



## INFORMACJE OGÓLNE O PROGRAMIE

1)	Kierunek studiów i specjalność	Tanec, Pedagogika baletowa
2)	Poziom studiów	II stopień
3)	Profil studiów	ogólnoakademicki
4)	Forma lub formy studiów	Stacjonarne
5)	Liczba semestrów	4
6)	Liczba punktów ECTS konieczna do ukończenia studiów na danym poziomie	120
7)	Tytuł zawodowy nadawany absolwentom	Magister
8)	Odniesienie do misji i strategii Uczelni oraz relacje z otoczeniem społeczno-gospodarczym w odniesieniu do programu studiów	Absolwenci uzyskują wykształcenie na najwyższym poziomie, doświadczenie zawodowe i wszechstronną wiedzę. Uczelnia stara się kształtować charaktery i postawy twórcze w duchu patriotyzmu i poczuciu odpowiedzialności za kształt polskiej kultury narodowej, w tym za edukację artystyczną, co jest zgodne z misją Uczelni. Rozwijające się talenty studentów pozwalają na podjęcie przez nich szeroko pojętej działalności artystycznej i współuczestniczenie w kształtowaniu otoczenia społeczno-gospodarczego.
9)	Język, w jakim prowadzone są studia	polski
10)	Łączna liczba godzin zajęć	871
11)	Łączna liczba punktów ECTS, jaką student musi uzyskać w ramach zajęć prowadzonych z bezpośrednim udziałem nauczycieli akademickich lub innych osób prowadzących zajęcia	116
12)	Liczba punktów ECTS, jaką student musi uzyskać w ramach zajęć z dziedziny nauk humanistycznych lub nauk społecznych, nie mniejsza niż 5 pkt ECTS – w przypadku kierunków studiów przyporządkowanych do dyscyplin w ramach dziedzin innych niż odpowiednio nauki humanistyczne lub nauki społeczne	5 pkt ECTS
13)	Liczba punktów ECTS, jaką student musi uzyskać w ramach zajęć do wyboru (nie mniej niż 30% ogólnej liczby punktów ECTS)	36 ECTS
14)	Liczba godzin zajęć z wychowania fizycznego (w przypadku studiów pierwszego stopnia i jednolitych studiów magisterskich prowadzonych w formie studiów stacjonarnych)	0
15)	Łączna liczba punktów ECTS przypisana do zajęć związanych z prowadzoną działalnością naukową w dyscyplinie lub dyscyplinach do których przyporządkowany jest kierunek studiów, uwzględniających przygotowanie studentów do prowadzenia działalności naukowej lub udział w tej działalności	81
16)	Wymiar, zasady i formy odbywania praktyk zawodowych oraz liczba punktów ECTS przypisana do praktyk (jeżeli praktyki są przewidziane)	Liczba godzin 120 Czas trwania 4 semestry Punkty ECTS 4 Sposób realizacji oraz warunki przystąpienia do realizacji praktyk – realizacja wg. dokumentacji praktyk pedagogicznych
17)	Warunki ukończenia studiów	specjalność: pedagogika baletowa - poprowadzenie lekcji na podstawie konspektu - prezentacja układu choreograficznego - pisemna praca magisterska - kolokwium Regulamin studiów UMFC, 01.10.2019



## OPIS EFEKTÓW UCZENIA SIĘ

<b>Kierunek studiów</b>	TANIEC	
<b>Poziom studiów</b>	II stopień (7 poziom)	
<b>Profil studiów</b>	Ogólnoakademicki	
Opis zakładanych efektów uczenia się dla kierunku studiów, poziomu i profilu kształcenia uwzględnia uniwersalne charakterystyki pierwszego stopnia dla poziomów 7 określone w ustawie z dnia 22 grudnia 2015 r. o Zintegrowanym Systemie Kwalifikacji (t.j. Dz. U. z 2018 r. poz. 2153 z późn. zm.) oraz charakterystyki drugiego stopnia dla poziomów 7 określone w rozporządzeniu Ministra Nauki i Szkolnictwa Wyższego z dnia 14 listopada 2018 r. (Dz. U. z 2018 r., poz. 2218) w sprawie charakterystyk drugiego stopnia efektów uczenia się dla kwalifikacji na poziomach 6–8 Polskiej Ramy Kwalifikacji.		
<b>TABELA ODNIESIENIEŃ EFEKTÓW KIERUNKOWYCH DO EFEKTÓW OBSZAROWYCH</b>		
Symbol kierunkowych efektów uczenia się	Kierunkowe i specjalnościowe efekty kształcenia dla absolwenta	Odniesienie do charakterystyk drugiego stopnia PRK*
<b>WIEDZA</b>		
K1_W01	ma rozszerzoną wiedzę przedmiotową, w szczególności z zakresu antropologii, estetyki i historii tańca, w tym historii tańca i baletu w Polsce; zna kierunki, szkoły, techniki, style choreograficzne zespołów i twórczość choreografów tańca i baletu XX i XXI wieku	P7S_WG
K1_W02	zna kryteria analizy wartości estetycznych sztuki tańca i baletu; umie dokonać oceny widowiska choreograficznego	
K1_W03	rozumie zjawisko tańca w kontekście kulturowym; integruje wiedzę na temat tańca z wiedzą posiadaną z innych dziedzin nauki i sztuki	
K1_W04	ma rozszerzoną wiedzę dotyczącą form, stylów i gatunków tańca oraz zasad i systematyki technik tanecznych, a także technik i metod wspomagających trening ciała	
K1_W05	ma gruntowną wiedzę merytoryczną w zakresie tańca klasycznego i współczesnego, polskich tańców narodowych, tańca charakterystycznego, historycznego, literatury baletowej oraz partnerowania	
K1_W06	posiada wiedzę z zakresu dydaktyki i szczegółowej metodyki nauczania tańca, popartą doświadczeniem w jej praktycznym wykorzystaniu; ma kwalifikacje predestynujące do podjęcia pracy w charakterze nauczyciela przedmiotów zawodowych w ogólnokształcących szkołach baletowych oraz w charakterze nauczyciela tańca w różnego rodzaju instytucjach kultury	
K1_W07	dysponuje rozszerzoną wiedzę na temat zasad kompozycji tańca oraz zasad kreatywnego operowania różnymi technikami, stylami i formami tańca; wie, jak wykorzystać podczas procesu twórczego zdobytą wiedzę muzyczną, a także ogólną wiedzę humanistyczną	
K1_W08	zna i rozumie zależności między tańcem, a psychiką osoby tańczącej; wie, na czym polega relacja mistrz-uczeń w edukacji artystycznej	
K1_W09	ma ogólną wiedzę muzyczną; zna historię, formy, style, gatunki muzyczne, poparte znajomością literatury przedmiotowej; zna zasady współpracy pedagoga tańca i pianisty/akompaniatora	
K1_W10	rozpoznaje epoki i style w sztuce; rozróżnia zjawiska kulturowe, teatralne i literackie; analizuje strukturalne elementy widowiska baletowego / teatralnego	
K1_W11	ma wiedzę dotyczącą prawnych aspektów związanych z wykonywaniem zawodu nauczyciela tańca; zna podstawy zarządzania kulturą i organizacji pracy w szkole	
K1_W12	wykazuje się głębokim rozumieniem i wysokim opanowaniem teorii pedagogiki; zna normy etyczne zawodu nauczyciela	



<b>UMIEJĘTNOŚCI</b>		
K1_U01	analizuje, interpretuje i prognozuje określonego rodzaju sytuacje i zdarzenia pedagogiczne; posiada rozwinięte umiejętności i kompetencje niezbędne do kompleksowej realizacji zadań artystycznych, dydaktycznych, wychowawczych i opiekuńczych w szkolnictwie, w szczególności w ogólnokształcącym szkolnictwie baletowym; w praktyce stosuje zasady i normy etyczne	P7S_UW
K1_U02	biegle posługuje się wiedzą teoretyczną z zakresu dydaktyki szczegółowej; umie dobrać treści, środki, metody i formy w działaniach praktycznych; posługuje się profesjonalną terminologią związaną ze sztuką tańca i baletu	
K1_U03	uzasadnia i w razie potrzeby modyfikuje własne działania pedagogiczne; umie pracować z uczniami ze specjalnymi potrzebami edukacyjnymi, w tym z uczniami szczególnie uzdolnionymi; jest zdolny do autokrytyki, wrażliwy i kreatywny	P7S_UO P7S_UW
K1_U04	jest praktycznie przygotowany do nauczania tańca klasycznego i współczesnego, polskich tańców narodowych, tańca charakterystycznego, historycznego, partnerowania i literatury baletowej	
K1_U05	komunikuje się przy użyciu różnych technik, zarówno z osobami będącymi podmiotami działalności pedagogicznej, jak i z innymi osobami współdziałającymi w procesie dydaktyczno-wychowawczym oraz specjalistami wspierającymi ten proces	P7S_UO P7S_UW P7S_UU
K1_U06	posiada rozwiniętą osobowość artystyczną, umożliwiającą tworzenie, realizowanie i wyrażanie własnych koncepcji artystycznych	P7S_UW
K1_U07	jest kreatywny w zakresie komponowania ruchu do sprecyzowanej muzyki, dla określonej wiekowo, emocjonalnie i artystycznie grupy wykonawców; potrafi świadomie korzystać z różnych technik, stylów i form tańca; posiada ogólną wiedzę z innych dziedzin nauki i sztuki stosuje ją w choreografii	P7S_UW P7S_UU
K1_U08	dostrzega, kojarzy, analizuje i interpretuje związki teoretycznej wiedzy przedmiotowej z wiedzą z zakresu innych dziedzin nauki i sztuki; umie przygotować rozbudowane prace pisemne i ustne związane tematycznie z problematyką kierunkową/specjalnościową; przygotowany do nauczania przedmiotu wiedza o tańcu oraz historia tańca w ogólnokształcących szkołach baletowych	P7S_UK
K1_U09	ma umiejętności językowe w zakresie dziedzin sztuki i dyscyplin artystycznych, właściwych dla studiowanego kierunku studiów, zgodne z wymaganiami określonymi dla poziomu B2+ Europejskiego Systemu Opisu Kształcenia Językowego	
K1_U10	w pracy artystyczno-pedagogicznej potrafi wykorzystywać nowoczesne technologie, znajomość podstaw zarządzania kulturą, organizacji pracy w szkole, prawa autorskiego	
<b>KOMPETENCJE SPOŁECZNE</b>		
K1_K01	ma świadomość poziomu swojej wiedzy i umiejętności; rozumie potrzebę doksztalcenia zawodowego i rozwoju osobistego; potrafi inspirować i organizować proces uczenia się innych osób	P7S_UU P7S_KR
K1_K02	jest zdolny do samodzielnego integrowania nabytej wiedzy oraz podejmowania w świadomy sposób nowych wyzwań artystycznych, pedagogicznych i organizacyjnych	
K1_K03	wykazuje zrozumienie procesów psychospołecznych występujących w środowisku szkolnym, ze szczególnym uwzględnieniem szkolnictwa baletowego; potrafi adaptować się do nowych okoliczności, które mogą wystąpić podczas pracy dydaktycznej, wykonawczej i twórczej; w sposób świadomy kontroluje swoje emocje i zachowania	P7S_KK
K1_K04	w pracy artystyczno-pedagogicznej odznacza się profesjonalizmem; jest wrażliwy, empatyczny, otwarty i zdolny do refleksji	P7S_KO P7S_KR
K1_K05	wykazuje umiejętność samooceny i konstruktywnej krytyki; ma świadomość konieczności formułowania ocen w oparciu o obiektywne kryteria i gruntowną wiedzę przedmiotową, z zachowaniem i przestrzeganiem zasad etyki zawodowej	P7S_KK



K1_K06	prezentuje skomplikowane zadania w przystępnej formie; umie inicjować i organizować działania artystyczno-pedagogiczne; zdolny do podjęcia kierowniczej roli w różnego typu projektach; posiada popartą doświadczeniem pewność w komunikowaniu się i umiejętność współżycia społecznego	P7S_KO P7S_KR
K1_K07	zna, rozumie i stosuje w praktyce podstawy prawa oświatowego, propedeutyki zarządzania kulturą i organizacji pracy w szkole; jest świadomy konieczności ochrony wszelkiej własności intelektualnej	

Opracowanie:

ad. dr Klaudia Carlos-Machej, st. wykł. mgr Małgorzata Kucharska-Nowak



STUDIA DRUGIEGO STOPNIA - HARMONOGRAM REALIZACJI PROGRAMU STUDIÓW

kierunek studiów: **TANIEC**  
specjalność: **PEDAGOGIKA BALETOWA**

studia drugiego stopnia, stacjonarne - 2 lata (4 semestry)  
obowiązuje od roku akademickiego **2019/2020**

Ip.	status zajęć	Nazwa zajęć	kod efektu uczenia się wg opisu programu	Formy zaliczeń obowiązujące po semestrze			Liczba godzin zajęć			I semestr do 20 lutego, II semestr do 22.07) i punkcja ECTS								rodzaj zajęć		
				zaliczenie	kolokwium	egzamin	liczba godzin	punkty ECTS	Forma zajęć			rok I		rok II		ECTS				
									wykład	warsztaty / seminarium	ćwiczenia	I semestr	II semestr	III semestr	IV semestr					
										godz.	ECTS	godz.	ECTS	godz.	ECTS	godz.	ECTS			
<b>57 GRUPA ZAJĘĆ KIERUNKOWYCH</b>																				
1.		Taniec klasyczny z dydaktyką*	W5,W6,W8,U1,U2,K1,K4	1, 3		2, 4	133	16	46		87	33	4	45	4	33	4	22	4	Gr. / Ind.
2.		Taniec współczesny z dydaktyką*	W1,W2,W4,W6,W8,W9,W12,U1,U2,U6,K1,K3,K5	1, 3		2, 4	109	10	34		75	27	2	35	3	27	2	20	3	Gr. / Ind.
3.		Polskie tańce narodowe z dydaktyką*	W1,W2,W3,W4, U1,U2,U6, K1,K3,K5	1, 3		2, 4	69	8	22		47	17	2	23	2	19	2	10	2	Gr. / Ind.
4.		Taniec charakterystyczny z dydaktyką*	W1,W2,W3,W4, U1,U2,U6, K1,K3,K5	1, 3		2, 4	49	5	18		31	11	2	15	1	15	1	8	1	Gr. / Ind.
5.		Taniec historyczny z dydaktyką*	W1,W2,W3,W4, U1,U2,U6, K1,K3,K5	1		2	30	3	10		20	11	2	19	1					Gr. / Ind.
6.		Literatura baletowa z dydaktyką*	W5,W6,W8,U1,U2,K1,K4	1	2	3	50	4	14		36	17	2	23	1	10	1			Gr. / Ind.
7.		Parterowanie z dydaktyką*	W1,W2,W4,W6,W8,W9,W12,U1,U2,U6,K1,K3,K5	3		4	29	2	10		19					17	1	12	1	Gr. / Ind.
8.		Taniec i balet XX i XXI w.	W1,U8,K5	1		2	24	4	24			10	2	14	2					Gr.
9.		Choreografia	W1,W7,U7,K4	1	2		26	4	8		18	12	2	14	2					Gr.
10.		Warsztaty zmienne	W4,U3,K2	2			30	1			30			30	1					Gr.
<b>20 GRUPA ZAJĘĆ DYPLOMOWYCH</b>																				
11.		Metodologia pracy naukowej	W2,U8,K2	2			6	2			2			6	2					Gr.
12.		Konsultacje pracy magisterskiej	W3,U8,K5	3, 4			15	9			15					6	3	9	6	Gr.
13.		Seminarium części artystycznej dyplomu*	W1,W2,W7,W8,U1,U2,U3,K1,K2,K3,K4			3	19	4			19					19	4			Gr. / Ind.
14.		Warsztaty zmienne	W1,W6,W9,W10,U1,U2,U3,U7,K1,K3,K4	3, 4			10	5			10					2	2	8	3	Ind.
<b>3 GRUPA ZAJĘĆ OGÓLNYCH</b>																				
15.		Język angielski	W7,U9,K6	1, 2			20	3	20			10	2	10	1					Gr.
<b>36 GRUPA ZAJĘĆ FAKULTATYWNYCH</b>																				
16.	ob.	Notacja tańca	W1,W2,W3,U6,U8,K6	1	2		48	12	48			12	3	12	3	12	3	12	3	Gr.
17.	ob.	Historia baletu polskiego	W1,W9,U1,U10,K1,K2	1	2		48	12	48			12	3	12	3	12	3	12	3	Gr.
18.	ob.	Techniki wspomagające	W4,U2,K2	1	2		48	6	48			12	1,5	12	1,5	12	1,5	12	1,5	Gr.
19.	ob.	Kontakt-improwizacja	W4,U5,U6,U7,K2	1	2		48	6	48			12	1,5	12	1,5	12	1,5	12	1,5	Gr.
<b>4 GRUPA PRAKTYK ZAWODOWYCH</b>																				
20.	ob.	Taniec klasyczny	W5,W6,W8,U1,U2,U3,U4,U10,K1,K3,K4,K6,K7,K9	1, 2			12				6	6		6						Ind.
21.	ob.	Taniec współczesny	W5,W6,W8,U1,U2,U3,U4,U10,K1,K3,K4,K6,K7,K9	1, 2			8				8	4		4						Ind.
22.	ob.	Taniec ludowy i charakterystyczny	W5,W6,W8,U1,U2,U3,U4,U10,K1,K3,K4,K6,K7,K9	1, 2			6				6	3		3						Ind.
23.	ob.	Taniec historyczny	W5,W6,W8,U1,U2,U3,U4,U10,K1,K3,K4,K6,K7,K9	1			4				4	4		4						Ind.
24.	ob.	Literatura baletowa (repertuar)	W5,W6,W8,U1,U2,U3,U4,U10,K1,K3,K4,K6,K7,K9	2			6				6			6						Ind.
25.	ob.	Partnerowanie	W5,W6,W8,U1,U2,U3,U4,U10,K1,K3,K4,K6,K7,K9	1			4				4	4								Ind.
26.	ob.	Przygotowanie lekcji dyplomowej (poz.20-25)	W5,W6,W8,U1,U2,U3,U4,U10,K1,K3,K4,K6,K7,K9	1, 2			20	2			20					8	1	12	1	Ind.
							<b>Razem</b>	<b>871</b>	<b>120</b>	<b>398</b>	<b>0</b>	<b>463</b>	<b>217</b>	<b>30</b>	<b>301</b>	<b>30</b>	<b>204</b>	<b>30</b>	<b>149</b>	<b>30</b>

\* 1 godzina zajęć indywidualnych w semestrze

\*\* forma zaliczenia fakultetu zgodna z formą zaliczenia wybranego przedmiotu

GRUPA ZAJĘĆ KIERUNKOWO-SPECJALNOŚCIOWYCH	57	ob.	0
GRUPA ZAJĘĆ DYPLOMOWYCH	20	ob.	0
GRUPA ZAJĘĆ OGÓLNYCH	3	ob.	0
GRUPA ZAJĘĆ FAKULTATYWNYCH	36	ob.	36
GRUPA PRAKTYK ZAWODOWYCH	4	ob.	2
<b>ECTS</b>	<b>120</b>	<b>ob.</b>	<b>38</b>



## TREŚCI PROGRAMOWE:

Taniec klasyczny z dydaktyką	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Omówienie zadań programowych dla klasy VII Ogólnokształcącej Szkoły Baletowej</li><li>2. Przystawianie wiedzy z zakresu dydaktyki tańca klasycznego (budowa lekcji, sposób realizacji kombinacji, współpraca z akompaniатorem)</li><li>3. Nabycie umiejętności ukierunkowania lekcji tematycznie i sformułowania jej celu i zadań pomocniczych.</li><li>4. Podejmowanie zagadnień dotyczących umiejętności łączenia danej kombinacji z fragmentami literatury baletowej klasycznej w celu urozmaicenia treści lekcji tańca klasycznego technicznie i wyrazowo.</li><li>5. Omówienie zadań programowych dla klasy VIII Ogólnokształcącej Szkoły Baletowej</li><li>6. Przystawianie wiedzy z zakresu dydaktyki tańca klasycznego (budowa lekcji, sposób realizacji kombinacji, współpraca z akompaniатorem)</li><li>7. Nabycie umiejętności ukierunkowania lekcji tematycznie i sformułowania jej celu i zadań pomocniczych.</li><li>8. Podejmowanie zagadnień dotyczących umiejętności łączenia danej kombinacji z fragmentami literatury baletowej klasycznej w celu urozmaicenia treści lekcji tańca klasycznego technicznie i wyrazowo.</li><li>9. Omówienie zadań programowych dla kl. IX, przystawianie wiedzy z zakresu dydaktyki tańca klasycznego (budowa lekcji, zastosowanie poszczególnych ćwiczeń w kombinacjach, współpraca z akompaniатorem)</li><li>10. Podejmowanie zagadnień dotyczących umiejętność przygotowania treści lekcji zgodnie z programem nauczania</li><li>11. Podejmowanie zagadnień dotyczących umiejętności łączenia danej kombinacji z fragmentami literatury baletowej klasy</li><li>12. Realizacja opanowanego materiału nauczania przy uwzględnianiu trudniejszych kombinacji ćwiczeń wykonywanych w artystycznej formie.</li><li>13. Omówienie zadań programowych dla kl. IX, przystawianie wiedzy z zakresu dydaktyki tańca klasycznego (budowa lekcji, zastosowanie poszczególnych ćwiczeń w kombinacjach, współpraca z akompaniатorem)</li><li>14. Podejmowanie zagadnień dotyczących umiejętność przygotowania treści lekcji zgodnie z programem nauczania</li><li>15. Podejmowanie zagadnień dotyczących umiejętności łączenia danej kombinacji z fragmentami literatury baletowej klasy</li><li>16. Realizacja opanowanego materiału nauczania przy uwzględnianiu trudniejszych kombinacji ćwiczeń wykonywanych w artystycznej formie.</li></ol>
Taniec współczesny z dydaktyką	<ol style="list-style-type: none"><li>1. <b>Ćwiczenia wstępne</b> mają na celu przygotowanie aparatu ruchowego studentów w granicach naturalnego i prawidłowego jego funkcjonowania w ćwiczeniach wykonywanych w dalszej części zajęć. W tej części: <b>Body rolls – rolling down, rolling up (spinal succession):</b><ul style="list-style-type: none"><li>- w pozycjach <i>parallel</i>, we wszystkich pozycjach nóg tańca klasycznego,</li><li>- w połączeniu z <i>plie i releve</i>,</li><li>- ze zmiennym czasowaniem,</li></ul><b>Table-top, flat back:</b><ul style="list-style-type: none"><li>- we wszystkich pozycjach nóg,</li><li>- w połączeniu z <i>rolling down i rolling up</i>,</li><li>- w połączeniu z <i>plie i releve</i>,</li><li>- z <i>drop i bounces</i> całego korpusu i górnej części ciała,</li><li>- z <i>arm i leg extensions</i>,</li></ul><b>Isolations różnych części ciała:</b><ul style="list-style-type: none"><li>- głowy,</li><li>- ramion,</li><li>- klatki piersiowej,</li><li>- bioder,</li><li>- w kierunkach prostych – przód, tył, bok,</li><li>- w kierunkach kolistych,</li><li>- według różnych płaszczyzn ruchu – czołowej, strzałkowej, poprzecznej,</li></ul><b>Roll-over</b> – różnego rodzaju przetoczenia po podłodze.</li></ol>



	<p>Dowolne ćwiczenia wstępne, naciągające (<i>pull</i>) napinające i wydłużające mięśnie w koordynacji z oddechem. Ćwiczenia wstępne mogą być wzbogacone przez <i>stretching</i>, ćwiczenia izometryczne i siłowe.</p> <p>2. <b>Ćwiczenia na podłodze</b> (<i>floore-work</i>) powinny przygotować poszczególne grupy mięśni do uzyskania pełnej sprawności ruchowej, zwiększenia ich siły i wytrzymałości, zakresu elastyczności pracy mięśni i ścięgien, ruchomości stawów a także do doskonalenia formy ruchu. Ćwiczenia są realizowane w leżeniu, siadzie i klęku, bez obciążenia nóg ciężarem ciała.</p> <p><b>Sitting spine stretches – rozciąganie kręgosłupa w pozycji siedzącej:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- praca głowy i szyi:</li><li>- <i>bend</i> we wszystkich kierunkach</li><li>- krążenie głową</li><li>- <i>twist</i></li></ul> <p><b>Curve, tilt, side bend, arch w V, I, II, IV pozycjach siedzących:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- w kierunkach prostych,</li><li>- w kierunkach kołowych,</li><li>- przechodząc z kierunku w kierunek według w/w płaszczyzn ruchu,</li><li>- <i>bounces</i> w połączeniu z <i>twist</i>,</li><li>- <i>spiral</i></li></ul> <p>Ćwiczenia mają na celu odizolowanie pracy kręgosłupa od pracy dolnej części ciała, oraz odizolowanie od siebie: głowy, górnej i dolnej części kręgosłupa.</p> <p><b>Leg exercises w leżeniu tyłem:</b> przejścia z położenia <i>parallel do en dehors</i>:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- proste,</li><li>- z ugięciem stawów biodrowych i kolanowych,</li><li>- z pracą stóp (<i>point – flex</i>),</li><li>- z <i>plie i extension</i>, jednej i obu nóg w kierunkach:<ul style="list-style-type: none"><li>- wzdłuż linii ciała,</li><li>- do sufitu,</li><li>- <i>a'la seconde</i>.</li></ul></li></ul> <p><b>Kneeling spine curls:</b> w klęku podpartym z przodu:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- <i>lower-back</i></li><li>- <i>middle-curve</i></li><li>- <i>upper-body</i></li></ul> <p><b>Side fall :</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- z klęku obunóż,</li><li>- z klęku na jednym kolanie,</li></ul> <p><b>Contraction i release w I, II, V, IV pozycjach siedzących:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- z <i>bounce w curve</i></li><li>- z rękami :<ul style="list-style-type: none"><li>o w II pozycji,</li><li>o w położeniu litery „V”</li></ul></li><li>- z <i>port de bras</i>: pozycja wyjściowa II, łokcie do podbrzusza, <i>release - extension</i> do litery „V”</li></ul> <p><b>Breathing w V pozycji:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- wydech w położeniu <i>contraction</i>, wdech z <i>release</i>,</li><li>- z rękoma na kolanach,</li><li>- z <i>twist upper-body</i></li><li>- z <i>twist bioder</i>,</li><li>- z <i>arm extension</i>.</li></ul> <p><b>Hip spiral w IV pozycji z flex-point:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- w rozliczeniu na „4”</li><li>- w rozliczeniu na „2”</li><li>- w rozliczeniu na „1”<ul style="list-style-type: none"><li>- z <i>port de bras</i>,</li><li>- z przejściem do leżenia tyłem</li></ul></li></ul> <p>3. <b>Ćwiczenia na środku sali</b> (<i>centre work</i>) poza rozwijaniem i doskonaleniem sprawności i koordynacji ruchowej całego ciała powinny przyczynić się do wyrobienia w maksymalnym stopniu umiejętności świadomego, dynamicznego i celowego operowania ruchem, izolowania ruchu, koordynacji i poczucia równowagi.</p>
--	--



	<p><b>Plie, grand plie – releve w wszystkich pozycjach nóg:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- z <i>bounces upper body</i> w <i>curve, tilts</i> i <i>arche</i></li><li>- z <i>rond upper-body</i>: ¼, ½, całe koło</li><li>- z <i>drop miednicy</i> i <i>bounces</i></li></ul> <p><b>Parallel i turn out i reverse w I i II pozycjach nóg: z plie i releve:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- z <i>bouces</i> korpusu we wszystkich kierunkach</li><li>- z <i>rond upper-body</i>: ¼, ½, całe koło</li><li>- z <i>grand plié</i> i <i>drop</i> korpusu</li><li>- z <i>contraction</i> i <i>release</i></li></ul> <p><b>Peeling the foot:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- <i>parallel</i>,</li><li>- <i>en tournant</i></li><li>- z <i>shifting body weight</i> we wszystkich kierunkach</li><li>- w połączeniu z <i>brush</i></li></ul> <p><b>Brushes we wszystkich kierunkach:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- <i>parallel</i></li><li>- <i>en tournant</i></li><li>- w połączeniu z <i>plie</i> w I, II, IV pozycjach</li><li>- ze <i>swing rąk</i></li><li>- z <i>plié</i> jw. z <i>bounces upper-body</i></li><li>- w połączeniu z <i>lunge</i></li></ul> <p><b>Shifting body weight:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- <i>under-curve</i></li><li>- w połączeniu z <i>brush</i></li><li>- z wychyleniami <i>upper-body</i></li></ul> <p><b>Drop-swing rąk</b> z II pozycji:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- z <i>bounces upper-body</i> we wszystkich kierunkach</li><li>- wykonując pełne koło: <i>en dehors</i>, <i>en dedans</i> w płaszczyźnie czołowej</li><li>- z <i>bounces</i> i <i>rolling up</i> i <i>releve</i></li><li>- z <i>parallel</i> i <i>turn-out</i></li><li>- z <i>twist</i> korpusu z III pozycji:</li><li>- w płaszczyźnie strzałkowej</li><li>- z <i>plie</i> i <i>bounces upper-body</i></li></ul> <p><b>Swing a leg:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- <i>parallel</i></li><li>- <i>en dehors</i>: przód-tył, bok <i>open –cross</i>,</li><li>- z rękami w II pozycji</li><li>- ze <i>swing rąk</i></li></ul> <p><b>Grand battement jeté</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- <i>en tournant</i></li><li>- w połączeniu z <i>plie</i> w I, II, IV pozycjach</li><li>- ze <i>swing rąk</i></li><li>- z <i>plie</i> jw. z <i>bounces upper-body</i></li><li>- w połączeniu z <i>lunge</i></li></ul> <p><b>Adagio</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- litera “T” z <i>tour lent</i></li><li>- <i>off balance</i></li></ul> <p><b>Skipping parallel:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- w miejscu,</li><li>- ze zwrotem o ¼ obrotu,</li><li>- z <i>drop upper-body</i></li></ul> <p><b>Jumps</b> w <i>parallel</i>, I, II pozycjach</p> <p>4. <b>Ćwiczenia przestrzenne</b> (<i>cross the space</i>) mają przede wszystkim za zadanie wyrobienie umiejętności wyczuwania przestrzeni oraz wykonywania zadań ruchowych w różnych kierunkach z uwzględnieniem zmian poziomów i płaszczyzn ruchu, dynamiki i czasowania:</p> <p><b>Walking in the moon ( chodzenie po księżycu) – pas fondus parallel:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- na całej stopie,</li><li>- z wejściem na pół palce</li></ul>
--	---





	<p><b>Triplets</b> (trzy kroki tej samej długości – pierwszy na <i>plie</i>, dwa na pół palcach):</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- <i>simple</i>,</li><li>- z <i>twist</i> korpusu,</li><li>- z krążeniem ramionami</li><li>- ze <i>swing</i> ramionami i <i>upper body curve</i>,</li><li>- ze <i>swing</i> ramionami i <i>upper body arch</i></li></ul> <p><b>Skipping parallel:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- <i>simple</i>,</li><li>- <i>en tournant</i></li><li>- w połączeniu z <i>jump parallel</i></li></ul> <p><b>Running</b> – płaski, prosty bieg, w trakcie którego pokonujemy jak najwięcej przestrzeni, zachowując stabilne położenie ramion i rąk.</p> <p><b>Running – leaps (naprzemiennie - <i>jete an avant</i>)</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- <i>simple</i>,</li><li>- z <i>twist</i> korpusu i <i>swing</i> ramion.</li></ul> <p><b>Jumps, hops, leaps, skips</b> – różnorodne typy skoków:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- z dwóch na dwie nogi,</li><li>- z dwóch na jedną,</li><li>- z jednej na jedną,<ul style="list-style-type: none"><li>- nogi proste,</li><li>- nogi podgięte</li><li>- z pracą korpusu</li><li>- z <i>port de bras</i></li></ul></li></ul> <p><b>Kombinacja taneczna</b> - wykorzystująca poznane elementy, uwzględniając zmiany tempa, metrum, dynamiki, płaszczyzn, poziomów i kierunków ruchu.</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Rozwinięcie zagadnień I semestru z uwzględnieniem zmian: tempa i metrum poziomów i płaszczyzn przestrzeni.</li><li>- Konstruowanie całych bloków lekcji tańca współczesnego: <i>flore work</i>, <i>centre work</i>, <i>cross the space</i> oraz kombinacji podsumowującej lekcję.</li></ul> <p>Zadania techniczne:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- <i>off balance</i></li><li>- <i>Pirouetes off balance</i></li><li>- <i>falls</i></li><li>- policentryzm w ruchu</li><li>- <i>Isolations</i></li><li>- Improvizacja</li></ul> <p>5. <b>Ćwiczenia wstępne</b> w połączeniu z <i>breathings</i> mają na celu przygotowanie aparatu ruchowego studentów w granicach naturalnego i prawidłowego jego funkcjonowania w ćwiczeniach wykonywanych w dalszej części zajęć.</p> <p>W tej części:</p> <p><b>Body rolls w postawie stojącej – <i>rolling down, rolling up (spinal succession)</i>:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- w pozycjach <i>parallel</i>, we wszystkich pozycjach nóg tańca klasycznego,</li><li>- w połączeniu z <i>plié i relevé</i>,</li><li>- ze zmiennym czasowaniem,</li><li>- ze zmianą tempa,</li><li>- z <i>twist</i> korpusu i <i>arm extension</i>,</li><li>- z <i>figure eights</i>,</li></ul> <p><b>Table-top, flat back:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- we wszystkich pozycjach nóg,</li><li>- w połączeniu z <i>rolling down i rolling up</i>,</li><li>- w połączeniu z <i>plié i relevé</i>,</li><li>- z <i>drop i bounces</i> całego korpusu i górnej części ciała,</li><li>- z <i>twist</i> korpusu z <i>arm i leg extensions</i>,</li><li>- z 1/4, i 1/2 obrotu</li></ul> <p><b>Isolations różnych części ciała:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- w kierunkach prostych – przód, tył, bok,</li><li>- w kierunkach kolistych,</li><li>- według różnych płaszczyzn ruchu – czołowej, strzałkowej, poprzecznej,</li><li>- kombinacjach płaszczyzn i kierunków</li><li>- policentrycznie</li></ul>
--	---



	<p><b>Roll-over</b> – różnego rodzaju przetoczenia po podłodze.</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- z <i>arm i leg extension</i>,</li><li>- ze zmianą kierunków ruchu,</li><li>- ze zmianą poziomów i płaszczyzn</li></ul> <p>Dowolne ćwiczenia wstępne, naciągające (<i>pull</i>) napinające i wydłużające mięśnie w koordynacji z oddechem. Ćwiczenia wstępne mogą być wzbogacone przez <i>stretching</i>, ćwiczenia izometryczne i siłowe, metodę Feldenkraisa®.</p> <p>6. <b>Ćwiczenia na podłodze</b> (floore work) powinny przygotować poszczególne grupy mięśni do uzyskania pełnej sprawności ruchowej, zwiększenia ich siły i wytrzymałości, zakresu elastyczności pracy mięśni i ścięgien, ruchomości stawów a także do doskonalenia formy ruchu. Ćwiczenia są realizowane w leżeniu, siadzie i klęku, bez obciążenia nóg ciężarem ciała. W tej części:</p> <p><b>Sitting spine stretches</b> – rozciąganie kręgosłupa w pozycji siedzącej: praca głowy i szyi:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- <i>bend</i> we wszystkich kierunkach,</li><li>- we wszystkich : V, I, II, IV pozycjach siedzących,</li><li>- krążenie głową,</li><li>- <i>twist</i>,</li><li>- z różnymi <i>port de bras</i></li></ul> <p><b>Curve, tilt, side bend, arch</b> w V, I, II, IV pozycjach siedzących:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- w kierunkach prostych,</li><li>- w kierunkach kołowych,</li><li>- przechodząc z kierunku w kierunku według w/w płaszczyzn ruchu,</li><li>- <i>bounces</i> w połączeniu z <i>twist</i>,</li><li>- <i>spiral</i></li><li>- z <i>roll-over</i></li></ul> <p>Ćwiczenia mają na celu odizolowanie pracy kręgosłupa od pracy dolnej części ciała, oraz odizolowanie od siebie: głowy, górnej i dolnej części kręgosłupa.</p> <p><b>Leg exercises w leżeniu tyłem:</b> przejścia z położenia <i>parallel do en dehors</i>:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- proste,</li><li>- z ugięciem stawów biodrowych i kolanowych,</li><li>- z pracą stóp (<i>point – flex</i>),</li><li>- z <i>plie i extension</i>, jednej i obu nóg w kierunkach:<ul style="list-style-type: none"><li>- wzdłuż linii ciała,</li><li>- do sufitu,</li><li>- <i>a’la seconde</i>.</li><li>- <i>across</i></li></ul></li></ul> <p><b>Kneeling spine curls:</b> w klęku podpartym z przodu:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- <i>lower-back</i></li><li>- <i>middle-curve</i></li><li>- <i>upper-body</i></li></ul> <p><b>Hip spiral</b> w IV pozycji z <i>flex-point</i>:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- w rozliczeniu na „4”</li><li>- w rozliczeniu na „2”</li><li>- w rozliczeniu na „1”<ul style="list-style-type: none"><li>- z <i>port de bras</i>,</li><li>- z przejściem do leżenia tyłem</li></ul></li></ul> <p><b>Contraction i release</b> w I, II, V, IV pozycjach siedzących:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- z <i>bounce w curve</i></li><li>- z rękami w II pozycji</li><li>- z <i>port de bras</i>: pozycja wyjściowa II, łokcie do podbrzusza, <i>release - extension</i> do litery „V”</li><li>- z hip-spirale do side cross</li><li>- z <i>shiftn body weight</i> :<ul style="list-style-type: none"><li>- przez IV pozycję do położenia attitude</li></ul></li></ul> <p><b>Breathing w V pozycji:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- wydech w położeniu <i>contraction</i>, wdech z <i>release</i>,</li><li>- z rękoma na kolanach,</li><li>- z <i>twist upper-body</i></li></ul>
--	---



	<ul style="list-style-type: none"><li>- z <i>twist</i> bioder,</li><li>- z <i>arm extension</i>.</li></ul> <p>7. <b>Ćwiczenia na środku sali</b> (centre work) poza rozwijaniem i doskonaleniem sprawności i koordynacji ruchowej całego ciała powinny przyczynić się do wyrobienia w maksymalnym stopniu umiejętności świadomego, dynamicznego i celowego operowania ruchem, izolowania ruchu, koordynacji i poczucia równowagi.</p> <p>W tej części:</p> <p><b>Plie, grand plie – releve w wszystkich pozycjach nóg:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- z <i>bounces upper body</i> w <i>curve, tilts i arche</i></li><li>- z <i>rond upper-body</i>: ¼, ½, całe koło</li><li>- z <i>drop miednicy i bounces</i></li></ul> <p><b>Parallel i turn out i reverse w I i II pozycjach nóg:</b> z <i>plie i releve</i>:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- z <i>bouces</i> korpusu we wszystkich kierunkach</li><li>- z <i>rond upper-body</i>: ¼, ½, <i>en tournant</i></li><li>- z <i>grand plié i drop</i> korpusu</li><li>- z <i>contraction i release</i> ¼, ½, <i>en tournant</i></li></ul> <p><b>Peeling the foot:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- <i>parallel</i>,</li><li>- <i>en tournant</i></li><li>- z <i>shifting body weight i lunges</i> we wszystkich kierunkach</li><li>- w połączeniu z <i>brush</i></li><li>- z różnymi <i>port de bras</i></li></ul> <p><b>Brushes we wszystkich kierunkach:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- <i>parallel</i></li><li>- <i>en tournant</i></li><li>- w połączeniu z <i>plie</i> w I, II, IV pozycjach</li><li>- ze <i>swing rąk</i></li><li>- z <i>plié</i> jw. z <i>bounces upper-body</i></li><li>- w połączeniu z <i>lunge</i></li><li>- ze zmianą tempa i częstotliwości</li></ul> <p><b>Shifting body weight:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- <i>under-curve</i></li><li>- w połączeniu z <i>brush</i></li><li>- z wychyleniami <i>upper-body</i></li><li>- z <i>twist</i></li><li>- z <i>falls i rolings-over</i></li></ul> <p><b>Side fall :</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- z pozycji stojącej,</li><li>- z naskoku</li></ul> <p><b>Drop-swing rąk</b> z II i III pozycji:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- z <i>bounces upper-body</i> we wszystkich kierunkach</li><li>- <i>recovery i rebound</i>: <i>en dehors, en dedans</i> w płaszczyźnie czołowej i strzałkowej</li><li>- z <i>bounces i rolling up i releve</i></li><li>- z <i>parallel i turn-out</i></li><li>- z <i>twist</i> korpusu</li><li>- <i>en tournant</i></li><li>- z <i>plie i bounces upper-body</i></li><li>- <i>drop miednicy</i></li></ul> <p><b>Swing a leg:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- <i>parallel</i></li><li>- <i>en dehors</i>: przód-tył, bok <i>open –cross</i>,</li><li>- z <i>port de bras</i></li><li>- ze <i>swing rąk</i></li><li>- z ½ <i>turns</i></li></ul> <p><b>Grand battement jeté</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- <i>en tournant</i></li><li>- w połączeniu z <i>plie</i> w I, II, IV pozycjach</li></ul>
--	---



	<ul style="list-style-type: none"><li>- z <i>plie undercurve</i></li><li>- ze swing rąk</li><li>- z <i>plie</i> jw. z <i>bounces upper-body</i></li><li>- z <i>shifting body weight</i> i <i>lunge</i></li></ul> <p><b>Adagio</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- litera "T" z <i>tour lent</i></li><li>- przejścia z pozy w pozę <i>en tournant</i></li><li>- <i>off balance</i></li><li>- ze zmianą płaszczyzn i poziomów ruchu</li></ul> <p><b>Skipping parallel:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- w miejscu,</li><li>- ze zwrotem o <math>\frac{1}{4}</math>, <math>\frac{1}{2}</math> turns,</li><li>- z <i>drop upper-body</i></li><li>- z <i>contraction</i></li></ul> <p><b>Jumps :</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- w <i>parallel</i>, I, II pozycjach</li><li>- z <i>contraction</i></li><li>- ze zmianą kierunków</li><li>- z izolowaną reakcją korpusu i rąk</li></ul> <p>8. <b>Ćwiczenia przestrzenne</b> (cross the space) mają przede wszystkim za zadanie wyrobienie umiejętności wyczuwania przestrzeni oraz wykonywania zadań ruchowych w różnych kierunkach z uwzględnieniem zmian poziomów i płaszczyzn ruchu, dynamiki i czasowania. W tej części:</p> <p><b>Triplets</b> (trzy kroki tej samej długości – pierwszy na <i>plie</i>, dwa na pół palcach):</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- <i>simple</i>,</li><li>- z <i>twist</i> korpusu,</li><li>- z krążeniem ramionami</li><li>- ze <i>swing</i> ramionami i <i>upper body curve</i>,</li><li>- ze <i>swing</i> ramionami i <i>upper body arch</i></li><li>- z <i>roll-over</i></li><li>- z <i>jumps</i></li></ul> <p><b>Skipping parallel:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- <i>simple</i>,</li><li>- <i>en tournant</i></li><li>- w połączeniu z <i>jump parallel</i></li></ul> <p><b>Running</b> – płaski ,prosty bieg, w trakcie którego pokonujemy jak najwięcej przestrzeni, włączając <i>port de bras</i> i pracę korpusu.</p> <p><b>Running – leaps</b> (naprzemiennie - <i>jete an avant</i>)</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- <i>simple</i>,</li><li>- z <i>twist</i> korpusu i <i>swing</i> ramion,</li><li>- z <i>contraction i release</i></li></ul> <p><b>Jumps, hops, leaps, skips</b> – różnorodne typy skoków:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- z pracą korpusu</li><li>- z <i>port de bras</i></li><li>- z <i>contraction i release</i></li><li>- z <i>falls i roll-over</i></li></ul> <p><b>Kombinacja taneczna</b> - wykorzystująca poznane elementy, uwzględniając zmiany tempa, metrum, dynamiki, płaszczyzn, poziomów i kierunków ruchu.</p> <p>9. Rozwinięcie zagadnień I semestru z uwzględnieniem zmian: tempa i metrum poziomów i płaszczyzn przestrzeni.</p> <p>10. Świadomy i odpowiedzialny dobór akompaniamentu do lekcji uwzględniając polirytmie i polimetrię:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- we współpracy z akompaniatorem.</li><li>- z nośników cyfrowych</li></ul> <p>11. Konstruowanie całych lekcji tańca współczesnego pod kątem egzaminu końcowego.</p>
Polskie tańce narodowe z dydaktyką	<p>1. <b>Polonez Krakowiak</b></p> <p>a) artystyczne i techniczne doskonalenie zasad wykonania kroków i figur w wersji oryginalnej</p>



	<p>b) symulacje lekcji; zadania dydaktyczne na poziomie klas VII-IX szkoły baletowej – budowanie fragmentów i całych jednostek lekcyjnych, w tym ćwiczeń przy drążku i na środku sali z określonym tematem i celem</p> <p>c) kompozycje tańca; artystyczne opracowanie lub stylizacja do konkretnej muzyki, wybranej samodzielnie przez studenta</p> <p><b>2. Kujawiak Oberek</b></p> <p>a) artystyczne i techniczne doskonalenie zasad wykonania kroków i figur w wersji oryginalnej</p> <p>b) symulacje lekcji; zadania dydaktyczne na poziomie klas VII-IX szkoły baletowej - budowanie fragmentów i całych jednostek lekcyjnych, w tym ćwiczeń przy drążku i na środku sali z określonym tematem i celem</p> <p>c) kompozycje tańca; artystyczne opracowanie lub stylizacja do konkretnej muzyki, wybranej samodzielnie przez studenta</p> <p><b>3. Mazur</b></p> <p>- artystyczne i techniczne doskonalenie zasad wykonania kroków i figur w wersji oryginalnej</p> <p>- symulacje lekcji; zadania dydaktyczne na poziomie klas VII-IX szkoły baletowej – budowanie fragmentów i całych jednostek lekcyjnych, w tym ćwiczeń przy drążku i na środku sali z określonym tematem i celem</p> <p>- kompozycje tańca; artystyczne opracowanie lub stylizacja do konkretnej muzyki, wybranej samodzielnie przez studenta</p> <p>- choreotechnika, muzyka, strój/kostium, rys historyczny, zwyczaje i obyczaje PTN;</p> <p><b>4. Tańce góralskie z regionu Podhala</b></p> <p>- choreotechnika, muzyka, strój/kostium, rys historyczny, zwyczaje i obyczaje;</p> <p>- stylizowane formy tańców góralskich</p> <p>- indywidualne opracowanie i prezentacja referatu na temat jednego z PTN</p>
Taniec charakterystyczny z dydaktyką	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Analiza kroków i figur w tańcach rosyjskich: korowód, pierelias, kadryl, tańce Kozaków na bazie poznanego materiału na podstawie programu studiów licencjackich.</li><li>2. Propozycje lekcji, omówienie części składowych lekcji, zasadności i celowości ich konstrukcji muzyczno-ruchowej oraz stopniowania trudności</li><li>3. Opracowanie artystyczne/stylizacja. Praca z konspektem.</li><li>4. Analiza kroków i figur tańców węgierskich: czardasz, verbung, ugros na bazie poznanego materiału na podstawie programu studiów licencjackich.</li><li>5. Propozycje lekcji omówienie części składowych lekcji, zasadności i celowości ich konstrukcji muzyczno-ruchowej oraz stopniowania trudności.</li><li>6. Opracowanie artystyczne/stylizacja. Praca z konspektem.</li><li>7. Analiza kroków i figur tańców hiszpańskich: classical espanyol, flamenco, jota na bazie poznanego materiału na podstawie programu studiów licencjackich.</li><li>8. Propozycje lekcji omówienie części składowych lekcji, zasadności i celowości ich konstrukcji muzyczno-ruchowej oraz stopniowania trudności.</li><li>9. Opracowanie artystyczne/stylizacja. Praca z konspektem.</li><li>10. Tance różnych narodów: meksykańskie, ukraińskie, cygańskie, góralskie.</li><li>11. Improwizacja na bazie poznanego materiału.</li><li>12. Kompozycja solo, w duecie, kompozycja grupowa; opracowanie artystyczne / stylizacja. Praca z konspektem.</li></ol>
Taniec historyczny z dydaktyką	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Polka mazurka – nauka poszczególnych kroków, elementów i figur oraz metodyka nauczania</li><li>2. Galop – nauka poszczególnych kroków, elementów i figur oraz metodyka nauczania</li><li>3. Kotyliion – nauka poszczególnych kroków, elementów i figur oraz metodyka nauczania</li><li>4. Przygotowanie i poprowadzenie przykładowej lekcji tańca historycznego na bazie tańców epoki: Renesansu, Baroku i XIX wieku</li></ol>
Literatura baletowa z dydaktyką	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Dziadek do orzechów, muz. P. Czajkowski, chor. W. Wajnonen, wariacja żeńska i męska z pas de deux</li><li>2. Święto kwiatów z Genzano, muz. E. Helsted, chor. A. Bournonville Wariacja żeńska i męska z pas de deux</li></ol>



	<p>3. Esmeralda, C. Pugni, chor. A. J. Waganowa, wariacja Diany Giselle, muz. A. Adam, chor. J. Corrali, J. Perrot, M. Petipa, entre i wariacje Mirty z II aktu</p> <p>4. Jezioro łabędzie, muz. P. Czajkowski, chor. L. Iwanow/M. Petipa/ K. Siergiejew</p> <p>- dwie wariacje żeńskie z pas de trois z I aktu</p> <p>- pas de quatre</p>
Partnerowanie z dydaktyką	<p><b>1. Trzymanie za talię oburącz:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- <i>Releve z I i V poz. na dwie i jedną nogę</i></li><li>- <i>Pas glissade, Pas balance</i></li><li>- <i>Developpe, grand rond de jambe, passe, grand port de bras</i></li><li>- <i>małe i duże pozy</i></li><li>- Różne rodzaje obrotów</li><li>- oprowadzenia</li><li>- <i>tours</i></li><li>- trzymania w "padających pozach"</li></ul> <p><b>2. Trzymanie za ręce:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Różne rodzaje obrotów</li><li>- oprowadzenia</li><li>- <i>tours</i></li><li>- trzymania w "padających pozach"</li></ul> <p><b>3. Trzymanie za jedną rękę:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- <i>małe i duże pozy</i></li><li>- Różne rodzaje obrotów</li><li>- oprowadzenia</li><li>- <i>tours</i></li><li>- trzymania w "padających pozach"</li></ul> <p><b>4. Allegro:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- w trzymaniu oburącz</li><li>- w trzymaniu za ręce</li><li>- w trzymaniu jedną ręką</li><li>- w <i>tours</i></li></ul> <p><b>5. Grand Allegro:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- z pozy w pozę</li><li>- z przeniesieniem partnerki</li><li>- z naskokiem na ramię i klatkę piersiową partnera</li><li>- z <i>tours</i> w trzymaniu za dwie ręce</li></ul> <p><b>6. Wysokie podniesienia w pozach tańca klasycznego</b></p>
Taniec i balet XX i XXI w.	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Estetyka baletów dworskich</li><li>2. Wpływ Noverre'a na estetykę baletów XVIII wieku</li><li>3. Analiza tradycyjnej wersji baletu „Giselle” i jego historia.</li><li>4. Analiza współczesnej wersji baletu „Giselle” - autorzy; (dramaturgia, materiał muzyczny, choreografia, interpretacja i oprawa sceniczna) Analiza porównawcza omawianych wersji „Giselle”</li><li>5. Analiza tradycyjnej wersji baletu „Jezioro łabędzie” - historia realizacji.</li><li>6. Analiza tradycyjnej wersji baletu „Śpiąca królowna” - historia powstania baletu.</li><li>7. Analiza współczesnej wersji baletu „Śpiąca królowna” - autorzy; (dramaturgia, materiał muzyczny, choreografia, interpretacja i oprawa sceniczna)</li><li>8. Analiza tradycyjnej wersji baletu „Coppelia” - historia realizacji</li><li>9. Analiza współczesnej wersji baletu „Coppelia” - autorzy (dramaturgia, materiał muzyczny, choreografia, interpretacja i oprawa sceniczna).</li><li>10. Balety M. Fokina (analiza, styl choreograficzny, materiał muzyczny, interpretacja etc.)</li><li>11. Balety Wacława Niżyńskiego i Bronisławy Niżyńskiej (analiza, inspiracje, styl choreograficzny)</li><li>12. Balety G. Balanchine'a (analiza, styl choreograficzny)</li><li>13. Analiza wybranych choreografii wybitnych twórców II połowy XX i XXI wieku (np. Bejart, Petit, Kylian, Preljocaj, McGregor).</li></ol>



Choreografia	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Terminy: „choreografia” i „choreograf”. Współczesne metody pracy choreograficznej.</li><li>2. Improwizacja jako metoda twórcza. Zadania solowe.</li><li>3. Twórcze działanie w procesie kreacji dzieła choreograficznego.</li><li>4. Balet jako „dzieło choreograficzne”, reinterpretacje współczesne, interaktywność performansu tanecznego.</li><li>5. Libretto i formy w balecie klasycznym oraz koncepcje idei w spektaklu współczesnym.</li><li>6. Techniki stosowane w kompozycji tanecznej.</li><li>7. Dowolność zadań technicznych oraz interpretacyjnych w kompozycji tanecznej.</li><li>8. Formy i style ruchu scenicznego w różnych gatunkach performatywnych.</li><li>9. Rodzaje kompozycji wynikające z relacji z muzyką i dźwiękiem.</li><li>10. Współczesne formy kreacji choreograficznych.</li><li>11. Dzieło choreograficzne w gatunku zwanym „teatr tańca”.</li><li>12. Myślowe organizowanie treści:<ul style="list-style-type: none"><li>- inspiracja / temat / idea</li><li>- wątek treściowy / akcja</li></ul></li><li>13. Fizyczne budowanie formy:<ul style="list-style-type: none"><li>- forma / struktura</li><li>- motywy / frazy / sekwencje</li></ul></li><li>14. Emocjonalne środki łączące treści z formą:<ul style="list-style-type: none"><li>- środki ekspresyjne</li><li>- intencja / interpretacja</li></ul></li><li>15. Zadania dramaturgiczne i reżyserskie choreografa. Współpraca i konsultacje z partnerami.</li></ol>
Warsztaty zmienne	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Różne techniki tańca, style i formy tańca, formy ruchu (np. pilates, barre au sol, yoga, etc.). Zajęcia z teorii teatru tańca, krytyki teatralnej.</li></ol>
Metodologia pracy naukowej	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Metody badań naukowych.</li><li>2. Podstawy źródłownawstwa.</li><li>3. Konstrukcja pracy naukowej.</li></ol>
Konsultacje pracy magisterskiej	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Konsultacje naukowe – merytoryczne i techniczne, dotyczące pisania pracy dyplomowej na wybrany przez studenta temat.</li><li>2. Konsultacje pracy</li></ol>
Seminarium części artystycznej dyplomu	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Umiejętności choreograficzne i kompetencje pedagoga w tworzeniu kompozycji tanecznej.</li><li>2. Wykorzystanie wiedzy muzycznej do kreacji kompozycji tanecznej.</li><li>3. Fizyczne budowanie formy i wydobywanie jakości z wszystkich komponentów kompozycji.</li><li>4. Emocjonalne środki łączące treści z formą - interpretacja.</li><li>5. Komponenty wizualne choreografii (scenografia, kostiumy, światło, charakteryzacja).</li><li>6. Dramaturgia kompozycji i współpraca z partnerami oryginalnej kompozycji dyplomowej.</li></ol>
Konsultacje części dydaktycznej dyplomu	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Analiza uwarunkowań psychofizycznych wybranej klasy dyplomowej</li><li>2. Wybór tematu i celu lekcji</li><li>3. Omówienie ogólnej i szczegółowej konstrukcji lekcji</li><li>4. Akompaniament podczas lekcji</li><li>5. Praca nad konspektem</li></ol>
Język angielski	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Podstawowe pojęcia muzyczne i taneczne (dźwięk, akustyka, metrum, rytm itd.)</li><li>2. Powtórzenie zagadnień powiązanych z zastosowaniem czasu teraźniejszego prostego w stronie czynnej – ćwiczenia leksykalne i gramatyczne z wykorzystaniem języka specjalistycznego</li><li>3. Notacja muzyczna i taneczna (wartości rytmiczne nut, pauz, dynamika, ozdobniki, dynamika, artykulacja itd.)</li><li>4. Powtórzenie zagadnień powiązanych z zastosowaniem czasu teraźniejszego prostego w stronie biernej – ćwiczenia leksykalne i gramatyczne z wykorzystaniem języka specjalistycznego</li><li>5. Powtórzenie zagadnień powiązanych z czasownikami modalnymi ‘can’,</li></ol>



	<p>'must', 'should' w stronie czynnej i biernej – ćwiczenia leksykalne i gramatyczne z wykorzystaniem języka specjalistycznego</p> <ol style="list-style-type: none"><li>Okoliczniki sposobu, pytania – ćwiczenia leksykalne i gramatyczne</li><li>Projekty studentów, powtórzenie materiału i zaliczenie semestru</li></ol>
Notacja tańca	<ol style="list-style-type: none"><li>Podstawowe założenia notacji w systemie Labana-Knusta (podstawowe znaki kierunkowe, liniowy system zapisu, określenie czasu trwania i operowania ciężarem)</li><li>Ruchy związane z przenoszeniem ciężaru ciała</li><li>Czas trwania ruchu</li><li>Poziomy ruchu</li><li>Poziomy łączone</li><li>Ruchy kończyn odciążonych (gesty rąk i nóg)</li><li>Skoki</li><li>Znaki dynamiczne</li><li>Znaki ustawienia</li><li>Znaki frontalne</li><li>Obroty, zwroty i drogi po kole</li></ol>
Historia baletu polskiego	<ol style="list-style-type: none"><li>Historia baletu polskiego w zarysie.</li><li>Zespoły taneczne w teatrach magnaterii polskiej i Zespół Tancerzy Narodowych Jego Królewskiej Mości. Cudzoziemscy tancerze na scenach polskich XVIII wieku.</li><li>Warszawska szkoła baletowa: organizacja, tancerze i choreografowie, repertuar do 1830 roku.</li><li>Dzieje baletu warszawskiego w okresie romantyzmu: działalność : M. Piona, F. Taglioniego, R. Turczynowicza, P. Taglioniego. Wybitni soliści, treści baletów i powiązania z baletem zachodnioeuropejskim i rosyjskim. Francuski styl wykonawczy.</li><li>Dzieje baletu warszawskiego w drugiej połowie XIX wieku: zagraniczni choreografowie m.in. C. Blasis, cechy włoskiej szkoły tańca. Soliści, treści baletów, występy gościnne.</li><li>Balet warszawski do 1918 roku: działalność P. Zajlicha, soliści, występy gościnne.</li><li>Balet w Polsce w okresie międzywojennym: Polski Balet Parnella, Polski Balet Reprezentacyjny.</li><li>Ośrodki baletowe w Polsce po drugiej wojnie światowej. Polski Teatr tańca-Balet Poznański.</li><li>Szkolnictwo baletowe w Polsce po 1945 roku i patroni szkół baletowych.</li></ol>
Techniki wspomagające	<p><b>Semestr I</b></p> <ol style="list-style-type: none"><li>Historia J. Pilatesa</li><li>Zasady charakterystyczne dla techniki Pilates</li><li>Rola oddechu podczas ćwiczeń Pilates</li></ol> <p><b>Semestr II</b></p> <ol style="list-style-type: none"><li>Omówienie klasycznych ćwiczeń Pilates z modyfikacjami dla osób początkujących i zaawansowanych</li></ol>
Kontakt-improwizacja	<p><b>Semestr I</b></p> <p>Omówienie i wykonywanie zadań improwizacyjnych na poniższe tematy:</p> <ol style="list-style-type: none"><li>Przestrzeń, miejsce, ciało jako przestrzeń, peryferie ciała</li><li>Czas, warstwa dźwiękowa, słowo</li><li>Przedmiot, obiekt, rekwizyt</li><li>Abstrakcja</li><li>Zaliczenie</li></ol> <p><b>Semestr II</b></p> <p>Omówienie i wykonywanie zadań improwizacyjnych na poniższe tematy:</p>





	<p>6. Forma 7. Treść 8. Emocja 9. Partner 10. Zaliczenie</p> <p><b>Semestr III</b> Omówienie i wykonywanie zadań improwizacyjnych na poniższe tematy:</p> <p>11. Grupa 12. Improwizacja wolna (free improvisation) 13. Improwizacja tematyczna 14. Improwizacja tematyczna 15. Zaliczenie</p>
Grupa praktyk zawodowych/praktyki pedagogiczne	<p>1. Podczas realizacji praktyk pedagogicznych, student wykorzystuje treści określone programem kształcenia kierunku i specjalności na studiach II stopnia. Treści te obejmują:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- przygotowanie merytoryczne i dydaktyczne do nauczania tańca, grupa ogólnonauczycielska, grupa „do wyboru przez studenta”.</li><li>- przygotowanie do części dydaktycznej dyplomu.</li><li>- program praktyk pedagogicznych dla poszczególnych technik i form tańca wg <i>Porozumienia z ogólnokształcącymi szkołami baletowymi</i></li></ul> <p>a) III sem. - wybór techniki, formy, klasy; określenie zakresu programowego = 8godz. b) IV sem. przygotowanie lekcji dyplomowej w jednej wybranej klasie = 12godz.</p> <p>Razem dla II roku = 20 godzin</p> <p><i>Na podstawie zgody opiekuna praktyk pedagogicznych dopuszcza się inną, niż wskazana, liczbę godzin praktyk pedagogicznych w poszczególnych przedmiotach, jednakże ich suma zawsze musi być równa 20.</i></p>