

Original Article

Study On Sports Socialization Among University Students

Olănescu Mihai ^{1*}

¹ Technical University of Cluj-Napoca, Cluj-Napoca, 400641, Romania

DOI: 10.29081/gsjesh.2021.22.1.02

Keywords: *physical activity, socialization, sport, student population*

Abstract

It is well known that participation in various physical sports activities contributes to the physical, psychological and emotional development of students, as well as their ability to socialize. A large part of students who come at university from other cities and have an increased need to socialize and build new groups of friends, especially in the first years of study, can use sports activities as a method of socialization. The purpose of this paper is to analyze how university students socialize through physical activities and sports. Using the method of quantitative research, the technique of administering questionnaires through sociological survey, we conducted a study with students from the Technical University of Cluj-Napoca, in the 2019-2020 academic year, with 594 of participants. The results of the study can help young people to use participation in various physical sports activities as an opportunity to socialize, meet other people and make new friends.

1. Introduction

Socialization is “the process by which the individual, in interaction with his peers, accumulates skills, knowledge, values, norms, attitudes and behaviors” (Rotariu & Iluț, 1996, p. 108).

Socialization through sports participation provide learning environments where participants have the possibility to learn competition, cooperation, role-playing and discipline regarding rules, regulations, and goals (Bloom & Smith, 1996). Participating in physical activity can help with building social development by providing opportunities for self-expression, building self-confidence, social interaction and integration (World Health Organization, 2016).

Socialization into sport is the social learning process by which we learn identities, values, norms, roles and relationship that enable us to participate in sport. A community recreation program that teaches students the fundamental rules and skills of a particular sport, such as tennis or basketball, illustrated this process

* E-mail: mihai.olanescu@mdm.utcluj.ro, tel.0742042444

(Nixon, 2016, p.184).

One of the best ways to socialize is offered by the sports environment. The practice of physical activities and sports created the premises for the development of this environment, recognized as favorable to socialization (Bean et al., 2014).

Among the many benefits of practicing physical activities and sports, such as: developing the skills to practice physical activity throughout life, developing team and leadership skills, improving self-esteem and fun, a particularly important role is played by sport socialization with family, friends and peers. The family is a major socializing force for participating in sports activities (Kraaykamp et al., 2013). Social interaction with friends and peers is considered an important motivation to practice physical activities and sports (Allender et al., 2006). Social groups and social factors such as age, sex, disability and ethnicity influence people's participation in physical activities and sports.

The transition from high school to university is frequently associated with decreased physical activity and increased sedentary behavior among students (Deliens et al., 2015). During this period, the practice of sports physical activities is considered a determining factor in terms of developing and maintaining healthy habits and quality of life (Peterson et al., 2018). On the other hand, students who have a common interest are more likely to make new friends during physical education classes or extracurricular sports activities (Simpkins et al., 2013).

A very important aspect, highlighted by Harrison & Narayan (2003), is the fact that youth are attracted to the social part of playing sports, being happy that they can meet their friends and spend time with them outside of school, which is more important for them than being physically active. Social interaction through team sports teaches young people to resolve and prevent conflicts, to communicate and socialize better with colleagues and friends. Involvement in physical sports activities plays a key role in helping students to socialize with others successfully and provides opportunities to learn positive people skills. People often perceive participating in physical activities and sports as an opportunity to meet other people, communicate and socialize. In this way, they can meet new people, fight loneliness and remove social isolation. Group experiences often lead to long-term friendships, comrades.

Many people find that the time they spend with friends is reduced to participating with them in various physical sports activities. Specifically, almost 90% of participants in exercise programs prefer to do so in the company of a partner or in a group. This gives people a sense of personal commitment, which leads them to continue working and get support from their training partner (Carron, Hausenblas & Estabrooks, 1999 apud Weinberg & Gould, 2011, p. 418) and a positive pressure type of peers that serves as a motivation to be physically active (Diehl et al., 2018).

2. Material and methods

The purpose of the research: Analysis of the way in which students enrolled at the Technical University of Cluj-Napoca socialize by practicing physical sports

activities.

Hypotheses:

- the extent to which university students have the opportunity to practice physical sports activities with their partners, leads them to participate more often in such activities in present;

- finding partners to practice physical sports activities, motivates them to do more sports in the future.

Objectives:

- identifying the way in which university students relate to practicing sports activities in their leisure time, depending on the partners with whom they can do sports;

- determining the way in which the possibility to practice sports activities with partners helps university students to do sport more often;

- determining the way in which the possibility to practice physical sports activities with partners motivates them to do sport more often in the future.

Research method, technique and tool: In the present research we used the method of quantitative research, the technique of administering questionnaires through sociological survey. For a higher participation rate, we used the snowball sampling method, asking students to send the questionnaire link to other colleagues.

Research tools: As a research tool the questionnaire was used for the development of which we adopted and adapted the research instrument used in the study "Sport, Exercise and Physical Activity: Public Participation, barriers and attitudes" Lorraine Murray, Ipsos Mori, Scottish Executive Social Research, October 2006.

The sample investigated: This study involved 594 students enrolled in the 2019-2020 academic year at one of the faculties of the Technical Universities in Cluj-Napoca. Sampling was conducted at these faculties to include in this study both students whose curriculum is very busy and students whose curriculum is less loaded.

Research population: It is represented by all students who attended full-time courses at one of the faculties of the Technical University of Cluj-Napoca, in the academic year 2019-2020, regardless of the year of study, age, department and specialization.

3. Results and Discussions

Descriptive statistics on respondents in the sample highlights the following: The gender distribution of the sample shows that, out of a total of 594 students who participated in this study, 330 (55.5%) are male students and 264 (44.5%) are female students. Regarding the status of respondents on the labor market, only 81 out of a total of 594 students surveyed stated that they have a job, compared to 513 of them, who represents almost 87%, who stated that they do not work. The distribution of respondents by area of residence shows that most of them, namely 221 (38.7%) of the students surveyed come from a big city. The number of students

who stated that they grew up in a small town is 190 (33.3%), and those they come from a village is 166 (29.1%).

By interpreting our students' responses, we tested the following associations:

Table 1. *The association between the frequency with which students practice sports activities and the partners with whom they usually participate in these activities:*

How often do you participate in physical sports activities?	What are the partners with whom you usually participate in physical sports activities in your free time?				
	Family members	School-mates	Work colleagues	Friends	I do sport alone
Everyday	27.3%	12.2%	15.8%	10.2%	25.0%
3-5 times a week	31.8%	34.8%	36.8%	37.1%	34.0%
1-2 times a week	20.5%	30.5%	26.3%	30.2%	20.0%
1-2 times amonth	11.4%	9.8%	10.5%	9.8%	8.0%
Very rarely	8.0%	9.8%	0.0%	12.7%	12.0%
Never	1.1%	3.0%	10.5%	0.0%	1.0%

The highest percentages of students who stated that practice physical activities and sports daily said they do sports with family members (27.3%) or alone (25.0%). Almost a third of students who said they do sports with friends, schoolmates or alone, said they do this with a frequency of 3-5 times a week. The percentages of those who said they do sports very rarely or never are very small and fail to do so with friends.

Table 2. *Statistical significance for testing the association between the frequency with which students practice sports activities and the partners with whom they usually participate in these activities:*

Partners with whom students usually participate in physical sports activities in their free time	Chi-square	P<
Family members	13.668(a)	0.018
Schoolmates	6.674(a)	0.246
Work colleagues	13.500(a)	0.019
Friends	11.783(a)	0.038
I do sport alone	11.557(a)	0.041

Hypothesis: Does the possibility for students from the Technical University of Cluj-Napoca to frequently practice sports activities in their free time depend on their possibility to practice sports activities with their partners? More precisely, we expect that students who practice physical sports activities more often will be the ones who have found partners for these activities. The analyzed statistical results of Chi-square are statistically significant, and also indicate the existence of an association between variables. Thus, we can say, with the same probability of at least 95%, that these associations exist among the population, not just in the sample. The exception is the association relationship regarding the frequency with

which students practice sports and the possibility for them to do so together with schoolmates, for which $p > 0.05$, so the probability is too low.

Table 3. *The association between the partners with whom the students usually do sports and their opinion regarding the possibility to practice more often physical sports activities in the future:*

What do you think about the idea of participating more than now in various physical sports activities in your free time?	What are the partners with whom you usually participate in physical sports activities in your free time?				
	Family members	School -mates	Work colleagues	Friends	Alone
I intend to do more sport starting next month	41.2%	40.2%	31.6%	41.0%	41.7%
I intend to do more sport in the following six months	18.8%	23.8%	10.5%	26.3%	22.9%
I would like to at some point, but probably not in the next 6 months	2.4%	5.5%	0.0%	6.3%	5.2%
I don't want to do more physical activity	2.4%	1.2%	5.3%	2.9%	8.3%
I have not decided yet	3.5%	7.3%	0.0%	10.7%	3.1%

The intention of university students to do more sport in the future depends on their ability to practice sports activities with other partners in present. About 40% of those who practice a sport with their friends intend to do more sports starting from next month. The lower the percentage of students who play sports with friends, the lower their intention to exercise more in the future.

Table 4. *Statistical significance for testing the association between the partners with whom students usually do sports and their opinion on the possibility to practice more often physical sports activities in the future:*

Partners with whom students usually participate in physical sports activities in their free time	Chi-square	P<
Family members	17.589(a)	0.004
Schoolmates	6.705(a)	0.244
Work colleagues	19.582(a)	0.001
Friends	10.374(a)	0.065
I do sport alone	11.092(a)	0.050

Hypothesis: Does the possibility that students from the Technical University of Cluj-Napoca practice sports activities more often in the future depend on their possibility to practice sports activities with partners? More precisely, we expect that students who intend to practice physical sports activities more often will be the ones who already do this together with other partners. The analyzed statistical results of Chi-square are statistically significant and indicate the existence of an association between variables. Thus, we can say, with the same

probability of at least 95%, that this association exists among the population, not only in the sample. The exception is the association relationship regarding the frequency with which students practice sports and the possibility for them to do so together with schoolmates, for which $p > 0.05$, the probability being thus too low.

Discussions

Currently, only about 10% of the students of the Technical University of Cluj-Napoca do sports with friends and schoolmates, which means that the network of college colleagues did not meet these needs. This activity is not a preferred way of spending free time for the vast majority of respondents, although with the advancement in their years of study, they are increasingly concerned about their social life (parties, trips, going out with friends/colleagues). The results obtained are in line with other similar studies that have targeted the student population. A recent study (Leuciuc et al., 2020), showed that there is an insufficient incidence of physical activity among Romanian students (approximately 40%), and that the perception of physical activities in the daily life of students does not have an important place compared to their professional tasks and free time. Bichescu (2014), concluded that sports activities are not in the top list of preferences of students of the University "Eftimie Murgu" in Resita, and that they have a low interest in sports activities in their free time and a sedentary lifestyle.

Another study, conducted by Sopa & Promohaci (2014), shows that most students at Lucian Blaga University in Sibiu consider sport an excellent setting for socializing and lasting friendships.

The opportunity to play sports with partners positively encourages the respondents to do so, even if the type of partners with whom they can exercise does not have a significant influence.

The partners with whom students can practice sports have proven to be important for those who have resumed sports more often, and less important for those who have reduced the frequency with which they practice such activities.

The opportunity to play sports with friends causes respondents, in significant percentages, to do so, both now, and increases their intention to exercise more in the future.

The lower the percentage of students who play sports with friends, the lower the frequency with which they engage in physical activity today, as well as their intention to exercise more in the future.

4. Conclusions

Practicing physical activities and sports during leisure time can be a great way for university students to get rid of the stressful life during the faculty, which involves attending courses, seminars and labs, projects, presentations and exams. In fact, playing sports helps students relax and reduce their anxiety. From a social point of view, sport is a major force that brings people together and creates a sense of belonging to the community.

The importance of socializing during the sport varies depending on the frequency of participation and how it was experienced. Socializing through sports

has had a positive impact on students, whenever physical education teachers have supported this, by organizing sports competitions and encouraging a positive attitude towards team sports. Preferences for team sports are an additional argument in support of the idea that sport is the best way to socialize, even if now, among the students surveyed, this way of socializing is not in the top of their preferences.

References

1. ALLENDER, S., COWBURN, G., & FOSTER, C. (2006). Understanding participation in sport and physical activity among children and adults: a review of qualitative studies, *Health Education Research, Volume 21, Issue 6, December 2006, Pages 826–835*, <https://doi.org/10.1093/her/cyl063>
2. BEAN, C., FORTIER, M., POST, C., CHIMA, K. (2014). Understanding How Organized Youth Sport May Be Harming Individual Players within the Family Unit: A Literature Review. *Int J Environ Res Public Health*. 2014;11(10):10226-10268. doi: [10.3390/ijerph111010226](https://doi.org/10.3390/ijerph111010226)
3. BICHESCU, A. (2014). Leisure Time Sport Activities of the Students at Resita University. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*. 117, 735-740. DOI:[10.1016/J.SBSPRO.2014.02.291](https://doi.org/10.1016/J.SBSPRO.2014.02.291)
4. BLOOM, G. A., & SMITH, M. D. (1996). Hockey Violence: A Test of Cultural Spillover Theory, *Sociology of Sport Journal*, 13(1), 65-77. <https://journals.humankinetics.com/view/journals/ssj/13/1/article-p65.xml>
5. DELIENS, T., DEFORCHE, B., DE BOURDEAUDHUIJ, I. et al. (2015). Determinants of physical activity and sedentary behaviour in university students: a qualitative study using focus group discussions. *BMC Public Health* 15, 201. <https://doi.org/10.1186/s12889-015-1553-4>
6. DIEHL, K., FUCHS, A.K., RATHMANN, K., HILGER-KOLB, J. (2018). "Students' Motivation for Sport Activity and Participation in University Sports: A Mixed-Methods Study", *BioMed Research International*, Article ID 9524861, <https://doi.org/10.1155/2018/9524861>
7. HARRISON, P. & NARAYAN, G. (2003). Differences in behavior, psychological factors, and environmental factors associated with participation in school sports and other activities in adolescence. *Journal of School Health*, 73, 113-120. <https://doi.org/10.1111/j.1746-1561.2003.tb03585.x>
8. KRAAVKAMP, G., OLDENKAMP, M., & BREEDVELD, K. (2013). Starting a sport in the Netherlands: A life-course analysis of the effects of individual, parental and partner characteristics. *International review for the sociology of sport*, 48(2), 153-170. <https://doi.org/10.1177/1012690211432212>
9. LEUCIUC F.V, GHERVAN P, POPOVICI I.M, BENEDEK F, LAZAR A.G, PRICOP G. (2020). Social and Educational Sustainability of the Physical Education of Romanian Students and the Impact on Their Physical Activity Level. *Sustainability*. 2020; 12(21):9231. <https://doi.org/10.3390/su12219231>

10. MURRAY L. (2006). Sport, exercise and physical activity: public participation, barriers and attitudes. *Edinburgh: Information and Analytical Services, Division, Scottish Executive Education Department*. <http://www.scotland.gov.uk/Resource/Doc/932/0041468.pdf>.
11. NIXON, H.L. (2016). *Sport in a changing world*. Second Edition. Published by New York: Routledge
12. PETERSON, N.E., SIRARD, J.R., KULBOK, P.A., DEBOER, M.D., ERICKSON, J.M. (2018). Sedentary behavior and physical activity of young adult university students. *Res. Nurs. Health* 2018, 41, 30–38. <https://doi.org/10.1002/nur.21845>
13. ROTARIU, T., ILUT, P. (1996). *Sociologie. Ediția a II-a*. Editura Mesagerul, Cluj-Napoca.
14. SIMPKINS, S.D., SCHAEFER, D.R., PRINCE, C.D., & VEST, A.E. (2013). Adolescent friendships, BMI, and physical activity: untangling selection and influence through longitudinal social network analysis. *Journal of Research on Adolescence*, 23(3), 537–549. <https://doi.org/10.1111/j.1532-7795.2012.00836.x>.
15. SOPA, S. I., & POMOHACI, M. (2014). Study Regarding the Impact of Sport Competitions on Students Socialization. *European Scientific Journal, ESJ*, 10(26). <https://doi.org/10.19044/esj.2014.v10n26p%p>
16. World Health Organization (2016). Physical activity and young people. Website: Author. http://www.who.int/dietphysicalactivity/factsheet_young_people/en/
17. WEINBERG, R.S., GOULD, D. (2011). *Foundations of Sport and Exercise Psychology*, 5th. Ed., Champaign, IL: Human Kinetic

Studiu Privind Socializarea prin Sport în Rândul Studenților

Olănescu Mihai¹

¹ Universitatea Tehnică din Cluj-Napoca, Cluj-Napoca, 400641, Romania

Cuvinte cheie: *activitate fizică, sport, student, socializare.*

Rezumat

Este bine cunoscut faptul că participarea la diverse activități fizice sportive contribuie la dezvoltarea fizică, mentală și emoțională a studenților, precum și la capacitatea acestora de a socializa. O mare parte dintre studenții care provin din alte orașe, și au o nevoie crescută de a socializa și de a construi noi grupuri de prieteni, mai ales în primii ani de studiu, pot folosi activitățile sportive ca metodă de socializare. Scopul acestei lucrări este de a analiza modul în care studenții socializează prin intermediul activităților sportive. Folosind metoda cercetării cantitative, tehnica de administrare a chestionarelor prin sondaj sociologic, am realizat un studiu cu studenții Universității Tehnice din Cluj-Napoca, în anul universitar 2019-2020, cu 594 de participanți. Rezultatele studiului pot ajuta tinerii să folosească participarea la diferite activități fizice sportive ca pe o oportunitate de a socializa, de a cunoaște alte persoane și de a-și face noi prieteni.

1. Introducere

Socializarea este „procesul prin care individul, în interacțiunea cu semenii săi, acumulează abilități, cunoștințe, valori, norme, atitudini și comportamente” (Rotariu și Iluț, 1996, p. 108).

Socializarea prin participarea la activități sportive oferă medii de învățare în care participanții au posibilitatea de a învăța competiția, cooperarea, jocul de rol și disciplina în ceea ce privește regulile, reglementările și obiectivele (Bloom & Smith, 1996). Participarea la diverse activități fizice poate ajuta la dezvoltarea socială, oferind oportunități de exprimare de sine, crescând încrederea în sine, interacțiunea socială și integrarea (Organizația Mondială a Sănătății, 2016).

Socializarea în sport este procesul de învățare socială, prin care învățăm identități, valori, norme, roluri și relații care ne permit să participăm la sport. Un program de recreere comunitară care îi învață pe elevi regulile, competențele și abilitățile de bază ale unui anumit sport, cum ar fi tenisul sau baschetul, ilustrează acest proces (Nixon, 2016, p.184).

Una dintre cele mai bune modalități de socializare este oferită de mediul sportiv. Practicarea activităților fizice și a sportului au creat premisele dezvoltării acestui mediu, recunoscut ca fiind favorabil socializării (Bean et al., 2014).

Printre numeroasele beneficii ale practicării activităților fizice și sportului, cum ar fi: dezvoltarea abilităților de a practica independent activități fizice pe tot parcursul vieții, dezvoltarea abilităților de colaborare în echipă și de conducere, îmbunătățirea stimei de sine, un rol deosebit de important îl joacă socializarea sportivă cu membrii familiei, prietenii, colegii de școală și de la locul de muncă.

Familia este o forță majoră de socializare pentru participarea la activități sportive (Kraaykamp et al., 2013). Interacțiunea socială cu prietenii și colegii este considerată o motivație importantă pentru a practica activități fizice și sport (Allender et al., 2006). Grupurile sociale și factorii sociali, precum vârsta, sexul, dizabilitățile și etnia, influențează participarea la activități fizice și sport.

Trecerea de la liceu la universitate este frecvent asociată cu scăderea activității fizice și creșterea comportamentului sedentar în rândul studenților (Deliens și colab., 2015). În această perioadă, practicarea activităților fizice sportive este considerată un factor determinant în ceea ce privește dezvoltarea și menținerea obiceiurilor sănătoase și a calității vieții (Peterson et al., 2018). Pe de altă parte, elevii care au un interes comun sunt mai predispuși să-și facă noi prieteni în timpul orelor de educație fizică sau al activităților sportive extrașcolare (Simpkins et al., 2013).

Un aspect foarte important, subliniat de Harrison and Narayan (2003), este faptul că tinerii sunt atrași de partea socială a sportului, fiind fericiți că pot întâlni și petrece timp cu prietenii în afara școlii, fapt care este mult mai important decât mișcarea în sine. Interacțiunea socială prin sporturi de echipă îi învață pe aceștia să rezolve și să prevină conflictele, să comunice și să socializeze mai bine cu colegii și prietenii. Implicarea în activități sportive joacă un rol cheie în socializarea tinerilor, oferă oportunități de a învăța abilitățile și competențele pozitive ale oamenilor. Participarea la activitățile sportive este adesea percepută ca o oportunitate de a cunoaște persoane noi, de a comunica, de a socializa, de a lupta împotriva singurătății și izolării sociale. Experiențele de grup duc adesea la prietenii de durată.

Multe persoane consideră că timpul petrecut cu prietenii se reduce la participarea cu aceștia la diverse activități sportive. Mai exact, aproape 90% dintre participanții la programele de exerciții fizice preferă să facă acest lucru în compania unui partener sau într-un grup de prieteni. Acest lucru le conferă un sentiment de angajament personal, care îi determină să continue să lucreze și să primească sprijin de la partenerul lor de antrenament (Carron, Hausenblas & Estabrooks, 1999 apud Weinberg & Gould, 2011, p. 418) și un tip de presiune pozitivă a colegilor, care servește ca motivație pentru a fi activ din punct de vedere fizic (Diehl et al., 2018).

2. Material și metode

Scopul cercetării: Analiza modului în care studenții înscriși la Universitatea Tehnică din Cluj-Napoca socializează prin practicarea activităților sportive.

Ipoteze:

- măsura în care studenții au posibilitatea să practice activități sportive alături de parteneri, îi determină pe aceștia să practice mai des (cu o frecvență mai mare) astfel de activități în prezent;
- găsirea unor parteneri pentru practicarea unor activități fizice sportive, îi motivează pe aceștia să facă mai mult sport în viitor.

Obiective:

- identificarea modului în care studenții se raportează la practicarea activităților sportive în timpul liber, în funcție de partenerii cu care pot face sport;
- determinarea modului în care posibilitatea de a practica activități fizice sportive alături de parteneri, îi ajută pe aceștia să practice mai des activități sportive în prezent;
- determinarea modului în care posibilitatea de a practica activități fizice sportive alături de parteneri, îi motivează pe aceștia să practice mai des activități sportive în viitor.

Metodă, tehnică și instrumentul cercetării:

În cercetarea de față am utilizat metoda cercetării cantitative, tehnica administrării de chestionare prin ancheta sociologică. Pentru o rată de participare cât mai mare, am folosit metoda bulgărelui, rugând studenții să transmită linkul la chestionar și altor colegi.

Instrumentul cercetării:

Instrument de cercetare utilizat a fost chestionarul, pentru elaborarea căruia am preluat și adaptat instrumentul de cercetare utilizat în studiul “Sport, Exercise and Physical Activity: Public participation, barriers and attitudes” Lorraine Murray, Ipsos Mori, Scottish Executive Social Research, October 2006.

Eșantionul investigat: La acest studiu au participat 594 de studenți înscriși, în anul universitar 2019-2020, la una dintre facultățile Universității Tehnice din Cluj-Napoca. Eșantionarea s-a realizat la aceste facultăți pentru a include în acest studiu atât studenții a căror programă este foarte încărcată, cât și studenții a căror programă este mai puțin încărcată.

Populația cercetată: este reprezentată de toți studenții care au urmat cursurile la zi, cu frecvență, la una din facultățile Universității Tehnice din Cluj-Napoca, în anul universitar 2019-2020, indiferent de anul de studiu, vârstă, secție, specializare.

3. Rezultate și discuții

Datele statistice privind respondenții din eșantion evidențiază următoarele: Distribuția de gen a eșantionului arată că, dintr-un total de 594 de studenți care au participat la acest studiu, 330 (55,5%) sunt studenți de sex masculin, și 264 (44,5%) sunt studenți de sex feminin. În ceea ce privește statutul respondenților pe piața muncii, doar 81, dintr-un total de 594 de studenți chestionați, au declarat că au un loc de muncă, comparativ cu 513 dintre aceștia, care reprezintă aproape 87%, care au declarat că nu lucrează. Distribuția respondenților după zona de reședință arată că cei mai mulți dintre ei, și anume 221 (38,7%) dintre studenții chestionați, provin dintr-un oraș mare. Numărul studenților care au declarat că au crescut într-un oraș mic este de 190 (33,3%), comparativ cu 166 (29,1%), care provin dintr-un sat.

Pentru a interpreta răspunsurile studenților, am testat următoarele asociații:

Tabel 1. Testarea asocierii dintre frecvența cu care studenții practică activități sportive și partenerii cu care aceștia participă, de regulă, la aceste activități:

Cât de des participați la activități fizice sportive?	Care sunt partenerii cu care participați, de regulă, la activități fizice sportive în timpul liber?				
	Membrii de familie	Colegii de școală	Colegii de muncă	Prietenii	Singur
Zilnic	27.3%	12.2%	15.8%	10.2%	25.0%
3-5 ori/săptămână	31.8%	34.8%	36.8%	37.1%	34.0%
1-2 ori/săptămână	20.5%	30.5%	26.3%	30.2%	20.0%
1-2 ori/lună	11.4%	9.8%	10.5%	9.8%	8.0%
Foarte rar	8.0%	9.8%	0.0%	12.7%	12.0%
Niciodată	1.1%	3.0%	10.5%	0.0%	1.0%

Dintre studenții care au declarat că practică activități sportive zilnic (25.0%) fac sport singuri, iar (27.3%) cu membrii familiei.

Aproape o treime dintre studenții care practică activități fizice sportive alături de prieteni sau singuri, spun că fac acest lucru de 3-5 ori pe săptămână.

Procentele celor care declară că fac sport foarte rar sau niciodată sunt foarte mici și nu reușesc să facă asta alături de prieteni.

Tabel 2. Semnificatia statistica pentru testarea asocierii dintre frecvența cu care studenții practică activități sportive și partenerii cu care aceștia participă, de regulă, la aceste activități:

Parteneri cu care studenții participă de obicei la activități fizice în timpul liber	Chi-pătrat	P<
Membrii familiei	13.668(a)	0.018
Colegii de școală	6.674(a)	0.246
Colegii de muncă	13.500(a)	0.019
Prieteni	11.783(a)	0.038
Singur	11.557(a)	0.041

Ipoteza: Posibilitatea ca studenții de la Universitatea Tehnică din Cluj-Napoca să practice frecvent activități sportive în timpul liber, depinde de posibilitatea acestora de a practica activități sportive alături de parteneri? Mai precis, ne așteptăm ca studenții care practică mai des activități fizice sportive să fie cei care și-au găsit parteneri pentru aceste activități.

Rezultatele statistice analizate Chi-pătrat sunt semnificative statistic și indică, de asemenea, existența unei asocieri între variabile.

Astfel, putem spune, cu aceeași probabilitate de cel puțin 95%, că aceste asocieri există și în rândul populației, nu doar în eșantion.

(Excepție face relația de asociere privind frecvența cu care studenții practică sport și posibilitatea ca aceștia să facă acest lucru împreună cu colegii de școală, pentru care $p > 0,05$, probabilitatea fiind astfel prea scăzută).

Tabel 3. Testarea asocierii dintre partenerii cu care studenții obișnuiesc să facă sport și părerea acestora privind posibilitatea de a practica mai des activități fizice sportive în viitor:

Ce părere aveți despre ideea de a participa mai mult decât în prezent la diverse activități fizice sportive în timpul liber?	Care sunt partenerii cu care participați, de regulă, la activități fizice sportive în timpul liber?				
	Membrii familiei	Colegii de școală	Colegii de muncă	Prietenii	Singur
Intenționez să fac mai mult sport de luna viitoare	41.2%	40.2%	31.6%	41.0%	41.7%
Intenționez să fac mai mult sport în următoarele 6 luni	18.8%	23.8%	10.5%	26.3%	22.9%
Aș dori, dar probabil nu în următoarele 6 luni	2.4%	5.5%	0.0%	6.3%	5.2%
Nu vreau să fac mai mult sport	2.4%	1.2%	5.3%	2.9%	8.3%
Nu m-am hotărât încă	3.5%	7.3%	0.0%	10.7%	3.1%

Intenția studenților de a face mai multă mișcare în viitor depinde de posibilitatea acestora de a practica activități sportive în prezent, alături de alți parteneri.

Aproximativ 40% dintre studenții care practică un sport alături de parteneri, intenționează să facă mai mult sport, începând cu luna următoare.

Cu cât scade procentul studenților care practică activități sportive alături de prieteni, scade și intenția acestora de a face mai multă mișcare în viitor.

Tabel 4. Semnificatia statistica pentru testarea asocierii dintre partenerii cu care studenții obișnuiesc să facă sport și părerea acestora privind posibilitatea de a practica mai des activități fizice sportive în viitor:

Parteneri cu care studenții participă de obicei la activități fizice în timpul liber	Chi-pătrat	P<
Membrii familiei	17.589(a)	0.004
Colegii de școală	6.705(a)	0.244
Colegii de muncă	19.582(a)	0.001
Prietenii	10.374(a)	0.065
Fac sport singur	11.092(a)	0.050

Ipoteza: Posibilitatea ca studenții de la Universitatea Tehnică din Cluj-Napoca să practice mai des activități sportive în viitor, depinde de posibilitatea acestora de a practica activități sportive alături de parteneri? Mai precis, ne așteptăm ca studenții care intenționează să practice mai des activități fizice sportive să fie cei care fac deja acest lucru, împreună cu alți parteneri.

Rezultatele statistice analizate Chi-pătrat sunt semnificative statistic și indică, de asemenea, existența unei asocieri între variabile.

Astfel, putem spune, cu aceeași probabilitate de cel puțin 95%, că această asocieră există și în rândul populației, nu doar în eșantion.

Excepție face relația de asocieră privind frecvența cu care studenții practică sport și posibilitatea ca aceștia să facă acest lucru împreună cu colegii de școală, pentru care $p > 0,05$, probabilitatea fiind astfel prea scăzută.

Discuții

În prezent, doar aproximativ 10% dintre studenții Universității Tehnice din Cluj-Napoca fac sport cu prietenii și colegii de școală, ceea ce înseamnă că rețeaua de colegi din facultate nu a răspuns acestor nevoi. Această activitate nu este o modalitate preferată de petrecere a timpului liber pentru marea majoritate a respondenților, deși odată cu avansarea în anii de studiu, ei sunt din ce în ce mai preocupați de viața lor socială (petreceri, excursii, ieșiri în oraș cu prietenii/colegii). Rezultatele obținute sunt în corcondanță cu alte studii similare care au vizat populația studentească. Un studiu recent, realizat de Leuciuc și colab. 2020, a arătat că există o incidență insuficientă a activității fizice în rândul studenților români (aproximativ 40%) și că percepția activităților fizice din viața de zi cu zi a studenților nu are un loc important în comparație cu sarcinile lor profesionale și timpul liber. Bichescu (2014), a concluzionat că activitățile sportive nu se află în lista de top a preferințelor studenților Universității „Eftimie Murgu” din Reșița, și că, aceștia au un interes scăzut pentru practicarea activităților sportive în timpul liber și un stil de viață sedentar.

Alt studiu, realizat de Sopa and Promohaci (2014), arată că majoritatea studenților de la Universitatea Lucian Blaga din Sibiu consideră sportul un cadru excelent pentru socializare și prietenii de durată.

Oportunitatea de a practica sport cu partenerii încurajează în mod pozitiv studenții de la Universitatea Tehnică din Cluj-Napoca să facă acest lucru, chiar dacă, tipul de parteneri cu care pot face exerciții fizice nu are o influență semnificativă.

Partenerii cu care studenții pot practica activități sportive s-au dovedit a fi importanți pentru cei care au reînceput să facă mai des sport, și mai puțin importanți pentru cei care au redus frecvența cu care practică astfel de activități.

Posibilitatea de a practica sport alături de prieteni îi determină pe respondenți, în procente importante, să facă acest lucru, atât în prezent, și le sporește intenția de a face mai multă mișcare în viitor.

Cu cât scade procentul studenților care practică activități sportive alături de prieteni, se reduce și frecvența cu care aceștia practică activități fizice în prezent, cât și intenția acestora de a face mai multă mișcare în viitor.

4. Concluzii

Practicarea activităților fizice și a sportului în timpul liber poate fi o modalitate excelentă pentru studenți de a scăpa de viața stresantă din timpul facultății, care presupune participarea la cursuri, seminarii și laboratoare, proiecte, prezentări și examene. De fapt, practicarea sportului îi ajută pe studenții să se relaxeze și să-și reducă anxietatea. Din punct de vedere social, sportul este o forță

majoră care aduce oamenii împreună și creează un sentiment de apartenență la comunitate.

Importanța socializării în timpul practicării sportului variază în funcție de frecvența participării și de modul în care a fost experimentat. Socializarea prin practicarea sportului a avut un impact pozitiv asupra studenților, ori de câte ori profesorii de educație fizică au susținut acest lucru, prin organizarea de competiții sportive și încurajarea unei atitudini pozitive față de sporturile de echipă. Preferințele pentru sporturile de echipă reprezintă un argument suplimentar în sprijinul ideii că sportul este cel mai bun mod de socializare, chiar dacă acum, printre studenții chestionați, acest mod de socializare nu se află în topul preferințelor lor.



©2017 by the authors. Licensee „GYMNASIUM” - *Scientific Journal of Education, Sports, and Health*, „Vasile Alecsandri” University of Bacău, Romania. This article is an open access article distributed under the terms and conditions of the Creative Commons Attribution ShareAlike 4.0 International (CC BY SA) license (<http://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/>).