

SYLABUS ZAJĘĆ

I. Informacje ogólne

1. Nazwa zajęć/przedmiotu:

Terapia tańcem i ruchem

2. Kod zajęć/przedmiotu:

3. Rodzaj zajęć/przedmiotu (obowiązkowy lub fakultatywny): **fakultatywny**

4. Kierunek studiów: **Biologia i zdrowie człowieka, studia stacjonarne**

5. Poziom studiów (I lub II stopień, jednolite studia magisterskie): **I stopień**

6. Profil studiów (ogólnoakademicki / praktyczny): **ogólnoakademicki**

7. Rok studiów (jeśli obowiązuje): **I**

8. Rodzaje zajęć i liczba godzin (np.: 15 h W, 30 h ĆW):

Wykłady: 10 godzin

Ćwiczenia: 25 godzin

9. Liczba punktów ECTS: **4**

10. Imię, nazwisko, tytuł/stopień naukowy, adres e-mail prowadzącego zajęcia

prof. UAM dr hab. Joanna Ziomek, jziomek@amu.edu.pl

dr Adam Pogorzała,

mgr Justyna Bajew

11. Język wykładowy: **polski**

12. Zajęcia/przedmiot prowadzone zdalnie (e-learning) (tak [częściowo/w całości] / nie): **Nie**

II. Informacje szczegółowe

1. Cele zajęć/przedmiotu

C1 Przybliżenie idei, podstawowych celów, narzędzi i zakresu oddziaływań choreoterapii.

C2 Zorientowanie się w zakresie oddziaływania choreoterapii i jej możliwych efektów prozdrowotnych – m.in. świadomość i akceptacja ciała, integracja psycho-fizyczna, integracja grupowa, relaksacja, odprężenie, uwolnienie napięć, mobilizacja, poprawa nastroju, twórcza ekspresja.

C3 Zapoznanie ze specyficznymi tematami, działaniami, aktywnościami tanecznymi adekwatnymi do celów, potrzeb, możliwości i etapu pracy grupy.

C4 Poznanie podstawowych kompetencji choreoterapeuty, m.in. umiejętności tworzenia i integrowania grupy oraz nawiązywania i podtrzymywania z nią dobrej relacji, analiza i obserwacja ruchu uczestników, adekwatne interwencje, etyka.

C5 Zapoznanie z zasadą współdziałania receptorów czucia głębokiego jako integralnej części zmysłu kinestetycznego oraz z podstawowymi testami otolaryngologicznymi do oceny zaburzeń równowagi.

C6 Przedstawienie podstawowych ćwiczeń kształtujących równowagę oraz metod łączenia prostych ruchów w złożone wzorce ruchowe wykorzystywane w życiu codziennym jak i w wybranych aktywnościach ruchowych.

C7 Zapoznanie studentów z wiedzą na temat korzystnego wpływu aktywności ruchowej na zdrowie osób starszych. Przedstawienie odpowiedzialności za przeprowadzone działania.

2. Wymagania wstępne w zakresie wiedzy, umiejętności oraz kompetencji społecznych (jeśli obowiązują)

- Student powinien posiadać podstawową wiedzę z zakresu anatomii, podstaw biochemii, fizjologii człowieka na poziomie szkoły średniej.
- Sprawność ruchowa na poziomie podstawowym.

3. Efekty uczenia się (EU) dla zajęć i odniesienie do efektów uczenia się (EK) dla kierunku studiów

Symbol EU dla zajęć/przedmiotu	Po zakończeniu zajęć i potwierdzeniu osiągnięcia EU student/ka:	Symbole EK dla kierunku studiów
Efekt_01	Zna podstawowe cele, narzędzia i zakres oddziaływań choreoterapii i wie, jak można je stosować.	K_U07, K_K04, K_K06

Efekt_02	Rozumie istotę efektów prozdrowotnych choreoterapii i interwencji, które do nich prowadzą oraz potrafi to nazwać.	K_W12, K_U07
Efekt_03	Zna specyficzne tematy, działania, aktywności taneczne, adekwatne do celów, potrzeb i możliwości konkretnej grupy odbiorców.	K_W12, K_K04
Efekt_04	Zna podstawowe kompetencje choreoterapeuty, m.in. umiejętność integrowania grupy oraz nawiązywania z nią dobrej relacji, obserwację i analizę ruchu, stosowanie adekwatnych interwencji, zagadnienia etyczne.	K_K06, K_K02
Efekt_05	Potrafi planować i zaproponować aktywności ruchowo-taneczne w podstawowym zakresie w bezpieczny sposób.	K_W12, K_U07, K_K04
Efekt_06	Zna podstawy dotyczące budowy układu nerwowego i układu mięśniowo-szkieletowego człowieka.	K_K06
Efekt_07	Zna zasady prowadzenia testów klinicznych i sposoby ich interpretacji.	K_K06
Efekt_08	Zna zasady prozdrowotnego stylu życia oraz wykazuje się wiedzą na temat korzystnego wpływu aktywności ruchowej na zdrowie. Posiada wiedzę na temat podstawowych zasad muzyczno-rytmicznych.	K_W12, K_U07, K_K06
Efekt_09	Posiada umiejętności pracy w grupie i z grupą.	K_W12, K_K06

4. Treści programowe zapewniające uzyskanie efektów uczenia się (EU) z odniesieniem do odpowiednich efektów uczenia się (EU) dla zajęć/przedmiotu

Treści programowe dla zajęć/przedmiotu	Symbol EU dla zajęć/przedmiotu
Historia, definicje, podstawowe założenia terapii przez taniec i ruch. (2x45)	Efekt_01, Efekt_02, Efekt_03
Czynniki terapeutyczne tańca i ruchu w choreoterapii. (2x45)	Efekt_02
Systemy i podejścia body-mind w terapii tańcem i ruchem.(2x45)	Efekt_03
Funkcja i znaczenia zmysłu kinestetycznego w utrzymaniu równowagi ciała u człowieka i budowaniu wzorców ruchowych.(2x45)	Efekt_06, Efekt_07
Wykrywanie zaburzeń czucia głębokiego na podstawie testów klinicznych oraz metody leczenia i torowania nowych wzorców ruchowych.(2x45)	Efekt_04
Zastosowanie czynników terapeutycznych w terapii tańcem. (4x45)	Efekt_03, Efekt_04
Narzędzia, techniki i podejścia w terapii tańcem - praktyka.(4x45)	Efekt_03, Efekt_04
Kompetencje terapeuty tańcem. Podstawowe zasady i etyka w pracy terapeuty tańcem.(4x45)	Efekt_04
Podstawy rozpoczynania i prowadzenia pracy z grupą. Struktura sesji choreoterapeutycznej.(4x45)	Efekt_05, Efekt_09
Choreoterapia z różnymi populacjami. (4x45)	Efekt_05, Efekt_09
Badanie czucia głębokiego, próby statyczne i dynamiczne, sposób wykonania badania i interpretacja uzyskanych wyników, przykładowe ćwiczenia kształtujące zmysł czucia głębokiego w obrębie kończyny górnej i dolnej; budowanie wzorców ruchowych poprzez łączenie	Efekt_07

poszczególnych ruchów; wykorzystanie czucia głębokiego w ramach profilaktyki prozdrowotnej. (3x45)	
Taniec jako forma rekreacji ruchowej w pracy z seniorami. Metody pracy na zajęciach, podstawowe formy muzyczno–rytmiczne. Zaprojektowanie zajęć rekreacyjnych. (2x45)	Efekt_08, Efekt_09

5. Zalecana literatura

Wydawnictwa książkowe (wybrane fragmenty wskazane przez prowadzącego)

1. Brudnowska A., Cylkowska-Nowak M.: Kobiety, zdrowie i choreoterapia, W: Arteterapia w edukacji i rozwoju człowieka., Wydawnictwo Naukowe Dolnośląskiej Szkoły Wyższej, Wrocław, 2008
2. Brukner P, Khan K.: Kliniczna medycyna sportowa. , Polska Edycja DB Publishing, Błonie, 2011
3. Feldenkrais M.: Świadomość poprzez ruch, Virgo, Warszawa, 2012
4. Halprin A.: Taniec jako sztuka uzdrawiania. Do zdrowia przez ruch, wizualizację i twórczą pracę z uczniami., Kined, Kraków, 2010
5. Kozięło D.: Taniec i psychoterapia, KMK Promotions, Poznań, 2002
6. Newlove J., Dalby J.: Laban dla wszystkich, Kined, Kraków, 2012
7. Siems M.: Ciało zna odpowiedź. , Wydawnictwo Santorski, Warszawa, 1998
8. Stryła W., Pogorzała AM.: Ćwiczenia propriocepcji w rehabilitacji medycznej., Wydawnictwo PZWL, Warszawa, 2012
9. Starrett K, Cordoza G.: Bądź sprawny jak lampart. , Wydawnictwo Galaktyka, Łódź, 2015
10. Franklin E.N.: Świadomość ciała - Wykorzystanie obrazów mentalnych w pedagogice ruchu., Kined, Kraków, 2007
11. Laird W.: The Laird technique of Latin Dancing. International Dance Publications of Limited of Bennett Road, Brighton, 2009
12. Kappert D.: Tańcząc z dziećmi. , Kined, Kraków, 2005
13. Payen H.: Dance movemen therapy., Theory and practice, London Routledge, 1992
14. Pędzich Z. (red.): Psychoterapia tańcem i ruchem. Teoria i praktyka., Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, Sopot, 2014
15. Torłop-Bajew J.: Proces kreatywny w terapii tańcem i ruchem – nośnik zmiany i integracji, W: Arteterapia w edukacji i rozwoju człowieka. , Wydawnictwo Naukowe Dolnośląskiej Szkoły Wyższej, Wrocław, 2008

Artykuły w czasopismach

1. Gorgól A., Oleśniewicz P. (2012): Rekreacyjne formy aktywności fizycznej seniorów. Profilaktyka zdrowia. Edukacja Rynek Gospodarka, 13, 1
2. Keogh J. W.L., Kilding A., Pidgeon P., Ashley L., Gillis D. (2009): Physical benefits of dancing for healthy older adults: a review. Journal of Aging and Physical Activity , 17
3. Mikołajska Z., Nowak Z. (2016): Wykorzystanie zajęć tanecznych w fizjoterapii osób starszych. , Rehabilitacja w Geriatrii , 1

6. Informacja o tym, gdzie można zapoznać się z materiałami do zajęć, instrukcjami do laboratorium, itp.

III. Informacje dodatkowe

1. Metody i formy prowadzenia zajęć umożliwiające osiągnięcie założonych EK (proszę wskazać z proponowanych metod właściwe dla opisywanego modułu lub/i zaproponować inne)

Metody i formy prowadzenia zajęć	
Wykład z prezentacją multimedialną wybranych zagadnień	TAK
Wykład konwersatoryjny	
Wykład problemowy	
Dyskusja	
Praca z tekstem	
Metoda analizy przypadków	
Uczenie problemowe (Problem-based learning)	

Gra dydaktyczna/symulacyjna	
Rozwiązywanie zadań (np.: obliczeniowych, artystycznych, praktycznych)	
Metoda ćwiczeniowa	TAK
Metoda laboratoryjna	
Metoda badawcza (dociekania naukowego)	
Metoda warsztatowa	TAK
Metoda projektu	
Pokaz i obserwacja	
Demonstracje dźwiękowe i/lub video	
Metody aktywizujące (np.: „burza mózgów”, technika analizy SWOT, technika drzewka decyzyjnego, metoda „kuli śnieżowej”, konstruowanie „map myśli”)	
Praca w grupach	TAK

2. Sposoby oceniania stopnia osiągnięcia EK (proszę wskazać z proponowanych sposobów właściwe dla danego EK lub/i zaproponować inne)

Sposoby oceniania	Symbole EK dla modułu zajęć/przedmiotu								
	EK_1	EK_2	EK_3	EK_4	EK_5	EK_6	EK_7	EK_8	EK_9
Egzamin pisemny									
Egzamin ustny									
Egzamin z „otwartą książką”									
Kolokwium pisemne									
Kolokwium ustne									
Test	TAK	TAK	TAK	TAK		TAK	TAK	TAK	
Projekt									
Esej									
Raport									
Prezentacja multimedialna									
Egzamin praktyczny (obserwacja wykonawstwa)									
Portfolio									
Zadania praktyczne do wykonania na zajęciach				TAK	TAK				TAK
Prezentacja ruchowo-werbalna z konspektem pisemnym			TAK		TAK			TAK	

3. Nakład pracy studenta i punkty ECTS

Forma aktywności	Średnia liczba godzin na realizowanie aktywności	
	studia stacjonarne	studia niestacjonarne
Godziny zajęć (wg planu studiów) z nauczycielem	35	0
Praca własna studenta		
Przygotowanie do zajęć	20	0
Czytanie wskazanej literatury	10	0

Forma aktywności	Średnia liczba godzin na zrealizowanie aktywności	
	studia stacjonarne	studia niestacjonarne
Przygotowanie pracy pisemnej, raportu, prezentacji, demonstracji, itp.	20	0
Przygotowanie projektu		0
Przygotowanie pracy semestralnej		0
Przygotowanie do egzaminu / zaliczenia	15	0
SUMA GODZIN	100	0
LICZBA PUNKTÓW ECTS DLA MODUŁU ZAJĘĆ/PRZEDMIOTU	4	0

4. Kryteria oceniania wg skali stosowanej w UAM

bardzo dobry (bdb; 5,0): Bardzo dobra znajomość podstawowych zagadnień przedstawionych na zajęciach. Duża łatwość wykonywania rozmaitych ćwiczeń i połączeń ruchowo-tanecznych. Łatwość w planowaniu aktywności ruchowo-tanecznych w zakresie większym niż podstawowy w bezpieczny sposób. Postawa zaangażowania w zajęcia i aktywna współpraca z grupą. Wykazywanie własnej inicjatywy w pracy w grupie.

dobry plus (+db; 4,5): Prezentowanie na dobrym poziomie wiedzy na temat podstawowych zagadnień przedstawionych na zajęciach. Łatwość wykonywania rozmaitych ćwiczeń i połączeń ruchowo-tanecznych oraz planowania aktywności ruchowo-tanecznych na podstawowym poziomie w bezpieczny sposób. Postawa zaangażowania w zajęcia i aktywna współpraca z grupą.

dobry (db; 4,0): Prezentowanie na dobrym poziomie wiedzy na temat podstawowych zagadnień przedstawionych na zajęciach. Dobra umiejętność wykonywania połączeń ruchowo-tanecznych i ich tworzenia. Podstawowa umiejętność pracy w grupie i z grupą.

dostateczny plus (+dst; 3,5): Prezentowanie minimalnej wiedzy w zakresie treści programowych przedmiotu. Umiejętność zademonstrowania podstawowych technik ruchowo-tanecznych. Minimalna umiejętność pracy w grupie i z grupą.

dostateczny (dst; 3,0): Prezentowanie minimalnej wiedzy w zakresie treści programowych przedmiotu. Umiejętność zademonstrowania podstawowych technik ruchowo-tanecznych. Minimalne zaangażowanie w pracę na zajęciach, niechęć do współpracy z grupą.

niedostateczny (ndst; 2,0): Brak wiedzy dotyczącej podstawowych zagadnień przedstawionych na zajęciach. Brak koordynacji ruchowej i opanowania podstawowych technik stosowanych w terapii tańcem i ruchem. Brak właściwej postawy względem prowadzącego i innych uczestników zajęć, nieumiejętność pracy w zespole.