

AKADEMIA WYCHOWANIA FIZYCZNEGO IM. BRONISŁAWA CZECHA W KRAKOWIE

KARTA PRZEDMIOTU

obowiązuje studentów, którzy rozpoczęli studia w roku akademickim 2012/2013

Wydział Wychowania Fizycznego i Sportu

Kierunek studiów: Wychowanie Fizyczne II stopnia

Profil: Ogólnoakademicki

Forma studiów: Niestacjonarne

Kod kierunku: 16.1

Stopień studiów: II

Specjalności: bez specjalności

1 PRZEDMIOT

NAZWA PRZEDMIOTU	Teoria i metodyka gimnastyki artystycznej
NAZWA PRZEDMIOTU W JĘZYKU ANGIELSKIM	Theory and Methodology of Artistic Gymnastics
KOD PRZEDMIOTU	WFIS16.1 ANE1
KATEGORIA PRZEDMIOTU	Przedmioty do wyboru
LICZBA PUNKTÓW ECTS	2.00
JĘZYK WYKŁADOWY	polski
SEMESTRY	3

2 FORMA ZAJĘĆ, LICZBA GODZIN W PLANIE STUDIÓW

SEMESTR	WYKŁAD	ĆWICZENIA	ZAJĘCIA LABORATORYJNE	ZAJĘCIA PRAKTYCZNE	SEMINARIUM DYPLOMOWE
3	0	16	0	0	0



3 CELE PRZEDMIOTU

- Cel1 Opanowanie terminologii, systematyki i metodyki nauczania ćwiczeń w gimnastyce artystycznej oraz zasad kompozycji układów zespołowych i doboru muzyki. Zapoznanie się z przepisami sędziowania.
- Cel2 Poszerzenie umiejętności z zakresu techniki tanecznej i manipulacji przyborami przydatnych w komponowaniu układów zespołowych, realizowane zgodnie z zasadami zachowania bezpieczeństwa.

4 WYMAGANIA WSTĘPNE

- 1 Wiadomości i umiejętności z zakresu gimnastyki artystycznej wyniesione ze studiów I stopnia.

5 EFEKTY KSZTAŁCENIA

- EK1 Wiedza: Posiada wiedzę z zakresu terminologii, systematyki i metodyki nauczania ćwiczeń oraz zasad kompozycji układów zespołowych i doboru muzyki, przepisów sędziowskich.
- EK2 Wiedza: Potrafi wykonać ćwiczenia techniki tanecznej w połączeniu z pracą przyborem i akompaniamentem muzycznym.
- EK3 Kompetencje społeczne: Realizuje zadania w sposób zapewniający bezpieczeństwo własne i otoczenia, potrafi współpracować zespole.

6 TREŚCI PROGRAMOWE

ĆWICZENIA

LP	TEMATYKA ZAJĘĆ OPIS SZCZEGÓŁOWY BLOKÓW TEMATYCZNYCH	LICZBA GODZIN
W1	Omówienie wymagań zaliczeniowych, zasad rozgrywania zawodów w gimnastyce art., zasad bezpieczeństwa na zajęciach. Ćwiczenia utanczniające i umuzykalniające: chody biegi i kroki taneczne. Technika wykonania i metodyka nauczania ćwiczeń z piłką i skakanką - rodzaje chwytu, przenoszenia, wymachy, krążenia w różnych płaszczyznach ruchu; toczenia piłki po ciele i podłożu, rzuty i chwyt. Ćwiczenia zawijania, rzuty i chwyt skakanki. Łączenie elementów techniki tanecznej z pracą przyborem w zamkniętych odcinkach muzycznych.	2
W2	Ćwiczenia taneczne ramion, nóg i tułowia, rodzaje obrotów, skoki gimnastyczne, ćwiczenia preakrobatyczne. Ćwiczenia zamiany przyborami między ćwiczącymi wykorzystywane w układach zbiorowych z jednolitym przyborem (6 piłek; 6 skakank).	2
W3	Pozycje równoważne, zasób ćwiczeń skocznościowych charakterystycznych dla gimnastyki artystycznej, skłony, fale tułowia. Połączenia elementów techniki ciała i przyboru z przemieszczaniem ćwiczących względem siebie i zamianą przyborami w zakresie układów z piłkami i skakankami przy muzyce, synchronizacja elementów gimnastycznych wykonywanych przez zespół ćwiczących w ramach utworu muzycznego.	2
W4	Elementy tanecznej techniki wolnej w połączeniu z ćwiczeniami preakrobatycznymi. Technika wykonywania i metodyka nauczania ćwiczeń z obręczą i wstążką: rodzaje chwytu, przenoszenia, wymachy, krążenia, kręcenia. Elementy manipulacji przyborem specyficzne dla ćwiczeń z obręczą i wstążką; rodzaje rzutów i chwytów.	2
W5	Zasób ćwiczeń gibkościowych charakterystycznych dla gimnastyki artystycznej. Połączenia ćwiczeń tanecznych o wyższym stopniu trudności w zamkniętych fragmentach muzycznych. Ćwiczenia zamiany przyborami między ćwiczącymi wykorzystywane w układach zbiorowych z jednolitym przyborem (6 obręczy; 6 wstążek). Ćwiczenia przemieszczania się ćwiczących względem siebie w połączeniu z manipulacją przyborem; zamiana przyborami w zakresie układów z obręczami i wstążkami.	2



ĆWICZENIA

LP	TEMATYKA ZAJĘĆ OPIS SZCZEGÓŁOWY BLOKÓW TEMATYCZNYCH	LICZBA GODZIN
W6	Skoki o wyższej trudności. Ćwiczenia synchronizacji elementów gimnastycznych i manipulacji przyborem podczas ćwiczeń zespołowych przy muzyce (6 obręczy; 6 wstążek).	2
W7	Wykorzystanie nabytych umiejętności i wiedzy w praktyce. Tworzenie układów zespołowych z przyborami według własnej inwencji, dobór odpowiedniego podkładu muzycznego.	2
W8	Pokaz przygotowanych układów zespołowych z wybranym przyborem.	2
	RAZEM	16

7 METODY DYDAKTYCZNE

M1 Praca w grupach

M2 Pokaz, objaśnienie, metoda syntetyczna, analityczna, kombinowana, zadaniowa.

8 OBCIĄŻENIE PRACĄ STUDENTA

FORMA AKTYWNOŚCI	ŚREDNIA LICZBA GODZIN NA ZREALIZOWANIE AKTYWNOŚCI
Godziny kontaktowe z nauczycielem akademickim, w tym:	
Godziny wynikające z planu studiów	16
Konsultacje przedmiotowe	0
Egzaminy i zaliczenia w sesji	0
Inne	
Godziny bez udziału nauczyciela akademickiego wynikające z nakładu pracy studenta, w tym:	
Przygotowanie się do zajęć, w tym studiowanie zalecanej literatury	25
Opracowanie wyników	0
Przygotowanie raportu, projektu, prezentacji, dyskusji	7
Dobór muzyki i jej analiza dla potrzeb przygotowywanego układu zespołowego z gimnastyki artystycznej.	2
SUMARYCZNA LICZBA GODZIN DLA PRZEDMIOTU WYNIKAJĄCA Z CAŁEGO NAKŁADU PRACY STUDENTA	50
SUMARYCZNA LICZBA PUNKTÓW ECTS DLA PRZEDMIOTU	2

9 METODY OCENY

OCENA FORMUJĄCA

F1	Ćwiczenie praktyczne
F2	Odpowiedź ustna
F3	Projekt zespołowy
F4	Aktywność na zajęciach

OCENA PODSUMOWUJĄCA

P1	Średnia ważona ocen formułujących
----	-----------------------------------

**WARUNKI ZALICZENIA PRZEDMIOTU**

1	Przygotowanie układu ćwiczeń zespołowych z przyborem
---	--

OCENA AKTYWNOŚCI STUDENTA BEZ UDZIAŁU NAUCZYCIELA AKADEMICKIEGO

1	Ćwiczenie praktyczne
2	Projekt zespołowy

KRYTERIA OCENY

EFEKT KSZTAŁCENIA 1	
NA OCENĘ 3	Studentka posiada fragmentaryczną wiedzę z zakresu terminologii, systematyki, metodyki nauczania ćwiczeń oraz zasad kompozycji układów i doboru muzyki, przepisów sędziowskich.
NA OCENĘ 4	Potrafi z -niewielkimi brakami- swobodnie posługiwać się terminologią specjalistyczną, zna metodykę nauczania ćwiczeń, potrafi przygotować kompozycję układu zespołowego przy muzyce, referować zagadnienia przepisów sędziowskich.
NA OCENĘ 5	Studentka biegle posługuje się terminologią specjalistyczną, posiada obszerną wiedzę na temat systematyki, metodyki nauczania ćwiczeń oraz organizacji zawodów i ich sędziowania. W sposób bezbłędny przygotowuje kompozycję układu zespołowego i właściwie dobiera muzykę.
EFEKT KSZTAŁCENIA 2	
NA OCENĘ 3	Studentka potrafi wykonać wybrane ćwiczenia w sposób nieznacznie odbiegający od wzorca i akompaniamentu muzycznego.
NA OCENĘ 4	Studentka wykonuje większość ćwiczeń w sposób zgodny ze wzorcem i akompaniamentem muzycznym.
NA OCENĘ 5	Studentka demonstruje ćwiczenia perfekcyjnie, z odpowiednią dynamiką, amplitudą ruchu i ekspresją, w pełnej zgodzie z akompaniamentem muzycznym.
EFEKT KSZTAŁCENIA 3	
NA OCENĘ 3	Studentka -z niewielkimi brakami- realizuje zadania w sposób zapewniający bezpieczeństwo własne i otoczenia, angażuje się w niektóre prace zespołu.
NA OCENĘ 4	Studentka wykonuje większość zadań z dbałością o bezpieczeństwo własne i innych, angażuje się w pracę zespołu.
NA OCENĘ 5	Studentka w sposób perfekcyjny, profesjonalny i w pełni bezpieczny realizuje zadania, odpowiedzialnie przygotowuje się do zajęć, aktywnie współpracuje w zespole, ma doniosły wkład w efekty pracy zespołu.

10 MACIERZ REALIZACJI PRZEDMIOTU

EFEKTY KSZTAŁCENIA DLA PRZEDMIOTU	ODNIESIENIE DO EFEKTÓW KIERUNKOWYCH	CELE PRZEDMIOTU	TREŚCI PROGRAMOWE	METODY DYDAKTYCZNE	SPOSOBY OCENY
EK1	K_W16, K_W20, K_W21	Cel1	W1 W2 W3 W4 W5 W6 W7 W8	M1 M2	F1 F2 F3 F4
EK2	K_U03, K_U06, K_U07, K_U08, K_U12, K_U13, K_U15, K_U16, K_U18, K_U19	Cel2	W1 W2 W3 W4 W5 W6 W7 W8	M1 M2	F1 F2 F3 F4 P1



EFEKTY KSZTAŁCENIA DLA PRZEDMIOTU	ODNIESIENIE DO EFEKTÓW KIERUNKOWYCH	CELE PRZEDMIOTU	TREŚCI PROGRAMOWE	METODY DYDAKTYCZNE	SPOSOBY OCENY
EK3	K_K07, K_K09	Cel2	W3 W5 W6 W7 W8	M1	F1 F3 F4

11 WYKAZ LITERATURY

LITERATURA PODSTAWOWA:

- 1 Brańska Ż. — *Wybrane zagadnienia z zakresu gimnastyki artystycznej*, Warszawa, 1989, AWF
- 2 Janowska B, Seredynska B. — *Podręcznik tanecznej techniki wolnej*, Kraków, 2006, AWF
- 3 Kuźmińska O. — *Podręcznik gimnastyki artystycznej*, Poznań, 1991, SiT
- 4 Kuźmińska O. — *Piękno ruchu taneczno-gimnastycznego*, Warszawa, 1996, SENS
- 5 PZG — *Przepisy sędziowskie. Gimnastyka artystyczna.*, Warszawa, 2004, PZG

LITERATURA UZUPEŁNIAJĄCA:

- 1 Cichalewska A., Kolarczyk E. — *Ćwiczenia kształtujące dziewcząt*, Kraków, 1999, AWF
- 2 Mazurek L. — *Gimnastyka podstawowa - słownictwo i systematyka*, Warszawa, 1980, SiT
- 3 Mazurek L. — *Gimnastyka podstawowa - słownictwo i systematyka*, Warszawa, 1980, SiT

12 INFORMACJE O NAUCZYCIELACH AKADEMICKICH

OSOBA ODPOWIEDZIALNA ZA KARTĘ

dr Katarzyna Sterkowicz-Przybycień (kontakt: hapki77@poczta.onet.pl)

OSOBY PROWADZĄCE PRZEDMIOT

dr Anna Poznańska (kontakt: annapoznanska@poczta.onet.pl)

dr hab. Katarzyna Sterkowicz-Przybycień (kontakt: katarzyna.sterkowicz@awf.krakow.pl)

13 ZATWIERDZENIE KARTY PRZEDMIOTU DO REALIZACJI

(miejscowość, data) (odpowiedzialny za przedmiot) (kierownik) (dziekan)

PRZYJMUJĘ DO REALIZACJI (data i podpisy osób prowadzących przedmiot)

.....
.....