MINISTERUL EDUCAȚIEI ȘI CERCETĂRII
UNIVERSITATEA NAȚIONALĂ DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT DIN BUCUREȘTI
INSTITUTUL DE STUDII DOCTORALE ȘI POSTDOCTORALE
ȘCOALA DOCTORALĂ

Street Dance - mijloc de îmbunătățire a capacității psihomotrice și abilităților cognitive ale elevilor din învățământul gimnazial

REZUMAT

TEZĂ DE DOCTORAT

Conducător științific:

PROF.UNIV.DR. TUDOR VIRGIL

Doctorand:
DUMITRU I. EDUARD ȘTEFAN

2025

Cuprins

INTRODUCERE **1**
Actualitatea temei **1**
Motivația alegerii temei **1**
PARTEA I. FUNDAMENTARE TEORETICĂ **2**
CAPITOLUL 1. ORIGINEA ȘI EVOLUȚIA DANSULUI **2**
CAPITOLUL 2. ANALIZA CULTURII HIP-HOP **3**
2.1. Istoricul culturii Hip-Hop **3**
2.1.1. Când, unde și cum a apărut ? 3
2.1.2. Contextul Cultural 4
2.1.3. Contextul Politic 5
2.1.4. Contextul Economic 6
2.1.5. Rolul culturii hip-hop in depășirea crizei economice și sociale 6
2.2. Elementele de bază ale culturii Hip-Hop și evoluția acesteia **7**
2.2.1. Dj-ing 7
2.2.2. Mc-ing 8
2.2.3. Breakdance 8
2.2.4. Graffiti 9
2.2.5. Knowledge (Cunoaștere/Informare) 9
2.2.6. Pași prin evoluția culturii hip-hop 9
CAPITOLUL 3. STREET DANCE - ELEMENT AL CULTURII HIP-HOP **13**
3.1. Concept și caracteristici **13**
3.2. Stiluri reprezentative **13**
3.3. Vizibilitate **15**
3.4. Apariția și evoluția street dance-ului în România **16**
CAPITOLUL 4. DE LA CULTURA URBANĂ LA CURRICULUM ȘCOLAR **18**
4.1. Delimitări conceptuale privind problematica abordată **18**
4.1.1. Conceptul de cultură 18
4.1.2. Conceptul de curriculum 18
4.1.3. Conceptul de paradigmă 18
CAPITOLUL 5. MODERNIZAREA CURRICULUMULUI ȘCOLAR PRIN INTRODUCEREA STREET DANCE-ULUI **20**
5.1. Conceptul de programă școlară, caracteristici, cerințe și structură **20**
5.1.1. Programa școlară de Educație fizică și sport 20
5.1.2. Structura și conținutul programei școlare de Educație Fizică și Sport la nivel gimnazial 20
5.2. Conceptul de disciplină opțională **21**
5.2.1. Pași spre realizarea și aprobarea unui Opțional (CDȘ) 22
5.2.2. Tipuri de opțional 23
5.3. Locul culturii hip-hop în programa școlară **24**
5.3.1. Provocări și limite în valorificarea street dance-ului în curriculum-ul școlar 24
CAPITOLUL 6. PARTICULARITĂȚILE LA VÂRSTA PREADOLESCENȚEI **25**
6.1. Particularitățile somatice ale preadolescenților **26**
6.2. Particularitățile funcționale ale preadolescenților **26**
6.3. Particularitățile motrice ale preadolescenților **26**
6.4. Particularitățile psihice ale preadolescenților **27**

CAPITOLUL 7. PSIHOMOTRICITATEA – CADRU CONCEPTUAL ȘI METODOLOGIC AL PROGRAMELOR EDUCAȚIONALE DE STREET DANCE **27**
7.1. Delimitări conceptuale și componentele psihomotricității **27**
7.2. Relația dintre street dance și psihomotricitate **28**
7.3. Componentele abordate ale psihomotricității **29**
CAPITOLUL 8. ABILITĂȚILE COGNITIVE – PREMISĂ ȘI REZULTAT AL PROCESULUI EDUCATIV **30**
8.1. Conceptul de abilitate cognitivă **30**
8.2. Relația dintre street dance și abilitățile cognitive **30**
8.3. Abilitățile cognitive abordate și relația cu dansul **31**
CONCLUZIILE FUNDAMENTĂRII TEORETICE **32**
PARTEA II. CERCETĂRI CIRCUMSCRISE TEMEI **32**
CAPITOLUL 9. STUDIU PRIVIND LOCUL STREET-DANCE-ULUI ÎN CURRICULUM PREUNIVERSITAR **32**
9.1. Scopul studiului **32**
9.2. Obiectivele studiului **33**
9.3. Sarcinile studiului **33**
9.4. Întrebări de cercetare **33**
9.5. Metodele cercetării **33**
9.5.1. Metoda studiului bibliografic 33
9.5.2. Metoda anchetei 33
9.5.3. Metoda grafică 34
9.6. Organizarea și desfășurarea studiului **34**
9.6.1. Perioada studiului 34
9.6.2. Locul studiului 34
9.6.3. Eșantioane 34
9.6.4. Logistica cercetării 35
9.7. Desfășurarea cercetării **35**
9.7.1. Etapele cercetării 35
9.7.2. Conținutul cercetării 35
9.8. Rezultatele cercetării și interpretarea acestora **36**
9.8.1. Analiza și interpretarea rezultatelor chestionarului aplicat elevilor din învățământul gimnazial 36
9.8.2. Analiza și interpretarea rezultatelor chestionarului aplicat profesorilor de educație fizică și sport 37
9.8.3. Analiză comparativă cadre didactice-elevi 38
9.9. Concluziile studiului **38**
CAPITOLUL 10. STUDIU PRIVIND CONTRIBUȚIA STREET-DANCE-ULUI LA DEZVOLTAREA CREATIVITĂȚII ȘI A UNOR COMPONENTE ALE PSIHOMOTRICITĂȚII **39**
10.1. Scopul cercetării **39**
10.2. Obiectivele cercetării **39**
10.3. Sarcinile cercetării **40**
10.4. Ipotezele cercetării **40**
10.5. Metodele cercetării **40**
10.5.1. Metoda studiului bibliografic 40
10.5.2. Metoda experimentală 40
10.5.3. Metoda de măsurare, apreciere și evaluare 40

10.5.4. Metoda grafică 40
10.5.5. Metoda statistico-matematică 40
10.6. Organizarea cercetării **41**
10.6.1. Perioada cercetării 41
10.6.2. Eșantionul și locul cercetării 41
10.7. Desfășurarea cercetării **41**
10.7.1. Etapele cercetării 41
10.7.2. Testările efectuate 41
10.7.3. Conținutul cercetării 42
10.8. Rezultatele cercetării și interpretarea acestora cu ajutorul statisticii descriptive și a metodei grafice **44**
10.8.1. Analiza și interpretarea rezultatelor inițiale și finale în urma experimentului efectuat prin intermediul statisticii inferențiale 44
10.9. Concluziile cercetării **46**
CAPITOLUL 11. PROIECT DE PROGRAMĂ PENTRU DISCIPLINA STREET DANCE – DANS ȘI SĂNĂTATE DIN CURRICULUM LA DECIZIA ȘCOLII PENTRU NIVELUL GIMNAZIAL **47**
CAPITOLUL 12. CERCETARE EXPERIMENTALĂ CU PRIVIRE LA INFLUENȚAREA CAPACITĂȚII PSIHOMOTRICE ȘI ABILITĂȚILOR COGNITIVE ALE ELEVILOR DIN ÎNVĂȚĂMÂNTUL GIMNAZIAL PRIN MIJLOACE SPECIFICE STREET DANCE-ULUI **53**
12.1. Scopul cercetării **53**
12.2. Obiectivele cercetării **54**
12.3. Sarcinile cercetării **54**
12.4. Ipotezele cercetării **54**
12.5. Metode de cercetare **54**
12.5.1. Metoda studiului bibliografic 54
12.5.2. Metoda anchetei 54
12.5.3. Metoda experimentală 54
12.5.4. Metoda statistico-matematică și grafică de prezentare a datelor 55
12.6. Demersul operațional al cercetării **55**
12.6.1. Perioada și locul desfășurării 55
12.6.2. Eșantionul cercetării 55
12.6.3. Etapele cercetării 55
12.6.4. Conținutul cercetării 56
12.7. Procedura de intervenție **57**
12.8. Rezultatele obținute și interpretarea acestora **58**
12.8.1. Analiza și interpretarea datelor cu referire la participanții din cadrul cercetării 58
12.8.2. Analiza și interpretarea rezultatelor testărilor legate de psihomotricitate 61
12.8.3. Analiza și interpretarea rezultatelor testărilor asupra componentelor abilităților cognitive 74
Concluziile cercetării **80**
12.8.4. Analiza și interpretarea rezultatelor obținute în urma aplicării chestionarului de satisfacție 81
CONCLUZIILE GENERALE ALE TEZEI **82**
CAPITOLUL 13. ELEMENTE DE ORIGINALITATE, DISEMINAREA REZULTATELOR ȘI LIMITELE CERCETĂRII **83**

13.1. Elemente de originalitate 83
13.2. Diseminarea rezultatelor 84
13.3. Limitele cercetării 84
13.4. Recunoaștere 85
Bibliografie 85

Cuvinte cheie: Street Dance, curriculum la decizia școlii, cultura Hip-Hop, dans, capacități psihomotrice, abilități cognitive.

INTRODUCERE

Actualitatea temei

Pîslaru și Tudor (2022) consideră că educația individului reprezintă un proces complex de formare continuă, care se raportează la cerințele societății actuale, dar și viitoare. Educația de masă a apărut în perioada modernă, iar procesul educațional se desfășoară sub diverse forme și în diverse instituții precum familie și școală.

Reprezentând o artă, dar și o activitate motrică, dansul îndeplinește nenumărate obiective ale educație fizice și sportului și astfel, poate fi o disciplină benefică oricărui individ. Există în prezent nenumărate școli de dans din țară care au integrat Street Dance-ul ca fiind ceva nou, modern, ba chiar mai mult, competiții de nivel național cu deschidere internațională, pentru care aceștia își pregătesc cursanții. Totodată, unitățile de învățământ reprezintă un important factor în vederea creșterii numărului de elevi prezenți în sălile de dans, acestea fiind un bun centru de selecție.

În paralel cu aceste lucruri, dar tot în contextul schimbărilor și evoluțiilor continue ale societății, Street Dance-ul a devenit din ce în ce mai popular, mai ales în ochii copiilor din întreaga lume. De la accesul ușor la internet, la introducerea cu ușurință a anumitor mișcări, pași specifici de dans în jocurile video pe care copiii le preferă, aceste intervenții duc către integrarea culturii Hip-Hop în viața cotidiană, oferind ocazia de a deveni chiar un instrument folosit în cadrul lecțiilor de educație fizică și sport.

Cu siguranță majoritatea profesorilor de educație fizică și sport au folosit cel puțin o dată muzica în cadrul lecțiilor, poate chiar dansul, dar nu toți se simt confortabil să pună în practică dansul așa cum o fac cu fotbalul sau un alt sport de echipă, așa că un mijloc prin care acest lucru să devină mult mai ușor de aplicat cred că ar fi de folos în acest caz.

Motivația alegerii temei

Alridge și Stewart (2005) menționează faptul că în timpurile noastre, cultura Hip-Hop a evoluat foarte mult, devenind un fenomen ce se află în continuă dezvoltare și mediatizare. Pentru cei mai mulți oameni, această cultură reflectă situația economică, politică sau socială din care fac parte. Aceste caracteristici nu pot fi ignorate, reprezentând într-un fel sau altul însemnătatea culturii Hip-Hop.

Contactul meu cu această cultură a început de pe vremea când eram un adolescent care își căuta locul prin societate, iar prin intermediul Street Dance-ului, nu doar că m-am integrat foarte bine, ci chiar am ajuns să evoluez atât ca dansator cât și ca persoană, iar după modelul celor care m-au antrenat în acea perioadă am început să creez.

Din postura de profesor de educație fizică și sport, am putut observa în cadrul lecțiilor desfășurate o diminuare a interesului actualei generații de elevi privind participarea la anumite activități sau ramuri sportive. Din acest punct de vedere, considerăm că ar fi necesară implicarea unor noi metode pentru sporirea atractivității lecțiilor, Street Dance-ul având potențialul de a reprezenta un astfel de instrument și stabilirea unor standarde de performanță în acord cu particularitățile, nevoile și opțiunile elevilor din ciclul gimnazial și nu numai. Analizând aceste lucruri putem afirma că prin elementul de noutate și prin toate formele prin care poate fi accesată, cultura Hip-Hop ar putea reprezenta o atracție pentru copii. Un mare avantaj ar putea fi reprezentat de ușurința de integrare și adaptare a proiectelor didactice, muzica și dansul având posibilitatea de a fi folosite în cadrul oricărei verigi a lecției.

PARTEA I. FUNDAMENTARE TEORETICĂ

CAPITOLUL 1. ORIGINEA ȘI EVOLUȚIA DANSULUI

Prală și Tiuca (2019) subliniază faptul că dansul a existat dintotdeauna, vorbim aici despre diferite rase și popoare în diferite perioade, fiind o formă de exprimare precum vorbirea, muzica, pictura, etc. Este în același timp o artă dar și un sport, care a provocat multă bucurie în rândul oamenilor, indiferent de perioadă. Este o activitate prin care se dezvoltă capacitățile coordinative și abilitățile cognitive, fiind unul dintre cele mai plăcute moduri în care poți efectua activitate fizică și cu mare eficiență în îmbunătățirea stării de spirit, ajutând la creșterea calității vieții.

Sorell (1994) este de părere că dansul reprezintă ”întâiul limbaj al omenirii” și datorită emoțiilor puternice transmise prin intermediul mișcărilor, acesta nu se oprește aici, considerând chiar că ar fi „limbajul uman înainte de sintetizarea sa”.

Royce (1977) afirmă faptul că dansul este cea mai veche artă și în egală măsură se poate spune chiar că este mai vechi decât arta în sine. Corpul uman efectuează modele în timp și spațiu prin mișcările pe care le poate efectua, iar asta poate face ca dansul să fie unic și astfel își justifică universalitatea și vechimea.

Se vorbește în literatura de specialitate despre prezența dansului în preistorie, iar Kassing (2018) susține că aceste lucruri sunt dovedite prin ajutorul antropologilor și al specialiștilor istorici ce studiază dansul, care au descoperit diverse dovezi precum desene prin peșteri sau scrieri în moduri greu de studiat.

CAPITOLUL 2. ANALIZA CULTURII HIP-HOP

2.1. Istoricul culturii Hip-Hop

2.1.1. Când, unde și cum a apărut ?

Pentru a analiza cultura Hip-Hop ca pe o artă a rezistenței, este esențial să cunoaștem cadrul istoric care a marcat experiența afro-americană. Southern (2005) afirmă că la începutul secolului al XVII-lea, în America a debutat perioada colonială, caracterizată prin înrobirea africanilor, care a durat până în 1865, când a fost introdus al 13-lea amendament la Constituția Statelor Unite. Young (2016) spune că, în plus, după abolirea sclaviei, americanii de culoare s-au confruntat cu discriminarea din partea celor albi prin acte de violență, privare de drepturi și exploatare economică, și cu un sistem care a fost impus legal și social pentru a genera segregare rasială.

Balaban (2010) consideră că pentru a înțelege exact momentul apariției culturii Hip-Hop ar trebui să ne întoarcem în 1960, când termenul de ”South Bronx” nu exista încă, Bronx-ul fiind împărțit în partea de Est și de Vest. În acel moment, toți afro americanii și latinii se aflau în acea zonă, iar din motive rasiale și socioeconomice, acea zonă a fost denumită South Bronx pentru ca lumea să aibă la cunoștință diferența dintre acele zone. Acesta a fost un moment cheie, ajungând să fie cunoscut faptul că acolo a luat naștere cultura hip-hop prin anii 1973, tinerii din acea zonă provenind din sărăcie și cucerind lumea.

Conform lui Price (2006), perioada 1960-1970 a fost foarte importantă, mai ales din pricina mișcărilor politice ce aveau loc, asasinatele ce apăreau în rândul celor care aveau curaj să lupte pentru drepturile celor de culoare, precum Malcom X sau Martin Luther King Jr., au dus la încercarea acestora de a se face vizibili prin alte metode. Cercetătorii, Price (2006), Chang (2007), Devos (2007), sugerează faptul că momentul din 1973 în care Dj Kool Herc a mixat la ziua surorii sale pe strada Sedgwick Avenue nr.1520 din South Bronx, este ziua nașterii acestei culturi, în prezent Hip-Hop Blvd.

Hip-hop-ul combină muzica, dansul, arta grafică, oratoria și moda, fiind o formă de exprimare care abordează probleme sociale, politice, economice și religioase. Este o formă de exprimare ce se bazează pe comentariul social, criticile politice și analize economice, abordând probleme legate de prejudecățile rasiale, persecuția culturală și inegalitățile sociale, economice și politice existente de-a lungul timpului.



Figura 1. Locul nașterii culturii Hip-Hop (The Birthplace of Hip-Hop, 2023)

Ibrahim (2012) susține că a existat în acea perioadă, mai exact în 1971 un moment important, în care unul dintre lideri unei găști, Ghetto Brothers, anume Black Benjie (Cornell Benjamin) a fost omorât, iar toate celelalte grupări au hotorât să se întâlnească și să discute ce se va întâmpla mai departe dacă totul va continua în acest fel. Ghetto Brothers în frunte cu Black Benjie erau recunoscuți pentru susținerea păcii dintre găști, iar moartea acestuia a fost punctul culminant. Astfel, a avut loc o întâlnire cu reprezentanții găștilor și s-au hotărât să facă pace pentru binele întregii comunități.

În același timp, în cadrul The Hip-Hop Years (2021) ne este specificat cum mai mulți Dj, în frunte cu Dj Kool Herc acaparau petrecerile prin talentul lor. Recunoscut pentru creativitatea sa, Kool Herc surprinde pe toată lumea prin conceptul de break beat. Acesta reușea să creeze fragmente scurte de ritm pe care le repeta și astfel a dat viață conceptului de break beat pe care cei mai mulți încercau să facă anumite mișcări prin care să marcheze pauza ritmului, ajungând în cele din urmă să se numească Break Dance.

Lamotte (2014) subliniază importanța intervenției celui denumit Afrika Bambataa, care din postură de Dj dar și membru al uneia dintre cele mai neînfricate găști, Black Spades, creează o mișcare culturală denumită Zulu Nation (care unea conceptul de MC cu Dj, Graffiti și BreakDance) cu scopul de a influența oamenii către a lua parte la acte de bine, de a fi uniți și a promova starea de bine, pentru ca toți să aibă de câștigat.

2.1.2. Contextul Cultural

Sullivan (2007) consideră că un prim punct al discuției despre o paradigmă culturală a Hip-Hop-ului ar putea fi despre modul în care era văzut Bronx-ul și mai ales South Bronx-ul de la finalul celui de-al doilea război mondial și până la anii controversați în care Bronx-ul era considerată lumea a treia a Americii.

Ținta acestui subcapitol o reprezintă diferențele dintre oamenii ce au luat parte la procesul de apariție a culturii Hip-Hop, la continuarea și dezvoltarea acesteia. Acest lucru fiind dezbătut mai ales din punct de vedere al găștilor ce existau în acea perioadă dintre 1950 și 1970.

În 1968 războiul dintre aceste găști era la cote intense, un număr mare de tineri murind aproape zilnic, familii distruse, instalându-se haosul în rândul oamenilor. Putem observa numărul mare de găști existente, aici fiind doar câteva exemple importante, de adunări semnificative.

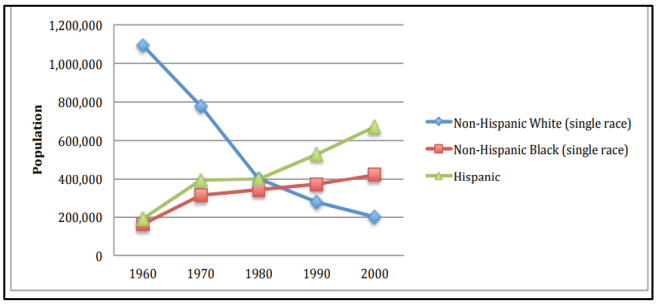


Figura 2. Graficul etniilor 1960-2000 din Bronx (Bronx data center, n.d.)

2.1.3. Contextul Politic

Hagedorn (2009) ne spune că între 1966 și 1973 primarul din New York era John Lindsay, care spre deosebire de ceilalți care atunci când întâmpinau probleme cu găștile de obicei le înlăturau cu forța, acesta a coborât chiar în plină stradă încercând să găsească soluții alături de liderii acestora pentru ca situația să meargă spre bine și să existe pace pe teritoriului Bronxului, acolo unde existau cele mai mari probleme.

Una dintre cele mai importante grupări ale acelei perioade, The Ghetto Brothers, a fost fondată de, Yellow Benjy, care a pornit pe această cale împreună cu familia sa, dar menționează într-un interviu faptul că la un moment dat au ajuns să existe 2500 de mebrii în această gașcă. Acesta este menționat cu importanță aparte față de alți lider de grupări de acest gen, deoarece The Ghetto Brothers a fost prima care a susținut și promovat pacea între toate găștile existente și faptul că împreună ar putea face lucruri benefice întregii comunități. Asta și datorită faptului că era un moment în care după cum am menționat anterior, aceste grupări erau mult mai politicizate decât de obicei, având reguli și încercând să fie pe cât de posibil influente. În cadrul Rubble Kings (2020) putem observa totul, iar Benjy afirmă în 1971 faptul că ”nu mai suntem o gașcă, ci o organizație”.

McLaughlin (2019) efectuează în lucrarea sa un scurt istoric, o trecere rapidă printre anii și cele mai importante momente ale Bronx-ului din acea perioadă.

Tabel 1. Momente reprezentative din South Bronx

Anul	Punctul culminant
1920-1950	South Bronx oferea locații stabile pentru primii emigranți Europeni.
1930-1960	Robert Moses, construiește patru drumuri mari, trei poduri și case masive ce provoacă diferențe imense la nivel social între locuitori.
1940-1960	Crește numărul de puertoricani, afro americani, familii indiene aceștia se mută în South Bronx, iar în același timp americanii albi se mută de acolo, locurile fiind pline de persoane de culoare și latini din acel moment.
1947-1981	New York pierde jumătate de mână de lucru și din fabricile pe care le aveau, creșterea având loc cu dificultate după aceste întâmplări.
1960-1970	Explodează traficul de droguri, crește numărul crimelor, al violențelor, ceea ce produce instabilitate.

1960	Femeile se organizează pentru școli mai bune și servicii.
1970	Crește numărul incendiilor, cauzând devastarea multor locuri. Activiștii preiau controlul Spitalului Lincoln, formând o secție antidrog.
1972	Se fondează Biroul de Sfaturi al Populației.
1973	Hip-Hop-ul apare și crește până va deveni una dintre cele mai cunoscute Culturi ale lumii.
1975	Criza fiscală din New York cauzează tăieri masive în rândul serviciilor, cei săraci suferind foarte mult.
1976	Membrii comunității se luptă pentru păstrarea Colegiului Hostos.
1977	O pană de curent ce a durat 25 de ore provocând masive jafuri și incendii provoacă mari daune ariei comerciale.
1980	Statistica ne arată faptul că din cauza celor întâmplate, populația a scăzut cu 315.000 de locuitori în 10 ani, iar South Bronx este declarat cel mai sărac Stat dintre Statele Unite ale Americii.
1985-1990	O puternică epidemie de Hiv lovește și se extinde rapid.
1986	Primarul Koch propune un plan în valoare de 5 miliarde de $, pentru a reabilita orașul.
1990	Nivelul crimelor începe să scadă, orașul se reclădește, se înmulțesc ajutoarele oferite populației.
1997	Bronx câștigă Concursul American al orașelor, demonstrând perspectivele pe care le au.
200-2018	Se înmulțesc foarte mult Pre și After School-urile, acest lucru îmbunătățind nivelul educației.
2014	Primarul de Blasio investește 41 miliarde de $ pentru a îmbunătăți situația caselor din Bronx.
2015- prezent	Dezvoltatorii din prezent construiesc totul la un nivel luxos în toată zona de South Bronx.

2.1.4. Contextul Economic

Korrol (1994) confirmă că în ceea ce privește acest subpunct, unul dintre cele mai importante momente îl reprezintă construirea drumului expres Cross Bronx, dintre 1948-1972, drum care a produs mai apoi sosirea tuturor persoanelor de culoare și de rasă latină din afara orașului, acest lucru având un impact puternic asupra economiei din South Bronx.

Literatura de specialitate, printre care și Chronopoulos (2017) ne prezintă South Bronx 1970 drept una dintre cele mai mari crize economice din America. Ne sunt evidențiate fapte ale comunității din acea zonă efectuate în vederea dezvoltării și a dorinței de a se ridice din punctul în care se aflau. Doar faptul că fenomenul de privatizare s-a extins până în acea zonă a adus un gram de noroc și în același timp cultura Hip-Hop nu i-a lăsat să cedeze.

2.1.5. Rolul culturii hip-hop in depășirea crizei economice și sociale

Forman (2002) este de părere că muzica Rap reprezintă imaginea perioadei grele prin care South Bronx-ul trecea și atrage în mod cert atenția spre starea economică pe care o aveau, barierele întâlnite în cale separând până și oamenii de culoare în clase de mijloc și înalte față de cei din ghetou. Rap-ul reflectă interacțiunea dintre clasele divizate de afro americani și greutățile prin care au trecut din punct de vedere social, economic, politic, ce au dat naștere acestei forme muzicale prin care oamenii își exprimă cele mai mari nemulțumiri.

Baldwin (1999) consideră că masiva reorganizare din punct de vedere cultural și economic din 1980 a atras oamenii de culoare din toate direcțiile, astfel, în același timp în care clasa mijlocie de culoare creștea, o masă mare de oameni rămânea în zonele rurale. Dorința de a reuși creștea puternic în toate persoanele, mai ales având ca model cultura hip-hop care creștea și totul devenea profitabil chiar dacă s-a născut într-o perioadă grea și plină de probleme.

2.2. Elementele de bază ale culturii Hip-Hop și evoluția acesteia

Chang (2007) ne prezintă un interviu al unuia dintre pionierii culturii hip-hop, Dj Kool Herc, care menționează faptul că unii oameni vorbesc despre patru elemente existente ale culturii: dj-ing, mc-ing, b-boying și graffiti, dar el consideră că acestea ar fi mult mai multe, precum, felul în care mergi, felul în care vorbești, modul în care te uiți și cel în care comunici, toate aceste lucruri sunt caracteristici ale persoanelor ce fac parte din cultura hip-hop, aceasta fiind vocea unor generații.

Într-un interviu acordat lui Davey (1996), un jurnalist ce cunoaște cultura, unul dintre pionierii acesteia, Afrika Bambaataa, oferă o definiție ce trebuie luată în calcul, ”oamenii trebuie să înțeleagă la ce te referi atunci când spui hip-hop, acest lucru semnificând întreaga cultură. Adică, mc-ing este parte din cultură, dj-ing este parte din ea, modul de a te îmbrăca și de a vorbi sunt de asemenea parte din hip-hop. La fel sunt breakdance-ul, (b-boys) break boys și (b-girls) break girls, felul în care te porți, privești și vorbești, dar și toată muzica care îți oferă acea stare, acel (groove), totul face parte din hip-hop”.

Despre elemente culturii hip-hop ca fiind cele 5 menționate anterior vorbește și Adjapong (2017), care spune că peste tot prin cartierul în care locuia era plin de mc, dj, bboy/bgirls, graffitti și că toți erau implicați și aveau o sete de cunoaștere și de evoluție. Chiar ne oferă exemple de momente și întâmplări. Un artist graffiti local a pictat și etichetat pe porțile magazinelor care au fost completate de o frumoasă pictură prin spray a membrilor comunității, victime ale violenței. Pe locul de joacă de pe strada din casa copilăriei sale, fetele foloseau mișcări de dans în rutinele lor de sărit sfoara. Iar aproape zilnic Rar exista un cypher în care toți dansau. Aceste lucruri întruchipează cultura hip-hop.

2.2.1. Dj-ing

Brewster și Broughton (2006) consideră că termenul de Dj vine de la conceput de disc jockey și a fost denumit așa pentru prima dată în 1935 de către comentatorul de radio american Walter Winchell. Ca să înțelegem cu exactitate de unde vine acest termen ar trebui

să ne îndreptăm privirea către Thomas Edison, care în 1877 inventează fonograful, primul aparat din lume folosit pentru înregistrarea și redarea sunetelor. Continuând pe această cale, în 1906 Reginald Fessenden se pare că este prima persoană din lume care se înregistrează cântând și mai apoi trimite aceste sunete prin unde radio emise printr-un aparat al lui Edison.

Cei doi specialiști enumeră în cartea sa și o serie de evenimente și persoane care au făcut ca acest termen să ajungă atât de cunoscut, precum Eunice Randall (prima femeie care lucra la radio dar era și inginer), Cristopher Stone, primul Dj britanic, Dj Martin Block (unul dintre cei mai renumiți Dj din lume), Jack Cooper și Al Benson reprezentivi ai perioadei postbelice, când Dj de culoare își făceau simțită prezența din ce în ce mai puternic sau Francis Grasso (cunoscut ca fiind printre primii cei mai buni Dj care îmbinau cu ușurință beaturile) și acest șir continuă până în prezent, muzica fiind într-o continuă schimbare, la fel și tehnologia.

2.2.2. Mc-ing

Ca formă de bază, MC, conform Collins English Dictionary (2012), semnifică prescurtarea de la Master of Ceremonies (maestru de ceremonii) acesta având la început rolul de gazdă de eveniment, cel care întreține atmosfera și invită oamenii la dans. Acest lucru s-a dezvoltat trecând apoi la a folosi rime, o tehnică care surprindea publicul și toți erau încântați, trecând apoi către rap-ul din zilele noastre.

Bynoe (2005) efectuează un ghid pe baza culturii hip-hop unde sunt prezentate elementele acesteia, iar Mc-ing este definit ca fiind partea lirică a hip-hop-ului, ce are în conținutul său spoken words (cuvinte rostite).

Kelley (2001) este de părere că limbajul culturii hip-hop a stabilit o tradiție care servește ca fundament al acesteia. Modul de vorbire din South Bronx de la începuturi a stabilit un precedent care continuă să producă elemente de vocabular nou și astăzi.

2.2.3. Breakdance

Fitzgerald (2009) ne oferă o definiție potrivită ”Dacă rap-ul este vocea culturii hip-hop, graffiti este imaginea sa publică iar breakdance-ul este întruchiparea sa fizică”.

Rajakumar (2012) consideră că toți cei din acea perioadă, parte din cultura hip-hop, au îmbrățișat trecerea de la lupta din stradă către lupta de stradă prin dans, deși nu toată lumea înțelegea această formă de liberă exprimare, existând la începuturi câteva probleme cu poliția care nu știa ceea ce ei făceau pe străzi, crezând că tinerii se bat, ei de fapt dansând.

2.2.4. Graffiti

Conform lui Levy et. al. (2006), este o formă de comunicare vizuală, de artă, ce are la baza sa exprimarea în spații publice, marcarea lor fiind ilegală. Această artă reprezintă evidențierea unor simboluri sau denumiri pentru a atrage atenția asupra lor, ce poate avea trimiteri dure, mesaje puternice, sau poate fi privită precum o frumoasă artă, cei implicați folosindu-se de libertatea lor de exprimare prin intermediul sprayurilor.

Chang (2007) menționează că graffiti-ul a fost folosit la baza sa în mod original de găștile din acea perioadă pentru a-și marca teritoriile, pentru a demonstra puterea pe care aceștia o aveau, fiind o puternică unealtă de autoexprimare.

2.2.5. Knowledge (Cunoaștere/Informare)

Price (2006) consideră că în timpul perioadei 1980, cultura hip-hop s-a extins ca valoare, astfel, elemente noi au fost adăugate fără să dispară celelalte pentru ca aceasta să crească și să fie într-o continuă evoluție. Membrii importanți, precum Zulu Nation, afirmau în acea perioadă faptul că există un al 5 lea element și anume, cunoașterea (knowledge). Aceștia susțin că înainte de toate trebuie puse mereu lucrurile ce stau la baza culturii pentru a construi o bază solidă pentru evoluție.

2.2.6. Pași prin evoluția culturii hip-hop

Vă propunem trecerea printr-o cronologie a hip-hop-ului adaptată după (Adaso, 2019; Femi, 2021);

- **1925:** Earl Tucker (Snake Hips), un dansator de la Cotton Club inventează câteva mișcări care se pare că erau asemănătoare cu cele Street Dance din zilele noastre.
- **1948:** Începe construcția la ruta Bronx Express, rută ce avea să contureze întreagă istorie a Bronx-ului de atunci înainte.
- **1950:** Are loc un duel Dj între Coxsone Coxsone Dodd's "Downbeat" și Duke Reid's "Trojan", care ne oferă pentru prima dată imaginea de battle.
- **1962:** James Brown are o interpretare live la Apollo care intră și rămâne în istorie.
- **1965:** Muhammad Ali pornește o tradiție prin a recita câteva rime înainte de partidele sale de box.
- **1966:** Clive Campbell migrează spre America unde ajunge să i se spună Kool Herc făcând graffiti.
- **1968:** O gașcă foarte cunoscută din Bronx își schimbă numele din Savage Seven în Black Spades. Aceasta avea să devină cunoscuta organizație Zulu Nation.

- **1969:** James Brown lansează hit-ul ”Sex Machine”, una dintre piesele care au făcut istorie.
- **1971:** Aretha Franklin lansează piesa ”Rock Steady” de unde va prelua numele Rock Steady Crew, trupă care a adus bazele breakdance-ului în toată lumea.
- **1973:** DJ Kool Herc mixează la petrecerea de ziua surorii sale, la 1520 Sedgwick Avenue în Bronx. Acesta mixează două înregistrări în același timp și folosește metoda de breal beat pentru a controla mulțimea. Kevin Donovan, care este cunoscut sub numele de Afrika Bambaataa de la un fost conducător al tribului Zulu, formează Zulu Nation.
- **1974:** Pe lângă Dj Kool Herc au apărut Afrika Bambaataa, Grandmaster Flash, Grandmaster Caz și alături de ei câțiva MC care întrețineau atmosfera și apare pentru prima dată termenul de Hip-Hop, Afrika Bambaataa menționează într-un interviu online, fapul că Keith Cowboy îl folosește pentru prima dată la o petrecere alături de The Furious Five.
- **1975:** Coke la Rock este cunoscut ca primul rapper, acesta fiind Mc-ul lui Dj Kool Herc. Grandmaster Flash inventează din greșeală scratch-ul, atingând disc-ul și văzând acest sunet decide să îl folosească în intervențiile sale.
- **1977:** The Rock Steady Crew (faimoasa trupa de dans) apare și este formată la început din: JoJo, Jimmy Dee, Easy Mike și P-Body.
- **1979:** Conform DE (1993-2009), Sugarhill Gang’s lansează “Rapper’s Delight” care este printre cele mai cunoscute piese Hip-Hop din toate timpurile, ajungând chiar pe locul 36 în top Billboard (publicația americană recunoscută pentru clasamentele discografice).
- **1980:** Muhammad (2024) evidențiază faptul că Kurtis Blow este primul rapper care apare la TV, în cadrul Soul Train. Tot el lansează și piesa The Breaks la Mercury Records, care se va vinde în peste 1 milion de exemplare.
- **1982:** Afrika Bambaataa și Soul Sonic Force lansează “Planet Rock” la Tommy Boy Records. Grandmaster Flash și The Furious 5 lansează “The Message” la Sugarhill Records. Fab 5 Freddy și Charlie Ahearn produc ”*Wild Style”*, un film Hip-Hop în care vor fi invitate mai multe personalități dintre cele menționate anterior, precum Flash, Rock Steady Crew și alții. Acesta deschide o nouă cale pentru Hip-Hop.
- **1983:** Grandmaster Flash intră într-o dispută cu Sugarhill, chiar ajung în instanță pentru 5 milioane de dolari pentru drepturi de autor. Aceasta provoacă despărțirea grupului și trage un semnal de alarmă.

- **1984:** Russell Simmons și Rick Rubin formează echipă pentru apariția uneia dintre cele mai importante case de producție, Def Jam Records. Michael Jackson face pentru prima dată 'moonwalk' la premiile Grammy, împrumutând elemente de breaking pentru scenă.
- **1986:** Run DMC lansează albumul "Raising Hell" care este primul ce a primit platina. Prin colaborările cu Adidas, aceștia scot stilul hip-hop vestimentar și mai mult în evidență.
- **1988:** După destui ani în care au neglijat hip-hop-ul pe TV apare prima emisiune la MTV, *"Yo! MTV Raps."*. N.W.A lansează albumul de aur "*Straight Outta Compton"*.
- **1991:** N.W.A. lansează albumul "*N****z For Life" care se vinde în peste* 954,000 de copii din prima săptămână ajungând pe locul 1 în topuri.

  The Notorious B.I.G. apare în revista The Source ca fiind un rapper de succes.
- **1993:** Dr. Dre's lansează albumul "*The Chronic"* care atinge distincția de platină.
- **1994:** Nas lansează și el "*Illmatic"* care atinge aurul și este recunoscut precum unul dintre cele mai bune din toate timpurile.

  Tupac este jefuit și împușcat de 5 ori în New York, dar își revine după acest incident.
- **1995:** Queen Latifah câștigă un premiu Grammy pentru "Best Rap Solo Performance" pentru piesa sa *"Unity"*. Tupac semnează cu Death Row Records după ce Suge Knight îi plătește cauțiunea de 1.4 milioane de dolari schimbând în acel moment taberele și aprinzând conflictul dintre West și East Coast.
- **1996:** Pe 7 Septembrie după meciul de box al lui Mike Tyson, Tupac Shakur este împușcat și ajunge cu multiple răni la spital, acesta urmând să moară pe 13 Septembrie în spital. Dr. Dre pleacă de la Death Row și își face propria casă de discuri.
- **1997:** The Notorious B.I.G. este și el împușcat mortal și ambele cazuri rămân nerezolvate până în prezent. Missy Elliott lansează albumul Supa Dupa Fly în care combină Hip-Hop cu R & B și devine cea mai de succes artistă rapp a tuturor timpurilor.
- **1998:** Dr. Dre îl lansează pe Eminem la casa sa de producție. Lauryn Hill's își face debutul, "*The Miseducation of Lauryn Hill"*, îi aduce acesteia 11 nominalizări la Grammy și 5 câștiguri, incluzând Albumul Anului dar și premiul pentru Cel mai bun artist nou.
- **1999:** Eminem, cel mai cunoscut rapper care nu este de culoare, rupe toate barierele cu primul său album "*The Slim Shady LP"*.
- **2000:** Eminem lansează al doilea album "*Marshall Mathers LP"* și confirmă ca viitor mare rapper câștigând chiar și 2 premii Grammy în acel an.

- **2002:** Apare filmul 8 Mile despre viața lui Eminem și în cadrul acestuia lansează piesa *"Lose yourself"* care este și în zilele noastre una dintre cele mai cunoscute.
- **2003:** 50 Cent lansează albumul *"Get rich or die tryin'"* care îl propulsează direct în topuri. În același timp este evidențiată o perioadă plină de bijuterii, de bling bling-uri, artiștii Hip-Hop folosindu-le tot mai des.
- **2004:** Kanye West lansează albumul de debut *"The College dropout"* și intră în topuri, combinația dintre hip-hop și R&B continuă să de-a roade, Usher lansează *"Yeah"* care urcă instant pe locul 1 în toate topurile, fiind o piesă marcantă pe care se dansează chiar și astăzi.
- **2005:** The game lansează albumul *"The Documentary"* prin care aduce un omagiu rădăcinilor sale din vest prin cel care avea să rămână cel mai bun album al său.
- **2007:** KRS-One și Marley Marl trec peste rivalitatea lor de 20 de ani și colaborează la albumul "*Hip-Hop Lives".*
- **2008:** La alegerile prezidențiale din 2008, Barack Obama îi impulsionează pe artiștii Hip-Hop să vină în susținere și aceștia punctează.
- **2009:** Eminem lansează *"Relapse",* albumul ajunge nr.1 și primește un Grammy pentru cel mai bun al anului.
- **2013**: Kanye West își proiectează piesa *"New Slaves"* pe 66 de clădiri din lume.
- **2014:** Dr. Dre îl dă în judecată pe Suge Knight pentru drepturi de autor. 50 Cent pleacă de la Shady Records, Aftermath și Interscope și semnează cu Capitol Records.
- **2018:** Anul în care doar o singură piesă din 11 care au fost tot anul pe locul 1 în top Billboard nu a fost Hip-Hop, așadar piața a fost domin Hop.
- **2019, 2020, 2021:** Acești ani sunt marcați de noile apariții din industrie, precum, Rich the Kid, Mega Thee stallion, NLE Choppa, 6ix9ine și de evoluția unora precum Nicky Minaj, 21 Savage, Travis Scott, DaBaby și alții.
- **2022:** Eminem, Kendrick, Dr.Dre, May J.Blige, Snoop Dogg, 50 Cent și Anderson Paak concertează în pauza SuperBowl, show-ul având elemente culturii hip-hop prezente și a fost cel mai mare eveniment TV al anului.
- **2023:** Pe 11 august 2023, hip-hop-ul a împlinit 50 de ani. Comemorând ziua în care DJ Kool Herc a fost DJ, aniversarea a fost sărbătorită pe tot parcursul anului sub forma unor observații legate de rapperi, a unor festivități de premiere și multe alte lucruri de acest gen.
- **2024:** Breaking-ul este inclus în lista sporturilor olimpice în cadrul Jocurilor Olimpice de la Paris, iar scena muzicii este acaparată de atacurile dintre Kendrick Lamar și Drake.

- **2025:** Albumul lansat de Kendrick Lamar „GNX” se bucură de un imens succes, iar acest lucru îl propulsează în toate topurile reușind să câștige nu mai puțin de 5 premii Grammy pentru piesa „Not like us” ș să aibă un total de 11 nominalizări, recordul fiind de 12 nominalizări, deținut de Michael Jackson. Totodată, Hip-Hop-ul dovedește cât este de puternic prin acapararea premiilor Grammy și întregii festivități, în plus, Kendrick primește și onorează cu succes invitația oferită de către Apple Music din cadrul Super Bowl, poate unul dintre cele mai iubite și așteptate evenimente sportive din lume.

CAPITOLUL 3. STREET DANCE - ELEMENT AL CULTURII HIP-HOP

3.1. Concept și caracteristici

Specialiștii, printre care și Smith (2010), adaugă alături de breakdance și altele precum popping, locking, house dance, hip-hop, tot ca formă de expresie a celor aflați în stradă, făcând apoi o legătură între acestea și oferind o denumire scurtă pentru acest lucru, street dance. Bragin (2015) afirmă că de la muzica ascultată, vocabularul, hainele pe care le purtau și mișcările pe care le făceau, a apărut apoi termenul de street dance.

3.2. Stiluri reprezentative

Breakdance

Perkins (1996) susține că la începuturile culturii, oamenii au folosit breakdance-ul ca formă de eliberare, ca un mod de exprimare, aceștia putând să arate altfel decât prin forța brută cine este mai priceput. Astfel, acolo în stradă au apărut primele forme de Battle, de duel în dans 1 la 1 pentru a impresiona pe toată lumea care privea și pentru a înfrunta astfel poate chiar pe cineva dintr-o bandă adversă, ce mai apoi s-a denumit trupă și se înfruntau între ele în stradă, sau în cluburi pe ritmuri hip-hop.

Locking

Kawalik (2019) vorbește despre cum acest stil a explodat de la petrecerile de cartier și cluburile de noapte, dar și prin intermediul Soul Train al lui Don Cornelius. Aproape toți celebrii artiști ai stilului locking au dansat la Soul Train, inclusiv Don "Campbellock", care în ciuda meritelor sale de creator al stilului locking și a impactului său asupra emisiunii, a părăsit celebra emisiune pentru a protesta pentru plata egală a dansatorilor. Majoritatea dansatorilor ce au trecut pe la Soul Train au devenit celebri, coregrafiind pentru artiști precum Tina Turner, MJ sau James Brown. Precum tot ceea ce se întâmplă cu întreaga cultură care a evoluat continuu, la fel este cazul și aici inspirând videoclipuri muzicale de astăzi, cum ar fi piesa "Walk It Like I Talk It" a lui Migos.

Popping

Stevens (2006) consideră că din punct de vedere tehnic, popping-ul are la baza sa contracții musculare rapide dar cuprinde și elemente și tipuri de mișcare precum waving (valul) și altele.

Acest stil a ajuns în Fresno și în Oakland prin anii 1960. Boogaloo Sam efectua câteva mișcări și i-a învățat pe fratele său, Popin' Pete și pe vărul său, Skeeter Rabbit. Cei 3 au format legendarul grup de dans Electric Boogaloos și au atras atenția altor dansatori, Boogaloo Shrimp și Pop N Taco, care li s-au alăturat. Aceștia și-au format o imagine și au obținut locuri în filme influente Beat Street, Breakin' și Breakin' 2: Electric Boogaloo. De asemenea, au lucrat din postura de coregrafi și au avut lecții private cu artiști precum Janet Jackson, Chaka Khan sau Michael Jackson - Boogaloo Shrimp fiind creditat cu „back slide", mișcarea pe care a făcut-o cunoscută MJ sub numele de Moonwalk. (Kawalik, 2022)

Hip-Hop

Ma (2024) susține faptul că în cadrul petrecerilor care erau parte din această cultură Hip-Hop nu toată lumea putea face mișcările atletice solicitante de breakdance și nici nu erau interesați de competiție, așa că unii au început să se miște diferit, ușor, distractiv și mult mai social decât o făceau ceilalți. Câteva exemple ale acestor mișcări de dans sociale sau de petrecere sunt cabbage patch, harlem shake, running man, toți le învățau și le efectau împreună la petreceri.

Buddha Stretch (n.d.), un pionier al culturii, ne oferă cele mai bune informații legate de pașii și semnificația acestui stil de dans parte din street dance, menționând că este un gen care îi unea pe dansatori mai mult decât celelalte, accentul fiind pus pe socializare. Tot el explică că se dansa diferit în funcție de zone și deja se inventau pași care erau strigați atunci când se executau prin cluburi precum Inferno, Rooftop sau Union Square. Acesta menționează și că prin 1986 deja vedea cum se formau primele trupe care foloseau predominant stilurile Breakdance și Popping, dar ușor, ușor, în urma unor apariții Hip-Hop din clubul Union Square ne spune că și acest stil se face cunoscut și că pregăteau deja show-uri în deschiderea unor artiști precum Salt n Pepa sau Will Smith.

House Dance

În cadrul What is House Dance (2024) ni se aduce la cunoștință faptul că stilul House a luat naștere prin 1980, evoluând odată cu muzica house, cunoscută pentru ritmurile sale ritmice. El este format dintr-o fuziune, provenind din jazz, disco și tradițiile dansului african. Apare și se dezvoltă în mediul cluburilor de noapte din Chicago și din New York.

Roberts (2024) reușește să aibă un interviu cu Loose, un pionier al acestui stil de dans, care declară că majoritatea persoanelor care au pus umărul la crearea house dance au venit din medii/culturi unde se cânta foarte mult la tobe. Acesta afirmă că ritmul, bătaia unii îl/o au în sânge și consideră că poți învăța pașii, dar nu poți învăța sentimentul.

Menționăm: vogue, waacking, krump, c-walk, dancehall, afrohouse, litefeet, electro dance, etc. Acestea sunt alte forme reprezentative ale ansamblului de stiluri street dance care s-au format pe parcursul anilor. Aceasta este o calitate în plus a tuturor elementelor culturii hip-hop care s-au adaptat și reușesc să țină pasul cu tot ceea ce este modern și să evolueze constant.

3.3. Vizibilitate

Kitwana (2002) remarcă importanța anilor 80' atunci când apăreau filme cu conținut coregrafic din street dance, precum Flashdance din 1983, care a prezentat mișcările fanteziste și lucrul la podea al trupei Rock Steady Crew. Acest film, în special, a ajuns la un public nou, la fel ca Beat Street din 1984, Breakin' tot din 1984 și Breakin' 2, sau Rappin' din 1985, fiecare dintre ele prezentând elemente ale culturii. Odată cu apariția acestora, cultura s-a extins la nivel internațional, având un impact uriaș.

Ma (2024) consideră că televiziunea a fost un alt mediu care a reunit toate elementele de bază ale hip-hop-ului și le-au adus către publicul larg, prin emisiuni sau reclame pentru branduri importante precum Burger King, Pepsi, Coca-Cola, Panasonic, talk-show-uri, emisiuni de știri și chiar Jocurile Olimpice de vară din 1984 au folosit elemente de street dance.

James Brown a popularizat, de asemenea, mai multe mișcări de dans care vor influența ulterior viitoarea generație hip-hop. (Durden, 2019); De asemenea Michael Jackson s-a inspirat în special de la dansatorii de locking și popping pe care i-a văzut la Soul Train, iar în 1983, el execută Backslide (Moonwalk) în timpul interpretării piesei ”Billie Jean”.

Ogg și Upshal (2001) confirmă că în anii 90, MC Hammer și Will Smith au fost doi dintre cei mai notabili artiști, oferind publicului câte ceva din toate elementele culturii hip-hop. Acești doi artiști au arătat că expresia artistică poate aduce oameni diverși împreună, uniți fiind de pasiunea lor pentru muzică, dans, artă. Pe lângă ei, grupurile interrasiale, cum ar fi Beat Junkies, Fabulous 5, Rock Steady Crew și Black Eyed Peas servesc ca exemple a puterii multiculturale a hip-hop-ului.

Li și Vexler (2019) evidențiază cel mai recent exemplu de evoluție a street dance-ului spre sportul de performanță. Este vorba despre confirmarea făcută de către Comitetul

Internațional Olimpic (CIO) pentru ca breakdance-ul să fie inclus în Jocurile Olimpice de la Paris din 2024 (CIO, 2019). Zuma și Rooijackers (2020) consideră și ei că acest lucru indică noi oportunități de dezvoltare pentru industrie, cu siguranță un număr tot mai mare de companii comerciale și agenții de publicitate vor investi bani în industria breakdance.

De atunci și până în prezent a continuat să se extindă prin intermediul tuturor albumelor scoase de artiștii momentului și prin filmele ce conțin elemente sau imagini ale culturii hip-hop, branduri mari precum Nike, Fila, Reebok susțin evoluția acesteia și bineînțeles prin intermediul tuturor competițiilor de Dj/Mc/Street Dance/Graffitti și social media.

3.4. Apariția și evoluția street dance-ului în România

Diverse surse online, printre care și Ghișa (2020), sunt de părere că trupa Simplu se formează chiar în anii 2000, atunci când două trupe care dansau breakdance se unesc și reușesc să aibă un impact puternic la nivel național și șocând cu mișcările lor. Se pare că a fost un val național în cadrul căruia și alți artiști foloseau lucruri specifice culturii hip-hop, precum haine specifice și graffiti prin clipuri video sau mișcări de street dance.

Conform datelor de pe internet, în 1999 apare trupa Animal X care reușește să aibă un impact național masiv și chiar să fie prima trupă din România care câștigă un premiu la MTV Europe Music Awards (modalitate de celebrare și premiere a celor mai bune videoclipuri din europa). Formația chiar se arată a fi foarte implicată și în mediul social, putem face aici o paralelă între găștile care au devenit mai târziu organizații și promovau evoluția, aceștia sunt remarcați de CNN în 2002 care anunță că proiectul lor ”Turneul muzical Antidrog”, este cea mai mare campanie de tip social din Europa de Est. Tot ei, în 2006 fondează ONG-ul ”Generația Verde” pentru a sprijinii tinerii din România și a promova educația ecologică.

Așadar, ambele trupe prin impactul lor masiv la nivel național și chiar internațional prin premiile și imaginea pe care o aveau au pus umărul la apariția și evoluția culturii hip-hop și implicit a street dance-ului în România, imediat de aici totul luând amploare și având deja după anii 2000 tot mai multe videoclipuri și chiar trupe de dans non-televizate.

Conform Onebeatdancestudio (2009), prin anii 2004-2005 încep să apară școlile de dans sau pur și simplu dansatori care mai târziu aveau să deschidă propriile studio-uri ce vor marca evoluția street dance-ului din România, ca de exemplu Trouble sau Onebeat, care prin 2009-2010 deja își făceau apariția și pe la TV.

Rând pe rând încep să apară nenumărate concursuri la nivel național și mai apoi cu deschidere către internațional, competiții de street dance care și-au pus amprenta asupra evoluției sale, precum: Cupa Școlilor la Street Dance, Nymphea, Hip-Hop International, Bounce, International Dance Organisation, DanceStar, Street Groove Jam, etc.

În afară de acestea, prin anii 2008-2009 încep să apară Street Dance Camp-urile în România, tabere în care dansatorii mergeau să experimenteze diverse tehnice și coregrafii pregătite de coregrafii invitați să predea în cadrul evenimentului.

În prezent, există nenumărate studiouri de dans ce conțin în oferta lor și street dance pe lângă alte stiluri de dans, dar și săli ce se ocupă exclusiv doar de asta, reușind să avem trupe care reprezintă România la nivel internațional, prin Anglia, Croația, Germania și chiar USA. Câteva exemple de acest gen: Trouble Dance Academy (cu trupe ce au participat de-a lungul anilor chiar în cadrul finalelor mondiale din USA ale concursului Hip-Hop International), Artizthik (școală fondată de membrii experimentați care au participat de asemenea în mai multe țări printre care și în USA în 2013 și care au pus baze solide pentru dezvoltarea street dance-ului în România), X Style (poate școala de dans cu cele mai multe participări internaționale reprezentând street dance-ul la nivel de copii și juniori, plecând de mai multe ori în USA dar și în alte țări), Challenge Arts (studio de street dance cu fondatori experimentați ce au un impact puternic în prezent), Revolution Dance Studio, Lil Style, Unique, Street Groove, plus altele, sunt doar câteva nume de școli de dans cu impact în dezvoltarea street dance-ului din România.

Recent, RedBull s-a asociat cu street dance-ul din ce în ce mai mult, iar de câțiva ani organizează un campionat mondial de street dance, care se cheamă RedBull Dance Your Style, eveniment în cadrul căruia participă și România. Prin intermediul acestei competiții street dance-ul din România devine și mai vizibil, oferind de fiecare dată în anii precedenți un show minunat pentru publicul de toate vârstele, ocupând arene și străzi întregi de spectatori ce doresc să fie parte din fenomen. În plus reprezintă și o rampă de lansare pentru dansatorii din România la nivel național, iar pentru cei mai buni dintre ei chiar și la nivel internațional, câțiva (Sătănel, Adam, Impulse, exemple de dansatori care au câștigat dreptul de a ne reprezenta internațional) plecând peste hotare pentru a reprezenta țara la finala mondială a RedBull Dance Your Style.

CAPITOLUL 4. DE LA CULTURA URBANĂ LA CURRICULUM ȘCOLAR

4.1.Delimitări conceptuale privind problematica abordată

4.1.1. Conceptul de cultură

Tylor (1870) definește cultura ca fiind un lucru complex care include cunoștințe, credințe, arte, valori, legi și orice alte capacități și medii conform cărora omul este membru al societății.

Hofstede (1994) spune că abordată drept programare mentală colectivă a gândirii, cultura provine din mediul social al persoanei şi nu din genele sale, astfel, trebuie să facem diferențe între *natura umană*, care se moşteneşte prin informaţia genetică, faţă de noţiunea de cultură, cât şi faţă de *personalitatea individului*, care se moşteneşte parţial şi se formează parţial prin învăţare. Același autor, el fiind primul ce a abordat termenul de cultură sub formă de programare mentală colectivă, propune o piramidă cu 3 nivele ale modului unic în care se formează în timp personalitatea şi caracterul unei persoane.

4.1.2. Conceptul de curriculum

De Landsheere (1992) subliniază proveninența conceptului în sine de curriculum, din limba latină singular (curriculum) şi plural (curricula) şi are semnificaţia de „alergare”, „cursă”, ”teren”.

Ruslan (2017) afirmă faptul că pentru prima dată, în context educațional, termenul în sine de curriculum a fost utilizat în documentele universităților medievale din (Leiden, Olanda în anul 1582 și în Glasgow, Scoția în anul 1633), dar în afară de sensul său propriu este consemnat şi în sensul figurat, anume, acela de „drum”, „traiectorie” sau ”curs” (Marchant și Fletcher 1853).

4.1.3. Conceptul de paradigmă

Termenul de paradigmă provine din limba neogreacă parádigma, latinescul *paradigma* și primește în DEX următoarele două înțelesuri: ”Totalitatea formelor unui cuvânt. Ansamblu de termeni”. ”Exemplu, model, învățătură.” (DEX, 2009).

Perliman și Pogolșa (2021) susțin despre conceptul de paradigmă că a fost introdus de Thomas Kuhn în 1962, oferind acestui termen sensul său actual, care se referă la realizările științifice recunoscute într-o anumită perioadă de timp, ce furnizează modele pentru o comunitate de practicieni.

Cristea (2014) consideră că paradigmele reprezintă fundația dezvoltării ipotezelor, teoriilor și metodelor într-un domeniu de cercetare. Dacă vorbim despre științele educației,

ne referim la presupunerile, finalitățile, conceptele, valorile, teoriile și metodologiilor referitoare la învățare, la cercetare în sine și învățământ în general. Putem sublinia astfel faptul că existența acestora este un semn de maturitate al domeniului respectiv.

Stănescu (2019) ne oferă o descriere foarte clară a acestui concept, care spune că paradigma este un ansamblu de credințe, convingeri, viziuni asupra realității cercetate și modalități noi de a vedea lucrurile.

Fie că vorbim despre absența dansului din cadrul lecțiilor de educație fizică și sport, despre nevoia de stimulare a elevilor, despre lipsa pregătirii specialiștilor în sensul utilizării dansului, despre poziția în programa națională sau despre street dance ca instrument de utilizat în sistemul de învățământ, toate acestea reprezintă câteva exemple care se află în strânsă legătură cu problematica abordată de noi și care sunt studiate la nivel național și chiar internațional, dovedind astfel interesul dar și actualitatea acestui subiect.

Despre nevoia existenței unei metodologii care să ajute profesorii pentru predarea dansului și crearea acesteia sub denumirea de ”TDfU” ne vorbesc Levenberg et al. (2020), prin care profesorii să își dezvolte rapid vocabularul și abilitățile în domeniul dansului, în timp ce oferă un cadru structurat pentru a fi instructori competenți. În plus, ca exemplu, în cadrul unui program de formare a profesorilor de educație fizică din Michigan, modelul pregătit de aceștia a reușit cu succes să transforme cursul de metodologie a dansului. Profesorii debutanți au absolvit cu dorința de a preda unități de dans și cu o înțelegere mai clară a modului în care să îl includă în lecțiile lor.

Paradigmele educaționale în educație fizică și sport sunt modele utilizate în procesul instructiv-educativ, iar schimbarea acestor paradigme are un impact semnificativ asupra comportamentului și reacțiilor elevilor. Atunci când o paradigmă nu mai este actuală și nu mai poate ține pasul cu știința, ea este succedată de o alta.

Conform Pâslaru și Tudor (2022), de-a lungul timpului ar putea fi subliniate următoarele momente ca reprezentante etape importante, pași, către formatul educației fizice din zilele noastre:

- În Grecia Antică (locul de naștere a Jocurilor Olimpice) – întâlnim îmbinarea caracterului competițional cu cel educativ;
- În China (2698 î.Hr.) – primul sistem de educație fizică, dar aici educația era rezervată nobililor;
- În Franța (perioada Iluminismului, Sec. XVII) – are loc transferul exercițiilor fizice din domeniul medical și militar în cel al educației;

- În România – idealul urmărit era dezvoltarea armonioasă, fiind adaptat după sistemul suedez care era utilizat în mai multe țări ca model;

Din punct de vedere internațional, sistemele educaționale au suferit reforme pentru a oferi o educație de calitate și a se adapta la dinamica societăților în schimbare. Aceste reforme punctează trecerea la un curriculum centrat pe nevoile elevilor. La nivel național se observă o adaptare la această tranziție către o paradigmă funcțional-acțională a instruirii, în care elevii sunt centrul procesului de învățare. Această schimbare afectează întregul sistem educațional, inclusiv evaluarea elevilor, școlilor, profesorilor și resursele necesare implementării, în plus a fost întâmpinată cu reticență de către unii profesori.

CAPITOLUL 5. MODERNIZAREA CURRICULUMULUI ȘCOLAR PRIN INTRODUCEREA STREET DANCE-ULUI

5.1. Conceptul de programă școlară, caracteristici, cerințe și structură

Cârstea (2000) afirmă că programele școlare pentru ciclul primar şi gimnazial conțin următoarele capitole: Notă de prezentare; Competențe generale și competențe specifice; Exemple de activităţi de învăţare; Conţinuturi; Standarde curriculare.

5.1.1. Programa școlară de Educație fizică și sport

Dragnea et al. (2006) sunt de părere că educația fizică nu doar că îndeplinește un rol clar determinat și unic în sistemul educațional, ci este și o parte a procesului de școlarizare, fiind o componentă a educației generale ce se realizează în cadrul unui proces instructiv-educativ sau în mod independent în vederea dezvoltării armonioase și a creșterii calității vieții.

În sistemul de învățământ modern, toate disciplinele studiate în planul cadru beneficiază de programe școlare elaborate de ministerul de resort. Planul cadru de învățământ desemnează materiile pe care le vor aborda elevii într-un an de studiu, dar indicațiile cu privire la conținuturile disciplinei sunt în programă.

5.1.2. Structura și conținutul programei școlare de Educație Fizică și Sport la nivel gimnazial

Construcţia acestei programei școlare este realizată pentru a contribui la dezvoltarea profilului de formare al absolventului de gimnaziu. Din perspectiva materiei, educație fizică și sport, are loc orientarea demersului didactic, pornind de la competenţe, se accentuează scopul pentru care se învaţă și procesul de formare a personalităţii elevului. Structura programei şcolare de gimnaziu include pe lângă nota de prezentare, următoarele elemente: (Programa școlară pentru disciplina Educație fizică și sport Clasele a V-a – a VIII-a, 2017)

- Competenţe generale; Competenţe specifice şi exemple de activităţi de învăţare; Conţinuturi; Sugestii metodologice. Disciplinele sportive alternative se studiază de către elevi, cu aprobarea directorului unității de învățământ, în perioade stabilite, numai în situaţii potrivite, cu factori de mediu, baza tehnico-materială necesară și cu condiţia existenţei competenţei profesionale a specialistului în predarea disciplinei sportive respective. Conţinuturile şi criteriile de evaluare aferente fiecărei discipline sportive alternative sunt stabilite de profesorul clasei şi sunt avizate de inspectorul şcolar de specialitate.



Figura 3. Lista cu disciplinele sportive alternative din programa școlară de educație fizică

După cum putem observa, plaja de selecție a unor discipline alternative este destul de largă, iar dintre ramurile existente acolo subliniem prezența dansului. Regăsindu-se la discipline alternative în cadrul programei de educație fizică și sport, dansul poate fi folosit în verigile lecțiilor de educație fizică și mai mult decât atât, ar putea fi folosit chiar sub formă de curriculum la decizia școlii. Conform art. 3. din Ordinul 3238/2021, reprezentând un segment al curriculumului național ce permite dezvoltarea de către fiecare unitate școlară a propriului proiect curricular.

5.2. Conceptul de disciplină opțională

Înainte de opțional, trebuie să facem referire la ariile curriculare care, conform lui Cristea (2002) sunt componente ale curriculumului școlar proiectate în funcție de obiectivele generale dar și specifice comune unui grup de discipline stabilite în scopul optimizării activității de învățare prin articularea intra, inter, pluri, sau trans disciplinară a cunoștințelor.

În România sunt șapte arii curriculare care rămân aceleași pe întreaga durată a școlarizării obligatorii și a liceului, doar ponderea pe cicluri și clase diferă și sunt desemnate pe baza unor principii şi criterii psiho-pedagogice.

Bocoș (2008) spune că atunci când vorbim despre curriculum ne referim la ansamblul de planuri elaborate pentru îndrumarea învăţării în şcoli, care se materializează în documente clasate pe diferite nivele de generalitate şi implementarea acestora în clasele de studiu. Curriculum-ul este astfel, setul de planuri şi experienţe din viaţa elevilor sub îndrumarea şcolii.

Documentul curricular fundamental al învăţământului românesc este Curriculum-ul Naţional pentru învăţământul obligatoriu și reprezintă Cadru de Referinţă.

A. **Curriculm nucleu,** ce reprezintă 70% - trunchiul comun, numărul minim de ore de la fiecare materie obligatorie. Este unicul sistem de referință pentru evaluări și examinări externe din sistem și pentru elaborarea standardelor curriculare de performanță.

B. **Curriculum la decizia şcolii (CDȘ),** ce reprezintă 30% - are rolul de a acoperi diferența de ore dintre curriculum-ul nucleu și numărul minim/maxim de ore/săptămână/disciplină/an de studiu și reprezintă oferta curriculară proprie a unității de învățământ cuprinzând următoarele categorii: **b1**.curriculum extins, se aplică cu privire la extinderea obiectivelor și conținuturilor din nucleu în numărul maxim de ore pervăzut în orar. **b2**.curriculum nucleu aprofundat, se aplică în cazuri de recuperare pentru acei elevi care nu reuşesc sa atingă minimul obiectivelor prevăzute. **b3**.curriculumul elaborat de şcoală "Opţionalul", constă într-o nouă disciplină şcolară, aceasta presupunând elaborarea unei programe școlare cu obiective şi conţinuturi diferite de cele existente în programele de trunchi comun.

5.2.1. Pași spre realizarea și aprobarea unui Opțional (CDȘ)

Conform metodologiei:

Tabel 2. Paşii parcurşi în vederea elaborării, alegerii şi aprobării unui CDȘ (Metodologia privind dezvoltarea curriculumului la decizia școlii, 2021)

Nr. crt.	Etape desfăşurate pe parcursul anului şcolar	Responsabili
1.	Consultarea directă a elevilor şi părinţilor	Învăţători/Prof. diriginţi
2.	Consultarea reprezentanţilor comunităţii locale	Conducerea școlii
3.	Analiza intereselor elevilor, oportunităţilor educaţionale şi resurselor unităţii de învăţământ.	Comisia pentru curriculum
4.	Prezentarea documentului analizei de nevoi în CP (consiuliul profesoral)	
5.	Elaborarea propunerilor de opţionale	Cadrele didactice implicate
6.	Discutarea propunerilor de opţionale	
7.	Centralizarea propunerilor de opţionale	Comisia pentru curriculum
8.	Dezbaterea şi avizarea ofertei de CDȘ	Comisia pentru curriculum Consiliul profesoral
9.	Aprobarea ofertei de CDȘ	Consiliul de administraţie
10.	Prezentarea ofertei elevilor, părinţilor, reprezentanţilor legali, în vederea exprimării opţiunilor	Învăţători/Prof. diriginţi
11.	Alegerea opţionalelor şi completarea fişelor pentru exprimarea opţiunilor	Învățători/Prof. diriginți
12.	Centralizarea opţiunilor exprimate de elevi, părinţi, reprezentanţi legali, din fiecare clasă	Învățători/Prof. diriginți
13.	Prezentarea opțiunilor în consiliul profesoral	Comisia pentru curriculum Consiliul profesoral

14.	Aprobarea opţionalelor alese	Consiliul de administraţie
15.	Informarea elevilor, părinţilor, reprezentanţilor legali	Învăţători/Profesori diriginţi
16.	Transmiterea către inspectoratul şcolar a ofertei de CDȘ aprobate	Conducerea unităţii de învăţământ
17.	Elaborarea de către profesori a documentaţiei pentru opţionalele selectate:programe şcolare, în cazul opţionalelor ca nouă disciplină	Propunătorul
18.	Transmiterea către inspectoratul şcolar a proiectelor programelor pentru opţionale ca nouă disciplină în vederea obţinerii avizului de specialitate	Consiliul de administraţie
19.	Avizarea de specialitate a proiectelor de programe de opţionale şi, după caz, elaborarea de recomandări	Inspectoratul şcolar
20.	Revizuirea programelor şcolare ce nu au primit avizul de specialitate de la inspectoratul şcolar sau care au primit recomandări	Propunătorul Responsabilul comisiei pentru curriculum
21.	Reluarea procedurii de avizare pentru programele refuzate	
22.	Aprobarea programelor şcolare pentru opţionalele care au obţinut avizul de specialitate din partea inspectoratului şcolar, însoţite de fişa de avizare	Consiliul de administraţie al unităţii de învăţământ
23.	Elaborarea planificării calendaristice şi, după caz, a materialelor-suport în vederea implementării opţionalelor	Propunătorul

5.2.2. Tipuri de opțional

Tabel 3. Tipuri de opţionale ce pot fi incluse în curriculum la decizia şcolii (Monitorul oficial nr. 159, 2021)

Denumire	Definiție	Caracteristici
1.Opțional de aprofundare	Opțional cu scop în realizarea unui parcurs suplimentar pentru dezvoltarea competenţelor specifice prevăzute de programa şcolară a unei discipline din trunchiul comun, prin intermediul unor noi activităţi de învăţare.	- nu necesită denumire şi programă nouă; - se păstrează aceleaşi competenţe specifice şi conţinuturi din programa de trunchi comun; - se elaborează o anexă la programa şcolară de trunchi comun, care cuprinde justificarea propunerii tipului de opţional, pe baza unei analize de nevoi realizate la nivelul clasei respective;
2.Opţional ca nouă disciplină	Opţional care introduce o disciplină nouă faţă de cele din trunchiul comun/diferențiat sau introduce noi domenii/teme corespunzătoare unei discipline din trunchiul comun sau din curriculum diferenţiat ori le dezvoltă pe cele existente.	- necesită denumire, programă şcolară nouă și rubrică în catalog. - programa se elaborează respectând structura programelor de trunchi comun;
3.Opţional integrat	Opţional structurat din perspectiva domeniilor de cunoaştere, în jurul unei teme integratoare pentru o anumită arie curriculară sau pentru mai multe arii curriculare.	- necesită denumire şi programă şcolară nouă și rubrică în catalog. - programa se elaborează respectând structura programelor de trunchi comun;

Denumirea disciplinei este educație fizică și sport, așadar, conform articolelor din ordinul menționat anterior, un opțional (CDȘ) cu elemente din jocul sportiv Fotbal (de exemplu), îl putem considera opțional ca disciplină nouă, dar acest lucru doar în cazul

ciclului primar, acolo unde nu sunt precizate elemente de conținut pentru fotbal, așadar în cazul ciclului gimnazial opționalul ar deveni unul de tip aprofundare, care nu necesită programă nouă. În schimb, disciplinele alternative, așa cum este și dansul, alături de badminton și altele, pot avea opționale ca disciplină nouă.

5.3. Locul culturii hip-hop în programa școlară

În literatura de specialitate regăsim o multitudine de articole care abordează tema noastră de interes și vom exemplifica prin următoarele publicații:

Tabel 4. Analiza sistematică a unor studii internaționale privind poziția dansului în cadrul lecțiilor de educație fizică și sport (Dumitru, 2025)

Autori și an de publicare	Conținut	Țară
Adjapong & Emdin (2015)	Studiu privind beneficiile utilizării practicilor pedagogice Hip-Hop în cazul elevilor din învățământul gimnazial din cadrul unei școli publice.	USA
Tarayjah (2020)	Studiu despre conceperea unui instrument de folosirea în cadrul curriculumului național de către profesori cu elemente din Street Dance.	USA
Gibbs et. al. (2017)	Studiu privind consolidarea poziției dansului și metode de urilizarea ale acestuia în lecțiile de educație fizică.	Suedia
Yoncalik (2017)	Cercetare utilizarea dansului tradițional în cadrul lecțiilor conduse de profesorii de educație fizică.	Turcia
Garrett & Wrench (2018)	Cercetare cu privire la incluziunea socială a elevilor din medii defavorizate prin intermediul dansului.	Australia
Mattsson & Lundval (2015)	Studiu privind în mod direct direct poziția dansului în lecțiile de educație fizică și sport.	Suedia
Zitomer (2016)	Studiu cu privire la utilizarea unor lecții speciale de dans în școli pentru incluziunea elevilor cu dizabilități.	Canada
Pickard & Maude (2014)	Cercetare cu privire la beneficiile dansului și gimnasticii în cadrul curriculumului școlar.	Anglia
El-Sherif (2016)	Studiu cu privire la limitele profesorilor în ceea ce privește utilizarea dansului în lecții.	USA
Engdahl et al. (2022)	Despre utilizarea dansului în lecțiile de educație fizică și importanța acestuia în dezvoltarea creativității.	Suedia
Valle & Zancan (2023)	Despre importanța și beneficiile pe care dansul le poate aduce elevilor din ciclul primar și gimnazial.	Brazilia
Payne & Costas (2020)	Studiu cu privire la dans ca fiind parte din educație fizică și sport.	Anglia
Alencar et al. (2022)	Cercetare cu privire la oportunitățile aduse prin practicarea dancului în educație fizică.	Brazilia
Marquis & Gurvitch (2015)	Studiu cu privire la utilizarea belly dance-ului în cadrul lecțiilor de educație fizică și sport.	USA

Observăm pe baza acestor exemple că în opinia multor specialiști dansul și chiar elementele culturii hip-hop își pot avea un loc bine meritat în cadrul curriculumului școlar, sau cel puțin în lecțiile de educație fizică și sport.

5.3.1. Provocări și limite în valorificarea street dance-ului în curriculum-ul școlar

Jijie (2011) susține că dansul dezvoltă calitățile motrice condiționale, coordinative și intermediare.

Dragnea et. al. (2006) susțin că structura actuală pe verigi a lecției de educație fizică și sport oferă posibilitatea de adaptare nelimitată față de orice tipologie a lecției, respectând toate legile fiziologice ale efortului de tip psiho-fizic caracteristic activităților în cauză prin obiective specifice fiecărei verigi în parte.

Conform acestor detalii și experienței mele din postura de profesor de educație fizică și sport cu o vechime de 5 ani, confirm aplicabilitatea street dance-ului folosind elemente specifice întregii culturi în toate verigile. Spre exemplu:

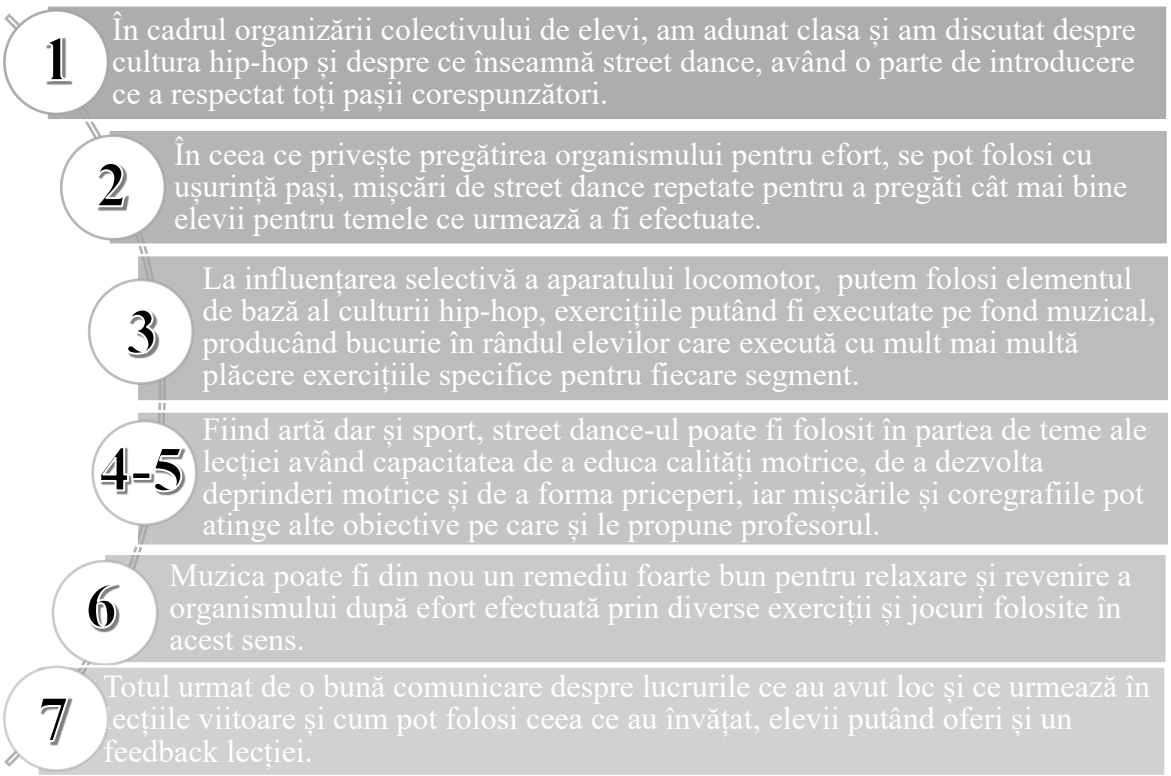


Figura 4. Exemple de aplicabilitate a street dance-ului în cadrul verigilor lecției de educație fizică și sport

CAPITOLUL 6. PARTICULARITĂȚILE LA VÂRSTA PREADOLESCENȚEI

Procesul didactic nu face abstracție de particularitățile de vârstă ale elevilor, conținutul acestuia, metodele, procedeele, mijloacele aplicate depinzând și de aceste particularități. Ne referim aici la învățământul de masă, deoarece nu se poate ține cont chiar de fiecare în parte. Etapele de creștere și dezvoltare ale copiilor și adolescenților conțin o serie de caracteristici somatice, funcționale, motrice și psihice. Verza și Verza (2017) sunt de părere că dezvoltarea se produce în mod continuu, pe patru paliere fundamentale pentru fiecare individ: dezvoltarea biologică; psihică; psihocomportamentală și psihosocială.

În urma detaliilor din literatura de specialitate, Epuran (1984) propune această clasificare pe care noi o considerăm potrivită pentru cercetarea noastră:

Tabel 5. Clasificarea vârstelor, adaptare după Epuran (1984)

Vârsta de creștere/stadiul de dezvoltare		Vârsta cronologică (ani)	Raportare la învățământ
Vârsta sugarului		De la naștere la 1 an	-
Vârsta antepreșcolară		De la 1 la 3 ani	Creșă (ed. Timpurie)
Vârsta preșcolară		De la 3 la 6/7 ani	Sistemul preșcolar
Vârsta școlară	Vârsta școlară mică	De la 6/7 ani la 10/11 ani	Ciclul primar
	Vârsta școlară mijlocie	De la 10/12 ani la 14/15 ani	Ciclul gimnazial
	Vârsta școlară mare	De la 14/15 ani la 18/19 ani	Ciclul liceal
Tinerețea		De la 18/19 ani la 25 ani	Sistemul universitar
Maturitatea		De la 25 ani la 55 ani	Sistemul universitar/postuniversitar
Senescența		Peste 55 ani	-

6.1. Particularitățile somatice ale preadolescenților

Primul stadiu și anume cel al pubertății sau preadolescența, cuprinde întreaga perioadă dintre 10-14 ani și este dominat de o intensă creștere și dezvoltare. Tot aici se produc schimbări în activitatea de învățare deoarece se diversifică disciplinele școlare, aducând cu ele nevoia de adaptare la nou și interacțiunea cu profesorii.

În prima parte a pubertății, 10-12 ani, se intensifică creșterea la nivel satural în același timp având loc și dezvoltarea caracteristicilor sexuale, iar aceste pusee de creștere aduc cu ele iritabilitatea, agitație, chiar dureri de cap și poate uneori oboseală. În acest punct au loc fenomenele de creștere accentuată care sunt însoțite de dureri de cap, oboseală, instabilitate psihică, iar dezvoltările oaselor îi fac pe aceștia să arate nu chiar bine uneori, dar dacă sunt susținuți trec rapid cu vederea, iar lucrurile se vor îndrepta pe parcurs, fiind un moment de creștere bruscă care mai târziu se va redresa.

6.2. Particularitățile funcționale ale preadolescenților

Tot în această sub-perioadă are loc și maturizarea sexuală, ceea ce aduce schimbări majore la nivel fizic, dar și altele, precum schimbarea vocii și începutul funcționării glandelor sexuale. Sistemul nervos se perfecționează funcțional crescând viteza de realizare a conexiunilor nervoase și posibilitatea de a face o ierarhizare și organizare cât mai rapid.

Crețu (2016) este de părere că se constată mari perfecționări funcționale la nivelul sistemului nervos și mai ales în cazul sistemului hormonal, activitatea tiroide se intensifică accelerând procesele metabolice, hipofiza activează glandele sexuale, în plus, acuitatea auditivă generală atinge chiar un nivel de vârf în această perioadă.

6.3. Particularitățile motrice ale preadolescenților

În perioada preadolescenței și adolescenței, consolidarea și perfecționarea deprinderilor motrice joacă un rol important în dezvoltarea copiilor. Ionescu (2023) susține

că activitățile sportive și de fitness sunt esențiale, oferind oportunități spre îmbunătățirea abilităților motrice și sociale. Schimbările hormonale și creșterea rapidă pot afecta coordonarea și echilibrul. Activitățile care implică utilizarea propriului corp, spre exemplu yoga sau exercițiile de forță și rezistență, pot construi o relație sănătoasă și o imagine corporală pozitivă.

Din pricina membrelor inferioare și superioare care cresc mai rapid decât trunchiul, preadolescența este un moment caracterizat prin neîndemânare și lipsa coordonării, totodată, dacă are loc creșterea autocontrolului mișcărilor, acest lucru poate aduce efecte pozitive în cazul activităților practice.

6.4. Particularitățile psihice ale preadolescenților

Una dintre activitățile fundamentale ale preadolescenților este învățarea. În acest punct, procesul de învățare implică o serie de caracteristici noi. Fiind o activitate complexă, organizată și sistematică, în primul rând din pricina faptului că există o diversitate mai mare a disciplinelor de studiu și apoi a faptului că activitatea se desfășoară cu mai mulți profesori, aceste lucruri oferă senzația de responsabilitate, intensificându-se astfel caracterul conștient și voluntar al învățării.

După Șchiopu și Verza (1995) este normal ca în această perioadă a vieții bogăția activităților desfășurate și a tuturor acțiunilor ce au loc să diversifice și să amplifice emoțiile și stările afective ale puberului sau preadolescentului.

CAPITOLUL 7. PSIHOMOTRICITATEA – CADRU CONCEPTUAL ŞI METODOLOGIC AL PROGRAMELOR EDUCAȚIONALE DE STREET DANCE

7.1. Delimitări conceptuale și componentele psihomotricității

Lafon (1963), citat de Epuran (2013), a definit psihomotricitatea ca fiind rezultatul integrării interacţiunii funcţiilor motrice şi psihice, nu numai în ceea ce priveşte mişcările şi expresiile exterioare, dar şi în ceea ce le determină şi le însoţesc (precum: voinţă, nevoi, impulsuri), în plus, precizează că specialiştii domeniului sunt de părere că înțelegerea psihomotricității este condiționată de studiul complex al fiinţei umane ca unitate a două laturi: psihică şi motrică, deoarece este de la sine înțeles că activitatea motrică nu poate fi desprinsă de procesele psihice. După Dragnea et. al, (2006) abordarea problemelor psihomotricității cere înțelegerea individului fizic-motric și spiritual.

Ochiană (2006) ne spune că atunci când vorbim despre conceptul de psihomotricitate, putem afirma faptul că pentru prima dată acesta a apărut în jurul anului

1925, ca urmare a impactului cunoștințelor psihologice, determinând reconsiderarea relației dintre minte și corp, cu scopul înțelegerii mișcării voluntare.

Psihomotricitatea reprezintă o funcție complexă, o aptitudine ce integrează aspecte ale motricității dar și manifestări ale funcțiilor perceptive, se consideră că ea îi oferă individului conștiința corpului, îl situează în timp și spațiu și îi asigură capacitatea de a-și conduce mișcările pentru a relaționa atât cu sinele cât și cu mediul înconjurător. Fiind un domeniu foarte variat, în literatura de specialitate descoperim componentele psihomotricității enumerate în diferite feluri (Epuran, 1984): schemă corporală; coordonare dinamică (a corpului întreg sau doar anumitor segmente); lateralitate; coordonare statică; coordonare perceptiv-motrică (percepția spațiului, ritmului și a mișcărilor proprii); precizie, rapiditatea mișcărilor și ideomotricitate; agilitate; aprecierea oportunităților acțiunilor în diferite momente de timp; sensibilitate chinestezică.

7.2. Relația dintre street dance și psihomotricitate

Grčić et al. (2014) susțin faptul că elevii își pot îmbunătăți abilitățile atletice făcând exerciții de street dance. Ei își pot dezvolta calități fizice precum agilitatea, viteza, forța și coordonarea. În plus, street dance-ul ajută la îmbunătățirea flexibilității sistemului nervos.

Conform Cojocar (2022) printre beneficiile fizice aduse de practicarea dansului, putem enumera: întărirea oaselor dar și a mușchilor; tonifierea întregului corp; îmbunătățirea posturii și echilibrului static și dinamic; creșterea forței și flexibilității; prevenirea bolilor precum diabetul, bolile de inimă, osteoporoza și depresia. Autorul completează prin faptul că beneficiile dansului nu se limitează la fizic, ajutând de asemenea, la menținerea creierului în formă, având și anumite beneficii la nivel psihic: dansul îmbunătățește relațiile personale, ajută la depășirea singurătății și timidității și încurajează socializarea; reduce stresul și eliberează tensiunile; crește vitalitatea, promovează somnul și îmbunătățește energia vitală; reduce anxietatea și depresia prin exprimarea emoțiilor; întărește stima de sine; întărește încrederea, deoarece favorizează claritatea gândirii.

Rezultatele unui studiu efectuat de Lakes et. al. (2016), ne arată faptul că majoritatea participanților au raportat beneficii semnificative în ceea ce privește atât fizicul cât și psihicul. Dansatorii experimentați au raportat beneficii fizice, sociale și cognitive semnificativ mai mari decât dansatorii începători. Aceste rezultate sugerează că participarea la stiluri de dans este asociată cu îmbunătățiri ale psihomotricității și că beneficiile pot crește pe măsură ce se dansează frecvent și pe perioade mai lungi de timp.

7.3. Componentele abordate ale psihomotricității

Făcând o paralelă între street dance și psihomotricitate am ales să abordăm în cadrul cercetării cele mai importante componente ce au impact direct cu lumea dansului și pot fi aplicate, măsurate și verificate prin intermediul programei de Opțional pregătită de noi și aplicată în școală.

În primul rând am ales ***ritmul***, despre care Giles (1994) spune că reprezintă pulsul ce stă la baza fluxului și refluxului muzicii, element fundamental care transcende granițele tărâmului auditiv. Este însăși instrumentul principal care servește drept punte între fizic și emoțional.

Brachman et al. (2017) consideră că ***echilibrul*** este un întreg proces, el fiind responsabil de menținerea centrului de greutate al corpului, pe verticală și se bazează pe un feedback rapid și continuu din partea structurilor vizuale, vestibulare și somatosenzoriale pentru executarea unor acțiuni neuromusculare fluide și coordonate.

Bennett (2022) evidențiază conceptul de ***orientare spațio-temporală*** și spune că este crucial în street dance, deoarece se referă la orientarea și intervalul de timp al mișcărilor din cadrul unui moment de dans. Acest lucru se remarcă prin modul în care dansatorii navighează în spațiul fizic în timpul momentelor de dans, adesea improvizând și interacționând cu împrejurimile imediate sau cu alți dansatori.

Kurdiukova și Merkulova (2020) susțin că ***lateralitatea*** se referă la preferința de a utiliza o parte a corpului în detrimentul celeilalte pentru îndeplinirea diferitelor sarcini și activități. Acest fenomen este observat și studiat de-a lungul timpului, primele observații datând din vremea lui Hipocrate, care a observat legătura dintre traumatismele craniene unilaterale și convulsiile contralaterale.

Fiind un ansamblu destul de complex și având o gamă variată de stiluri, cu caracteristici unice și cerințe tehnice specifice, o mare provocare a dansatorilor de street dance este reprezentată de ***coordonarea*** mișcărilor cu structura ritmică a muzicii. Miura et al. (2016) evidențiază coordonarea dintre mișcările de dans și muzică ca fiind obiectul unor cercetări ample în domeniul științei performanței. Studiile acestora au sugerat că abilitățile dansatorilor desăvârșiți constau în capacitatea lor de a-și sincroniza cu precizie mișcările cu ritmul muzical.

Agilitatea este un alt aspect esențial al street dance-ului, permițându-le dansatorilor să se miște cu fluiditate și precizie, reacționând la muzică și la mediul înconjurător cu ușurință. Această capacitate permite unui dansator să facă trecerea între diferite stiluri de

street și să încorporeze fără probleme mișcări complexe de picioare, rotiri și sărituri. Agilitatea este secretul mișcărilor dinamice, captivând publicul și reprezintă capacitatea de a schimba poziția corpului în mod eficient utilizând o combinație de echilibru, coordonare, viteză, reflexe, forță, rezistență și anduranță. (What is agility in dance, 2019)

CAPITOLUL 8. ABILITĂȚILE COGNITIVE – PREMISĂ ȘI REZULTAT AL PROCESULUI EDUCATIV

8.1. Conceptul de abilitate cognitivă

Din punct de vedere etimologic, cuvântul ”cognitiv” vine din francezul ”cognitif” și semnifică capacitățile și mecanismele învățării și totodată accederii la cunoștințe, la cunoaștere în general. (Dicționarul explicativ al limbii române, ediția a II-a revăzută și adăugită, 2009)

În concepția lui (Predoiu, Ramsey și Arsenescu, 2016; Grigore et al. 2016), abilitățile cognitive sunt absolut necesare în domeniul sportiv pentru a putea obține performanțe în competiții, în plus, Wentzel și Ramani (2016), susțin că extinderea studiilor pe copii și adolescenți care includ procese cognitive precum (atenție, inteligență, memorie de lucru, abilități de rezolvare a problemelor etc.) este o completare binevenită pentru domeniul educației.

În literatura de specialitate, Lycan (1999); Stanovich (2009); Von Eckardt (1996), descoperim câteva abilități cognitive enumerate ca fiind cele mai importante:
1.Atenția; Memoria; 3.Conștiința de sine; 4.Rațiunea; 5.Motivația; 6.Capacitatea de asociere; 7.Flexibilitatea cognitivă; 8.Creativitatea; 9.Percepția; 10.Inhibarea și gestionarea comportamentului; 11.Anticiparea și planificarea; 12.Simbolizarea și interpretarea; 13.Limbajul; 14.Metacogniția;

8.2. Relația dintre street dance și abilitățile cognitive

Dovezile științifice bazate pe abordări cognitive au demonstrat eficacitatea activității fizice asupra îmbunătățirii sănătății cognitive pe întreaga durată a vieții.

Bläsing et al. (2012) susțin că din punct de vedere cognitiv, dansul presupune învățarea unor secvențe motorii complexe, memorie de lucru, atenție, integrare vizuomotorie, sincronizare în timp și spațiu (mișcări ritmate) și exprimare emoțională. În decursul ultimilor ani, neuroștiința a utilizat dansul ca pe un model pentru studiul proceselor neuronale implicate în executarea, exprimarea și observarea mișcării calificate.

8.3. Abilitățile cognitive abordate și relația cu dansul

În cadrul paralelei dintre street dance și abilitățile cognitive, am ales să abordăm în cadrul cercetării cele mai importante componente ce au impact direct cu lumea dansului și pot fi aplicate, măsurate și verificate prin intermediul programei de Opțional pregătită de noi și aplicată în școală.

Un prim punct important ar fi importanța abilității de ***memorie de lucru***, capacitate foarte importantă în lumea dansului în general. Dumitru et al. (2024) subliniază importanța coregrafiilor, spunând că reprezintă un segment cheie și în cazul street dance-ului, așadar, antrenată, memoria de lucru ar aduce beneficii în acest sens. Capacitatea de a procesa rapid informațiile în competiție și de a performa în condiții de stres poate face diferența între primele poziții în clasament și celelalte. Conceptul de memorie de lucru este esențial pentru sportivi, antrenori și psihologi sportivi.

Jones și Hardy în (1989), au analizat ***stresul*** raportat la performanța sportivă. Autorii au constatat că relația dintre stres, percepția acestuia și randamentul sportiv este deosebit de complexă și implică interacțiunea dintre natura elementului stresor, necesitățile cognitive ale sarcinii îndeplinite și trăsăturile psihologice ale indivizilor ce realizează sarcina.

Styles (2006) citează din James (1980), care definește ***atenția*** ca fiind momentul în care luăm în posesie propria minte, sau atunci când ne retragem dintr-o activitate pentru a ne focusa pe alta. Cu toate acestea, deși la prima vedere pare ceva ușor de înțeles, în literatura de specialitate, atenția este un concept foarte studiat.

Predoiu (2018) subliniază în cartea sa complexitatea termenului de ***creativitate*** și menționează faptul că în literatura de specialitate ar fi peste o mie de definiții ale acesteia.

Roco (2004) spune că psihologii susțin ideea că a fi creativ înseamnă de fapt a crea ceva nou, chiar original, care să fie adecvat realității, iar pentru a verifica nivelul creativității unei persoane, datorită studiului foarte amănunțit în această direcție, există foarte multe teste și jocuri de creativitate. Acestea se diferă prin caracteristicile speciale pe care le conțin pentru a verifica diferitele componente ale creativității, precum: *fluență* (dimensiune de tip cantitativ a creativității), *originalitate* (dimensiune calitativă), *flexibilitate* (tot o dimensiune calitativă a creativității, dar de această dată este vorba despre capacitatea individului de a trece cât mai repede de la o direcție a gândirii la alta).

În plus, vin în susținerea tuturor celor menționate anterior, specialiștii, (Gronek et al. 2021; Rehfeld et al. 2017), care consideră că dansul poate depăși orice sport datorită

spectrului larg de impact asupra organismului uman, incluzând nu doar nevoile fizice (rezistență, forță musculară, mobilitate) și psihologice (abilitățile cognitive), ci și cele sociale (asigurarea nevoii de apartenență, reducerea singurătății).

CONCLUZIILE FUNDAMENTĂRII TEORETICE

Literatura de specialitate se pare că oferă destul de multe resurse în ceea ce privește dansul încă de la apariția sa și până în zilele noastre, în schimb, în același timp am descoperit o diferență masivă a interesul internațional în acest sens în comparație cu România.

Dacă ne referim strict la street dance și chiar întreaga cultură hip-hop, se pare că în plan extern există foarte multe țări care consideră că acestea pot fi instrumente foarte utile chiar și pentru mediul educațional, ceea ce vizăm și noi să dovedim prin intermediul acestei cercetări.

Deși nu a ajuns foarte devreme în România, cultura hip-hop și-a găsit ușor locul în viețile oamenilor, reușind doar în câțiva ani să crească și să facă acest lucru continuu, exact ca și în America, reușind să ajungă la nivelul la care se află astăzi, în care topurile de la radio sau de pe internet sunt pline de muzică hip-hop, în videoclipuri apar foarte mulți dansatori, iar sălile de dans sunt pline de copii, adolescenți, tineri, chiar și adulți care vor să încerce street dance-ul.

Conform studiilor, există o relație strânsă între street dance, psihomotricitate și abilitățile cognitive, în plus, am putut vedea pe parcursul fundamentării teoretice și relația dintre toate acestea enumerate și lecțiile de educație fizică și sport.

Având în vedere studiile cu privire la programa școlară și locul street dance-ului în cadrul acesteia, se pare că la nivel internațional deja acest proces este pus în aplicare și vom încerca și noi același lucru la nivelul ciclului gimnazial din România. Conform ordinului ministrului educaţiei naţionale, curriculumul la decizia şcolii (Opționalul), se constituie din opţionale ofertate la nivelul unităţii în cauză, cât şi din opţionale la nivel naţional. Așadar vom începe acest proces la nivelul unității de învățământ și pe parcurs, dacă munca noastră se confirmă și rezultatele vor fi pozitive ne vom propune mai mult.

PARTEA II. CERCETĂRI CIRCUMSCRISE TEMEI

CAPITOLUL 9. STUDIU PRIVIND LOCUL STREET-DANCE-ULUI ÎN CURRICULUM PREUNIVERSITAR

9.1. Scopul studiului

Cercetătorii urmăresc să încurajeze mai mulți elevi să participe la educația fizică și la sport prin evidențierea impactului pozitiv al street dance-ului. Pentru a realiza acest lucru,

va fi realizat un sondaj în rândul cadrelor didactice de Educație Fizică şi Sport, precum şi al elevilor de gimnaziu.

Noi cunoaștem potențialul imens al elementului de dans din cultura hip-hop, de aceea ne dorim să vedem și dacă elevii și specialiștii sunt conștienți de acesta și dacă ei văd posibilă utilizarea acestuia în cadrul lecțiilor de educație fizică și sport, și poate chiar mai mult de atât, iar în susținerea acestui punct de vedere venim și cu un interviu efectuat cu trei reprezentanți din România ai street dance-ului, care ne-au răspuns și ei la câteva întrebări foarte utile pentru cercetarea noastră.

9.2. Obiectivele studiului

❖ Identificarea opiniilor experților și elevilor despre street dance și beneficiile pe care le poate aduce în viața de zi cu zi a celor implicați.

❖ Evidențierea opiniei specialiștilor și elevilor cu privire la rolul pe care cultura hip-hop îl poate juca în lecțiile de educație fizică și sport și nu numai.

9.3. Sarcinile studiului

Stabilirea activităților cuprinse în cadrul studiului.

9.4. Întrebări de cercetare

➢ În ce măsură street dance-ul este perceput ca un instrument care să extindă activitățile în cadrul lecției de educație fizică și sport ?

➢ În ce măsură elementele culturii hip-hop pot fi folosite pentru a crește atractivitatea lecțiilor de educație fizică și sport ?

➢ Street dance-ul poate aduce beneficii fizice și psihice comparabile cu beneficiile aduse de celelalte activități sportive folosite în cadrul lecțiilor de educație fizică și sport ?

9.5. Metodele cercetării

9.5.1. Metoda studiului bibliografic

Pentru a face o analiză eficientă și cuprinzătoare a acestei lucrări, este necesar să se adune și să se selecteze materialul bibliografic care se ocupă de subiect.

9.5.2. Metoda anchetei

Dintre numeroasele forme și tipuri de sondaje găsite în literatură, vom folosi atât interviul cât și chestionarul în acest studiu. Interviul va fi adresat celor trei coregrafi de street dance reprezentanți ai culturii hip-hop din România, iar cele două chestionare vor fi adresate elevilor de nivel gimnazial și specialiștilor, profesorilor de educație fizică și sport.

9.5.3. Metoda grafică

Totodată vom putea observa foarte bine rezultatele şi interpretarea acestora cu ajutorul tabelelor şi a diferitelor reprezentări, în urma utilizării metodei grafice.

9.6. Organizarea și desfășurarea studiului

Studiul a implicat întâlnirea și transmiterea interviului celor trei coregrafi și participarea online a profesorilor și elevilor din mai multe școli. Am aplicat pe parcursul perioadei două chestionare, unul pentru a afla opinia elevilor din cadrul învățământului gimnazial referitoare la practicarea street dance-ului în lecțiile de educație fizică și sport sau ca activitate extrașcolară.

Cel de-al doilea, aplicat profesorilor de educație fizică și sport cu privire la părerea acestora referitoare la utilizarea street dance-ului în activitățile efectuate și la opinia acestora în ceea ce privește programa pe care noi o vom aplica și care poate veni în susținerea programării activităților, utilizând astfel cu ușurință elementele specifice, cuprinzând instrumente și detalii corespunzătoare.

9.6.1. Perioada studiului

Cercetarea s-a desfășurat în anul școlar 2022-2023 întinzându-se pe mai multe module de studii ale acestuia, fiind nevoiți să ne deplasăm și fizic pentru aplicarea chestionarelor, iar mai apoi greva profesorilor din 2023 îngreunând procesul de strângere a opiniei acestora.

9.6.2. Locul studiului

Pentru dorința de a strânge un număr mai mare de participanți în cadrul chestionarelor de opinie, am optat pentru prezența fizică în câteva școli din București, sectorul 3, Școala Gimnazială Nr. 86, Școala Gimnazială Nr. 80 și Școala Gimnazială Nr. 84, iar în același timp am trimis chestionarul online și către unități de învățământ din alte sectoare sau județe, precum Prahova, Ploiești și în zone rurale de pe lângă București.

În cazul interviurilor, m-am întâlnit cu cei trei coregrafi și mai apoi le-am transmis interviul în format text urmat de primirea răspunsului acestora.

9.6.3. Eșantioane

Tabel 6. Detalii privind eșantionul format din elevii de gimnaziu

458 de elevi au completat chestionarul, dintre care:		
391 din mediul urban 67 din mediul rural	270 feminin 171 masculin 17 nu au declarat genul	130 clasa a – V a 131 clasa a – VI a 126 clasa a – VII a 71 clasa a – VIII a

În acest caz, eșantionul a fost format din elevi din mai multe școli din mediul urban și rural care au fost de acord să participe la studiul nostru, completând chestionarul online.

Tabel 7. Detalii privind eșantionul format din profesorii participanți

86 de profesori de educație fizică și sport au completat acest chestionar, dintre care:		
68 din mediul urban 18 din mediul rural	56 genul feminin 30 genul masculin	13 cu vârsta între 21-25 de ani 19 cu vârsta între 25-35 de ani 32 cu vârsta între 35-45 de ani 22 cu vârsta peste 45 de ani

Eșantionul a fost format din profesori de educație fizică și sport din mai multe școli din mediul urban și rural care au fost de acord să participe la studiul nostru, completând chestionarul primit online.

9.6.4. Logistica cercetării

Materialele utilizate au fost efectuate prin intermediul Google Forms și au fost trimise mai departe pe platformele de comunicare, dar am fost și fizic în unele dintre școlile cu care am colaborat.

9.7. Desfășurarea cercetării

9.7.1. Etapele cercetării

- În prima parte am început transmiterea chestionarelor de opinie către elevi și specialiști, lucru care a decurs destul de greu, întâmpinând dificultăți. În urma grevei desfășurate în acea perioadă, completarea chestionarelor a decurs într-un ritm mai greu decât ne-am fi așteptat.
- În partea a doua a avut loc verificarea tuturor rezultatelor și organizarea planului de interpretare.
- În ultima parte s-a desfășurat analiza și interpretarea datelor obținute în urma chestionarelor aplicate.

9.7.2. Conținutul cercetării

- ***Interviu cu trei coregrafi reprezentanți ai street dance-ului din România***

Am considerat că ar fi un plus important în cazul cercetării noastre dacă am reușit să obținem câteva răspunsuri referitoare la apariția și dezvoltarea street dance-ului în România, iar acest lucru l-am făcut prin obținerea a trei interviuri din partea unor persoane care fac parte din această comunitate și care au făcut și continuă să facă lucruri cu privire la dezvoltarea acestui fenomen în țara noastră. Unul a jucat un rol important încă de la apariția acestui fenomen în România, iar ceilalți doi au apărut pe parcurs și și-au pus amprenta atât pe latura ce ține de coregrafie cât și pe cea de freestyle a street dance-ului din țara noastră.

Ca o analiză a interviurilor acordate, în primul rând putem evidenția încrederea pe care o au acești coregrafi în potențialul și posibila evoluție a acestui fenomen în România, mai ales prin prisma faptului că au contact cu această cultură deja de câțiva ani buni, așadar vorbesc în cunoștință de cauză.

În ceea ce privește opționalul în sine și ideea de a construi și promova așa ceva în rândul elevilor din școlile din România, coregrafii intervievați susțin acest proces și chiar îl laudă, menționând că ar putea avea un impact puternic în rândul copiilor și subliniază potențialul de utilizare a dansului în cadrul lecțiilor de educație fizică și sport în vederea creșterii atractivității acestora.

➢ ***Chestionarele utilizate***

Chestionarul aplicat elevilor din învățământul gimnazial

Chestionarul aplicat specialiștilor din învățământ

Înainte de completarea chestionarelor, participanților li s-a asigurat confidențialitatea datelor și anonimatul în ceea ce privește răspunsurile acestora. Formatul întreg al chestionarelor va fi bineînțeles adăugat în teza noastră la capitolul anexe, iar aici vom evidenția și vom face analiza și interpreta cele mai importante rezultate obținute.

9.8. Rezultatele cercetării și interpretarea acestora

Evidențierea celor mai importante rezultate obținute.

9.8.1. Analiza și interpretarea rezultatelor chestionarului aplicat elevilor din învățământul gimnazial

Au participat un total de 71 de elevi de clasa a VIII-a, 126 de clasa a VII-a, 131 de clasa a VI-a și 130 de clasa a V-a, dintre care un procent de 86,7% sunt de părere că practicarea exercițiilor fizice este foarte importantă sau măcar importantă pentru viața lor.

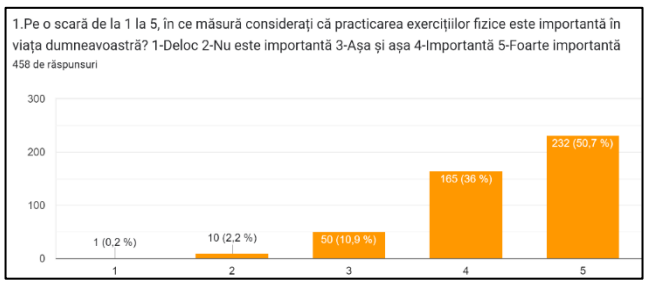


Figura 5. Răspunsul la întrebarea nr.1 din chestionarul aplicat elevilor

La întrebarea următoare am aflat că elevii se pare că nu dansează foarte mult în timpul liber, balanța fiind undeva pe la mijloc, chiar tinzând mai mult către uneori sau rar.

Cât despre frecvența practicării dansului în cadrul lecțiilor de educație fizică și sport, se pare că într-un procent foarte mare de 47,4% aceștia susțin că niciodată, balanța înclinând total spre stângă, doar 12% spunând că adesea sau foarte des.

Câteva concluzii după chestionar: Răspunsurile elevilor indică o înțelegere pozitivă a beneficiilor activității fizice și a influenței mișcării asupra vieții lor. Cu toate acestea, se pare că dansul nu este utilizat pe scară largă în lecțiile de educație fizică și sport, deși elevii consideră că poate oferi avantaje similare celorlalte sporturi și ar putea spori atractivitatea lecțiilor.

În ceea ce îi privește pe cei care nu sunt familiarizați cu această cultură hip-hop, sau nu cunosc lucruri despre dans în general, putem spune că aceștia ar putea fi impresionați de impactul acesteia, street dance-ul promovând libertatea în exprimare și favorizând unitatea și dinamica puternică a grupurilor, a lucrului în echipă.

9.8.2. Analiza și interpretarea rezultatelor chestionarului aplicat profesorilor de educație fizică și sport

Vom evidenția acum unele aspecte observate în urma completării chestionarului de către specialiștii în educație fizică și sport/profesori care au fost de acord să participe la cercetarea noastră, anonimatul și confidențialitatea datelor fiind asigurate.

În cazul întrebării de introducere, 85 din 86 de profesori de educație fizică și sport sunt de părere că practicarea exercițiile fizice este foarte importantă în viața unei persoane, unul singur spunând că este importantă.

Referitor la dans, se pare că profesorilor le place să danseze, balanța înclinând considerabil spre rezultatul pozitiv, 19 spunând că așa și așa, 20 spunând că le place mult, iar 38 foarte mult, doar 9 profesori fiind de partea cealaltă a rezultatului.

În topul activităților folosite în cadrul lecțiilor stau fotbalul, atletismul, gimnastica, urmate de baschet, volei și handbal, în timp ce întrebați fiind despre frecvența cu care utilizează dansul, 65 de profesori spun că rar, foarte rar sau niciodată, doar 15 susținând că adesea și 6 foarte des. Rezultat invers proporțional plăcerii acestora de a dansa.

Tot pe această cale, ni s-a părut interesantă posibilitatea de a primi feedback de la cei care nu ar propune un astfel de opțional așa că enumerăm câteva dintre răspunsurile libere de la întrebarea nr. 14 care a avut rolul de întrebare deschisă.

- *Răspunsul 1. „În opinia mea, cred că nu toți elevii și, prin urmare, nu toate persoanele sunt înclinate spre dans, astfel încât un opțional cu ceva de genul acesta nu ar acoperi nevoile tuturor elevilor din clasă.”*

Opinia noastră: Sunt toți elevii înclinați spre un alt sport? Sau spre matematică, fizică, ed. muzicală, etc.? În orice caz, propunerea noastră este opțională la decizia școlii, este aprobată doar prin alegerea majorității, altfel nu.

Câteva concluzii după chestionar: În ceea ce privește perspectiva profesorilor, se pare că aceștia sunt deschiși la noutate și 67% dintre aceștia chiar consideră că street dance-ul ar putea fi un instrument bun de utilizat pentru a face lecțiile de educație fizică și sport mai atractive. Apreciem foarte mult feedback-ul lor, faptul că ne-au dat propria opinie și au venit cu idei și sfaturi care ne-ar putea ajuta pe drumul nostru spre proiectarea programei de opțional de street dance.

9.8.3. Analiză comparativă cadre didactice-elevi

Conform chestionarelor propuse, considerăm că atât elevii din ciclul gimnazial cât și profesorii de educație fizică și sport apreciază importanța și rolul pe care îl au activitățile fizice în creșterea calității vieții de zi cu zi.

În ceea ce privește dansul, se pare că acesta face parte din viața lor, mai mult sau mai puțin, dar cu siguranță am putut observa că majoritatea apreciază valoarea acestuia și îl poziționează poate chiar pe aceeași treaptă cu alte ramuri sportive ce sunt foarte utilizate în cadrul lecțiilor de educație fizică și sport.

Am putut observa cum și elevii și profesorii consideră că street dance-ul ar putea fi o activitate potrivită ca instrument pentru lecții și creșterea atractivității acestora și considerăm că această cercetare ar fi un beneficiu în acest sens, ea aducând lămuriri, sugestii, metode și mijloace prin intermediul cărora profesorii nu doar să reușească să conducă o astfel de lecție cu brio ci chiar să le facă plăcere și să poată propune spre votarea de către elevi și părinți a unui Opțional de tip CDȘ pentru a avea o materie extra, timp în care se pot bucura împreună de noi activități. Analiză asupra întrebărilor de mare importanță:

9.9. Concluziile studiului

În opinia specialiștilor și a elevilor, street dance-ul poate fi un instrument care să ajute la extinderea activităților propuse de specialiștii din educație fizică și sport în lecții și, de asemenea, ei cred că acest gen de dans poate crește atractivitatea lecțiilor și poate aduce la fel de multe beneficii fizice și mentale ca alte sporturi deja utilizate în cadrul cursurilor.

Cu programa pregătită de noi, împreună cu toate instrumentele necesare, profesorii de educație fizică și sport vor putea nu numai să-i învețe pe copii detalii teoretice despre cultura hip-hop și unele mișcări, dar vor avea șansa de a pune în aplicare în lecțiile lor

exercițiile pregătite de noi exact așa cum sunt, structurate pe lecții și respectând principiile de antrenament.

Faptul că am aflat opinia elevilor şi specialiştilor în educaţie fizică şi sport reprezintă un pas important către generarea programei care va fi bazată nu numai pe partea practică, ci va include terminologia specifică, contextul istoric, planurile de lecţii, cunoştinţele specializate, făcându-l o resursă utilă pentru specialişti, care apoi poate deveni foarte benefică pentru elevi.

Având în vedere faptul că profesorii menționează că ar propune și chiar ar folosi un opțional cu elemente specifice street dance-ului dacă ar avea o programă bine pusă la punct în acest sens și făcând o paralelă cu faptul că elevii ar alege și ei un astfel de opțional dacă ar fi posibil, considerăm oportun acest studiu cu privire la opinia elevilor și profesorilor despre street dance.

În concluzie, conform celor spuse și celor trei coregrafi reprezentanți ai street dance-ului din România, poate prin intermediul acestui opțional, street dance-ul ar putea ajunge mai devreme la copii, decât o făcea în trecut, reușind să descopere din timp dacă asta poate fi una dintre pasiunile lor, sau chiar mai mult de atât.

Scopul nostru în cazul acestui studiu a fost atins, iar rezultatele sunt foarte importante având în vedere obiectivul nostru final este de a dezvolta o programă de opțional care să includă elemente ale culturii hip-hop, în special street dance-ul.

CAPITOLUL 10. STUDIU PRIVIND CONTRIBUȚIA STREET-DANCE-ULUI LA DEZVOLTAREA CREATIVITĂȚII ȘI A UNOR COMPONENTE ALE PSIHOMOTRICITĂȚII

10.1. Scopul cercetării

Scopul studiului este de a evidenția științific, printr-o cercetare riguroasă, importanța îmbunătățirii adusă de practicarea dansului de stradă atât la nivelul capacității psihomotorii, a componentelor studiate (coordonare intersegmentare, echilibru, ritm și orientare spațială), cât și în ceea ce privește potențialul acestei activități ca un factor important în dezvoltarea creativității elevilor din învățământul gimnazial.

10.2. Obiectivele cercetării

❖ Dezvoltarea curriculum-ului școlar prin introducerea street dance-ului;

❖ Creșterea relevanței lecțiilor de educație fizică și sport pentru dezvoltarea creativității și psihomotricității elevilor din învățământul gimnazial.

10.3. Sarcinile cercetării

Stabilirea activităților cuprinse în cadrul cercetării.

10.4. Ipotezele cercetării

Implementarea unor proiecte didactice propuse de noi, care se bazează pe mijloace specifice street dance-ului, conduce către:

I1: Îmbunătățirea capacității psihomotorii prin dezvoltarea unor componente precum: coordonare intersegmentară, echilibru, orientare spațială și ritm.

I2: Îmbunătățirea abilității cognitive prin dezvoltarea unor procese cu impact, precum: creativitatea.

10.5. Metodele cercetării

10.5.1. Metoda studiului bibliografic

Ca în cazul oricărei cercetări, mai ales în situația unui studiu experimental, este necesară o analiză atentă asupra bibliografiei de specialitate, acest lucru fiind efectuat și de către noi.

10.5.2. Metoda experimentală

În cadrul acestei metode vom interveni cu 40 de proiecte didactice, un program de antrenamente, verificând astfel o serie de instrumente aplicate în lecțiile de educație fizică și sport pe un grup de elevi, pentru a ne atinge obiectivele și a verifica cele propuse.

10.5.3. Metoda de măsurare, apreciere și evaluare

În cadrul cercetării am aplicat o serie de teste și probe prin intermediul cărora am cules datele cercetării noastre. Etapa de măsurare s-a efectuat în două părți, inițială și finală. În cazul capacității psihomotrice am efectuat următoarele testări: *Test coordonare intersegmentară – RCMV*; *Echilibrul, orientarea spațială și ritm – MIP*

În cazul creativității am utilizat un test adaptat după Mihaela Roco: *Test de creativitate și imaginație – Forme și figuri geometrice*

10.5.4. Metoda grafică

Această metodă ne va arăta clar și vom putea compara creșterea sau descreșterea unor indici folosiți, de asemenea vom putea observa foarte bine și partea de rezultate și interpretarea acestora prin ajutorul tabelelor și a diferitelor reprezentări grafice pe care le vom utiliza.

10.5.5. Metoda statistico-matematică

În cadrul acestui studiu vom efectua ambele tipuri de statistică, atât descriptivă cât și inferențială, pași ce ne vor ajuta să ne atingem obiectivele propuse și să verificăm ipotezele

de cercetare. Statistica descriptivă și Testul Wilcoxon au fost efectuate prin intermediul Pachetului Microsoft Office și Google.

10.6. Organizarea cercetării

Cercetarea a cuprins o grupă constituită din elevii unei clase de gimnaziu în nr. de 17 din cadrul școlii în care activez ca profesor de educație fizică și sport, iar ca spațiu am folosit terenul și sala de educația fizică și sport a unității de învățământ.

10.6.1. Perioada cercetării

În urma obținerii consimțământului scris al părinților elevilor și a pregătirii pașilor următori, am putut trece la testările inițiale, acestea având loc în modulul 3 al anului școlar 2022-2023 (lunile ianuarie-februarie 2023), după care a urmat perioada de efectuarea a lecțiilor propriu zise.

La finalul anului școlar, în cadrul modului 5 (lunile aprilie-iunie 2023) am reefectuat testările, în aceeași ordine, obținând rezultatele finale cu care am parcurs apoi pașii către interpretare, pentru a vedea ceea ce am obținut.

10.6.2. Eșantionul și locul cercetării

Eșantionul a fost format din 17 elevi ai unei clase din cadrul Școlii Gimnaziale Nr.86 din Sector 3, București, ei fiind anunțați de tot ce implică acest studiu, având dreptul la libera opțiune de a participa sau nu, părinții fiind de asemenea întrebați în acest sens, prezentându-le și un formular de consimțământ pentru ca totul să fie clar și sigur.

10.7. Desfășurarea cercetării

10.7.1. Etapele cercetării

➢ Prima etapă a cercetării a constat în elaborarea documentelor de planificare a activității clasei de elevi cu care am lucrat. În a doua etapă a cercetării a urmat procesul instructiv-educativ la nivelul clasei participante și bineînțeles la început partea de testări inițiale, urmate de cele finale în încheiere, totul desfășurându-se conform proiectelor didactice. În etapa a treia a urmat colectarea, înregistrarea, analiza și interpretarea rezultatele obținute în cadrul probelor propuse de noi spre evaluare.

10.7.2. Testările efectuate

Pentru acest studiu efectuat în drumul spre crearea programei opționalului ”Street Dance – dans și sănătate”, ne-am propus să utilizăm testul de creativitate cu forme și figuri geometrice efectuat cu ajutorul domnului Conf.Univ. Predoiu Radu, adaptat după Mihaela Roco și două testări efectuate cu aparaturile OptoJump și bateria de teste PSISELTEVA –

Testul RCMV, mai exact am testat coordonarea intersegmentară, echilibrul, orientarea spațială și ritmul.

Creativitate *- Testul utilizat: Testul de creativitate figurală și verbală*

Capacitățile psihomotrice *- Coordonare intersegmentară*

Materialele folosite sunt reprezentate de sistemul de testare psihologică PSISELTEVA, dezvoltat de compania RQ Plus, calibrat pe populaţia românească și conţine: un panou de comandă cu manete şi pedale. Pentru fiecare test sunt generați automat o serie de coeficienți. Testarea aceasta necesită ca elevii să reacționeze cât mai rapid și corect posibil apăsând manetele sau pedalele în funcție de stimulii afișați pe ecran. Semnalele apar la întâmplare și la intervale diferite așadar, acestea nu pot fi anticipate de către subiecți.

Utilizarea tehnologiei informatice asigură acuratețea și precizia datelor colectate.

Testul utilizat: **Testul RCMV** oferă posibilitatea relevării unor aspecte importante ale psihomotricității: precizie, rapiditate, fluenţă, constanţă, prin determinarea abilităţilor de învăţare motorie, autoreglare a dinamicii psihomotorii, coordonare mână-picior, organizare în situaţii diverse şi solicitante, autocontrol, autocalibrare și vigilenţă.

Echilibrul, orientarea spațială şi ritmul - Testul utilizat: Descrierea probei MIP - march in place (mers pe loc) - Optojump

10.7.3. Conținutul cercetării

Proiectele didactice pe care le-am folosit în perioada dintre testările inițiale și cele finale au cuprins elemente din: Istoria culturii hip-hop și evoluția sa la zi; Istoria și evoluția dansului în general și în special a stilurilor ce fac parte din această cultură; Elemente de terminologie; Elemente de muzicalitate și ritm; Pași și elemente de bază ce țin de fundația stilurilor break dance și hip-hop.

Metodologia de instruire

Am folosit metode specifice, cum ar fi explicația și conversația (metode verbale), repetarea (metodă de instruire), demonstrația și observația (metode intuitive).

✓ Pentru dezvoltarea coordonării și orientării spațiale: pași de dans specifici Street Dance, variația acestora, diverse elemente care să provoace elevii spre folosirea spațiului.

✓ Pentru dezvoltarea ritmicităţii, muzicalităţii, am ascultat diverse piese specifice şi am folosit mişcări efectuate de trenul superior sau inferior, folosind durate bine definite care corespund valorii unor note muzicale – o pătrime, un optar.

✓ Pentru dezvoltarea creativității am folosit elemente de improvizație, crearea de secvențe mici de pași, cum ar fi mici coregrafii și am utilizat freestyle-ul (instrument cu un impact puternic asupra dezvoltării creativității).

Exemplu de secvențe de proiecte didactice

Tabel 8. Proiect Didactic – Coordonare și Creativitate

Teme de lucru	**Obiective**	**Conținut**	**Verigi**
Îmbunătățirea coordonării și creativității prin BreakDance	I. Motrice: Efectueze trei elemente de toprock (componentă specifică BreakDance). Creeze o scurtă combinație de pași pentru a deveni o coregrafie.	Discutăm despre Break Dance și aflăm diferențele dintre TopRock, Footwork, Power Moves și Freeze. Studiem biomecanica mișcărilor Top Rock: Cross Step, Salsa Rock, Indian Step. Realizăm pașii respectivi și creăm o coreografie cu ei, de 4x8 ori.	Organizare Încălzire Informații despre BreakDance Baze Top Rocks Antrenament cu partener Duo Coregrafie Stretching și revenire după efort
	II. Cognitive: Să ofere scurte informații despre bazele importante din BreakDance.		
	III. Socio-afective: Colaboreze cu colegii și profesorul. Să-și încurajeze colegii.		

10.8. Rezultatele cercetării și interpretarea acestora cu ajutorul statisticii descriptive și a metodei grafice

Creativitate - Testul de creativitate figurală și verbală

Tabel 9. Statistică descriptivă, creativitate

Proba 1+2		Proba 3		Totalul rezultatelor	
R. Inițial	R. Final	R. Inițial	R. Final	R. Inițial	R. Final
Minim: 16 Maxim: 37 Amplitudine: 21 Total: 460 Medie: 27,05 Ab. Std : 6,40 Er. standard: 1,55 C. de var.: 0,23	Minim: 18 Maxim: 50 Amplitudine: 32 Total: 565 Medie: 33,23 Ab. Std : 9,43 Er. standard: 2,28 C. de var.: 0,28	Minim: 9 Maxim: 28 Amplitudine: 19 Total: 324 Medie: 19,05 Ab. Std : 5,67 Er. standard: 1,37 C. de var.: 0,29	Minim: 8 Maxim: 30 Amplitudine: 22 Total: 356 Medie: 20,94 Ab. Std : 6,32 Er. standard: 1,53 C. de var.: 0,30	Minim: 26 Maxim: 61 Amplitudine: 35 Total: 784 Medie: 46,11 Ab. Std : 11,27 Er. standard: 2,73 C. de var.: 0,24	Minim: 29 Maxim: 80 Amplitudine: 51 Total: 921 Medie: 54,17 Ab. Std.: 14,24 Er. standard: 3,45 C. de var.: 0,26

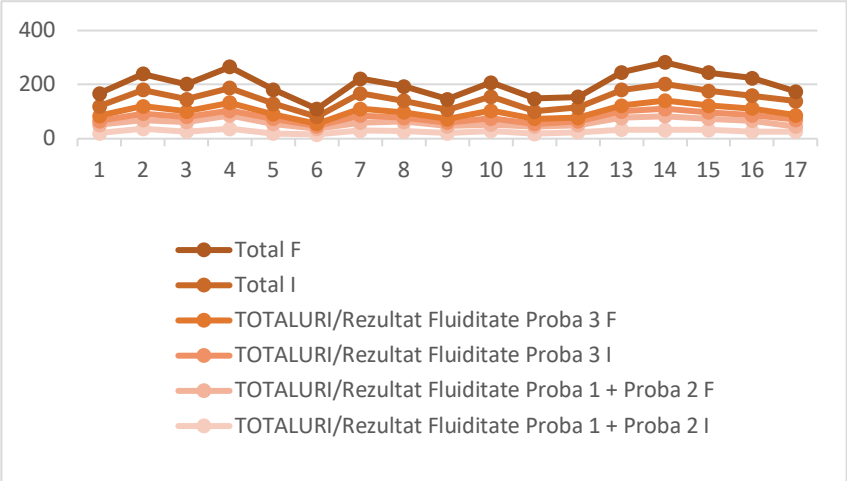


Figura 6 Diferența dintre răspunsurile inițiale și finale din cadrul testului de creativitate

Prin intermediul statisticii descriptive și acestor grafice, putem observa diferențele dintre rezultatele de la proba inițială și finală a testului RCMV, diferențe care sunt pozitive, rezultatele elevilor fiind mai bune la cea de-a doua testare.

10.8.1. Analiza și interpretarea rezultatelor inițiale și finale în urma experimentului efectuat prin intermediul statisticii inferențiale

Am aplicat statistica inferențială, mai exact testul Wilcoxon pentru testele folosite în cazul creativității, pentru RCMV și rezultatele de la testul MIP, pentru a vedea dacă diferențele sunt semnificative.

Tabel 10. Testul Wilcoxon aplicat pe rezultatele de la Creativitate

Wilcoxon		
z	W	p < 0.01
-2,66	16,5	0.007

Valoarea lui z=-2.66. Valoarea lui p=0.00782. Rezultatul este semnificativ, p< .01. Valoarea lui W=16.5. Valoarea critică pentru W la nr. de subiecți 17 este 23. Rezultatul este semnificativ, p< .01. Valoarea calculată este mai mică sau egală decât valoarea critică, reiese

de aici că se acceptă ipoteza de cercetare în cazul rezultatelor privind creativitatea. Aplicarea unui program propus de către noi care are la bază mijloace specifice street dance-ului, poate conduce la dezvoltarea creativității elevilor din ciclul gimnazial. De menționat faptul că am efectuat statistica inferențială pe rezultatul total al datelor, așadar a fost îmbunătățit nivelul general final, nu fluența sau fluiditatea luate pe rând.

Tabel 11. Testul Wilcoxon aplicat pe rezultatele de la RCMV

NR.CRT	COEFICIENTUL ANALIZAT		Z	W	P < 0.01
1	Coeficient capacitate de învățare (RCMV1);		-3,624	0	0.0003
2	Coeficient memorie operantă (RCMV1);		-3,624	0	0.0003
3	Coeficient eficiență perceptiv motorie (RCMV1);		-3,624	0	0.0003
4	Coeficient performanță proba (RCMV1);		-3,624	0	0.0003
5	Coeficient timp de reacție util (RCMV1);		-0,497	66	0.61
6	Coeficient rezistență la factor perturbator (RCMV1);		-1,301	49	0,19
7	Coeficient ritm optim personal (RCMV1);		-3,100	11	0,0019
8	Coeficient rezistență presiune timp (RCMV1);		-3,479	3	0.0005
9	Coeficient inspecție câmp perceptiv (RCMV1);		-2,958	14	0.003
10	Coeficient autotempo (RCMV1);		-3,624	0	0.0003

Valoarea calculată este mai mică sau egală decât valoarea critică în cazul dimensiunilor notate cu verde. Se acceptă ipoteza de cercetare în cazul rezultatelor privind testul RCMV la 8 dintre dimensiunile măsurate. Aplicarea unui program propus de către noi care are la bază mijloace specifice street dance-ului, poate conduce la îmbunătățirea capacității psihomotrice, prin dezvoltarea**:** preciziei, rapidității, fluenței și constanței.

Tabel 12. Testul Wilcoxon aplicat pe rezultatele de la MIP - Echilibru

Wilcoxon	Ochii deschiși			Ochii închiși		
	z	w	p	z	w	p
Timp de contact	-0,35	69	0,71	-0,26	71	0,79
Timp de zbor	-0,097	75	0,94	-0,04	75,7	0,96
CV Timp de contact	-0,66	62,5	0,5	-1,72	40	0,08
CV Timp de zbor	-1,79	38,5	0,07	-0,49	66	0,61

Valoarea calculată este mai mare sau egală decât valoarea critică în cazul dimensiunilor MIP notate, reiese de aici că se acceptă ipoteza de nul în cazul rezultatelor privind testul MIP pentru rezultatele în ceea ce privește echilibrul, diferențele fiind nesemnificative.

Tabel 13. Testul Wilcoxon aplicat pe rezultatele de la MIP - Ritm

Wilcoxon	Ochii deschiși			Ochii închiși		
	z	W	p	z	W	p
Medie timp de contact	-1,04	54,5	0,29	-1,65	36	0,09
Medie timp de zbor	-0,28	70,5	0,77	-2,31	27,5	0,02
					n=17, w=34	p=0,05

Valoarea calculată este mai mare sau egală decât valoarea critică în cazul dimensiunilor MIP notate (media timpului de contact), dar este mai mică sau egală decât valoarea critică în cazul (media timpului de zbor), reiese de aici că nu se acceptă ipoteza de cercetare în cazul rezultatelor privind testul MIP pentru rezultatele în ceea ce privește timpul

de contact, dar se acceptă în cazul timpului de zbor, rezultatul fiind semnificativ, ritmul fiind mai bun semnificativ pe partea de zbor în cazul testării finale.

Tabel 14. Testul Wilcoxon aplicat pe rezultatele de la MIP - Orientare Spațială

Wilcoxon	Ochii deschișI			Ochii închișI		
	z	w	p	z	w	p
Tendința Stânga/Dreapta	-1,37	38,5	0,07	-1,27	49,5	0,2
Tendința Înainte/Înapoi	-2,27	28,5	0,03	-0,5	64	0,5
		n=17, w=34	0,05			

Valoarea calculată este mai mare sau egală decât valoarea critică în cazul dimensiunilor (tendința stânga/dreapta), dar este mai mică sau egală decât valoarea critică în cazul (tendința înainte/înapoi cu ochii deschișI), reiese de aici că se acceptă ipoteza de nul în cazul rezultatelor privind testul MIP pentru rezultatele în ceea ce privește tendința, mai puțin cea înainte/înapoi cu ochii deschișI, acolo unde se acceptă ipoteza de cercetare, având rezultat semnificativ, ceea ce înseamnă că subiecții și-au îmbunătățit acest coeficient.

Aplicarea unui program propus de către noi care are la bază mijloace specifice street dance-ului, poate conduce la îmbunătățirea capacității psihomotrice, prin dezvoltarea: orientării spațiale și a ritmului.

10.9. Concluziile cercetării

Analiza rezultatelor la testele inițiale şi finale arată îmbunătăţiri ale valorilor pentru aproape toate probele utilizate. Considerăm că programul de formare utilizat a fost eficient, se confirmă ipotezele de cercetare, prin intermediul mijloacelor folosite se observă îmbunătățiri ale coordonării segmentare, orientării spațiale, ritmului și creativității.

Se confirmă și ultima ipoteză de cercetare referitoare la crearea premiselor în vederea elaborării programei de opțional cu elemente specifice din street dance.

În același timp, am reușit ceea ce ne-am propus și mai mult decât atât am observat cum elevii au lucrat în echipă pentru a-și atinge scopurile, astfel având lecții atractive de care ne-am putut bucura împreună.

Astfel, în cadrul consiliului profesoral ulterior am propus un opțional la decizia școlii pentru anul școlar 2023-2024, iar impactul a fost neașteptat chiar și pentru noi, toate cele 9 clase din gimnaziu ale Școlii Gimnaziale Nr.86 alegând opționalul „Street Dance, dans și sănătate”.

Acesta este un pas important către generarea unui curriculum care să se bazeze nu numai pe partea practică, ci să includă terminologie specializată, context istoric, planuri de lecții, cunoștințe specializate, făcându-l o resursă utilă pentru specialiști care pot deveni apoi foarte benefice pentru elevi.

CAPITOLUL 11. PROIECT DE PROGRAMĂ PENTRU DISCIPLINA STREET DANCE – DANS ŞI SĂNĂTATE DIN CURRICULUM LA DECIZIA ŞCOLII PENTRU NIVELUL GIMNAZIAL

CDŞ - Street dance – dans și sănătate (vezi în anexe programa întreagă)

OPȚIONAL: DISCIPLINĂ NOUĂ

PROPUNĂTOR: prof. DUMITRU EDUARD ȘTEFAN

Clasa; Durata: 1 an; Număr de ore/săptămână: 1 oră; Anul școlar;

ARGUMENT

Dansul este în același timp o artă, dar și un ansamblu de acte și acțiuni motrice executate în ritmul muzicii. Este una dintre cele mai plăcute activităţi, reușind să exprimi ceea ce simți doar prin mișcările corpului.

Street dance-ul reprezintă unul dintre elementele culturii hip-hop (dj-ing, mc-ing, street dance, graffiti) și este partea ce reprezintă dansul în cadrul acestei culturi. Este un termen ”umbrelă” folosit pentru a reprezenta mai multe stiluri, precum: breakdance, popping, locking, hip-hop, house dance, vogue, dancehall, etc. Fiind un fenomen ce se află în continuă dezvoltare și aflându-se într-un punct foarte important, street dance-ul reprezintă un foarte mare interes pentru copiii și adolescenții din zilele noastre.

De ce ?

1. Această perioadă este caracterizată prin acumulare de impresii puternice şi pentru formarea și fixarea deprinderilor și priceperilor;
2. Dansul, muzica, mişcarea produc copiilor bucurie, plăcere, deschidere, confort;

COMPETENŢE GENERALE

Tabel 15. Competențele generale din cadrul programei de opțional

1. Utilizarea limbajului de specialitate din street dance în relațiile de comunicare și valorificarea limbajului corporal pentru exprimarea și înțelegerea ideilor, stărilor afective și a esteticului;
2. Valorificarea informaţiilor, metodelor şi mijloacelor specifice street dance, în vederea optimizării stării de sănătate şi a dezvoltării fizice armonioase;
3. Utilizarea cunoștințelor, metodelor şi mijloacelor specifice street dance, în vederea dezvoltării capacităţii psihomotrice;
4. Aplicarea sistemului de reguli specifice organizării și practicării activităților de street dance şi adoptarea unui comportament adecvat în cadrul relaţiilor interpersonale şi de grup;
5. Evaluarea obiectivă a randamentului sportiv propriu, al partenerilor şi al adversarilor.

Grup ţintă: copii de nivel gimnazial - Tipul opţionalului : *Disciplină nouă*

Exemple de comportament, copilul să poată:

- Să execute mişcări de bază în contexte noi, variate;
- Să respecte reguli de igienă şi fizice în timpul efortului şi după;
- Să respecte reguli de grup;
- Să interpreteze corect şi în ritmul muzicii mişcări simple şi complexe;

Competențe Specifice și Conținuturi

Tabel 16. Competențele specifice și conținuturile din cadrul programei de opțional

C.G.1. Utilizarea limbajului de specialitate din street dance în relațiile de comunicare și valorificarea limbajului corporal pentru exprimarea și înțelegerea ideilor, stărilor afective și a esteticului;

Competențe specifice	Conținuturi
1.1. Utilizarea corectă a principalelor noţiuni specifice domeniului. 1.2. Aplicarea principalelor prevederi regulamentare ale disciplinelor sportive practicate. 1.3. Valorificarea limbajului corporal, a expresivității pentru exprimarea sentimentelor/ideilor.	• Descrierea elementelor și procedeelor tehnice efectuate utilizând termenii specifici. Exemple: *8 count – numărătoare până la opt;* *Ball change – schimbarea greutății în timpul mișcărilor;* *Cypher – cercul în care dansatorii arată împrenă ceea ce pot;* *Freestyle – improvizația unui dansator, stil liber;* *Fundamentals – fundație, mișcări de bază, filosofii, etc.;* *Groups – divizarea elevilor în grupe de lucru;* *Groove – modul în care o persoană simte un ritm;* *Marking – marcarea pașilor de dans într-un tempo relaxat;* *Full out – execuție la potențial maxim.* • Folosirea termenilor specifici de bază în comunicarea interpersonală și cu profesorul/antrenorul. • Respectarea în pregătire a principalelor prevederi regulamentare. • Respectarea în concursuri a principalelor prevederi regulamentare. • Aprecierea respectării principalelor reguli în întreceri, în calitate de spectator. **Evaluarea** acestui conținut prin diverse quizzuri, exerciții de grup/pe echipe cu întrebări și premii, cu probe legate de vocabular, de expresivitate, de elemente muzicale, etc.

C.G.2. Valorificarea informaţiilor, metodelor şi mijloacelor specifice street dance, în vederea optimizării stării de sănătate şi a dezvoltării fizice armonioase;

Competențe specifice	Conținuturi
2.1.Alegerea celor mai eficiente mijloace de dezvoltare a capacității fizice proprii. 2.2.Analizarea reacţiilor organismului, în eforturi de tip diferit. 2.3.Punerea în practică a unor informaţii de specialitate selectate cu ajutorul mijloacelor electronice.	• Efectuarea unor sarcini de instruire în concordanță cu starea de sănătate din momentul desfășurării activității. • Respectarea regulilor de angajare a organismului în efort și de revenire a acestuia după efort. • Recunoașterea nivelului de dezvoltare a propriei capacități de efort. • Adaptarea frecvenței respiratorii la efort de tip aerob. • Adaptarea frecvenței respiratorii la efort de tip mixt. • Utilizarea mijloacelor electronice (telefon, tabletă etc.) pentru culegerea de informații specifice. • Căutarea unor informații de specialitate pe internet, la recomandarea cadrului didactic.

	• Analizarea unor informaţii de specialitate identificate cu ajutorul mijloacelor electronice în vederea aplicării acestora. *Exemple: Executarea unui conținut cu accent pe respirație. Freestyle 2 minute, antrenament de respirație.* *Utilizarea platformei youtube pentru a căuta elemente atrăgătoare din anumite stiluri: breakdance, popping, locking, etc., în cadrul altor coregrafii executate de profesioniști.* **Evaluarea** acestui conținut prin testarea rezistenței pe fondul dansului. Diverse teste rapide pentru recunoașterea stilurilor, etc.

C.G.3. Utilizarea cunoștințelor, metodelor şi mijloacelor specifice street dance, în vederea dezvoltării capacităţii psihomotrice;

Competențe specifice	Conținuturi
3.1.Creșterea nivelului de manifestare a calităților motrice și psihomotrice. 3.2.Realizarea unor sarcini prin implicarea deprinderilor motrice învățate și dezvoltarea acestora. 3.3.Manifestarea trăsăturilor psihice specifice Street Dance-ului.	• Exersarea de acţiuni motrice corespunzătoare dezvoltării calităţilor motrice de bază. • Efectuarea de exerciții specifice fiecărei calități motrice de bază. • Efectuarea de exerciții pentru dezvoltarea calităților motrice specifice. • Exersarea procedeelor tehnice în regim de manifestare a calităților motrice. • Exersarea deprinderilor sportive elementare sub formă de jocuri dinamice, ştafete, trasee. • Exersarea procedeelor tehnice de bază precedate și urmate de alte deprinderi. • Participarea la întreceri sub formă de jocuri dinamice și ştafete. • Reglarea propriului comportament în raport cu situațiile apărute în condiții de pregătire. • Reglarea propriului comportament în raport cu situațiile apărute în întreceri. • Manifestarea dârzeniei pentru obținerea unui rezultat pozitiv în întreceri. *Exemple:Elemente de footwork pentru dezvoltarea forței membrelor inferioare. Efectuarea unor structuri coreografice pe baza deprinderilor formate. Demonstrații prin efectuarea unor secvențe în mod diferit: marking – full out.* *Exerciții de ritm, tempo, etc.* **Evaluarea** acestui conținut se poate face prin notarea unor demonstrații, sau prin diverse teste ce vizează capacitățile psihomotrice.

C.G.4. Aplicarea sistemului de reguli specifice organizării și practicării activităților de street dance şi adoptarea unui comportament adecvat în cadrul relaţiilor interpersonale şi de grup;

Competențe specifice	Conținuturi
4.1. Acţionarea eficientă în diferite grupuri, constituite în funcţie de cerinţele activităţilor de pregătire şi competiţionale. 4.2. Realizarea de sarcini specifice activității de pregătire și competiționale, prin colaborare cu ceilalţi membri implicaţi. 4.3. Manifestarea unui comportament bazat pe fair-play față de antrenori, parteneri, adversari şi arbitri.	• Efectuarea unor sarcini stabilite pentru solo/duo. • Efectuarea unor sarcini stabilite pentru grup. • Acordarea de sprijin partenerului în realizarea elementelor cu grad crescut de dificultate. • Acționarea sincronizată cu partenerii în diferite acțiuni motrice. • Descrierea manifestărilor de fair-play în contextul activităţilor de pregătire și competiționale. • Manifestarea atitudinii de respect față de partenerii de antrenament. • Manifestarea atitudinii de respect față de adversarii din întreceri. • Acceptarea necondiționată a deciziilor arbitrilor. *Exemple:Efectuarea unor elemente acrobatice, pe fond de lucru în echipă. Efectuarea unor structuri/coregrafii pe echipe.* **Evaluarea** acestui conținut se poate face prin notarea unor momente cu anumite punctaje.

C.G.5. Evaluarea obiectivă a randamentului sportiv propriu, al partenerilor şi al adversarilor.

Competenţe specifice	Conţinuturi
5.1. Aplicarea deprinderilor motrice şi a procedeelor tehnice de bază în acţiuni motrice complexe şi în forme adaptate de întrecere/concurs. 5.2. Integrarea procedeelor tehnice de bază în acţiuni tactice individuale/ colective, în condiţii de pregătire/ întrecere.	• Exersarea principalelor procedee tehnice însușite în cadrul unor acțiuni tactice simple în condiții de pregătire. • Exersarea principalelor procedee tehnice însușite în cadrul unor acțiuni tactice simple în condiții de întrecere. • Alcătuirea și exersarea unor acțiuni tehnico-tactice simple adaptate particularităților și preferințelor individuale. *Exemple: Efectuarea unor structuri/coregrafii avansate pe diverse stiluri, folosirea basicurilor din Hip-Hop-Popping-Locking-Breaking, pentru efectuarea unui colaj de 2 minute, folosind și elemente de tranziție.* **Evaluarea** acestui conținut se poate face prin comparație directă cu alte momente.

Durata, număr de ore, repartizare : o lecție/săptămână – un an școlar

Conținuturi

Domenii de conținut	Exemple de activități
1.Indici somato-funcţionali generali	• frecvența cardiacă adaptată efortului. • valori scăzute ale sistemul neuromuscular în repaus. • masa musculară activă.
2.Deprinderi motrice	Pași de bază din stilurille următoare: -breakdance -popping -locking -hip-hop -house • însuşirea ritmului specific.
3.Calități motrice de bază	Viteza - de execuţie (cazul unor coregrafii cu tempo diferit) - de repetiție (repetarea mișcărilor de bază) Forţa - generală Rezistenţa - generală Mobilitatea - articulară - elasticitate articulară
4.Psihomotricitate	Capacități Coordinative - coordonare segmentară - echilibru - precizia mişcării - orientare spaţio-temporală - ritm - tempo - capacitate de combinare a mișcărilor Schemă corporală; Lateralitate; Inteligență motrică; Ideomotricitate
5.Indici somato-funcționali specifici	• frecvenţă respiratorie • frecvenţă cardiacă • reacţie neurovegetativă (coordonare intramusculară)
6.Metode și mijloace de dezvoltare	• a forţei maxime, explozive, în diferite regiuni • a vitezei de reacţie, de execuţie, de repetiţie, de deplasare • a rezistenţei la eforturi aerobe, anaerobe, mixte

7.Elemente și procedee tehnice de bază	•Basics (pași de bază) BreakDance •Basics Popping •Basics Locking •Basics Hip-Hop •Basics House
8.Procedee specifice recomandate	• coregrafii simple cuprinzând mai multe stiluri. • încadrarea corectă pe direcţiile de dans ale coregrafiilor. • muzicalitate • repetări în situaţii similare competiţiei • reducerea spaţiului de desfăşurare a coregrafiei • competiții de antrenament • demonstrarea acţiunilor în condiţii cât mai apropiate de cele din competiţie
9.Acțiuni specifice	• orientarea avantajoasă în spaţiul de dans • colaborarea cu colegii de grup
10.Abilități cognitive	• creativitate • atenţie • memorie de lucru • stăpânire de sine • colaborare şi întrajutorare • educarea simțului de răspundere • corectitudinea • echilibrul emoțional
11.Protecție individuală	• tehnici de reechilibrare • modalităţi de atenuare a şocurilor • cunoştinţe şi informaţii despre: - importanţa „încălzirii” - respiraţia cu caracter de refacere • tehnici de acordare reciprocă a ajutorului/ sprijinului în execuţii
12.Randament sportiv	• factorii care condiţionează instruirea • cauzele care reduc randamentul • criterii de apreciere a randamentului • specificul caracterizării şi evaluării randamentului • criterii de analiză a rezultatelor • specificul analizei de caz
13.Prevederi regulamentare	• regulament de întrecere • greşeli de arbitraj • abaterile frecvente de la prevederile regulamentare
14.Reguli de comportament	• comportamentul în întrecere • situaţiile critice din întrecere • relaţii specifice de subordonare • caracteristicile rolurilor de responsabil de grupă, arbitru • criteriile de evaluare a arbitrajelor • greşeli frecvente

Valenţele activităţilor extracurriculare

1. Abilităţi fizice şi biomotrice:

- ✓ Creşterea rezistenţei la efort.
- ✓ Dezvoltarea armonioasă a musculaturii întregului organism, datorită mişcărilor care solicită un număr mare şi divers de părţi ale corpului.
- ✓ Dezvoltarea flexibilităţii articulaţiilor.
- ✓ Dezvoltarea abilităţilor acrobatice.
- ✓ Formarea unei ţinute corporale corecte.

2. Abilităţi psihice:

✓ Construirea încrederii în forţele proprii şi în valoarea personală.
✓ Conştietizarea mişcărilor şi transformărilor la care este supus organismul.
✓ Creşterea şi dezvoltarea încrederii şi curajului de a încerca elemente dificile care ţin de domenii nepracticate de mişcare.

3. Abilităţi sociale:

✓ Dezvoltarea capacităţilor de a lucra în echipă.
✓ Înţelegerea de valoare colectivă a echipei unde fiecare membră este importantă doar atâta timp cât munceşte pentru creşterea valorii echipei.
✓ Dezvoltarea spiritului de sprijin al coechipierelor pentru a mări calitatea reprezentaţiilor.
✓ Respingerea pornirilor egoiste şi individualiste.
✓ Dezvoltarea capacităţii de interrelaţionare şi încredere în ceilalţi.

4. Abilităţi muzicale şi coregrafice:

✓ Dezvoltarea simţului ritmic muzical şi de coordonare între mişcarea corporală şi muzică.
✓ Dezvoltarea capacităţii de a face distincţie între ritmuri şi stiluri diferite de muzică.
✓ Dezvoltarea capacităţii creative pentru mişcări şi figuri noi.
✓ Dezvoltarea capacităţii de a suprapune şi sincroniza mişcările cu ritmul muzical potrivit.

Sugestii metodologice

Lecţia de antrenament sportiv este o creaţie a fiecărui cadru didactic de specialitate, ce trebuie să reflecte competenţele sale profesionale, capacitatea, deosebit de importantă, de a se adapta condiţiilor concrete de desfăşurare a activităţii didactice şi particularităţilor elevilor, ajutându-se de o serie de îndrumări/ sugestii metodologice, oferite prin această programă, care va fi însoțită și de un ghid video.

Indicații metodice

• abordarea activităţilor de învăţare din punctul de vedere al centrării procesului educativ pe formarea competenţelor prevăzute de programă;

• analiza atentă şi responsabilitatea profesorului în determinarea specializării sportivului pe probă, astfel încât să asigure acestuia posibilităţi maxime de valorificare a potenţialului;

• alegerea celor mai potrivite mijloace, metode şi procedee metodice, în funcţie de obiectivele urmărite, particularităţile de vârstă, gen şi nivel de pregătire;

Domenii de evaluare:

A.Calități motrice

Condiționale:

Viteză – formă de manifestare, viteza de reacție;
Forță – dezvoltarea forței generale cu accent pe brațe și picioare;
Rezistență – dezvoltarea rezistenței;

Coordinative:

Ritm – testarea ritmului;

Orientare spațio-temporală – testarea orientării spațio-temporale;
Coordonarea intra și inter segmentară – testarea coordonării;
Echilibru – testarea echilibrului;

Intermediare:

Mobilitatea - dezvoltarea mobilității generale.

B.Calități psihomotrice

Schemă corporală – dezvoltarea și testarea schemei corporale;
Lateralitate – dezvoltarea și testarea lateralității.

C.Abilități cognitive

Atenție
Creativitate
Memorie

Organizarea activităților de tip spectacol: Categorii posibile

✓ Solo; Duo; Trio; Grupuri (4/10 membrii); Formații (11+, cât permite spațiul).

Probe specifice posibile: battle (1vs1, 2vs2, 7 to smoke, crew vs crew).

Categorii de vârstă

✓ Mini Kids (4-6 ani); Kids (7-9 ani); Juniori 1 (10-12 ani) – clasele 5-6; Juniori 2 (13-15 ani) – clasele 7-8; Tineri și Seniori 16+

Categoria de vârstă a unei echipei va fi stabilită prin calcularea vârstei medii a tuturor membrilor acesteia. Concursurile se pot desfăşura: în aer liber sau în sală.

Timpul alocat pentru a-şi prezenta coregrafia este de obicei:

✓ Solo, duo, trio – între 1 și 2 minute; Grup – între 1 și 3:30 minute; Formații – între 2:30 și 4:30 minute

Bibliografie (vezi întreaga programă din anexele tezei)

Anexele programei (vezi programa din cadrul anexelor tezei)

CAPITOLUL 12. CERCETARE EXPERIMENTALĂ CU PRIVIRE LA INFLUENȚAREA CAPACITĂȚII PSIHOMOTRICE ȘI ABILITĂȚILOR COGNITIVE ALE ELEVILOR DIN ÎNVĂȚĂMÂNTUL GIMNAZIAL PRIN MIJLOACE SPECIFICE STREET DANCE-ULUI

12.1. Scopul cercetării

Scopul acestei cercetări este de a demonstra științific influența practicării Street Dance-ului asupra elementelor psihomotricității (ritm, echilibru, coordonare intersegmentară, coordonare generală, coordonare specifică, agilitate, lateralitate, orientare spațială, învățare motrică) și unor abilități cognitive (atenție, învățare, memorie de lucru, creativitate) în cazul elevilor din învățământul gimnazial.

Astfel, în urma tuturor pașilor efectuați ne vom putea atinge scopul final, acela de a dovedi aplicabilitatea și beneficiile aduse prin utilizarea street dance-ului în cadrul lecțiilor de educație fizică și sport și nu doar atât, vom putea da o formă finală a programei în sine de

opțional de Street Dance la decizia școlii, care ar putea crește astfel numărul de ore de educație fizică și sport efectuate la nivelul unei clase.

12.2. Obiectivele cercetării

❖ Sintetizarea multitudinii informațiilor bibliografice pentru cunoașterea fundamentelor teoretice ale curriculumului la decizia școlii;

❖ Prezentarea diverselor abordări privind dansul și rolul acestuia în educația și dezvoltarea copiilor;

12.3. Sarcinile cercetării

Stabilirea activităților cuprinse în cadrul cercetării efectuate.

12.4. Ipotezele cercetării

I1: Implementarea programei de opțional propus de noi, cu elemente specifice street dance-ului conduce către îmbunătățirea capacității psihomotrice a elevilor din învățământul gimnazial.

I2: Intervenția prin intermediul programei de opțional – ”Street dance - dans și sănătate”, dezvoltă abilitățile cognitive ale elevilor din învățământul gimnazial.

12.5. Metode de cercetare

Pentru a face o analiză eficientă și cuprinzătoare a acestei lucrări, este necesar să se adune și să se selecteze materialul bibliografic care se ocupă de subiect.

12.5.1. Metoda studiului bibliografic

Prin această metodă, ce presupune accesarea informațiilor din diverse surse online și offline, am obținut date despre nivelul la care s-a ajuns în sfera de interes a cercetării noastre. Am consultat cărți de specialitate, studii, lucrări, articole, programe școlare atât din literatura românească, cât și din cea străină.

12.5.2. Metoda anchetei

Am folosit această metodă prin intermediul unui chestionar, utilizat în scopul verificării percepției asupra stresului subiecților implicați mai mari de clasa a VI-a.

În plus, am aplicat și metoda anchetei pe bază de interviu prin care am dorit să aflăm opinia celor implicați în apariția și dezvoltarea acestei culturi în România, această metodă, conform lui Berger (2000) fiind o tehnică de obținere prin întrebări și răspunsuri a informațiilor verbale de la indivizi și grupuri umane.

12.5.3. Metoda experimentală

În cadrul acestei metode am abordat următoarele faze de lucru: Observația directă a participanților; Formularea ipotezelor cercetării; Experimentul propriu-zis; Prelucrarea și interpretarea datelor culese.

12.5.4. Metoda statistico-matematică și grafică de prezentare a datelor

A. Date despre participanți, respectiv distribuția pe clase, gen, nivel de pregătire. Așadar, eșantioanele au fost repartizate în scopul analizei matematice.

B. Date despre rezultatele obținute, prezentarea caracteristicilor capacității psihomotrice și abilităților cognitive cercetate, statistică descriptivă și statistică inferențială.

Conform regulilor statisticii, atunci când variabilele nu sunt distribuite normal sau nu îndeplinesc criteriul de varianță, vom folosi teste neparametrice (Welch, Kruskal Wallis, Mann-Whitney și Wilcoxon), în caz invers vom utiliza (Testul Student T, Anova).

C. Comparația testărilor inițiale și finale în cazul tuturor testelor aplicate, urmată de prezentarea grafică a interpretărilor efectuate.

12.6. Demersul operațional al cercetării

12.6.1. Perioada și locul desfășurării

Studiul nostru se desfășoară pe parcursul anului școlar 2023-2024 (11.09.2023-21.06.2024), la Școala Gimnazială Nr. 86 din Sectorul 3, București. În cadrul unității de învățământ funcționează 12 clase de nivel primar și 9 clase de nivel gimnazial, cu un efectiv total de 531 de elevi.

12.6.2. Eșantionul cercetării

În cadrul cercetării au participat doar elevi din ciclul gimnazial ai Școlii Gimnaziale Nr.86, aceștia fiind împărțiți pe clase: a Va, a VIa, a VIIa, a VIIIa. Numărul total al eșantionului de cercetare este de 95 de elevi.

12.6.3. Etapele cercetării

- Prima etapă a fost aceea de informare și cercetare asupra tipului de Opțional pe care trebuie să îl concepem și pașii pe care trebuie să îi facem spre aplicarea acestuia pentru învățământul gimnazial. Pentru acest lucru am studiat cu atenție legile în vigoare, Legea Învățământului Preuniversitar nr 613/05.07.2023 și Ordinul nr. 3238/2021 și astfel am conceput un CDȘ – ca disciplină nouă – adică un opţional care introduce o disciplină nouă faţă de cele din trunchiul comun/diferențiat sau introduce noi domenii/teme corespunzătoare unei discipline din trunchiul comun sau din curriculum diferenţiat ori le dezvoltă pe cele existente.
- Am parcurs pașii corespunzători aprobării și am elaborat programa și celelalte documente necesare respectând structura programelor de trunchi comun, iar în urma acestor lucruri, anul școlar 2023-2024 a debutat pentru Școala Gimnazială Nr.86 cu o nouă rubrică în catalog și anume aceea a Opționalului: ”Street dance - dans și sănătate”.

➢ Cercetarea noastră a continuat prin desfășurarea procesului instructiv-educativ la cele 4 clase conform documentelor de planificare elaborate pentru CDȘ-ul ales de către părinții și elevii în cauză.

➢ Pe parcursul modulului 4 din anul școlar a avut loc competiția de dans la nivel intern a Școlii Gimnaziale Nr.86 organizată de catedra de Educație Fizică și Sport, în cadrul căreia au participat atât elevi din ciclul primar cât și gimnazial, elevi cu experiență în dans datorită lucrului din cadrul unor cluburi de dans sau doar prin prisma opționalului de Street Dance care le-a oferit oportunitatea de a putea efectua coregrafii cu care să poată participa la competiție.

➢ În ultima etapă am redactat și aplicat chestionarul de satisfacția adresat elevilor participanți la cercetare.

12.6.4. Conținutul cercetării

Pentru desfășurarea opționalului am utilizat proiecte didactice pregătite de către noi pe baza programei școlare pe care am elaborat-o și pe care o prezentăm în cadrul anexelor, împreună cu eșalonarea anuală și planificarea calendaristică.

✓ Programa opționalului „Street dance – dans și sănătate" (vezi anexe); Eșalonarea anuală pentru anul școlar 2023-2024 (vezi anexe); Planificarea calendaristică pentru anul școlar 2023-2024 (vezi anexe); Modele de proiecte didactice (vezi anexe); Măsurători, probe și teste de evaluare

În ceea ce privește capacitatea psihomotrică: *1.Ritm - Proba „Stai pe ritm!"; 2.Echilibru - Testului „Flamingo"; 3.Coordonare intersegmentară - Testul „RCMV"*; *4.Coordonare generală/ Echilibru/ Orientare Spațială - Testul „Matorin"; 5.Coordonare specifică - Testul "În oglindă"; 6.Agilitate - Testului „Hexagon"; 7.Mobilitate – Testului „Sit and Reach"; 8.Ritm, echilibru, orientare spațială, coordonare - Testul "MIP"; 9.Lateralitate - Testul „Ski".*

Pentru testarea abilităților cognitive am folosit: *Învățare și memorie de lucru - Testul "TIM"; Atenție - Testul "CMA"; Creativitate - Testul "Forme și figuri geometrice"; Memorie de lucru specifică - Testul "Ține pasul cu coregrafia"; Percepția stresului - Chestionarului de percepție a stresului.*

În plus, pe lângă cele menționate anterior, atunci când vorbim despre fizic, Street Dance-ul necesită și o ***mobilitate*** excepțională. Breaking-ul implică mișcări ale picioarelor, rotiri și blocaje ce sfidează gravitația și care necesită forță, flexibilitate și control. Popping-ul cu mișcări unghiulare și contracțiile precise ale mușchilor, necesită un grad ridicat de

control și izolare musculară. Acestea sunt doar exemple de necesitate a unor bune caracteristici referitoare la capacitatea de mobilitate a corpului și segmentelor sale.

Mobilitatea și flexibilitatea sunt componente ale aptitudinii fizice, cu implicații în performanță dar și în prevenirea leziunilor în cazul diferitelor discipline și activități sportive. Teichmann et al. (2021)

Așadar am ales să testăm și mobilitatea pentru a vede dacă apar îmbunătățiri în acest sens în cazul eșantioanelor noastre în urma desfășurării lecțiilor din cadrul opționalului de Street Dance.

12.7. Procedura de intervenție

Experimentul reprezintă un demers logic, riguros și metodic și se utilizează în cercetare pentru a sublinia diferențele cu privire la rezultatele inițiale și mai apoi finale în cazul unei intervenții a unor variabile independente (program de pregătire) asupra unora dependente (psihomotricitate, abilități cognitive, etc.). Așadar, programa de opțional de curriculum la decizia școlii, „Street Dance – dans și sănătate" reprezintă variabila independentă, iar rezultatele în cazul probelor alese, impactul pe care îl va avea acesta asupra a ceea ce ne propunem noi, reprezintă variabila dependentă. Gratton și Jones (2010) sunt de părere că efectul unui program de pregătire este diferența dintre evaluările inițiale și cele finale.

Proiectele didactice pe care le-am folosim în cadrul CDȘ-ului, "Street dance - dans și sănătate" au conținut materiale și mijloace pregătite în conformitate cu programa opționalul, eșalonarea anuală și planul calendaristic pregătite de către noi și am utilizat metode specifice, cum ar fi explicația și conversația ca metode verbale, exersarea, ca metodă de instruire și demonstrația și observația ca metodă intuitivă.

12.8. Rezultatele obținute și interpretarea acestora

12.8.1. Analiza și interpretarea datelor cu referire la participanții din cadrul cercetării

Tabel 17. Distribuția în procente a participanților

Total Participanți										
Clasa	N	**5A**	N	**6B**	N	**7C**	N	**8A**	N	**Total**
Elevi	28	%	23	%	20	%	24	%	95	%
Fete	16	57.15	10	43.48	8	40	15	62.5	49	51.58
Băieți	12	42.85	13	56.52	12	60	9	37.5	46	48.42
Fete Sportive	3	18.75	2	20	1	12.	5	33.33	11	22.45
Fete Nesportive	13	81.25	8	80	7	87.5	10	66.67	38	77.55
Băieți Sportivi	6	50	5	38.4	6	50	3	33.33	20	43.48
Băieți Nesportivi	6	50	8	61.54	6	50	6	66.67	26	56.52

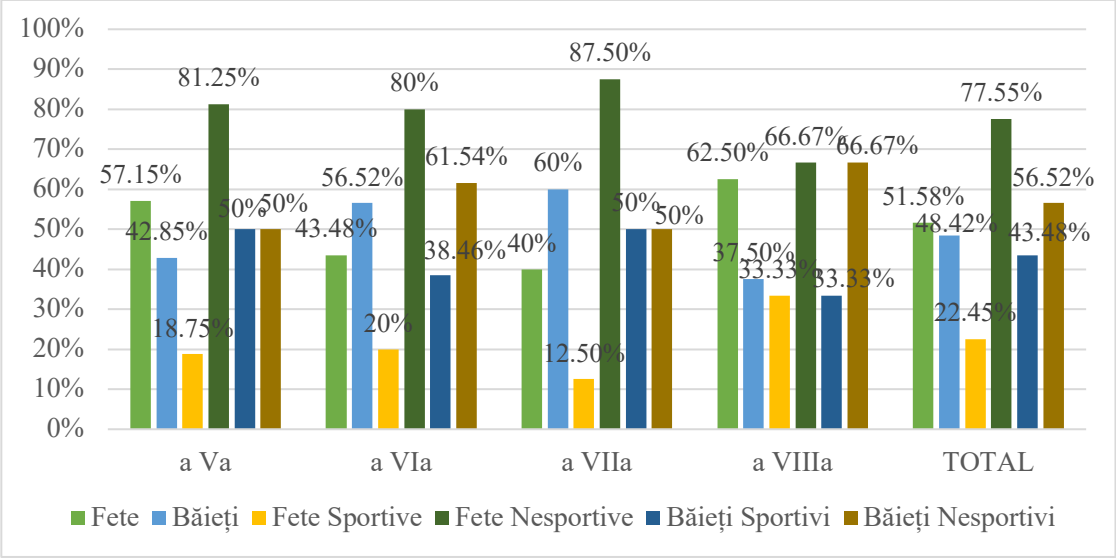


Figura 7. Graficul distribuției în procente a participanților

Dimensiunea eșantionului (N) - Numărul de elevi, variază ușor de la o clasă la alta: Clasa a Va: 28 de elevi, Clasa a VIa: 23 de elevi, Clasa a VIIa: 20 de elevi, Clasa a VIIIa: 24 de elevi. Conform acestor date, per total mai mulți elevi sunt non-sportivi (64 în total) comparativ cu sportivi (31 în total). Clasa non-sportivă (Nu): 38 de fete, 26 de băieți. Clasa sportivă (Da): 11 fete, 20 băieți. Acest lucru arată un număr mai mic de fete sportive în comparație cu băieți sportivi.

Dacă ne referim la gen, observăm că la toate clasele întâlnim mai multe fete nesportive decât sportive (clasa aVa: 13 vs 3, clasa a VIa: 8 vs 2, clasa a VIIa: 7 vs 1 și clasa a VIIIa: 10 vs 5). În cazul băieților acest raport este echilibrat (clasa a Va: egalitate 6, clasa a VIa: 8 vs 5, clasa a VIIa: egalitate 6 și clasa a VIIIa: 6 vs 3). Așadar, avem mai mulți băieți sportivi decât fete sportive, cu excepția clasei aVIIIa, în care avem 5 fete vs 3 băieți sportivi. Observăm că în clasele a Va și a VIIIa avem ponderea fetelor mai mare, iar în clasele a VIa și a VIIa ponderea fete-băieți se echilibrează.

Tabel 18. Statistice descriptive, gruparea elevilor pe clase

	Medie				Abaterea standard				Minim				Maxim				Skewness (Asimetrie)				Kurtosis (Boltire)				Shapiro-Wilk p			
Clasa	5	6	7	8	5	6	7	8	5	6	7	8	5	6	7	8	5	6	7	8	5	6	7	8	5	6	7	8
KG	36.6	50.5	48.5	54.2	5.72	7.01	9.46	9.64	27	40	33	37	50	61	67	74	0.525	-0.0699	0.575	0.317	-0.145	-1.24	-0.392	-0.592	0.573	0.161	0.348	0.612
H	150	160	163	166	6.4	6.71	7.6	7.81	138	150	147	147	163	176	179	181	0.298	0.541	-0.002	-0.774	-0.129	-0.368	0.48	1.06	0.546	0.272	0.415	0.174
Sportivi	0.32	0.3	0.35	0.33	0.48	0.47	0.49	0.482	0	0	0	0	1	1	1	1	0.809	0.911	0.681	0.755	-1.46	-1.29	-1.72	-1.57	<.001	<.001	<.001	<.001
Gen	0.43	0.57	0.6	0.38	0.5	0.507	0.5	0.495	0	0	0	0	1	1	1	1	0.305	-0.282	-0.442	0.551	-2.06	-2.11	-2.02	-1.86	<.001	<.001	<.001	<.001

Tabel 19. Statistici descriptive, gruparea elevilor după criteriul sportiv/nesportiv

	N				Medie				Abaterea standard				Minim				Maxim				Asimetrie				Boltire				Shapiro-Wilk p			
Sportivi	Nu		Da		Nu		Da		Nu		Da		Nu		Da		Nu		Da		Nu		Da		Nu		Da		Nu		Da	
Gen	F	B	F	B	F	B	F	B	F	B	F	B	F	B	F	B	F	B	F	B	F	B	F	B	F	B	F	B	F	B	F	B
KG	38	26	11	20	45	50	46	46	10.40	12	10	9	27	31	32	30	63	74	65	66	0.08	0.448	0.35	0.38	-1.02	-0.68	-0.37	0.03	0.16	0.21	0.73	0.92
H	38	26	11	20	159	161	158	159	7.46	11	8.9	11	141	138	147	140	169	179	175	181	-0.44	-0.35	0.47	0.18	-0.838	-0.63	-0.46	-0.742	0.04	0.66	0.54	0.89

Media (medie): KG (greutate în kg): Crește de la 36,6 (clasa a Va) la 54,2 (clasa a VIIIa), indicând creșterea în greutate a elevilor. Înălțimea (H) măsurată în cm: crește de la 150 cm (clasa a Va) la 166 cm (clasa a VIIIa). Odată cu creșterea în înălțime, elevii cresc și în greutate, ceea ce denotă o dezvoltare fizică armonioasă.

Observăm că în clasele a VIIa și a VIIIa, avem mai mulți sportivi cu înălțime foarte mică (sportivii cu nr. 55, 56, 83 și 95) sau foarte mare (sportivii cu nr. 61, 62, 65, 70, 88), deoarece au ritm de creștere diferit. Sportivi și gen sunt variabile nominale care indică dacă elevii sunt sportivi sau non-sportivi, fete sau băieți.

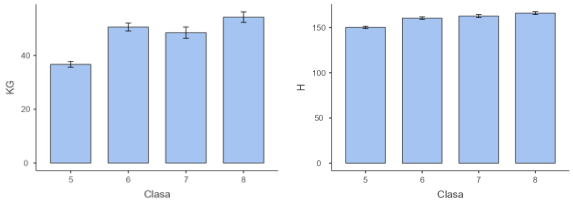


Figura 8. Media greutății și a înălțimii, grupare pe clase

KG (greutate în kg): Non-sportivi: Fete (45kg), Băieți (50kg). Sportivi: Fete (46kg), Băieți (46kg). Băieții cântăresc în general mai mult, dar băieții sportivi au o greutate medie puțin mai mică. Cea mai mică greutate înregistrată: 27kg (fete non-sportive), 30kg (băiat sportiv). Cea mai mare greutate înregistrată: 74kg (băiat non-sportiv). H (înălțime în cm): Non-sportivi: Fete (159cm), Băieți (161cm). Sportivi: Fete (158cm), Băieți (159cm). Sportivii tind să aibă înălțimi medii puțin mai mici. Cel mai scund elev are: 138cm (băiat non-sportiv), 140cm (băiat sportiv), iar cel mai înalt: 179cm (băiat non-sportiv), 181cm (băiat sportiv). Sportivii se încadrează în general într-un interval mai mic. Abaterea standard (SD) măsoară dispersia datelor. SD crește odată cu clasa, indicând o variabilitate mai mare în greutate și înălțime. Pentru sportivi și gen, SD este mai mică, ceea ce înseamnă că există variații mai mici în privința genului și al nivelul de practicare a sportului. SD mai mare pentru băieți, în special la sportivi (de exemplu, greutate SD=12 pentru băieții non-sportivi, 9 pentru băieții sportivi). Fetele au o variabilitate mai mică, cu excepția înălțimii, unde non-sportivii au un SD mai mare.

Asimetria (Skewness) măsoară asimetria în distribuția datelor. Pentru KG & H în general se apropie de 0, ceea ce înseamnă că au o distribuție aproape normală. Pentru Sportivi și Gen avem o asimetrie pozitivă/negativă mai mare, care sugerează distribuții distorsionate. Asimetria mai mare a greutății la băieți (0,448 la non-sportivi, 0,38 la sportivi) sugerează date ușor înclinate spre dreapta (câțiva indivizi mai grei). Asimetria înălțimii este mică, sugerând o distribuție destul de normală. Boltire (Kurtosis) măsoară cât de ascuțită sau de plată este distribuția. Valorile negative (KG, Sportivi, Gen) denotă o distribuție plată, iar cele pozitive (H în Clasa a VIIIa) una ascuțită. Băieții sportivi (H = -0,742) au mai multă variabilitate în înălțime, ceea ce înseamnă că distribuția lor este mai răspândită. Testul Shapiro-Wilk (valori W și p) Testează normalitatea datelor ($p > 0,05$ sugerează normalitate, $p < 0,05$ sugerează distribuție non-normală). Pentru KG și H: valori p în mare parte peste 0,05, sugerând o distribuție normală. KG și H urmează o distribuție normală și prezintă tendințe de creștere așteptate. Setul de date prezintă o variabilitate tot mai mare a greutății/înălțimii odată cu vârsta. Sportivi și Gen nu sunt distribuite în mod normal și ar putea necesita transformări pentru analiza statistică. Sportivii tind să aibă greutate și înălțime medie puțin mai mici decât non-sportivii. Sportivii băieți prezintă mai multe variații în greutate și înălțime în comparație cu fetele. Greutatea tinde să urmeze o distribuție normală, în timp ce înălțimea prezintă ușoare abateri de la normalitate în anumite grupuri. Fetele sportive sunt subreprezentate în comparație cu băieții, cu doar 11 indivizi.

12.8.2. Analiza și interpretarea rezultatelor testărilor legate de psihomotricitate

Tabel 20. Statistici descriptive, pe baza rezultatelor în urma testării Ritmului (proba: Stai pe ritm)

	N				Medie				Abaterea standard				Asimetrie				Boltire				Shapiro-Wilk W				Shapiro-Wilk p			
Clasa	5	6	7	8	5	6	7	8	5	6	7	8	5	6	7	8	5	6	7	8	5	6	7	8	5	6	7	8
RitmI	28	23	20	24	5.82	6.09	6.05	5.96	1.39	1.44	1.43	1.49	0.611	0.133	0.382	0.422	0.665	-1.4	-0.882	-0.866	0.92	0.87	0.89	0.91	0.03	0.007	0.026	0.042
RitmF	28	23	20	24	6.79	7.39	7.5	7.08	1	0.941	0.76	1.28	-0.509	0.165	-0.398	-0.0331	0.503	-0.694	-0.037	-0.912	0.84	0.89	0.84	0.92	< .001	0.013	0.004	0.053

Legendă: RitmI=ritm inițial, RitmF=ritm final.

Tabelul prezintă statistici descriptive pentru două variabile: RitmI și RitmF pe clase (V,VI,VII,VIII). Iată o interpretare detaliată: Media RitmI variază de la 5,82 (Clasa a Va) la 6,09 (Clasa a VIa) și 6,05 (Clasa a VIIa), dar scade ușor la 5,96 (Clasa a VIIIa). Media RitmF este mai mare decât RitmI la toate nivelurile, cu valori de la 6,79 (Clasa a Va), la 7,39 (Clasa a VIa), 7,5 (Clasa a VIIa), în ușoară scădere în Clasa a VIIIa (7,08), ceea ce sugerează o îmbunătățire generală a ritmului sau a ritmului în comparație cu RitmI.

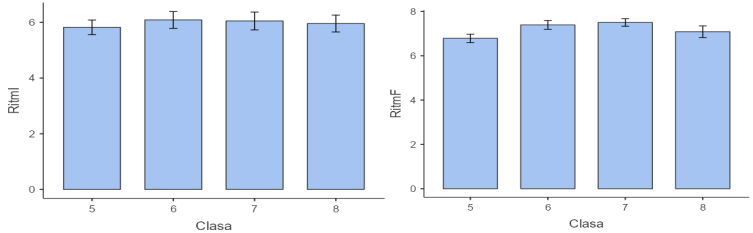
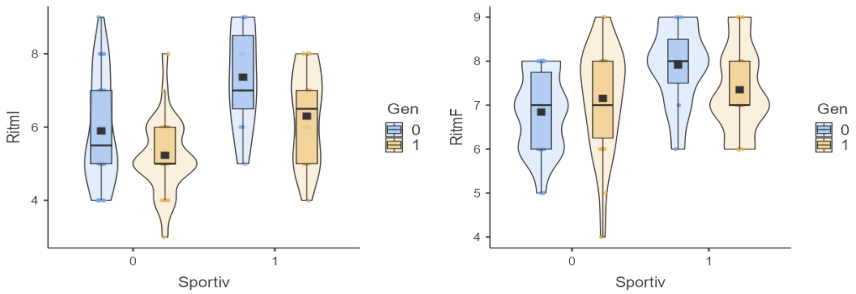


Figura 9. Media ritmului, valori inițiale și finale. Grupare pe clase

Elevii sportivi au performanțe mai bune atât în scorurile ritmice inițiale, cât și în cele finale. Performanța se îmbunătățește de la RitmI la RitmF în toate grupurile. Sportivii au distribuții mai echilibrate și mai puțină variabilitate. Majoritatea grupurilor nu urmează o distribuție normală, ceea ce ar putea necesita metode statistice neparametrice pentru analize ulterioare.

Testul Shapiro-Wilk (normalitate): Valorile W apropiate de 1 sugerează normalitate, dar valorile p < 0,05 indică non-normalitate.

Pentru RitmI: toate valorile p sunt sub 0,05, ceea ce indică faptul că datele nu sunt distribuite în mod normal. Pentru RitmF: Clasa a Va are o valoare p < 0,001, clasele VI, VII și VIII au valori p de 0,013, 0,004 și 0,053. Clasa a VIIIa (p = 0,053) este aproape de normal, dar altele arată non-normalitate. Acest lucru sugerează că, deși RitmF este distribuit mai normal decât RitmI, ambele variabile se abat de la normalitate.



Legendă: 0=non-sportiv, 1=sportiv, Albastru=feminin, Galben=masculin

Figura 10. Media ritmului, valori inițiale și finale. Grupare pe Gen și Sportivi/Non-sportivi

Aplicăm testul Wilcoxon pentru variabile pereche cu distribuție aleatoare. Nivelul de semnificație al testului este foarte ridicat (p< .001), ceea ce denotă că diferența de (-1.5) între ritmul inițial mai mic (5.968) și cel final mai mare (7.158) este semnificativă statistic.

Tabel 21. Statistică inferențială. Ritm (proba: Stai pe ritm)

			Statistic	p	Mean difference	SE difference		Effect Size
RitmI	RitmF	Wilcoxon W	294	< .001	-1.5	0.149	Rank biserial correlation	-0.804
Note. H_a μ Measure 1 - Measure 2 $\neq$ 0								

Eroarea standard a diferenței dintre medii este foarte mică (0.149), deci rezultatul obținut este foarte precis. Deoarece avem o mărime a efectului importantă (-0.804) putem afirma că îmbunătățirea ritmului s-a realizat ca urmare a programului de antrenament și că se pot obține rezultate asemănătoare pe întreaga populație statistică și de către alți antrenori, daca se respectă condițiile de aplicare a antrenamentului (Tabel 21).

Tabel 22. Statistică inferențială. Echilibru (Proba Flamingo)

			Statistic	p	Mean difference	SE difference		Effect Size
EchilibruI	EchilibruF	Wilcoxon W	3311.5	< .001	1.5	0.175	Rank biserial correlation	0.855

Nivelul de semnificație al testului Wilcoxon este foarte ridicat (p<.001), ceea ce denotă că diferența de (1.5) între echilibrul inițial mai mare (6.063) și cel final mai mic (4.568) este semnificativă statistic. Eroarea standard a diferenței dintre medii este foarte mică (0.175). Deoarece avem o mărime a efectului importantă, putem afirma că îmbunătățirea echilibrului s-a realizat ca urmare a programului de antrenament și că se pot obține rezultate asemănătoare pe întreaga populație statistică și de către alți antrenori (Tabel 22).

Tabel 23. Statistică inferențială. Coordonare Intersegmentară

Shapiro-Wilk				
			W	**p**
InvI	-	InvF	0.98	0.147
MemOPI	-	MemOpF	0.982	0.229
PercMotI	-	PercMotF	0.97	0.029
PerfI	-	PerfF	0.965	0.012
ReactieI	-	ReactieF	0.75	< .001
PerturbI	-	PerturbF	0.942	< .001
RitmPersI	-	RitmPersF	0.8	< .001
PresI	-	PresF	0.929	< .001
CampI	-	CampF	0.454	< .001
TempoI	-	TempoF	0.848	< .001

Testul de normalitate Shapiro-Wilk demonstrează că doar 2 variabile au distribuție normală (Capacitatea de învățare și Memoria operantă - cu p>0.05), deci pentru a afla dacă diferența dintre valorile inițiale și finale este semnificativă statistic putem aplica testul parametric Student T pentru variabile cu distribuție normală. Pentru celelalte variabile cu distribuție aleatorie vom aplica testul neparametric Wilcoxon (Tabel 23).

Tabel 24. Testul T Student. Coordonare Intersegmentară

		Statistic	df	p	Mean difference	SE difference	Cohen's d
ÎnvI	ÎnvF	-5.15	94	< .001	-0.0694	0.01347	-0.528
MemOPI	MemOpF	-1.82	94	0.072	-0.0147	0.0081	-0.187

Testul a fost efectuat pe o dimensiune a eșantionului de 95 (deoarece df = N-1). Valoarea p indică dacă diferența este semnificativă statistic (p<0,05 sugerează semnificație).

Diferența medie: diferența dintre mediile măsurătorilor inițiale și finale.

Diferența SE (Standard Error of Difference): Câtă variabilitate există în diferența medie.

Cohen's d: O măsură a mărimii efectului (semnificație practică) 0,2 = efect mic, 0,5 = efect mediu, 0,8+ = efect mare.

ÎnvI vs ÎnvF (Capacitatea de învățare) t(94)= -5,15, p< .001 denotă că diferența dintre medii (-0,0694) este semnificativă statistic. Cohen's d= -0,528 exprimă o mărime moderată a efectului, ceea ce înseamnă că îmbunătățirea capacității de învățare (de 0.544 la 0.614) este semnificativă. S-a înregistrat o scădere semnificativă a implicării, iar efectul este moderat (Tabel 24).

MemOPI vs. MemOpF (Memorie operațională) t(94)= -1,82, p=0,072 denotă că diferența dintre medii (-0,0147) nu este semnificativă statistic, (p > 0,05), datorată unor factori întâmplători. Cohen's d = -0,187 indică o mărime mică a efectului. Nu a existat nicio schimbare semnificativă în memoria operațională (de la 0.807 la 0.821).

Pentru celelalte opt dimensiuni măsurate prin intermediul Testării RCMV am efectuat testul Wilcoxon. (Tabelul 25) prezintă rezultatele testului Wilcoxon comparând valorile inițiale (I) și finale (F) pentru diferite variabile. este o alternativă neparametrică la testul t pereche, utilizat atunci când datele nu sunt distribuite în mod normal.

Tabel 25. Testul Wilcoxon – coordonare intersegmentară

Valori inițiale	Valori finale	df	Statistic W	p	Mean difference	SE difference	Rank biserial correlation Effect size	Semnificație practică
PercMotI	PercMotF	94	1309	0.016	-0.025	0.00928	-0.3	Creștere de la 0.754 la 0.78 Îmbunătățire semnificativă (efect mic)
PerfI	PerfF	94	920.5	< .001	-0.045	0.00961	-0.53	Creștere de la 0.503 la 0.551 Îmbunătățire semnificativă (efect moderat)
ReacțieI	ReacțieF	94	3023	< .001	0.045	0.01723	0.413	Scădere de la 1.098 la 1.062 Îmbunătățire semnificativă (efect moderat)
PerturbI	PerturbF	94	1076.5	0.001	-0.0749	0.02269	-0.411	Creștere de la 0.967 la 1.035 Îmbunătățire semnificativă (efect moderat)
RitmPersI	RitmPersF	94	2897	0.001	0.045	0.02532	0.384	Scădere de la 0.303 la 0.234 Îmbunătățire semnificativă (efect moderat)
PresI	PresF	94	1143	< .001	-0.045	0.01325	-0.442	Creștere de la 0.72 la 0.774 Îmbunătățire semnificativă (efect moderat)
CâmpI	CâmpF	94	505.5	< .001	-0.1	0.04911	-0.717	Creștere de la 0.586 la 0.769 Îmbunătățire mare (efect mare)
TempoI	TempoF	94	3918.5	< .001	4.9484	0.95369	0.719	Scădere de la 55.48 la 49.273 Îmbunătățire semnificativă (efect mare)

În cazul acesta mărimea efectului (corelația biserială de rang) măsoară semnificația practică: efect mic (~0,1-0,3), efect moderat (~0,3-0,5), efect mare (~0,5+). Pentru toate variabile p este mai mic decât 0.05, deci diferențele dintre valorile inițiale și finale sunt semnificative statistic. La o aplicare ulterioare a antrenamentului, sau de către alt antrenor în condiții similare, rezultatele vor fi asemănătoare. Îmbunătățiri semnificative s-au constat la absolut toate dimensiunile cercetate. Astfel, putem spune că Opționalul de Street Dance poate conduce la dezvoltarea coordonării intersegmentare.

Tabel 26. Statistici descriptive, pe baza rezultatelor în urma testării Coordonării Generale/Orientare Spațială/Echilibru (proba: Matorin) – Grupare după clasă

	N				Medie				Abaterea standard				Asimetrie				Boltire				Shapiro-Wilk W				Shapiro-Wilk p			
Clasa	5	6	7	8	5	6	7	8	5	6	7	8	5	6	7	8	5	6	7	8	5	6	7	8	5	6	7	8
MatorinDri	28	23	20	24	274	312	311	296	66	42.8	52.5	44.9	-0.696	6.25E-04	-0.983	-0.345	0.81	-1.13	0.028	-0.093	0.91	0.94	0.88	0.95	0.021	0.177	0.016	0.31
MatorinStgI	28	23	20	24	269	311	315	296	67.4	36	50.1	41.3	0.25	-0.0775	-1.16	0.138	-1.21	-0.816	0.38	0.713	0.89	0.96	0.83	0.96	0.008	0.489	0.003	0.484
MatorinDrF	28	23	20	24	287	316	331	312	57.7	36.3	38.9	42.2	-0.765	-0.196	-1.39	-0.669	1.1	-0.832	1.1	-0.423	0.92	0.91	0.78	0.9	0.034	0.035	<.001	0.026
MatorinStgF	28	23	20	24	284	320	331	312	50	35.5	37.2	40.5	0.096	-0.685	-1.15	-0.742	-0.473	-0.242	0.279	-0.121	0.96	0.91	0.8	0.91	0.325	0.034	<.001	0.032

Tabelul prezintă statistici descriptive și rezultatele testelor de normalitate pentru testul Matorin (dreapta și stânga) atât pentru măsurătorile inițiale (I), cât și pentru cele finale (F) în patru grupuri (Clasele a Va, a VIa, a VIIa, a VIIIa). Performanța s-a îmbunătățit (scorurile medii au crescut de la I → F). Variația a scăzut după antrenament, așa cum se vede în valorile DS. Testele pe partea dreaptă și stângă au urmat tendințe similare în toate grupurile, cu excepția clasei a VIa, unde s-au înregistrat cele mai mici diferențe. Conform statisticii inferențiale, raportăm p<.001 (testul Wilcoxon) în ambele cazuri, acest lucru însemnând că rezultatele finale s-au îmbunătățit semnificativ.

Tabel 27. Statistici descriptive pe baza rezultatelor testării Coordonării specifice (proba: În oglindă) – Grupare după clasă

	N				Medie				Abaterea standard				Asimetrie				Boltire				Shapiro-Wilk W				Shapiro-Wilk p			
Clasa	5	6	7	8	5	6	7	8	5	6	7	8	5	6	7	8	5	6	7	8	5	6	7	8	5	6	7	8
OglindaI	28	23	20	24	6.84	6.41	7.03	7.29	1.99	1.21	1.29	1.01	-0.013	0.0335	0.487	0.075	-1.16	-0.543	-0.024	-1	0.93	0.95	0.97	0.95	0.064	0.312	0.642	0.279
OglindaF	28	23	20	24	8.07	7.87	8.15	8.21	1.33	1.04	1.1	0.966	0.203	0.584	0.364	0.059	-1.04	-0.039	-0.777	-0.577	0.92	0.92	0.92	0.94	0.026	0.082	0.104	0.142

Tabelul prezintă statistici descriptive și rezultatele testelor de normalitate pentru testul În Oglindă, atât pentru măsurătorile inițiale (I), cât și pentru cele finale (F) în patru grupuri (Clasele a Va, a VIa, a VIIa, a VIIIa).

Media: Scorurile s-au îmbunătățit de la inițial (I) la final (F) la toate clasele. Clasa a 5-a: 6.84 → 8.07; Clasa a 6-a: 6.41 → 7.87 (cea mai mare diferență 1.5); Clasa a 7-a: 7.03 → 8.15; Clasa a 8-a: 7.29 → 8.21 (cea mai mică diferență 0.9). Astfel, conform acestor

date și statisticii inferențiale, raportăm p<.001 (Testul Wilcoxon), acest lucru însemnând că rezultatele finale s-au îmbunătățit semnificativ.

Tabel 28. Statistici descriptive pe baza rezultatelor testării agilității (proba: Hexagon) – Grupare după clasă

	N				Medie				Abaterea standard				Asimetrie				Boltire				Shapiro-Wilk W				Shapiro-Wilk p			
Clasa	5	6	7	8	5	6	7	8	5	6	7	8	5	6	7	8	5	6	7	8	5	6	7	8	5	6	7	8
AgilDri	28	23	20	24	7.28	7.16	6.52	5.66	3.41	2.35	1.22	0.865	3.15	3	1.76	0.0949	11.1	10.6	3.24	-0.155	0.6	0.65	0.79	0.99	<.001	<.001	<.001	0.995
AgilStgI	28	23	20	24	7	7.82	6.44	5.51	3.09	3.04	0.96	0.841	4.14	2.58	1.06	0.136	19.6	7.06	3.31	-0.228	0.53	0.68	0.89	0.97	<.001	<.001	0.029	0.646
AgilDrF	28	23	20	24	6.81	6.75	6.29	5.41	2.72	1.55	1.01	0.63	3.55	2.26	1.75	-0.256	14.5	6.35	3.19	-1.02	0.58	0.75	0.8	0.92	<.001	<.001	<.001	0.071
AgilStgF	28	23	20	24	6.72	7.1	6.18	5.35	2.49	1.9	0.81	0.762	3.52	2.55	1.2	-0.0024	15	8.77	3.38	-0.391	0.62	0.76	0.9	0.96	<.001	<.001	0.041	0.48

Testul de normalitate Shapiro-Wilk (valori p) Cele mai multe valori p sunt < 0,001, respingând normalitatea în testele inițiale. Testele finale (F) arată o normalitate îmbunătățită, în special în clasa a VIIIa (p = 0,48). Acesta indică faptul că rezultatele testelor de agilitate ale elevilor la început au fost foarte variate, dar au devenit mai normal distribuite în timp.

Astfel observăm îmbunătățirea agilității în toate grupele (timpi mai mici la testele finale). Performanțe mai consistente în testele finale (abatere standard mai mică). O mai bună normalitate în rezultatele testelor finale, ceea ce înseamnă că performanțele au devenit mai previzibile. Conform statisticii inferențiale, raportăm p<.001 (testul Wilcoxon) în ambele cazuri, acest lucru însemnând că rezultatele finale s-au îmbunătățit semnificativ.

Tabel 29. Statistici descriptive pe baza rezultatelor testării mobilității (proba: Stai şi întinde-te) – Grupare după clasă

	N				Medie				Abaterea standard				Asimetrie				Boltire				Shapiro-Wilk W				Shapiro-Wilk p			
Clasa	5	6	7	8	5	6	7	8	5	6	7	8	5	6	7	8	5	6	7	8	5	6	7	8	5	6	7	8
MobI	28	23	20	24	30.9	24.4	22.6	32.2	8.7	5.71	3.15	11.4	0.73	0.341	0.305	0.194	0.338	-0.693	-0.762	-1.05	0.93	0.96	0.94	0.95	0.05	0.499	0.212	0.3
MobF	28	23	20	24	31.8	25	23.3	33	8.59	5.79	3.08	11.3	0.873	0.336	0.398	0.296	0.495	-0.465	-0.659	-1.09	0.92	0.97	0.94	0.94	0.04	0.64	0.274	0.168

Testul de normalitate (valori p Shapiro-Wilk) - Clasa a Va are valori p scăzute (<0,05), ceea ce înseamnă că distribuția este non-normală. Clasa a VIa) are valori p mai mari, sugerând distribuție mai apropiată de normal. Astfel se observă o mică îmbunătățire a scorurilor de mobilitate de la testele inițiale la cele finale. Unele clase prezintă rezultate mai diverse (SD mai mare), în timp ce altele

sunt mai consistente. Normalitatea distribuției s-a îmbunătățit ușor în testul final, dar rămâne anormală în unele cazuri. Conform statisticii inferențiale, raportăm p<.001 (testul Wilcoxon), acest lucru însemnând că rezultatele finale s-au îmbunătățit semnificativ și în cazul mobilității.

Testul MIP – efectuat prin intermediul Optojump - Efectul vederii (ochii deschiși vs. închiși) În majoritatea parametrilor, valorile măsurate cu ochii închiși tind să fie puțin mai mari decât cele măsurate cu ochii deschiși. Astfel putem presupune că închiderea ochilor afectează stabilitatea și controlul mișcării. Unele variabile, cum ar fi TzborI (timpul de zbor) și TcontactI (timpul de contact), arată o scădere a valorilor cu ochii deschiși, ceea ce indică un control motor și o sincronizare mai bune atunci când feedback-ul vizual este disponibil. Diferențe bazate pe lateralitate În timp ce unele valori sunt similare între sportivii cu dominanță stânga (L) și cei cu dominanță dreapta (R), există diferențe subtile în tiparele de mișcare. Indivizii cu lateralitate stânga (L) tind să aibă o variabilitate ușor mai mare în anumiți parametri, cum ar fi RitmI (ritmul mișcării) și MersXI (punct de mers X).

Tabel 30. Statistică inferențială pe baza rezultatelor testării inițiale și finale în cazul testării MIP cu Optojump

Testul de normalitate (Shapiro-Wilk) comparație inițial vs final					
			W	**p**	Distribuție (p < 0,05)
TzborI	-	TzborF	0.808	< .001	Non-normal.
TcontactI	-	TcontactF	0.839	< .001	Non-normal.
RitmI	-	RitmF	0.99	0.438	Normal
TpasI	-	TpasF	0.114	< .001	Non-normal.
PoziţieI	-	PoziţieF	0.836	< .001	Non-normal.
MersXI	-	MersXF	0.92	< .001	Se abate de la normalitate.
DecalajulXI	-	DecalajulXF	0.132	< .001	Non-normal.
PasI	-	PasF	0.924	< .001	Non-normal.
MersYI	-	MersYF	0.968	0.003	Non-normal.
DecalajulYI	-	DecalajulYF	0.958	< .001	Se abate de la normalitate.
Notă. O valoare p scăzută sugerează o încălcare a ipotezei de normalitate					

Testul Wilcoxon examinează dacă există diferențe semnificative între cele două testări. S-au observat îmbunătățiri semnificative în timpul de zbor, timpul de contact, ritmul, controlul poziției și lățimea pasului. Elevii au dezvoltat probabil un control motor mai bun, o încredere crescută în pași și un echilibru îmbunătățit. Stabilitatea laterală a mersului (MersX, DecalajulX, DecalajulY) nu s-a schimbat prea mult, sugerând un accent mai mare pe îmbunătățirea mișcării înainte.

Tabel 31. Testul Wilcoxon W – comparație inițial vs final

Wilcoxon W		Statistica	p	Diferența medie	Diferența SE	Mărimea efectului	Interpretare
TzborI	TzborF	5406	0.021	0.023	0.0146	0.2317	Ușoara creștere a timpului de zbor, indică un timp de zbor mai lung.
TcontactI	TcontactF	5656	0.004	0.040	0.0207	0.2887	Creșterea timpului de contact, sugerează ajustări în stabilitatea aterizării.
RitmI	RitmF	2713	<.001	-0.051	0.0132	-0.3819	Scăderea valorilor ritmului, indică un pas controlat și eficient.
TpasI	TpasF	5392	0.023	0.055	1.3826	0.2285	Timpul de pas a crescut, sugerând ajustări mai fluide ale mișcării.
PoziţieI	PoziţieF	5760	0.002	0.044	0.0207	0.3124	Controlul poziției s-a îmbunătățit, ceea ce indică un echilibru postural mai bun.
MersXI	MersXF	4387	0.997	-0.003	0.5842	-4,56e−4	Nicio modificare a stabilității mersului pe axa X.
Decalajul XI	Decalajul XF	4692	0.492	0.014	0.5683	0.069	Nicio modificare semnificativă a deplasării laterale.
PasI	PasF	5763	0.002	5.850	2.5179	0.3131	Lățimea pasului a crescut, ceea ce implică o mai mare încredere și eficiență a pasului.
MersYI	MersYF	5501	0.012	4.252	1.8217	0.2534	Mișcarea pe axa Y s-a îmbunătățit, sugerând o mai bună stabilitate a mișcării înainte.
Decalajul YI	Decalajul YF	5052	0.132	0.104	0.0754	0.1511	Nicio modificare semnificativă a deplasării laterale.

În cazul ritmului calculat prin intermediul testului MIP vom aplica Testul T pentru probe pereche, deoarece p=0,438.

Tabel 32. Testul T pentru probe pereche

Student' T		Statistica	Df	p	Diferența medie	Diferența SE	Cohen' d
RitmI	RitmF	-3.751	131	< .001	-0.04937	0.0132	-0.32649

Valoarea p foarte scăzută (<0,001) indică o diferență semnificativă statistic între ritmul inițial (RitmI) și ritmul final (RitmF). Acest lucru confirmă că a existat o îmbunătățire reală și măsurabilă a ritmului în timp. Diferența medie negativă (-0,04937) înseamnă că ritmul final (RitmF) este mai mic decât ritmul inițial (RitmI). În acest context, o valoare mai mică a ritmului sugerează un model de mișcare mai structurat și mai stabil. Acest lucru implică faptul că participanții și-au îmbunătățit coordonarea pașilor și au redus mișcările neregulate. Cohen' d = -0,32649 este considerată o mărime mică până la moderată a efectului (de obicei, 0,2=mic, 0,5=mediu, 0,8+=mare). Acest lucru indică faptul că îmbunătățirea ritmului nu este doar semnificativă din punct de vedere statistic, ci și semnificativă din punct de vedere practic. Pentru

analiza efectului mai multor variabile independente și covariabile (participare la sport, gen, nivel de clasă) asupra rezultatelor, vom aplica modelul Mancova.

Tabel 33. Mancova - Multivariate Tests[a]

Effect		Value	F	Hypothesis df	Error df	Sig.	Partial Eta Squared
Efect de intercepție	Pillai's Trace	.114	1.703[b]	9.000	119.000	.095	.114
	Lambda lui Wilks	.886	1.703[b]	9.000	119.000	.095	.114
*Sportivi *IvsD	Pillai's Trace	.494	1.909	36.000	488.000	.001	.123
*Clasa *Gen	Lambda lui Wilks	.573	1.996	36.000	447.685	.001	.130

Sportiv*IvsD *Gen*Clasa - Această interacțiune testează efectul combinat al participării la sport (Sportivi), al stării de vedere (IvsD), al genului (Gen) și al nivelului de clasă (Clasa) asupra performanței mișcării. Acest efect de interacțiune este semnificativ (p<0,05) în toate testele, ceea ce înseamnă că influența combinată a participării la sport, vedere, sex și nivel de clasă afectează semnificativ performanța mișcării. Pillai's Trace (p=0,001) și Lambda lui Wilks (p=0,001) confirmă acest efect, sugerând că mai multe variabile dependente sunt afectate. Valorile de bază (performanța inițială a testului) influențează puternic performanța finală. Participarea la sport, starea vederii, genul și nivelul clasei, au un impact semnificativ asupra abilităților de mișcare. Efectul este robust în mai multe teste multivariate, ceea ce înseamnă că rezultatele sunt fiabile. Este necesară o analiză suplimentară pentru a identifica care variabile independente specifice determină aceste diferențe.

Tabel 34. Teste ale efectelor între subiecți

Sursă	Variabilă dependentă **normalizată**	Suma pătratelor de tip III	Df	Pătratul mediu	F	p.	Interpretare
Model corectat	TzborF	.324a	4	.081	3.124	.017	Efect semnificativ asupra timpului de zbor.
	TcontactF	.315b	4	.079	2.360	.057	Nesemnificativ (la limită).
	RitmF	.266c	4	.066	4.671	.001	Efect semnificativ asupra ritmului de mișcare.
	TpasF	1.260d	4	.315	4.790	.001	Efect semnificativ asupra timpului de pas.
	PoziţieF	.315b	4	.079	2.360	.057	Nesemnificativ (la limită).
	MersXF	80.614e	4	20.154	.974	.424	Nesemnificativ.
	DecalajulXF	.026f	4	.007	.184	.946	Nesemnificativ.
	PasF	7901.839g	4	1975.460	3.570	.009	Efect semnificativ asupra lungimii treptei.
	MersYF	1796.746ore	4	449.187	2.493	.046	Efect semnificativ asupra mersului înainte.
	DecalajulYF	1.649i	4	.412	1.780	.137	Nesemnificativ.
Efect de intercepție	TzborF	4.116	1	4.116	4.383	.038	Efect de bază puternic
	TcontactF	3.449	1	3.449	3.592	.060	
	RitmF	2.777	1	2.777	3.088	.081	
	TpasF	6.328	1	6.328	7.061	.009	Efect de bază puternic
	PoziţieF	3.449	1	3.449	3.592	.060	

	MersXF	.995	1	.995	.994	.321	
	DecalajulXF	.170	1	.170	.166	.685	
	PasF	1.495	1	1.495	1.612	.206	Efect de bază puternic
	MersYF	.910	1	.910	.952	.331	
	DecalajulYF	.780	1	.780	.799	.373	
Sportiv*	TzborF	11.735	4	2.934	3.124	.017	Efect semnificativ de interacțiune.
IvsD*	TcontactF	9.062	4	2.266	2.360	.057	Nesemnificativ (la limită)
Gen*	RitmF	16.801	4	4.200	4.671	.001	Efect semnificativ de interacțiune.
Clasa*	TpasF	17.172	4	4.293	4.790	.001	Efect semnificativ de interacțiune.
	PoziţieF	9.062	4	2.266	2.360	.057	Nesemnificativ (la limită)
	MersXF	3.898	4	.974	.974	.424	Nesemnificativ
	DecalajulXF	.754	4	.188	.184	.946	Nesemnificativ
	PasF	13.240	4	3.310	3.570	.009	Efect semnificativ de interacțiune.
	MersYF	9.538	4	2.385	2.493	.046	Nesemnificativ (la limită)
	DecalajulYF	6.955	4	1.739	1.780	.137	Nesemnificativ

Această analiză examinează efectele participării la sport, stării de vedere, genului și al clasei asupra diferitelor variabile de performanță a mișcării din testul final (TzborF, TcontactF, RitmF etc.). Modelul corectat măsoară cât de bine variabilele independente (Sportivi*IvsD*Gen*Clasa) explică variația fiecărui parametru de mișcare.

Efecte semnificative: TzborF, TpasF, PasF, RitmF sunt influențate semnificativ de participarea la sport, de capacitatea vizuală, gen și clasa din care fac parte. Rezultatele sugerează că aceste caracteristici de mișcare sunt modelate de antrenament. Efecte nesemnificative: TcontactF, PoziţieF, Mers YF sunt la limita semnificativă (p≈0,05), ceea ce înseamnă că pot fi încă influențate de variabilele independente, dar cu un suport statistic mai slab. Restul variabilelor au valori nesemnificative statistic. Rezultatele testelor inițiale prezic puternic performanța testului final. Înseamnă că abilitățile motorii preexistente, condiția fizică și nivelurile de coordonare joacă un rol major în rezultatele finale. Sportivi*IvsD*Gen*Clasa - testează dacă efectul combinat al participării la sport, vedere, gen și clasă influențează semnificativ mișcarea. Interacțiunea dintre participare la sport, capacitate vedere, gen și clasă influențează semnificativ timpul de zbor, ritmul, timpul pasului, lățimea pasului și axa Y a mersului (MersYF). Cele mai puternice efecte sunt observate în ritm și timp de pas, sugerând că antrenamentul și feedback-ul vizual au impact asupra coordonării și ritmului. Timpul de contact, controlul poziției și variabilele de deplasare (MersXF și MersYF) NU sunt influențate semnificativ de interacțiune.

Participarea la sport, vederea, genul și clasa au un impact semnificativ asupra indicatorilor cheie de mișcare, cum ar fi timpul de zbor, ritmul, timpul pasului, lățimea pasului și axa Y a mersului. Cele mai puternice efecte sunt observate în ritm și timp de pas, sugerând că acestea sunt

puternic influențate de antrenament și vedere. Covariantele în acest caz au fost genul și clasa, iar elementele celelalte luate separat, vederea sau participarea la sport nu au un impact semnificativ între ele.

Testul SKI – efectuat prin intermediul Optojump - Setul de date conține diverși indicatori de performanță (Tzbor, Tcontact, HI, Forță, Ritm, Atitudine, MersX, DecalajulX, LățimeP) grupați după sport, gen, clasă și lateralitate (L/R). Se prezintă rezultatele testelor medii, abaterii standard (SD) și normalității pentru fiecare grup. Diferențe de lateralitate (L=Stânga, R=Dreapta) și nivel de clasă (a Va vs a VIIIa) sunt observate în majoritatea variabilelor. Unele variabile (de exemplu, MersX, DecalajulX) prezintă abateri standard mari, indicând o variabilitate ridicată între indivizi. Elevii din clasa mai mică (clasa a Va) tind să aibă valori mai mici în MersX și DecalajulX comparativ cu elevii de clasa a VIIIa. Elevii mai mari (clasa a VIIIa) prezintă în general valori mai mari pentru Tcontact, HI, Forță și LățimeP, sugerând o îmbunătățire odată cu vârsta. Unele variabile (Forță, Ritm, MersX, DecalajulX) prezintă variații vizibile între elevii cu dominanță stânga și dreapta. Exemplu: Elevii dominanți la dreapta din clasa a VIIIa (R) au un DecalajulX mai mare (15,7 față de 13,7 pentru L), indicând posibile diferențe de performanță bazate pe lateralitate. Multe variabile nu îndeplinesc condiția de normalitate ($p<0,05$), în special: HI (Înălțimea săriturii valoare inițială), MersX, DecalajulX și Atitudina au distribuții puternic non-normale (valorile $p<0,01$). Tzbor, Forță, Ritm prezintă, de asemenea, prezintă abateri de la normalitate în unele subgrupuri (evidențiate cu roșu în tabel). Unele variabile (de exemplu, Tcontact, LățimeP) sunt distribuite mai normal ($p>0,05$) în unele cazuri. Deoarece majoritatea distribuțiilor nu sunt normale, testele non-parametrice sunt mai potrivite decât testele parametrice.

Tabel 35. Statistică inferențială pe baza rezultatelor testării inițiale și finale în cazul testării SKI cu Optojump

Testul de normalitate (Shapiro-Wilk)				
Variabila inițială	**vs**	**Variabila finală**	**W**	**p**
TzborI	-	TzborF	0.934	< .001
TcontactI	-	TcontactF	0.829	< .001
HI	-	HF	0.878	< .001
ForțăI	-	ForțăF	0.925	< .001
RitmI	-	RitmF	0.591	< .001
AtitudineI	-	AtitudineF	0.195	< .001
MersXI	-	MersXF	0.917	< .001
DecalajulXI	-	DecalajulXF	0.851	< .001
LățimePI	-	LățimePF	0.901	< .001

Notă. O valoare p scăzută sugerează o încălcare a ipotezei de normalitate

Testul Shapiro-Wilk evaluează dacă un set de date urmează o distribuție normală. Ipoteza nulă (H_0) a testului afirmă că datele sunt distribuite în mod normal, în timp ce ipoteza alternativă (H_1) sugerează că normalitatea nu este îndeplinită. Statistica **W** măsoară cât de bine se conformează datele la normalitate, cu valori mai apropiate de **1** indicând o potrivire mai bună la o distribuție normală.

În cazul nostru valorile W variază de la 0,195 la 0,934, sugerând diferite grade de abatere de la normalitate. Deoarece toate valorile p sunt < 0,001, avem dovezi puternice că niciuna dintre aceste variabile nu urmează o distribuție normală. Se observă că toate variabilele (TzborF, TcontactF, HF etc.) se abat semnificativ de la normalitate. Unele variabile, cum ar fi AtitudineF (W=0,195) și RitmF (W=0,591), au valori W deosebit de scăzute, sugerând abateri severe. Altele, cum ar fi TzborF (W=0,934) și ForțăF (W=0,925), sunt mai aproape de 1, dar totuși semnificativ non-normale.

Deoarece normalitatea este încălcată, testele statistice parametrice (de exemplu, testele t, ANOVA) pot să nu fie adecvate fără transformare. Se poate decide utilizarea alternativelor non-parametrice (de exemplu, testul Wilcoxon, Kruskal-Wallis).

Tabel 36. Statistică inferențială, testul Ski - Wilcoxon W

Var. inițială	Var. finală	Statistic	p	Diferența medie	Diferența SE	Sig	Mărimea efectului
TzborI	TzborF	825	0.829	0.00117	0.0034	Nu	Foarte mic (0.03383)
TcontactI	TcontactF	795	0.984	-6,18e−4	0.03774	Nu	Aproape de zero (-0,00376)
HI	HF	752	0.711	-0.03018	0.0801	Nu	Mic (-0.05764)
ForțăI	ForțăF	816	0.886	0.01807	0.09997	Nu	Foarte mic (0.02256)
RitmI	RitmF	624	0.157	-0.05507	0.08517	Nu	Mic (-0.21805)
AtitudineI	AtitudineF	740	0.639	-0.01842	0.62503	Nu	Foarte mic (-0.07268)
MersXI	MersXF	1009	0.086	3.39848	1.7664	Frontieră	Mic (0.26441)
DecalajulXI	DecalajulXF	954	0.205	0.85716	0.73376	Nu	Mic (0.19549)
LățimePI	LățimePF	739	0.976	-0.00889	0.2147	Nu	Aproape de zero (-0,00539)

Nu au fost găsite diferențe semnificative (p > 0,05 pentru toate variabilele), ceea ce înseamnă că niciuna dintre variabilele măsurate nu s-a schimbat semnificativ. MersXI - MersXF (p = 0,086, mărimea efectului = 0,26) este cea mai apropiată de semnificație, sugerând o tendință potențială spre o diferență. Toate celelalte dimensiuni ale efectului sunt foarte mici, ceea ce înseamnă că, și dacă ar exista semnificație statistică, impactul practic ar fi minim (Tabelul 54). Rezultatele testului Wilcoxon sugerează că NU au existat modificări semnificative între valorile obținute la testarea inițială și cea finală. O soluție posibilă ar fi creșterea dimensiunii eșantionului.

12.8.3. Analiza și interpretarea rezultatelor testărilor asupra componentelor abilităților cognitive

Analiza și interpretarea datelor obținute în urma testării învățării și memoriei de lucru prin proba TIM, aplicat cu ajutorul PSISELTEVA.

Acest set de date oferă informații despre valorile de performanță MOI, MOF, PPI și PPF în diferite clase (de la a Va până la a VIIIa). Mai jos este o analiză bazată pe medie, abatere standard, asimetrie, curtoză și normalitate (Shapiro-Wilk). Media PPI (performanță probă): Fluctuații semnificative ale scorurilor medii, elevii de clasa a Va obținând cel mai mare scor (3,08) și cei de clasa a VIIa cel mai mic (2,12). Media PPF: Scorurile rămân relativ ridicate la toate clasele (3,78-4,54), cu o consistență mai mare în comparație cu PPI. Astfel scorurile obținute în cazul (MOF și PPF) s-au îmbunătățit în comparație cu testele inițiale (MOI și PPI), arătând progresul în timp. Conform statisticii inferențiale, raportăm $p<.001$ în ambele cazuri, acest lucru însemnând că rezultatele finale s-au îmbunătățit semnificativ.

Analiza și interpretarea datelor obținute în urma testării învățării și memoriei de lucru prin proba CMA, aplicat cu ajutorul PSISELTEVA.

Testul Shapiro-Wilk (valoarea W și p) - EAI (grupurile 5-8) are valori p (0,234-0,877), sugerând normalitate. ClsEAF și ClsPPI2 (grupele 5-8) au valori $p < 0,005$, indicând o distribuție non-normală. Astfel EAI și EAF sunt constant normal cu mici abateri. ClsEAI și ClsEAF: Medii și variațe mai mari, cu o anumită asimetrie. PPI2 și PPF2: Arată rezultate mixte, unele grupuri normale, altele distorsionate. ClsPPI2 și ClsPPF2: Foarte distorsionat, cu o non-normalitate semnificativă. Conform statisticii inferențiale, raportăm $p<.001$ (testul T) în cazul valorilor EAI și EAF, iar $p<.001$ (testul Wilcoxon) în cazul PPI1 și PPF2, acest lucru însemnând că rezultatele finale s-au îmbunătățit semnificativ.

Analiza și interpretarea datelor obținute în urma testării Creativității prin intermediul probei de figuri și forme geometrice.

Conform statisticii inferențiale, raportăm p<.001 (testul T) în cazul P2I-P2F și în cazul Fluidității (FluidI-FluidF), dar și p<.001 (testul Wilcoxon) în celelalte două cazuri P1I-P2F și FlexI-FlexF, acest lucru însemnând că rezultatele finale s-au îmbunătățit semnificativ.

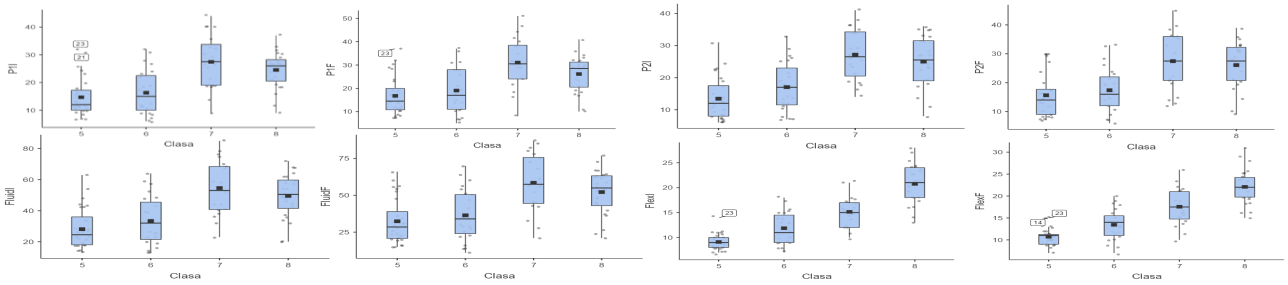


Figura 11. Media la testul de Creativitate valori inițiale și finale – Grupare după clasă

Analiza și interpretarea datelor obținute în urma testării memoriei prin intermediul unei probe specifice de dans în cadrul căreia elevii au dansat alături de profesor.

Scorurile DansF sunt în mod constant mai mari decât DansI, sugerând o îmbunătățire a performanței memoriei. DansI este ușor înclinat spre dreapta, în timp ce DansF este înclinat spre stânga și mai plat. Testul Shapiro-Wilk sugerează că DansF nu este distribuit în mod normal, ceea ce înseamnă că testele statistice non-parametrice (de exemplu, Wilcoxon) ar putea fi mai potrivite.

Conform statisticii inferențiale, raportăm p<.001 (testul Wilcoxon), acest lucru însemnând că rezultatele finale s-au îmbunătățit semnificativ.

Analiza și interpretarea datelor obținute în urma testării stresului, componentă a personalității, prin intermediul chestionarului adaptat după Makarowski. Datele nu sunt distribuite în mod normal, deci ar trebui utilizate teste non-parametrice. StresEXF din Clasa a VIIa este foarte concentrat (curtoză ridicată). Analize ulterioare (de exemplu, testele Wilcoxon) ar putea confirma diferențe semnificative. Conform statisticii inferențiale, raportăm p<0.001 (testul Wilcoxon) în cazul TensEMI-TensEMF, p<0.002 (testul T) în cazul StresEXI-StresEXF și p<0.005 în cazul StresIntraI-StresIntraF, astfel putem afirma că există îmbunătățire semnificative în toate situațiile prezentate.

În cazul Chestionarului de Stres vom aplica și Cronbach Alpha pentru a verifica consistența internă a datelor obținute.

Tabel 37. Alpha Cronbach aplicat chestionarului de Stres

Chestionar Stres							**Media Cronbach's ∝**	**Interpretare**
Itemi TensEMI							0.791	Moderat fiabilă
0.758	0.745	0.771	0.830	0.765	0.727	0.734		
Itemi TensEMF							0.778	Moderat fiabilă
0.747	0.749	0.735	0.828	0.727	0.729	0.716		

StresEXI							0.676	Fiabilitate scăzută
0.586	0.568	0.615	0.739	0.588	0.612	0.720		
StresEXF							0.771	Moderat fiabilă
0.815	0.740	0.694	0.730	0.760	0.720	0.717		
StresIntraI							0.724	Moderat fiabilă
0.585	0.614	0.643	0.742	0.647	0.665	0.710		
StresIntraF							0.777	Moderat fiabilă
0.748	0.735	0.752	0.767	0.731	0.741	0.768		

Interpretarea generală a Alfa lui Cronbach ($\propto$)

≥ 0.9 – Consistență internă excelentă (foarte fiabilă)
0,8 - 0,89 – Consistență internă bună (fiabilă)
0,7 - 0,79 – Consistență internă acceptabilă (moderat fiabilă)
0,6 - 0,69 – Consistență internă îndoielnică (fiabilitate scăzută)
0,5 - 0,59 – Consistență internă slabă (nesigură)
< 0,5 – Consistență internă inacceptabilă

Itemi TensEMI: Valori de la 0,727, la 0,830, consistență internă generală bună.

Itemi TensEMF: Valori de la 0,716 la 0,828, puțin mai mici decât TensEMI, dar încă în intervalul acceptabil până la bun.

StresEXI: Valori de la 0,568 la 0,739. În general, consistența internă pentru această măsură este relativ scăzută.

StresEXF: Valori de la 0,694 la 0,815. În general, fiabilitatea s-a îmbunătățit, dar există încă unele inconsecvențe la limita inferioară.

StresIntraI: Valori de la 0,585 la 0,742. În general, această măsură are o consistență internă discutabilă și ar putea avea nevoie de îmbunătățiri.

StresIntraF: Valori de la 0,731 la 0,777. Îmbunătățire în comparație cu cele inițiale.

Majoritatea scalelor au o fiabilitate acceptabilă până la bună. Măsurile de stres externe și interne din faza inițială prezintă o fiabilitate mai scăzută, indicând potențiale probleme de consecvență. Versiunile finale îmbunătățesc fiabilitatea, sugerând că ajustările aduse acestor măsuri le-au sporit consistența.

Statistică inferențială efectuată asupra tuturor testărilor efectuate pentru a putea verifica elementele semnificative.

Tabel 38. Statistică inferențială - Kruskal Wallis – Clase

VAR	χ^2	df	p	ε^2	VAR	χ^2	df	p	ε^2	VAR	χ^2	df	p	ε^2	VAR	χ^2	df	p	ε^2
KG	44.799	3	< .001	0.47658	PresI	0.1884	3	0.979	0.002	ClsMOI	0.4032	3	0.94	0.0043	FluidF	26.961	3	< .001	0.2868
H	42.304	3	< .001	0.45005	PresF	1.7736	3	0.621	0.0189	ClsMOF	0.8512	3	0.837	0.0091	FlexF	60.308	3	< .001	0.6416
RitmI	0.3964	3	0.941	0.00422	CampI	2.4032	3	0.493	0.0256	PPI	0.9287	3	0.818	0.0099	DansI	1.7744	3	0.621	0.0189
RitmF	6.6864	3	0.083	0.07113	CampF	2.295	3	0.513	0.0244	PPF	1.7205	3	0.632	0.0183	DansF	1.0664	3	0.785	0.0113
EchilibruI	13.459	3	0.004	0.14318	TempoI	3.3684	3	0.338	0.0358	ClsPPI	2.8061	3	0.423	0.0299	TensEMI	0.8621	2	0.65	0.0131
EchilibruF	11.776	3	0.008	0.12527	TempoF	4.6201	3	0.202	0.0492	ClsPPF	1.4221	3	0.7	0.0151	StresEXI	0.5683	2	0.753	0.0086
InvI	3.0828	3	0.379	0.0328	MatorinDrI	7.7985	3	0.05	0.083	EAI	1.8006	3	0.615	0.0192	StresIntraI	0.1799	2	0.914	0.0027
InvF	1.9893	3	0.575	0.02116	MatorinStgI	9.8944	3	0.019	0.1053	EAF	2.4418	3	0.486	0.026	TensEMF	2.2554	2	0.324	0.0342
MemOPI	0.0628	3	0.996	6.68E-04	MatorinDrF	9.2387	3	0.026	0.0983	ClsEAI	1.0025	3	0.801	0.0107	StresEXF	3.1865	2	0.203	0.0483
MemOpF	0.1372	3	0.987	0.00146	MatorinStgF	13.043	3	0.005	0.1388	ClsEAF	2.7434	3	0.433	0.0292	StresIntraF	2.948	2	0.229	0.0447
PercMotI	1.5587	3	0.669	0.01658	OglindaI	4.6614	3	0.198	0.0496	PPI2	2.5087	3	0.474	0.0267					
PercMotF	2.4139	3	0.491	0.02568	OglindaF	1.5283	3	0.676	0.0163	PPF2	5.8841	3	0.117	0.0626					
PerfI	3.0914	3	0.378	0.03289	AgilDrI	12.192	3	0.007	0.1297	ClsPPI2	1.6006	3	0.659	0.017					
PerfF	1.8684	3	0.6	0.01988	AgilStgI	22.055	3	< .001	0.2346	ClsPPF2	6.5196	3	0.089	0.0694					
ReactieI	1.8902	3	0.596	0.02011	AgilDrF	19.206	3	< .001	0.2043	P1I	30.415	3	< .001	0.3236					
ReactieF	5.1996	3	0.158	0.05531	AgilStgF	22.541	3	< .001	0.2398	P2I	34.963	3	< .001	0.372					
PerturbI	2.4309	3	0.488	0.02586	MobI	19.973	3	< .001	0.2125	FluidI	33.112	3	< .001	0.3523					
PerturbF	1.1609	3	0.762	0.01235	MobF	21.302	3	< .001	0.2266	FlexI	65.336	3	< .001	0.6951					
RitmPersI	1.4074	3	0.704	0.01497	MOI	0.1732	3	0.982	0.0018	P1F	25.729	3	< .001	0.2737					
RitmPersF	2.4752	3	0.48	0.02633	MOF	2.172	3	0.537	0.0231	P2F	26.954	3	< .001	0.2868					

Acest tabel prezintă rezultatele **testului Kruskal-Wallis**, care este o metodă non-parametrică pentru a testa dacă probele provin din aceeași distribuție. **χ^2 (valoarea chi-pătrat):** Statistica de testare care indică diferențele dintre grupuri; **df (Grade de libertate):** Număr de grupuri minus unu; **valoarea p:** probabilitatea ca diferențele observate să se datoreze întâmplării (valorile < 0,05 indică diferențe semnificative statistic) și **ε^2 (Mărimea efectului):** Magnitudinea diferenței.

Diferențe foarte semnificative între grupuri ($p < 0,001$) se observă pentru KG, H, P1I, P2I, FluidI, FlexI, P1F, P2F, FluidF, FlexF, AgilStgI, AgilDrF, AgilStgF, MobI, MobF. Diferențe moderat semnificative între grupuri: EchilibruI, EchilibruF, MatorinStgI, MatorinDrF, AgilDrI. Dimensiunile mari ale efectului ($\varepsilon^2 > 0,2$): Indică o semnificație practică puternică pentru FlexI, FlexF, FluidI, FluidF și P1I. Multe variabile legate de memorie (MemOPI, MemOpF), presiune (PresI, PresF), percepție (PercMotI, PercMotF) și reacție (ReactieI, ReactieF) nu au prezentat diferențe semnificative.

Tabel 39. Analiză comparativă între clase cu privire la statistica inferențială efectuată prin intermediul testului Kruskal-Wallis

Comparație între clase	*KG*	*Clasa a Va*	*Clasa a VIa*	*Clasa a VIIa*	*Clasa a VIIIa*	*Interpretare*
Clasa a Va	*p*	-	*<.001*	*<0.001*	*<0.001*	Elevii din Clasa a Va sunt semnificativi mai ușori decât toți ceilalți
Clasa a VIa			-			
Clasa a VIIa				-		
Clasa a VIIIa					-	
Comparație între clase	*H*	*Clasa a Va*	*Clasa a VIa*	*Clasa a VIIa*	*Clasa a VIIIa*	Elevii din Clasa a Va sunt semnificativi mai scunzi decât toți ceilalți
Clasa a Va	*p*	-	*<.001*	*<0.001*	*<0.001*	
Clasa a VIa			-			
Clasa a VIIa				-		
Clasa a VIIIa					-	
Comparație între clase	*EchilibruI*	*Clasa a Va*	*Clasa a VIa*	*Clasa a VIIa*	*Clasa a VIIIa*	Elevii din Clasa a VIIIa au avut rezultate semnificativ mai bune decât toate celelalte clase
Clasa a Va	*p*	-			*0.04*	
Clasa a VIa			-		*0.003*	
Clasa a VIIa				-	*0.022*	
Clasa a VIIIa					-	
Comparație între clase	*EchilibruF*	*Clasa a Va*	*Clasa a VIa*	*Clasa a VIIa*	*Clasa a VIIIa*	Elevii din Clasa a VIIIa au păstrat rezultate semnificativ mai bune decât clasele a VIa și a VIIa și la testarea finală
Clasa a Va	*p*	-				
Clasa a VIa			-		*0.009*	
Clasa a VIIa				-	*0.030*	
Clasa a VIIIa					-	
Comparație între clase	*MatorinDrF*	*Clasa a Va*	*Clasa a VIa*	*Clasa a VIIa*	*Clasa a VIIIa*	Elevii din clasa a VIIa au rezultate semnificativ mai bune decât clasa a Va în cazul MatorinDrF
Clasa a Va	*p*	-		*0.03*		
Clasa a VIa			-			
Clasa a VIIa				-		
Clasa a VIIIa					-	
Comparație între clase	*MatorinStgF*	*Clasa a Va*	*Clasa a VIa*	*Clasa a VIIa*	*Clasa a VIIIa*	Elevii din clasa a VIa și clasa a VIIa au rezultate semnificativ mai bune decât clasa a Va în cazul MatorinStgF
Clasa a Va	*p*	-	*0.038*	*0.012*		
Clasa a VIa			-			
Clasa a VIIa				-		
Clasa a VIIIa					-	
Comparație între clase	*AgilDrI*	*Clasa a Va*	*Clasa a VIa*	*Clasa a VIIa*	*Clasa a VIIIa*	Elevii din clasa a VIIIa au rezultate semnificativ mai bune decât clasa a Va și a VIa în cazul AgilDrI
Clasa a Va	*p*	-			*0.02*	
Clasa a VIa			-		*0.01*	
Clasa a VIIa				-		
Clasa a VIIIa					-	
Comparație între clase	*AgilStgI*	*Clasa a Va*	*Clasa a VIa*	*Clasa a VIIa*	*Clasa a VIIIa*	Elevii din clasa a VIIIa au rezultate semnificativ mai bune decât toți ceilalți în cazul AgilStgI
Clasa a Va	*p*	-			*0.01*	
Clasa a VIa			-		*<0.001*	
Clasa a VIIa				-	*0.007*	
Clasa a VIIIa					-	
Comparație între clase	*AgilDrF*	*Clasa a Va*	*Clasa a VIa*	*Clasa a VIIa*	*Clasa a VIIIa*	

Clasa a Va	*p*	-			*0.006*	Elevii din clasa a VIIIa păstrează rezultate semnificativ mai bune decât toți ceilalți și în cazul AgilDrF
Clasa a VIa			-		*<0.001*	
Clasa a VIIa				-	*0.007*	
Clasa a VIIIa					-	
Comparație între clase	*AgilStgF*	*Clasa a Va*	*Clasa a VIa*	*Clasa a VIIa*	*Clasa a VIIIa*	Elevii din clasa a VIIIa păstrează rezultate semnificativ mai bune decât toți ceilalți și în cazul AgilStgF
Clasa a Va	*p*	-			*0.01*	
Clasa a VIa			-		*<0.001*	
Clasa a VIIa				-	*0.009*	
Clasa a VIIIa					-	
Comparație între clase	*MobI*	*Clasa a Va*	*Clasa a VIa*	*Clasa a VIIa*	*Clasa a VIIIa*	Elevii din clasele a Va și a VIIIa au mobilitate mai bună decât cei din clasele a VIa și a VIIa
Clasa a Va	*p*	-	*0.03*	*<.001*		
Clasa a VIa			-		*0.07*	
Clasa a VIIa				-	*0.01*	
Clasa a VIIIa					-	
Comparație între clase	*MobF*	*Clasa a Va*	*Clasa a VIa*	*Clasa a VIIa*	*Clasa a VIIIa*	Elevii din clasele a Va și a VIIIa au și la final o mobilitate mai bună decât cei din clasele a VIa și a VIIa
Clasa a Va	*p*	-	*0.01*	*<.001*		
Clasa a VIa			-		*0.05*	
Clasa a VIIa				-	*0.01*	
Clasa a VIIIa					-	
Comparație între clase	*P1I*	*Clasa a Va*	*Clasa a VIa*	*Clasa a VIIa*	*Clasa a VIIIa*	Elevii din clasele a VIIa și a VIIIa au rezultate semnificativ mai bune decât ceilalți în cazul P1I
Clasa a Va	*p*	-		*<.001*	*<.001*	
Clasa a VIa			-	*0.003*	*0.006*	
Clasa a VIIa				-		
Clasa a VIIIa					-	
Comparație între clase	*P1F*	*Clasa a Va*	*Clasa a VIa*	*Clasa a VIIa*	*Clasa a VIIIa*	Elevii din clasele a VIIa și a VIIIa au rezultate semnificativ mai bune decât ceilalți și în cazul P1F (dar în scădere)
Clasa a Va	*p*	-		*<.001*	*0.002*	
Clasa a VIa			-	*0.004*		
Clasa a VIIa				-		
Clasa a VIIIa					-	
Comparație între clase	*P2I*	*Clasa a Va*	*Clasa a VIa*	*Clasa a VIIa*	*Clasa a VIIIa*	Elevii din clasele a VIIa și a VIIIa au rezultate semnificativ mai bune decât ceilalți în cazul P2I
Clasa a Va	*p*	-		*<.001*	*<.001*	
Clasa a VIa			-	*0.002*	*0.01*	
Clasa a VIIa				-		
Clasa a VIIIa					-	
Comparație între clase	*P2F*	*Clasa a Va*	*Clasa a VIa*	*Clasa a VIIa*	*Clasa a VIIIa*	Elevii din clasele a VIIa și a VIIIa au rezultate semnificativ mai bune decât ceilalți și în cazul P2F
Clasa a Va	*p*	-		*<.001*	*<.001*	
Clasa a VIa			-	*0.007*	*0.006*	
Clasa a VIIa				-		
Clasa a VIIIa					-	
Comparație între clase	*FluidI*	*Clasa a Va*	*Clasa a VIa*	*Clasa a VIIa*	*Clasa a VIIIa*	Elevii din clasele a VIIa și a VIIIa au rezultate semnificativ mai bune decât ceilalți în cazul FluidI
Clasa a Va	*p*	-		*<.001*	*<.001*	
Clasa a VIa			-	*0.002*	*0.007*	
Clasa a VIIa				-		
Clasa a VIIIa					-	
Comparație între clase	*FluidF*	*Clasa a Va*	*Clasa a VIa*	*Clasa a VIIa*	*Clasa a VIIIa*	Elevii din clasele a VIIa și a VIIIa au rezultate semnificativ mai bune decât ceilalți și în cazul FluidF
Clasa a Va	*p*	-		*<.001*	*<.001*	
Clasa a VIa			-	*0.006*	*0.01*	
Clasa a VIIa				-		
Clasa a VIIIa					-	
Comparație între clase	*FlexI*	*Clasa a Va*	*Clasa a VIa*	*Clasa a VIIa*	*Clasa a VIIIa*	În cazul FlexI rezultatele sunt semnificativ mai bune în ordine descrescătoare, elevii din clasele mai mari fiind mai buni
Clasa a Va	*p*	-	*0.006*	*<.001*	*<.001*	
Clasa a VIa			-	*0.01*	*<.001*	
Clasa a VIIa				-	*<.001*	
Clasa a VIIIa					-	
Comparație între clase	*FlexF*	*Clasa a Va*	*Clasa a VIa*	*Clasa a VIIa*	*Clasa a VIIIa*	Diferențele se păstrează de asemenea descrescătoare în
Clasa a Va	*p*	-	*0.01*	*<.001*	*<.001*	

Clasa a VIa			-	*0.01*	*<.001*	favoarea elevilor mai mari, dar în scădere
Clasa a VIIa				-	*0.009*	
Clasa a VIIIa					-	

Astfel, există diferențe puternice și semnificative pentru **greutatea corporală (KG), agilitate, mobilitate, creativitate (flexibilitate și fluiditate)** între grupuri, cu dimensiuni mari ale efectului. Cu toate acestea, alți indicatori cognitivi și bazați pe reacții nu arată diferențe semnificative de grup.

Concluziile cercetării

În încheierea capitolului de analiză și interpretare, putem menționa:

-Eșantionul a fost unul potrivit, care urmează parcursul normal al unor elevi din ciclul gimnazial din punct de vedere fizic, greutatea și înălțimea crescând deodată cu vârsta. Pot exista valori extreme în anumite situații dată fiind prezența în eșantionul de cercetare a unor elevi cu dosar CES, ceea ce explică unele rezultate posibil mai mici ale acestora. Cu toate acestea, teza noastră vizează și incluziunea socială, așadar toți elevii au fost implicați în mod egal atât în cadrul cercetării cât și în cadrul lecțiilor desfășurate.

-Exercițiile de Street Dance au avut un impact pozitiv asupra dezvoltării psihomotricității și abilităților cognitive ale elevilor. S-au îmbunătățit semnificativ atât ritmul, echilibrul, coordonarea generală și specifică, agilitatea, mobilitatea cât și creativitatea, atenția, memoria de lucru și specifică și percepția asupra stresului a elevilor.

-Elevii sportivi au avut rezultate mai bune la toate categoriile față de elevii non-sportivi.

-Capacitatea de învățare inițială și finală a crescut, ceea ce arată un posibil progres educațional, iar la o simplă vedere putem spune că acest lucru poate fi benefic în viața de zi cu zi, elevii ar putea astfel să aibă un progres și în cazul altor materii. Deși nu semnificativ, memoria operantă s-a îmbunătățit. Eficiența perceptiv-motorie și performanța generală s-au îmbunătățit, dar există variații destul de mari între elevi. Timpul de reacție s-a redus la toate clasele indicând o creștere a eficienței și au prezentat o creștere a rezistenței la factori perturbatori. Scăderea ritmului personal poate sugera o adaptare bună la sarcini mai dificile, iar performanța sub presiunea timpului a crescut la toate clasele.

Ipotezele cercetării noastre se confirmă, prin intermediul Opționalului „Street Dance, dans și sănătate” se pot îmbunătăți componente ale psihomotricității și ale abilității cognitive. Deși aceste date au un rol important în cercetarea noastră, dansul în sine și ceea ce ne dorim noi să promovăm prin intermediul acestui Opțional înseamnă mult mai mult de atât, starea de bine din timpul lecțiilor și implicarea tuturor indiferent de diferențele dintre aceștia fiind lucrurile care ne fac să continuăm și să ne dorim și mai mult. În timpul lecțiilor

noastre, copiii din ciclul primar care ne vedeau voiau să danseze alături de noi, astfel apare întrebarea dacă nu ar fi o posibilă aplicare a opționalului nostru chiar și la ciclul primar.

12.8.4. Analiza și interpretarea rezultatelor obținute în urma aplicării chestionarului de satisfacție

Tabel 40. Datele chestionarului de satisfacție (vezi anexa 6 pentru tot chestionarul)

Respondenți	Grupare pe clase	Grupare pe gen
93 de răspunsuri	28 – Clasa a Va 22 – Clasa a VIa 20 – Clasa a VIIa 23 – Clasa a VIIIa	53 genul feminin 38 genul masculin 2 nu declară genul

În urma răspunsurilor participanților măsurate de la 1 la 5 (1 fiind cel mai mic rezultat și 5 cel mai mare), putem afirma la prima vedere că în cazul celor 12 întrebări cu scală de răspuns, niciuna nu are un procent mai mare de 6,5% adunat pentru răspunsurile marcate cu 1 și 2, așadar, predomină răspunsurile de la 3 la 5, ceea ce marchează un rezultat pozitiv. În sens invers, răspunsurile marcate cu punctaj maxim se poziționează în procente între 57% și 82,8%, un rezultat din nou pozitiv pentru cercetarea noastră. O singură întrebare este marcată cu DA sau NU, participanții fiind întrebați în mod direct dacă ar alege din nou opționalul. În acest caz doar 5 răspunsuri au fost negative, așadar, 88 de elevi care au dansat și au învățat lucruri noi despre cultura Hip-Hop alături de noi ar face din nou această alegere.

Tabel 41. Analiza și interpretarea chestionarului de satisfacție

Itemi	Media totală	Media Cronbach's ∝	Interpretare
1-12	4.58	0.934	≥ 0.9 Consistență internă excelentă (foarte fiabilă)

Toți itemii au o fiabilitate excelentă, rezultă de aici consistența chestionarului de satisfacție. Pentru o analiză avansată vom verifica dacă există diferențe semnificative între clasele participante.

Tabel 42. Verificarea omogenității în cazul chestionarului de satisfacție – Testul Levene și aplicarea testului corespunzător rezultatelor obținute

Itemi	Testul Levene		One-Way Anova		
	F	p	=>	F	p
I1	2.98	0.036	Welch's	2.63	0.062
I2	2.44	0.070	Fisher's	1.45	0.235
I3	2.28	0.085		2.82	0.044
I4	5.95	<.001	Welch's	3.28	0.029
I5	4.21	0.008		2.99	0.041
I6	3.12	0.030		3.67	0.019
I7	5.87	0.001		3.85	0.015
I8	4.12	0.009		1.46	0.239
I9	14.67	<.001		4.76	0.006

I10	9.89	<.001		3.26	0.030
I11	1.71	0.171	Fisher's	2.45	0.069
I12	6.60	<.001	Welch's	2.23	0.099

Conform acestor date, atunci când $p>0.05$ am aplicat One-Way Anova testul Fisher, pentru că se confirmă omogenitatea datelor, iar atunci când $p<0.05$ am aplicat testul Welch, deoarece nu se confirmă omogenitatea datelor. În acest caz, atunci când omogenitatea a fost întrunită raportăm testul Tukey, altfel, raportăm testul Games-Howell.

Conform rezultatelor obținute se constată diferențe semnificative în cazul resimțirii satisfacției între: I1 – clasa a VIa și clasa a Va; I4 – clasa a VIIIa și clasa a VIa; I6 – clasa a VIa și clasa a Va; I7 – clasa a VIa și clasa a Va; clasa a VIIa și clasa a VIa; clasa a VIIIa și clasa a VIa; I9 – clasa a VIa și clasa a Va; I10 – clasa a VIa și clasa a Va.

Prin prisma rezultatelor obținute putem afirma că cel mai căzut nivel de satisfacție se regăsește în cazul clasei a VIa, iar la polul opus se situează clasa a Va care pare să aibă cel mai ridicat grad de satisfacție.

Cu toate acestea nu putem spune că gradul de satisfacție este unul mic în niciuna dintre situații, deoarece toate datele ne indică un grad ridicat în cazul tuturor participanților, chiar și acolo unde nu sunt diferențe semnificative.

CONCLUZIILE GENERALE ALE TEZEI

Toate obiectivele propuse la începutul cercetării au fost atinse, materialele bibliografice au fost adaptate și utilizate în scopuri clare, au fost utilizate diferite abordări pentru captarea atenției și obținerea implicării tuturor elevilor din ciclul gimnazial, astfel, pașii și stilurile alese au fost adaptate nivelului de învățare tuturor celor implicați în procesul instructiv-educativ.

Referitor la atractivitate și gradul de satisfacere al elevilor care au optat spre a avea acest opțional de tip curriculum la decizia școlii printre materiile lor de zi cu zi, putem spune că de la 9 clase care l-au ales în 2023-2024, în prezent, anul școlar 2024-2025, există 4 clase care fac această materie, iar pentru anul școlar următor, deja având loc acest proces de selecție, nu mai puțin de 8 clase au optat din nou pentru efectuarea opționalului de „Street Dance, dans și sănătate”. Ceea ce reprezintă poate cel mai important feedback pe care îl puteam obține, nu doar o confirmare de moment a cercetărilor noastre ci un întreg proces care poate duce către extinderea acestora.

În urma aspectelor evidențiate anterior, putem confirma faptul că pe parcursul anului școlar 2023-2024, procesul instructiv-educativ desfășurat în concordanță cu programa

propusă de noi a condus către rezultatele așteptate, satisfăcând nevoile tuturor celor implicați.

Per ansamblu, rezultatele obținute, analizate, prelucrate și interpretate statistic au condus la confirmarea ipotezelor noastre: *implementarea programului de Opțional propus de noi, cu elemente specifice street dance-ului conduce către îmbunătățirea capacității psihomotrice a elevilor din învățământul gimnazial și dezvoltă abilitățile cognitive ale acestora.* Nu în ultimul rând*, atingerea scopului propus conduce către validarea cercetării amănunțite în vederea propunerii la nivel național a programei de tip opțional la decizia școlii efectuată și testată în cadrul acestei teze de doctorat.*

În încheiere putem afirma că suntem foarte mulțumiți de pașii pe care i-am făcut spre realizarea unui opțional care să poată fi utilizat, aprobat și care să aducă nenumărate beneficii. Am reușit să integrăm elemente din cultura hip-hop, să dansăm alături de elevi și în același timp să ne atingem toate obiectivele propuse cu privire la psihomotricitate și abilități cognitive, iar în plus totul a fost încununat cu o competiție organizată la nivelul școlii între toți elevii interesați, acolo unde au fost prezente și mai multe momente de street dance. Gradul ridicat de satisfacție observat în urma chestionarului fiind poate cel mai important feedback pe care îl puteam obține în urma acestei cercetări.

CAPITOLUL 13. ELEMENTE DE ORIGINALITATE, DISEMINAREA REZULTATELOR ȘI LIMITELE CERCETĂRII

13.1. Elemente de originalitate

Elementele de originalitate ale cercetării noastre experimentale sunt reprezentate de proiectul de programă școlară, curriculum-ul la decizia școlii „Street dance - dans și sănătate”.

În cadrul acestei programe au fost elaborate proiecte și planuri care au condus către mijloacele și metodele folosite în cadrul lecțiilor parcurse în anul școlar.

Programa de opțional a fost elaborată în concordanță cu programa de educație fizică și sport și am încercat o abordare potrivită în așa fel încât elevii din ciclul gimnazial să ia contact cu noutatea adusă de această materie, dar în același timp să nu fie speriați de procesul ce urma să aibă loc. Relația cu lecția de educație fizică a fost așadar cheia către succesul opționalului nostru.

În privința competențelor generale și specifice acestea au fost de asemenea adaptate în concordanță cu programa de educație fizică și spor din ciclul gimnazial, conform fiecărei clase în parte.

Prin propunerea proiectului de programă școlară pentru un posibil opțional la decizia școlii ne dorim, bineînțeles, să aducem o contribuție în domeniul educației fizice și sportului.

13.2. Diseminarea rezultatelor

Rezultatele obținute au fost valorificate prin participarea la Congresele și sesiunile de Comunicări Ştiințifice și prin articole publicate în revistele de specialitate.

✓ Dumitru, E.Ș. și Tudor, V. (2022) *The Evolution of Hip Hop Culture. „*Competition and collaboration in sport and physical education from Antiquity to Modern Times", Proceedings 25th International Congress of CESH - Bucharest, 21-23 September 2022.

✓ Dumitru, E.Ș. și Tudor, V. *(2022)„The Evolution of Hip hop Culture".* Research and Science Today. Volume 2(24)/20222. DOI: 10.38173/RST.2022.24.2.16:223-238.

✓ Dumitru, E.Ș., Tudor, V., Dina, L. și Stănescu, M. *(2023). „Research on determining the opinion of physical education and sport specialists and students on the role of Street Dance in the development of psychomotor capacities and cognitive abilities of secondary school students".* Revista Marathon, Volumul 15(2)/2023. DOI: 10.24818/mrt.23.15.02.06.

✓ Dumitru, E.Ș., Tudor, V., Dina, L. și Stănescu, M. (2024). *„The role of street dance in developing psychomotor skills and creativity of students".* Discobolul – Physical Education, Sport and Kinetotherapy Journal, Volume 63, Issue 1, 1-14. DOI: https://doi.org/10.35189/dpeskj.2024.63.1.1.

✓ Dumitru, E.Ș., Tudor, V., Dina, L. și Stănescu, M *(2024). „The role of street dance in the development of students` psychomotor skills and creativity".* International congress of education, health and human movement / ICEHHM - 14th Edition, Sport and Human Performance in the Olympic Year, Bucharest, 13 - 15 June 2024.

✓ Dumitru, E.Ș., Tudor, V., Predoiu, R., Predoiu, A., Makarowski, R., Dumitru, N., Cosma, G. (2024). *„Working memory, perceived stress and the technical abilities of street dancers – a preliminary study".* Journal of Sport and Kinetic Movement, Nr.43, Volumul 1/2024. DOI: *https://doi.org/10.52846/jskm/43.2024.1.4*

✓ Dumitru, E.Ș. și Tudor, V. (2024). *„Studiu cu privire la beneficiile și aplicabilitatea street dance-ului în sistemul de învățământ din România".* Cultura Fizică, domeniu al culturii universale, Ediția a XV-a, 2024.

13.3. Limitele cercetării

Pe parcursul cercetării am întâmpinat o serie de dificultăți care au fost independente de voința noastră, având în vedere greva din sistemul de învățământ care a avut loc în această

perioadă. Am fost nevoiți să ne adaptăm la sistemul online și să trecem peste faptul că profesorii și elevii nu erau în școli în momentul în care aveam propuse anumite etape.

Toate chestionarele online și toate testările pe care le-am efectuat pot fi considerate limite ale cercetării dacă ne gândim la stările de moment ale celor implicați.

Cercetarea noastră a avut un număr de participanți destul de mare, dar s-a desfășurat în cadrul unei singure unități de învățământ și nu am avut grup de control, acestea putând fi considerate limite ale cercetării noastre.

În literatura de specialitate este menționat faptul că o programă școlară abia după ce este aplicată pentru un întreg ciclu, adică pentru 4 ani, acesta își poate demonstra utilitatea, așadar și aceasta poate fi o limită a cercetării noastre, aplicând programa doar pentru un an.

Cu toate acestea, având în vedere rezultatele obținute, bucuria tuturor celor implicați și întreg feedback-ul obținut prin chestionarul de satisfacție și prin realegerea opționalului nostru pentru anii viitori, lucrul acesta ne face să fim mulțumiți și să sperăm la o continuitate pentru a reuși implementarea la un nivel și mai mare a disciplinei „Street dance - dans și sănătate".

13.4. Recunoaștere

Teza de doctorat cu titlul „*Street dance - mijloc de îmbunătățire a capacității psihomotrice și abilităților cognitive ale elevilor din învățământul gimnazial"* a fost elaborată sub egida Universității Naționale de Educație Fizică și Sport, în cadrul Școlii Doctorale U.N.E.F.S, pe parcursul studiilor universitare de doctorat.

Bibliografie

1. Adaso, H. (2019). *The History of Hip-Hop: 1925 to now*. Liveabout. https://www.liveabout.com/history-of-hip-hop-1925-to-now-2857353
2. Adjapong, E. (2017). *Bridging Theory and Practice: Using Hip-Hop Pedagogy As A Culturally Relevant Approach In The Urban Science Classroom.* Submitted in partial fulfillment of the requirements for the degree of Doctor of Philosophy under the Executive Committee of the Graduate School of Arts and Sciences. Columbia University.
3. Adjapong, E. & Emdin, C. (2015). Rethinking pedagogy in urban spaces: implementing hip-hop pedagogy in the urban science classroom. *Journal of Urban Learning Teaching and Research*. 11, 66-77.
4. Alencar, A., Backes, A. F., Manta, S. W., Resende, R., Farias, G. O., & Nascimento, J. V. (2022). Passos e descompassos: a dança nos currículos de formação inicial em educação física. *Pro-posições*, 33, e20210023. https://doi.org/10.1590/1980-6248-2021-0023

5. Allinder, R. (1994). The Relationship between Efficacy and the Instructional Practices of Special Education Teachers and Consultants. *Teacher Education and Special Education, 17*, 86-95. http://dx.doi.org/10.1177/088840649401700203
6. Alridge, D. & Stewart, B. (2005). Hip-Hop in History: Past, Present, and Future. The Journal Of American American History, 90(3), 190. https://doi.org/10.1086/JAAHv90n3p190
7. Anexă la Ordinul ministrului educaţiei naţionale nr. 3593/18.06.2014 referitor la aprobarea Metodologiei privind elaborarea şi aprobarea curriculumului şcolar – planuri-cadru de învăţământ şi programe şcolare. Retras din: https://www.ise.ro/wp-content/uploads/2014/08/Metodologie-Curriculum.pdf, 11.07.2024, ora 10:23
8. Ashton, P. T. & Webb, R. B. (1986). Making a Difference: Teachers' Sense of Efficacy and Student Achievement. White Plains, NY: Longman.
9. Balaban, D. (2010). Culture, Industry, and Hip-Hop History: The Corporate World's Role in the Development of Hip-Hop, Ruttgers College.
10. Baldwin, D. L. (1999). Black Empires,White Desires: The Spatial Politics of Identity in the Age of Hip-Hop. Black Renaissance Noir.
11. Bennett, A. (2022). *Framing Hip-Hop Dance as an Object of Sociological and Cultural Research* (pp. 171–187). oxford university. https://doi.org/10.1093/oxfordhb/9780190247867.013.29
12. Bläsing B., Calvo-Merino B., Cross A. J., Jola C., Honisch J. & Stevens J. C. (2012). Neurocognitive control in dance perception and performance. *Acta Psychology. (Amst) 139*, 300–308. 10.1016/j.actpsy.2011.12.005
13. Bocoș, M., (2008), *Teoria curriculum-ului. Elemente conceptuale și metodologice*, Editura Casa Cărții de Știință.
14. Brachman, A., Kamieniarz, A., Michalska, J., Pawłowski, M., Słomka, K. & Juras, G. (2017). Balance Training Programs in Athletes – A Systematic Review. *Journal of Human Kinetics*, *1*(58*)*, 45-64. 10.1515/hukin-2017-0088.
15. Bragin, N. (2015). Black Power of Hip-Hop Dance: On Kinesthetic Politics. UC Berkeley. ProQuest ID: Bragin_berkeley_0028E_15290. Merritt ID: ark:/13030/m57q22w1. Retrieved from https://escholarship.org/uc/item/7sh7885k
16. Brewster, B. și Broughton, F. (2006). *Last Night a DJ Saved My Life: The History of the Disc Jockey.* Headline Book Publishing.
17. Buddha Stretch. (n.d.). Elite Force Crew History. *Elite Force Crew.* Retras din: https://www.eliteforcecrew.com/history/, 30.07.2024, ora 15:41

18. Bynoe, Y. (2005). The Encyclopedia of Rap and Hip-Hop Culture. GreenWood Press.
19. Cârstea, Gh. (1993), *Teoria și metodica educației fizice și sportului*, Editura Universul, București.
20. Chang, J. (2007). Can't stop, Won't stop. Ebury Press.
21. Chronopoulos, T. (2017). The Rebuilding of the South Bronx after the Fiscal Crisis. *Journal of Urban History*, 43(6), 932-959.
22. Cojocar, I. (2022). Beneficiile dansului pentru sănătatea fizică și mentală. *SpinMag.* Retras din: https://spinmag.org/beneficiile-dansului-pentru-sanatatea-fizica-si-mentala/, 08.08.2024, ora 15:56
23. Coladarci, T. (1992). Teachers' Sense of Efficacy and Commitment to Teaching. *Journal of Experimental Education, 60*, 323-337. http://dx.doi.org/10.1080/00220973.1992.9943869
24. Collins English Dictionary - Complete & Unabridged. (2012). Digital Edition © William Collins Sons & Co. Ltd. 1979, 1986 © HarperCollins Publishers 1998, 2000, 2003, 2005, 2006, 2007, 2009, 2012. Retras din: https://www.dictionary.com/browse/emcee, 24.07.2024, ora 16:09
25. Crețu, T. (2016). *Psihologia vârstelor.* Polirom.
26. Cristea S. (2014). Dicționar. Paradigme în Educație/Pedagogie. Retras din: https://ibn.idsi.md/sites/default/files/imag_file/93_100_Paradigme%20in%20educatie_pedagogie.pdf, 04.07.2024, ora 19.04
27. Cristea, S. (2002). *Dicționar de pedagogie*, Editura Litera Educațional.
28. Davey, D. (1996, Septembrie). Interview w/Afrika Bambaataa Hip-Hop's Ambassador. *Davey D's Hip-Hop Corner.* Retras din: http://www.daveyd.com/interviewbambaataa96.html, 10.07.2024, ora 10:13
29. De Landsheere, G. & De Landsheere, V. (1992). *Dictionnaire de l'evaluation et de recherche en education*. PUF.
30. Devos, J. (2007). *The Evolution of Hip-Hop Culture.* Katholieke Hogeschool Katho.
31. Dragnea, A., Bota, A., Silvia, T., Stănescu, M., Șerbănoiu, S. & Virgil, T. (2006). *Teoria și didactica educației fizice și sportului*. Fest.
32. Dumitru, E., Tudor, V., Predoiu, R., Predoiu, A., Makarowski, R., Dumitru, N., & Cosma, G. (2024). Working memory, perceived stress and the technical abilities of street dancers – a preliminary study. *Journal of sport and kinetic movement. 43(1).* 35-44. *https://doi.org/10.52846/jskm/43.2024.1.4*

33. El-Sherif, J. (2016). Learning, Teaching and Assessing dance in physical education, *Journal for Physical and Sport Educators*, *29*(4), 31-36. https://doi.org/10.1080/08924562.2016.1205540
34. Engdahl, C., Lundvall, S. & Barker, D. (2022). Dancing as searching with Deleuze - a study of what students in physical education teacher education express and experience in creative dance lessons. *Research in Dance Education*. *25*(4), 375-390. https://doi.org/10.1080/14647893.2022.2144195
35. Epuran, M. (1984). *Psihologia Educației Fizice.* Editura București.
36. Epuran, M. (2013). *Motricitate și psihism în activitățile corporale*. Prolegomene la o metateorie a activităților corporale, ludice, gimnice, agonistice, recreative, compensatorii, ed. FEST, vol. 2.
37. Evans, E. D. & Tribble, M. (1986). Perceived Teaching Problems, Self-Efficacy, and Commitment to Teaching among Preservice Teachers. *Journal of Educational Research*, *80(2)*, 81-85. http://dx.doi.org/10.1080/00220671.1986.10885728
38. Femi, L. (2021). *Hip-Hop Culture Timeline: 1970 to 1983*. ThoughtCo. https://www.thoughtco.com/hip-hop-culture-timeline-45164
39. Fitzgerald, T. (2009). *Hip-Hop and Urban Dance*. Heinemann Library.
40. Forman, M. W. (2002). *The Hood Comes First: Race, Space, and Place in Rap Music and Hip Hop, 1978-1996*. CT: Wesleyan University Press.
41. Garrett, R. & Wrench, A. (2018). Redesigning pedagogy for boys and dance in physical education. *European Physical Education Review, 24(1)*, 97-113. https://doi.org/10.1177/1356336X16668201
42. Ghișa, A. (2020, 9 Ianuarie). Evoluția Street dance-ului în România. *Studentpress.* Retras din: https://stories.studentpress.ro/2020/01/09/evolutia-street-dance-ului-in-romania/, 01.08.2024, ora: 08:17
43. Gibbs, B., Quennerstedt, M., & Larsson, H. (2017). Teaching dance in physical education using exergames. *European Physical Education Review, 23*(2), 237-256. https://doi.org/10.1177/1356336X16645611
44. Giles, M.M. (1994). Influences of Emotion and Rhythm in Processing Music. *Applications of Research in Music Education, 13*(1), 29-32. https://doi.org/10.1177/875512339401300106
45. Gratton, C. & Jones, I. (2010). *Research metods for sport studies. 2nd edition*. Routledge.

46. Grčić, V., Miletic, A. & Kuzmanic, B. (2014). Construction of tests forevaluating level of Hip-Hop performance. *International Scientific Conference-research in Physical Education, sport and health.* Ohrid.
47. Grigore, V., Predoiu, A., Predoiu, R., & Mitrache, G. (2016). Cognitive and Psychomotor Dimensions and the Sport Performance in the case of Junior Women Handball Players. Discobolul – Physical Education, Sport and Kinetotherapy Journal, 45, 106-113.
48. Gronek, J., Boraczyński, M., Gronek, P., Wieliński, D., Tarnas, J., Marszałek, S. & Tang, Y.Y. (2021). Exercise in aging be balanced. Aging and Disease. https://doi.org/10.14336/AD.2021.0107.
49. Guskey, T. R. & Passaro, P. D. (1994). Teacher Efficacy: A Study of Construct Dimensions. American *Educational Research Journal*. *31*, 627-643. http://dx.doi.org/10.3102/00028312031003627
50. Guskey, T.R. (1998). Teacher efficacy, self-concept, and attitudes toward the implementation of instructional innovation. *Teaching and Teacher Education*. *4*.63-69.
51. Hagedorn, M. (2009). *A World of Gangs: Armed Young Men and Gangsta Culture.* University of Minnesota Press.
52. Hofstede, G. (1994). The business of international business is culture. *International Business Review, 3*(1), 1-14.
53. Ibrahim, H. (2012, 29 Iunie). *Flyin cut sleeves (Full).* [Video]. Youtube. https://www.youtube.com/watch?v=CKbqGNtkIsM, 22.07.2024, ora 12:16
54. IDSWATER. (2019, 11 Iulie). What is agility in dance?. Retras din: https://ids-water.com/2019/07/11/what-is-agility-in-dance/, 30.08.2024, ora 20:33
55. Ionescu, E. (2023, 4 Decembrie). Motricitatea la copii, de ce este importantă și cum trebuie stimulată. *BabyMatters.* Retras din: https://babymatters.ro/blog/motricitatea-la-copii-de-ce-este-importanta-si-cum-poate-fi-stimulata#list, 05.09.2024, ora 15:43
56. Jijie, A.G.M. (2011). Dancing during the physical education classes. *The annals of the "Stefan Cel Mare" University*. 4(2).
57. Jones, J. G. & Hardy, L. (1989). Stress and cognitive functioning in sport. *Journal of Sports Sciences, 7*(1), 41–63. https://doi.org/10.1080/02640418908729821
58. Kassing, G. (2018). *History of Dance*. 2nd Edition Human Kinetics.
59. Kawalik, T. (2019, 15 Ianuarie). Get the lowdown on influential dance icons from 45 years of locking. Retras din: https://www.redbull.com/mea-en/street-dance-history-locking-pioneers, 31.07.2024, ora 19:58

60. Kawalik, T. (2022, 30 Iunie). Unlock it: tracing the history and cultural significance of street dance. *Redbull.* Retras din: https://www.redbull.com/mea-en/history-of-street-dance#3-popping:-from-fresno-to-the-world, 30.07.2024, ora 15:05
61. Kelley, E. R. (2001). *The Bronx renaissance: An analysis of the language of hip-hop culture. Unpublished master's thesis*, Texas State University.
62. Kitwana, B. (2002). *The Hip-Hop Generation: Young Blacks and the Crisis in African-American Culture*, BasicCivitas.
63. Korrol, V.S. (1994). *From Colonia to Community: The History of Puerto Ricans in New York City*. University of California Press.
64. Kurdiukova, S. V. & Merkulova, O. S. (2020). Chapter 2: Set of Exercises Designed to Develop Interhemispheric Interactions. *Journal of Russian & East European Psychology*, *57*(1), 7–9. https://doi.org/10.1080/10610405.2020.1717845
65. Lafon, R. (1963). *Vocabulaire de psychopedagogie*. P.U.F, Quadrige.
66. Lakes, D., Marvine, S., Rowley, J., Nicolas, M., Arastoo, S., Viraya, L., Orozcoa, A. & Jurnak, F. (2016). Dancer perceptions of the cognitive, social, emotional, and physical benefits of modern styles of partnered dancing. *Complementary Therapies in Medicine, 26*(2), 117-22. https://doi.org/10.1016/j.ctim.2016.03.007
67. Lamotte, M. (2014), Debates and Developments. *International Journal Urban Research, 38*(2), 686-694. https://doi.org/10.1111/1468-2427.12087
68. Levenberg, M. G., Armstrong, T., & Johnson, I. L. (2020). Teaching Dance for Understanding: Reconceptualizing Dance in Physical Education. *Journal of Physical Education, Recreation & Dance, 91*(6), 3–7. https://doi.org/10.1080/07303084.2020.1770519
69. Levy, M., Curry, G., Decker, H., Tikkanen, A. și Zeidan, A. (2006, 3 August). *Graffiti*. *Encyclopedia Britannica*. Retras din: https://www.britannica.com/art/graffiti-art, 24.07.2024, ora 21:18
70. Li, R. Z. & Vexler, Y. A. (2019). Breaking for gold. *The international journal of the history of sport, 36*(4-5), 430–448. 10.1080/09523367.2019.1615896
71. Lycan, W.G. (1999). *Mintea și cunoașterea: o antologie. Ediția a doua*. Malden: Blackwell Publishers.
72. Ma, J. (2024, 23 Ianuarie). What Is Hip-Hop Dance? Learn the History & Moves at Home. *Steezy Blog.* Retras din: https://www.steezy.co/posts/what-is-hip-hop-dance, 31.07.2024, ora 19:47

73. Marchant, J.R.V. & Fletcher, C.J. (1936). *Cassel Latin-English and English-Latin Dictionary*. Family Story Library.
74. Marquis, J. & Gurvitch, R. (2015). Shake It Out! Belly Dance in Physical Education. *Journal of Physical Education, Recreation & Dance. 86*. 14-21. 10.1080/07303084.2015.1075920
75. Mattsson, T., & Lundvall, S. (2015). The position of dance in physical education. Sport, *Education and Society, 20*(7), 855–871. https://doi.org/10.1080/13573322.2013.837044
76. McLaughlin, C. (2019). *South Bronx Battles* (1st ed.). University of California Press.
77. Midgley, C., Feldlaufer, H., & Eccles, J. S. (1989). Change in Teacher Efficacy and Student Self- and Task-Related Beliefs in Mathematics during the Transition to Junior High School. *Journal of Educational Psychology, 81*, 247-258. http://dx.doi.org/10.1037/0022-0663.81.2.247
78. Ministerul Educației Naționale. (2021, 5 Februarie). *Metodologia privind dezvoltarea currciulumului la decizia școlii.* Retras din: https://lege5.ro/gratuit/gqzdmnzvga2q/proiectarea-si-avizarea-ofertei-de-cds-metodologie?dp=gmztmmjqgqytany, 03.08.2024, ora 18:07
79. Miura, A., Fujii, S., Okano, M., Kudo, K. & Nakazawa, K. (2016). Finger-to-beat coordination skill of non-dancers, street dancers, and the world champion of a street-dance competition. *Front Psychology,. 7*, 542. 10.3389/fpsyg.2016.00542
80. More, W., & Esselman, M. (1992). *Teaching Efficacy, Power, School Climate and Achievement: A Desegregating District's Experience.* Proceedings of the Annual Meeting of the American Educational Research Association.
81. Ochiană, G. (2006). *Ludoterapia în recuperarea disabilităților psihoneuro-motorii ale copiilor.* Îndrumar metodologic. Performantica.
82. Ogg, A. & Upshal, D. (2001). *The Hip-Hop Years: A History of Rap.* Fromm International.
83. Onebeatdancestudio. (2009, 19 Iunie). Trupa Jackpot @ Neata cu Razvan si Dani (Antena 1). [Video]. Youtube. https://www.youtube.com/watch?v=Vn7-V00LtW4, 01.08.2024, ora 10:05
84. Paradigma. (2009). DEX, Retras din: https://dexonline.ro/definitie/paradigm%C4%83/definitii, 03.07.2024, ora 18:47
85. Payne, H., & Costas, B. (2021). Creative Dance as Experiential Learning in State Primary Education: The Potential Benefits for Children. *Journal of Experiential Education, 44*, 277-292. https://doi.org/10.1177/1053825920968587

86. Perkins, W. (1996). *Droppin' Science: Critical Essays on Rap Music and Hip-Hop Culture.* Temple University Press.
87. Perliman, V. și Pogolșa, L. (2021). Conceptul de paradigmă în științele educaţiei: analize și reflecţii. *Univers Pedagogic, 3*(71). https://doi.org/10.52387/1811-5470.2021.3.03
88. Pickard, A., & Maude, P. (2014). *Teaching Physical Education Creatively (1st ed.).* Routledge.
89. Pîslaru, V. și Tudor, V. (2022). *Stabilirea standardelor de performanță și adaptarea programei școlare la disciplina educație fizică și sport în acord cu nevoile actuale ale elevilor din ciclul liceal.* Școala Doctorală UNEFS.
90. Prală, S., & Tiuca, I. (2019). *Istoria dansului sportiv:Conferința Științifică Națională Sport și Societate*. Aeternitas.
91. Predoiu, R. (2018). *În mintea campionilor*. Discobolul.
92. Predoiu, R., Ramsey, P., & Arsenescu, F. (2016). Intellectual Abilities in Top Male Junior Tennis Players. The European Proceedings of Social and Behavioural Sciences EpSBS, XI, 490-495.
93. Price, E. (2006). *Hip-Hop Culture*. ABC-CLIO Inc.
94. Programa școlară pentru disciplina Educație fizică și sport, Clasele a V-a – a VIII-a. (2017). Retras din: https://www.ise.ro/wp-content/uploads/2017/01/Educatie-fizica-si-sport.pdf, 02.08.2024, ora 12:16
95. Rajakumar, M. (2012). *Hip-Hop Dance*. Abc clio llc.
96. Rehfeld, K., Müller, P., Aye, N., Schmicker, M., Dordevic, M., Kaufmann, J., Hökelmann, A. & Müller, N.G. (2017). *Dancing or fitness sport?* The effects of two training programs on hippocampal plasticity and balance abilities in healthy seniors. *Frontiers of Human Neurosciences. 11*. https://doi.org/10.3389/fnhum.2017.00305.
97. Roberts, C. (2024, 23 Ianuarie). What is House Dance? *Steezy Blog*. Retras din: https://www.steezy.co/posts/what-is-house-dance, 30.07.2024, ora 16:57
98. Roco, M. (2004). *Creativitate și inteligență emoțională*. Polirom.
99. Ross, J. A. (1994). *Beliefs That Make a Difference: The Origins and Impacts of Teacher Efficacy.* Proceedings of the Annual Meeting of the Canadian Society for the Study of Education.
100. Royce, A.P. (1977). *The Anthropology of Dance*. Indiana University Press.
101. Ruslan, R. (2017). Curriculum Etimologie. Retras din: https://ro.scribd.com/document/343999515/Curriculum-Etimologie, 11.07.2024, ora 09:44

102. Smith, K. (2010). *Popular dance: From ballroom to hip-hop,* Bang Printing.

103. Sorell, W. (1994). *Storia della Danza, Arte, Culture, Societá, Editrice*. Il Mullinio.

104. Southern, D. (2005). *The progressive era and race. 1st ed.* H. Davidson.

105. Stanovich, K. (2009). *Psihologia gândirii raționale.* Yale University Press.

106. Stănescu, M. (2019). Paradigme contemporane în educație fizică și sport. UNEFS.

107. Stein, M. K., & Wang, M. C. (1988). Teacher Development and School Improvement. *The Process of Teacher Change. Teaching and Teacher Education, 4*, 171-187. http://dx.doi.org/10.1016/0742-051X(88)90016-9

108. Stevens, L. (2006). Urban Youth Street Dances Go to the Movies and Become 'Breakdancing'. World Dance Alliance Global Assembly – Proceedings. Retras din: https://www.academia.edu/1933834/Urban_Youth_Street_Dances_Go_to_the_Movies_and_Become_Breakdancing, 31.07.2024, ora 20:05

109. Styles, E. A. (2006). *The psychology of Attention*. Second Edition. Psychology Press.

110. Sullivan, C.J. (2007). *There's Hope for The Bronx. New York Calling:From Blackout to Bloomberg,* edited by Marshall Berman and Brian Berger. Reaktion Books.

111. Șchiopu, U. și Verza, E. (1995). *Psihologia vârstelor.* Didactică și pedagogică.

112. Tarayjah, H.G. (2020). *From concrete to the classroom: a street dance toolkit*. *Master's theses*. Https://digscholarship.unco.edu/theses/182

113. Teichmann, J., Tan, R., Burchardt, H., & Healy, P. D. (2021). Hip Mobility and Flexibility for Track and Field Athletes. *Advances in Physical Education*, *11*(02), 221–231. https://doi.org/10.4236/ape.2021.112017

114. Tylor, E. B. (1870). Primitive Culture, Oxford: Cambridge University Press

115. Valle, F. & Zancan, R. (2023). Dance in Schools…What for?. *Revista Brasileira de Estudos da Presença. 13*. 10.1590/2237-2660123696vs02

116. Verza, E. & Verza, F. E. (2017). *Psihologia copilului*. Trei.

117. Von Eckardt, B. (1996). *Ce este știința cognitivă?* Massachusetts: MIT Press.

118. Wentzel, K., & Ramani, G. B. (2016). *Handbook of Social Influences in School Contexts: Social-Emotional, Motivation and Cognitive Outcomes*. Routledge.

119. What is House Dance. (2024, 14 Aprilie). *Dance Vision Blog.* Retras din: https://blog.dancevision.com/what-is-house-dance, 30.07.2024, ora 17:09

120. Yoncalık, O., Demirel, M., & Yoncalik, M.T. (2017). Perceptions of physical education and sports teachers towards folk dance in Turkey. *South African Journal for Research in Sport, Physical Education and Recreation. 39*. 189-205.

121. Young, R. (2016). *Postcolonialism: An historical introduction. 3rd ed.* Wiley Blackwell.

122. Zahiu, M., Stănescu, M. I. & Macovei, S. (2015). Study about the preferences of students in physical education and sports for the dance styles, *Science, Movement and Health, 15* (1): 70-76.

123. Zitomer, M. R. (2016). 'Dance Makes Me Happy': experiences of children with disabilities in elementary school dance education. *Research in Dance Education, 17*, 218–234. https://doi.org/10.1080/14647893.2016.1223028

124. Zuma, B. & Rooijackers, M. (2020). Uncovering the potential of urban culture for creative placemaking. *Journal Tourism Futures. 6*(3), 233–237. 10.1108/JTF-10-2019-0112

125. [Ap]. (2020, 26 August). *Rubble Kings.* [Video]. Vimeo. https://vimeo.com/452020094, 23.07.2024, ora 10:04

126. [Gullygodx]. (2021, 21 August). *The Hip-Hop Years - Full Documentary.* [Video]. Youtube. https://www.youtube.com/watch?v=aCbcbKZjjdA&t=3409s, 22.07.2024, ora 12:15.