

**AKADEMIA WYCHOWANIA FIZYCZNEGO  
IM. EUGENIUSZA PIASECKIEGO W POZNANIU**

**Wydział Nauk o Kulturze Fizycznej  
Kierunek: Taniec w Kulturze Fizycznej**

**KARTA PRZEDMIOTU**

**Nazwa przedmiotu** Taniec fizyczny

**Kod przedmiotu** WNoKF\_TwKF\_1\_O\_71\_s

**Nazwa jednostki prowadzącej przedmiot/moduł** Zakład Tańca

**Osoba odpowiedzialna za kartę – koordynator przedmiotu**

prof. AWF dr hab. Piotr Gronek

**Osoby prowadzące przedmiot**

1. mgr Paweł Malicki
2. mgr Agnieszka Doberska

**Data opracowania:**

30.09.2019

Forma studiów	studia stacjonarne			
Stopień studiów	studia pierwszego stopnia			
Profil	Praktyczny			
Specjalność	Wszystkie			
Rok studiów/semestr	rok II, semestr IV, rok III, semestr V			
Status przedmiotu	Obowiązkowy			
Język przedmiotu	Polski			
Forma zajęć	Wykład	ćwiczenia	seminaria	inne
Wymiar zajęć		45		
Liczba punktów ECTS	3			

### 1. Cele przedmiotu

C01	Zwiększenie siły i wytrzymałości mięśni poprzez zadania ruchowe
C02	Wykorzystanie elementów gimnastyki, podstaw akrobatyki, ćwiczeń budujących i wzmacniających siłę mięśni w tańcu fizycznym
C03	Prawidłowe używanie mechanizmów siłowych ciała w ruchu i technice tańca fizycznego

### 2. Wymagania wstępne w zakresie wiedzy, umiejętności i innych kompetencji:

- Ogólna sprawność w zakresie aktywności fizycznej
- Podstawowa wiedza i umiejętności związane z tańcem

### 3. Efekty uczenia się w zakresie wiedzy, umiejętności oraz kompetencji społecznych:

Symbol	Efekty uczenia się dla przedmiotu Po zrealizowaniu przedmiotu student:	Odniesienie do efektów uczenia się dla kierunku studiów	Odniesienie do charakterystyk drugiego stopnia uczenia się PRK
EK1	Wykazuje wysoką sprawność fizyczną	K_W11 K_K10	P6S_WG P6S_KO
EK2	Potrafi w sposób świadomy korzystać z techniki tańca fizycznego	K_U01,K_U02,K_U03	P6S_UW
EK3	Potrafi brać odpowiedzialność za pracę własną i w grupie oraz za bezpieczeństwo własne i innych	K_K08	P6S_UW

### 4. Treści programowe

ĆWICZENIA		
Lp.	Tematyka zajęć Opis szczegółowych bloków tematycznych	Liczba godzin
ĆW1	Trening sprawnościowy – ćwiczenia budujące i wzmacniające siłę mięśni oraz wykorzystujące specyficzny rodzaj motoryki tańca fizycznego	10
ĆW2	Floorwork (ćwiczenia, elementy ruchowe wykonywane w parterze) – jako podstawowa forma ruchowa w technice tańca fizycznego	5
CW3	Wykorzystanie innych technik tanecznych (tańca współczesnego, tańca klasycznego, technik nowoczesnych i streetowych) w technice tańca fizycznego	5
ĆW4	Wykorzystanie elementów technik wspomagających techniki taneczne (joga, parkour, sztuki walki) w technice tańca fizycznego	5
ĆW5	Poznanie i wykorzystanie elementów siłowych (elementów gimnastyki i podstaw akrobatyki) w technice tańca fizycznego	5
ĆW6	Bezpieczeństwo i efektywność w siłowych elementach techniki tańca	5

	fizycznego	
ĆW7	Ćwiczenia, kombinacje i etudy ruchowe w technice tańca fizycznego	10
	Razem	45

## 5. Metody dydaktyczne

M1	Prezentacja ruchowa
M2	Praktyczne zadania ruchowe
M3	Praktyka wymagająca współpracy w grupie

## 6. Obciążenie pracą studenta

Forma aktywności	Średnia liczba godzin na zrealizowanie aktywności
<b>Godziny kontaktowe z nauczycielem akademickim, w tym:</b>	
Godziny wynikające z planu studiów	45
Konsultacje przedmiotowe	5
Egzaminy i zaliczenia w sesji	2
<b>Godziny bez udziału nauczyciela wynikające z nakładu pracy studenta, w tym:</b>	
Przygotowanie się do zajęć	15
Przygotowanie np. raportu, prezentacji, dyskusji, pokazu tanecznego	
Przygotowanie do egzaminu	8
<b>Sumaryczna liczba godzin dla przedmiotu wynikająca z całego nakładu pracy studenta</b>	<b>75</b>
Sumaryczna liczba punktów ECTS dla przedmiotu	3

## 7. Metody oceny

### a. Ocena formująca

F1	Bieżąca ocena aktywności studenta podczas zajęć
F2	Ocena postępów sprawności ruchowej

### b. Ocena podsumowująca

P1	Egzamin praktyczny – etudy i kombinacje w technice tańca fizycznego
----	---------------------------------------------------------------------

### c. Warunki zaliczenia przedmiotu

- Obecność na zajęciach
- Prezentacja ćwiczeń i kombinacji ruchowych w ramach egzaminu praktycznego

## 8. Kryteria oceny

Efekt uczenia się EK1	
na ocenę 2	Nie zna podstawowych mechanizmów w ciele niezbędnych do bezpiecznego wykonywania poszczególnych zadań
na ocenę 3	Posiada ogólną wiedzę z zakresu budowy anatomicznej i funkcjonowania wybranych układów człowieka ze szczególnym uwzględnieniem układu ruchu oraz zasad sterowania ruchem. Czasem ma trudności do zastosowania wiedzy teoretycznej w praktyce.
na ocenę 4	Student poprawnie znajduje i wykorzystuje teorię ruchu w praktyce tańca fizycznego, w sposób bezpieczny wykonując zadania
na ocenę 5	Student potrafi wykonać wszystkie zadania prawidłowo, nie zagrażając sobie i innym. Biegłe posługuje się narzędziami techniki tańca fizycznego i potrafi je wykorzystać w sposób kreatywny. W sposób fachowy wykorzystuje własną sprawność ruchową
Efekt uczenia się EK2	
na ocenę 2	Student nie umie wykorzystywać podstawowych narzędzi techniki tańca fizycznego
na ocenę 3	Student poprawnie wykorzystuje zaledwie kilka narzędzi techniki tańca fizycznego
na ocenę 4	Student nie tylko poprawnie wykorzystuje narzędzia techniki tańca fizycznego, ale również

	potrafi w sposób kreatywny potrafi wykorzystać je do samodzielnej pracy
na ocenę 5	Student potrafi wykorzystywać wszystkie zaproponowane w trakcie zajęć narzędzia techniki tańca fizycznego, w sposób kreatywny potrafi wykorzystać je do samodzielnej pracy z jednoczesnym uzasadnieniem wyboru. Potrafi w sposób świadomy i efektywny wykorzystywać własne zdolności kinestetyczne w działaniach ruchowych i zadaniach choreograficznych.
<b>Efekt uczenia się EK3</b>	
na ocenę 2	Student nie posiada umiejętności pracy w grupie
na ocenę 3	Ma trudności z komunikacją w grupie, jednak traktuje innych z szacunkiem.
na ocenę 4	Dobrze odnajduje się w grupie, współpracuje z rozumą i poczuciem wzajemnego bezpieczeństwa.
na ocenę 5	Student wykazuje dużą uważność na bodźce zewnętrzne. Pozostałych członków zespołu traktuje z należyтым szacunkiem i troską o wzajemne bezpieczeństwo. Student potrafi efektywnie analizować ruch, dyskutować na temat swoich obserwacji i spostrzeżeń

## 9. Macierz realizacji przedmiotu

Efekt uczenia się dla przedmiotu	Odniesienie do efektów kierunkowych	Cele przedmiotu	Treści programowe	Metody dydaktyczne	Sposoby oceny
EK1	K_W11 K_K10	C01	ĆW1 ĆW2	M1 M2	F1 F2
EK2	K_U01,K_U02,K_U03	C02	ĆW3 ĆW4 ĆW5 ĆW7	M1 M2	P1
EK3	K_K08	C03	ĆW6	M3	F1 F2 P1

## 10. Wykaz literatury

### a. Literatura podstawowa

Lp.	
1	„Wisdom of the Body Moving: An Introduction to Body-Mind Centering” - Linda Hartley

### b. Literatura uzupełniająca

Lp.	
1	„Worlding Dance” - Susan Leigh Foster