

Nazwa grupy zajęć: Grupa zajęć z zakresu specjalności – taniec i artystyczne formy aktywności ruchowej		ECTS: 30
Wydział: Wydział Wychowania Fizycznego		Kierunek: wychowanie fizyczne
Nazwa jednostki prowadzącej grupę zajęć: Zakład Gimnastyki, Tańca i Fitnessu		Rok : II i III Semestr: III, IV, V, VI
Forma studiów/ rodzaj studiów: stacjonarne/niestacjonarne / studia I stopnia	Profil kształcenia: Praktyczny	Status grupy zajęć: fakultatywny
Język grupy zajęć: polski	Forma zajęć: wykład / ćwiczenia	Wymiar zajęć stacjonarne: 390
Koordynator grupy zajęć	dr Artur Fredyk	Sposób realizacji: Zajęcia wymagające bezpośredniego udziału nauczyciela akademickiego i studentów
Wymagania wstępne	<p>Wiedza: Podstawowa wiedza z zakresu anatomii, fizjologii i motoryczności człowieka.</p> <p>Umiejętności: Sprawność fizyczna, koordynacja ruchowa, poczucie rytmu, orientacja przestrzenno-ruchowa.</p> <p>Kompetencje społeczne: Świadomość zdobywania samodzielnie wiedzy z zakresu form aktywności ruchowej</p>	
Cele grupy zajęć	Celem grupy zajęć jest przygotowanie do planowania i prowadzenia wybranych form aktywności fizycznej: technik tanecznych, gimnastyki rytmicznej, zabaw i ćwiczeń muzyczno-ruchowych oraz podstaw form fitness. Zapoznanie z wieloma technikami ruchu oraz innymi formami niewerbalnego przekazu artystycznego.	

Lp.	Efekty uczenia się Student:	Odniesienie do efektów kierunkowych	Odniesienie Charakterystyk II stopnia Polskiej Ramy Kwalifikacji
W zakresie wiedzy			
W01	Zna podstawową terminologię, systematykę, charakterystykę szczegółową i metodykę nauczania podstawowych elementów technik tanecznych, gimnastyki rytmicznej, zabaw i ćwiczeń muzyczno-ruchowych oraz podstaw form fitness.	K_W22	P6S_WK
W zakresie umiejętności			
U01	Posiada podstawowe umiejętności techniczne w zakresie form muzyczno-ruchowych oraz podstawowych elementów technik tanecznych, gimnastyki rytmicznej i podstaw form fitness.	K_U02	P6S_UW
U02	Posiada specjalistyczne umiejętności (techniczne, metodyczne) w zakresie wybranych form aktywności fizycznej.	K_U16	P6S_UW
W zakresie kompetencji społecznych			
K01	Ma świadomość poziomu swojej wiedzy i umiejętności, dokonuje samooceny własnych kompetencji.	K_K01	S2P_KK

Stosowane metody dydaktyczne

Wykład: Wykład tradycyjny, wykład z wykorzystaniem technik multimedialnych, wykład aktywny (wykorzystanie dyskusji, studiów przypadku).

Ćwiczenia: Ćwiczenia praktyczne aktywne z wykorzystaniem pokazu bezpośredniego, praca multimedialna (prowadzący), praca w grupach, opracowanie projektów.

Metody sprawdzania i kryteria oceny efektów uczenia się uzyskanych przez studentów

Metody weryfikacji efektów uczenia się: np. pisemne prace zaliczeniowe, egzaminy, obserwacja studentów i ocena ich umiejętności praktycznych (pokazów i prezentacji).

Kryteria oceny efektów uczenia się:

2,0 – student nie osiągnął wymaganych efektów uczenia się (punktacja poniżej 50 %)

3,0 – student osiągnął efekty uczenia się w stopniu dostatecznym (51 do 60 %)

3,5 – student osiągnął efekty uczenia się w stopniu dostatecznym plus (61 do 70 %)

4,0 – student osiągnął efekty uczenia się w stopniu dobrym (71 do 80 %)

4,5 – student osiągnął efekty uczenia się w stopniu dobrym plus (81 do 90 %)

5,0 – student osiągnął efekty uczenia się w stopniu bardzo dobrym (91 do 100 %)

Treści programowe grupy zajęć		Godziny ST/NST
1.	Metodyka tańca klasycznego (ćw) III sem.: Zagadnienie 1. Podstawowe informacje z zakresu teorii i praktyki tańca klasycznego. Zagadnienie 2. Ćwiczenia przy drążku. Zagadnienie 3. Ćwiczenia na środku sali. Zagadnienie 4. Skoki.	26/13
2.	Metodyka tańca współczesnego (ćw) IV sem.: Zagadnienie 1. Podstawowe informacje z zakresu teorii i praktyki tańca współczesnego. Zagadnienie 2. Technika tańca współczesnego Ireny Tatiboit. Zagadnienie 3. Kompozycje taneczne w oparciu o technikę tańca współczesnego Ireny Tatiboit.	26/13
3.	Metodyka nowoczesnych form tanecznych (ćw) V sem.: Zagadnienie 1. Ogólne informacje dotyczące wybranych stylów tanecznych. Zagadnienie 2. Podstawy praktyczne poszczególnych tańców. Zagadnienie 3. Zasady tworzenia choreografii. Odpowiedni dobór metod nauczania.	26/13
4.	Metodyka tańca charakterystycznego (ćw) VI sem.: Zagadnienie 1. Podstawowe informacje z zakresu teorii i praktyki tańca charakterystycznego. Zagadnienie 2. Nauka wybranych tańców charakterystycznych. Zagadnienie 3. Układy taneczne poznanych tańców charakterystycznych.	26/13
5.	Metodyka tańca towarzyskiego (ćw) IV sem.: Zagadnienie 1. Taniec towarzyski - wprowadzenie teoretyczne oraz praktyczne. Zagadnienie 2. Sekwencje łączeniowe. Technika kroków podstawowych wybranych tańców. Zagadnienie 3. Informacje dotyczące metodyki nauczania.	26/13
6.	Zasady kompozycji tańca (w) V sem.: Zagadnienie 1. Pojęcie choreografii. Zagadnienie 2. Zasady kompozycji tańca. Zagadnienie 3. Teoretyczne i praktyczne zastosowanie wiedzy dotyczącej podstaw choreografii.	26/13
7.	Literatura taneczna (w) VI sem.: Zagadnienie 1. Podstawowe informacje z zakresu tradycyjnych układów tanecznych. Zagadnienie 2. Nauka tradycyjnych układów wybranych tańców.	13/6
8.	Podstawy muzyki i rytmiki (w) III sem.: Zagadnienie 1. Podstawowe pojęcia muzyczne. Zagadnienie 2. Podstawowe elementy muzyki. Zagadnienie 3. Podstawy gimnastyki rytmicznej.	26/13
9.	Historia i wiedza o tańcu (w) III sem.: Zagadnienie 1. Teoretyczne podstawy tańca. Zagadnienie 2. Historyczny rozwój tańca. Zagadnienie 3. Wiedza o zjawisku tańca.	13/7

10.	Metodyka tańca ludowego (ćw) III sem.: Zagadnienie 1. Podstawowe informacje z zakresu teorii i praktyki polskich tańców ludowych. Zagadnienie 2. Nauka wybranych tańców ludowych. Zagadnienie 3. Układy taneczne poznanych tańców ludowych.	26/13
11.	Podstawy form fitness 13w 91ćw. IV sem. 13w/39ćw; V sem. 26ćw; VI sem. 26ćw: Zagadnienie 1. Klasyfikacja i charakterystyka form fitness. Rola muzyki w zajęciach fitness. Zagadnienie 2. Ćwiczenia o charakterze krążeniowo-oddechowym oparte na choreografii. Kroki podstawowe, terminologia, technika wykonania, sygnalizacja, tok lekcji, realizacja celu zajęć. Zagadnienie 3. Klasyfikacja i charakterystyka metod oraz środków dydaktycznych stosowanych w zajęciach o charakterze krążeniowo-oddechowym. Zagadnienie 4. Ćwiczenia wzmacniające aparat ruchu w pozycjach wysokich, średnich i niskich: cel, technika wykonania, terminologia, budowa lekcji. Zagadnienie 5. Ćwiczenia o charakterze wytrzymałościowo-siłowym: dobór i cel poszczególnych ćwiczeń, budowa lekcji, realizacja założeń treningowych. Zagadnienie 6. Ćwiczenia o charakterze rozciągająco-relaksacyjnym.	104/52
12.	Praktyka (w) V sem. 26; VI sem. 26	52

Forma i warunki zaliczenia grupy zajęć, w tym zasady dopuszczenia do egzaminu, zaliczenia, a także forma i warunki zaliczenia poszczególnych zajęć wchodzących w zakres danej grupy zajęć

Warunkiem zaliczenia grupy zajęć jest zaliczenie i zdanie egzaminów z przedmiotów wchodzących w zakres grupy zajęć. Warunkiem zaliczenia poszczególnych zajęć jest osiągnięcie wszystkich założonych efektów uczenia się (w minimalnym akceptowalnym stopniu – w wysokości >50%). W przypadku przedmiotów kończących się egzaminem, warunkiem do jego dopuszczenia jest wcześniejsze zaliczenie przedmiotu. Egzaminy odbywają się w trakcie sesji egzaminacyjnej (zgodnie z organizacją roku) i mają formę prezentacji pokazu.

Nakład pracy studenta - bilans punktów ECTS	Stacjonarne	Niestacjonarne
Godziny kontaktowe z nauczycielem akademickim:	390 godzin razem 143 godziny wykładów 247 godzin ćwiczeń	195 godzin razem 65 godzin wykładów 130 godzin ćwiczeń
Samodzielna praca studenta:	390 godzin razem 130 godz. przygotowanie do ćwiczeń 130 godz. przygotowanie projektów, prac prezentacji 130 godz. przygotowanie do zaliczeń i egzaminów	585 godzin razem 195 godz. przygotowanie do ćwiczeń 195 godz. przygotowanie projektów, prac prezentacji 195 godz. przygotowanie do zaliczeń i egzaminów
Łączny nakład pracy studenta wynosi: 780 godzin, co odpowiada 30 punktom ECTS		

Wykaz literatury podstawowej i uzupełniającej, obowiązującej do zaliczenia danej grupy zajęć

1. Metodyka tańca klasycznego

Literatura podstawowa:

Bazarowa N., Mej W.: Alfabet tańca klasycznego. Centralny Ośrodek Pedagogiczny Szkolnictwa Artystycznego, Warszawa 1974. (tłum. Piasecki J.)

Waganowa. A.: Zasady tańca klasycznego. Kraków 1952. (tłum. O. Sławska O.)

Literatura uzupełniająca:

Rey J.: Ucebnice akademickiego tańca. Praga 1946.

Turska I.: Krótki zarys historii tańca i baletu. Polskie Wydawnictwo Muzyczne, Kraków 1983.

2. Metodyka tańca współczesnego

Literatura podstawowa:

Tatiboit I.: Cours de danse contemporaine. LeCarre d'At 2011.

Turska I.: Przewodnik baletowy. PWM, Kraków 1973.

Literatura uzupełniająca:

Turska I.: W kręgu tańca. Państwowe Wydawnictwo „ISKRY”, Warszawa 1965.

3. Metodyka nowoczesnych form tanecznych

Literatura podstawowa:

Kuba L., Paruzel-Dyja M.: Fitness nowoczesne formy gimnastyki. Podstawy teoretyczne. AWF Katowice 2010.

Olex-Mierzejewska D.: Fitness. Teoretyczne i metodyczne podstawy prowadzenia zajęć. AWF Katowice 2002.

Literatura uzupełniająca:

Kuźmińska O.: Taniec w teorii i praktyce. AWF Poznań 2002.

4. Metodyka tańca charakterystycznego

Literatura podstawowa:

Bednarzowa B., Młodzikowska M.: Tańce rytm ruchu muzyka. Wydawnictwo Sport i Turystyka, Warszawa 1983.

Stadnicki A.: Tańce dla dzieci. Wydawnictwo Szkolne i Pedagogiczne, Warszawa 1994.

Literatura uzupełniająca:

Zozula F.: Tańce ludowe. Nasza Księgarnia, Warszawa 1952.

5. Metodyka tańca towarzyskiego

Literatura podstawowa:

Kuźmińska O.: Taniec-rytm-muzyka. AWF Poznań 1995.

Olex-Mierzejewska D.: Fitness. Teoretyczne i metodyczne podstawy prowadzenia zajęć. AWF Katowice 2002.

Wieczysty M.: Taniec towarzyski. Iskry, Warszawa 1956.

Wieczysty M.: Tańczyć może każdy. Polskie Wydawnictwo Muzyczne, Kraków 1886.

Literatura uzupełniająca:

Bednarzowa B., Młodzikowska M.: Tańce, rytm, ruch, muzyka. Sport i Turystyka, Warszawa 1983.

6. Zasady kompozycji tańca

Literatura podstawowa:

Pudełek J.: Tajniki sztuki baletowej. Rozważania o estetyce i anatomii baletu. AMiFC Warszawa 1995, (Skrypt dla studentów).

Humphrey D., Pollack B., Schillhorn Van Veen T.: The Art of Making Dances. Princeton Book Co Pub 1991.

Literatura uzupełniająca:

Vaughan D.: Frederick Ashton and His Ballets. DANCE BOOKS 1999.

7. Literatura taneczna

Literatura podstawowa:

Dąbrowska G.: Tańczujże dobrze. Wydawnictwo Szkolne i Pedagogiczne, Warszawa 1991.

Literatura uzupełniająca:

Bednarzowa B., Młodzikowska M.: Tance rytm ruchu muzyka. Wydawnictwo Sport i Turystyka, Warszawa 1983.

8. Podstawy muzyki i rytmiki

Literatura podstawowa:

Śmiechowski B.: Historia muzyki. Z muzyką przez wieki i kraje. Warszawa 1993.

Wesołowski F.: Zasady muzyki, Kraków 1997.

Majer A., Kowalik B., Fredyk A.: Ogólne wiadomości z zakresu rytmiki oraz ćwiczenia i zabawy rytmiczne przeznaczone dla studentów Akademii Wychowania Fizycznego. AWF Katowice 2001.

Literatura uzupełniająca:

Brzozowska-Kuczkiewicz M.: Emil Jaques-Dalcroze i jego Rytmika. Wydawnictwa Szkolne i Pedagogiczne, Warszawa 1991.

Bednarzowa B., Młodzikowska M.: Tańce rytm ruchu muzyka. Wydawnictwo Sport i Turystyka, Warszawa; 1983.

9. Historia i wiedza o tańcu

Literatura podstawowa:

Turska I.: Przewodnik baletowy. Polskie wydawnictwo Muzyczne, Kraków 1973.
 Turska I.: W kręgu tańca. Państwowe Wydawnictwo „ISKRY”, Warszawa 1965.
 Turska I.: Krótki zarys historii tańca i baletu. Polskie wydawnictwo muzyczne, Kraków 1983.

Literatura uzupełniająca:

Kuźmińska O.: Taniec w teorii i praktyce. Poznań 2002.
 Bielawski L.: Taniec, rytuał i muzyka. Polskie Towarzystwo Etnochoreologiczne, Warszawa 1997.
 Lukian z Samosate: Dialog o tańcu.

10. Metodyka tańca ludowego

Literatura podstawowa:

Zozula F.: Tańce ludowe. Nasza Księgarnia, Warszawa 1952.
 Bednarzowa B., Młodzikowska M.: Tance rytm ruch muzyka. Wydawnictwo Sport i Turystyka, Warszawa 1983.

Literatura uzupełniająca:

Dąbrowska G.: Tańczujże dobrze. Wydawnictwo Szkolne i Pedagogiczne, Warszawa 1991.

11. Podstawy form fitness

Literatura podstawowa:

Corbin C.B., Welk G.J., Corbin W.R., Welk K.A. Fitness I wellness. Kondycja, sprawność, zdrowie. Zys i S-ka, Poznań 2007.
 Delavier F. Modelowanie sylwetki – atlas ćwiczeń dla kobiet. PZWL, Warszawa 2008.
 Delavier F. Atlas treningu siłowego. PZWL, Warszawa 2007.
 Grodzka-Kubiak E. Aerobik czy fitness. DDK Edition, Poznań 2002.
 Kuba L., Paruzel-Dyja M. Fitness: Nowoczesne Formy Gimnastyki. Podstawy Teoretyczne. AWF, Katowice 2010.
 Listkowski M. Stretching – sprawność i zdrowie. Listkowski. Łódź (1994).

Literatura uzupełniająca:

Jaskólski A. Jaskólska A. Fizjologia wysiłku fizycznego z zarysem fizjologii człowieka. AWF, Wrocław 2006.
 Zajac A., Wilk M., Poprzęcki S., Bacik B. Współczesny trening siły mięśniowej. AWF, Katowice 2009.

Wymiar, zasady i forma odbywania praktyk, w przypadku, gdy program kształcenia przewiduje praktyki

52 godziny praktyk. W ramach grupy zajęć studenci zobligowani będą do odbycia praktyk w Ogólnokształcącej Szkole Baletowej w Bytomiu lub innej instytucji państwowej lub prywatnej np. (klubie fitness), zajmującej profesjonalną edukacją artystyczną z zakresu tańca, ruchu i form fitness.

Forma oceny efektów uczenia się

Efekty uczenia się	Forma oceny		
	Test sprawdzający	Prezentacja/praca grupowa	Obserwacja/diskusja dydaktyczna
W01	X		X
U01		X	X
U02		X	X
K01			X

Macierz efektów uczenia się dla grupy zajęć

Efekty uczenia się	Przedmioty		
	Metodyka tańca klasycznego	Metodyka tańca współczesnego	Metodyka nowoczesnych form tanecznych
W01	X	X	X
U01	X	X	X
U02	X	X	X
K01	X	X	X

Efekty uczenia się	Przedmioty		
	Metodyka tańca charakterystycznego	Metodyka tańca towarzyskiego	Zasady kompozycji tańca
W01	X	X	X
U01	X	X	
U02	X	X	
K01	X	X	X

Efekty uczenia się	Przedmioty		
	Literatura taneczna	Podstawy muzyki i rytmiki	Historia i wiedza o tańcu
W01	X	X	X
U01	X	X	
U02	X	X	
K01	X	X	X

Efekty uczenia się	Przedmioty		
	Metodyka tańca ludowego	Podstawy form fitness	Praktyka
W01	X	X	
U01	X	X	
U02	X	X	
K01	X	X	