

## KARTA PRZEDMIOTU

### Rok akademicki 2017/2018

<b>Kod przedmiotu</b>	0114-7WF-B/C22-RiT	
<b>Nazwa przedmiotu w języku</b>	polskim	<b>Rytmika i taniec</b> <i>Calisthenics and dance</i>
	angielskim	

#### 1. USYTUOWANIE PRZEDMIOTU W SYSTEMIE STUDIÓW

<b>1.1. Kierunek studiów</b>	<i>Wychowanie Fizyczne</i>
<b>1.2. Forma studiów</b>	<i>stacjonarne/niestacjonarne</i>
<b>1.3. Poziom studiów</b>	<i>pierwszego stopnia</i>
<b>1.4. Profil studiów*</b>	<i>praktyczny</i>
<b>1.5. Specjalność*</b>	<i>nauczycielska</i>
<b>1.6. Jednostka prowadząca przedmiot</b>	<i>WO, Instytut Fizjoterapii</i>
<b>1.7. Osoba/zespół przygotowująca/y kartę przedmiotu</b>	<i>Mgr Jolanta Drezno</i>
<b>1.8. Osoba odpowiedzialna za przedmiot</b>	<i>Mgr Jolanta Drezno</i>
<b>1.9. Kontakt</b>	<i>jdrezno@ujk.edu.pl</i>

#### 2. OGÓLNA CHARAKTERYSTYKA PRZEDMIOTU

<b>2.1. Przynależność do modułu</b>	<i>P/K - podstawowy/kierunkowy</i>
<b>2.2. Język wykładowy</b>	<i>język polski</i>
<b>2.3. Semestry, na których realizowany jest przedmiot</b>	<i>I</i>
<b>2.4. Wymagania wstępne*</b>	<i>Wymagany charakterem studiów poziom sprawności i wydolności fizycznej</i>

#### 3. SZCZEGÓŁOWA CHARAKTERYSTYKA PRZEDMIOTU

<b>3.1. Forma zajęć</b>	<i>ćwiczenia</i>	
<b>3.2. Miejsce realizacji zajęć</b>	<i>sala gimnastyczna - sala fitness</i>	
<b>3.3. Forma zaliczenia zajęć</b>	<i>zaliczenie z oceną</i>	
<b>3.4. Metody dydaktyczne</b>	<i>Instruktaż, opis, objaśnienie, metoda inscenizacji, pokaz, ćwiczenia</i>	
<b>3.5. Wykaz literatury</b>	<b>podstawowa</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. <i>Bednarzowa B., Młodzikowska M. Tańce. Rytm, ruch, muzyka. Wybór dla potrzeb wychowania fizycznego. WSiT. Warszawa 1983</i></li> <li>2. <i>Kuźmińska O., Taniec w teorii i praktyce. AWF. Poznań 2002</i></li> <li>3. <i>Nowakowska K., Rytm, muzyka, taniec w wychowaniu fizycznym. Wydawnictwo Pedagogiczne ZNP. Kielce 1999</i></li> </ol>
	<b>uzupełniająca</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. <i>Gutowska W., Nauczanie tańca w szkole. W: Lider 2001. nr 6</i></li> <li>2. <i>Kręcielska B., Taniec współczesny. (red.) Skrypt wykładów opracowany dla Centralnego Ośrodka Metodyki i Upowszechniania Kultury. Warszawa 1985</i></li> </ol>

#### 4. CELE, TREŚCI I EFEKTY KSZTAŁCENIA

<b>4.1. Cele przedmiotu (z uwzględnieniem formy zajęć)</b>
<p><b>Ćwiczenia:</b></p> <p><b>C1.</b> <i>Koordynacja ruchu z muzyką. Wrażliwość na rytm muzyczny. Umiejętność dostosowania ruchu do muzyki.</i></p> <p><b>C2.</b> <i>Rola ćwiczeń muzyczno-ruchowych i tańca w kulturze fizycznej. Nauka różnych stylów tanecznych. Choreografia układów tanecznych.</i></p> <p><b>C3.</b> <i>Systematyka tańców. Zapoznanie studentów z prostymi formami tańców regionalnych, narodowych i innych narodów.</i></p> <p><b>C4.</b> <i>Rola tańców towarzyskich i integracyjnych w wychowaniu dzieci i młodzieży.</i></p> <p><b>C5.</b> <i>Zapoznanie studentów z metodyką nauczania poszczególnych elementów i form ćwiczeń muzyczno-ruchowych i form tanecznych.</i></p> <p><b>C6.</b> <i>Wyrobienie u studentów umiejętności prowadzenia zajęć z elementami rytmiki i tańca.</i></p>

**4.2. Treści programowe (z uwzględnieniem formy zajęć)****Ćwiczenia:**

1. Ćwiczenia i zabawy rytmiczne.
2. Zabawy ze śpiewem, taneczne i inscenizowane.
3. Ćwiczenia muzyczno-ruchowe z elementami aerobiku, z wykorzystaniem stepów, hantli i mat treningowych. Nauka prowadzenia ćwiczeń ruchowych do muzyki z wykorzystaniem dostępnych przyborów. Nauka tworzenia prostego układu ćwiczeń.
4. Metodyka nauczania polskich tańców ludowych: regionalnych. Tańce oparte na chodzie, biegu, podskokach, przytupnięciach i obrotach: Trojak- taniec śląski, Wyrwany- taniec kielecki.
5. Tańce regionalne oparte na kroku polkowym: Grożony- taniec śląski.
6. Tańce regionalne oparte na kroku walca: Nie chcę Cię znać- taniec śląski.
7. Metodyka nauczania polskich tańców narodowych. Krok podstawowy i nauka prostego układu tanecznego: Krakowiak.
8. Tańce innych narodów: taniec grecki- Zorba.
9. Tańce towarzyskie. Systematyka i metodyka nauczania walca angielskiego, walca wiedeńskiego.
10. Nauka tańców latynoamerykańskich: cha-cha, samba, salsa, jive.
11. Tańce integracyjne: Belgijski, Swing w ulicze.
12. Zajęcia przygotowane i prowadzone przez studentów w zakresie ćwiczeń do muzyki z wykorzystaniem dostępnych środków.

**4.3. Przedmiotowe efekty kształcenia**

<b>Efekt</b>	<b>Student, który zaliczył przedmiot</b>	<b>Odniesienie do kierunkowych efektów kształcenia</b>
<b>w zakresie WIEDZY:</b>		
W01	<i>rozumie znaczenie ćwiczeń muzyczno-ruchowych i tańców w procesie edukacji i rozwoju psychomotorycznego dzieci i młodzieży</i>	WF1P_W12 - potrafi diagnozować stany przeciążenia organizmu ćwiczeniami fizycznymi zna ich wpływ na organizm
W02	<i>posiada wiedzę merytoryczną z zakresu techniki i metodyki nauczania wymienionych powyżej tańców niezbędną do prowadzenia zajęć wychowania fizycznego, zna fachową terminologię</i>	WF1P_W22 - posiada wiedzę merytoryczną z zakresu techniki i metodyki nauczania gier zespołowych i sportów indywidualnych niezbędną do prowadzenia zajęć wychowania fizycznego, zna fachową terminologię
<b>w zakresie UMIEJĘTNOŚCI:</b>		
U01	<i>posiada podstawowe umiejętności ruchowe i techniczne w zakresie kroków podstawowych różnych rodzajów tańców dające możliwość prawidłowej demonstracji</i>	WF1P_U02 - posiada podstawowe umiejętności techniczne i taktyczne oraz ruchowe w zakresie sportów indywidualnych i zespołowych dające możliwość prawidłowej demonstracji
U02	<i>posiada umiejętności pracy w grupie dla realizacji celów edukacyjnych i sportowych</i>	WF1P_U06 - posiada umiejętności pracy w grupie dla realizacji celów edukacyjnych i sportowych
U03	<i>posiada umiejętności w zakresie wykonania i demonstrowania w wymienionych powyżej ćwiczeniach rytmicznych i tanecznych</i>	WF1P_U16 - posiada umiejętności w zakresie wykonania, demonstrowania, asekuracji podstawowych ćwiczeń w sportach indywidualnych i zespołowych, ćwiczeniach rytmicznych, tanecznych oraz ćwiczeniach kompensacyjno-korekcyjnych
<b>w zakresie KOMPETENCJI SPOŁECZNYCH:</b>		
K01	<i>posiada zdolność współpracy w zespole, potrafi pełnić w nim różne role, umie podejmować i wyznaczać zadania, posiada umiejętności organizacyjne związane z przygotowaniem i realizacją działań rytmicznych i tanecznych</i>	WF1P_K01 - ma świadomość poziomu swojej wiedzy i umiejętności oraz rozumie potrzebę uczenia się i rozwoju zawodowego przez całe życie
K02	<i>rozumie potrzebę dbałości o swój poziom sprawności fizycznej niezbędnej do prawidłowego demonstrowania ćwiczeń fizycznych, promowania zdrowego stylu życia oraz kształtowania postaw prozdrowotnych i prosomatycznych</i>	WF1P_K02 - okazuje szacunek i troskę wobec uczestników zajęć, dba o ich dobro, ujawnia wrażliwość etyczną, empatię, otwartość, refleksyjność, postawy prospołeczne i odpowiedzialność

4.4. Sposoby weryfikacji osiągnięcia przedmiotowych efektów kształcenia																						
Efekty przedmiotowe (symbol)		Sposób weryfikacji (+/-)																				
		Egzamin ustny/pisemny*			Kolokwium*			Projekt*			Aktywność na zajęciach*			Praca własna*			Praca w grupie*			Inne (jakie?)*		
		Forma zajęć			Forma zajęć			Forma zajęć			Forma zajęć			Forma zajęć			Forma zajęć			Forma zajęć		
		W	C	...	W	C	...	W	C	...	W	C	...	W	C	...	W	C	...	W	C	...
W01												+			+			+				
W02												+			+			+				
U01												+						+				
U02												+						+				
U03												+			+			+				
K01												+			+			+				
K02												+			+			+				

\*niepotrzebne usunąć

4.5. Kryteria oceny stopnia osiągnięcia efektów kształcenia		
Forma zajęć	Ocena	Kryterium oceny
ćwiczenia (C)*	3	Student uczestniczył aktywnie w 60% wszystkich zaplanowanych zajęć, dostatecznie prawidłowo zatańczył tańce regionalne, narodowe, innych narodów, integracyjne, kroki podstawowe w tańcach towarzyskich, wykonał dostatecznie zadanie domowe i dostatecznie poprowadził ćwiczenia muzyczno- ruchowe dla danej grupy wiekowej.
	3,5	Student uczestniczył aktywnie w 60% wszystkich zaplanowanych zajęciach, prawidłowo zatańczył tańce regionalne, narodowe, innych narodów, integracyjne, kroki podstawowe w tańcach towarzyskich, wykonał dobrze zadanie domowe i dobrze poprowadził ćwiczenia muzyczno- ruchowe dla danej grupy wiekowej.
	4	Student uczestniczył aktywnie w 80% wszystkich zaplanowanych zajęciach, prawidłowo zatańczył tańce regionalne, narodowe, innych narodów, integracyjne, kroki podstawowe w tańcach towarzyskich, wykonał dobrze zadanie domowe i dobrze poprowadził ćwiczenia muzyczno- ruchowe dla danej grupy wiekowej.
	4,5	Student uczestniczył aktywnie we wszystkich zaplanowanych zajęciach, prawidłowo zatańczył tańce regionalne, narodowe i innych narodów, integracyjne, kroki podstawowe w tańcach towarzyskich, wykonał dobrze zadanie domowe i dobrze poprowadził ćwiczenia muzyczno- ruchowe dla danej grupy wiekowej.
	5	Student uczestniczył aktywnie we wszystkich zaplanowanych zajęciach, prawidłowo zatańczył tańce regionalne, narodowe, innych narodów, integracyjne, kroki podstawowe w tańcach towarzyskich, wykonał bardzo dobrze zadanie domowe i poprowadził prawidłowo ćwiczenia muzyczno-ruchowe dla danej grupy wiekowej.

## 5. BILANS PUNKTÓW ECTS – NAKŁAD PRACY STUDENTA

Kategoria	Obciążenie studenta	
	Studia stacjonarne	Studia niestacjonarne
LICZBA GODZIN REALIZOWANYCH PRZY BEZPOŚREDNIM UDZIALE NAUCZYCIELA /GODZINY KONTAKTOWE/	25	15
Udział w wykładach*		
Udział w ćwiczeniach, konwersatoriach, laboratoriach*	25	15
Udział w egzaminie/kolokwium zaliczeniowym*		
Inne (jakie?)*		
SAMODZIELNA PRACA STUDENTA /GODZINY NIEKONTAKTOWE/	25	35
Przygotowanie do wykładu*		
Przygotowanie do ćwiczeń, konwersatorium, laboratorium*	25	35
Przygotowanie do egzaminu/kolokwium*		
Zebranie materiałów do projektu, kwerenda internetowa*		
Opracowanie prezentacji multimedialnej*		
Inne (jakie?)*		
<b>ŁĄCZNA LICZBA GODZIN</b>	<b>50</b>	<b>50</b>
<b>PUNKTY ECTS za przedmiot</b>	<b>2</b>	<b>2</b>

\*niepotrzebne usunąć

Przyjmuję do realizacji (data i podpisy osób prowadzących przedmiot w danym roku akademickim)

.....