

Państwowa Wyższa Szkoła Zawodowa w Raciborzu

KARTA PRZEDMIOTU

1. Nazwa przedmiotu:	Wychowanie fizyczne - taniec			
2. Kod przedmiotu:	FSC – 18, FSR – 18			
3. Okres ważności karty:	2013-2016			
4. Forma kształcenia:	studia pierwszego stopnia			
5. Forma studiów:	studia stacjonarne			
6. Kierunek studiów:	filologia			
7. Profil studiów:	praktyczny			
8. Specjalność:	filologia słowiańska			
9. Semestr:	3, 4			
10. Jedn. prowadz. przedmiot:	Instytut Kultury Fizycznej			
11. Prowadzący przedmiot:	mgr Joanna Toniarz			
12. Grupa przedmiotów:	Treści uzupełniające			
13. Status przedmiotu:	do wyboru			
14. Język prowadzenia zajęć:	polski			
15. Przedmioty wprowadzające oraz wymagania wstępne:				
Brak wymagań wstępnych, zajęcia dla grup początkujących.				
16. Cel przedmiotu:				
Zapoznanie studentów z rekreacyjną formą tańca. Kształtowanie kondycji ogólnej organizmu, poprzez odpowiedni dobór ćwiczeń. Nauka techniki kroków i figur tanecznych. Wyrabianie nawyku aktywnego spędzania czasu wolnego, poprzez propagowanie tańca jako formy aktywności sportowo-rekreacyjnej. Pogłębienie wiadomości dotyczących tańca, a także wpływu na organizm regularnie podejmowanej aktywności ruchowej. Doskonalenie techniki poznanych kroków i figur tanecznych, oraz nauczanie nowych rodzajów tańca.				
17. Efekty kształcenia:				
Ozn.	Opis efektu kształcenia	Metoda sprawdzenia efektu kształcenia	Forma prowadzenia zajęć	Odniesienie do efektów dla kierunku studiów
W	Student zna zasady promocji zdrowia i zdrowego stylu życia poprzez taniec, ma podstawową wiedzę na temat tańca i jego wpływu na podtrzymywanie sprawności fizycznej i psychofizycznej, posiada podstawową wiedzę na temat indywidualnych form aktywności ruchowej: taniec towarzyski, nowoczesny, zajęcia gimnastyczno-taneczne.	Referat Prezentacja	Wykład Dyskusja Praca z książką	W_06 W_07 W_09 W_10
U	Student zna technikę podstawowych kroków i figur tanecznych, poznanych tańców towarzyskich, nowoczesnych; potrafi podjąć działania profilaktyczne o charakterze sportowo-rekreacyjnym, odpowiednie dla swoich potrzeb, w celu utrzymania sprawności fizycznej; posiada odpowiednie umiejętności ruchowe, techniczne, pozwalające na uczestnictwo w wybranych formach aktywności ruchowej o charakterze zdrowotnym, profilaktycznym i sportowym; potrafi projektować i realizować działania z zakresu wychowania fizycznego, uwzględniając obowiązujące normy i zachowania; potrafi analizować i wyciągać wnioski dla celów własnych oraz zespołu, wskazać obszary wymagające modyfikacji lub udoskonalień.	Sprawdzian praktyczny	Pokaz Objaśnienie: forma frontalna forma indywidualna forma zajęć w zespołach (grupowa)	U_01 U_03 U_04 U_05 U_07 U_10 U_11 U_13
K	Student ma świadomość własnych ograniczeń i wie, że należy dążyć do ciągłego samousprawniania, posiada przekonanie o wartości zdobytych umiejętności oraz wiedzy, potrafi współpracować i współdziałać w grupie, a także w	Ocena podsumowująca	Pogadanka Praca z książką	K_01 K_02 K_03 K_04

	środowisku społecznym szerząc zachowania prozdrowotne, ma świadomość znaczenia wiedzy zdobytej na zajęciach, potrafi odnieść zdobytą wiedzę w projektowaniu dalszych zadań zawodowych i prywatnych		Internet Dyskusja	K_05
18. Formy i wymiar zajęć:		Ćw (30 h + 30 h)		
19. Treści kształcenia:				
Zapoznanie studentów z podstawowymi pojęciami z zakresu muzyki i tańca. Nauka kroków podstawowych tańców towarzyskich: mambo, salsa, cha cha cha. Technika wykonania ćwiczeń wzmacniających i ich wpływ na kształtowanie sylwetki. Zaznajomienie studentów z innymi formami tańca: taniec nowoczesny, dance aerobik, zumba. Wskazanie walorów zdrowotnych i terapeutycznych zajęć tanecznych.				
20. Egzamin:		z/o		
21. Literatura podstawowa:				
Kuźmińska O.:Taniec w teorii i praktyce; AWF w Poznaniu 2002 Listkowski M.: Stretching- sprawność i zdrowie, Wydawnictwo Łódź 1994 Koziełło D.: Taniec i psychoterapia; Instytut Historii UAM, Poznań 1999				
22. Literatura uzupełniająca:				
Kuba L., Paruzel- Dyja M.: Fitness- nowoczesne formy gimnastyki, podstawy teoretyczne, Katowice 2010 Grodzka-Kubiak E.: Aerobik czy fitness, Poznań 2002 D.Olex- Zarychta: Fitness- teoretyczne i metodyczne podstawy prowadzenia zajęć. Katowice 2005				
23. Nakład pracy studenta potrzebny do osiągnięcia efektów kształcenia:				
Lp.	Forma zajęć	Liczba godzin kontaktowych / pracy studenta		
1	Wykład			
2	Ćwiczenia	60		
3	Laboratorium			
4	Projekt			
5	Seminarium			
6	Inne/praca własna	8 (przygotowanie do ćw. zapoznanie z literaturą i materiałami dydaktycznymi przygotowanie do zaliczenia praktycznego. konsultacje)		
Suma godzin		68		
24. Suma wszystkich godzin:		68	25. Liczba punktów ECTS:	2
26. Liczba punktów ECTS uzyskanych na zajęciach z bezpośrednim udziałem nauczyciela akademickiego: 1		2	27. Liczba punktów ECTS uzyskanych na zajęciach o charakterze praktycznym (laboratoria, projekty): -	0
28. Uwagi:				

Zatwierdzono:

mgr Joanna Toniarz
(data i podpis prowadzącego)

.....
(data i podpis)