

FIȘA DISCIPLINEI

1. Date despre program

1.1. Instituția de învățământ	Universitatea „1 Decembrie 1918”
1.2. Facultatea	Drept și Științe Sociale
1.3. Departamentul	Educație Fizică și Sport
1.4. Domeniul de studii	Kinetoterapie
1.5. Ciclul de studii	Licență
1.6. Programul de studii	3 ani / 6 semestre

2. Date despre disciplină

2.1. Denumirea disciplinei	Teoria și practica în sporturi de expresie- dans sportiv			2.2. Cod disciplină	EFS II 04		
2.3. Titularul activității de curs	Conf. univ. dr. Groza Gogean Gina						
2.4. Titularul activității de seminar	Conf. univ. dr. Groza Gogean Gina						
2.5. Anul de studiu	II	2.6. Semestrul	I	2.7. Tipul de evaluare (E)	E	2.8. Regimul disciplinei (O – obligatorie, Op – opțională, F – facultativă)	O

3. Timpul total estimat

3.1. Număr ore pe săptămână	4	din care: 3.2. curs	2	3.3. laborator	2
3.4. Total ore din planul de învățământ	56	din care: 3.5. curs	28	3.6. laborator	28
Distribuția fondului de timp					125 ore
Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe					20
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren					20
Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri					20
Tutoriat					
Examinări					4
Alte activități					5
3.7 Total ore studiu individual	69				
3.8 Total ore din planul de învățământ	56				
3.9 Total ore pe semestru	125				
3.10 Numărul de credite	5				

4. Precondiții (acolo unde este cazul)

4.1. de curriculum	Nu este cazul
4.2. de competențe	Nu este cazul

5. Condiții (acolo unde este cazul)

5.1. de desfășurare a cursului	Nu este cazul
5.2. de desfășurarea a seminarului/lucrări practice	Nu este cazul

6. Competențe specifice acumulate

Competențe profesionale	
Competențe transversale	CT1 Organizarea de activități de educație fizică și sportive pentru persoane de diferite vârste și niveluri de pregătire în condiții de asistență calificată, cu respectarea normelor de etică și deontologie profesională.

7. Obiectivele disciplinei (reieșind din grila competențelor specifice acumulate)

7.1 Obiectivul general al disciplinei	Cunoașterea conținutului și particularităților tehnico-metodice ale exercițiilor specifice educării esteticii mișcării și prelucrării analitice a aparatului locomotor, utilizabile în lecțiile de educație fizică și activități sportive, în învățământul de toate gradele.
7.2 Obiectivele specifice	Însușirea conținutului de bază al unor genuri de dans: clasic, modern, jazz dance, dans sportiv, folcloric, necesar pregătirii

	ansamblurilor artistice. Formarea cunostintelor, priceperilor si deprinderilor practico-metodice, necesare alcatuirii unei compozitii de ansamblu.
--	---

8. Conținuturi

8.1 Curs	Metode de predare	Observații
Reguli de organizare și participare a studenților la lecțiile de educație fizică <ul style="list-style-type: none"> Planificarea pregătirii Forme de verificare – colocviu sem. II și IV 	Prelegere	4 ore
Design-ul instrucțional - obiectivele instrucționale generale, intermediare și operaționale ale dansului sportiv	Prelegere	4 ore
Efectele dansului asupra organismului uman	Prelegere	4 ore
Principiile de bază ale dansului sportiv	Prelegere	4 ore
Conținutul tehnic și metodică predării figurilor și pașilor de dans sportiv din secțiunea latino - samba, rumba, cha-cha <ul style="list-style-type: none"> scurt istoric al fiecărui dans noțiuni de regulament și organizarea unor competiții de dans sportiv;	Prelegere	6 ore
Conținutul tehnic și metodică predării figurilor și pașilor de dans sportiv din secțiunea standard – vals lent, vals vienez, tango <ul style="list-style-type: none"> scurt istoric al fiecărui dans regulament și organizarea competițiilor 	Prelegere	6 ore

Bibliografie

- Aducovschi, D., *Dans sportiv – Manual pentru studenții Universității din București*, Ed. Universității din București, 2007
- Aducovschi, D., Mihaie, C., *Istoria dansului sportiv în Universitatea din București*, Ed. U.B., 2009
- Colectivul DEFS, coord. Aducovschi D., *Sistemul de evaluare la educație fizică – pe discipline sportive – în Universitatea din București*, Ed. U.B., 2008

Seminar-laborator/lucrări practice	Metode de predare	Observații
I. lecție introductivă	Explicație, demonstrație	2 ore
II. probele și testele inițiale pentru capacitatea motrică generală	Explicație, demonstrație, exersarea,	2 ore
III. probele și testele inițiale pentru capacitatea coordinativă	Explicație, demonstrație, exersarea	2 ore
IV. vals lent - exerciții introductive; samba – exerciții introductive	Explicație, demonstrație, exersarea	2 ore
V. vals lent - exerciții introductive; samba – exerciții introductive	Explicație, demonstrație, problematizarea	2 ore
VI. vals lent – samba - învățarea elementelor tehnice de bază	Explicație, demonstrație, problematizarea, exersarea,	2 ore
VII. vals lent – samba - învățarea elementelor tehnice de bază	Explicație, demonstrație, problematizarea, exersarea,	2 ore
VIII. vals lent – samba - consolidarea elementelor tehnice de bază	Explicație, demonstrație, exersarea globală/fragmentată, algoritimizarea	2 ore
IX. vals vienez – exerciții introductive; rumba – exerciții introductive	Explicație, demonstrație, exersarea globală/fragmentată, algoritimizarea	2 ore
X. vals vienez – exerciții introductive; rumba – exerciții introductive	Explicație, demonstrație, exersarea globală/ fragmentată,	2 ore
XI. vals vienez – rumba – învățarea elementelor tehnice de bază	Explicație, demonstrație, exersarea globală/fragmentată	2 ore

XII. vals vienez – rumba – consolidarea elementelor tehnice de bază	Explicație, demonstrație/ exersarea	2 ore
XIII. consolidarea prin realizarea unei coregrafii din 4 pași de bază pentru fiecare dans (vals lent, vals vienez, samba, rumba)	Explicație, demonstrație	2 ore
XIV. Evaluare practica		2 ore

Bibliografie

1. Aducovschi, D., *Dans sportiv – Manual pentru studenții Universității din București*, Ed. Universității din București, 2007
2. Aducovschi, D., Mihaiu, C., *Istoria dansului sportiv în Universitatea din București*, Ed. U.B., 2009
3. Colectivul DEFS, coord. Aducovschi D., *Sistemul de evaluare la educație fizică – pe discipline sportive – în Universitatea din București*, Ed. U.B., 2008
 - a. XXX Teste EUROFIT

1. Coroborarea conținuturilor disciplinei cu așteptările reprezentanților comunității epistemice, asociațiilor profesionale și angajatori reprezentativi din domeniul aferent programului

Disciplina raspunde prin continuturi, cerintelor reprezentantilor comunitatii, asociatiilor profesionale si a angajatorilor, dovedit prin fisa disciplinei

2. Evaluare

Tip activitate	10.1 Criterii de evaluare	10.2 metode de evaluare	10.3 Pondere din nota finală
10.4 Curs	<i>Înșușirea conținutului cursului</i>	Observare curentă	50%
	<i>Bazat pe atitudinea față de disciplină</i>	Testarea cunoștințelor de specialitate	
10.5 Seminar/lucrări practice	<i>Criteriul progresului</i>	Observare curentă	50 %
	<i>Înșușirea deprinderilor specifice</i>	Probe de control	
10.6 Standard minim de performanță: Cunoașterea în linii mari a problematicii cursului; Stăpânirea procedeeleor de bază și a conținutului cursului la nivel satisfăcător			Nota min. 5

Data completării

.....

Semnătura titularului de curs

.....

Semnătura titularului de seminar

.....

Data avizării în departament

.....

Semnătura director de departament

.....