

FIȘA DISCIPLINEI

1. Date despre program

1.1 Instituția de învățământ superior	UNIVERSITATEA BABEȘ-BOLYAI
1.2 Facultatea	FACULTATEA DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
1.3 Departamentul	DEPARTAMENTUL DE JOCURI SPORTIVE
1.4 Domeniul de studii	EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
1.5 Ciclul de studii	LICENȚĂ
1.6 Programul de studiu	EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORTIVĂ (la Reșița)

2. Date despre disciplină

2.1 Denumirea disciplinei	DANSURI – TEORIE ȘI PRACTICĂ						
2.2 Titularul activităților de curs	Lector univ. dr. Ghițescu Roxana-Emanuela						
2.3 Titularul activităților de seminar/laborator	Lector univ. dr. Ghițescu Roxana-Emanuela						
2.4 Anul de studiu	III	2.5 Semestrul	6	2.6. Forma de evaluare	C	2.7 Regimul disciplinei	Ob

3. Timpul total estimat (ore pe semestru al activităților didactice)

3.1 Număr de ore pe săptămână	3	Din care: 3.2 curs	1	3.3 seminar/laborator	2
3.4 Total ore din planul de învățământ	42	Din care: 3.5 curs	14	3.6 seminar/laborator	28
Distribuția fondului de timp:					ore
Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe					10
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren					9
Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri					10
Tutoriat					2
Examinări					2
Alte activități					
3.7 Total ore studiu individual			33		
3.9 Total ore pe semestru			75		
3.10 Numărul de credite			3		

4. Precondiții (acolo unde este cazul)

4.1 de curriculum	<ul style="list-style-type: none"> Nu este cazul
4.2 de competențe	<ul style="list-style-type: none"> Nu este cazul

5. Condiții (acolo unde este cazul)

5.1 De desfășurare a cursului	<ul style="list-style-type: none"> Sală de curs dotată cu aparatură de video proiecție Prezentarea la curs la ora stabilită în orar Comportament academic Prezență în procent de minim 50%
5.2 De desfășurare a seminarului/laboratorului	<ul style="list-style-type: none"> Sală de sport, sistem audio, alte materiale necesare Prezentarea la lucrările practice la ora stabilită în orar

	<ul style="list-style-type: none"> • Echipament adecvat • Prezență în procent de minim 50%
--	--

6. Competențele specifice acumulate

Competențe profesionale	<p>Competențe profesionale</p> <ul style="list-style-type: none"> • Evaluarea dezvoltării fizice și a motricității potrivit cerințelor/obiectivelor specifice Educației fizice și sportive • Descrierea și demonstrarea sistemelor operaționale specifice Educației fizice și sportive, pe grupe de vârstă • Evaluarea nivelului de pregătire a participanților la activitățile de educație fizică și sport
Competențe transversale	<p>Competențe transversale</p> <ul style="list-style-type: none"> • Organizarea de activități sportive și de educație fizică pentru persoane de diferite vârste și niveluri de pregătire în condiții de asistență calificată, cu respectarea normelor de etică și deontologie profesională • Cooperarea - în condiții de eficiență și eficacitate - în echipe profesionale interdisciplinare pentru organizarea și desfășurarea proiectelor și a programelor în domeniul Educației fizice și sportului

7. Obiectivele disciplinei (reieșind din grila competențelor acumulate)

7.1 Obiectivul general al disciplinei	<ul style="list-style-type: none"> - Absolventul dobândește cunoștințe teoretice și practice referitoare la învățarea și consolidarea principalelor elemente și figuri specifice dansului sportiv, precum și a principalelor noțiuni de regulament - Absolventul are cunoștințele necesare organizării activității în structuri sportive și de agrement, astfel încât persoanele implicate în activitățile specifice domeniului să fie motivate și satisfăcute de modul de petrecere a timpului în structurile menționate - Absolventul este capabil să gestioneze relațiile dintre elevi, precum și pe acelea dintre elevi și profesor
7.2 Obiectivele specifice	<ul style="list-style-type: none"> - Absolventul are capacitatea de a executa și demonstra coreografiile specifice, individuale și în pereche - Absolventul dobândește cunoștințele generale privind tehnica în dansul sportiv - Absolventul are capacitatea de a utiliza corect terminologia de specialitate - Absolventul are cunoștințele necesare pentru a planifica, a pregăti și a oferi programe și lecții în cadrul activităților de educație fizică și sport pentru elevi - Absolventul demonstrează că are capacitatea de a selecta, de a combina și de a utiliza cunoștințele și competențele dobândite la proiectarea, la organizarea și la realizarea demersurilor educaționale prin metode specifice educației fizice și sportului

8. Conținuturi

8.1 Curs	Metode de predare	Observații
1. Aspecte teoretice privind motricitatea și psihomotricitatea	Curs interactiv	2 ore
2. Generalități despre dans	Curs interactiv	1 oră
3. Istoricul dansului sportiv	Curs interactiv	1 ore
4. Caracteristicile dansului sportiv	Curs interactiv	2 ore
5. Calitățile motrice și dezvoltarea lor prin dansul sportiv	Curs interactiv	1 ore
6. Funcțiile dansului sportiv	Curs interactiv	1 ore
7. Obiectivele dansului sportiv	Curs interactiv	1 ore
8. Competiția în dansul sportiv și gradele de competiție	Curs interactiv	2 ore
9. Performanța sportivă	Curs interactiv	1 ore
10. Principiile pedagogice de predare-învățare în dansul sportiv	Curs interactiv	2 ore
total		14 ore
Bibliografie <ol style="list-style-type: none"> Ghițescu, R. E., (2019), <i>Dansuri – teorie și practică</i>, Note de curs, Reșița Grosu, E., F., (1998), <i>Elemente de tehnică corporală</i>, Editura G.M.I., Cluj –Napoca Hurley, A., Irvine, B., (2004), <i>The ballroom tehniqe, Dance examinations board, Imperial society of teacher of dancing</i>, England Milcu, R.E., (2017), <i>Strategii de educare psihomotrică a elevilor de 8-10 ani prin mijloace specifice dansului sportiv</i>, Teză de doctorat, UNEFS București Năstase, V., D., (2011), <i>Dans sportiv, Metodologia performanței</i>, Editura Paralela 45, Pitești Walter, L., (2003), <i>Technique of latin dancing</i>, Sixth Edition, Chapman Graphics Corporation Limited, Printed in England 		
8.2 Seminar / LP	Metode de predare	Observații
1. Prezentarea cerințelor, sarcinilor și obligațiilor.	Prezentare	2 ore
2. Cha-cha-cha. Învățarea pasului de bază	Explicație, demonstrație, exersare, repetare	2 ore
3. Cha-cha-cha. Însușirea anumitor figuri de dans	Explicație, demonstrație, exersare, repetare	2 ore
4. Vals lent. Învățarea pasului de bază	Explicație, demonstrație, exersare, repetare	2 ore
5. Vals lent. Însușirea anumitor figuri de dans	Explicație, demonstrație, exersare, repetare	2 ore
6. Jive. Învățarea pasului de bază	Explicație, demonstrație, exersare, repetare	2 ore
7. Jive. Însușirea anumitor figuri de dans	Explicație, demonstrație, exersare, repetare	2 ore
8. Tango. Învățarea pasului de bază	Explicație,	2 ore



	demonstrație, exersare, repetare	
9. Tango. Însușirea anumitor figuri de dans	Explicație, demonstrație, exersare, repetare	2 ore
10. Alcătuirea unor coregrafii specifice dansurilor învățate	Explicație, demonstrație, exersare, repetare	4 ore
11. Dans în pereche: vals lent, tango, cha-cha-cha, jive	Explicație, demonstrație, exersare, repetare	4 ore
12. Evaluare practică	Demonstrație	2 ore
	total	28 ore
Bibliografie <ol style="list-style-type: none"> Grosu, E., F., (1998), <i>Elemente de tehnică corporală</i>, Editura G.M.I., Cluj –Napoca Hurley, A., Irvine, B., (2004), <i>The ballroom tehniqe, Dance examinations board, Imperial society of teacher of dancing</i>, England Milcu, R.E., (2017), <i>Strategii de educare psihomotrică a elevilor de 8-10 ani prin mijloace specifice dansului sportiv</i>, Teză de doctorat, UNEFS București Năstase, V., D., (2011), <i>Dans sportiv, Metodologia performanței</i>, Editura Paralela 45, Pitești Walter, L., (2003), <i>Technique of latin dancing</i>, Sixth Edition, Chapman Graphics Corporation Limited, Printed in England 		

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

- Conținutul disciplinei este coroborat așteptărilor reprezentanților comunității, a asociațiilor profesionale și angajatorilor (Inspectoratul Școlar Județean, Cluburi Sportive Școlare, Licee și Școli generale) respectând cerințele programei școlare din învățământul preuniversitar

10. Evaluare

Tip activitate	10.1 Criterii de evaluare	10.2 Metode de evaluare	10.3 Pondere din nota finală
10.4 Curs	Explicarea noțiunilor teoretice referitoare la istoricul, regulamentul, performanța și selecția în dansul sportiv	Examen grilă	70%
10.5 Seminar/LP	Executarea coreografiilor specifice dansurilor învățate	Evaluare practică	30%
10.6 Standard minim de performanță			
<ul style="list-style-type: none"> • Răspunsuri de nota 5 la examenul teoretic 			

<p>Data completării:</p> <p>18.06.2024</p>	<p>Semnătura titularului de curs</p> <p>Lect. univ. dr. Ghițescu Roxana-Emanuela</p> 	<p>Semnătura titularului de seminar</p> <p>Lect. univ. dr. Ghițescu Roxana-Emanuela</p> 
<p>Data avizării:</p>	<p>Responsabil program</p> <p>Conf. univ. dr. Andrade-Ionuț Bichescu</p>	<p>Director departament</p> <p>Conf. univ. dr. Marius Alin Baciuc departament</p>