

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

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

**KARTA PRZEDMIOTU**

**Nazwa przedmiotu Techniki modern**

**Kod przedmiotu WNoKF\_TwKF\_1\_O\_78\_s**

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

**Osoba odpowiedzialna za kartę – koordynator przedmiotu  
prof. AWF dr hab. Piotr Groniek / mgr Paulina Wycichowska**

**Osoby prowadzące przedmiot**

- 1. mgr Paulina Wycichowska**
- 2. mgr Agnieszka Doberska**
- 3. mgr Andrzej Adamczak**

**Data opracowania: 30.09.2019 r.**

## 1. Podstawowe informacje

Forma studiów	studia stacjonarne			
Stopień studiów	studia pierwszego stopnia			
Profil	praktyczny			
Specjalność	wszystkie			
Rok studiów/semestr	rok I i II, semestr 2, 3 i 4			
Status przedmiotu	obowiązkowy			
Język przedmiotu	polski			
Forma zajęć	wykład	ćwiczenia	seminaria	inne
Wymiar zajęć		90		
Liczba punktów ECTS	7			

## 2. Cele przedmiotu

C01	Zapoznanie studentów z podstawami wybranych technik modern, ich charakterystyką i zasadami wykonywania ćwiczeń.
C02	Rozwijanie świadomości ciała jako instrumentu w kontekście danej techniki: praca nad uelastycznieniem i wzmacnianiem mięśni i powiększaniem zakresu ruchowego kończyn, powiększanie wytrzymałości aerobowej i anaerobowej organizmu. Rozwijanie umiejętności praktycznego zastosowania wiedzy z dziedziny kinezylogii i anatomii funkcjonalnej w relacji do indywidualnych predyspozycji fizyczno-ruchowych.
C03	Opanowanie podstaw pionierskich technik tańca współczesnego: techniki tańca Merce'a Cunninghama, Marthy Graham i José Limóna w stopniu pozwalającym na wykonywanie zadań tanecznych w artystycznej formie nawiązującej do danej techniki.

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

- Wiedza i umiejętności związane z tańcem wyniesione z wcześniejszych etapów kształcenia.
- Sprawność fizyczna umożliwiająca podejmowanie zaprogramowanych ćwiczeń.
- Wykazuje się odpowiedzialnością za siebie i innych, umożliwiając realizację wyznaczonych celów.

## 4. 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 podstawową wiedzę na temat wybranych technik modern: techniki tańca Merce'a Cunninghama, Marthy Graham i José Limóna, jego. Zna ich charakterystyczne cechy, zasady wykonania ćwiczeń i terminologię. Prezentuje znajomość wybranej literatury przedmiotu.	K_W15, K_W18	P6S_WG
EK2	Potrafi prawidłowo wykonać zadane sekwencje ćwiczeniowe w obrębie danej techniki. Wykazuje się biegłością w zakresie rozpoznawania materiału ruchowego i zapamiętywania go. Posiada świadomość ciała umożliwiającą kontrolę ruchu w wymiarze nie tylko ekspresyjnym, ale i umiejętności aplikacji wiedzy na	K_W02, K_W03, K_W06, K_U03, K_U04, K_U12, K_U17	P6S_WG, P6S_UW, P6S_UO, P6S_UW P6S_UK

	temat funkcjonowania ciała w kontekście kinezyjologicznym.		
EK3	Posiada zdolność samooceny swoich możliwości. Dbą o swoje zdrowie i sprawność aparatu ruchowego przez odpowiednie przygotowanie do zajęć i tryb życia. Potrafi określić zakres własnych zawodowych kompetencji i wykazywać się odpowiedzialnością za pracę własną oraz w grupie.	K_W06, K_K02, K_K08, K_K10	P6S_WG, P6S_KO, P6S_KR

## 5. Treści programowe

WYKŁADY		
Lp.	Tematyka zajęć Opis szczegółowych bloków tematycznych	Liczba godzin
	Razem	-
ĆWICZENIA		
Lp.	Tematyka zajęć Opis szczegółowych bloków tematycznych	Liczba godzin
ĆW1	Ćwiczenia wprowadzające w podstawy techniki Merce'a Cunninghama. Realizacja zadań ruchowych inspirowanych oryginalnymi założeniami twórcy techniki. Ćwiczenia statyczne i dynamiczne ze szczególnym naciskiem na rozwój siły i wytrzymałości mięśniowej. Lokomocja i elewacja charakterystyczne dla technik modern.	30
ĆW2	Ćwiczenia wprowadzające w podstawy techniki Marthy Graham. Realizacja zadań ruchowych inspirowanych oryginalnymi założeniami twórcy techniki. Ćwiczenia na poziomie niskim, średnim i wysokim ze szczególnym naciskiem na świadomość środka ciężkości, rozwój siły i elastyczności mięśni oraz koordynację ruchową. Lokomocja i elewacja charakterystyczne dla technik modern.	30
ĆW3	Ćwiczenia wprowadzające w podstawy techniki José Limóna. Realizacja zadań ruchowych inspirowanych oryginalnymi założeniami twórcy techniki. Ćwiczenia dynamiczne na poziomie niskim, średnim i wysokim uwzględniające szybkie zmiany kierunku, dynamiki i przejścia ze stanu stabilnego w labilny. Lokomocja i elewacja charakterystyczne dla technik modern.	30
	Razem	90

## 6. Metody dydaktyczne

M1	Odtwórcze ćwiczenia praktyczne.
M2	Obserwacja i dyskusje problemowe.

## 7. 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	90
Konsultacje przedmiotowe	
Egzaminy i zaliczenia w sesji	6
<b>Godziny bez udziału nauczyciela wynikające z nakładu pracy studenta, w tym:</b>	
Przygotowanie się do zajęć	40
Przygotowanie np. raportu, prezentacji, dyskusji, pokazu tanecznego	4
Przygotowanie do egzaminu	40

<b>Sumaryczna liczba godzin dla przedmiotu wynikająca z całego nakładu pracy studenta</b>	180
Sumaryczna liczba punktów ECTS dla przedmiotu	7

## 8. Metody oceny

### a. Ocena formująca

F1	Bieżąca ocena aktywności studenta podczas zajęć
F2	Ocena znajomości zadanego materiału ruchowego i zasad jego wykonania.
F3	Ocena praktycznych umiejętności nabytych podczas zajęć.

### b. Ocena podsumowująca

P1	Egzamin praktyczny
----	--------------------

### c. Warunki zaliczenia przedmiotu

- Obecność na zajęciach zgodnie z Regulaminem Studiów
- Zaliczenie ćwiczeń odtwórczych i twórczych w praktyce.

## 9. Kryteria oceny

<b>Efekt uczenia się EK1</b>	
na ocenę 2	Nie wykazuje podstawowej wiedzy na temat wybranych technik modern: techniki tańca Merce'a Cunninghama, Marthy Graham i José Limóna. Nie zna ich charakterystycznych cech, zasad wykonania ćwiczeń i terminologii. Nie ma znajomości wybranej literatury przedmiotu.
na ocenę 3	Wykazuje częściową wiedzę na temat wybranych technik modern: techniki tańca Merce'a Cunninghama, Marthy Graham i José Limóna. Zna ich niektóre cechy i zasady wykonania ćwiczeń i w częściowym stopniu terminologię. Prezentuje znajomość nielicznych pozycji z wybranej literatury przedmiotu.
na ocenę 4	Wykazuje podstawową wiedzę na temat wybranych technik modern: techniki tańca Merce'a Cunninghama, Marthy Graham i José Limóna. Zna ich charakterystyczne cechy, zasady wykonania ćwiczeń i terminologię. Prezentuje dość dobrą znajomość wybranej literatury przedmiotu.
na ocenę 5	Wykazuje rozszerzoną wiedzę na temat wybranych technik modern: techniki tańca Merce'a Cunninghama, Marthy Graham i José Limóna. Bardzo dobrze zna ich charakterystyczne cechy, zasady wykonania ćwiczeń i terminologię. Prezentuje świetną znajomość wybranej literatury przedmiotu.
<b>Efekt uczenia się EK2</b>	
na ocenę 2	Nie potrafi prawidłowo wykonać zadanych sekwencji ćwiczeniowych w obrębie danej techniki. Ma problemy z rozpoznawaniem materiału ruchowego i zapamiętywaniem go. Posiada świadomość ciała umożliwiającą bardzo niską kontrolę ruchu w wymiarze ekspresyjnym. Nie posiada umiejętności aplikacji wiedzy na temat funkcjonowania ciała w kontekście kinezyjologicznym.
na ocenę 3	Potrafi prawidłowo wykonać niektóre zadane sekwencje ćwiczeniowe w obrębie danej techniki. Wykazuje się niską biegłością w zakresie rozpoznawania materiału ruchowego i zapamiętywania go. Posiada świadomość ciała umożliwiającą małą kontrolę ruchu w wymiarze ekspresyjnym. Posiada małą umiejętność aplikacji wiedzy na temat funkcjonowania ciała w kontekście kinezyjologicznym.
na ocenę 4	Potrafi w większości prawidłowo wykonać zadane sekwencje ćwiczeniowe w obrębie danej techniki. Wykazuje się pewną sprawnością w zakresie rozpoznawania materiału ruchowego i zapamiętywania go. Posiada świadomość ciała umożliwiającą w dużym stopniu kontrolę ruchu w wymiarze nie tylko ekspresyjnym, ale i umiejętności aplikacji wiedzy na temat funkcjonowania ciała w kontekście kinezyjologicznym.
na ocenę 5	Potrafi prawidłowo wykonać zadane sekwencje ćwiczeniowe w obrębie danej techniki. Wykazuje się biegłością w zakresie rozpoznawania materiału ruchowego i zapamiętywania go. Posiada świadomość ciała umożliwiającą kontrolę ruchu w

	wymiarze nie tylko ekspresyjnym, ale i umiejętności aplikacji wiedzy na temat funkcjonowania ciała w kontekście kinezyologicznym.
<b>Efekt uczenia się EK3</b>	
na ocenę 2	Nie posiada zdolności samooceny swoich możliwości. Nie dba o swoje zdrowie i sprawność aparatu ruchowego, nie przygotowuje się odpowiednio do zajęć. Nie potrafi określić zakresu własnych zawodowych kompetencji. Wykazuje się brakiem odpowiedzialności za pracę własną oraz w grupie. Stwarza zagrożenie dla zdrowia współuczestników zajęć przez nieodpowiedzialne zachowania w czasie ćwiczeń praktycznych.
na ocenę 3	Posiada częściową zdolność samooceny swoich możliwości. W niewielkim stopniu dba o swoje zdrowie i sprawność aparatu ruchowego. Nieregularnie przygotowuje się do zajęć. Potrafi częściowo określić zakres własnych zawodowych kompetencji i wykazywać się częściową odpowiedzialnością za pracę własną oraz w grupie.
na ocenę 4	Posiada zdolność samooceny swoich możliwości. Dbą w miarę regularnie o swoje zdrowie i sprawność aparatu ruchowego przez odpowiednie przygotowanie do zajęć i tryb życia. Potrafi w dużym stopniu określić zakres własnych zawodowych kompetencji i wykazywać się odpowiedzialnością za pracę własną oraz w grupie.
na ocenę 5	Posiada doskonałą zdolność samooceny swoich możliwości. Regularnie dba o swoje zdrowie i sprawność aparatu ruchowego przez odpowiednie przygotowanie do zajęć i tryb życia. Potrafi bardzo dobrze określić zakres własnych zawodowych kompetencji i wykazywać się wybitną odpowiedzialnością za pracę własną oraz w grupie.

#### 10. Macierz realizacji przedmiotu

Efekty uczenia się dla przedmiotu	Odniesienie do efektów kierunkowych	Cele przedmiotu	Treści programowe	Metody dydaktyczne	Sposoby oceny
EK1	K_W15, K_W18	C01, C03	ĆW1,ĆW2,ĆW3	M1,M2	F1,F2,F3,P1
EK2	K_W02, K_W03, K_W06, K_U03, K_U04, K_U12, K_U17	C02,C03	ĆW1,ĆW2,ĆW3,	M1,M2	F1,F2,F3,P1
EK3	K_W06,K_K02, K_K08, K_K10	C02	ĆW1,ĆW2,ĆW3	M1,M2	F1,F3,P1

#### 11. Wykaz literatury

##### a. Literatura podstawowa

Lp.	
1	Turska Irena, <i>Krótki zarys historii tańca i baletu</i> , PWM Kraków 1983.
2	Eric Franklin, <i>Świadomość ciała</i> , Kined, Warszawa 2007.
3	Kuźmińska Olga, <i>Taniec w teorii i praktyce AWF Poznań</i> , 2002.
4	Haas Greene Jacqui, <i>Anatomia w tańcu</i> , MUZA S.A., Warszawa 2011.
5	Turska Irena, <i>Spotkanie ze sztuką tańca</i> , PWM S.A., Kraków 2000.

##### b. Literatura uzupełniająca

Lp.	
1	Andrzejewska-Psarska Małgorzata, <i>Więcej niż taniec</i> , PWM S.A., Kraków 2003.
2	Freedman Russel, <i>Martha Graham a Dancer's Life</i> , Clarion Books, Nowy Jork 1998.
3	Horosko Marian, <i>Martha Graham: The Evolution of Her Dance Theory and Training</i> , University Press of Florida, 2002
4	Szymajda Joanna, <i>Estetyka tańca współczesnego w Europie po roku 1990</i> , Księgarnia Akademicka, Kraków 2012.
5	Dunbar June, <i>Jose Limon: An Artist Re-viewed (Choreography and Dance Studies Series)</i> , Routledge, 2002

