



**MINISTERUL EDUCAȚIEI**  
**UNIVERSITATEA „AUREL VLAICU” DIN ARAD**  
 310130 Arad, B-dul Revoluției nr. 77, P.O. BOX 2/158 AR  
 Tel : 0040-257- 283010; fax. 0040-257- 280070  
<http://www.uav.ro>; e-mail: [rectorat@uav.ro](mailto:rectorat@uav.ro)  
 Operator de date cu caracter personal nr.2929

## FIȘA DISCIPLINEI

### 1. Date despre Program

1.1. Instituția de învățământ superior	<b>UNIVERSITATEA „AUREL VLAICU” DIN ARAD</b>
1.2. Facultatea	<b>de Educație Fizică și Sport</b>
1.3. Departamentul	<b>Departamentul de Educație Fizică și Performanță Sportivă</b>
1.4. Domeniul de studii	<b>Educație fizică și sport</b>
1.5. Anul universitar	<b>2022-2023</b>
1.6. Ciclu de studii	<b>Licență</b>
1.7. Specializarea / Programul de studii	<b>Educație fizică și sportivă</b>
1.8. Forma de învățământ	<b>Învățământ cu frecvență (IF)</b>

### 2. Date despre Disciplină

2.1. Denumirea disciplinei	<b>BIAD3O06 Teoria și practica în sporturi de expresie -DANS SPORTIV</b>
2.2. Titular Plan învățământ	<b>doctor Piscoi Georgeta Lucia</b>
2.3. Asistent	<b>doctor Piscoi Georgeta Lucia</b>
2.4. Anul de studiu	<b>2</b>
2.5. Semestrul	<b>1</b>
2.6. Tipul de evaluare	<b>ES</b>
2.7. Regimul disciplinei	<b>Ob</b>

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

3.1. Număr de ore pe săptămână	<b>3</b>
3.2. Ore de curs pe săptămână	<b>1</b>
3.3. Ore de seminar/ laborator/ proiect pe săptămână	<b>2</b>
3.4. Total ore din planul de învățământ	<b>42</b>
3.5. Ore de curs pe semestru	<b>14</b>
3.6. Ore de seminar/ laborator/ proiect pe semestru	<b>28</b>
Distribuția fondului de timp [Ore]	
3.4.1. Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe	<b>10</b>

3.4.2. Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren	5
3.4.3. Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri	10
3.4.4. Tutoriat	0
3.4.5. Examinări	1
3.4.6. Alte activități ...	0
3.7. Total ore studiu individual	0
3.8. Total ore pe semestru	68
3.9. Numărul de credite	3

**4. Precondiții** (acolo unde este cazul)

4.1. Precondiții de curriculum	
4.2. Precondiții de competențe	

**5. Condiții necesare** (acolo unde este cazul)

5.1. Condiții de desfășurare a cursului	<b>Studentii nu se vor prezenta la prelegeri, seminarii/laboratoare cu telefoanele mobile deschise. De asemenea, nu vor fi tolerate convorbirile telefonice în timpul cursului, nici părăsirea de către studenți a sălii de curs în vederea preluării apelurilor telefonice personale</b>
5.2. Condiții de desfășurare a seminarului	<b>Sală cu parchet, oglinzi laterale, bară de balet, mijloace audio – video, echipament adecvat.</b>
5.3. Condiții de desfășurare a laboratorului	<b>Sală cu parchet, oglinzi laterale, bară de balet, mijloace audio – video, echipament adecvat.</b>
5.4. Condiții de desfășurare a proiectului	

**6. Competențele specifice acumulate** (acolo unde este cazul)

6.1. Competențe profesionale	<b>C1 Redarea bazelor teoretice, practice și metodologice de predare a dansului sportiv ca mijloc al educației fizice școlare; (1 credit) C2 Realizarea profilului profesorului de educație fizică. (1 credit)</b>
6.2. Competențe transversale	<b>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; (1 credit)</b>

**7. Obiectivele disciplinei** (acolo unde este cazul)

7.1. Obiectivul general al disciplinei	<b>1. Însușirea bazelor teoretice, practice și metodologice de predare a dansului sportiv ca mijloc al educației fizice școlare; 2. Instrumentarea studenților cu tehnici și procedee specifice dansului sportiv; 3. Perfecționarea cunoștințelor practico-metodice din dans sportiv în concordanță cu programa școlară;</b>
--	--

	<b>4. Realizarea profilului profesorului de educație fizică.</b>
7.2. Obiectivele specifice	<p>Să contribuie la dezvoltarea și perfecționarea calităților motrice necesare practicării dansului sportiv, în special la dezvoltarea forței, mobilității articulare și elasticității musculare;</p> <p>2. Să dezvolte la un nivel superior deprinderile motrice de bază și specifice dansului;</p> <p>3. Să contribuie la dezvoltarea capacității de coordonare a segmentelor și a întregului corp în mișcare, perfecționarea schemei corporale, și la dezvoltarea echilibrului, coordonării, capacității de orientare în spațiu și dirijării precise a mișcărilor;</p> <p>4. Să dezvolte simțul corectitudinii mișcărilor în timpul dansului, atât a celor cu structură coordinativă simplă sau complexă.</p>

**8. Conținuturi** (acolo unde este cazul)

8.1 Conținut Curs	Metode de predare	Observații
8.2 Bibliografie Curs  <b>1. Formarea deprinderilor motrice în dans sportiv</b> <b>2. Dansuri standard : Vals lent (W), Tango (T),</b> <b>3. Dansuri standard : Vals vienez (V), Slow foxtrot (F)</b> <b>4. Dansuri latino-americane : Samba (S), Cha-cha (Ch)</b> <b>5. Dansuri latino-americane : Rumba (R), Paso doble (Pd), Jive (J).</b>		
8.3 Conținut Seminar	Metode de predare	Observații
8.4 Bibliografie Seminar		
8.5 Conținut Laborator	Metode de predare	Observații
1. Pasii : Vals lent (W), Tango (T), 2. Pasii: Vals vienez (V), Slow foxtrot (F) 3. Pasii dansuri latino-americane : Samba (S), Cha-cha (Ch) 4. Pasii dansuri latino-americane : Rumba (R), Paso doble (Pd), Jive (J). 5. Pasii dansuri standard : Vals lent (W), Tango (T), 6. Pasii dansuri standard : Vals vienez (V), Slow foxtrot (F)	• Expunerea, Demonstrația	
8.6 Bibliografie Laborator  <b>1. Regulament competițional</b> <b>2. Statutul F.R.D.S.</b> <b>3. Regulament ținuta de concurs</b> <b>4. Regulament transferări</b>		
8.7 Conținut Proiect	Metode de predare	Observații
8.8 Bibliografie Proiect		

**9. Coroborarea/validarea conținuturilor disciplinei** (acolo unde este cazul)

<p><b>Prin conținuturile sale, disciplina are un pronunțat caracter pragmatic, contribuind la formarea specialiștilor în domeniul educației fizice și sportului, încadrabili la nivel de: Unități ale Ministerului Educației Cercetării Tineretului și Sportului, Unități ale Federației „Sportul pentru Toți”, Ministerului Apărării, Asociații și cluburi sportive, Centre de sănătate, destindere și petrecerea timpului liber, Centre de plasament, Fundații, firme, Centre turistice, Tabere, centre de joacă și recreere, etc.</b></p>
--

**10. Evaluare** (acolo unde este cazul)

Tip activitate	Criterii de evaluare	Metode de evaluare	Pondere din nota finală
	• Cunoașterea noțiunilor și folosirea terminologiei specifice		

10.1. Curs	<b>domeniului; • Capacitatea de utilizare a termenilor specifici dansului sportiv; • Participare la 75% din cursuri.</b>	Cv	70%
10.2. Seminar			
10.3. Laborator	<b>• Participare la 75% din orele practice; • Demonstrarea pașilor pe muzică la toate cele 10 probe de concurs</b>	Cv	30%
10.4. Proiect			
<b>10.5 Standard minim de performanță</b> <b>- cunoașterea pașilor din dansul sportiv la cel puțin 2 dansuri standard și 2 latino americane</b> <b>- 2 referate realizate și susținute în cadrul orelor practice, câte unul în fiecare semestru, admise cu minimum nota 5, reprezintă modalitatea de obținere a numărului de credite prevăzut pentru activitatea independentă.</b>			

Titular  
doctor Piscoi Georgeta  
Lucia

Asistent  
doctor Piscoi Georgeta  
Lucia

DIRECTOR DEPARTAMENT  
Conf.univ.dr. Corina Ramona  
Dulceanu

DECAN  
Prof. univ. dr. Vasile Liviu  
ANDREI