

SYLABUS MODUŁU

Część A

L.p.	SYLABUS MODUŁU	Część A
1.	NAZWA MODUŁU	Biomechanika Wybrane zagadnienia z anatomii Wychowanie fizyczne
2.	LIDER MODUŁU	Michał Tobor michal.tobor@ast.bytom.pl
3.	PROFIL	Ogólnoakademicki
4.	ISCED	0215 muzyka i sztuki sceniczne (grupa: 02 - nauki humanistyczne i sztuka, podgrupa: 021 - podgrupa artystyczna)
5.	KIERUNEK I SPECJALNOŚĆ	Kierunek: aktorstwo, specjalność: aktorstwo teatru tańca
6.	WYDZIAŁ	Wydział Teatru Tańca
7.	CELE MODUŁU	Celem modułu jest dostarczenie studentowi wiedzy oraz umiejętności w obrębie funkcjonowania i poruszania się ciała. W tym celu student powinien rozumieć, jak działa i jak zbudowany jest narząd ruchu. Jakim prawom fizyki podlega w celu przemieszczania się oraz utrzymania danej pozycji ciała. Teoretyczne zrozumienie w/w oraz umiejętność wykorzystanie tej wiedzy w treningu funkcjonalnym pozwala na odpowiedni poziom przygotowania motorycznego oraz poprawienie cech motorycznych aktora tancerza. W pierwszym etapie działań praktycznych w module studenci uczą się jak poprawnie wykonywać ćwiczenia a także jak wspomagać proces treningowy poprzez odpowiedni odpoczynek oraz odżywianie. W dalszej części modułu studenci uczą się jak samemu skonstruować trening oraz jak wpleść go w indywidualny grafik zajęć tak, by działanie to było jak najbardziej efektywne. Studenci uczą się także rozpoznawać swoje potrzeby fizyczne i potrafią konstruować makrocykl.
8.	GŁÓWNE ZAGADNIENIA PROGRAMOWE MODUŁU	Budowa i funkcjonowanie narządu ruchu. Środek ciężkości ciała oraz układu w aspekcie statycznym oraz dynamicznym. Zagadnienia związane z optymalizacją procesu treningowego w aspekcie teoretycznym oraz praktycznym.
9.	PODSTAWOWE KRYTERIA OCENY	Testy fizyczne, prace zaliczeniowe, obecności

L.p.	SYLABUS MODUŁU	Część A
10.	ETYKIETA LEKCYJNA	Zajęcia rozpoczynają się rozgrzewką, dlatego wymagana jest punktualność. Student nie rozgrzany może być niedopuszczony do zajęć. Obowiązuje odpowiedni strój sportowy oraz obuwie. Należy zgłaszać każdą kontuzję bezzwłocznie po jej zaistnieniu.
11.	LITERATURA PODSTAWOWA	Zofia Ignasiak ANATOMIA UKŁADU RUCHU Wrocław 2007 Paul Grimshaw, Adrian Lees, Neil Fowler, Adrian Burden, BIOMECHANIKA SPORTU PWN 2010 Dr Kelly Starrett, Glen Cortoza, Bądź sprawny jak lampart 2015 GALAKTYKA Dr Kelly Starrett, Juliet Starrett, Glen Cortoza, Skazany na biurko, 2016 GALAKTYKA Adam Zając, Michał Wilk, Stanisław Poprzęcki, Bogdan Bacik, Remigiusz Rzepka, Kazimierz Mikołajec, Karina Nowak, Współczesny Trening Siły Mięśniowej AWF Katowice 2010 Adam Zając, Stanisław Poprzęcki, Zbigniew Waśkiewicz, Żywnienie i suplementacja w sporcie AWF Katowice 2008 Joe Friel, Trening z pulsometrem, Zielonka, grudzień 2010 Pavel Tsatsouline Rozciąganie odprężone Pavel Tsatsouline kuloodporne mięśnie brzucha

Symbol efektów dla kierunku	ZAMIERZONE EFEKTY UCZENIA SIĘ po ukończeniu studiów na kierunku AKTORSTWO	Odniesienie do: uniwersalnych charakterystyk poziomów w PRK	Odniesienie do charakterystyk drugiego stopnia uczenia się PRK
	WIEDZA: absolwent/absolwentka - zna i rozumie w zakresie wiedzy o realizacji prac artystycznych		

Symbol efektów dla kierunku	WIEDZA: absolwent/absolwentka - zna i rozumie W zakresie rozumienia kontekstu dyscyplin artystycznych	Odniesienie do: uniwersalnych charakterystyk poziomów w PRK	Odniesienie do charakterystyk drugiego stopnia uczenia się PRK
KA_W05	wykazuje głębokie zrozumienie wzajemnych relacji pomiędzy teoretycznymi i praktycznymi aspektami studiów, a także wykorzystuje tę wiedzę dla dalszego artystycznego rozwoju	P7U_W	P7S_WG

Symbol efektów dla kierunku	UMIEJĘTNOŚCI: absolwent/absolwentka – potrafi w zakresie ekspresji artystycznej	Odniesienie do: uniwersalnych charakterystyk poziomów w PRK	Odniesienie do charakterystyk drugiego stopnia uczenia się PRK
KA_U01	posiada rozwiniętą osobowość artystyczną, umożliwiającą tworzenie, realizowanie i wyrażanie własnych koncepcji artystycznych	P7U_U	P7S_UW P7S_UO

Symbol efektów dla kierunku	UMIEJĘTNOŚCI: absolwent/absolwentka – potrafi w zakresie realizacji prac artystycznych	Odniesienie do: uniwersalnych charakterystyk poziomów w PRK	Odniesienie do charakterystyk drugiego stopnia uczenia się PRK
KA_U06	posiada wyspecjalizowane umiejętności w aspekcie rzemieślniczym i twórczym związane z kierunkiem studiów	P7U_U	P7S_UW
KA_U07	jest przygotowany/przygotowana do współdziałania z innymi osobami w ramach prac zespołowych (także o charakterze interdyscyplinarnym) i zdolny/zdolna do podjęcia wiodącej roli w takich zespołach	P7U_U	P7S_UO P7S_UK PS7_KR

Symbol efektów dla kierunku	UMIEJĘTNOŚCI: absolwent/absolwentka – potrafi w zakresie umiejętności warsztatowych	Odniesienie do: uniwersalnych charakterystyk poziomów w PRK	Odniesienie do charakterystyk drugiego stopnia uczenia się PRK
KA_U08	posiada umiejętności z zakresu warsztatu w stopniu niezbędnym do realizacji własnych projektów artystycznych	P7U_U	P7S_UW P7S_UU

KA_U11	posiada umiejętności w zakresie plastyki ruchu oraz świadomość ciała w przestrzeni jako nośnika emocji	P7U_U	P7S_UW P7S_UU
KA_U15	zna techniki warsztatowe, umożliwiające ciągły rozwój poprzez samodzielną pracę; przez dalsze indywidualne studia powinien/powinna rozwijać nabyte umiejętności służące tworzeniu, realizowaniu i wyrażaniu własnych koncepcji artystycznych	P7U_U	P7S_UW P7S_UU

Symbol efektów dla kierunku	UMIEJĘTNOŚCI: absolwent/absolwentka – potrafi W zakresie umiejętności werbalnych	Odniesienie do: uniwersalnych charakterystyk poziomów w PRK	Odniesienie do charakterystyk drugiego stopnia uczenia się PRK
KA_U19	potrafi komunikować się na tematy specjalistyczne ze zróżnicowanymi kręgami odbiorców	P7U_U	P7S_UK

Symbol efektów dla kierunku	UMIEJĘTNOŚCI: absolwent/absolwentka – potrafi W zakresie publicznych prezentacji	Odniesienie do: uniwersalnych charakterystyk poziomów w PRK	Odniesienie do charakterystyk drugiego stopnia uczenia się PRK
------------------------------------	---	--	---

Symbol efektów dla kierunku	UMIEJĘTNOŚCI: absolwent/absolwentka – potrafi W zakresie umiejętności improwizacyjnych	Odniesienie do: uniwersalnych charakterystyk poziomów w PRK	Odniesienie do charakterystyk drugiego stopnia uczenia się PRK
------------------------------------	---	--	---

Symbol efektów dla kierunku	KOMPETENCJE SPOŁECZNE: absolwent/absolwentka jest gotów/gotowa do W zakresie niezależności	Odniesienie do: uniwersalnych charakterystyk poziomów w PRK	Odniesienie do charakterystyk drugiego stopnia uczenia się PRK
KA_K01	kompetentnego, samodzielnego i świadomego wykorzystania zdobytej wiedzy (także pochodzącej od ekspertów) w obrębie kierunku oraz w ramach innych działań kulturotwórczych, także w warunkach ograniczonego dostępu do potrzebnych informacji	P7U_K	P7S_KR P7S_KO

Symbol efektów dla kierunku	KOMPETENCJE SPOŁECZNE: absolwent/absolwentka jest gotów/gotowa do W zakresie niezależności	Odniesienie do: uniwersalnych charakterystyk poziomów w PRK	Odniesienie do charakterystyk drugiego stopnia uczenia się PRK
KA_K04	świadomego zaplanowania swojej ścieżki kariery zawodowej w oparciu o zdobyte na studiach umiejętności i wiedzę, z wykorzystaniem wiedzy zdobytej w procesie ustawicznego samokształcenia	P7U_U	PS7_KR PS7_UU
KA_K06	ciągłego rozwoju poprzez samodzielną pracę oraz inspirowania i organizowania procesu doskonalenia umiejętności warsztatowych innych osób	P7U_U	PS7_KR P7S_UU P7S_KK P7S_KO

Symbol efektów dla kierunku	KOMPETENCJE SPOŁECZNE: absolwent/absolwentka jest gotów/gotowa do W zakresie uwarunkowań psychologicznych	Odniesienie do: uniwersalnych charakterystyk poziomów w PRK	Odniesienie do charakterystyk drugiego stopnia uczenia się PRK
-----------------------------	--	---	--

Symbol efektów dla kierunku	KOMPETENCJE SPOŁECZNE: absolwent/absolwentka jest gotów/gotowa do W zakresie komunikacji społecznej	Odniesienie do: uniwersalnych charakterystyk poziomów w PRK	Odniesienie do charakterystyk drugiego stopnia uczenia się PRK
-----------------------------	--	---	--

Podpis lidera modułu:

Podpis dziekana:

Data zatwierdzenia sylabusu: