

CZU: [613.95 + 371.72]:793.3

DOI: <https://doi.org/10.5281/zenodo.5681465>

**DEZVOLTAREA FIZICĂ A COPIILOR AFLAȚI ÎN PERIOADA DE STABILIZARE
STRUCTURAL-FUNCȚIONALĂ A ORGANELOR DE IMPORTANȚĂ VITALĂ LA
NIVELUL ORGANISMULUI MATUR ȘI DEZVOLTĂRII PSIHICE INTENSE
ÎN RAPORT CU PRACTICAREA DANSULUI**

Lidia COJOCARI, Aurelia CRIVOI, Iurie CIBRIC*

Universitatea Pedagogică de Stat „Ion Creangă”

**Universitatea de Stat din Moldova*

În acest articol este elucidat impactul practicării dansului asupra indicilor somatometrici, fiziometrici și ai motricității ce vizează dezvoltarea fizică a copiilor aflați în perioada de stabilizare structural-funcțională a organelor de importanță vitală la nivelul organismului matur și dezvoltării psihice intense. S-a stabilit că practicarea sistematică a dansului, de rând cu exerciții fizice specifice, facilitează dezvoltarea mușchilor, conferă flexibilitate și elasticitate corporală, favorizează dezvoltarea fizică armonioasă a copiilor, fapt vizat de parametrii indicelui Pinie (sporirea procentuală a nivelului puternic cu 20%, a nivelului înalt cu 24% și dispariția nivelurilor slab și foarte slab), îmbunătățește indici fiziometrici, exteriorizați prin diminuarea mișcărilor respiratorii până la $20,07 \pm 0,92$ și sporește capacitatea vitală a plămânilor cu $347,63 \pm 0,45$ ml. Totodată, ridică valorile indicilor motricității (rezistența, flexibilitatea, mobilitatea, dexteritatea, echilibrul static, capacitatea de orientare în spațiu), fapt demonstrat de diferența rezultatelor celor două loturi, care s-a adeverit mai semnificativă la reprezentanții lotului experimental.

Cuvinte-cheie: dezvoltare fizică, copii, de 9 -10 ani, indici somatometrici, fiziometrici, motricitate.

**PHYSICAL DEVELOPMENT OF CHILDREN IN THE PERIOD OF FUNCTIONAL STRUCTURAL
STABILISATION OF ORGANS OF VITAL IMPORTANCE AT THE LEVEL OF THE MATURE ORGANISM
AND INTENSIVE PSYCHOLOGICAL DEVELOPMENT IN RELATION TO THE PRACTICE OF DANCE**

This article shows the role of practicing dance on somatometric, physiometric, and motor indices aimed at the physical development of children during the period of functional structural stabilisation of vital organs in the mature body and intense mental development. It was established that the systematic practice of dance with specific physical exercises facilitates muscle development, gives flexibility and elasticity to the body, favours the harmonious physical development of children, a fact targeted by the parameters of the Pinie index (20% increase in strength, 24% high and the disappearance of weak and very weak levels); improvement of physiometric indexes, externalised by respiratory movements decreasing to 20.07 ± 0.92 and increases the vital capacity of the lungs by 347.63 ± 0.45 ml; the values of the motricity indexes (resistance, flexibility, mobility, dexterity, static balance, and spatial orientation), a fact demonstrated by the difference of the results of the two groups, which proved more significant in the representatives of the experimental group.

Keywords: physical development, children, 9-10 years old, indexes, somatometric, physiometric, motricity.

Prezentat la 03.10.2021

Publicat: noiembrie 2021