

Nazwa przedmiotu: <b>Technika ruchu</b>		<b>Rok akademicki</b>
Nazwa jednostki prowadzącej przedmiot: <b>Wydział Dyrygentury i Wokalistyki Chóralnej, Edukacji Muzycznej i Rytmiki</b>		<b>2020/2021</b>
Nazwa kierunku: <b>Edukacja artystyczna w zakresie sztuki muzycznej</b>		
Forma studiów: stacjonarne I st.	Profil kształcenia: <b>ogólnoakademicki (A)</b>	Status przedmiotu: obowiązkowy
Specjalność: <b>Rytmika</b>		<b>Rok III / Semestr V, VI</b>
Język przedmiotu: <b>polski</b>	Forma zajęć: ćwiczenia	Wymiar zajęć: 60 godzin
Koordinator przedmiotu	<b>Kierownik Katedry Rytmiki i Improwizacji Fortepianowej Prowadzący zajęcia: dr hab. Aleksandra Dziurosz, prof. ucz.</b>	
Cele przedmiotu	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Wykształcenie świadomego poruszania się, opartego na technikach ruchu (m.in. na: teorii Rudolfa von Labana oraz metod: Alexandra, Releasing, Body&amp;Mind).</li> <li>2. Wyrobienie umiejętności sprawnego, wyrazistego i świadomego wykorzystywania możliwości ruchowych ciała ze szczególnym uwzględnieniem kontroli pracy centrum.</li> <li>3. Wykształcenie umiejętności stosowania zagadnień i pojęć technik ruchu w praktyce.</li> <li>4. Kształtowanie umiejętności myślenia o ruchu w kategorii estetyki poprzez uwrażliwienie na plastykę ciała, powiązanie ruchu z muzyką.</li> </ol> <p>Uświadomienie funkcjonowania ruchu w przestrzeni, pojęcia czasowania, ograniczeń i swobody, zawieszenia, kierunku ruchu, jego znaczenia, ekspresji, dynamiki itp.</p>	
Wymagania wstępne	Ogólna sprawność fizyczna (siła, plastyka i sprężystość ciała). Podstawowa wiedza z zakresu anatomii i motoryki ciała.	

Kod efektu	<b>PRZEDMIOTOWE EFEKTY UCZENIA SIĘ</b>	Przypisanie do efektów specjalnościowych (kierunkowych)
------------	--	---

w zakresie WIEDZY (W)

1	zna wybrane techniki i metody wspomagające trening ciała – wybrane formy aktywności fizycznej oraz rozumie wzajemne relacje między muzyką a ruchem	W2
2	posługuje się zasadami z technik ruchu w połączeniu z muzyką	W7

w zakresie UMIEJĘTNOŚCI (U)

3	opanował efektywne techniki ćwiczenia umożliwiające ciągły rozwój ruchowy poprzez samodzielną pracę twórczą	U1
---	---	----

w zakresie KOMPETENCJI SPOŁECZNYCH (K)

4	rozumie konieczność rozwoju własnej osobowości twórczej poprzez poszerzanie wiedzy, doskonalenie umiejętności i rozwijanie kreatywności	K1
---	---	----

**TREŚCI PROGRAMOWE**

	Liczba godzin
1. Omówienie i praktyczne zastosowanie podstawowych zasad wykonywania ćwiczeń z technik i metod wspomagających trening ciała: → yoga, → technika Pilates, → technika Alexandra, → Releasing → Body&Mind.	20

Program zakłada omówienie i praktyczne zastosowanie zestawów ćwiczeń, które stanowią kombinację w.w. metod i technik ruchowych. Zestawienia elementów technicznych konstruowane są w sposób umożliwiający realizację wszystkich celów przedmiotu Technika ruchu. Ważnym aspektem jest skupienie uwagi prowadzącego na wyrównaniu poziomu wiedzy i umiejętności wszystkich Studentów biorących udział w zajęciach.	
2. Realizacja kombinacji tanecznych opartych na podstawowych elementach z zakresu techniki ruchu. Omówienie oraz zastosowanie w praktyce pojęć / teorii dotyczących ruchu:	4
• Jakość ruchu.	2
• Intencja ruchu.	2
• Ekspresja muzyczno-ruchowa.	2
	Liczba godzin
3. Realizacja zadań ruchowych opartych na metodzie improwizacji. Tematyka zadań jest zaproponowana przez prowadzącego, lecz również przez Studentów.	10
• Doskonalenie wykonywania ćwiczeń z poznanych technik; praca z partnerem oraz z parterami: poznanie sposobów ruchowej współpracy z drugą osobą oraz w grupie; różne możliwości organizacji ruchu i przestrzeni w pracy w parach i w grupie (równoległość, odbicie lustrzane, kontrast, kanon, ewolucje, tworzenie treści).	10
4. Ćwiczenia wzmacniające, rozciągające, usprawniające ciało, budujące świadomość i konsekwencję ruchu oraz plastykę ciała.	10

Metody kształcenia
1. Wykład problemowy, dotyczący wybranej treści
2. Prezentacja materiału ruchowego przez nauczyciela
3. Wykonywanie ćwiczeń i zadań typowych oraz rozwiązywanie zadań artystycznych (w tym kreatywnych)

Weryfikacja efektów uczenia się	
Metody weryfikacji	Nr efektu <sup>1</sup>
1. Zaliczenie – realizacja zleconego zadania	1, 2, 3, 4
2. Kolokwium – realizacja zleconego zadania	1, 2, 3, 4

Korelacja efektów uczenia się z treściami i metodami kształcenia oraz metodami ich weryfikacji <sup>2</sup>			
Nr efektu uczenia się	Treści kształcenia	Metody kształcenia	Metody weryfikacji
1	1-4	1, 2, 3	1, 2
2	1-4	1, 2, 3	1, 2
3	1-4	1, 2, 3	1, 2
4	1-4	1, 2, 3	1, 2

Warunki zaliczenia
<b>Semestr V – zaliczenie;</b> kontrola frekwencji na zajęciach, prawidłowe i świadome wykonanie elementów ruchowych poznanych w danym semestrze; zadania improwizacyjne.
<b>Semestr VI – kolokwium;</b> kontrola frekwencji na zajęciach, znajomość materiału ruchowego poznanego w ciągu całego roku akademickiego; znajomość terminologii oraz zasad z techniki ruchu; zadania improwizacyjne oraz zadania choreograficzne do przygotowania poza zajęciami (temat zadania podany przez prowadzącego na min 4 tygodnie przed egzaminem).

Literatura podstawowa
1. „ANALIZA RUCHU TANECZNEGO WG METOD LABANA-JOSSA-LEEDERA” – Irena Turska, COPSA z. 63, Warszawa 1963.
2. „ANALIZA WYBRANYCH ZAGADNIENÍ I SYSTEMÓW TAŃCA MODERN – ICH WYKORZYSTANIE W KSZTAŁCENIU RYTMICZEK” – Monika Sojka, praca magisterska, AMiFC, Warszawa, 1998
3. „ĆWICZENIA TANECZNE” – Irena Kik, COMUK, Warszawa 1973.
4. „EMIL JAQUES-DALCROZE I JEGO RYTMIKA” – Marzena Brzozowska-Kuczkiwicz, WSiP, Warszawa 1991.
5. „ROZWÓJ SOMATYCZNY I MOTORYCZNY” – Ryszard Przewęda, PZWS, Warszawa 1973.
6. „RUCH JAKO CZYNNIK ORGANIZACJI I WYRAZU W UTWORACH MUZYCZNYCH” – Stefan Szuman, PWM, Kraków 1951.

<sup>1</sup> odnosimy się do uprzednio sformułowanych przez nas efektów uczenia się

<sup>2</sup> należy podać numer efektu uczenia się, numery odpowiednich zakresów treści kształcenia oraz przyporządkować im metody kształcenia i weryfikacji (podać numery)

7. „TECHNIKA TAŃCA” – Maria Gwardys, COMUK, Warszawa 1975.  
 8. „ĆWICZENIA MUZYCZNO-RUCHOWE. PORADNIK METODYCZNY”, J. Siemkowicz, PZWS Warszawa 1973.

**Literatura uzupełniająca**  
 „TANIEC W TEORII I PRAKTYCE”, O. Kuźmińska AWF Poznań 2002.

Kalkulacja nakładu pracy studenta potrzebnej do osiągnięcia zakładanych efektów uczenia się (w godz.)	
Zajęcia dydaktyczne – godziny kontaktowe	60
Przygotowywanie się do zajęć	25
Praca z literaturą	20
Konsultacje	
Przygotowywanie się do prezentacji/koncertu	
Przygotowywanie się do egzaminu, zaliczenia	20
Inne	
Łączny nakład pracy studenta w godz.	125
Liczba punktów ECTS	zgodnie z programem studiów 5

Rok	I		II		III		IV	
Semestr	I	II	III	IV	V	VI	VII	VIII
Punkty ECTS					2	3		
Liczba godzin w tygodniu					30	30		
Rodzaj zaliczenia					zaliczenie	kolokwium		

Możliwości kariery zawodowej
<ul style="list-style-type: none"> <li>jako artysta działający na polach dziedzin sztuk performatywnych – scenicznych potrafi w świadomie operować własnym ciałem – narzędziem niezbędnym do wyrażania treści i emocji.</li> <li>cykl zajęć przygotował Studenta do podjęcia kształcenia w zakresie przedmiotu Taniec Współczesny (rok I, studia II stopnia).</li> </ul>

Data	Kto modyfikował	Czego dotyczy modyfikacja
16.09.2019	Dr hab. Aleksandra Dziurosz	Aktualizacja
11.10.2020	Dr hab. Magdalena Stępień	j. w.

SPOSOBY REALIZACJI I WERYFIKACJI EFEKTÓW UCZENIA SIĘ ZOSTAŁY DOPASOWANE DO SYTUACJI EPIDEMIOLOGICZNEJ WEWNĘTRZNYMI AKTAMI PRAWNYMI UCZELNI





