

Nazwa przedmiotu: Technika Ruchu		Rok akademicki
Nazwa jednostki prowadzącej przedmiot: Wydział Edukacji Muzycznej, Chóralistyki i Rytmiki		2022/2023 2023/2024 2024/2025
Nazwa kierunku: Edukacja artystyczna w zakresie sztuki muzycznej		
Forma studiów: stacjonarne I st.	Profil kształcenia: ogólnoakademicki (A)	Status przedmiotu: obowiązkowy
Specjalność: Rytmika		Rok I, II / semestr I, II, III, IV
Język przedmiotu: polski	Forma zajęć: Ćwiczenia	Wymiar zajęć: 120 godzin
Koordinator przedmiotu	dr hab. Magdalena Stępień prof. UMFC / as. Agata Pankowska	
Cele przedmiotu	<ol style="list-style-type: none"> Omówienie i praktyczne zastosowanie podstawowych zasad wykonywania ćwiczeń z technik i metod wspomagających trening ciała Realizacja kombinacji tanecznych opartych na podstawowych elementach z zakresu techniki ruchu Realizacja zadań ruchowych opartych na metodzie improwizacji. Tematyka zadań jest zaproponowana przez prowadzącego, lecz również przez Studentów 	
Wymagania wstępne	Ogólna sprawność fizyczna (siła, plastyka i sprężystość ciała). Podstawowa wiedza z zakresu anatomii i motoryki ciała.	

Kod efektu	PRZEDMIOTOWE EFEKTY UCZENIA SIĘ	Przypisanie do efektów specjalnościowych (kierunkowych)
------------	--	---

w zakresie WIEDZY (W)

1	Absolwent zna elementy dzieła muzycznego i rozumie wzajemne relacje między muzyką a ruchem	W2
2	Absolwent zna powiązania i zależności pomiędzy teoretycznymi i praktycznymi elementami metody Dalcroze'a	W7

w zakresie UMIEJĘTNOŚCI (U)

3	Absolwent tworzy i realizuje własne koncepcje artystyczne oraz dysponuje umiejętnościami muzycznymi i ruchowymi niezbędnymi do ich wyrażenia	U1
4	Absolwent opanował efektywne techniki ćwiczenia na fortepianie i wybranym instrumencie w zakresie pozwalającym na samodzielną pracę nad repertuarem oraz techniki ćwiczenia umożliwiające ciągły rozwój ruchowy poprzez samodzielną pracę	U5

w zakresie KOMPETENCJI SPOŁECZNYCH (K)

5	Absolwent doskonali swój warsztat wykonawczy - muzyczny i ruchowy oraz pogłębia wiedzę teoretyczną i praktyczną w swojej dziedzinie	K1
---	--	----

TREŚCI PROGRAMOWE	
Semestr I, II	Liczba godzin
<p>1. Omówienie i praktyczne zastosowanie podstawowych zasad wykonywania ćwiczeń z technik i metod wspomagających trening ciała (20 godzin):</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> yoga, <input type="checkbox"/> technika Pilates, <input type="checkbox"/> technika Alexandra, <input type="checkbox"/> Releasing <input type="checkbox"/> Body&Mind. <p>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.</p> <p>2. Realizacja kombinacji tanecznych opartych na podstawowych elementach z zakresu techniki ruchu. (30 godzin) Omówienie oraz zastosowanie w praktyce pojęć / teorii dotyczących ruchu:</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Jakość ruchu. <input type="checkbox"/> Intencja ruchu. <p>3. Tematy zaproponowane przez słuchaczy, wyrównywanie wiedzy, aktualne zagadnienia związane z przedmiotem (10 godzin)</p>	60
Semestr III, IV	Liczba godzin
<p>4. Doskonalenie ekspresji muzyczno-ruchowej (15 godzin)</p> <p>5. Realizacja zadań ruchowych opartych na metodzie improwizacji. Tematyka zadań jest zaproponowana przez prowadzącego, lecz również przez Studentów. (15 godzin)</p> <p>6. 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). (15 godzin)</p> <p>7. Ćwiczenia wzmacniające, rozciągające, usprawniające ciało, budujące świadomość i konsekwencję ruchu oraz plastykę ciała (15 godzin)</p>	60

Metody kształcenia
<p>1. analiza przypadków</p> <p>2. rozwiązywanie zadań artystycznych</p> <p>3. praca indywidualna</p> <p>4. praca w grupach</p> <p>5. prezentacja nagrań CD i DVD</p> <p>6. aktywizacja („burza mózgów”, metoda „śniegowej kuli”)</p> <p>7. technika drzewa decyzyjnego</p> <p>8. wszystkie inne metody stosowane przez prowadzącego przedmiot</p>

Weryfikacja efektów uczenia się	
Metody weryfikacji	Nr efektu ¹
1. kolokwium ustne	1-5
2. projekt	1-5

¹ odnosimy się do uprzednio sformułowanych przez nas efektów uczenia się

3. realizacja zleconego zadania	1-5
4. wszystkie inne metody stosowane przez prowadzącego przedmiot	1-5

Korelacja efektów uczenia się z treściami i metodami kształcenia oraz metodami ich weryfikacji ²			
Nr efektu uczenia się	Treści kształcenia	Metody kształcenia	Metody weryfikacji
1	1-7	1-8	1-4
2	1-7	1-8	1-4
3	1-7	1-8	1-4
4	1-7	1-8	1-4
5	1-7	1-8	1-4

Warunki zaliczenia
Semestr I, III – zaliczenie; kontrola frekwencji na zajęciach, prawidłowe i świadome wykonanie elementów ruchowych poznanych w danym semestrze; zadania improwizacyjne.
Semestr II, IV– kolokwium; kontrola frekwencji na zajęciach, znajomość materiału ruchowego poznanego w ciągu całego roku akademickiego; znajomość terminologii oraz zasad z techniki ruchu; znajomość form tańców tradycyjnych; 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.
7. „TECHNIKA TAŃCA” – Maria Gwardys, COMUK, Warszawa 1975.
8. „PRZYJDŹCIE, POKAŻEMY WAM CO ROBIMY. O IMPROWIZACJI TAŃCA” , S. Nieśpiałowska-Owczarek, K. Słoboda, Łódź 2013.
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	120
Przygotowywanie się do zajęć	
Praca z literaturą	
Konsultacje	
Przygotowywanie się do prezentacji/koncertu	
Przygotowywanie się do egzaminu, zaliczenia	
Inne	
Łączny nakład pracy studenta w godz.	120
Liczba punktów ECTS	4

Rok	I		II		III	
Semestr	I	II	III	IV	V	VI
Punkty ECTS	1	1	1	1		
Liczba godzin w tygodniu	30	30	30	30		
Rodzaj zaliczenia	zaliczenie	kolokwium	zaliczenie	kolokwium		

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

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

Data	Kto modyfikował	Czego dotyczy modyfikacja
22.09.2022	As. Agata Pankowska	aktualizacja
20.10.2023.	Prof. dr hab. W. Tchórzewska-Kapała	Aktualizacja karty
21.10.2024.	Prof. dr hab. W. Tchórzewska-Kapała	Aktualizacja karty