

# DANS POPULAR

Responsabil de disciplina - conf. univ. dr. Ganciu Mihaela

Dansurile populare romanesti sunt caracterizate prin jocuri de grup, colective, cu o executie unitara a miscarilor. O alta particularitate o reprezinta marea varietate a formelor de prezentare, de bogatia ritmurilor si gama larga a tempourilor. In cadrul lectiilor de educatie fizica se insusesc pasii de baza din diferite dansuri din Muntenia, Oltenia, Moldova, Transilvania, Dobrogea, iar perfectionarea acestora se realizeaza prin invatarea unor dansuri in totalitate. Dansurile populare romanesti asigura optimizarea dezvoltarii fizice armonioase, avand efecte corective asupra tinutei corporale. De asemenea, dezvolta coordonarea intersegmentara, educa expresivitatea, ritmicitatea si muzicalitatea motrica si, nu in ultimul rand, contribuie la educatia estetica si culturala a studentilor. {gallery}danspopular{/gallery}

Â