

Dansul sportiv și gimnastica aerobică, discipline sportive muzicale agreate de studenții Universității din București

Daniela Aducovschi

Universitatea din București

Rezumat

Încă din primul an de existență, gimnastica aerobică a atras un număr considerabil de participanți ca disciplină sportivă în procesul instructiv-educativ din cadrul Universității din București, majoritatea de gen feminin. După primul an universitar, cadrele didactice au hotărât că este nevoie de mărirea numărului de ore la gimnastică aerobică și de reorientarea acestora către discipline noi, atractive și în ton cu dorințele studenților. De aceea pe parcursul următorilor ani universitari au fost introduse autoapărarea, badmintonul, înotul, fitness-ul, dansul sportiv. Toate și-au găsit locul în programele școlare ale studenților cu o diferență de participare a acestora la ele.

Cuvinte cheie: muzică, dans sportiv, gimnastică aerobică, interviu, studenți, cadre didactice.