*Załącznik nr 1.5 do Zarządzenia Rektora UR nr 12/2019*

**SYLABUS**

**dotyczy cyklu kształcenia 2020/2021-2022/2023**

**Rok akademicki 2021/2022**

1. Podstawowe informacje o przedmiocie

|  |  |
| --- | --- |
| Nazwa przedmiotu | Rytmika i taniec z metodyką |
| Kod przedmiotu\* |  |
| nazwa jednostki prowadzącej kierunek | Kolegium Nauk Medycznych |
| Nazwa jednostki realizującej przedmiot | Instytut Nauk o Kulturze Fizycznej |
| Kierunek studiów | Wychowanie Fizyczne |
| Poziom studiów | 1 stopień |
| Profil | Ogólnoakademicki |
| Forma studiów | stacjonarne |
| Rok i semestr/y studiów | II rok / semestr 3 i 4 |
| Rodzaj przedmiotu | Kierunkowy |
| Język wykładowy | polski |
| Koordynator | dr Bernadetta Wojtuń-Sikora |
| Imię i nazwisko osoby prowadzącej / osób prowadzących | dr Bernadetta Wojtuń-Sikora, dr Iwona Pezdan - Śliż |

\* -opcjonalnie, zgodnie z ustaleniami w Jednostce

1.1.Formy zajęć dydaktycznych, wymiar godzin i punktów ECTS

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Semestr  (nr) | Wykł. | Ćw. | Konw. | Lab. | Sem. | ZP | Prakt. | Inne (jakie?) | Liczba pkt. ECTS |
| 3 |  |  |  | 15 |  |  |  |  | 1 |
| 4 |  |  |  | 15 |  |  |  |  | 1 |
| Razem |  |  |  | 30 |  |  |  |  | 2 |

1.2. Sposób realizacji zajęć

x zajęcia w formie tradycyjnej

☐ zajęcia realizowane z wykorzystaniem metod i technik kształcenia na odległość

1.3 Forma zaliczenia przedmiotu (z toku) (egzamin, zaliczenie z oceną, zaliczenie bez oceny)

2.Wymagania wstępne

|  |
| --- |
| Podstawowa wiedza dotycząca budowy i funkcjonowania organizmu człowieka oraz aktywności ruchowej. Elementarna sprawność fizyczna. Podstawowe wiadomości z muzyki uzyskane w edukacji szkolnej. |

3. cele, efekty uczenia się , treści Programowe i stosowane metody Dydaktyczne

3.1 Cele przedmiotu

|  |  |
| --- | --- |
| C1 | Zapoznanie studentów z podstawową wiedzą z zakresu: muzyki, rytmiki, wybranych polskich tańców ludowych, tańców towarzyskich, nowoczesnych, integracyjnych oraz improwizacji ruchowej.  Przygotowanie studenta do samodzielnego prowadzenia zajęć o charakterze tanecznym i muzyczno-ruchowym w szkołach, ośrodkach kultury i instytucjach związanych z kulturą fizyczną. |
| C2 | Zapoznanie studentów z techniką wykonania i metodyką nauczania ćwiczeń rytmicznych, taneczno-gimnastycznych, improwizacji ruchowej oraz wybranych tańców. |
| C3 | Zapoznanie studentów z wiedzą i umiejętnościami w zakresie prawidłowego łączenia ruchu z muzyką oraz opracowywania i realizacji układów tanecznych oraz taneczno-gimnastycznych. |
| C4 | Zapoznanie studentów z różnymi formami organizacji oraz realizacji lekcji wychowania fizycznego o charakterze muzyczno-ruchowym i tanecznym. |
| C5 | Zapoznanie studentów z zasadami organizacji i przeprowadzenia uroczystości szkolnej z oprawą taneczną lub taneczno – gimnastyczną, oraz imprez tanecznych w szkole a także w lokalnym środowisku. |

3.2 Efekty uczenia się dla przedmiotu

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| EK (efekt uczenia się) | Treść efektu uczenia się zdefiniowanego dla przedmiotu | Odniesienie do efektów kierunkowych [[1]](#footnote-1) |
| Student zna i rozumie: | | |
| EK\_01 | Zna i rozumie tworzenie nawyku ruchowego, w odniesieniu do form tanecznych i ćwiczeń taneczno- rytmiczno-gimnastycznych. Zna i rozumie przyczyny i skutki działania sił w ruchu tanecznym na ciało oraz otoczenie. | K\_W08 |
| EK\_02 | Zna zasady bhp, które obowiązują w czasie lekcji wychowania fizycznego, zajęć pozalekcyjnych, jednostek treningowych z elementami tańców i ćwiczeń muzyczno-ruchowych.  Rozumie znaczenie rozwijania umiejętności osobistych i społeczno-emocjonalnych w procesie szkolnego wychowania fizycznego, potrzebę kształtowania umiejętności współpracy uczniów w obligatoryjnych lub dodatkowych zajęciach wychowania fizycznego, ideę fair play;. | K\_W14 |
| EK\_03 | Wie jak prawidłowo jest zbudowany tok lekcyjny i jednostki treningowej z elementami tańców i ćwiczeń muzyczno-ruchowych. | K\_W18 |
| Student potrafi: | | |
| EK\_04 | Potrafi zademonstrować elementy techniki indywidualnej tańców i ćwiczeń- muzyczno-ruchowych.  Potrafi identyfikować typowe ćwiczenia i zadania ruchowe z wymaganiami ogólnymi i szczegółowymi podstawy programowej, programu nauczania wychowania fizycznego w szkole podstawowej, rozwijać kompetencje kluczowe w procesie wychowania fizycznego na etapie szkoły podstawowej. | K\_U07 |
| EK\_05 | Potrafi dobrać zestaw ćwiczeń tanecznych i taneczno-rytmiczn0-gimnastycznych, kształtujących wybrane  zdolności motoryczne, dla osób/grup uczęszczających na zajęcia o charakterze muzyczno ruchowym. | K\_U09 |
| EK\_06 | Potrafi przygotować i zapewnić bezpieczne miejsce do odbywania zajęć o charakterze tanecznym i muzyczno-ruchowych, zgodnie z zasadami bhp. | K\_U12 |
| Student jest gotów do: | | |
| EK\_07 | Jest przygotowany do roli animatora różnych form tanecznych w otoczeniu społecznym, uwzględniając różne metody pracy w dostosowaniu do potrzeb i możliwości uczniów. Jest gotów do uczenia zasad kulturalnego zachowania się w czasie lekcji wychowania fizycznego i zajęciach pozalekcyjnych, rozwijania u uczniów postaw etycznych, kompetencji komunikacyjnych oraz budowanie systemu wartości w odniesieniu do zdrowia, sprawności i aktywności fizycznej własnej i innych osób, ukazywania dzieciom i młodzieży uniwersalizmu zasady fair play. | K\_K09 |

3.3 Treści programowe

1. Problematyka wykładu
2. Problematyka ćwiczeń audytoryjnych, konwersatoryjnych, laboratoryjnych, zajęć praktycznych

|  |
| --- |
| Treści merytoryczne |
| SEMESTR 3 - ćwiczenia (15 godz.) |
| Tańce i ćwiczenia muzyczno-ruchowe w programie wychowania fizycznego szkół podstawowych. Zasady muzyki (elementy muzyki) pod kątem nauczania tańców i ćwiczeń muzyczno-ruchowych. Podstawowe widomości z Rytmiki. |
| Polskie tańce ludowe: narodowe i regionalne – technika wykonania kroków, figur, tematów i układów tanecznych, oraz metodyka nauczania. |
| Tańce towarzyskie: standardowe i latynoamerykańskie - technika wykonania kroków, figur, tematów i układów tanecznych, oraz metodyka nauczania. |
| Ćwiczenia taneczno-gimnastyczne bez i z przyborami; kształtujące i ożywiające (pod kątem wszechstronnego rozwoju zdolności motorycznych). Nauka poprawnego łączenia ruchu z muzyką. |
| Rytmika - zabawy rytmiczne, realizacja ruchowa wartości rytmicznych połączona z dużym taktowaniem. Rozgrzewka przy muzyce ukierunkowana na wybraną formę aktywności ruchowej. |
| SEMESTR 4 – ćwiczenia (15 godz.) |
| Zasady opracowywania i realizacji układów tanecznych i taneczno- gimnastycznych (indywidualnie, pary, grupa) pod kątem lekcji WF i zajęć pozalekcyjnych. Tańce w formie integracyjnej- animacja taneczna. |
| Polskie tańce ludowe: narodowe i regionalne - technika wykonania kroków, figur, tematów i układów tanecznych, oraz metodyka nauczania. |
| Tańce nowoczesne - nauka elementów i układów tanecznych, oraz metodyka nauczania. Własna ekspresja ruchu –improwizacja taneczna. |
| Tańce towarzyskie: standardowe i latynoamerykańskie - technika wykonania kroków, figur, tematów i układów tanecznych, oraz metodyka nauczania. |
| Samodzielne opracowanie i przeprowadzenie przez studentów: układu tanecznego, gimnastyczno-tanecznego lub rozgrzewki przy muzyce ukierunkowanej na wybraną formę aktywności ruchowej. |

* 1. Metody dydaktyczne

Ćwiczenia: metoda projektów (projekt praktyczny)

4. METODY I KRYTERIA OCENY

4.1 Sposoby weryfikacji efektów uczenia się

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Symbol efektu | metody oceny efektów uczenia się  (np.: kolokwium, egzamin ustny, egzamin pisemny, projekt, sprawozdanie, obserwacja w trakcie zajęć) | forma zajęć dydaktycznych  (w, ćw.) |
| EK\_01 | projekt praktyczny, konspekt lekcyjny, obserwacja w trakcie zajęć | ćwiczenia |
| EK\_02 | projekt praktyczny, konspekt lekcyjny, obserwacja w trakcie zajęć | ćwiczenia |
| EK\_03 | projekt praktyczny, konspekt lekcyjny | ćwiczenia |
| EK\_04 | projekt praktyczny, konspekt lekcyjny | ćwiczenia |
| EK\_05 | projekt praktyczny, konspekt lekcyjny | ćwiczenia |
| EK\_06 | projekt praktyczny, konspekt lekcyjny | ćwiczenia |
| EK\_07 | obserwacja w trakcie zajęć | ćwiczenia |

4.2 Warunki zaliczenia przedmiotu (kryteria oceniania)

|  |
| --- |
| SEMESTR 3 Ocenie poddany będzie: projekt praktyczny.  Ocena z wykonania 3 układów tanecznych zrealizowanych na zajęciach, z zakresu tańców: polskich narodowych i towarzyskich.  SEMESTR 4 Ocenie poddane będą: projekt praktyczny, konspekt lekcyjny.  1. Ocena z 0pracowania i przeprowadzenia wybranego tematu z zakresu: układu tanecznego, taneczno-gimnastycznego lub rozgrzewki przy muzyce.  2. Ocena z wykonania 2 układów tanecznych (do wyboru) zrealizowanych na zajęciach, z zakresu tańców: polskich narodowych, towarzyskich, nowoczesnych.  Punktacja (s.3, 4)  do 50% - niezaliczony – ndst (2,0)  51-60% max. pkt.- dst (3,0)  61-70% max. pkt.- dst plus (3,5)  71-80% max. pkt.- db (4,0)  81-90% max. pkt.- db plus(4,5)  91-100% max. pkt.- bdb (5,0)  91% - 100% - zaliczony |

5. CAŁKOWITY NAKŁAD PRACY STUDENTA POTRZEBNY DO OSIĄGNIĘCIA ZAŁOŻONYCH EFEKTÓW W GODZINACH ORAZ PUNKTACH ECTS

|  |  |
| --- | --- |
| Forma aktywności | Średnia liczba godzin na zrealizowanie aktywności |
| Godziny kontaktowe wynikające z harmonogramu studiów | 30 |
| Inne z udziałem nauczyciela akademickiego  (udział w konsultacjach, egzaminie) | 6 |
| Godziny nie kontaktowe – praca własna studenta (przygotowanie do zajęć, egzaminu, napisanie referatu itp.) | przygotowanie do zajęć - 4, przygotowanie do zaliczenia – 6, napisanie konspektu lekcyjnego - 4 |
| SUMA GODZIN | 5o |
| SUMARYCZNA LICZBA PUNKTÓW ECTS | 2 |

\* Należy uwzględnić, że 1 pkt ECTS odpowiada 25-30 godzin całkowitego nakładu pracy studenta.

6. PRAKTYKI ZAWODOWE W RAMACH PRZEDMIOTU

7. LITERATURA

|  |
| --- |
| Literatura podstawowa:   1. Bednarzowa B., Młodzikowska M., Tańce – poradnik metodyczny. Wyd. AWF, Warszawa 1995 2. Bzowscy L i M. „Folkowa zabawa – Integracyjne formy polskich tańców ludowych” Wyd. „Klanza” Lublin 2002 3. Czajkowicz L., Gargól A., Grabowska M., Pietrzyk J. „Ćwiczenia muzyczno-ruchowe i tańce ludowe”, AWF Wrocław, 1990 4. Fredyk A., Kowalik B., Barańska – Grabara L. „Wybrane tańce towarzyskie dla studentów AWF im. J. Kukuczki w Katowicach, Katowice 2009 5. Gęca L. i wsp. „Tańce Integracyjne w pracy z grupą” cz. I i II Wyd. „Klanza” Lublin 2002, 2004 6. Kuźmińska O., Popielewska H. „Taniec, rytm, muzyka”, Wyd. AWF, Poznań 1995. 7. Kuźmińska O., Taniec w teorii i praktyce. Poznań 2002 8. Nowak M., Gimnastyka przy muzyce w szkole. Wyd. Promo – Lider, Warszawa 1995 9. Pietrzak J. „Niech zatańczą radośnie” – Scenariusze zabaw i tańców” ,Wydawnictwo „Pani Twardowska”, Warszawa 2015 10. Siedlecka B., Biliński W. „Taniec w edukacji dzieci i młodzieży” Podręcznik dla nauczycieli, Wyd. AWF Wrocław 2003 11. Wojtuń – Sikora B., Technika taneczna wolna. Wyd. UR, Rzeszów 2005 12. Wainwright L. „Zatańczmy!” Świat książki, Warszawa 2005 13. Wróblewska A. „Narodowe tańce polskie” poradnik metodyczny, Wydawnictwo „Korepetytor” Płock 2004. |
| Literatura uzupełniająca:   1. Domoń R., Biśto I., Kaszyca J. „Tańce, pląsy i zabawy przy muzyce dla dzieci w wieku przedszkolnym” Wydawnictwo „Przedszkolak” Lublin 2003 2. Ławrowska R. „Muzyka i ruch”, Wydawnictwa szkolne i pedagogiczne, Warszawa 1991 3. Kappert D. „Tańcząc z dziećmi. Improwizacja taneczna - symbolika ciała – socjoterapia” Kined- Joanna Zwoleńska, Warszawa 2005 4. Mentrup J., Gimnastyka i taniec: doskonała postawa dzięki ćwiczeniom baletowym. Wyd. Bauer – Weltbild Media, Warszawa 2008 5. Poliszczuk T. „Podstawy przygotowania choreograficznego w sporcie” Biblioteka Trenera, Warszawa 2003 6. „Ratajczak M. „ Rozbawione dzieciaki” Scenariusze zajęć dla dzieci 5 i 6 letnich, Wydawnictwo „Harmonia” Gdańsk 2003 7. Szot Z. „Ćwiczenia gimnastyczne z muzyką w zajęciach wychowania fizycznego” AWF Gdańsk 1993 8. Wesołowski F. „Zasady muzyki”, Polskie Wydawnictwo Muzyczne, Warszawa, 1980 9. Wojtuń-Sikora B., Znaczenie tańca i ćwiczeń muzyczno-ruchowych w psychofizycznym rozwoju dzieci i młodzieży. „Lider” 2006 |

Akceptacja Kierownika Jednostki lub osoby upoważnionej

1. W przypadku ścieżki kształcenia prowadzącej do uzyskania kwalifikacji nauczycielskich uwzględnić również efekty uczenia się ze standardów kształcenia przygotowującego do wykonywania zawodu nauczyciela. [↑](#footnote-ref-1)