

**STUDIUM WYCHOWANIA FIZYCZNEGO I SPORTU
KARTA PRZEDMIOTU**

Nazwa w języku polskim: Cuban Salsa Fit
Nazwa w języku angielskim: Cuban Salsa Fit
Profil: ogólnouczelniany, praktyczny
Stopień studiów i forma: I stopień, stacjonarna
Rodzaj przedmiotu: wybieralny, ogólnouczelniany
Kod przedmiotu: WFW033087C
Grupa kursów: NIE

	Wykład	Ćwiczenia	Lab.	Projekt	Sem.
Liczba godzin zajęć zorganizowanych w Uczelni (ZZU)		30			
Liczba godzin całkowitego nakładu pracy studenta (CNPS)		30			
Forma zaliczenia		Zaliczenie na ocenę			
Dla grupy kursów zaznaczyć kurs końcowy (X)					
Liczba punktów ECTS		0			
w tym liczba punktów odpowiadająca zajęciom o charakterze praktycznym (P)		0			
w tym liczba punktów ECTS odpowiadająca zajęciom wymagającym bezpośredniego kontaktu (BK)		0			

**WYMAGANIA WSTĘPNE W ZAKRESIE WIEDZY, UMIEJĘTNOŚCI I KOMPETENCJI
SPOŁECZNYCH**

1. Brak przeciwwskazań zdrowotnych do aktywnego uczestnictwa w zajęciach z wychowania fizycznego.

CELE PRZEDMIOTU

- C1: Zapoznać się ze wzorcami ruchowymi, poprawa jakości ruchu, doskonalenie świadomości własnego ciała.
C2: Zwiększenie koordynacji nerwowo- mięśniowej.
C3: Usprawnienie funkcjonowania układu sercowo-naczyniowego.

PRZEDMIOTOWE EFEKTY KSZTAŁCENIA

Z zakresu wiedzy:

PEK_W01 Student wie co jest istotą tańców karaibskich.

PEK_W02 Student zna nazwy kroków salsy, terminy taneczne i rodzaje tańców karaibskich.

Z zakresu umiejętności:

PEK_U01 Student umie doskonalić siebie poprzez taniec i ćwiczenia fizyczne.

PEK_U02 Student umie wyrazić emocje poprzez ruch, taniec.

Z zakresu kompetencji społecznych:

PEK_K01 Student docenia wartość tańca w życiu człowieka.

PEK_K02 Student ma świadomość konieczności podejmowania systematycznej aktywności fizycznej przez całe życie.

TREŚCI PROGRAMOWE		
Forma zajęć - ćwiczenia		Liczba godzin
Ćw. 1	Zapoznanie z warunkami zaliczenia kursu oraz z przepisami BHP na zajęciach, charakterystyka tańców karaibskich, geneza salsy.	2
Ćw. 2	Clave – podstawowy rytm w salsie. Charakterystyka muzyki z regionu Morza Karaibskiego.	2
Ćw. 3	Nauka podstawowego kroku salsy, rozliczanie kroków, kombinacje na bazie kroku basic.	2
Ćw. 4	Postawa w tańcu, doskonalenie pracy rąk w połączeniu z krokiem.	2
Ćw. 5	Nauka izolacji poszczególnych części ciała.	2
Ćw. 6	Nauka obrotów w salsie.	2
Ćw. 7	Doskonalenie poznanych kroków, połączenie pracy rąk i nóg.	2
Ćw.8	Ćwiczenia doskonalące pracę nóg oparte na technice klasycznej.	2
Ćw. 9	Nauka podstawowych kroków rumbi, merengue, bachaty.	2
Ćw.10	Nauka zaawansowanych kroków salsy.	2
Ćw.11	Doskonalenie ruchu w przestrzeni- zmiany kierunków w choreografii..	2
Ćw.12	Reegeton. Choreografia.	2
Ćw.13	Finałowy układ w formie bitwy tanecznej.	2
Ćw.14	Praca w grupach nad własnym układem kroków.	2
Ćw.15	Podsumowanie semestru, ocena.	2
	Suma godzin	30

STOSOWANE NARZĘDZIA DYDAKTYCZNE
N1. Ćwiczenia praktyczne N2. Pokaz N3. Wykład N4. Praca w grupie

OCENA OSIĄGNIĘCIA PRZEDMIOTOWYCH EFEKTÓW KSZTAŁCENIA

Oceny: F – formująca (w trakcie semestru), P – podsumowująca (na koniec semestru).	Numer efektu kształcenia	Sposób oceny osiągnięcia efektu kształcenia
F1	PEK_W01,W02	Demonstracja.
F2	PEK_U01,U02	Demonstracja, praca w grupie
P: Frekwencja, aktywność i postawa na zajęciach.		

LITERATURA PODSTAWOWA I UZUPEŁNIAJĄCA
LITERATURA PODSTAWOWA: [1] Kubinowski D.: <i>Taniec we współczesnej kulturze i edukacji</i> . Lublin: Wydawnictwo Uniwersytetu Marii Curie-Skłodowskiej, 1998. [2] <i>Materiały szkoleniowe z kursu instruktorskiego: Cuban Salsa Fit</i> . Wrocław, 2013.
LITERATURA UZUPEŁNIAJĄCA: [1] http://www.torres.com.pl [2] http://www.salsainfo.pl
OPIEKUN PRZEDMIOTU (IMIE, NAZWISKO, ADRES E-MAIL) Elżbieta Marszałek: elzbieta.marszalek@pwr.edu.pl