**-**

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

SYLABUS

dotyczy cyklu kształcenia 2020-2023

Rok akademicki 2021/2022

1. Podstawowe informacje o przedmiocie

|  |  |
| --- | --- |
| Nazwa przedmiotu | POKAZOWE FORMY TANECZNE I TANECZNO – GIMNASTYCZNE |
| 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 4 semestr |
| Rodzaj przedmiotu | Modułowy - Instruktor Tańca |
| Język wykładowy | polski |
| Koordynator | dr Bernadetta Wojtuń- Sikora |
| Imię i nazwisko osoby prowadzącej / osób prowadzących | dr Iwona Pezdan- Śliż, mgr Jadwiga Filip |

\* *-opcjonalni*e, *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 |
| 4 |  |  |  | 16 |  |  |  |  | 1 |

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

|  |
| --- |
| Wiedza dotycząca budowy i funkcjonowania organizmu oraz aktywności ruchowej. Odpowiedni poziom sprawności fizycznej oraz podstawy rytmiczne i taneczne.  Podstawowa wiedza muzyczno-ruchowa i umiejętności taneczne zdobyte na studiach pierwszego i drugiego stopnia WF w ramach przedmiotów „Rytmika i taniec z metodyką” i oraz „Gimnastyka”. |

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

3.1 Cele przedmiotu

|  |  |
| --- | --- |
| C1 | Przygotowanie studenta do samodzielnego prowadzenia pokazowych form tanecznych i taneczno-gimnastycznych w szkołach, ośrodkach kultury lub instytucjach związanych z kulturą fizyczną.  Przygotowanie do samodzielnego opracowania i realizacji oprawy tanecznej imprez szkolnych oraz środowiskowych, a także do udziału w formach konkursowych (przeglądy, festiwale). |
| C2 | Zapoznanie studenta z nazewnictwem, techniką wykonania i metodyką nauczania pokazowych form tanecznych i taneczno-gimnastycznych. |
| C3 | Przekazanie wiedzy z zakresu przygotowania i prowadzenia zajęć ze pokazowych form tanecznych i taneczno-gimnastycznych oraz doboru muzyki.  Zapoznanie studentów z różnorodnymi formami organizacji zajęć z pokazowych form tanecznych i taneczno-gimnastycznych. |
| C4 | Opanowanie umiejętności kompozycji i realizacji układów tanecznych (lekcyjnych, widowiskowych, rekreacyjnych) z elementami pokazowych form tanecznych i taneczno-gimnastycznych. |
| C5 | Zaznajomienie ze specyfiką prowadzenia zajęć z pokazowych form tanecznych i taneczno-gimnastycznych z dziećmi i młodzieżą (korygowanie błędów, dostosowanie ćwiczeń do wieku, progresja ćwiczeń itp.). |

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 budowę oraz zasady funkcjonowania organizmu  ludzkiego, ze szczególnym uwzględnieniem wpływu pokazowych form tanecznych i taneczno-gimnastycznych, na rozwój psychofizyczny, motoryczny i morfofunkcjonalny człowieka. | K\_W03 |
| EK\_02 | Zna i rozumie metody, formy i środki stosowane w kształtowaniu  zdolności motorycznych oraz testy sprawności fizycznej służące diagnozowaniu zdolności motorycznych u osób uprawiających pokazowe formy taneczne i taneczno-gimnastyczne. | K\_W07 |
| EK\_03 | Zna zasady bhp, które obowiązują w czasie lekcji/zajęć z zakresu  pokazowych form tanecznych i taneczno-gimnastycznych. | K\_W14 |
| EK\_04 | Zna i rozumie metody badawcze stosowane w obrębie nauk z obszaru Tańca. | K\_W19 |
| Student potrafi: | | |
| EK\_05 | Potrafi dobierać odpowiednie metody, formy i środki kształtowania aktywności oraz sprawności fizycznej poprzez  pokazowe formy taneczne i taneczno-gimnastyczne. | K\_U04 |
| EK\_06 | Potrafi wybrać test do kompleksowej kontroli i oceny sprawności fizycznej osób tańczących, interpretować wyniki oraz współdziałać w planowaniu i organizacji zadań badawczych w obrębie pokazowych form tanecznych i taneczno-gimnastycznych. | K\_U06 |
| EK\_07 | Potrafi demonstrować elementy techniki indywidualnej z zakresu pokazowych form tanecznych i taneczno-gimnastycznych. | K\_U07 |
| EK\_08 | Potrafi dobrać zestaw ćwiczeń kształtujących wybrane zdolności motoryczne, dla osób/grup uczęszczających na zajęcia z pokazowych form tanecznych i taneczno-gimnastycznych. | K\_U09 |
| EK\_09 | Umie dostosować proces edukacji tanecznej w zakresie pokazowych form tanecznych i taneczno-gimnastycznych, do rzeczywistych potrzeb rozwojowo-zdrowotnych dzieci i młodzieży. | K\_U12 |
| EK\_10 | Potrafi napisać konspekt lekcji tańca z zakresu pokazowych form tanecznych i taneczno-gimnastycznych. | K\_U17 |
| EK\_11 | Umie prowadzić różne rodzaje i typy lekcji wychowania  fizycznego o charakterze tanecznym, oraz zajęcia pozalekcyjne/lekcje tańca z uwzględnieniem pokazowych form tanecznych i taneczno-gimnastycznych. | K\_U19 |
| Student jest gotów do: | | |
| EK\_12 | Jest gotów do organizowania szkolnych i środowiskowych imprez o charakterze tanecznym i rekreacyjno-sportowym, z wykorzystaniem pokazowych form tanecznych i taneczno-gimnastycznych, oraz do przygotowania oprawy tanecznej. | K\_K05 |
| EK\_13 | Jest gotów do planowania i współdziałania w procesie badawczym w obszarze nauk o Tańcu. | K\_K08 |
| EK\_14 | Jest gotów do pełnienia roli animatora pokazowych form tanecznych i taneczno-gimnastycznych, w otoczeniu społecznym. | K\_K09 |
| EK\_15 | Jest gotów do godnego reprezentowania zawodu i pracy nauczyciela Wychowania Fizycznego i instruktora Tańca oraz może być wzorem do naśladowania dla dzieci i młodzieży. | K\_K10 |

3.3 Treści programowe

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

|  |
| --- |
| Treści merytoryczne |
| II Rok 4 semestr - Cheerleaders -10 godz. |
| Specyfika prowadzenia zespołu cheerleaders, kryteria naboru do zespołu, regulaminy i zasady udziału w szkolnych zawodach cheerleaders. Ćwiczenia przygotowawcze i pomocnicze. Metodyka nauczania podstawowych ćwiczeń: gibkościowych, w podporach, podnoszeń i piramid wieloosobowych. Technika wykonania podstawowych elementów indywidualnych i zespołowych |
| Specyfika wykorzystania pomponów w ćwiczeniach gimnastycznych i tanecznych. Przykłady różnych choreografii. |
| Kompozycja i realizacja przykładowych układów tanecznych lekcyjnych, rekreacyjnych, widowiskowych, w oparciu o zdobytą wiedzę i umiejętności w zakresie pokazowych form tańca. Dobór muzyki, rekwizytów, stroju, zasady łączenia ćwiczeń z muzyką i tworzenie choreografii zespołowej. |
| Prezentacja i zrealizowanie z grupą, własnego układu taneczno-gimnastycznego z zakresu cheerleaders. |
| Treści merytoryczne |
| II Rok 3 semestr - Taneczne formy fitness-6 godz. |
| Technika kroków fitness na podłodze. Metody proste i złożone nauczania choreografii fitness. FDS (Modern Jazz, Funky, Latino),Hi/Lo Combo - metodyka nauczania. |
| Technika kroków fitness na stepie. Metody proste i złożone nauczania choreografii fitness- metodyka nauczania. |
| Warsztat pracy studenta – opracowywanie i realizacja procesu dydaktycznego Step Dance i FDS – opracowanie i poprowadzenie z grupą własnego układu z zakresu tanecznych form fitnessu. |

* 1. Metody dydaktyczne

Ćwiczenia: metoda projektów (projekty praktyczne), praca w grupach

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 | ćwiczenia |
| EK\_02 | projekt praktyczny | ćwiczenia |
| EK\_03 | projekt praktyczny | ćwiczenia |
| EK\_04 | projekt praktyczny | ćwiczenia |
| EK\_05 | projekt praktyczny | ćwiczenia |
| EK\_06 | projekt praktyczny | ćwiczenia |
| EK\_07 | projekt praktyczny | ćwiczenia |
| EK\_08 | projekt praktyczny | ćwiczenia |
| EK\_09 | projekt praktyczny | ćwiczenia |
| EK\_10 | projekt praktyczny | ćwiczenia |
| EK\_11 | projekt praktyczny | ćwiczenia |
| EK\_12 | obserwacja w trakcie zajęć | ćwiczenia |
| EK\_13 | obserwacja w trakcie zajęć | ćwiczenia |
| EK\_14 | obserwacja w trakcie zajęć | ćwiczenia |
| EK\_15 | obserwacja w trakcie zajęć | ćwiczenia |

4.2 Warunki zaliczenia przedmiotu (kryteria oceniania)

|  |
| --- |
| SEMESTR 5  Ocenie poddany zostaną projekty praktyczne:  1. Opracowanie i poprowadzenie z grupą własnego układu taneczno-gimnastycznego cheerleaders.  2. Opracowanie i poprowadzenie z grupą własnego układu z zakresu tanecznych form fitnessu.  Punktacja:  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 | 16 |
| Inne z udziałem nauczyciela akademickiego  (udział w konsultacjach, egzaminie) | udział w konsultacjach, zaliczeniach - 6 |
| Godziny niekontaktowe – praca własna studenta(przygotowanie do zajęć, egzaminu, napisanie referatu itp.) | przygotowanie do zajęć-3, przygotowanie projektów praktycznych na zaliczenie-5 |
| SUMA GODZIN | 30 |
| SUMARYCZNA LICZBA PUNKTÓW ECTS | 1 |

*\* 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. Eider J., 2001. Technika wykonania i metodyka nauczania wybranych ćwiczeń z zakresu gimnastyki sportowej. Wyd. Uniwersytetu Szczecińskiego, Szczecin 2. Grodzka – Kubiak E. Aerobik czy fitness. Wyd. DDK Edition, Poznań 2002 3. Młodzikowska M., Tukiendorf Cz. (1985) Formy muzyczno-ruchowe w szkolnym wychowaniu fizycznym. Wyd. AWF, Warszawa 4. Olex – Mierzejewska D. Fitness. Teoretyczne i metodyczne podstawy prowadzenia zajęć. Wyd. UKiP J&D Gębka, Katowice 2002 5. Poliszczuk T., 2003, Podstawy przygotowania choreograficznego w sporcie. Wyd. COS, Warszawa 6. Regulaminy zawodów zespołów „Cheerleaders” organizowanych przez SZS w ramach Igrzysk Młodzieży Szkolnej, Gimnazjady i Licealiady   Literatura uzupełniająca:   1. Brańska Ż. (1989) Wybrane zagadnienia z zakresu gimnastyki artystycznej. Wyd. AWF Warszawa 2. Aktualne przepisy sędziowania w gimnastyce artystycznej i gimnastyce sportowej kobiet i mężczyzn. Polski Związek Gimnastyczny 3. Góme z R.A. Aerobik i Step. Wyd. Buchmann Sp. z.o.o. Warszawa 2009 4. Kuźmińska O. (1991) Podręcznik gimnastyki artystycznej. Wyd. SAWW, Poznań 5. Kuźmińska O. (1992) Wykłady i ćwiczenia z gimnastyki artystycznej dla studentek wychowania fizycznego. Wyd. AWF, Seria: Skrypt nr 96, Poznań |

Akceptacja Kierownika Jednostki lub osoby upoważnionej

1. [↑](#footnote-ref-1)