociale a persoanelor cu necesități speciale;

– a fost elaborat și fundamentat experimental suportul metodic al ședințelor de judo, care include programul și ghidul didactic interactiv de autor „Agenda judoka”, destinat tuturor practicanților, inclusiv copiilor cu necesități speciale; ghidul asigură individualizarea instruirii, structurarea vizuală a activității, planificarea și înregistrarea dinamicii individuale, feedbackul pedagogic, dezvoltarea autoaprecierii și interacțiunea dintre copil, antrenor și familie.

Ansamblul rezultatelor teoretice și experimentale obținute constituie o nouă direcție științifică în pedagogia sportivă și educația fizică adaptată – suportul metodologic al adaptării psihosociale a persoanelor cu necesități speciale prin intermediul artelor marțiale, bazat pe integrarea mecanismelor motrice, psihomotorii, psihofiziologice, cognitive, emoțional-volitive, social-comunicative și cultural-valorice ale influenței pedagogice.

Semnificația teoretică: a fost fundamentată înțelegerea adaptării psihosociale a persoanelor cu necesități speciale ca proces susținut pedagogic de dezvoltare a autonomiei, autoreglării și participării la activități comune; organizarea psihomotorie a activității motrice a fost relevată prin componentele senzoriomotorie, cognitiv-reglatorie și social-comunicativă; a fost propus profilul individual adaptativ-reglator, care corelează caracteristicile copilului cu alegerea sarcinilor și a condițiilor de realizare a acestora.

Valoarea aplicativă: au fost elaborate suportul metodic diferențiat al judo-ului adaptat, programul experimental, curriculumul „Educație fizică și judo” și ghidul interactiv al autorului „Agenda judoka”; în baza analizei factoriale a fost propusă scala diferențială a pregătirii funcționale a tinerilor judoka.

Structura și volumul tezei. Teza include introducere, șase capitole, concluzii generale și recomandări, bibliografie și șase anexe. Textul de bază al lucrării ocupă 244 de pagini. Materialul tezei conține 22 de figuri și 18 tabele în textul de bază și 8 tabele de calcul în anexe. Lista bibliografică cuprinde 357 de surse. În anexe sunt prezentate materiale suplimentare care confirmă și completează rezultatele cercetării.

Publicații. Rezultatele cercetării au fost publicate în 35 de articole științifice.

Sumarul capitolelor tezei.

Primul capitol, „Analiza teoretico-metodologică a problemei asigurării procesului de adaptare psihosocială a persoanelor cu necesități speciale în sistemul de dezvoltare a activității motrice”, este consacrat studierii fundamentale a aspectelor teoretice și aplicative ale problemei

examinate. În capitol sunt sistematizate principalele abordări științifice ale înțelegerii adaptării psihosociale în contextul modelului biopsihosocial și este relevat conținutul noțiunii „persoane cu necesități speciale”. Este examinată geneza și dezvoltarea ideilor despre adaptare în lucrările lui L. S. Vîgotski, N. A. Bernstein, J. Piaget, R. Lazarus și ale altor cercetători. Este argumentată importanța activității motrice ca factor sistemogen al proceselor de adaptare. Artele marțiale sunt examinate ca sistem cultural-pedagogic integral, care integrează instruirea motrică, autoreglarea și educația social-morală. Analiza contextului normativ-juridic și social al Republicii Moldova a relevat deficitul de metodici sistemice, fundamentate științific, de adaptare prin mijloacele culturii fizice, ceea ce confirmă actualitatea problemei abordate.

În capitolul al doilea, „Clasificarea și particularitățile psihofizice ale persoanelor cu necesități speciale ca bază a suportului metodologic al adaptării psihosociale în sistemul artelor marțiale”, sunt examinate principalele grupuri de tulburări și stări, precum și influența acestora asupra suportului metodologic al adaptării psihosociale în sistemul artelor marțiale. Atenția principală este acordată particularităților motrice, psihomotorii, senzoriale, cognitive și emoțional-volitive, a căror luare în considerare este necesară pentru diferențierea și individualizarea activității fizico-sportive.

În capitolul al treilea, „Metodologia cercetării procesului de adaptare psihosocială a persoanelor cu necesități speciale în sistemul artelor marțiale pe exemplul judo-ului”, sunt relevate metodologia și organizarea lucrării: sunt caracterizate etapele, baza și componența grupurilor investigate. Este prezentat complexul de diagnostic, care include metode pedagogice, psihomotorii, psihologice, psihofiziologice și matematico-statistice.

Capitolul al patrulea, „Influența activității motrice asupra procesului de adaptare psihosocială a persoanelor cu necesități speciale”, investighează activitatea motrică ca factor al proceselor de adaptare. În baza analizei mecanismelor psihofiziologice ale adaptării, a rezultatelor monitorizării multianuale și a evaluării comparative a diferitelor arte marțiale este argumentată alegerea judo-ului adaptat ca direcție prioritară de lucru.

Capitolul al cincilea, „Bazele teoretico-metodologice ale organizării procesului de antrenament al persoanelor cu necesități speciale în sistemul artelor marțiale, orientat spre adaptarea lor psihosocială”, relevă potențialul pedagogic și adaptativ al artelor marțiale. În acesta sunt determinate particularitățile organizării procesului de antrenament și

algoritmii individualizării lui și sunt sistematizate mijloacele metodice de formare a componentelor psihomotorii, cognitive, emoțional-volitive și social-comunicative ale adaptării.

În capitolul al șaselea, „Concepția suportului metodologic al procesului de adaptare psihosocială a persoanelor cu necesități speciale în sistemul artelor marțiale pe exemplul judo-ului", sunt expuse concepția autoarei și modelul structural-funcțional al suportului metodologic al adaptării psihosociale a persoanelor cu necesități speciale. Este descris sistemul de interconexiuni dintre abordările metodologice, condițiile organizatorico-pedagogice și criteriile de evaluare a eficienței modelului pe exemplul judo-ului adaptat.

Cuvinte-cheie: adaptare psihosocială, necesități speciale, suport metodologic, arte marțiale, judo adaptat, tulburări din spectrul autist, activitate motrică, monitorizare pedagogică.

CONȚINUTUL TEZEI

În introducere sunt argumentate actualitatea temei și problema științifică, sunt formulate scopul, obiectivele și ipoteza, sunt relevate metodologia, noutatea științifică, semnificația teoretică și valoarea aplicativă a lucrării, sunt prezentate date privind implementarea și aprobarea rezultatelor.

1. ANALIZA TEORETICO-METODOLOGICĂ A PROBLEMEI ASIGURĂRII PROCESULUI DE ADAPTARE PSIHOSOCIALĂ A PERSOANELOR CU NECESITĂȚI SPECIALE ÎN SISTEMUL DE DEZVOLTARE A ACTIVITĂȚII MOTRICE

Primul capitol realizează primul obiectiv al cercetării și pune bazele teoretice pentru realizarea celui de-al doilea: în el sunt analizate abordările științifice ale adaptării psihosociale, este precizat aparatul conceptual și sunt determinate posibilitățile activității motrice, ale sportului și artelor marțiale în asigurarea acestui proces.

Au fost delimitate noțiunile „persoane cu dizabilități", „persoane cu posibilități limitate de sănătate", „persoane cu cerințe educaționale speciale" și „persoane cu necesități speciale". În raport cu activitatea motrică și sportivă a fost argumentată utilizarea categoriei generalizatoare „persoane cu necesități speciale", care cuprinde persoanele cu particularități fizice, senzoriale, intelectuale, psihice, de neurodezvoltare și combinate, care au nevoie de condiții adaptate de dezvoltare motrică și participare socială. Noțiunea este utilizată ca generalizare interdisciplinară de lucru, și nu ca clasificare diagnostică.

Adaptarea psihosocială este examinată ca interacțiune dinamică dintre personalitate și mediu, în procesul căreia se formează autonomia, autoreglarea, relațiile sociale și disponibilitatea de a participa la viața socială. Geneza ideilor despre adaptare a fost analizată în lucrările lui L. S. Vîgotski, N. A. Bernstein, J. Piaget, R. Lazarus și ale altor cercetători. Au fost evidențiate componentele cognitivă, emoțională, motivațională și socială ale adaptării psihosociale, a căror interconexiune este prezentată în figura 1.1.

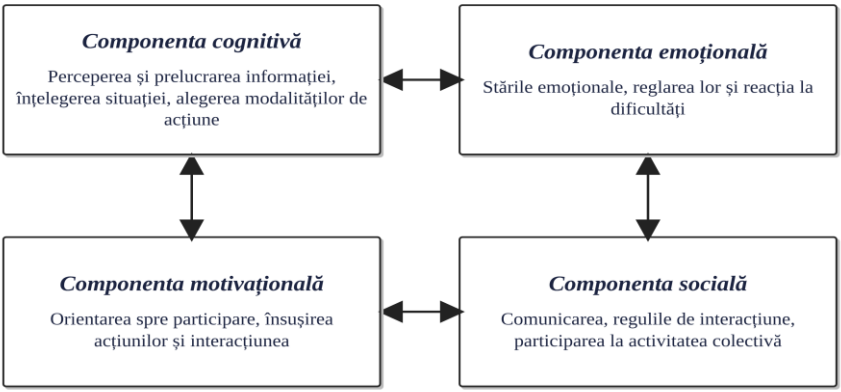

Fig. 1.1. Componentele adaptării psihosociale

Latura cognitivă a adaptării este legată de înțelegerea situației, menținerea instrucțiunii și alegerea acțiunii; cea emoțională – de trăirea accesibilității sarcinii, reacția la dificultate și posibilitatea de a continua activitatea; cea motivațională – de acceptarea sarcinii și disponibilitatea de a se implica în ea; cea socială – de coordonarea acțiunilor, respectarea regulilor comune și participarea în grup.

A fost argumentată delimitarea noțiunilor: *suportul metodologic* determină fundamentele conceptuale ale proiectării procesului de adaptare (abordări teoretice, principii și tehnologii pedagogice, metode de evaluare și modalități de adaptare a ședințelor), în timp ce *însoțirea științifico-metodică* este legată de elaborarea, aplicarea, monitorizarea și corectarea mijloacelor pedagogice concrete. Baza suportului metodologic o constituie integrarea abordărilor biopsihosocială, sistemică, activitală, centrată pe personalitate și axiologică cu prevederile designului universal al învățării.

Sportul este examinat ca mediu social-pedagogic în care activitatea motrică este legată de însușirea regulilor și rolurilor sociale, de interacțiunea cu partenerul, de responsabilitate și de participarea în colectiv. Potențialul său adaptativ se relevă prin individualizarea efortului, asigurarea accesibilității și siguranței ședințelor, adaptarea inventarului și însoțirea interdisciplinară a participanților. Dintre artele marțiale a fost evidențiat judo-ul: contactul nemijlocit cu partenerul, interacțiunea reglementată, însușirea autoasigurării, respectarea ritualurilor și a normelor etice creează premise pentru dezvoltarea deprinderilor motrice, a încrederii, autocontrolului, comunicării și incluziunii sociale.

Au fost sistematizați **factorii și mecanismele** adaptării psihosociale (fig. 1.2). Factorii biologici caracterizează premisele neurofiziologice și senzoriomotorii ale adaptării; cei psihologici sunt legați de motivație, evaluarea cognitivă, strategiile de coping și autoreglare; cei sociali cuprind sprijinul familiei, interacțiunea pedagogică, normele grupului, accesibilitatea infrastructurii și atitudinea societății. Influența lor se realizează prin mecanisme neurofiziologice, cognitiv-reglatorii și socioculturale, iar activitatea motrică este examinată ca verigă de legătură între aceste niveluri.

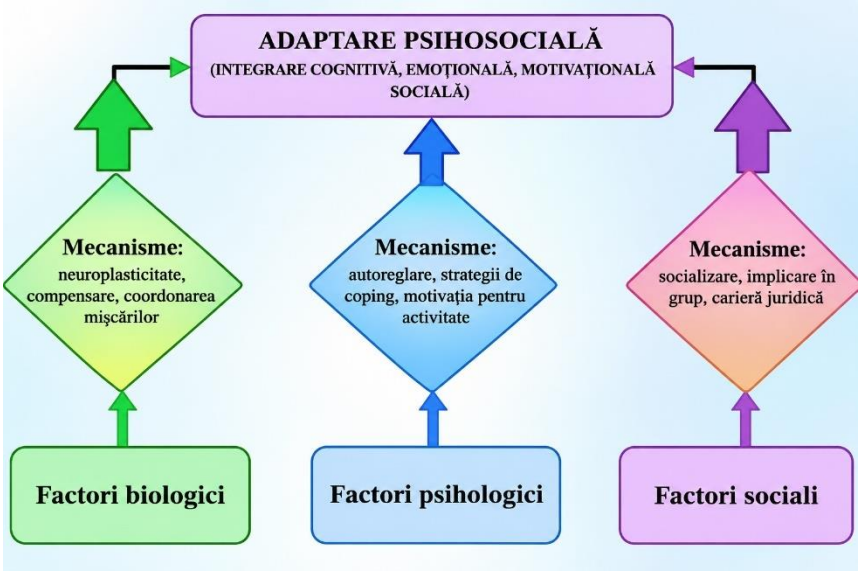

Fig. 1.2. Interconexiunea sistemică a factorilor și mecanismelor adaptării psihosociale a persoanelor cu necesități speciale

Au fost determinate **principiile** organizării adaptării psihosociale în sistemul activității motrice: sistematicitatea și succesiunea; individualizarea și diferențierea; accesibilitatea și incluziunea mediului; sprijinul motivațional; fundamentarea științifică a mijloacelor utilizate; integrarea sarcinilor motrice, cognitive, emoțional-volitive și comunicative; interacțiunea dintre antrenor, specialiști și familie. **Condițiile pedagogice** ale realizării lor sunt îmbinarea formelor individuale și de grup de lucru, complicarea treptată a sarcinilor, adaptarea instrucțiunilor și a modalităților de demonstrare, monitorizarea regulată a dinamicii, corectarea conținutului ședințelor, asigurarea siguranței fizice și psihologice a participanților.

Analiza a arătat că în literatura de specialitate mecanismele pedagogice și criteriile de evaluare a adaptării psihosociale sunt insuficient sistematizate în raport cu practicarea artelor marțiale de către persoanele cu necesități speciale. Diversitatea abordărilor existente argumentează oportunitatea integrării lor într-o concepție a suportului metodologic, care să coreleze scopurile, principiile, mecanismele, condițiile pedagogice, conținutul și criteriile de evaluare separată a rezultatelor motrice și psihosociale.

2. CLASIFICAREA ȘI PARTICULARITĂȚILE PSIHOFIZICE ALE PERSOANELOR CU NECESITĂȚI SPECIALE CA BAZĂ A SUPORTULUI METODOLOGIC AL ADAPTĂRII PSIHOSOCIALE ÎN SISTEMUL ARTELOR MARȚIALE

Capitolul al doilea este orientat spre realizarea celui de-al treilea obiectiv al cercetării în partea ce ține de identificarea particularităților categoriilor de persoane cu necesități speciale investigate și precizează condițiile sociale și organizatorice ale includerii lor în activitatea fizico-sportivă.

Compararea abordărilor de clasificare a argumentat necesitatea integrării criteriilor medicale, psihopedagogice și sociale la determinarea condițiilor adaptării psihosociale. Datele clinico-diagnostice permit luarea în considerare a cerințelor de siguranță, evaluarea funcțională – identificarea posibilităților de învățare și interacțiune, analiza mediului – determinarea resurselor și limitărilor participării. Categoria generalizatoare „persoane cu necesități speciale”, statutul de elev cu cerințe educaționale speciale și diagnosticul clinic nu sunt noțiuni interșanjabile.

Sindromul Down, ADHD și TSA se deosebesc după origine și structura manifestărilor, însă pot fi însoțite de necesități funcționale parțial similare în sferele motrică, cognitivă și comunicativă. Compararea lor după criterii funcțional-pedagogice este prezentată în tabelul 2.2.

Tabelul 2.2. Caracteristica comparativă a sindromului Down, ADHD și TSA în contextul organizării activității motrice și al adaptării psihosociale

Parametrul	Sindromul Down	ADHD	TSA	Importanța pentru activitatea motrică
Sfera motrică	Sunt posibile hipotonie musculară, laxitate ligamentară, dificultăți ale controlului postural, echilibrului și coordonării	Activitate motrică sporită, dificultăți de reglare a tempoului și de inhibare a reacțiilor motrice	Sunt posibile particularități ale planificării motrice, coordonării, controlului postural și integrării senzoriomotorii	Selectarea individuală a efortului, complicarea treptată a exercițiilor, dezvoltarea controlului motric
Atenția și funcțiile executive	Sunt posibile dificultăți ale memoriei de lucru, atenției și organizării secvențiale a acțiunilor	Dificultăți ale atenției susținute, controlului inhibitor, memoriei de lucru și autoreglării	Sunt posibile dificultăți ale flexibilității cognitive, planificării și reglării executive	Instrucțiuni scurte, repetare, sarcini la semnal, succesiune fixă
Comunicarea	Este posibilă întârzierea dezvoltării vorbirii, cu o înțelegere a vorbirii relativ mai păstrată	Dificultățile sunt legate de impulsivitate, neatenție și nerespectarea rândului	Particularitățile persistente ale comunicării sociale țin de manifestările principale	Demonstrare, repere vizuale, instrucțiuni simple, exerciții în perechi
Interacțiunea socială	Orientarea socială poate constitui un punct relativ forte	Sunt posibile dificultăți în respectarea regulilor, a rândului și a controlului comportamentului	Dificultăți ale reciprocității sociale și ale adaptării comportamentului la context	Lucrul în perechi și în grup pentru dezvoltarea cooperării și respectarea regulilor
Autoreglarea comportamentului	Depinde de profilul cognitiv și adaptativ individual	Tulburările autoreglării și ale controlului impulsurilor sunt deosebit de semnificative	Dificultăți ale modificării flexibile a comportamentului și ale adaptării la o situație nouă	Structurare, ritualuri, repetabilitate și predictibilitate a ședinței
Importanța artelor marțiale	Dezvoltarea echilibrului, coordonării, deprinderilor motrice și a participării sociale	Dezvoltarea atenției, controlului inhibitor, memoriei de lucru și autoreglării	Dezvoltarea deprinderilor motrice, funcțiilor executive și interacțiunii sociale	Îmbinarea solicitării motrice, cognitive și sociale într-un sistem structurat de reguli

În sindromul Down hipotonia musculară, dificultățile controlului postural și însușirea lentă a acțiunilor motrice impun instruirea etapizată și dozarea individuală a efortului; ședințele adaptate de arte marțiale permit îmbinarea dezvoltării controlului motric cu formarea deprinderilor de cooperare. Evoluția concepțiilor despre ADHD subliniază importanța reglării executive: exercițiile reglementate ale artelor marțiale permit includerea în însușirea deprinderilor motrice a sarcinilor de control al reacțiilor, al tempoului și al succesiunii acțiunilor. Eterogenitatea manifestărilor TSA impune necesitatea corelării sarcinilor motrice cu posibilitățile comunicative, reactivitatea senzorială și particularitățile reglării comportamentului: structura previzibilă a ședinței facilitează includerea în activitate, iar modificarea treptată a sarcinilor și a condițiilor de interacțiune creează premise pentru dezvoltarea flexibilității comportamentale.

Analiza socio-demografică a arătat că reducerea populației de copii a Republicii Moldova este însoțită de creșterea numărului înregistrat de copii cu TSA și de sporirea necesității de însoțire specializată. Dinamica înregistrării depinde de accesibilitatea diagnosticului și de organizarea evidenței, însă indică actualitatea dezvoltării unor programe motrice accesibile pentru copiii cu TSA și a asigurării continuității sprijinului medical, pedagogic și social.

Chestionarea părinților (n = 36) și a antrenorilor (n = 26) a relevat participarea limitată a copiilor cu necesități speciale la activități sportive: 56% dintre părinți au indicat că anterior copilul nu a practicat sport. Drept cauze au fost menționate lipsa specialiștilor calificați și a condițiilor (45%), limitările de timp și financiare (42%), contraindicațiile medicale (13%). Experiență de lucru cu persoane cu necesități speciale aveau 76,9% dintre antrenori, însă doar 34,6% au lucrat cu acestea mai mult de un an; cele mai frecvente dificultăți au fost tulburările de coordonare (55,6%), contraindicațiile medicale (40%) și stabilitatea redusă a atenției și interesului (37%). Părinții au considerat prioritară dezvoltarea echilibrului (77,8%) și a orientării în spațiu (75%), antrenorii – a capacităților coordinative (80,8%) și psihomotorii (57,7%), ceea ce argumentează includerea sarcinilor coordinativ-psihomotorii în conținutul ședințelor adaptate.

Chestionarea a 27 de pedagogi a relevat diferențe în experiența practică (circa 40% nu aveau experiență de lucru cu copii cu cerințe educaționale speciale; circa 25% și-au apreciat cunoștințele ca fiind înalte, circa 50% – medii, circa 25% – scăzute), precum și dificultăți legate de sprijinul metodic și de interacțiunea cu familiile. S-a

concluzionat necesitatea corelării pregătirii profesionale a specialiștilor și a dezvoltării competenței parentale în baza determinării comune a sarcinilor, a schimbului de observații și a evaluării dinamicii individuale a copilului.

3. METODOLOGIA CERCETĂRII PROCESULUI DE ADAPTARE PSIHOSOCIALĂ A PERSOANELOR CU NECESITĂȚI SPECIALE ÎN SISTEMUL ARTELOR MARȚIALE PE EXEMPLUL JUDO-ULUI

În capitolul al treilea se realizează cel de-al treilea obiectiv al cercetării în partea ce ține de determinarea criteriilor, indicatorilor și instrumentelor de diagnostic pentru evaluarea adaptării psihosociale și sunt prezentate organizarea cercetării și suportul metodic al experimentului formativ (al cincilea obiectiv).

Cercetarea a cuprins trei etape. **Etapa teoretico-analitică** (2011–2022) a inclus studierea participării populației Republicii Moldova la practicarea artelor marțiale, a concepțiilor științifice despre adaptarea psihosocială și formarea tezelor inițiale ale concepției. **Etapa experimental-practică** (septembrie 2022 – mai 2025) a inclus experimentul pedagogic longitudinal cu trei subetape: de adaptare și pregătire (septembrie–noiembrie 2022), formativă de bază (decembrie 2022 – februarie 2025; ședințe de trei ori pe săptămână a câte 60 de minute) și finală intensivă și de control (martie–mai 2025; de trei ori pe săptămână a câte 90 de minute). Studiile sociologice din 2022–2024 au conectat părțile teoretico-analitică și experimentală ale lucrării. **Etapa analitică** (2025) a fost consacrată finalizării procedurilor de diagnostic, sistematizării și generalizării rezultatelor. Componența participanților este prezentată în tabelul 3.1.

Tabelul 3.1. Componența participanților la cercetare

Direcția cercetării	Categoria participanților	Numărul, pers.
Partea sociologică	Participanții la cele patru studii sociologice	326
Partea pedagogică	Copii cu necesități speciale	40
	Tineri judoka neurotipici – grup comparativ	17
Total în partea pedagogică		57
Numărul total al participanților la cercetare		383

Notă. Grupul analitic de bază a inclus 10 copii din cei 40 de copii cu necesități speciale; acești participanți nu sunt luați în calcul repetat.

Partea sociologică a inclus patru studii independente: 62 de respondenți (36 de părinți ai copiilor cu necesități speciale și 26 de antrenori și specialiști din Republica Moldova, România și Irlanda); 93 de respondenți (66 de părinți ai copiilor de vârstă preșcolară și 27 de pedagogi); 58 de respondenți (39 de părinți și 19 cadre didactice); 113 reprezentanți ai domeniului educației fizice, pregătirii sportive și însoțirii copiilor cu necesități speciale. Diferențele de scopuri, componența participanților și conținutul chestionarelor au determinat analiza separată a rezultatelor fiecărui studiu.

Partea pedagogică a cuprins 40 de copii cu necesități speciale (sindrom Down, ADHD, TSA și alte dificultăți persistente de dezvoltare). Pentru analiza aprofundată au fost formate **grupul de bază** – 10 copii cu TSA (8 băieți și 2 fete în vârstă de 7–16 ani) – și **grupul comparativ** – 17 tineri judoka neurotipici de vârstă comparabilă. Criteriile de includere în grupul de bază au fost diagnosticul de TSA confirmat documentar și/sau concluzia specialistului de profil privind dificultățile persistente de dezvoltare; dificultăți pronunțate în interacțiunea socială, comunicare, activitatea motrică sau autoreglare; lipsa contraindicațiilor medicale; consimțământul informat scris al părinților. Pentru copiii cu limitări somatice, comportament agresiv pronunțat sau dificultăți de motivație a fost prevăzut un format individual sau în subgrup de însoțire: reducerea volumului și intensității efortului, prelungirea perioadei de adaptare, implicarea unui specialist și includerea treptată în formele de lucru în perechi și în grup. Grupul neurotipic a fost utilizat ca grup comparativ, și nu de control, de aceea diferențele dintre grupuri au fost interpretate ținând cont de neechivalența grupurilor și au fost completate cu analiza dinamicii individuale.

Complexul de diagnostic a reunit următoarele direcții de evaluare:

– motrică – alergarea de suveică 3×10 m, săritura în lungime de pe loc, tapping-testul, dinamometria mâinii;

– psihomotorie și cognitivă – complexul computerizat „Multipsihometru-05” (timpul de reacție, căutarea și compararea numerelor, percepția spațială, luarea deciziei: latența, eficiența, precizia, stabilitatea);

– psihoemoțională – testul culorilor Lüscher (capacitatea de lucru, oboseala, anxietatea, autonomia, coeficientul vegetativ etc.);

– starea funcțională a SNC – reflexometria reacției vizual-motorii simple și complexe la aparatul „AVR-BOȘ-1” în repaus și după proba Martinet–Kușelevski (20 de genuflexiuni în 30 s), cu calcularea nivelului

funcțional al sistemului (NFS), stabilității reacției (SR) și nivelului capacităților funcționale (NCF);

– reglarea vegetativă – variabilitatea ritmului cardiac la cardiograful computerizat „Fazagraf" (cardiointervale, LF, HF, LF/HF);

– pedagogică și social-comportamentală – observația în mediul natural de antrenament și chestionarul pentru părinți (nouă indicatori comportamentali, scală ordinală în cinci trepte).

Prelucrarea matematico-statistică a inclus statistica descriptivă (M, Me, SD, cuartile, eroarea standard), testul U Mann–Whitney pentru comparațiile intergrupale, testul Wilcoxon pentru dinamica intragrupală, testul exact al semnelor cu corecția Holm pentru evaluările ordinale ale părinților și metoda componentelor principale cu rotație varimax. Protocolul de cercetare a fost aprobat de Comitetul de Etică Biomedicală al Universității Naționale de Educație Fizică și Sport a Ucrainei (proces-verbal nr. 3, 2022).

Suportul metodic al experimentului formativ a inclus programul de autor și ghidul interactiv „Agenda judoka". A fost elaborat **algoritmul de instruire în cinci etape** cu utilizarea ghidului (tab. 3.2), care corelează componentele diagnostică, corecțională și educativă ale procesului pedagogic.

Tabelul 3.2. Algoritmul de instruire cu utilizarea ghidului interactiv „Agenda judoka" pentru copiii cu cerințe educaționale speciale

Etapa algoritmului	Scopul și orientarea pedagogică	Sarcinile etapei:	Forme și metode de lucru:	Rezultate așteptate:
1. De adaptare și motivare	Asigurarea securității emoționale, formarea motivației inițiale și acceptarea structurii ședințelor.	- reducerea anxietății; - dezvoltarea încrederii în antrenor; - formarea atitudinii pozitive față de ședințe.	- structura vizuală a ședinței; încălziri sub formă de joc; - familiarizarea cu regulile prin pictograme; - primele înscrieri în agendă.	- creșterea implicării; - reducerea reacțiilor dezadaptative; - disponibilitatea de a respecta regulile.
2. Etapa formării deprinderilor motrice și comportamentale de bază	Însușirea acțiunilor motrice fundamentale și a normelor de comportament pe tatami.	- dezvoltarea motricității grosiere și fine; - formarea coordonării de bază; - învățarea ritualurilor judo-ului (salutul, ordinea, distanța).	- exerciții senzoriomotorii; - sarcini de coordonare; - lucrul după schemele vizuale ale agendei.	- îmbunătățirea coordonării; - stabilitatea la comutarea atenției; - însușirea normelor de bază ale comportamentului.

3. Etapa dezvoltării autocontrolului și reflecției	Formarea autoreglării, a capacității de a controla comportamentul și de a evalua propriul progres.	- dezvoltarea caracterului voluntar al conduitei; - formarea deprinderilor de autoevaluare; - înregistrarea realizărilor în agendă.	- sarcini de autocontrol; - practici de respirație; - scale de autoevaluare; - înregistrarea „stelelor progresului”.	- reducerea impulsivității; - dezvoltarea responsabilității ; - stabilizarea comportamentului de învățare.
4. Etapa socializării și a interacțiunii în echipă	Dezvoltarea abilităților de comunicare, a deprinderilor de cooperare și a comportamentului social.	- îmbunătățirea deprinderilor de interacțiune în pereche și în grup; - formarea comportamentului tolerant; - învățarea comunicării constructive.	- exerciții în perechi; - jocuri de echipă; - completarea în comun a blocurilor agendei; - minicompetiții.	- creșterea nivelului de comunicare; - îmbunătățirea calității interacțiunii; - reducerea conflictualității.
5. Etapa de control-evaluare și consolidare	Evaluarea dinamicii dezvoltării, consolidarea realizărilor și actualizarea valorilor judo-ului.	- diagnosticul final; - analiza progresului după agendă; - consolidarea deprinderilor stabile.	- teste finale; - discuții individuale; - analiza agendei; evoluări demonstrative.	- confirmarea schimbărilor obținute; - creșterea autoaprecierii; - transferul deprinderilor sportive în comportamentul cotidian.

4. INFLUENȚA ACTIVITĂȚII MOTRICE ASUPRA PROCESULUI DE ADAPTARE PSIHOSOCIALĂ A PERSOANELOR CU NECESITĂȚI SPECIALE

Capitolul al patrulea argumentează alegerea judo-ului ca artă marțială prioritară (al doilea obiectiv), relevă organizarea psihomotorie a activității motrice ca bază a concepției (al patrulea obiectiv) și conține rezultatele evaluării stării funcționale a SNC la copiii cu TSA (al șaselea obiectiv).

Analiza teoretică a permis determinarea condițiilor principale de utilizare a activității motrice în procesul de adaptare psihosocială: corespunderea sarcinilor posibilităților funcționale ale practicanților, accesibilitatea instruirii și organizarea acțiunilor comune. Dezvoltarea motrică creează premise pentru extinderea participării copilului la activitatea comună, ceea ce se manifestă în autonomie, reglarea comportamentului și interacțiunea cu cei din jur.

Compararea artelor marțiale și a sistemelor motrice de întremare a arătat că mișcările controlate, exercițiile de respirație și concentrarea atenției sunt utilizate pentru dezvoltarea posibilităților funcționale și a autoreglării, iar exercițiile cu partener ale artelor marțiale – pentru formarea deprinderilor de coordonare a acțiunilor, de respectare a regulilor și de control al forței de acțiune. Analiza formelor organizatorice ale ședințelor a arătat că îmbinarea lucrului individual cu sarcinile de grup permite luarea în considerare a ritmului de însușire a mișcărilor și a disponibilității copilului pentru cooperare. Principalele limitări ale dezvoltării activității motrice adaptate în Republica Moldova sunt legate de pregătirea insuficientă a cadrelor, de suportul metodic și de accesibilitatea mediului sportiv.

A fost elaborat **modelul organizării psihomotorii a activității motrice** (fig. 4.1). Prin organizare psihomotorie se înțelege funcționarea coordonată a proceselor de percepere a sarcinii, de prelucrare a informației senzoriale semnificative, de programare și executare a mișcării, de control al rezultatului și de corectare ulterioară. Componentele și manifestările ei în judo sunt prezentate în tabelul 4.1.

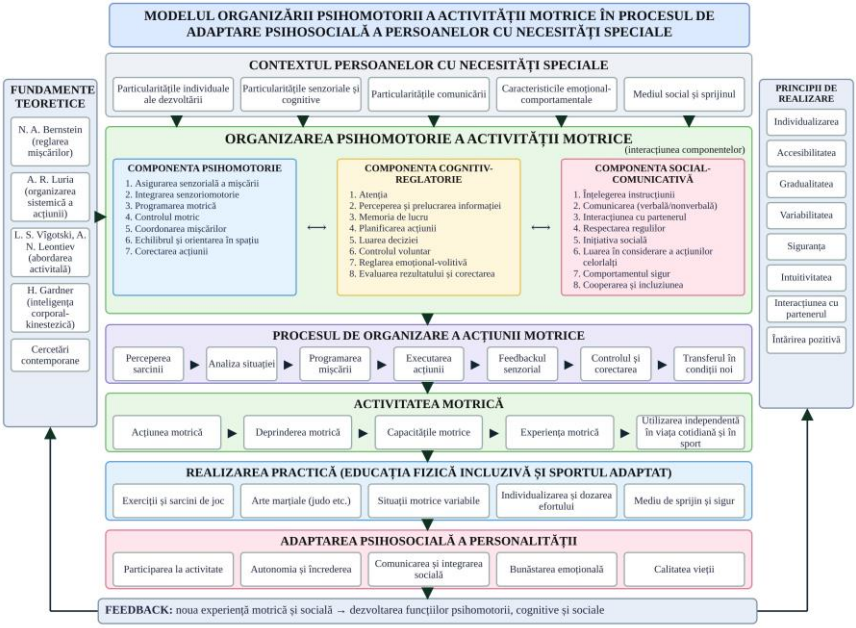

Fig. 4.1. Modelul organizării psihomotorii a activității motrice în procesul de adaptare psihosocială a persoanelor cu necesități speciale

Tabelul 4.1. Componentele psihomotorii, cognitiv-reglatorii și social-comunicative ale activității motrice și manifestările lor în practica judo-ului

Componenta	Conținutul	Manifestări în judo
Psihomotorie	Asigurarea senzorială, integrarea senzoriomotorie, programarea motrică, controlul motric, coordonarea și corectarea mișcării	Reacția motrică la schimbarea poziției partenerului; menținerea echilibrului; ukemi; deplasările; priza; coordonarea mișcărilor mâinilor, picioarelor și trunchiului; corectarea mișcării la schimbarea situației
Cognitiv-reglatorie	Atenția, memoria de lucru, înțelegerea instrucțiunii, planificarea, anticiparea, luarea deciziei, controlul voluntar și emoțional-volitiv	Memorarea succesiunii procedeului; alegerea acțiunii în conformitate cu sarcina; modificarea programului motric; controlul voluntar al forței de acțiune; continuarea executării după greșeală
Social-comunicativă	Înțelegerea regulilor comune, comunicarea, cooperarea, asumarea rolului, coordonarea acțiunilor cu partenerul, responsabilitatea pentru siguranța acestuia	Asumarea și schimbarea rolurilor tori și uke; respectarea regulilor de interacțiune sigură; așteptarea rândului; acordarea și acceptarea ajutorului; îndeplinirea sarcinii comune

Delimitarea componentelor permite a determina dacă dificultățile copilului sunt legate de perceperea sarcinii, de programarea și controlul mișcării sau de coordonarea acțiunilor cu partenerul. Aceasta servește drept bază pentru alegerea modalităților de instruire, a succesiunii sarcinilor și a volumului sprijinului pedagogic. Exercițiile în perechi ale judo-ului îmbină însușirea mișcărilor cu dezvoltarea cooperării, autoreglării și comunicării.

Dinamica stării funcționale a SNC a fost studiată în ciclul final de trei luni (martie–mai 2025) prin metoda reflexometriei după metodica lui T. D. Loskutova [35], în repaus și după efort dozat. Analiza a fost realizată din perspectiva teoriei sistemelor funcționale a lui P. K. Anohin [25]: reacția vizual-motorie simplă (RVMS) reflectă preponderent viteza răspunsului la semnal, cea complexă (RVMC) – particularitățile diferențierii semnalelor și echilibrul proceselor de excitație și inhibiție.

Tabelul 4.2. Dinamica indicatorilor stării funcționale generale a sistemului nervos central la copiii cu TSA la examinarea inițială și cea repetată, unități convenționale (M ± m)

Indicatorul	Martie, înainte de efort	Martie, după efort	Mai, înainte de efort	Mai, după efort
Stabilitatea reacției (SR), u. c.	1,15±0,20	0,81±0,38	0,77±0,24	0,97±0,31

Indicatorul	Martie, înainte de efort	Martie, după efort	Mai, înainte de efort	Mai, după efort
Nivelul funcțional al sistemului (NFS), u. c.	4,05±0,16	3,80±0,22	3,97±0,18	4,09±0,32
Nivelul capacităților funcționale (NCF), u. c.	2,26±0,20	1,95±0,37	2,02±0,29	2,16±0,36

La examinarea inițială în eșantion nu au fost depistați copii cu nivel înalt de activare a SNC; stabilitatea pronunțat redusă a reacției a fost observată la jumătate dintre cei examinați, iar modificările indicatorilor după proba Martinet–Kușelevski au depășit ±75%, ceea ce atesta o reacție atipică a SNC la efort. După valorile medii, la examinarea inițială după efort toți cei trei indicatori s-au redus, iar la cea repetată au crescut față de valorile de repaus (tab. 4.2). La examinarea repetată nivelurile înalt și mediu ale stării funcționale a SNC au fost înregistrate la 20% dintre copii. Datele reflexometriei sunt prezentate în tabelele 4.3 și 4.4.

Tabelul 4.3. Rezultatele studierii RVMS și RVMC în stare de repaus muscular și după efort fizic dozat la testarea inițială a ciclului final (martie 2025)

Indicatorii		R	M	σ	m	CV, %
IM RVMS, ms	RM	832,67	591,69	291,14	102,93	49,21
	EFD	755,40	677,30	264,13	93,38	39,00
AO IM RVMS, ms	RM	1034,00	526,00	361,54	127,82	68,73
	EFD	1158,00	597,63	404,90	143,15	67,75
VVS RVMS, ms	RM	506,36	217,34	177,05	62,60	81,46
	EFD	634,68	260,34	221,92	78,46	85,24
IM RVMC, ms	RM	531,80	590,65	185,94	65,74	31,48
	EFD	800,60	679,20	279,93	98,97	41,21
Erori, %	RM	50,00	25,00	17,48	6,18	69,93
	EFD	16,67	35,42	5,83	2,06	16,45
Postefect, ms	RM	622,00	645,54	217,48	76,89	33,69
	EFD	757,33	655,25	264,80	93,62	40,41

Notă. Diferențele „RM – EFD” nu sunt semnificative statistic.

Tabelul 4.4. Caracteristica posibilităților adaptative ale SNC ale copiilor cu necesități speciale la etapa finală a experimentului pedagogic (mai 2025)

Indicatorii		R	M	σ	m	CV, %
IM RVMS, ms	RM	908,83	473,79	278,78	80,48	58,84
	EFD	552,17	499,15	169,38	48,89	33,93
AO IM RVMS, ms	RM	951,00	471,50	291,72	84,21	61,87
	EFD	823,00	406,08	252,45	72,88	62,17
VVS RVMS, ms	RM	202,20	162,35	62,02	17,90	38,20
	EFD	416,40	202,82	127,73	36,87	62,98
	RM	425,00	523,80	130,37	37,63	24,89

IM RVMC, ms	EFD	514,20	584,48	157,73	45,53	26,99
Erori, %	RM	50,00	15,28	15,34	4,43	100,39
	EFD	33,33	11,11	10,22	2,95	92,02
Postefect, ms	RM	765,00	522,39	234,66	67,74	44,92
	EFD	540,33	439,86	165,75	47,85	37,68

În stare de repaus timpul reacției simple s-a redus cu 19,9% (de la 591,69 la 473,79 ms), al celei complexe – cu 11,3% (de la 590,65 la 523,80 ms), ponderea erorilor – cu 9,72 puncte procentuale. Dacă în martie efortul era însoțit de creșterea erorilor de la 25,00 la 35,42%, în mai ponderea lor după efort (11,11%) a fost mai mică decât în repaus (15,28%). Creșterea postefort a latenței reacției simple s-a micșorat cu 60,25 ms, a celei complexe – cu 27,87 ms, iar modificarea creșterii postefort a erorilor a constituit −14,59 puncte procentuale.

Din cauza variabilității înalte a indicatorilor și a numărului mic al grupului, semnificația statistică a modificărilor dintre etape după datele de grup nu a fost stabilită; reacțiile individuale s-au deosebit după orientare și grad de exprimare. Datele obținute argumentează necesitatea evaluării concomitente a vitezei și preciziei răspunsului, a dozării individuale a efortului și a monitorizării îndelungate a stării funcționale a SNC la copiii cu TSA.

5. BAZELE TEORETICO-METODOLOGICE ALE ORGANIZĂRII PROCESULUI DE ANTRENAMENT AL PERSOANELOR CU NECESITĂȚI SPECIALE ÎN SISTEMUL ARTELOR MARȚIALE, ORIENTAT SPRE ADAPTAREA LOR PSIHOSOCIALĂ

Capitolul al cincilea relevă potențialul pedagogic al artelor marțiale (al doilea obiectiv) și conține rezultatele verificării experimentale a suportului metodologic elaborat la copiii cu TSA (al șaselea obiectiv).

Analiza istorico-genetică a sistemelor orientale de întremare a relevat interconexiunea dintre practica motrică, autoreglare și educația morală. Generalizarea teoretică a fundamentelor istorico-filosofice ale artelor marțiale a permis evidențierea a trei direcții interdependente de aplicare a acestora în sistemul adaptării psihosociale: dezvoltarea posibilităților motrice, formarea autoreglării emoționale și însușirea normelor interacțiunii sociale (fig. 5.1).

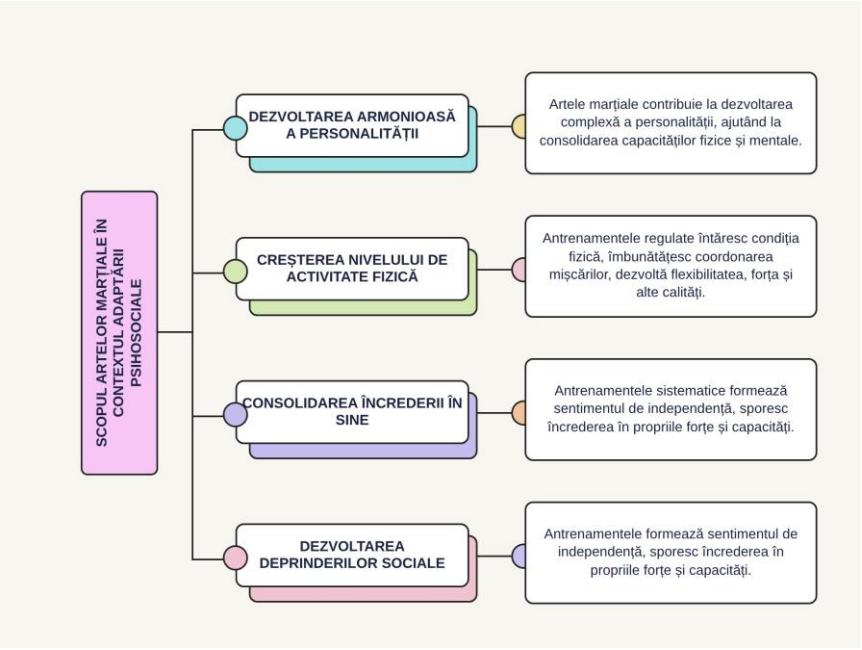

Fig. 5.1. Modelul adaptării psihosociale a personalității prin mijloacele artelor marțiale: interconexiunea componentelor fizică, psihoemoțională și socială

Drept repere valorice principale ale organizării procesului de antrenament în judo au fost determinate disciplina, respectul, responsabilitatea, autocontrolul și întrajutorarea [38]. Însușirea lor este legată de experiența practică a respectării regulilor, a executării sarcinilor comune și a atitudinii responsabile față de siguranța partenerului; pentru persoanele cu necesități speciale o astfel de organizare a ședințelor creează condiții pentru dobândirea experienței de cooperare și de apartenență la grup.

Chestionarea a 113 specialiști a arătat că cele mai preferabile pentru adaptarea psihosocială a copiilor cu necesități speciale sunt considerate înotul (46,02%), jocurile sportive (40,78%), gimnastica și artele marțiale (circa 30%). Lipsa pregătirii pentru lucrul cu astfel de copii au raportat-o 70% dintre respondenți, pregătire condiționată au exprimat 26%, răspuns pozitiv au dat 4%; drept obstacole principale au fost numite lipsa experienței practice și a ghidurilor metodice. A fost identificată o nepotrivire între recunoașterea posibilităților activității sportive și pregătirea specialiștilor pentru organizarea acesteia.

Rezultatele experimentului pedagogic privind evaluarea capacităților motrice sunt prezentate în tabelele 5.1 și 5.2.

Tabelul 5.1. Rezultatele testării calităților motrice la tinerii judoka neurotipici și la judokanii cu TSA la începutul (2022) și la sfârșitul (2025) experimentului pedagogic, Me (Q1; Q3)

Indicatorul	Etapa	Neurotipici (n = 17)	Cu TSA (n = 10)
Alergare de suveică 3×10 m, s	început	10,13 (10,02; 10,28)	14,36 (14,30; 14,56)
	sfârșit	8,91* (8,91; 8,92)	13,11* (12,95; 13,25)
Săritura în lungime de pe loc, cm	început	147,00 (145,00; 151,00)	17,00 (17,00; 20,00)
	sfârșit	168,00* (164,00; 171,00)	52,00* (48,00; 52,50)

*Notă. * – diferențe semnificative statistic ($p \leq 0,05$).*

Tabelul 5.2. Rezultatele testării calităților fizice la tinerii judoka neurotipici și la judokanii cu TSA la începutul (2022) și la sfârșitul (2025) experimentului pedagogic, Me (Q1; Q3)

Indicatorul	Etapa	Neurotipici (n = 17)	Cu TSA (n = 10)
Tapping-test, numărul de atingeri	început	57,50 (54,00; 60,00)	43,50 (42,75; 45,25)
	sfârșit	71,50* (68,50; 75,50)	55,50* (52,75; 58,00)
Dinamometria mâinii, kg	început	8,45	3,70 (3,20; 4,60)
	sfârșit	13,20 (12,80; 13,20)	8,00 (7,60; 8,20)

*Notă. * – diferențe semnificative statistic ($p \leq 0,05$).*

La copiii cu TSA timpul alergării de suveică s-a redus cu 1,25 s, rezultatul săriturii în lungime de pe loc a crescut de peste trei ori (de la 17 la 52 cm), numărul de atingeri la tapping-test – cu 12, indicatorul dinamometriei mâinii – de la 3,70 la 8,00 kg. Dinamica pozitivă a fost înregistrată în ambele grupuri, cu menținerea diferențelor dintre grupuri. Caracterul reacțiilor adaptativ-compensatorii depinde de regimul efortului [43], ceea ce argumentează dozarea individuală a influenței de antrenament ținând cont de starea inițială și de dinamica indicatorilor [**41**].

Pentru concretizarea componentei psihologice a adaptării psihosociale au fost comparate rezultatele anchetării părinților la etapele inițială și finală ale experimentului (n = 10; nouă indicatori ordinali; scăderea punctajului corespunde unei aprecieri mai favorabile a deprinderii) (tab. A.4.1–A.4.2).

Tabelul A.4.1–A.4.2. Dinamica evaluărilor ordinale ale adaptării psihosociale după cei nouă itemi ai chestionarului pentru părinți și rezultatele verificării neparametrice

Indicatorul	n perechi	Me început	Me sfârșit	Z	p (Wilcoxon)	p (Holm)
Încrederea în acțiuni	10	4,5	2,0	−2,831	0,005	0,0176
Autonomia	10	4,0	2,0	−2,831	0,005	0,0176
Interacțiunea cu copiii	9	5,0	1,5	−2,699	0,007	0,0195
Solicitarea ajutorului	9	5,0	1,5	−2,694	0,007	0,0195
Autoreglarea	10	4,0	1,0	−2,873	0,004	0,0176
Respectul față de ceilalți	8	4,0	1,0	−2,588	0,010	0,0195
Întrajutorarea	10	3,5	1,5	−2,844	0,004	0,0176
Responsabilitatea	9	4,0	1,5	−2,739	0,006	0,0195
Onestitatea	9	3,5	1,0	−2,719	0,007	0,0195

Notă. Medianele etapelor sunt calculate după răspunsurile disponibile și pot include un număr diferit de observații; n perechi – numărul evaluărilor complete corelate; p (Holm) – testul exact al semnelor cu corecția Holm pentru nouă comparații.

În toate cele 84 de perechi complete de evaluări a fost înregistrată o deplasare favorabilă; compararea măsurătorilor corelate prin testul Wilcoxon a relevat deplasări semnificative statistic la toți cei nouă indicatori (Z de la −2,588 la −2,873; p = 0,004–0,010). Sub aspect psihologic, dinamica identificată descrie trei direcții interdependente ale adaptării: personal-reglatorie (încrederea, autonomia, autoreglarea), social-comunicativă (interacțiunea, solicitarea ajutorului, întrajutorarea) și valoric-comportamentală (respectul, responsabilitatea, onestitatea). Toți cei zece părinți au remarcat schimbări ale comportamentului copilului acasă, opt – la școală sau la grădiniță, șapte – în comunicarea cu semenii în afara antrenamentelor; cinci părinți au raportat că copilul frecventează ședințele cu plăcere, patru – uneori cu plăcere.

Pentru identificarea interconexiunilor dintre caracteristicile motrice, fizice și psihofiziologice a fost realizată **analiza factorială** (metoda componentelor principale), care a evidențiat în ambele grupuri o structură trifactorială a pregătirii funcționale (tab. 5.3–5.4).

Tabelul 5.3. Rezultatele analizei factoriale a indicatorilor tinerilor judoka neurotipici (n = 17)

Indicatorul	Saturația
Primul factor – „starea psihofiziologică”	

Indicatorul	Saturația
Oboseala (testul Lüscher)	0,70
Excentricitatea (testul Lüscher)	0,73
Concentricitatea (testul Lüscher)	−0,92
Coeficientul vegetativ (testul Lüscher)	0,87
Latența (timpul de reacție)	0,86
Eficiența (căutarea cifrelor)	0,91
Latența (căutarea cifrelor)	0,77
Eficiența (compararea cifrelor)	0,84
Latența deciziei (compararea cifrelor)	0,84
Latența deciziei (percepția spațială)	0,90
Productivitatea vizuală (luarea deciziei)	−0,77
Timpul de luare a deciziei	0,72
Al doilea factor – „psihomotricitatea”	
Capacitatea de lucru (testul Lüscher)	−0,81
Heteronomia (testul Lüscher)	−0,74
Autonomia (testul Lüscher)	−0,75
Alergarea de suveică	−0,80
Săritura în lungime	0,75
Al treilea factor – „emoțional”	
Anxietatea (testul Lüscher)	0,78
Stabilitatea (timpul de reacție)	0,76
Impulsivitatea (luarea deciziei)	−0,77

Tabelul 5.4. Rezultatele analizei factoriale a indicatorilor tinerilor judoka cu TSA (n = 10)

Indicatorul	Saturația
Primul factor – „starea psihofiziologică”	
Capacitatea de lucru (testul Lüscher)	0,99
Oboseala (testul Lüscher)	−0,86
Anxietatea (testul Lüscher)	−0,98
Abaterea de la norma autogenă (testul Lüscher)	−0,97
Excentricitatea (testul Lüscher)	0,82
Heteronomia (testul Lüscher)	0,94
Autonomia (testul Lüscher)	0,95
Latența (timpul de reacție)	0,92

Indicatorul	Saturația
Eficiența (căutarea cifrelor)	0,88
Latența (căutarea cifrelor)	0,99
Stabilitatea (compararea cifrelor)	0,79
Eficiența (compararea cifrelor)	0,86
Latența deciziei (compararea cifrelor)	0,90
Eficiența (percepția spațială)	0,85
Latența deciziei (percepția spațială)	0,77
Forța musculară	0,86
Al doilea factor – „psihomotricitatea”	
Concentricitatea (testul Lüscher)	0,71
Precizia (compararea numerelor)	0,88
Stabilitatea (compararea numerelor)	−0,96
Precizia (percepția spațială)	0,92
Alergarea de suveică	−0,82
Săritura în lungime	0,78
Numărul de atingeri (tapping-test)	0,89
Al treilea factor – „luarea deciziei”	
Stabilitatea (timpul de reacție)	−0,91
Stabilitatea (percepția spațială)	0,89
Dinamismul (luarea deciziei)	0,81
Productivitatea vizuală (luarea deciziei)	0,73

Structurile factoriale ale celor două grupuri au trăsături comune, însă se deosebesc prin conținutul celui de-al treilea factor: la judokanii neurotipici acesta caracterizează sfera emoțională, la copiii cu TSA – capacitatea de a lua decizii în condiții de solicitare informațională. Această diferență poate reflecta particularitățile reglării cognitive la copiii cu TSA și argumentează necesitatea controlului concomitent al caracteristicilor motrice, cognitive și emoționale la individualizarea ședințelor. În baza analizei factoriale au fost elaborate scala diferențială și criteriul integral al nivelului de pregătire funcțională a tinerilor judoka, a căror aplicare a fost ilustrată printr-un caz individual; din cauza volumului redus al eșantioanelor, structura factorială obținută are caracter preliminar.

6. CONCEPȚIA SUPORTULUI METODOLOGIC AL PROCESULUI DE ADAPTARE PSIHOSOCIALĂ A PERSOANELOR CU NECESITĂȚI SPECIALE ÎN SISTEMUL ARTELOR MARȚIALE (PE EXEMPLUL JUDO-ULUI)

Capitolul al șaselea conține realizarea celui de-al patrulea și al cincilea obiectiv al cercetării: în el sunt expuse concepția de autor a suportului metodologic, modelul structural-funcțional de implementare a acesteia, mecanismele, modalitățile de aplicare diferențiată și realizarea practică a concepției prin mijloacele judo-ului.

6.1. Scopul, obiectivele și logica construirii concepției

Scopul concepției constă în fundamentarea teoretico-metodologică și organizarea condițiilor pedagogice, a mijloacelor și mecanismelor adaptării psihosociale a persoanelor cu necesități speciale în sistemul artelor marțiale. Atingerea scopului presupune individualizarea ședințelor, perfecționarea organizării psihomotorii a activității motrice și extinderea participării practicanților la sarcinile comune; sporirea calității vieții este examinată ca reper social de lungă durată al concepției.

Obiectivele concepției: sistematizarea fundamentelor teoretice și normative ale adaptării psihosociale în condițiile educației fizice și sportului; relevarea interconexiunii componentelor senzoriomotorii, cognitiv-reglatorii și social-comunicative ale activității motrice; argumentarea importanței activității motrice organizate pedagogic pentru dezvoltarea autonomiei, autoreglării și interacțiunii; determinarea principiilor de construire a ședințelor și a cerințelor privind individualizarea, accesibilitatea, gradualitatea, variabilitatea și siguranța instruirii; relevarea mecanismelor de includere a copilului în activitatea în perechi și în grup, inclusiv împreună cu semenii neurotipici; determinarea criteriilor și indicatorilor de evaluare a dinamicii individuale; argumentarea condițiilor de transfer al modalităților de acțiune și interacțiune însușite în situații de învățare, de antrenament și cotidiene în schimbare.

Adaptarea psihosocială este înțeleasă în concepție ca proces de extindere a autonomiei, de perfecționare a reglării comportamentului și de modificare a caracterului participării omului la activitatea comună. Pregătirea fizică caracterizează premisele motrice ale unei astfel de participări; pentru evaluarea dinamicii adaptative indicatorii ei sunt comparați cu gradul de independență în executarea sarcinilor, volumul ajutorului necesar, stabilitatea participării, caracterul interacțiunii și utilizarea experienței dobândite în condiții noi.

Baza normativă a concepției o constituie Convenția privind drepturile persoanelor cu dizabilități, care consacră cerințele de accesibilitate și de adaptare rezonabilă [61], recomandările Organizației Mondiale a Sănătății privind activitatea fizică [63], Legea Republicii Moldova nr. 60 din 30.03.2012 „Privind incluziunea socială a persoanelor cu dizabilități" și Codul educației nr. 152/2014 [5; 10]. Pentru organizarea ședințelor aceste prevederi stabilesc cerințele de înlăturare a barierelor și de asigurare a șanselor egale de participare.

Baza teoretică o formează: abordarea biopsihosocială, care relevă funcționarea omului în interconexiunea factorilor biologici, psihologici și sociali [48; 64]; concepția cultural-istorică a lui L. S. Vîgotski privind importanța mediului social, a medierii pedagogice și a „căilor ocolite" organizate pedagogic de însușire a formelor culturale de activitate [28]; teoria activității a lui A. N. Leontiev, care permite examinarea dezvoltării proceselor psihice în legătură cu însușirea acțiunilor [34]; teza lui H. Gardner privind inteligența corporal-kinestezică [50]; teoria lui N. A. Bernstein despre corecțiile senzoriale și construirea pe niveluri a mișcărilor [27].

Baza empirică au constituit-o studiul comparativ al tinerilor judoka cu TSA și al semenilor neurotipici, care a relevat diferențe în reacțiile senzoriomotorii, prelucrarea informației nonverbale, viteza luării deciziilor și reglarea vegetativă [55], materialele anchetelor sociologice, ale experimentului pedagogic și ale evaluărilor repetate ale părinților.

Logica concepției prevede evaluarea posibilităților individuale, alegerea sarcinilor accesibile și a condițiilor de realizare a acestora, organizarea activității motrice și comune, analiza schimbărilor și precizarea deciziilor pedagogice. Această succesiune formează un ciclu de feedback. Structura concepției este prezentată în figura 6.1.



Fig. 6.1. Structura suportului metodologic al adaptării psihosociale a persoanelor cu necesități speciale în sistemul artelor marțiale (pe exemplul judo-ului)

Principiile concepției: *principiul sistemic* presupune examinarea adaptării psihosociale ca proces integral, în care sunt corelate sarcinile dezvoltării, instruirii și participării; *principiul orientării spre personalitate* determină necesitatea luării în considerare a necesităților, posibilităților și particularităților individuale ale practicanților; *principiul abordării activitale*, bazat pe tezele lui L. S. Vîgotski și A. N. Leontiev, prevede însușirea acțiunilor în interacțiunea practică; *principiul orientării axiologice* prevede includerea în conținutul ședințelor a respectului, responsabilității, autocontrolului și întrajutorării; *principiul incluziunii* reflectă necesitatea asigurării accesibilității ședințelor și a șanselor egale de participare.

Nivelurile de realizare. *Nivelul biologic* cuprinde premisele motrice și funcționale ale participării: coordonarea, echilibrul, oboseala, refacerea și tolerarea contactului. *Nivelul psihologic* este legat de atenție, înțelegerea sarcinii, reglarea emoțională și motivație. *Nivelul social* cuprinde comunicarea, cooperarea, acceptarea regulilor și participarea la viața grupului. *Nivelul pedagogic* determină modalitățile de organizare a instruirii: alegerea conținutului exercițiilor, a instrucțiunilor și

demonstrației, a volumului sprijinului. Nivelurile nu sunt trepte succesive: într-un singur exercițiu sunt prezente concomitent efortul motric, reacția emoțională, reglarea acțiunii și interacțiunea. Interconexiunea nivelurilor evidențiate permite corelarea sarcinilor dezvoltării motrice, reglării emoționale, interacțiunii sociale și însoțirii pedagogice. Caracterul complex al suportului metodologic se manifestă prin faptul că concepția cuprinde concomitent componentele motrică, psihomotorie, cognitivă, emoțional-volitivă, social-comunicativă și cultural-valorică ale adaptării psihosociale; integrează scopurile, principiile, condițiile pedagogice, mijloacele, metodele, criteriile de evaluare și mecanismele de realizare într-un sistem integral; prevede participarea coordonată a antrenorului, a familiei și a specialiștilor din însoțirea interdisciplinară.

Componenta de legătură a concepției o constituie **profilul individual adaptativ-reglator** – caracteristica pedagogică a raportului dintre posibilitățile senzoriomotorii, cognitive, emoțional-reglatorii și sociale ale copilului. El include date despre componentele păstrate, insuficient formate și manifestate instabil ale activității; la întocmirea lui sunt luate în considerare înțelegerea sarcinii, modul de executare a acțiunii, caracterul și volumul ajutorului, reacțiile emoționale și interacțiunea cu partenerul. Profilul este utilizat pentru alegerea exercițiilor și a condițiilor de instruire accesibile și este precizat după rezultatele observației.

Rezultatele așteptate cuprind perfecționarea organizării psihomotorii a activității motrice, dezvoltarea funcțiilor cognitive, reducerea anxietății, creșterea stabilității adaptativ-reglatorii, formarea deprinderilor de cooperare, consolidarea autoaprecierii și extinderea participării sociale. *Stabilitatea adaptativ-reglatorie* este înțeleasă ca capacitatea de a menține un nivel accesibil al atenției, al controlului acțiunilor, al reglării emoționale și al interacțiunii la modificarea condițiilor sarcinii.

Realizarea tezelor conceptuale în programul experimental este prezentată în tabelul A.6.2.

Tabelul A.6.2. Realizarea tezelor conceptuale ale suportului metodologic al adaptării psihosociale în programul experimental

Teza concepției	Realizarea în program
Sistemicitatea	Fiecare sarcină leagă scopul motric, cerința reglatorie și rezultatul observabil al participării
Orientarea spre personalitate	Alegerea sarcinii accesibile, a modului de răspuns, a ritmului și a ajutorului necesar

Teza concepției	Realizarea în program
Abordarea activitală	Însușirea regulilor prin acțiune: a se opri, a aștepta, a schimba rolul, a ajuta
Orientarea axiologică	Respectul se manifestă prin respectarea semnalului partenerului; responsabilitatea – prin controlul propriei acțiuni; întrajutorarea – prin rezolvarea în comun a sarcinii
Incluziunea	Roluri accesibile și sarcină comună la complexitate diferită de executare; pregătirea semenilor pentru cooperare
Nivelul biologic	Luarea în considerare a posibilităților motrice, a oboselii, refacerii și tolerării contactului
Nivelul psihologic	Înțelegerea instrucțiunii, atenția, alegerea, reglarea emoțională
Nivelul social	Comunicarea, respectarea rândului, cooperarea și acceptarea regulilor
Nivelul pedagogic	Modificarea conținutului, a condițiilor, a modalităților de prezentare și a volumului ajutorului

6.2. Mecanismele concepției

Mecanismele concepției se relevă prin interconexiunea activității motrice, a mijloacelor artelor marțiale, a tehnologiilor ludice și a mediului incluziv. Acțiunea lor este determinată de organizarea instruirii: modul de prezentare a sarcinii, succesiunea însușirii mișcărilor, caracterul feedbackului și condițiile de interacțiune.

Activitatea motrică constituie veriga sistemogenă a concepției. Aplicarea ei orientată prevede însușirea deprinderilor motrice, dezvoltarea forței, coordonării, flexibilității și rezistenței, ținând cont de nivelul de pregătire al practicanților. Mecanismul însușirii acțiunii se relevă prin executarea repetată cu utilizarea feedbackului: copilul raportează rezultatul încercării la demonstrație sau la un reper clar și precizează acțiunea ulterioară. Pregătirea motrică și însușirea interacțiunii se dezvoltă în cadrul acelorași ședințe.

Artele marțiale (pe exemplul judo-ului) constituie mecanismul de corelare a activității motrice, a reglării comportamentului și a interacțiunii sociale. Însușirea acțiunilor tehnice prevede respectarea regulilor, distribuirea rolurilor și responsabilitatea reciprocă a partenerilor: copilul învață să execute mișcarea, să țină cont de acțiunile celuilalt participant, să coreleze efortul cu sarcina de învățare și să întrerupă exercițiul la semnal. Cerințele educative de respect, disciplină, responsabilitate și întrajutorare se concretizează prin acțiuni accesibile: salutul partenerului, respectarea rândului, executarea sarcinii convenite, atitudinea grijulie față

de celălalt participant. Conținutul mecanismului constă în trecerea de la executarea acțiunii cu sprijin la respectarea mai independentă a regulilor în pereche și în grup.

Tehnologiile ludice asigură includerea copilului în activitate printr-un scop clar, reguli accesibile și interacțiunea cu ceilalți participanți. Jocul îmbină executarea exercițiului cu necesitatea de a percepe semnalul, de a alege acțiunea, de a respecta rândul și de a ține cont de comportamentul partenerului. Posibilitățile jocului structurat pentru însușirea modalităților de comunicare de către persoanele cu TSA sunt relevate în cercetările autoarei [**15**]. La complicarea sarcinii de joc se păstrează baza motrică cunoscută și se modifică o singură condiție: direcția deplasării, succesiunea acțiunilor sau rolul participantului.

Mediul incluziv asigură participarea copiilor cu necesități speciale la activitatea comună de antrenament cu semenii neurotipici, ceea ce corespunde înțelegerii incluziunii ca proces de identificare și reducere a barierelor în calea învățării și participării [42]. În experiment copiii au fost incluși în grupurile de antrenament existente, ținând cont de vârstă, caracteristicile antropometrice, nivelul de socializare și disponibilitatea pentru activitatea comună. Cu participanții neurotipici s-a desfășurat o activitate de explicare; pe măsura ședințelor comune ei îl ajutau pe copilul cu TSA să-și ocupe locul în formație, îl susțineau în timpul încălzirii și în joc. Însoțirea cu cadre a fost asigurată prin pregătirea studenților-practicanți, implicați în lucrul cu copiii cu necesități speciale. Eficiența mediului incluziv este evaluată după includerea copilului în sarcinile comune, interacțiunea cu partenerii, utilizarea ajutorului și executarea independentă a acțiunilor însușite.

Interconexiunea celor patru mecanisme se manifestă în organizarea ședințelor: activitatea motrică constituie baza acțiunii practice, exercițiile de judo stabilesc conținutul lucrului individual și cu partenerul, tehnologiile ludice organizează situații clare de executare, mediul incluziv asigură condițiile de participare și sprijin. Conținutul psihologic al concepției este relevat de schema trecerii de la activitatea organizată pedagogic la manifestările observabile ale adaptării psihosociale (fig. 6.2); ea corespunde celor trei direcții ale dinamicii identificate după evaluările părinților.

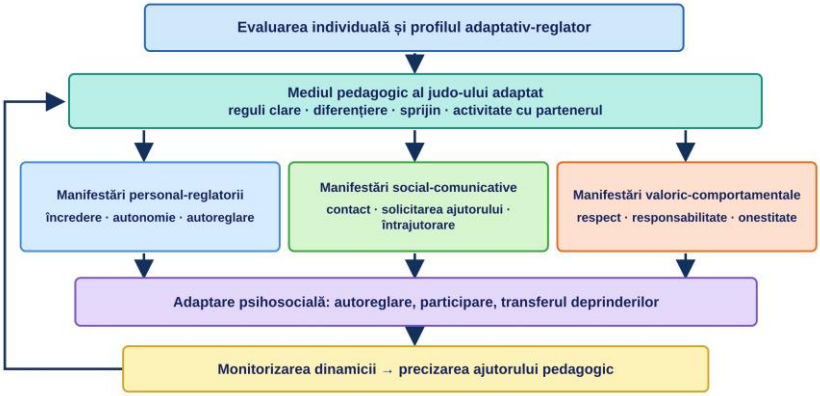

Fig. 6.2. Schema conceptuală a mecanismelor psihologice și a manifestărilor adaptării psihosociale prin mijloacele judo-ului adaptat

6.3. Particularitățile aplicării concepției în cazul diferitelor necesități speciale

Apartenența la o anumită categorie stabilește direcțiile analizei pedagogice preliminare, însă la copiii cu același diagnostic pot fi observate combinații diferite de dificultăți și posibilități păstrate. Temeiurile practice ale diferențierii au fost precizate la subetapa de adaptare și pregătire a cercetării, în procesul ședințelor cu copiii cu sindrom Down, ADHD și TSA.

În TSA succesiunea clară a acțiunilor asigură predictibilitatea ședinței; dacă copilul execută un exercițiu cunoscut, dar întâmpină dificultăți la schimbarea partenerului sau a formei de lucru, este oportun să se păstreze structura cunoscută și să se modifice o singură condiție. Însușirea exercițiului este evaluată ținând cont dacă copilul execută mișcarea individual, la comanda comună sau alături de semeni. În tulburările intelectuale, la dificultăți de înțelegere și menținere a succesiunii se evidențiază părțile accesibile ale sarcinii, care sunt legate consecutiv într-un întreg; acțiunea practică este însoțită de o instrucțiune scurtă și de demonstrație. În ADHD o atenție deosebită se acordă organizării începutului, continuării și finalizării sarcinii, menținerii instrucțiunii și trecerii la acțiunea următoare; se utilizează reguli clare, alternarea ritmică a sarcinilor motrice și învățarea controlului propriilor acțiuni. Pentru toate categoriile se păstrează orientarea valoric-morală și sprijinul participării sociale. Modalitățile de individualizare a ajutorului pedagogic, ținând cont de dificultățile observate, sunt prezentate în tabelul A.6.6.

Tabelul A.6.6. Modalitățile de individualizare a ajutorului pedagogic ținând cont de dificultățile observate ale copilului

Dificultatea observată	Soluția pedagogică
Instrucțiunea nu este accesibilă	Un singur pas, demonstrație, imagine, gest cunoscut; prelungirea timpului de așteptare a răspunsului
Succesiunea se destramă	Lanț din două acțiuni accesibile, cartonașe separate, unificare treptată
Reacțiile sunt instabile la modificarea condițiilor	Păstrarea structurii cunoscute; modificarea unei singure condiții; anunțarea prealabilă a tranziției
Contactul provoacă disconfort	Acțiune fără contact sau cu un partener cunoscut, convenit; dreptul de a refuza și de a alege alt rol
Este dificil de așteptat sau de schimbat rolul	Rând scurt, marcarea vizibilă a rolului, număr previzibil de încercări
Vorbirea este limitată sau lipsește	Mijloace obișnuite de comunicare suplimentară; evaluarea alegerii și a acțiunii independent de vorbire

Ajutorul semenilor completează însoțirea nemijlocită a antrenorului. La refuzul sarcinii sunt luate în considerare atât posibilele dificultăți de executare a mișcării, cât și teama de a începe o acțiune necunoscută. Pe măsura însușirii sarcinilor, modalitățile de sprijin alese inițial sunt revizuite: la executarea independentă stabilă ajutorul se reduce sau se modifică o singură condiție, la apariția dificultăților se precizează conținutul sarcinii.

6.4. Realizarea practică a concepției (pe exemplul judo-ului)

Condițiile organizatorico-pedagogice de realizare a concepției sunt: crearea unui mediu incluziv de antrenament care garantează siguranța psihologică și fizică și respectul reciproc; pregătirea antrenorilor care stăpânesc metodele instruirii diferențiate și incluzive și mijloacele de monitorizare pedagogică; însoțirea interdisciplinară cu participarea familiei, psihologului, psihopedagogului, logopedului; organizarea flexibilă a procesului de antrenament cu variabilitatea efortului, a ritmului și a conținutului; sprijinirea sistemică pe fundamentul valoric-normativ al judo-ului.

Programul experimental se realizează în forme de grup (90 de minute) și individuale (60 de minute) și include cinci etape cu temeiuri de trecere determinate (tab. A.6.3).

Tabelul A.6.3. Etapele realizării programului experimental: conținutul și criteriile de trecere

Etapa	Conținutul și sprijinul pe agendă	Temeiul trecerii
I. De adaptare și motivare	Cunoașterea antrenorului, a tatamiului și a traseului ședinței; salutul; alegerea sarcinii; însușirea semnalelor „stop”, „ajutor”, „pauză”	Se include într-o sarcină cunoscută cu sprijin accesibil; utilizează modalitatea convenită de comunicare
II. Formarea deprinderilor motrice și comportamentale de bază	Exerciții de dezvoltare generală, poziții, deplasări, echilibru, pregătire pentru autoasigurare (ukemi) din poziții joase; acțiuni cu chimonoul (judogi) și centura	Repetă o succesiune motrică accesibilă; reacționează la semnalul de oprire
III. Dezvoltarea autocontrolului și reflecției	Alegerea acțiunii la semnal, modificarea unei singure condiții, compararea executării cu imaginea; elemente inițiale de dezechilibrare (kuzushi) fără proiectare	Utilizează feedbackul pentru corectare; semnalează dificultatea sau starea; execută sarcina cu mai puțin ajutor
IV. Socializarea și activitatea comună	Deplasări în perechi, repetare în oglindă, schimbarea rolurilor tori/uke; elemente accesibile în lupta la sol (ne-waza) și situații de joc	Coordonează începutul și finalizarea acțiunii; respectă semnalul partenerului; participă la schimbarea rolurilor
V. De control-evaluare și consolidare	Repetarea probelor inițiale, demonstrarea succesiunii însușite, analiza agendei cu copilul și familia	Este întocmit profilul final; sunt determinate realizările stabile și sarcinile însoțirii ulterioare

Ședința este construită din blocul organizatoric și valoric-ritual (salutul, concentrarea), partea pregătitoare (încălzirea), blocul de bază senzoriomotor-motric, blocul ludic și comunicativ, partea de relaxare și reflecție și partea finală valoric-rituală. Din punct de vedere metodic este oportun a realiza complicarea etapizată a sarcinilor motrice, a îmbina formele de lucru individuale, în perechi și de grup, a utiliza tehnologiile ludice ca mecanism principal de socializare, a aplica exerciții de coordonare, echilibru și orientare, a menține un fond emoțional pozitiv și situația de succes. Recomandările metodice sunt corelate cu curriculumul „Educație fizică și judo” pentru clasele I–IV [14].

„Agenda judoka” leagă conținutul instruirii de experiența individuală a copilului [18]. Ea asigură înregistrarea acțiunilor însușite și a dificultăților apărute, dezvoltarea deprinderilor de autoevaluare și a participării la determinarea sarcinilor de învățare imediate, menținerea

feedbackului dintre antrenor, copil și familie, conștientizarea propriului progres în practicarea judo-ului. Compartimentele „Realizările mele sportive” și „Comentariile antrenorului” permit compararea aprecierii antrenorului cu autoaprecierea copilului la trecerea la etapa următoare de lucru.

Monitorizarea pedagogică include evaluarea inițială, curentă, intermediară și finală și prevede compararea rezultatelor testării, observațiilor pedagogice, înscrierilor din „Agenda judoka” și informațiilor părinților cu starea inițială a copilului și cu condițiile de executare a sarcinilor. Indicatorii operaționali ai monitorizării sunt prezentați în tabelul A.6.8.

Tabelul A.6.8. Indicatorii operaționali ai monitorizării pedagogice

Domeniul	Indicatorul operațional
Organizarea psihomotorie	Precizia și succesiunea acțiunii accesibile; menținerea echilibrului; numărul corecțiilor și tipul ajutorului
Reglarea cognitiv-motrică	Alegerea corectă la semnal; începerea și oprirea; menținerea instrucțiunii; comutarea la o singură modificare
Reglarea emoțională	Semnalarea stării; solicitarea pauzei; reluarea participării după aceasta
Stabilitatea adaptativ-reglatorie	Păstrarea calității acțiunii însușite și a participării accesibile la modificarea unei singure condiții indicate în prealabil
Cooperarea	Respectarea rândului; schimbarea rolurilor; coordonarea începutului și încetării acțiunii; adresarea și răspunsul către partener
Autoaprecierea	Alegerea propriei realizări și semnalarea ajutorului necesar într-o formă accesibilă
Participarea socială	Includerea independentă în sarcina comună; numărul rolurilor accesibile; transferul regulii însușite într-o altă situație

Deciziile pedagogice sunt determinate de raportul schimbărilor observate: dacă calitatea mișcării s-a îmbunătățit, dar copilul continuă să aștepte indicația înaintea fiecărei acțiuni, sarcina imediată este legată de extinderea treptată a autonomiei. Temeiurile corectării ședințelor sunt modificările autonomiei, ale controlului acțiunilor, ale caracterului interacțiunii și ale volumului necesar de ajutor; păstrarea modalităților de comportament însușite în situațiile cotidiene este examinată ca obiect independent de evaluare.

CONCLUZII GENERALE ȘI RECOMANDĂRI

Cercetarea realizată a permis îndeplinirea obiectivelor propuse, atingerea scopului și formularea următoarelor concluzii.

1. *Realizarea primului obiectiv.* Analiza teoretico-metodologică a argumentat înțelegerea adaptării psihosociale a persoanelor cu necesități speciale ca proces susținut pedagogic de dezvoltare a autonomiei, autoreglării și participării la activitatea comună. A fost precizat conținutul suportului metodologic, care reunește abordările științifice, principiile de organizare a ședințelor, modalitățile de adaptare a instruirii și criteriile de evaluare a schimbărilor. Pentru persoanele cu sindrom Down, ADHD și TSA au fost determinate direcțiile comune ale lucrului pedagogic, în condițiile diferențelor dintre necesitățile lor motrice, cognitive și comunicative. Activitatea motrică îmbină însușirea mișcărilor, a regulilor de comportament și a modalităților de interacțiune; utilizarea ei pentru adaptarea psihosocială impune o organizare corespunzătoare a instruirii.

2. *Realizarea celui de-al doilea obiectiv.* Baza teoretico-metodologică a organizării procesului de adaptare a constituit-o îmbinarea abordărilor sistemică, activitală, centrată pe personalitate, biopsihosocială, incluzivă și axiologică. Au fost determinate principiile individualizării, accesibilității, gradualității, siguranței și corelării sarcinilor motrice cu sarcinile de autoreglare și interacțiune. Alegerea judo-ului pentru realizarea practică este determinată de îmbinarea autoasigurării, a acțiunilor reglementate cu partenerul și a normelor de responsabilitate, respect și întrajutorare. Mecanismele pedagogice au fost concretizate prin structurarea sarcinilor, feedback, reglarea ajutorului și însușirea regulilor activității comune.

3. Cele patru anchete sociologice, care au cuprins în total 326 de respondenți, au relevat dificultățile organizatorice și metodice ale includerii copiilor cu necesități speciale în activitatea fizico-sportivă. În chestionarea a 113 reprezentanți ai domeniului educației fizice, pregătirii sportive și însoțirii copiilor, 70% au raportat lipsa pregătirii pentru o astfel de activitate, 26% au exprimat o pregătire condiționată și 4% au dat un răspuns pozitiv; printre cauze au fost menționate lipsa experienței practice și a ghidurilor metodice. Informațiile obținute au argumentat necesitatea pregătirii specialiștilor, a elaborării mijloacelor de instruire accesibile și a corelării acțiunilor antrenorului cu familia.

4. *Realizarea celui de-al treilea obiectiv.* Examinarea copiilor cu TSA a relevat diferențe individuale ale reacționării senzoriomotorii, ale executării sarcinilor motrice și ale reacțiilor la efortul fizic dozat. A fost

determinat complexul de criterii și mijloace de diagnostic, care cuprinde indicatorii motrici și psihomotori, procesele cognitive, starea psihoemoțională, reacțiile senzoriomotorii și reglarea vegetativă. Evaluarea adaptării psihosociale a fost completată prin observarea autonomiei, a respectării regulilor, a interacțiunii și a volumului ajutorului necesar.

5. *Realizarea celui de-al patrulea obiectiv.* Au fost elaborate concepția suportului metodologic complex al adaptării psihosociale și modelul structural-funcțional de implementare a acesteia. Contribuția autoarei constă în integrarea fundamentelor teoretice, a evaluării individuale, a conținutului ședințelor, a sprijinului pedagogic și a controlului rezultatelor într-un sistem de decizii interdependente. Organizarea psihomotorie a activității motrice a fost relevată prin componentele senzoriomotorie, cognitiv-reglatorie și social-comunicativă. Profilul individual adaptativ-reglator leagă caracteristicile copilului de alegerea sarcinilor și a condițiilor de realizare a acestora; evaluarea ulterioară a schimbărilor servește drept temei pentru corectarea instruirii.

6. *Realizarea celui de-al cincilea obiectiv.* A fost elaborat și implementat suportul metodic diferențiat al judo-ului adaptat, care prevede adaptarea instrucțiunilor, sprijinul vizual, complicarea consecutivă a sarcinilor motrice, exercițiile de joc și îmbinarea formelor de lucru individuale, în perechi și de grup. Conținutul ședințelor a fost corelat cu particularitățile senzoriale, cognitive, emoțional-reglatorii și comunicative ale practicanților. Curriculumul „Educație fizică și judo" determină conținutul pregătirii de bază, iar programul experimental concretizează modalitățile de adaptare a acestuia. Ghidul de autor „Agenda judoka" a fost inclus în instruire ca mijloc de prezentare intuitivă a sarcinilor, de înregistrare a realizărilor și dificultăților, de interacțiune dintre copil, antrenor și familie. Elaborările au fost implementate, fapt confirmat prin actele corespunzătoare.

7. *Realizarea celui de-al șaselea obiectiv.* Pe parcursul experimentului pedagogic longitudinal (septembrie 2022 – mai 2025) a fost relevată dinamica pozitivă a indicatorilor motrici și psihomotori ai tinerilor judoka cu TSA: mediana timpului la alergarea de suveică s-a redus de la 14,36 la 13,11 s; valorile mediane ale rezultatului la săritura în lungime de pe loc au crescut de la 17 la 52 cm, ale numărului de atingeri la tapping-test – de la 43,5 la 55,5, ale dinamometriei mâinii – de la 3,70 la 8,00 kg. Dinamica psihofiziologică a fost mai puțin omogenă: timpul reacției vizual-motorii simple în repaus s-a redus cu 19,9%, al celei

complexe – cu 11,3%, ponderea erorilor – de la 25,00 la 15,28%; semnificația statistică a modificărilor dintre etape după datele de grup nu a fost stabilită. Analiza componentelor principale a evidențiat în ambele grupuri factori interpretați ca „starea psihofiziologică" și „psihomotricitatea"; al treilea factor la judokanii neurotipici a fost denumit „emoțional", la copiii cu TSA – „luarea deciziei". În baza analizei factoriale a fost propusă scala diferențială a pregătirii funcționale.

8. Compararea evaluărilor părinților din chestionare (n = 10) a relevat o dinamică favorabilă a nouă indicatori ai adaptării psihosociale: de la încredere, autonomie și autoreglare până la interacțiune, întrajutorare și responsabilitate. La unii indicatori au fost obținute 8–10 perechi complete de evaluări; în toate cele 84 de perechi a fost înregistrată o deplasare favorabilă. Valorile p după testul Wilcoxon au constituit 0,004–0,010, după testul exact al semnelor cu corecția Holm – cel mult 0,0195. Rezultatele caracterizează schimbările observate de familie în autonomie, reglarea voluntară, incluziunea socială și însușirea normelor activității comune.

9. Ansamblul rezultatelor constituie soluția teoretică și aplicativă a problemei complexe de corelare a fundamentelor științifice, a conținutului ședințelor adaptate și a evaluării adaptării psihosociale și determină o nouă direcție științifică în pedagogia sportivă și educația fizică adaptată – suportul metodologic al adaptării psihosociale a persoanelor cu necesități speciale prin intermediul artelor marțiale. Contribuția științifică constă în elaborarea concepției și a modelului care leagă particularitățile individuale ale copilului de organizarea activității motrice și comune, precum și în evaluarea experimentală a implementării acestora prin mijloacele judo-ului adaptat la copiii cu TSA. Rezultatele susțin tezele ipotezei privind dinamica pozitivă a indicatorilor motrici și psihomotori, iar conform evaluărilor părinților – a autonomiei, autoreglării și interacțiunii sociale.

Limitele cercetării. Designul cvasiexperimental, neechivalența grupurilor și diferențele de durată și regularitate a participării limitează interpretarea cauzală a rezultatelor. Ciclul final de trei luni (martie–mai 2025) reprezintă o observare repetată a reproductibilității acțiunilor și comportamentului însușite în condițiile continuării ședințelor și nu constituie o verificare amânată după încetarea acestora.

Recomandări practice.

1. *Organelor de conducere în domeniul educației și sportului, fondatorilor instituțiilor de învățământ și sportive* – să prevadă dezvoltarea însoțirii interdisciplinare ca condiție organizatorică a

includerii copiilor cu necesități speciale în ședințe sistematice; să asigure antrenorilor și profesorilor de educație fizică asistență consultativă din partea psihologilor, a specialiștilor în psihopedagogie specială, a kinetoterapeuților, a neurologilor; să determine formele de colaborare dintre organizațiile educaționale, sportive și de profil, care asigură continuitatea însoțirii.

2. *Conducătorilor instituțiilor de învățământ, ai școlilor și cluburilor sportive* – să formeze sistemul de însoțire în baza evaluării componenței practicanților și a resurselor de cadre, să desemneze specialistul care coordonează interacțiunea dintre antrenori, consultanți și familie; să completeze grupurile ținând cont de vârstă, caracteristicile antropometrice, nivelul de pregătire și disponibilitatea pentru activitatea comună; să prevadă lucrul individual inițial, participarea temporară a părintelui și includerea treptată a copilului în grup; să pregătească semenii pentru ședințele comune.

3. *Elaboratorilor de curricula, programe și materiale metodice* – să utilizeze tezele concepției pentru corelarea scopurilor pregătirii motrice cu sarcinile autonomiei, autoreglării și participării sociale; să prevadă variabilitatea sarcinilor, a modalităților de explicare, a ritmului de însușire și a ajutorului; să coreleze curriculumul „Educație fizică și judo" cu programul experimental și cu materialele „Agendei judoka".

4. *Instituțiilor de învățământ superior și organizațiilor de formare continuă* – să includă în pregătirea profesională modalitățile de evaluare pedagogică, de adaptare a sarcinilor motrice, de dozare a efortului și de organizare a ședințelor incluzive; să utilizeze materialele elaborate la analiza dificultăților tipice (neînțelegerea instrucțiunii, perturbarea succesiunii mișcării, refuzul participării, suprasolicitarea, dificultățile interacțiunii cu partenerul); să pregătească pentru colaborarea interdisciplinară.

5. *Antrenorilor, profesorilor de educație fizică și specialiștilor în cultura fizică adaptată* – să fundamenteze alegerea conținutului și a formei inițiale a ședințelor pe evaluarea individuală a înțelegerii instrucțiunii, a executării motrice, a reglării acțiunilor și a interacțiunii; să adapteze exercițiile ținând cont de avizul medical și de starea curentă a copilului; să aplice „Agenda judoka" pentru înregistrarea executării independente, a sprijinului necesar și pentru precizarea profilului adaptativ-reglator.

6. *Specialiștilor din însoțirea interdisciplinară* – să coreleze recomandările cu cerințele concrete ale activității motrice și cu condițiile

de participare a copilului; să organizeze schimbul de observații dintre familie, antrenor, profesor și alți specialiști.

Perspectivele cercetărilor ulterioare sunt legate de precizarea condițiilor de eficiență a concepției pe eșantioane mai numeroase și comparabile; de studierea păstrării acțiunilor însușite după finalizarea programului; de verificarea reproductibilității structurii factoriale și a aplicabilității scalei diferențiale pe eșantioane independente; de evaluarea contribuției componentelor separate ale suportului metodic; de verificarea experimentală independentă a programelor adaptate pentru copiii cu sindrom Down, ADHD și pentru alte arte marțiale.

BIBLIOGRAFIE

Surse în limba română

1. BALAN, V.; BORTĂ, L.; BOTNARI, V.; BULAT, G.; EFTODI, A.; GÎNU, D.; LISNIC, E.; PETROV, E.; PRIȚCAN, V.; ȘEVCIUC, M.; VELIȘCO, N. Educaţie incluzivă: Unitate de curs. Ed. rev. și compl. Chișinău: [s. n.], 2017 (Tipogr. „Bons Offices"). 308 p. ISBN 978-9975-87-298-0.
2. BIROUL NAȚIONAL DE STATISTICĂ AL REPUBLICII MOLDOVA. Persoanele cu dizabilități în Republica Moldova în anul 2024 [online]. Chișinău: BNS, 2025. Disponibil: https://statistica.gov.md/ro/persoanele-cu-dizabilitati-in-republica-moldova-in-anul-2024-9460_62109.html [citat 17.05.2026].
3. BULAT, G.; SOLOVEI, R.; BALAN, V. ș.a. Educația incluzivă: Suport de curs pentru formarea continuă a cadrelor didactice în domeniul educației incluzive centrate pe copil [online]. Vol. I. Domnica GÎNU (coord.). Chișinău: Lyceum, 2016. 168 p. ISBN 978-9975-3144-0-4. Disponibil: https://fism.gov.md/sites/default/files/document/attachments/educatia_incluziva_vol_1.pdf [citat 21.12.2025].
4. CARA, A. Asigurarea unei educaţii de calitate pentru toţi copiii: sinteză de politici în domeniul educației [online]. Chișinău, 2017. 28 p. Disponibil: https://ipp.md/wp-content/uploads/2017/09/Sinteza-Cara-Angela.pdf [citat 18.11.2026].
5. Codul educației al Republicii Moldova: nr. 152 din 17.07.2014. În: Monitorul Oficial al Republicii Moldova [online]. 2014, nr. 319–324, art. 634. Disponibil: https://legi.md/LP_152-2014 [citat 17.10.2025].
6. COJOCARU, V. Adaptarea psihosocială a adolescenților cu dizabilități fizice: teză de doctor în psihologie, specialitatea 511.03 – Psihologie socială [online]. Universitatea Pedagogică de Stat „Ion Creangă" din Chișinău. Chișinău, 2023. 258 p. Disponibil: https://anacec.md/files/CojocaruV-teza.pdf [citat 21.12.2025].
7. **GLIGOR, V.; POLEVAIA-SECĂREANU, A.; DEMCENCO, P. Studierea potenţialului funcţional-motrice şi psihologic al judocanilor de performanţă cu dizabilităţi vizuale. În: Ştiinţa culturii fizice [online]. 2014, nr. 18/2, pp. 19–25. ISSN 1857-4114. Disponibil: https://scf.usefs.md/PDF/Revista%20SCF/2-2014.pdf [citat 18.11.2026].**
8. Hotărârea Guvernului Republicii Moldova cu privire la aprobarea Programului de dezvoltare a educației incluzive în Republica Moldova pentru anii 2024–2027: nr. 950 din 06.12.2023. În: Monitorul Oficial al Republicii Moldova. 2023, nr. 519–522, 30 decembrie, partea II, art. 1281. ISSN 2587-389X.
9. Hotărârea Guvernului Republicii Moldova cu privire la aprobarea Strategiei de dezvoltare „Educația 2030" și a Programului de implementare a acesteia pentru anii 2023–2025: nr. 114 din 07.03.2023. În: Monitorul Oficial al Republicii Moldova [online]. 2023, nr. 134–137, art. 289. Disponibil: https://monitorul.gov.md/index.php/ro/monitor/2703 [citat 17.05.2025].
10. Legea privind incluziunea socială a persoanelor cu dizabilități: nr. 60 din 30.03.2012. În: Monitorul Oficial al Republicii Moldova [online]. 2012, nr. 155–159, art. 508. Disponibil: https://www.legis.md/cautare/downloadpdf/146155 [citat 19.11.2026].
11. MALCOCI, L.; MUNTEANU, P. Incluziunea socială a persoanelor cu dizabilități: Studiu sociologic [online]. Chișinău: [s. n.], 2017 (Tipogr. „Arva Color"). 60 p. ISBN 978-9975-127-51-6. Disponibil: https://incluziune.md/wp-

content/uploads/2025/12/Studiu-Incluziunea-Sociala-a-Persoanelor-cu-Dizabilitati-2017.pdf [citat 21.12.2025].
12. MINISTERUL SĂNĂTĂȚII AL REPUBLICII MOLDOVA. 2 aprilie – Ziua internațională de conștientizare a autismului [online]. Chișinău: MS, 2025. Disponibil: https://ms.gov.md/?p=69130 [citat 09.11.2025].
13. MINISTERUL SĂNĂTĂȚII AL REPUBLICII MOLDOVA. Evaluarea intermediară a Programului Național de Sănătate Mintală pentru anii 2023–2027 [online]. Chișinău, 2026. 97 p. Disponibil: https://ms.gov.md/wp-content/uploads/2026/06/Final_Raport-interm_PNSM_2023-2027.pdf [citat 18.11.2026].
14. NEAGU, Igor; POLEVAIA-SECĂREANU, Angela. Educație fizică și judo: curriculum, clasele 1–4. Chișinău: [s. n.], 2024 (Valinex). 52 p. ISBN 978-9975-68-528-3.
15. POLEVAIA-SECĂREANU, A.; CRĂCIUN, V. Rolul ludoterapiei în recuperarea persoanelor cu spectrul autist. În: Journal of Physical Rehabilitation and Sports Medicine. 2023, nr. 5(R), pp. 15–16. ISSN 2587-3709.
16. POLEVAIA-SECĂREANU, A. Curriculum la programul de formare profesională a adulților/modulul Didactica dezvoltării și pregătirii fizice a copiilor cu autism prin activități motrice cu caracter sportiv-aplicativ. Chișinău: [s. n.], 2023 (Valinex). 28 p. ISBN 978-9975-68-500-9.
17. POLEVAIA-SECĂREANU, A. Didactica dezvoltării și pregătirii fizice a copiilor cu autism prin activități motrice cu caracter sportiv-aplicativ: suport de curs. Chișinău: [s. n.], 2023 (Valinex). 80 p. ISBN 978-9975-68-501-6.
18. POLEVAIA-SECĂREANU, A.; COJEMEACHIN, V. Agenda judoka: îndrumar metodic / Federația de Judo din Republica Moldova. Chișinău: [s. n.], 2026 (Pulsul Pieței). 108 p. ISBN 978-9975-3731-3-5.
19. RACU, A. (ed., coord. șt.). Integrarea socio-profesională a tinerilor cu dizabilităţi: culegere de articole. Chișinău: Pontos, 2018. 120 p. ISBN 978-9975-51-998-4.
20. RACU, A.; POPOVICI, D.-V.; POPA-VELEA, O. și al. Incluziunea socială în mediul academic: provocări, oportunități, soluţii contemporane: Suport didactic. Chișinău: Pontos, 2019. 132 p. ISBN 978-9975-72-412-8.
21. RACU, A.; POPOVICI, D.-V.; RACU, S. și al. Bazele teoretico-practice ale educaţiei tinerilor cu dizabilităţi în instituţiile universitare: ghid ştiinţifico-metodic. Aurelia RACU (ed., coord. șt.). Chișinău: Pontos, 2018. 192 p. ISBN 978-9975-51-999-1.
22. RACU, A. Strategii tradiționale și moderne în psihopedagogia școlii incluzive. Chișinău: [s. n.], 2016 (F.E.-P. „Tipografia Centrală"). 272 p. ISBN 978-9975-53-670-7.
23. SPRÎNCEAN, M.; BALICA, N.; DUMITRAȘ, A.; RACOVIȚĂ, S.; CALCÎI, C.; HADJIU, S. Tulburările din spectru autist la copiii cu boli genetice. În: Revista de Neurologie şi Psihiatrie a Copilului şi Adolescentului din România. 2024, vol. 30, nr. 1, pp. 13–26.
24. UNICEF MOLDOVA; MINISTERUL EDUCAȚIEI ȘI CERCETĂRII AL REPUBLICII MOLDOVA. Incluziunea copiilor cu cerințe educaționale speciale în sistemul de învățământ 2024 [online]. Chișinău, 2024. Disponibil: https://www.unicef.org/moldova/rapoarte/studiul-incluziunea-copiilor-cu-cerințe-educaționale-speciale-în-sistemul-de-învățământ [citat 14.02.2025].

Surse în limba rusă

25. АНОХИН, П. К. Очерки по физиологии функциональных систем. Москва: Медицина, 1975. 448 с.
26. АФТИМИЧУК, О. Е.; МРУЦ, И. Д.; ПОЛЕВАЯ-СЕКЭРЯНУ, А. Г. Теоретико-методологические основы организации и проведения физкультурно-оздоровительной деятельности с населением Республики Молдова: монография. Кишинёв: [б. и.], 2013. 204 с. ISBN 978-9975-68-230-5.
27. БЕРНШТЕЙН, Н. А. О ловкости и её развитии. Москва: Физкультура и спорт, 1991. 288 с. ISBN 5-278-00339-1.
28. ВЫГОТСКИЙ, Л. С. Основы дефектологии. Москва: Издательство Юрайт, 2021. 332 с. ISBN 978-5-534-11695-3.
29. ВЫСОЧИНА, Н.; ПОЛЕВАЯ-СЭКЕРЯНУ, А.; ГЛИГОР, В. Психологическая подготовка дзюдоистов с тотальным и ограниченным отсутствием зрения с учетом психических свойств личности. Теорія і методика фізичного виховання і спорту. 2016, № 1, с. 78–82. ISSN 1992-7908.
30. ЕВСЕЕВ, С. П. Теория и организация адаптивной физической культуры: учебник: в 2 т. Т. 1: Введение в специальность. История и общая характеристика адаптивной физической культуры. Москва: Советский спорт, 2003. 448 с. ISBN 5-85009-855-0.
31. ЕВСЕЕВ, С. П.; ШАПКОВА, Л. В. Адаптивная физическая культура: учебное пособие. Москва: Советский спорт, 2000. 240 с. ISBN 5-85009-607-8.
32. КОЦЮБИНСКИЙ, А. П. Многомерная (холистическая) диагностика в психиатрии: биологический, психологический, социальный и функциональный диагнозы. Санкт-Петербург: СпецЛит, 2017. 285 с. ISBN 978-5-299-00884-5.
33. КУЗНЕЦОВ, Н. В. Современные пути интеграции людей с ограниченными возможностями здоровья и инвалидностью в социальную жизнь. Вестник ТвГУ. Серия: Педагогика и психология. 2017, № 3, с. 28–34. ISSN 1999-4133
34. ЛЕОНТЬЕВ, А. Н. Деятельность. Сознание. Личность: учебное пособие. 2-е изд., стер. Москва: Смысл; Академия, 2005. 352 с. ISBN 5-89357-153-3.
35. ЛОСКУТОВА, Т. Д. Оценка функционального состояния центральной нервной системы человека по параметрам простой двигательной реакции. Физиологический журнал СССР им. И. М. Сеченова. 1975, т. 61, № 1, с. 3–12.
36. ЛУБЫШЕВА, Л. И. Социология физической культуры и спорта: учебное пособие. 3-е изд., перераб. Москва: Издательский центр «Академия», 2010. 272 с. ISBN 978-5-7695-5284-7.
37. ПОЛЕВАЯ-СЕКЭРЯНУ, А.; ГЛИГОР, В.; КРЕЦУЛ, О. Индивидуально-психологические свойства личности спортсменов-дзюдоистов с тотальным и ограниченным отсутствием зрения. В: Materialele conferinţei ştiinţifico-practice dedicate campionului paralimpic la judo Oleg Crețul, ediția a 7-a, 10 mai 2022. Chișinău: Print-Caro, 2022, с. 40–47. ISBN 978-9975-164-93-1.
38. ПОЛЕВАЯ-СЕКЭРЯНУ, А. Восточные единоборства как одна из систем формирования культурно-нравственных ценностей для лиц с особыми потребностями на примере дзюдо. Intellectus. 2024, № 2, с. 103–113. DOI: 10.56329/1810-7087.24.2.10.
39. ПОЛЕВАЯ-СЕКЭРЯНУ, А. Сравнительная характеристика занятости населения различными видами единоборств в Молдове и Германии. В:

Актуальные проблемы теории и методики физической культуры, спорта и туризма: материалы IV Международной научно-практической конференции молодых ученых. Минск: БГУФК, 2011, с. 130–133. ISBN 978-985-6953-69-2.

Surse în limba ucraineană

40. БОНДАР, В. І.; СИНЬОВ, В. М. (ред.). Дефектологічний словник: навчальний посібник. Київ: МП «Леся», 2011. 528 с. ISBN 978-966-8126-89-5.
41. **ГРИГОРЕЦЬ, М.; ПОЛЄВА-СЕКЕРЯНУ, А. Розвиток силових здібностей у дітей з обмеженими можливостями здоров'я за допомогою дзюдо на основі спостереження батьків. В: Підвищення фізичної працездатності різних груп населення в процесі занять фізичною культурою і спортом: матеріали IV Міжнародної науково-практичної конференції, Ірпінь, 21–22 травня 2026 р. Ірпінь: Державний податковий університет, 2026. С. 260–264. ISBN 978-966-337-802-2.**

Surse în limba engleză

42. AINSCOW, Mel. Developing inclusive education systems: what are the levers for change? Journal of Educational Change. 2005, vol. 6, no. 2, pp. 109–124. DOI: 10.1007/s10833-005-1298-4.
43. CHERNOZUB, A.; MANOLACHI, V.; KOROBEYNIKOV, G.; POTOP, V.; SHERSTIUK, L.; MANOLACHI, V.; MIHAILA, I. Criteria for assessing the adaptive changes in mixed martial arts (MMA) athletes of strike fighting style in different training load regimes. PeerJ. 2022, vol. 10, e13827. DOI: 10.7717/peerj.13827.
44. CLANCHY, K. M.; TWEEDY, S. M.; TROST, S. G. The Adapted Physical Activity Program: A Theory-Driven, Evidence-Based Physical Activity Intervention for People with Brain Impairment. Brain Impairment. 2019, vol. 20, no. 1, pp. 81–95. DOI: 10.1017/BrImp.2018.16.
45. CRESPO-EGUÍLAZ, N.; GAMBRA, L.; VARELA, A.; FRAGUELA-VALE, R. Satisfying basic psychological needs through a recreational sports programme for people with intellectual disability: human growth and adapted sport in focus. In: Frontiers in Psychology. 2024, vol. 15, article 1470411. DOI: https://doi.org/10.3389/fpsyg.2024.1470411.
46. DEPAUW, Karen P.; GAVRON, Susan J. Disability sport. 2nd ed. Champaign, IL: Human Kinetics, 2005. 408 p. ISBN 978-0-7360-9185-5.
47. DESCAMPS, G.; CAMPOS, M. J.; RIZZO, T.; PEČNIKAR OBLAK, V.; MASSART, A. G. Benefits of Judo Practice for Individuals with Neurodevelopmental Disorders: A Systematic Literature Review. Sports. 2024, vol. 12, no. 7, art. 182. DOI: 10.3390/sports12070182.
48. ENGEL, G. L. The need for a new medical model: a challenge for biomedicine. Science. 1977, vol. 196, no. 4286, pp. 129–136. DOI: 10.1126/science.847460.
49. FU, X.; SHI, P. The intervention effect of structured martial arts games on behavioral impairments and motor functions in children with autism spectrum disorder. Frontiers in Psychology. 2025, vol. 16, art. 1660040. DOI: 10.3389/fpsyg.2025.1660040.
50. GARDNER, H. Frames of Mind: The Theory of Multiple Intelligences. New York: Basic Books, 1983. 440 p. ISBN 978-0-465-02508-4.
51. KADRI, A.; SLIMANI, M.; BRAGAZZI, N. L.; TOD, D.; AZAIEZ, F. Effect of taekwondo practice on cognitive function in adolescents with attention deficit

hyperactivity disorder. International Journal of Environmental Research and Public Health. 2019, vol. 16, no. 2, art. 204. DOI: 10.3390/ijerph16020204.

52. MAUSSIER, N.; PIERANTOZZI, E.; MANNO, R.; MAGNANINI, A. Judo and karate in primary school as a means for the improvement of social inclusion for autistic children. Sport Sciences for Health. 2025, vol. 21, pp. 2325–2332. DOI: 10.1007/s11332-025-01461-3.
53. MEYER, A.; ROSE, D. H.; GORDON, D. Universal Design for Learning: Theory and Practice. Wakefield, MA: CAST Professional Publishing, 2014. ISBN 978-0-9898674-0-5.
54. MORALES, J.; PIERANTOZZI, E.; FUKUDA, D. H.; GARCIA, V.; GUERRA-BALIC, M.; SEVILLA-SÁNCHEZ, M.; CARBALLEIRA, E. Improving motor skills and psychosocial behaviors in children with autism spectrum disorder through an adapted judo program. Frontiers in Psychology. 2022, vol. 13, art. 1067310. DOI: 10.3389/fpsyg.2022.1067310.
55. POLEVAIA-SECAREANU, A.; CYNARSKI, W. J.; KOROBEYNIKOV, G.; RAAB, M.; MATKARIMOV, R.; KERIMOV, F.; KOROBEINIKOVA, L.; MOKROUSOV, E.; REMUS-LUCIAN, H. Cognitive and Autonomic Properties of Healthy Judokas and Judokas with Autism. International Journal of Human Movement and Sports Sciences. 2025, vol. 13, no. 1, pp. 215–223. DOI: 10.13189/saj.2025.130123.
56. POLEVAIA-SECAREANU, A.; GLIGOR, V.; VISOCHINA, N. Psychic adaptation as the basis of socialization of judoka with partially or totally limited visual ability. In: University sport in the modern educative society: materials of the International Scientific and Practical Conference. Minsk: Belarusian State University of Physical Culture, 2015, pt. 2, pp. 305–308.
57. POLEVAIA-SECAREANU, Angela. On the problem of the use of combat means in the development and socialization of children with autistic spectrum disorder. International Journal of Wrestling Science. 2024, vol. 14, no. 1, pp. 58–62. ISSN 2161-5667.
58. RACU, A.; DRUGUȘ, O. Experimental Values in Developing Communication Attitudes for Children with Learning Difficulties. In: Review of Psychopedagogy. 2024, vol. 13, nr. 1, pp. 97–109. DOI: https://doi.org/10.56663/rop.v13i1.77
59. RIMMER, J. H.; MARQUES, A. C. Physical activity for people with disabilities. The Lancet. 2012, vol. 380, no. 9838, pp. 193–195. DOI: 10.1016/S0140-6736(12)61028-9.
60. SHIELDS, N.; TAYLOR, N. F. SHIELDS, N.; DOWNS, J.; DE HAAN, J. B. et al. What effect does regular exercise have on oxidative stress in people with Down syndrome? A systematic review with meta-analyses. Journal of Science and Medicine in Sport. 2018, vol. 21, no. 6, pp. 596–603. DOI: 10.1016/j.jsams.2017.10.015.
61. UNITED NATIONS. Convention on the Rights of Persons with Disabilities (CRPD). New York: UN, 2006. Entered into force 2008-05-03. UN document A/RES/61/106.
62. WORLD HEALTH ORGANIZATION. Autism [online]. 2025-09-17. Available from: https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/autism-spectrum-disorders [cited 26.08.2026].
63. WORLD HEALTH ORGANIZATION. Guidelines on Physical Activity and Sedentary Behaviour [online]. Geneva: WHO, 2020. ISBN 978-92-4-001512-8. Available from: https://www.who.int/publications/i/item/9789240015128 [cited 21.12.2025].

64. WORLD HEALTH ORGANIZATION. International Classification of Functioning, Disability and Health (ICF). Geneva: WHO, 2001. ISBN 978-92-4-154544-0.
65. WORLD HEALTH ORGANIZATION. Disability [online]. Geneva: WHO, 2023-03-07. Available from: https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/disability [cited 17.05.2025].

LISTA PUBLICAȚIILOR AUTORULUI LA TEMA TEZEI

1. Monografii

1.1. Monografii monoautor

1. ПОЛЕВАЯ-СЕКЭРЯНУ А. Восточные единоборства и психосоциальная адаптация: от научных оснований к педагогической практике: монография / Гос. ун-т Молдовы, Ин-т физ. воспитания и спорта. Кишинэу: [б. и.], 2026 (Tipogr. „Pulsul Pieței”). 279 p. ISBN 978-9975-3731-2-8.

1.2. Monografii colective

2. ПОЛЕВАЯ-СЕКЭРЯНУ А.Г., АФТИМИЧУК О.Е. Интенсификация учебно-тренировочного процесса дзюдоистов средствами ритмического воспитания и музыки: Монография. Chișinău: "Valinex" SA, 2015. 174 p. (ISBN 978-9975-68-270-1)
3. АФТИМИЧУК О.Е., МРУЦ И.Д., ПОЛЕВАЯ-СЕКЭРЯНУ А.Г. Теоретико-методологические основы организации и проведения физкультурно-оздоровительной деятельности с населением Республики Молдова. Монография: Кишинев: Б.и. 2013 (Tipogr.„Valinex SRL”). 204 p. ISBN 978-9975-68-230-5

2. Articole în reviste științifice

2.1. În reviste indexate în Web of Science și SCOPUS

4. POLEVAIA-SECAREANU, A, CYNARSKI WOJCIECH, J., KOROBEYNIKOV, G, RAAB M., MATKARIMOV, R., KERIMOV F., KOROBEINIKOVA L., MOKROUSOV E., HILITANU R.-L. Cognitive and Autonomic Properties of Healthy Judokas and Judokas with Autism. In: International Journal of Human Movement and Sports Sciences, Vol. 13, No. 1, pp. 215-223, 2025. DOI: 10.13189/saj.2025.130123 (Scopus)
5. KOKUN O., IMAS Y., VOVKOHON A., POTOP V., KOROBEYNIKOV G., KOROBEYNIKOVA L., GORASHCHENCO A., POLEVAYA-SECARYANU A. Physical education and sports as a tool for formation of students' psychophysiological readiness to their professional work. In: Journal of Physical Education and Sport (JPES), Vol. 18, No 2, Art 143, 2018, pp. 966-971. DOI: 10.7752/jpes.2018.02143 / http://efsupit.ro/images/stories/iunie2018/Art%20143.pdf (Scopus)

2.2. În reviste din străinătate recunoscute

6. POLEVAIA-SECAREANU, A. On the problem of the use of combat means in the development and socialization of children with autistic spectrum disorder. In: International Journal of Wrestling Science 2024, Vol 14, Issue 1. P. 58-62. ISSN 2161-5667 https://inwr-wrestling.com/wp-content/uploads/2024/08/Volume-14-Issue-1-2024-Final-1.pdf
7. POLEVAIA-SECAREANU, A. The use of martial arts means in the development and socialization of children with autistic spectrum disorder. In: Bulletin of the

Transilvania University of Braşov. Series IX: Sciences of Human Kinetics, Vol. 16(65) No. 2, 2023. pp. 183-192. https://doi.org/10.31926/but.shk.2023.16.65.2.22
8. POLEVAIA-SECĂREANU, A. The Role of Martial Arts Means for the Therapeutic Recuperation Programs. In: Acta Scientific Orthopaedics, vol. 5 issue 4, 2022, pp. 53-57. DOI: 10.31080/ASOR.2022.05.0441 https://actascientific.com/ASOR/ASOR-05-0441.php
9. BARALIUC I., MANOLACHI V., POLEVAIA-SECAREANU A., COTORCEA A. Particularities of Initial Selection of Primary School Age Sambo Wrestlers Based on the Study of Psychomotor Abilities. Український журнал медицини, біології та спорту. Том 6, № 1 (29), 2021, pp. 345-351 DOI: 10.26693/jmbs06.01.345 https://jmbs.com.ua/pdf/6/1/jmbs0-2021-6-1-345.pdf
10. ВЫСОЧИНА Н., ПОЛЕВАЯ-СЭКЕРЯНУ А., ГЛИГОР В. Психологическая подготовка дзюдоистов с тотальным и ограниченным отсутствием зрения с учетом психических свойств личности. В: Теорія і методика фізичного виховання і спорту, Науков-теоретичний журнал № 1, 2016, с. 78-82. ISSN 1992-7908
11. POLEVAIA-SECAREANU, A. Training of judoists using the means of rhythmic education and music. In: Sport science, no 4(86), 2016, pp. 41-49. (DOI: http://dx.doi.org/10.15823/sm.2016.41 ISSN 1392-1401 E-ISSN 2424-3949 http://sportomokslas.leu.lt/index.php/SP/article/view/85/85
12. ПОЛЕВАЯ-СЕКЭРЯНУ А., АФТИМИЧУК О.Е. Значимость формирования специализированных восприятий для технической подготовки дзюдоистов. В: ВІСНИК, Педагогічны науки: за матеріалами Международного науково-практичного семинару «Формування фізичної культури особистості в системі неперервної освіті» №8 (2-3 квітня 2013), ЛНУ Імені Тараса Шевченко. Частина І. 2013. С. 146-155 ISSN 2227-2844
13. ПОЛЕВАЯ-СЕКЭРЯНУ А. Особенности формирования координационных способностей у дзюдоистов В: Спортивный Вісник Придніпров^(,)я. VIII Науково-практический журнал, ДДІФКС (Додаток до постанови Призедіі ВАК Украіини від 26 травня 2010 р. №1-05/4), 24-25 октября 2013 №3, 2013. с.66-72 ISBN2071-1476

2.3. În reviste din Registrul Național al revistelor de profil

14. ПОЛЕВАЯ-СЕКЭРЯНУ, А. Восточные единоборства как одна из систем формирования культурно-нравственных ценностей для лиц с особыми потребностями на примере дзюдо. Revista de proprietate intelectuală, ştiinţă şi educaţie „Intellectus", 2 / 2024. С. 103-113 https://doi.org/10.56329/1810-7087.24.2.10 (categoria B)
15. GLIGOR V. POLEVAIA-SECĂREANU A., DEMCENCO P.P. Studierea potenţialului funcţional-motrice şi psihologic al judocanilor de performanţă cu dizabilităţi vizuale. În: Ştiinţa culturii fizice, 2014, nr.18(2), Chişinău, USEFS. p. 19-25. (ISSN: 1857-4114) http://scf.usefs.md/PDF/Revista%20SCF/2-2014.pdf (categoria C)

2.4. În alte reviste

16. POLEVAIA-SECAREANU, A., CRACIUN, V. Rolul ludoterapiei în recuperarea persoanelor cu spectrul autist. In: Journal of Physical Rehabilitation and Sports Medicine, 2023, nr. 5(R), pp. 15-16. ISSN 2587-3709.

3. Articole în lucrările conferințelor și ale altor manifestări științifice

3.1. În lucrările conferințelor științifice internaționale (peste hotare)

17. POLEVAIA-SECAREANU, A. The role of the game-based method in the development of cognitive abilities of judo athletes at the initial stage of training. În: 7TH Scientific and Professional Conference: APPLICABLE RESEARCH IN JUDO" 20-21. June 2024. POREČ – CROATIA pp. 79-82. ISBN 9789533170794 https://www.eju.net/download-file/?parentId=282019&id=325537
18. POLEVAIA-SECAREANU, A. Formation of specialized perceptions in judoists by means of rhythmic and musical education. În: 6th European Judo Science & Research Symposium And 5th Scientific And Professional Conference – Applicable Research In Judo". Porec Croatia, 12-14 June 2019. P. 89-93. ISBN: 978-953-317-059-6
19. GLIGOR V., POLEVAIA-SECAREANU A., DEMCENCO P. State of functional, motor and psychological abilities of the high class judoists with limited visual ability during the precontest period. International Scientific Conference VI nd EDITION Trends and Perspectives In Physical Culture And Sports Suceava 26th – 27th of May 2016. P. 186-193 ISSN 2065 – 3948
20. ПОЛЕВАЯ-СЕКЭРЯНУ А., ГЛИГОР В., ВЫСОЧИНА Н.В. Психическая адаптация как основа социализации дзюдоистов с тотальным и ограниченным отсутствием зрения// Университетский спорт в современном образовательном социуме : материалы Междунар. научно-практической конференции, Минск, 23–24 апр. 2015 г. : в 4 ч. / Белорус. гос. ун-т физ. культуры ; редкол. : Т. Д. Полякова (гл. ред.) [и др.]. Минск : БГУФК, 2015. Ч. С. 305-309.
21. ВЫСОЧИНА Н.В., ПОЛЕВАЯ-СЕКЭРЯНУ А., ГЛИГОР В: Психические свойства личности дзюдоистов с тотальным и ограниченным отсутствием зрения В: Современное состояние и тенденции развития физической культуры и спорта: Материалы Всероссийской заочной научно-практической конференции, 10 октября 2014 г. / НИУ «БелГУ» ; под общ. ред. И.Н. Никулина. Белгород : ИД «Белгород» НИУ «БелГУ», 2014. С. 77-80.
22. ГЛИГОР В., ПОЛЕВАЯ-СЭКЕРЯНУ А., ДЕМЧЕНКО П. Изучение функционально-двигательного и психологического потенциала спортсменов-дзюдоистов высокого класса с ограниченными зрительными возможностями. Актуальные проблемы теории и методики физической культуры, спорта и туризма: материалы IV Международной научно-практической конференции молодых ученых (часть 1): Минск, БГУФК, 2014. С. 42-45. (ISBN 978-985-7076-47-5 (ч. 1), ISBN 978-985-7076-46-8
23. ВЫСОЧИНА Н.В., ПОЛЕВАЯ-СЕКЭРЯНУ А., ГЛИГОР В. Характеристики темперамента у дзюдоистов с тотальным и ограниченным отсутствием зрения В: Медицинское обеспечение спорта высших достижений – 2014: Материалы научно-практической конференции. Москва: Аквариус, 2014. С. 46-49. ISBN 978-5-8125-2040-3

3.2. În lucrările conferințelor științifice internaționale (Republica Moldova)

24. ГРИГОРЕЦЬ, М., ПОЛЄВА-СЕКЕРЯНУ, А. Розвиток силових здібностей у дітей з обмеженими можливостями здоров'я за допомогою дзюдо на основі спостереження батьків. В: Підвищення фізичної працездатності різних груп населення в процесі занять фізичною культурою і спортом: збірник матеріалів IV Міжнародної науково-практичної конференції, Ірпінь, 21-22 травня 2026 р.

Ірпінь: Державний податковий університет, 2026, с. 260-264. ISBN 978-966-337-802-2. Disponibil: https://omp.dpu.edu.ua/catalog/view/1358/2155/13094

25. КУРТЕВА, О., ПОЛЕВАЯ-СЕКЭРЯНУ, А. Анализ текущего состояния здоровья студенческой молодежи в Республике Молдова и возможного потенциала физкультурно-оздоровительной деятельности в условиях вуза. В: Știință. Educație: Cultură, Conferința științifico-practică internațională Vol. 2, 2025. pp. 275-280. ISBN 978-9975-83-333-2; DOI: 10.5281/zenodo.15177373
26. ПОЛЕВАЯ-СЕКЭРЯНУ, А. Восточные единоборства как система психосоциальной адаптации лиц с особыми потребностями. В: Научно-образовательное пространство: реалии и перспективы повышения качества образования : Сборник материалов IV международная научно-практическая конференция, 6 декабря 2024 : Комрат, 2025. pp. 11-16. ISBN 978-9975-83-337-0; DOI: 10.5281/zenodo.15259731(lucru în plen)
27. ЯСАБАШ, В., ПОЛЕВАЯ-СЕКЭРЯНУ, А. Использование информационных ресурсов в проектной деятельности для формирования коммуникативной и социальной экосистемной компетенции младших школьников. В: Роль образования в подготовке конкурентоспособных специалистов. Студенческие исследования-2025: студенческая научно-практическая конференция с международным участием, 8 апреля 2025: сборник статей. Комрат: [Б. и.], 2025, с. 194-201. ISBN 978-9975-83-349-3. DOI: https://doi.org/10.5281/zenodo.17300638.
28. HILIȚANU, L.R., POLEVAIA-SECĂREANU, A. Tehnici pedagogice în judo: îmbunătățirea performanței sportive și a valorilor personale. Научно-образовательное пространство: реалии и перспективы повышения качества образования : Сборник материалов IV международная научно-практическая конференция, 6 декабря 2024 : Комрат, 2025. pp. 42-45. ISBN 978-9975-83-337-0; DOI: 10.5281/zenodo.15259731
29. POLEVAIA-SECAREANU, A. Psychosocial adaptation of persons with special needs as one of the factors of national security of the country. Proceedings of International Conference "Economic Security in the Context of Systemic Transformations", 3rd Edition, December 7-8 2023, Chişinău / drafting committee: Tatiana Bucos [et al.]. Chişinău : SEP ASEM, 2024. pp. 260-268. DOI: https://doi.org/10.53486/escst2023
https://ase.md/files/conferinte/econsec/EconSec_Proceedings_2024.pdf
30. ДАРИЙ А., ПОЛЕВАЯ-СЕКЭРЯНУ А. Особенности развития и социализации детей с аутизмом средствами иппотерапии. În: Conferința Științifică Internațională a Tinerilor Cercetători cu genericul: „Probleme actuale ale teoriei şi practicii culturii fizice”, ediția I-a. 13 aprilie 2023. Chișinău, 2024. P. 398-403 ISBN 978-9975-83-322-6
31. SCOBIOALĂ GH., POLEVAIA-SECĂREANU A. Influența stilului de predare al antrenorului în procesul dezvoltării calităților fizice în sporturi de lupte. În: Formarea continuă a specialistului de cultură fizică în conceptul acmeologic modern : Materialele Conferinței Științifice Internaționale, Ediția a 2-a, 2 decembrie 2021, Chișinău : S. n., (Valinex SRL). 2021 p. 102-110.

3.3. În lucrările conferințelor naționale cu participare internațională

32. FURDUI, D., POLEVAIA-SECĂREANU, A. Impactul Jiu-Jitsu Brazilian asupra funcțiilor cognitive la copii: o abordare interdisciplinară. In: Роль образования в подготовке конкурентоспособных специалистов. Студенческие исследования-

2026: студенческая научно-практическая конференция с международным участием, 23 апреля 2026: сборник статей. Комрат: [Б. и.], 2026, с. 66-69. ISBN 978-9975-83-377-6 DOI: https://doi.org/10.5281/zenodo.20741508

33. HILIȚANU, R. L., POLEVAIA-SECĂREANU, A. Transformarea învățământului general în secolul XXI: realități, disfuncționalități și modele prospective de dezvoltare instituțională. In: Роль образования в подготовке конкурентоспособных специалистов. Студенческие исследования-2026: студенческая научно-практическая конференция с международным участием, 23 апреля 2026: сборник статей. Комрат: [Б. и.], 2026, с. 70-74. ISBN 978-9975-83-377-6 DOI: https://doi.org/10.5281/zenodo.20741508.
34. STRUJUC, S., POLEVAIA-SECĂREANU, A. Importanța Qigong-lui în dezvoltarea capacității respiratorii. In: Роль образования в подготовке конкурентоспособных специалистов. Студенческие исследования-2026: студенческая научно-практическая конференция с международным участием, 23 апреля 2026: сборник статей. Комрат: [Б. и.], 2026, с. 75-79. ISBN 978-9975-83-377-6 DOI: https://doi.org/10.5281/zenodo.20741508
35. ГРИГОРЕЦ, М., ПОЛЕВАЯ-СЕКЭРЯНУ, А. Использование средств дзюдо в развитии силовых способностей у детей с ограниченными возможностями здоровья. В: Роль образования в подготовке конкурентоспособных специалистов. Студенческие исследования-2026: студенческая научно-практическая конференция с международным участием, 23 апреля 2026: сборник статей. Комрат: [Б. и.], 2026, с. 109-113. ISBN 978-9975-83-377-6 DOI: https://doi.org/10.5281/zenodo.20741508
36. ДОЙЧЕВ, В., ПОЛЕВАЯ-СЕКЭРЯНУ, А. Возможности и ограничения использования нейросетевых технологий в управленческой деятельности учреждений общего среднего образования. В: Роль образования в подготовке конкурентоспособных специалистов. Студенческие исследования-2026: студенческая научно-практическая конференция с международным участием, 23 апреля 2026: сборник статей. Комрат: [Б. и.], 2026, с. 127-131. ISBN 978-9975-83-377-6 DOI: https://doi.org/10.5281/zenodo.20741508
37. ДАРИЙ А., ПОЛЕВАЯ-СЕКЭРЯНУ А. Влияние иппотерапии на развитие моторных навыков у детей с аутизмом. В: Роль образования в подготовке конкурентоспособных специалистов. Студенческие исследования-2024. Национальная конференция с международным участием, Комрат, 26 апреля, 2024 С. 36-39. ISBN 978-9975-83-322-6 https://kdu.md/images/Files/rol-obrazovaniya-v-podgotovke-konkurentosposobnykh-spetsialistov-studencheskie-issledovaniya-2024.pdf.
38. POLEVAIA-SECĂREANU, A., GLIGOR, V., CREȚUL, O. Индивидуально-психологические свойства личности спортсменов-дзюдоистов с тотальным и ограниченным отсутствием зрения. Materialele conferinței științifico-practice, dedicate campionului paralimpic la judo Oleg Crețul, ediția a 7-a, 10 mai 2022, Chișinău : S. n., 2022 (Print-Caro). P. 40-47. ISBN 978-9975-164-93-1

4. Teze ale comunicărilor la forurile științifice

4.1. Conferințe internaționale (peste hotare)

39. POLEVAIA-SECAREANU, A. Martial arts training as a means of enhancing gender inclusion and psychosocial adaptation of persons with special needs. In: Підвищення фізичної працездатності різних груп населення в процесі занять фізичною

культурою і спортом [Електронне видання] : збірник матеріалів III Міжнародної науково-практичної конференції, м. Ірпінь, 22–23 травня 2025 р. Ірпінь : Державний податковий університет, 2025. с. 126-128 PDF-формат ; мережеве видання ; інституційний репозитарій. ISBN 978-966-337-764-3 Disponibil: https://dpu.edu.ua/images/2025/.pdf

40. POLEVAIA-SECĂREANU A., KOROBEINIKOV G. HILITANU R. Cognitive Properties of Young Healthy Judokas and Persons with Mental Disabilities. In: YOUTH IN THE PERSPECTIVE OF THE OLYMPIC MOVEMENT. International Scientific Conference February 22-24, 2024 - Brașov, Romania. Disponibil: https://sport.unitbv.ro/images/YPOM/YPOM_2024/YPOM_2024_final_12.pdf

4.2. Conferințe internaționale (Republica Moldova)

41. POLEVAIA-SECAREANU, A. Psychosocial adaptation of persons with special needs: factors and mechanisms. In: Competitivitatea şi inovarea în economia cunoaşterii, Ed. 28, 20-21 septembrie 2024, Chişinău. Chişinău Republica Moldova: Departamentul Editorial-Poligrafic al ASEM, 2024, Ediţia a 28-a , p. 62. ISBN (pdf) 978-9975-168-04-5.
42. POLEVAIA-SECĂREANU A. Physical, technical and tactical training of judoists using the means of rhythmic education and music. In: Monography. Coordination abilities in physical education, sports and rehabilitation: International association of sport kinetics library series: MONOGRAPHY. Vol. 39. 26th – 27th of May 2016, p.200-201. ISBN 978-83-61509-36-3

5. Lucrări științifico-metodice și didactice

5.1. Ghiduri, curriculumuri, suporturi de curs

43. NEAGU, I., POLEVAIA-SECĂREANU, A. Educație fizică și judo : curriculum : clasele 1-4 / Neagu Igor, Polevaia-Secăreanu Angela; Ministerul Educației și Cercetării al Republicii Moldova, Federația de Judo din Republica Moldova, Universitatea de Stat de Educație Fizică și Sport. Chișinău : [S. n.], 2024 (Valinex). 52 p. ISBN 978-9975-68-528-3.
44. POLEVAIA-SECĂREANU A. Didactica dezvoltării și pregătirii fizice a copiilor cu autism prin activități motrice cu caracter sportiv-aplicativ. Suport de curs. Chișinău: Valinex, 2023. 80 p. ISBN 978-9975-68-501-6.
45. POLEVAIA-SECĂREANU A. Didactica dezvoltării și pregătirii fizice a copiilor cu autism prin activități motrice cu caracter sportiv-aplicativ. Curriculum la programul de formare profesională a adulților. Chișinău: Valinex, 2023. 28 p. ISBN 978-9975-68-500-9.
46. POLEVAIA-SECĂREANU, A., COJEMEACHIN, V. Agenda judoka : îndrumar metodic / Federația de Judo din Republica Moldova. Chișinău : [S. n.], 2026 (Tipogr. „Pulsul Pieței"). 108 p. ISBN 978-9975-3731-3-5.

ADNOTARE

Polevaia-Secăreanu Angela: Suport metodologic al procesului de adaptare psihosocială a persoanelor cu necesități speciale în sistemul de practicare a artelor marțiale: teză de doctor habilitat în științe ale educației, specialitatea 533.04. Educație fizică, sport, kinetoterapie și recreație. Chișinău, 2026.

Structura tezei: adnotare în 3 limbi; introducere; 6 capitole; concluzii generale și recomandări; bibliografie – 357 de surse; 6 anexe; 244 de pagini de text de bază; 22 de figuri; 18 tabele. Rezultatele au fost publicate în 35 de articole științifice.

Cuvinte-cheie: adaptare psihosocială, necesități speciale, suport metodologic, arte marțiale, judo adaptat, tulburări din spectrul autist, activitate motrică, monitorizare pedagogică.

Scopul cercetării: fundamentarea teoretico-metodologică și elaborarea concepției suportului metodologic al procesului de adaptare psihosocială a persoanelor cu necesități speciale în sistemul de practicare a artelor marțiale și evaluarea experimentală a eficienței implementării acesteia.

Obiectivele cercetării: realizarea analizei teoretico-metodologice a abordărilor științifice privind problema adaptării psihosociale a persoanelor cu necesități speciale, inclusiv a persoanelor cu ADHD, sindrom Down și TSA; identificarea și fundamentarea abordărilor, principiilor, mecanismelor și condițiilor pedagogice ale adaptării psihosociale prin intermediul artelor marțiale și justificarea alegerii artei marțiale prioritare; identificarea particularităților categoriilor de persoane investigate și stabilirea criteriilor, indicatorilor și instrumentelor de diagnostic pentru evaluarea adaptării lor psihosociale, cu studierea aprofundată a copiilor cu TSA; elaborarea și fundamentarea teoretică a concepției suportului metodologic complex al adaptării psihosociale și a modelului structural-funcțional de implementare a acesteia; elaborarea și implementarea suportului metodic diferențiat al ședințelor de judo adaptat; verificarea experimentală a eficienței suportului metodologic elaborat prin intermediul judo-ului adaptat la copiii cu TSA.

Noutatea și originalitatea științifică: au fost elaborate și fundamentate teoretic concepția suportului metodologic al adaptării psihosociale a persoanelor cu necesități speciale în sistemul de practicare a artelor marțiale și modelul structural-funcțional de implementare a acesteia; au fost identificate și sistematizate mecanismele adaptării psihosociale prin intermediul artelor marțiale; a fost elaborat sistemul criterial-diagnostic de evaluare a componentelor și dinamicii adaptării psihosociale, care include evaluarea stării funcționale a sistemului nervos central și autonom; au fost stabilite particularitățile dinamicii și ale relațiilor dintre indicatorii adaptării psihosociale ai copiilor cu TSA în condițiile practicării sistematice a judo-ului adaptat.

Rezultatele principale: ansamblul rezultatelor teoretice și experimentale obținute constituie o nouă direcție științifică în pedagogia sportivă și educația fizică adaptată – suportul metodologic al adaptării psihosociale a persoanelor cu necesități speciale prin intermediul artelor marțiale. În cadrul experimentului pedagogic longitudinal (septembrie 2022 – mai 2025), la tinerii judoka cu TSA a fost identificată o dinamică pozitivă a indicatorilor motrici și psihomotori; conform evaluărilor părinților, a fost stabilită o dinamică favorabilă a nouă indicatori ai adaptării psihosociale.

Semnificația teoretică: a fost fundamentată înțelegerea adaptării psihosociale a persoanelor cu necesități speciale ca proces susținut pedagogic de dezvoltare a autonomiei, autoreglării și participării la activități comune; organizarea psihomotorie a activității motrice a fost relevată prin componentele senzoriomotorie, cognitiv-reglatorie și social-comunicativă; a fost propus profilul individual adaptativ-reglator, care corelează caracteristicile copilului cu alegerea sarcinilor și a condițiilor de realizare a acestora.

Valoarea aplicativă: au fost elaborate suportul metodic diferențiat al judo-ului adaptat, programul experimental, curriculumul „Educație fizică și judo” și ghidul interactiv al autorului „Agenda judoka”; în baza analizei factoriale a fost propusă scala diferențială a pregătirii funcționale a tinerilor judoka.

Implementarea rezultatelor cercetării: programul experimental, recomandările metodice, curriculumul și ghidul „Agenda judoka” au fost implementate în activitatea Federației de Judo a Republicii Moldova (act nr. 225 din 17.11.2026); curriculumul și suportul de curs „Didactica dezvoltării și pregătirii fizice a copiilor cu autism prin activități motrice cu caracter sportiv-aplicativ” – în procesul de formare profesională continuă a profesorilor de educație fizică și a antrenorilor în cadrul Centrului de resurse pentru formare continuă al IEFS USM. Aprobarea s-a desfășurat în instituții și cluburi sportive din Republica Moldova, România și Ucraina.

АННОТАЦИЯ

Полевая-Секэряну Анжела: Методологическое обеспечение процесса психосоциальной адаптации лиц с особыми потребностями в системе занятий восточными единоборствами: диссертация доктора хабилитат педагогических наук, специальность 533.04. Физическое воспитание, спорт, кинетотерапия и рекреация. Кишинёв, 2026.

Структура диссертации: аннотация на 3-х языках; введение; 6 глав; общие выводы и рекомендации; библиография – 357 источников; 6 приложений; 244 страницы основного текста; 22 рисунка; 18 таблиц. Результаты опубликованы в 35 научных статьях.

Ключевые слова: психосоциальная адаптация, особые потребности, методологическое обеспечение, восточные единоборства, адаптивное дзюдо, расстройства аутистического спектра, двигательная деятельность, педагогический мониторинг.

Цель исследования: теоретико-методологическое обоснование и разработка концепции методологического обеспечения процесса психосоциальной адаптации лиц с особыми потребностями в системе занятий восточными единоборствами и экспериментальная оценка результативности её реализации.

Задачи исследования: провести теоретико-методологический анализ научных подходов к проблеме психосоциальной адаптации лиц с особыми потребностями, включая лиц с СДВГ, синдромом Дауна и РАС; определить и обосновать подходы, принципы, механизмы и педагогические условия психосоциальной адаптации средствами восточных единоборств и обосновать выбор приоритетного вида единоборства; выявить особенности исследуемых категорий лиц и определить критерии, показатели и диагностический инструментарий оценки их психосоциальной адаптации с углублённым изучением детей с РАС; разработать и теоретически обосновать концепцию комплексного методологического обеспечения психосоциальной адаптации и структурно-функциональную модель её реализации; разработать и внедрить дифференцированное методическое обеспечение занятий адаптивным дзюдо; экспериментально проверить эффективность разработанного методологического обеспечения средствами адаптивного дзюдо у детей с РАС.

Научная новизна и оригинальность: разработаны и теоретически обоснованы концепция методологического обеспечения психосоциальной адаптации лиц с особыми потребностями в системе занятий восточными единоборствами и структурно-функциональная модель её реализации; выявлены и систематизированы механизмы психосоциальной адаптации средствами восточных единоборств; разработана критериально-диагностическая система оценки компонентов и динамики психосоциальной адаптации, включающая оценку функционального состояния центральной и автономной нервной системы; установлены особенности динамики и взаимосвязей показателей психосоциальной адаптации детей с РАС при систематических занятиях адаптивным дзюдо.

Основные результаты: совокупность полученных теоретических и экспериментальных результатов формирует новое научное направление в спортивной педагогике и адаптивном физическом воспитании – методологическое обеспечение психосоциальной адаптации лиц с особыми потребностями средствами восточных единоборств. В лонгитюдном педагогическом эксперименте (сентябрь 2022 г. – май 2025 г.) у юных дзюдоистов с РАС выявлена положительная динамика двигательных и психомоторных показателей; по оценкам родителей установлена благоприятная динамика девяти индикаторов психосоциальной адаптации.

Теоретическая значимость: обосновано понимание психосоциальной адаптации лиц с особыми потребностями как педагогически поддерживаемого процесса развития самостоятельности, саморегуляции и участия в совместной деятельности; психомоторная организация двигательной деятельности раскрыта через сенсомоторный, когнитивно-регуляторный и социально-коммуникативный компоненты; предложен индивидуальный адаптационно-регуляторный профиль, связывающий характеристики ребёнка с выбором заданий и условий их выполнения.

Прикладная ценность: разработаны дифференцированное методическое обеспечение адаптивного дзюдо, экспериментальная программа, куррикулум „Educație fizică și judo” и авторское интерактивное пособие „Дневник дзюдоиста”; на основе факторного анализа предложена дифференциальная шкала функциональной подготовленности юных дзюдоистов.

Внедрение результатов исследования: экспериментальная программа, методические рекомендации, куррикулум и пособие „Дневник дзюдоиста” внедрены в деятельность Федерации дзюдо Республики Молдова (акт № 225 от 17.11.2026); куррикулум и учебное пособие „Didactica dezvoltării și pregătirii fizice a copiilor cu autism prin activități motrice cu caracter sportiv-aplicativ” – в процесс непрерывного профессионального образования учителей физического воспитания и тренеров в Центре ресурсов непрерывного образования IEFS USM. Апробация проводилась в учреждениях и спортивных клубах Республики Молдова, Румынии и Украины.

ANNOTATION

Polevaia-Secăreanu Angela: Methodological support for the process of psychosocial adaptation of persons with special needs within a system of Eastern martial arts training: habilitation thesis in education sciences, specialty 533.04. Physical education, sport, kinetotherapy and recreation. Chisinau, 2026.

Thesis structure: annotation in 3 languages; introduction; 6 chapters; general conclusions and recommendations; bibliography – 357 sources; 6 appendices; 244 pages of main text; 22 figures; 18 tables. The results have been published in 35 scientific articles.

Keywords: psychosocial adaptation, special needs, methodological support, Eastern martial arts, adaptive judo, autism spectrum disorder, motor activity, pedagogical monitoring.

Aim of the research: to provide a theoretical and methodological substantiation for, and to develop, a concept of methodological support for the process of psychosocial adaptation of persons with special needs within the system of Eastern martial arts training, and to evaluate experimentally the effectiveness of its implementation.

Research objectives: to conduct a theoretical and methodological analysis of scientific approaches to the problem of psychosocial adaptation of persons with special needs, including persons with ADHD, Down syndrome and ASD; to identify and substantiate the approaches, principles, mechanisms and pedagogical conditions of psychosocial adaptation through Eastern martial arts and to justify the choice of a priority martial art; to identify the characteristics of the categories of persons studied and to establish criteria, indicators and diagnostic tools for assessing their psychosocial adaptation, with an in-depth study of children with ASD; to develop and theoretically substantiate the concept of comprehensive methodological support for psychosocial adaptation and a structural-functional model for its implementation; to develop and implement differentiated instructional support for adaptive judo training; to verify experimentally the effectiveness of the developed methodological support through adaptive judo in children with ASD.

Scientific novelty and originality: the concept of methodological support for the psychosocial adaptation of persons with special needs within the system of Eastern martial arts training and the structural-functional model for its implementation have been developed and theoretically substantiated; the mechanisms of psychosocial adaptation through Eastern martial arts have been identified and systematised; a criterion-based diagnostic system for assessing the components and dynamics of psychosocial adaptation has been developed, including the assessment of the functional state of the central and autonomic nervous system; the specific features of the dynamics and interrelationships of psychosocial adaptation indicators in children with ASD engaged in systematic adaptive judo training have been established.

Main results: the body of theoretical and experimental results obtained constitutes a new scientific direction in sports pedagogy and adapted physical education – methodological support for the psychosocial adaptation of persons with special needs through Eastern martial arts. In the longitudinal pedagogical experiment (September 2022 – May 2025), young judokas with ASD showed positive changes in motor and psychomotor indicators; according to parents' assessments, favourable changes were established in nine indicators of psychosocial adaptation.

Theoretical significance: the understanding of the psychosocial adaptation of persons with special needs as a pedagogically supported process of developing independence, self-regulation and participation in joint activities has been substantiated; the psychomotor organisation of motor activity has been described through its sensorimotor, cognitive-regulatory and social-communicative components; an individual adaptive-regulatory profile has been proposed that links the child's characteristics to the choice of tasks and the conditions for performing them.

Applied value: differentiated instructional support for adaptive judo, an experimental programme, the curriculum "Educație fizică și judo" and the author's interactive manual "Judoka's Diary" have been developed; based on factor analysis, a differential scale of functional preparedness of young judokas has been proposed.

Implementation of research results: the experimental programme, methodological recommendations, the curriculum and the manual "Judoka's Diary" have been implemented in the activities of the Judo Federation of the Republic of Moldova (implementation act No. 225 of 17.11.2026); the curriculum and the course book "Didactica dezvoltării și pregătirii fizice a copiilor cu autism prin activități motrice cu caracter sportiv-aplicativ" have been implemented in the continuing professional education of physical education teachers and coaches at the Continuing Education Resource Centre of IEFS USM. The results were tested in institutions and sports clubs in the Republic of Moldova, Romania and Ukraine.

POLEVAIA-SECĂREANU Angela

SUPORT METODOLOGIC AL PROCESULUI DE ADAPTARE PSIHOSOCIALĂ A PERSOANELOR CU NECESITĂȚI SPECIALE ÎN SISTEMUL DE PRACTICARE A ARTELOR MARȚIALE

533.04 – Educație fizică, sport, kinetoterapie și recreație

Rezumatul tezei de doctor habilitat în științe pedagogice

Aprobat spre tipar: 14.11.2026 Formatul hârtiei 60×84 1/16
Hârtie ofset. Tipar ofset. Tirajul 50 ex.
Coli de tipar 9 Comanda Nr. 22

Rezumatul a fost tipărit la Tipografia „Pulsul Pieței”,
din Chișinău, str. Gh. Iablocikin, 5