

# МЕДИЦИНСКИ УНИВЕРСИТЕТ – СОФИЯ

## ДЕПАРТАМЕНТ ПО ЕЗИКОВО ОБУЧЕНИЕ И СПОРТ

ОДОБРЯВАМ  
ДИРЕКТОР НА ДЕОС  
/Проф. Д. Сиджимова, дф/

За учебната 2023/2024 г.

### УЧЕБНА ПРОГРАМА ПО СПЕЦИАЛНОСТТА „ДЕНТАЛНА МЕДИЦИНА“ ЗА ОБРАЗОВАТЕЛНО - КВАЛИФИКАЦИОННА СТЕПЕН „МАГИСТЪР“

Наименование на дисциплината:	Сигнатура	Хорариум  <i>30 часа</i>
<b>СПОРТ (НАРОДНИ ТАНЦИ)</b>		
Образователна степен	Магистър	
Вид на обучение <i>Редовно</i>	Часове за седмица – 2 академични часа	Брой кредити 1 Кредит
Вид на дисциплината <i>Свободноизбираема</i>		
Вид на курса	Едносеместриален	
Ниво на курса /според наредбата за Учебните програми/	Ниво М /магистър/	
Форми на оценяване	Текущо оценяване - Контролно-изпитни тестове	Заверка
Форми и методи на обучение в курса	Теоретико- практически занимания	Други: участие в различни спортни дейности

Водещи преподаватели: гл. ас. Петя Славчева-Хинкова, доктор.

ДЕПАРТАМЕНТ ПО ЕЗИКОВО ОБУЧЕНИЕ И СПОРТ, МЕДИЦИНСКИ УНИВЕРСИТЕТ - СОФИЯ  
Адрес: ул. „Здраве“ №2.

София, 2023 г.

Народните танци са част от фолклора на България. Те са разнообразни не само по отношение на движения, а също така и по ритми и маниер на игра в зависимост от фолклорната област, от която произлизат. Изучаването на танците като цяло е добра физическа тренировка и разтоварване на психиката. При изучаването на народни танци се придобива чувство за синхрон между танцьорите и се развиват освен физическите способности и чувството за ритъм.

**Хорариум:** Студентите от ФДМ имат възможност да натрупат кредити от дисциплината „Спорт“, като я изберат за свободно избираема. В края на семестъра им се присъждат кредити, които са цифрово изражение на студентската заетост, за усвоени знания и умения и присъствия на заниманията. Студентите от ФДМ получават – 1 кредит за 30 академични часа.

**Период на обучение:** За един семестър студентът трябва да направи необходимия брой учебни часове.

**Цели и задачи на модула:**

1. Запознаване с българския фолклор и изучаване на народните ни танци;
2. Повишаване нивото на двигателна годност на студентките;
3. Формиране, навици за самостоятелно практикуване на народни танци в свободното време;
4. Развиване на основните физически качества – издръжливост, сила, бързина, ловкост и гъвкавост;
5. Развиване на чувството за ритъм и такт, както и повишаване на настроението.

**Средства и методи на обучението:**

**Активност** – Постигането на напредък в двигателната дейност на студентите, което е предпоставка за увеличаване на тяхната активност.

**Нагледност** - Получаване на знания за дисциплината и създаване на правилни умения и навици. Изграждане на чувство за ритъм и такт.

**Достъпност** - Поставените цели и задачи при изучаване на елементи и танци са съобразени с възможностите на студентите.

**Контролно-изпитни тестове:** В края на семестъра се провежда индивидуален изпит върху разпознаването и танцуването на основни народни танци с цел да се проследи и оцени усвояването и прилагането на елементите от учебната програма и корекция на допуснатите грешки.

**СЪДЪРЖАНИЕТО НА УЧЕБНАТА ПРОГРАМА ЗА ОБУЧЕНИЕ ПО МОДУЛ –  
НАРОДНИ ТАНЦИ Е РАЗПРЕДЕЛЕНО ПО СЛЕДНИЯ НАЧИН:**

№	<b>СЪДЪРЖАНИЕ ЗА НАПРЕДНАЛИ СТУДЕНТИ</b>	Общо часове	Занятия
1.	<b>Практическа (техничко-тактическа) подготовка:</b>	28 ч.	1-14 занятие
	Кратко запознаване с основните фолклорни области и изучаване на основни движения в българските народни танци.	2	1 занятие
	Разучаване на Право и Тракийско право хоро.	2	2 занятие
	Преговор на научените хора. Запознаване с Родопска фолклорна област. Изучаване на Сворнато хоро.	1	3 занятие
	Изучаване на Чукано хоро	1	
	Преговор на научените хора. Запознаване с Добруджанска фолклорна област. Изучаване на хоро - Ръка.	1	4 занятие
	Изучаване на Варненско хоро.	1	
	Преговор на научените хора. Изучаване на хоро - Сборенка.	2	5 занятие
	Преговор на научените хора. Запознаване със Северняшка фолклорна област. Изучаване на Дунавско хоро.	1	6 занятие
	Изучаване на Дайчово хоро.	1	
	Преговор на научените хора. Изучаване на Еленино хоро.	1	
	Изучаване на Шира.	1	7 занятие
	Преговор на научените хора. Запознаване с Тракийска фолклорна област. Изучаване на Тракийска ръченица.	1	
	Изучаване на Копаница.	1	8 занятие
	Преговор на научените хора. Изучаване на хоро - Трите пъти.	1	
	Изучаване на танц - Бучимиш.	1	
	Преговор на научените хора. Изучаване на Боалийско хоро.	1	10 занятие
	Изучаване на Йовино хоро.	1	
	Преговор на научените хора. Запознаване с Пиринска фолклорна област. Изучаване на хоро - Ширто.	1	11 занятие
	Изучаване на Старо банско хоро.	1	
	Преговор на научените хора. Запознаване с Шопска фолклорна област. Изучаване на Граовско хоро, Ситно шопско хоро, Кюстендилска ръченица и Петрунино хоро.	4	12-13 занятие
	Преговор на научените хора. Подготовка за изпитен тест.	2	14 занятие
2.	<b>Контролно-изпитни тестове</b> (оценяването се извършва според общия брой разпознати и правилно изтанцовани танца).	2	15 занятие

## МОДЕЛ ЗА ПРОВЕЖДАНЕ НА ОБУЧЕНИЕТО ПО МОДУЛ – НАРОДНИ ТАНЦИ:

<i>Занятие №</i> <i>Учебен материал</i>	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
1. Техничко-тактическа подготовка	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x		
2. Физическа подготовка	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x		
3. Контролно-изпитни тестове														x	x

### КОНТРОЛНО-ИЗПИТНИ ТЕСТОВЕ ЗА ОПРЕДЕЛЯНЕ НИВОТО НА ТЕХНИКО-ТАКТИЧЕСКАТА ПОДГОТОВКА:

#### Описание на тестовете:

#### *1. Разпознаване и правилно изиграване на основни хора:*

1. Право,
2. Право Тракийско,
3. Дунавско,
4. Дайчово,
5. Еленино.

#### *2. Разпознаване и правилно изиграване на специфични танци от изучаваните фолклорни области:*

1. Родопска – Сворнато
2. Добруджанска – Ръка
3. Северняшка – Шира
4. Тракийска – Копаница
5. Пиринска – Ширто
6. Шопска – Граовско

<b>ОЦЕНКА</b>	<b>Брой правилно изиграни хора и специфични танци</b>
<i>Отлична (6)</i>	над 4 хора и 5 танца
<i>Мн. Добра (5)</i>	4 хора и 4 танца
<i>Добра (4)</i>	3 хора и 3 танца
<i>Средна (3)</i>	под 2 хора и 2 танца

## ЛИТЕРАТУРА

1. БОЖКОВА, А. и кол. *Колективните спортове във висшите училища*. АРТГРАФ, ISBN 978-954-9401-83-7, 159 с., С., 2014.
2. БОЖКОВА, А., П. СЛАВЧЕВА. *Комбинирана фитнес гимнастика. Ръководство за студентки по дентална медицина*. АРТГРАФ, ISBN 978-954-9401-72-1, 94 стр, С., 2012.
3. БОЖКОВА, А., П. СЛАВЧЕВА-ХИНКОВА, М. Алберт. *Двигателна активност при студенти със здравословни проблеми*. АРТГРАФ, ISBN 978-954-9401-80-6, 86 с., С., 2013.
4. ИВАНОВ, В. *Тенис. Ръководство за студенти*, ПОЛИС, ISBN 978-954-796-052-7, 2014.
5. ИВАНОВ, В. „Ски – ръководство за студенти“. ISBN978-954-796-060-2, София, Издателство Полис, 2016.
6. ИВАНОВ, В. „Теория и методика на физическото възпитание – ръководство за кинезитерапевти“. ISBN ISBN978-954-796-061-9, Издателство Полис, София, 2016.
7. ИВАНОВ, В. *Тенис на маса. Ръководство за студенти*, ПОЛИС, ISBN 978-954-796-056-5, 2015.
8. ЦАНКОВА, Ж. *Методика за обучение по баскетбол във висшите училища*. Найс АН ЕООД, София, 2013.

**Изготвил програмата:**

**/гл. ас. Петя Славчева-Хинкова, доктор/**

**Програмата е приета на Катедрен съвет на ДЕОС на 12.07.2023 г.**