

МЕДИЦИНСКИ УНИВЕРСИТЕТ – СОФИЯ

ДЕПАРТАМЕНТ ПО ЕЗИКОВО ОБУЧЕНИЕ И СПОРТ

ОДОБРЯВАМ

ДИРЕКТОР НА ДЕОС

/Проф. Д. Сиджимова, дф, дм/

За учебната 2024/2025 г.

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

Наименование на дисциплината: СПОРТ (НАРОДНИ ТАНЦИ)	Сигнатура	Хорариум 30 часа
Образователна степен	Магистър	
Вид на обучение Редовно	Часове за седмица – 2 академични часа	Брой кредити 1 Кредит
Вид на дисциплината Свободноизбираема		
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, 2024 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 МФ 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 МФ 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:**

№	СЪДЪРЖАНИЕ ЗА НАПРЕДНАЛИ СТУДЕНТИ	Общо часове	Занятия
1.	Практическа (техничко-тактичка) подготовка:	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	7 занятие
	Изучаване на Шира.	1	
	Преговор на научените хора. Запознаване с Тракийска фолклорна област. Изучаване на Тракийска ръченица.	1	8 занятие
	Изучаване на Копаница.	1	
	Преговор на научените хора. Изучаване на хоро - Трите пъти.	1	9 занятие
	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.	Контролно-изпитни тестове (оценяването се извършва според общия брой разпознати и правилно изтанцовани танца).	2	15 занятие

МОДЕЛ ЗА ПРОВЕЖДАНЕ НА ОБУЧЕНИЕТО ПО МОДУЛ – НАРОДНИ ТАНЦИ:

Занятие № Учебен материал	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
	1. Техничко-тактичка 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

ОЦЕНКА	Брой правилно изиграни хора и специфични танци
<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 No 7 на ДЕОС на 28.05.2024 г.

Съгласувано с Ръководител Катедра по езиково обучение, медицинска педагогика и спорт:

/...../

доц. Никола Георгиев, дм