



THE RELATIONSHIP BETWEEN GROUP COHESION AND SPORTS PERFORMANCE IN THE UNIVERSITY ENVIRONMENT

Petreanu Manuela^{1*}

Petreanu Adrian Gheorghe²

^{1,2}*"Carol Davila" University of Medicine and Pharmacie of Bucharest, 8, Eroii Sanitari, Romania*

Keywords: *cohesion, group, aerobic gymnastics, sport performance.*

Abstract

This study will try to underline the efficiency of the teamwork for participate with a specific group exercise in the Aerobics competitions organized in the University to identify the relationship between the cohesion of the groups and the results obtained by them. The study was performed by applying a standard evaluation questionnaire regarding the degree of participation at the group cohesion which were made up of subjects from university environment having as objectives the preparation and realization of above mentioned exercise. Thus, after results, groups, in general, have de role of adjustment, self-adjustment, increase of creativity, being the most important means of socialization and integration, in a nutshell the development of the individual. In conclusion, and at this level, it has been shown that athletic performance depends, largely, by the cohesion of the group and only the level of the motor activity from some groups can intervene in the results obtained.

1. Introduction

"In any human group, cohesion is one of the essential factors of its proper functionality, being a critical element of the very existence thereof. The consensus of all towards the objectives and tasks to be fulfilled, the loyalty and responsibility, availability to face any requests, the understanding that the achievement of tasks of each depend on the actions of the others, sympathy, friendship etc. definitely have beneficial effects on the group's existence and functionality"(Arădăvoaice & Popescu, 2007, p. 137).

Thus, in the field of physical education and sports, as Epuran (1990), mentions, "the team or small group constitutes the basic psychosocial reality of sports activity, by its cohesion and capacity depending both the performance as well as the satisfaction of players and supporters."

"The statement according to which performance depends on the group's cohesion seems to most, if not an axiom, in worst case a truth universally

* *E-mail:* pmanu_74@yahoo.com, tel 0721332302

recognized” (Epuran, 1990). Cohesion arises and is formed of positive preferential relations and depends on a number of factors which are characteristic to the team/group (Epuran & Holdevici, 1993), the small number of team members, members' age, character of the athletes, structure of the team, and the motivation for sports activity is one of the basic factors of cohesion.

With regard to our topic, through its social size, aerobics offers the unique opportunity for young people to know each other, to acquire moral attitudes, acceptance thereof related to this activity, which contributes to the development of personality, to live emotions more difficult to feel in other spheres of life, to adapt to the objective set (through cooperation, cohesion and more) and to become active socially through personal performances and by default those of others.

Cohesion is a synthesis characteristic of group life in which are merging a series of objective and subjective factors, which lead to the unity and solidarity of group members (Dragnea, 2006, p.29).

2. Material and methods

Purpose of the study. This study will try to underline the efficiency of the teamwork for which subjects participate with a specific group exercise in the aerobic gymnastics competitions organized internally within the University and, implicitly, to identify the relationship between the cohesion of the groups special formed in this regard and the athletics performances through the results obtained by them.

Hypothesis. Through the present paper we want to find if aerobic gymnastics at this level with the requirements and its specific elements is or not a means of social integration and, also, the cohesion of the group is or not a determining factor in obtaining and improving athletic performance.

Study of the problem addressed has been achieved by applying the following methods: study and analysis of the scientific literature (documented analysis), the statistical analysis, observations made in the social and sports environment of the subjects concerned, observations during the aerobics lessons from the basic class, the questionnaire method and statistical and mathematical methods.

According to Arădăvoaice and Popescu (2007), "cohesion of a group and the degree of people's involvement in achieving thereof may be determined by using the questionnaire method."

Therefore, this study was based on a questionnaire-test (table 1) about the degree of participation to group cohesion, which has been applied on a number of 89 students in years I and II, from “Carol Davila” University of Medicine and Pharmacie of Bucharest, the Faculties of Medicine and Pharmacy, students who have opted to practice aerobics in the basic compulsory class.

Table 1. *The questionnaire for evaluation of degree of participation to group cohesion (after Arădăvoaice & Popescu, 2007, p. 140, adapted of Simion, Mihăilă & Stănculescu, 2011)*

No	Question	Yes	Sometimes	No
1.	Do you have many friends among the teammates / group?			
2.	Do you like working in a group to exercise with your team co-workers?			
3.	Do you help your colleagues when you have to solve a difficult situation (practice, learning)?			
4.	If you are offered an alternative: to work in a group or by yourself would you chose the first one?			
5.	When working in the group do you have higher yield than when you working alone?			
6.	Do you take action for the improvement of work team skills?			
7.	Do you participate in achieving all of its tasks (team group tasks)?			
8.	When a task is assigned to the whole group do you take the initiative in solving it?			
9.	Does "the life" (time spent in the group to achieve an objective or work during a project) gives you satisfaction?			
10.	When a colleague makes a mistake do you discuss openly your opinion about that?			
11.	Do you take action against those who fail to fulfill their tasks?			
12.	Would you mind if you would be propose to be transferred to another team?			
13.	When discussing with members of another team do you defend the prestige of the team you belong?			

The students have been divided within each series, in groups formed by different criteria (sympathy, motor skills, waist etc.), from 5 and up to 10 components having as objective the achievement of a routine group specific to aerobic gymnastics, at choice from two competition categories (aerobic dance and aerobic step) and default, their participation in the "Carol Davila" Cup, competition carried on internally within "Carol Davila" University of Medicine and Pharmacie of Bucharest. The result obtained of each group to this competition is a part of the final score to the assessment at the end of the academic year. Each group, from the time of the training, has had the

opportunity to organize and plan the physical preparation activity, both in the aerobics lessons and outside them, in their free time, to compile the exercise according to the technical regulation of the competition and to practice for a better performance as possible during the contest.

The questionnaires were applied before the competition (May 2016) and individually on each group member, and respectively, on 7 groups (randomly chosen) of 13 teams participating in aerobic dance and 5 (randomly chosen) of 8 groups participating in aerobic step sample.

The processing and interpretation of the questionnaire has consisted in the following operations:

- The questions were rated as follows: has been granted +1 point for each "YES", 0 points for "SOMETIMES"; has been granted - 1 for each answered with "NO".

- The coefficient of group cohesion has been calculated according to the formula: $C.C.G. = \frac{P - N}{13}$ (number of questions), where P = total of the positive points and N = total of the negative points. Then, the number obtained was divided by the total number of components in each group.

Interpretation of the values obtained from the coefficient of group cohesion was done by reference to the following table:

Table 2. *The interpretation of the questionnaire to group cohesion*

Values	Meaning
-1 la -0,70 -0,69 la -0,40 -0,39 la -0,20 -0,19 la - 0,01	Dissociated group Group with tense relations Group with dissension Group with a beginning of disorganization
0	Group with the contradictory forces: can evolve positively or negatively
0,01 la 0,20 0,21 la 0,40 0,41 la 0,60 0,61 la 0,80 0,8 la 1,00	Group with a low cohesion Group with incipient cohesion Group with moderate cohesion Group with a strong cohesion Fully cohesive group

3. Results and discussions

"The performance of a sports group depends on its cohesion, on the extent to which members of the group are united and act in agreement." (Dragnea, 2006, p. 27).

Thus, to the test of aerobics dance (table 3), the group with a strong cohesion has obtained an average performance, reaching in terms of score in the middle of the leader board and groups that have been the least cohesive, with a incipient cohesion have ranked on the last places, obtaining the weakest

performances. In the test of step aerobics (table 4), most of the groups have had a strong cohesion which has led also to obtaining the first places in the leaderboard.

Table 3. Results and evaluation of the groups participating in the competition – aerobic dance

No	Name and surname initial team leader (part number)	Place ranking and score obtained	Values G.C.C.	Meaning
1.	V. S. (10)	Place 2/ 23,75 pc.	0,48	Moderate
2.	G. I. (9)	Place 4 / 23,30 pc.	0,42	Moderate
3.	A.B. (5)	Place 5 / 23,20 pc.	0,81	Fully cohesive group
4.	I.A. (7)	Place 6 / 22,55 pc.	0,70	Strong cohesion
5.	C.D. (7)	Place 10/19,75 pc.	0,49	Moderate
6.	L.B. (5)	Place 11/19,15 pc.	0,38	Incipient cohesion
7.	S.S. (6)	Place 12/12,75 pc.	0,35	Incipient cohesion

Table 4. Results and evaluation of the groups participating in the competition – aerobic step

No	Name and surname initial team leader (part number)	Place ranking and score obtained	Values G.C.C.	Meaning
1.	I.E. (6)	Place 1/ 18,85 pc.	0,62	Strong cohesion
2.	M.S.	Place 2 / 17,45 pc.	0,62	Strong cohesion
3.	G.N. (8)	Place 4 / 16 pc.	0,68	Strong cohesion
4.	D.M. (10)	Place 5 / 15,40 pc.	0,55	Moderate
5.	J.I. (7)	Place 6 / 15,30 pc.	0,54	Moderate

Table 5. Statistical indicators pe probe de concurs – the coefficient of group cohesion (C.G.C..)

Categorie/ Statistics indicators	Average	Standard errors	Median	Standard Deviation	Min.	Max.
Aerobic Dance	0,51	0,06	0,48	0,17	0,35	0,81
Aerobic Step	0,60	0,02	0,62	0,05	0,54	0,64

As an average of the coefficient of group cohesion, on both tests of the contest, groups have had a moderate cohesion (table 5).

Thus, physical activities, i.e. aerobics, as a means of socialization provides the following situations:

- shaping the personality of students by creating models of civic and moral education;

- practice of this discipline being conducted within an organized environment and usually in groups, ensures the interaction of its members;

- the interaction of group members, having cooperation as option, contributes to group cohesion;

- developing loyalty feelings toward the group, mentor/teacher, community;

- facilitating conditions for learning / shaping of knowledge, attitudes and skills useful to social integration (Petreanu, 2014). On the other hand, "students represents a very special social group. Its defining feature is defined by terms such as training - transition. They are not a socio-professional active group, but one in training" (Zamfir, Doru & Socol, 1992).

The ability of self-organization of a sports group is based, obviously, on the relations of cooperation and coordination between the team members which ensures a high efficiency of the collective action (Dragnea, 2006, p.29).

4. Conclusions

Thus, according to the results, the group, generally, has a role of adjustment, self-adjustment, increase of creativity, integration and briefly, of capitalizing on the individual. The motivation for sports activity, ambition, team spirit, seriousness, the challenge and mobilization were the main qualities that have influenced and led to the cohesion of each group for the contest, as well as to a satisfactory participation, as regards the students, in competitions of this kind.

Also at this level is proved that athletic performance depends to a great extent on the cohesion of the group and only the motor activity of some groups can intervene in the results obtained.

In the evolution of the individual, group constitutes the most important means of socialization and integration, providing opportunities for development and addressing the needs of membership of the human being, encourages and develops team work which is a beneficial factor in their future profession as a physician, regardless of expertise and place of employment.

The social dimension of aerobic gymnastics is obvious from the first moments of contact with this activity, for sport means, by excellence, competition between individuals or between teams, the participation of audience, public appreciation of results.

References

1. ARĂDĂVOAICE, G., & POPESCU, S. (2007). *Teste psihologice de autoevaluare*, Filipeștii de Târg: Antet, România, p. 137, 140;
2. DRAGNEA, A.C. (2006). *Elemente de psihosociologie a grupurilor sportive*, București: CD Press, România, p. 27, 29;
3. EPURAN, M. (1990). *Modelarea conduitei sportive*, București: Sport-Turism, România, p. 149, 154;
4. EPURAN, M., & HOLDEVICI, I. (1993). *Psihologie – Compendiu*, București: Academia Națională de Educație Fizică și Sport, România, p. 214-215;
5. PETREANU, M. (2014). *Gimnastica aerobică – mijloc determinant în îmbunătățirea calității vieții la tinerii din mediul academic medical*, București: Bren, România;
6. SIMION, G., MIHĂILĂ, I., & STĂNCULESCU, G. (2011). *Antrenament sportiv – concept sistemic*, Constanța: Ovidius University Press, România, p. 342;
7. ZAMFIR, C., DORU, M., & SOCOL, GHE. (1992). *Atitudini, valori și condiții de viață în mediul studentesc*, București: Centrul de informare și documentare economică, România.

RELAȚIA DINTRE COEZIUNEA GRUPULUI ȘI PERFORMANȚA SPORTIVĂ ÎN MEDIUL UNIVERSITAR

Petreanu Manuela¹

Petreanu Adrian Gheorghe²

^{1,2}Universitatea de Medicină și Farmacie "Carol Davila" Bucuresti, Bd. Eroii Sanitari nr.8, Romania

Cuvinte cheie: *coeziune, grup, gimnastică aerobică, performanță sportivă.*

Rezumat

Acest studiu își dorește să evidențieze eficiența lucrului în echipă specific gimnasticii aerobice la competițiile desfășurate în cadrul universității, să identifice relația dintre coeziunea grupurilor special formate și performanțele sportive obținute de către aceștia. Studiul s-a realizat prin aplicarea unui chestionar de evaluare standardizat în ceea ce privește gradul de participare la coeziunea grupurilor care au fost alcătuite din subiecți din mediul universitar, având ca obiective pregătirea și realizarea exercițiului mai sus menționat. Astfel, în urma rezultatelor, grupul, în genere, are un rol de reglaj, autoreglaj, de creștere a creativității, fiind cel mai important mijloc de socializare, de integrare și într-un cuvânt de valorificare a individului. Și la acest nivel se dovedește că performanța sportivă depinde în mare măsură de coeziunea grupului și doar nivelul motricității al unor grupuri poate interveni în rezultatele obținute.

1. Introducere

“În orice grupare umană, coeziunea reprezintă unul din factorii esențiali ai bunei sale funcționalități constituind un element vital al însăși existenței acesteia. Consensul tuturor față de obiectivele și sarcinile de îndeplinit, loialitatea și responsabilitatea, disponibilitatea de a face față oricăror solicitări, înțelegerea că realizarea sarcinilor fiecăruia depind și de acțiunile celorlalți, simpatie, prietenie etc. au în mod categoric efecte benefice asupra existenței și funcționalității grupului”(Arădăvoaice & Popescu, 2007, p. 137).

Astfel, în domeniul educației fizice și sportului, după cum menționează și Epuran (1990), “echipa sau grupul mic constituie realitatea psihosocială de bază a activității sportive, de coeziunea și capacitatea ei depinzând atât performanța cât și satisfacția sportivilor și supporterilor.”

“Afirmația potrivit căreia performanța depinde de coeziunea grupului pare pentru cei mai mulți, dacă nu o axiomă, în cel mai rău caz un adevăr unanim recunoscut” (Epuran, 1990). Coeziunea se naște și se formează din relațiile preferențiale pozitive și depinde de o serie de factori care sunt caracteristici echipei/grupului (Epuran & Holdevici, 1993): numărul restrâns al membrilor echipei, vârsta membrilor, caracterul sportivilor, structura echipei iar motivația pentru activitatea sportivă este unul din factorii de bază ai coeziunii. Cu privire la tema noastră, prin dimensiunile ei sociale, gimnastica aerobică oferă ocazia unică pentru tineri de a se cunoaște între ei, de dobândire a unor atitudini morale, de acceptare a acestora legate de această activitate, care contribuie la dezvoltarea personalității, de trăire a unor emoții mai greu de resimțit în alte sfere ale vieții, de adaptare la obiectivul propus (prin cooperare, coeziune și altele) și de a deveni socialmente activi prin performanțele proprii și implicit și ale celorlalți.

Coeziunea este o caracteristică de sinteză a vieții de grup în care fuzionează o serie de factori obiectivi și subiectivi, ce duc la unitatea și solidaritatea membrilor grupului (Dragnea, 2006, p. 29).

2. Material și metode

Scopul lucrării. Studiul urmărește să evidențieze lucrul în echipă în vederea participării cu un exercițiu de grup specific competițiilor de gimnastică aerobică desfășurate pe plan intern în cadrul Universității de Medicină și Farmacie “Carol Davila” și implicit să identifice relația dintre coeziunea grupurilor formate în acest sens și performanțele sportive obținute de către acestea.

Ipoteza. Prin studiul de față ne dorim să constatăm dacă gimnastica aerobică la acest nivel prin cerințele și elementele ei specifice este sau nu un mijloc de integrare socială și de asemenea, coeziunea grupului este sau nu un factor determinant în obținerea și îmbunătățirea performanțelor sportive.

Studierea problemei abordate s-a realizat prin aplicarea următoarelor metode: studierea și analiza literaturii științifice de specialitate (analiza documentară), analiza statistică, observații efectuate în mediul social și sportiv al subiecților

vizati, observații în timpul lecțiilor de gimnastică aerobică de la cursul de bază, metoda chestionarului, metode statistico-matematice.

După Arădăvoaice și Popescu (2007), “coeziunea unui grup și gradul de implicare al oamenilor în înfăptuirea acesteia pot fi determinate prin utilizarea metodei chestionarului”. Astfel, acest studiu s-a bazat pe un test-chestionar (tabel 1) despre gradul de participare la coeziunea grupului care a fost aplicat pe un număr de 89 de studenți din anii I și II, de la Universitatea de Medicină și Farmacie (U.M.F.) “Carol Davila”, facultățile de Medicină Generală și Farmacie, studenți care au optat să practice gimnastica aerobică în cadrul cursului de bază obligatoriu.

Tabel 1. Chestionarul de evaluare al gradului de participare la coeziunea grupului (după Arădăvoaice & Popescu S., 2007, p. 140, adaptat de Simion, Mihăilă & Stănculescu, 2011)

Nr. Crt.	Întrebare	Da	Uneori	Nu
1.	Aveți mulți prieteni printre colegii de echipă /grup?			
2.	Vă place să lucrați în grup la exercițiu împreună cu colegii dumneavoastră de echipă?			
3.	Vă ajutați colegii când au de rezolvat o situație grea (exersare, învățare)?			
4.	Dacă vi se propune alternativa: să lucrați “în grup” sau “singur” ați alege-o pe prima?			
5.	Când lucrați în grup aveți randament mai mare decât atunci când lucrați de unul singur?			
6.	Acționați pentru îmbunătățirea muncii și climatului în echipă (grup)?			
7.	Participați la realizarea tuturor sarcinilor grupului?			
8.	Când o sarcină revine întregului grup o îndepliniți din proprie inițiativă?			
9.	“Viața”(timpul petrecut în cadrul grupului pentru îndeplinirea obiectivului sau realizarea proiectului) vă oferă satisfacții?			
10.	Când un coleg greșește vă spuneți deschis părerea despre fapta lui?			
11.	Luați atitudine împotriva celor care nu își îndeplinesc sarcinile?			
12.	V-ar deranja dacă vi s-ar propune să fiți transferat în altă echipă?			
13.	În discuții cu colegii din alte echipe, apărați prestigiul echipei din care faceți parte?			

Studenții au fost împărțiți în cadrul fiecărei serii, în grupuri formate pe diferite criterii (simpatii, bagaj motric, talie etc) din 5 și până la 10 componenți având ca obiectiv, realizarea unui exercițiu de grup specific gimnasticii

aerobice, la alegere pe două probe de concurs (dans aerobic și step aerobic) și implicit, participarea acestora la Cupa “Carol Davila”, competiție desfășurată pe plan intern în cadrul U.M.F. “Carol Davila”. Rezultatul obținut al fiecărui grup la această competiție reprezintă o parte din punctajul final la evaluarea de la sfârșitul anului universitar. Fiecare grup, din momentul formării, a avut posibilitatea să-și organizeze și planifice activitatea de pregătire atât în cadrul lecțiilor de gimnastică aerobică cât și în afara acestora, în timpul liber, să-și alcătuiască exercițiul după regulamentul tehnic al competiției și să exerseze pentru o cât mai bună execuție în concurs.

Chestionarele au fost aplicate înaintea competiției (mai 2016) și individual pe fiecare membru al grupului și respectiv, pe 7 grupuri (alese aleatoriu) din 13 echipe participante la proba de dans aerobic și pe 5 (alese aleatoriu) din 8 grupuri participante la proba de step aerobic.

Prelucrarea și interpretarea chestionarului a constat în următoarele operațiuni:

- Întrebările s-au cotate astfel: s-a acordat +1 punct pentru fiecare “DA”; 0 puncte pentru “UNEORI”; s-a acordat – 1 pentru fiecare răspuns cu “NU”.

- Coeficientul de coeziune grupală s-a calculat după formula: $C.C.G. = \frac{P - N}{13}$ (numărul de întrebări) și în care $P =$ totalul punctelor pozitive și $N =$ totalul punctelor negative (Simion, Mihăilă, & Stănculescu, 2011). Apoi numărul obținut s-a împărțit la numărul de componenți din fiecare grup.

Interpretarea valorilor obținute la coeficientul de coeziune a grupului s-a făcut prin raportarea la următorul tabel:

Tabel 2. Evaluarea chestionarului de coeziune a grupului

Valori	Semnificație
-1 la -0,70	Grup disociat
-0,69 la -0,40	Grup cu relații tensionale
-0,39 la -0,20	Grup cu disensiuni
-0,19 la – 0,01	Grup cu început de dezorganizare
0	Grup cu forțe contradictorii: poate evolua în sens pozitiv sau negative
0,01 la 0,20	Grup cu coeziune slabă
0,21 la 0,4	Grup cu început de coeziune
0,41 la 0,60	Grup cu coeziune moderată
0,61 la 0,80	Grup cu coeziune puternică
0,8 la 1,00	Grup pe deplin coeziv

3. Rezultate și discuții

“Performanța unui grup sportiv depinde de coeziunea sa, de măsura în care membrii grupului sunt uniți și acționează în consens” (Dragnea, 2006, p. 27). Astfel, la proba de dance aerobic (tabel 3), grupul cu o puternică coeziune a obținut o performanță medie, situându-se ca punctaj la mijlocul clasamentului iar grupurile care au fost cel mai puțin coezive, cu început de coeziune s-au

clasat pe ultimele locuri obținând cele mai slabe performanțe. La proba de step aerobic (tabel 4), majoritatea grupurilor au avut o coeziune puternică ceea ce a determinat și obținerea primelor locuri din clasament.

Table 3. *Rezultate și evaluarea grupurilor participante la proba de concurs – Dance aerobic*

Nr	Nume și prenume inițiale lider echipă (nr.componenti)	Loc clasament și punctaj obținut	Valori G.C.C.	Semnificație
1.	V. S. (10)	Loc 2/ 23,75 pc.	0,48	Moderată
2.	G. I. (9)	Loc 4 / 23,30 pc.	0,42	Moderată
3.	A.B. (5)	Loc 5 / 23,20 pc.	0,81	Pe deplin coeziv
4.	I.A. (7)	Loc 6 / 22,55 pc.	0,70	Coeziune puternică
5.	C.D. (7)	Loc 10/19,75 pc.	0,49	Moderată
6.	L.B. (5)	Loc 11/19,15 pc.	0,38	Inceput de coeziune
7.	S.S. (6)	Loc 12/12,75 pc.	0,35	Inceput de coeziune

Tabel 4. *Rezultate și evaluarea grupurilor participante la proba de concurs – Step aerobic*

Nr	Nume și prenume inițiale lider echipă	Loc clasament și punctaj obținut	Valori G.C.C.	Semnificație
1.	I.E. (6)	Loc 1/ 18,85 pc.	0,62	Coeziune puternică
2.	M.S.	Loc 2 / 17,45 pc.	0,62	Coeziune puternică
3.	G.N. (8)	Loc 4 / 16 pc.	0,68	Coeziune puternică
4.	D.M. (10)	Loc 5 / 15,40 pc.	0,55	Moderată
5.	J.I. (7)	Loc 6 / 15,30 pc.	0,54	Moderată

Tabel 5. *Principalii indicatori statistici pe probe de concurs – coeficientul de coeziune grupală (C.C.G.)*

Proba/ Indicatori statistici	Media	Eroare standard	Mediana	Deviația standard	Min.	Max.
Aerobic Dance	0,51	0,06	0,48	0,17	0,35	0,81
Aerobic Step	0,60	0,02	0,62	0,05	0,54	0,64

Ca medie a coeficientului de coeziune grupală, la ambele probe de concurs, grupurile au avut o coeziune moderată (tabel 5).

Astfel, activitățile fizice, respectiv gimnastica aerobică ca mijloc de socializare oferă următoarele situații:

- modelarea personalității studenților prin crearea de modele de educație civică și morală;
- practicarea acestei discipline desfășurându-se într-un cadru organizat și de regulă, în grup, asigură interacțiunea membrilor;
- interacțiunea membrilor grupului, având ca variantă cooperarea, contribuie la coeziunea grupului;
- formarea sentimentelor de loialitate față de grup, îndrumător/profesor, comunitate;
- facilitarea condițiilor de însușire/formare a cunoștințelor, atitudinilor și deprinderilor utile integrării sociale (Petreanu, 2014). Pe de altă parte, “studenții reprezintă un grup social cu totul special. Caracteristica sa definitorie este definită prin termeni formare – tranziție. Nu sunt un grup socio-profesional activ ci în formare” (Zamfir, Doru & Socol, 1992).

Capacitatea de auto-organizare a unui grup sportiv se bazează, în mod evident, pe relațiile de colaborare și coordonare între membrii echipei care asigură o eficiență sporită acțiunii colective (Dragnea, 2006, p.29).

4. Concluzii

Astfel, în urma rezultatelor, grupul, în genere, are un rol de reglaj, autoreglaj, de creștere a creativității, de integrare și într-un cuvânt de valorificare a individului. Motivația pentru activitatea sportivă, ambiția, spiritul de echipă, seriozitatea, provocarea și mobilizarea au fost principalele calități ce au influențat și condus la coeziunea fiecărui grup în parte pentru concurs cât și la o participare mulțumitoare din punct de vedere al studenților în competițiile de gen.

Și la acest nivel se dovedește că performanța sportivă depinde în mare măsură de coeziunea grupului și doar nivelul motricității al unor grupuri poate interveni în rezultatele obținute.

În evoluția persoanei, grupul constituie cel mai important mijloc de socializare și integrare, oferind posibilități de afirmare și răspunzând nevoilor asociative și de apartenență ale ființei umane, încurajează și dezvoltă lucrul în echipă ceea ce este un factor benefic în viitoarea lor profesie de medic indiferent de specialitate și loc de muncă.

Dimensiunea socială a gimnasticii aerobice este evident din primele clipe ale contactului cu această activitate, căci sportul înseamnă prin excelență întrecere între indivizi sau între echipe, participarea spectatorilor, aprecierea publică a rezultatelor.