**KARTA PRZEDMIOTU**

**rok akademicki 2015/2016**

|  |  |
| --- | --- |
| **Kod przedmiotu** | *16.1-7WF-B/C20-RiT* |
| **Nazwa przedmiotu w języku**  | polskim | ***Rytmika i taniec****Calisthenics and dance* |
| angielskim |

1. **USYTUOWANIE PRZEDMIOTU W SYSTEMIE STUDIÓW**

|  |  |
| --- | --- |
| **1.1. Kierunek studiów** | *Wychowanie Fizyczne* |
| **1.2. Forma studiów** | *Studia stacjonarne/studia niestacjonarne* |
| **1.3. Poziom studiów** | *pierwszego stopnia licencjackie* |
| **1.4. Profil studiów** | *praktyczny* |
| **1.5. Specjalność** | *nauczycielska* |
| **1.6. Jednostka prowadząca przedmiot** | *WO, Instytut Fizjoterapii* |
| **1.7. Osoba przygotowująca kartę przedmiotu**  | *Mgr Jolanta Drezno* |
| **1.8. Osoba odpowiedzialna za przedmiot** | *Mgr Jolanta Drezno* |
| **1.9. Kontakt**  | *jdrezno@ujk.edu.pl**, 697875152* |

1. **OGÓLNA CHARAKTERYSTYKA PRZEDMIOTU**

|  |  |
| --- | --- |
| **2.1. Przynależność do modułu** | *P/K-podstawowy/kierunkowy* |
| **2.2. Status przedmiotu** | *obowiązkowy* |
| **2.3. Język wykładowy** | *j. polski* |
| **2.4. Semestry, na których realizowany jest przedmiot** | *I* |
| **2.5. Wymagania wstępne** | *Wymagany charakterem studiów poziom sprawności i wydolności fizycznej* |

1. **FORMY, SPOSOBY I METODY PROWADZENIA ZAJĘĆ**

|  |  |
| --- | --- |
| * 1. **Formy zajęć**
 | *Ćwiczenia* |
| * 1. **Sposób realizacji zajęć**
 | *Zajęcia tradycyjne w pomieszczeniu dydaktycznym UJK, sala gimnastyczna* |
| * 1. **Sposób zaliczenia zajęć**
 | *Zaliczenie z oceną* |
| * 1. **Metody dydaktyczne**
 | *Instruktaż, opis, objaśnienie, metoda inscenizacji, pokaz, ćwiczenia*  |
| * 1. **Wykaz literatury**
 | **podstawowa** | 1. *Bednarzowa B., Młodzikowska M.Tańce. Rytm, ruch, muzyka. Wybór dla potrzeb wychowania fizycznego. WSiT. Warszawa 1983*
2. *Kuźmińska O., Taniec w teorii i praktyce. AWF. Poznań 2002*
3. *Nowakowska K., Rytm, muzyka, taniec w wychowaniu fizycznym. Wydawnictwo Pedagogiczne ZNP. Kielce 1999*
 |
| **uzupełniająca** | 1. *Gutowska W. ,Nauczanie tańca w szkole. W: Lider 2001. nr 6*
2. *Kręcielewska B., Taniec współczesny.(red.) Skrypt wykładów opracowany dla Centralnego Ośrodka Metodyki i Upowszechniania Kultury. Warszawa 1985*
 |

1. **CELE, TREŚCI I EFEKTY KSZTAŁCENIA**

|  |
| --- |
| * 1. **Cele przedmiotu**

 *Koordynacja ruchu z muzyką. Wrażliwość na rytm muzyczny. Umiejętność dostosowania ruchu do muzyki.**Rola ćwiczeń muzyczno-ruchowych i tańca w kulturze fizycznej. Nauka różnych stylów tanecznych. Choreografia układów tanecznych.* *Systematyka tańców. Zapoznanie studentów z prostymi formami tańców regionalnych, narodowych i innych narodów.* *Rola tańców towarzyskich i integracyjnych w wychowaniu dzieci i młodzieży.**Zapoznanie studentów z metodyką nauczania poszczególnych elementów i form ćwiczeń muzyczno- ruchowych i form tanecznych.* *Wyrobienie u studentów umiejętności prowadzenia zajęć z elementami rytmiki i tańca.* |
| * 1. **Treści programowe**

*1. 2. Budowa muzyczna utworów tanecznych: metrum, takt, wartość rytmiczna, rytm muzyczny. Nauka taktowania. Budowa utworu muzycznego.* *3. 4. Ruchowa struktura tańca: rytm taneczny, ruch taneczny, krok taneczny, temat taneczny, figura taneczna, układ taneczny.* *5. 6. Ćwiczenia i zabawy rytmiczne.* *7. 8. Zabawy ze śpiewem, taneczne i inscenizowane.**9. 10. 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.**11. 12. Metodyka nauczania polskich tańców ludowych: regionalnych. Tańce oparte na chodzie, biegu, podskokach, przytupnięciach i obrotach: Trojak- taniec śląski, Wyrwany- taniec kielecki.**13. 14. Tańce regionalne oparte na kroku polkowym: Grożony- taniec śląski, Klepany- taniec łowicki.**15. 16. Tańce regionalne oparte na kroku walca: Nie chcę Cię znać- taniec śląski, Walcerek- taniec wielkopolski.**17. 18. Metodyka nauczania polskich tańców narodowych. Krok podstawowy i nauka prostego układu tanecznego: Kujawiak, Krakowiak.**19. 20. Tańce innych narodów: taniec huculski- Arkan, taniec grecki- Zorba.* *21. 22. Tańce towarzyskie. Systematyka i metodyka nauczania walca angielskiego, walca wiedeńskiego.**23. 24. Nauka tańców latynoamerykańskich: cha-cha, samba, salsa, jive.**25. 26. Tańce integracyjne: Belgijski, Swing w uliczce.* *27. 28. 29. 30. Zajęcia przygotowane i prowadzone przez studentów w zakresie ćwiczeń do muzyki z wykorzystaniem dostępnych środków.* |
| * 1. **Przedmiotowe efekty kształcenia (mała, średnia, duża liczba efektów)**
 |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **kod** | **Student, który zaliczył przedmiot** | ***Stopień nasycenia efektu kierunkowego******[+] [++] [+++]*** | **Odniesienie do efektów kształcenia** |
|  | w zakresie **WIEDZY:** |  | dla kierunku | dla obszaru |
| W01 | *Rozumie znaczenie ćwiczeń muzyczno-ruchowych i tańców w procesie edukacji i rozwoju psychomotorycznego dzieci i młodzieży* | **++** | WF1P\_W12 | M1\_W07 |
| W02 | *Posiada wiedzę merytoryczną z zakresu techniki i metodyki nauczania wymienionych powyżej tańców niezbędną do prowadzenia zajęć wychowania fizycznego, zna fachową terminologię* | **++** | WF1P\_W22 | M1\_W10M1\_W07 |
|  | w zakresie **UMIEJĘTNOŚCI:** |  |  |  |
| U01 | *Posiada podstawowe umiejętności ruchowe i techniczne w zakresie kroków podstawowych różnych rodzajów tańców dające możliwość prawidłowej demonstracji* | **++** | WF1P\_U02 | M1\_U02 |
| U02 | *Posiada umiejętności pracy w grupie dla realizacji celów edukacyjnych i sportowych* | **++** | WF1P\_U06 | M1\_U10 |
| U03 | *Posiada umiejętności w zakresie wykonania i demonstrowania w wymienionych powyżej ćwiczeniach rytmicznych i tanecznych*  | **++** | WF1P\_U16 | M1\_U11 |
|  | w zakresie **KOMPETENCJI SPOŁECZNYCH:** |  |  |  |
| K01 | *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* | **++** | WF1P\_K01 | M1\_K04 |
| K02 | *Rozumie potrzebę dbałości o swój poziom sprawności fizycznej niezbędnej do prawidłowego demonstrowania ćwiczeń fizycznych, promowania zdrowego stylu życia oraz kształtowania postaw prozdrowotnych i prosomatycznych* | **++** | WF1P\_K02 | M1\_K09 |

|  |
| --- |
| * 1. **Kryteria oceny osiągniętych efektów kształcenia dla każdej formy zajęć**
 |
| **na ocenę 3** | **na ocenę 3,5** | **na ocenę 4** | **na ocenę 4,5** | **na ocenę 5** |
|  *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* | *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* | *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.* | *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.* | *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.* |

|  |
| --- |
| * 1. **Metody oceny dla każdej formy zajęć**
 |
| **Egzamin ustny** | **Egzamin pisemny** | **Projekt** | **Kolokwium** | **Zadania domowe** | **Referat Sprawozdania** | **Dyskusje** | **Inne** |
|  |  |  |  | *Przygotowanie wybranej formy ćwiczeń muzyczno-ruchowych* |  | *Dobór odpowiedniej formy ćwiczeń muzyczno- ruchowych do wieku, umiejętności i poziomu sprawności fizycznej.* | *Ocena poziomu umiejętności kroków podstawowych i figur w tańcach regionalnych, narodowych, innych narodów, integracyjnych oraz w tańcach towarzyskich.* |

1. **BILANS PUNKTÓW ECTS – NAKŁAD PRACY STUDENTA**

|  |  |
| --- | --- |
| **Kategoria** | **Obciążenie studenta** |
| **Studia****stacjonarne** | **Studia****niestacjonarne** |
| *LICZBA GODZIN REALIZOWANYCH PRZY BEZPOŚREDNIM UDZIALE NAUCZYCIELA /GODZINY KONTAKTOWE/* | ***30*** | ***20*** |
| *Udział w wykładach* |  |  |
| *Udział w ćwiczeniach, konwersatoriach, laboratoriach... itd.* | *30* | *20* |
| *Udział w konsultacjach* |  |  |
| *Udział w egzaminie/kolokwium zaliczeniowym itp.* |  |  |
| *Inne* |  |  |
| *SAMODZIELNA PRACA STUDENTA /GODZINY NIEKONTAKTOWE/* | ***20*** | ***30*** |
| *Przygotowanie do wykładu* |  |  |
| *Przygotowanie do ćwiczeń, konwersatorium, laboratorium itp.* | *20* | *30* |
| *Przygotowanie do egzaminu/kolokwium* |  |  |
| *Zebranie materiałów do projektu, kwerenda internetowa* |  |  |
| *Opracowanie prezentacji multimedialnej* |  |  |
| *Przygotowanie hasła do wikipedii* |  |  |
| *Inne* |  |  |
| ***ŁĄCZNA LICZBA GODZIN*** | ***50*** | ***50*** |
| **PUNKTY ECTS za przedmiot** | **2** | **2** |

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

 *.....................................................................................................................................*