

Federacja Tańca Sportowego	
KARTA KURSU TRENERA KLASY II W 2021 ROKU	
SYLABUS części specjalistycznej	
Jednostka Organizacyjna: Federacja Tańca Sportowego/ Komisja ds. Edukacji	Dyscyplina kierunkowa: Sport taneczny
Osoba opracowująca kartę kursu (część specjalistyczna):	Dr Danuta Fostiak
e-mail:	fostdan@wp.pl
Wymagania wstępne:	
Wymagania formalne: Posiadanie statusu członka FTS; posiadanie legitymacji instruktora tańca sportowego/sportu tanecznego. Założenia wstępne: posiadanie umiejętności w sporcie tanecznym na poziomie klasy tanecznej: min. B (w tańcu sportowym: min. II klasy sportowej).	
Cele przedmiotu:	
Celem dyscypliny kierunkowej jest przygotowanie uczestników do pracy w charakterze trenera sportu tanecznego poprzez wyposażenie go w wiedzę i umiejętności niezbędne do programowania i prowadzenia zajęć.	
Opis efektów kształcenia dla przedmiotu oraz ich powiązanie z efektami kształcenia dla tańca sportowego:	
<i>WIEDZA</i>	
W1	Zna i rozumie genezę i historię tańca. Zna historię organizacji tanecznych w Polsce i na Świecie. Analizuje rolę tańca w zrównoważonym rozwoju jednostki i społeczeństwa.
W2	Posiada podstawową wiedzę i zna fundamentalną terminologię w zakresie treningu i sportu tanecznego.
W3	Zna technikę wykonania i metodykę nauczania w zakresie sportu tanecznego.
<i>UMIEJĘTNOŚCI</i>	
U1	Potrafi posługiwać się podstawowym językiem dyscypliny kierunkowej oraz formułować i wyrażać własne poglądy w tym zakresie.
U2	Posiada umiejętność stosowania podstawowych zasad, metod, form i środków w nauczaniu sportu tanecznego
U3	Potrafi stosować trening funkcjonalny w procesie szkolenia.

U4	Potrafi prawidłowo stosować ćwiczenia kształtujące zdolności motoryczne.
U5	Posiada umiejętności ruchowe z zakresie techniki wykonania tańców standardowych i latynoamerykańskich umożliwiające samodzielne uczestnictwo w formach sportowych, rekreacyjnych, zdrowotnych i estetycznych.
U6	Potrafi prawidłowo stosować metodykę nauczania w zakresie sportu tanecznego, w grupach różniących się wiekiem i poziomem sprawności. Potrafi bezpiecznie organizować i prowadzić ten sport w formie zajęć edukacyjnych, rozgrywek i imprez sportowo-rekreacyjnych.
KOMPETENCJE	
K1	Przejawia gotowość do samodzielnego rozwiązywania sprecyzowanych zadań organizacyjnych o charakterze praktycznym w zakresie działalności sportowej.
K2	Rozwija własne upodobania taneczne. Uczestniczy w życiu sportowym korzystając z różnych jego form przyczyniając się do wprowadzania jednostek i grup środowiskowych w sport taneczny.
K3	Posiada zdolność do pracy w zespole - aktywnie uczestniczy w pracy grup (zespołów) i organizacji realizujących cele społeczne, szczególnie w zakresie działalności sportowej.
K4	Potrafi komunikować się z innymi ludźmi i przekazywać podstawową wiedzę związaną ze sportem tanecznym.
K5	Jest zdolny do uzupełniania i doskonalenia nabytej wiedzy i umiejętności .

Kryteria i metody oceny osiągniętych efektów kształcenia:

W celu uzyskania zaliczenia przedmiotu na ocenę dostateczną kursant musi osiągnąć wszystkie wymienione w programie efekty kształcenia.

W1 – dyskusja - odpowiedź ustna.

W2 - sprawdzian wiadomości.

W3 – obserwacja i ocena eksperta

U1, U3, U4 – obserwacja i ocena eksperta

U2, U6 – ocena eksperta prowadzenia przez uczestników kursu fragmentów zajęć na zadany temat, a także przygotowywanych konspektów lekcji tańca i zajęć treningowych,

U5 – praktyczny sprawdzian umiejętności dot. podstawowych kroków i figur tańców standardowych i latynoamerykańskich - ocena eksperta w zależności od techniki wykonania.

K1-K5 –uczestnictwo w różnych formach tanecznych oraz przygotowanie choreografii (praca w zespole) i jej prezentacja na imprezie tanecznej, uczestnictwo przy organizacji turnieju tańca, szkoleń, kongresów.

Ocena końcowa uwzględnia pracę dyplomową oraz egzamin teoretyczny i praktyczny (kryterium oceny: wpływu w zależności od techniki wykonania).

Metody i formy realizacji przedmiotu:

Ćwiczenia praktyczne:

- demonstrowanie poszczególnych elementów, kroków i figur różnych form tańca niezbędnych do prowadzenia lekcji i treningu tanecznego
- instruowanie uczestników kursu w sposób werbalny dotyczące kolejno wykonywanych elementów, kroków i figur różnych form tańca
- trening umiejętności: praca samodzielna, w parach i w zespole.

Wykłady: prezentacje multimedialne.

Treści kształcenia:

Wykłady:

- Podstawowe wiadomości z zakresu muzyki, ćwiczeń rytmicznych i tańca.
- Znaczenie muzyki, rytmu, tempa i tańca w aktywności ruchowej.
- Wpływ składników ruchu na styl poruszania się.
- Rola tańca w rozwoju indywidualnym i społecznym.
- Historia i charakterystyka tańców standardowych i latynoamerykańskich.

Ćwiczenia:

- Postawa i trzymanie rąk w tańcach standardowych i latynoamerykańskich.
- Pojęcia stosowane w technice tańca towarzyskiego w krokach podstawowych i figurach poszczególnych tańców.
- Metodyka nauczania i technika wykonania podstawowych kroków w poszczególnych tańcach standardowych i latynoamerykańskich.
- Rytmika wykonania poszczególnych figur w tańcach standardowych i latynoamerykańskich.
- Typowe akcje ruchowe stosowane w poszczególnych tańcach standardowych i latynoamerykańskich
- Podstawowe figury w poszczególnych tańcach standardowych i latynoamerykańskich.
- Technika wykonania i metodyka nauczania figur na poziomie Student Teacher, Associate i Licentiate w tańcach standardowych i latynoamerykańskich.
- Partnerowanie – nauczanie podstawowych trzymań.
- Kompozycja tańca. Zasady i układanie choreografii w poznanych tańcach (poziom Student Teacher, Associate i Licentiate).
- Opracowanie przez uczestników kursu i nauczanie własnych choreografii do poszczególnych tańców standardowych i latynoamerykańskich.
- Różne formy rozgrzewki.
- Ćwiczenia kształtujące zdolności motoryczne.
- Ćwiczenia oddechowe i rozciągające (indywidualne i parami).
- Trening funkcjonalny.
- Uczestnictwo w różnych formach tanecznych.
- Hospitowanie i prowadzenie przez uczestników kursu lekcji na zadany temat.
- Taktyka i strategia startu zawodnika.
- Zespoły taneczne – specyfika zajęć.

Forma zaliczenia:

Pozytywna ocena złożonej pracy trenerskiej i egzaminu.

Literatura:

- Ambroz N., Bosco F., Benincasa G., Cacciari D., Cacciari O., Ferrari M., Guerra R., Sietas M., Waltz. Roma: WDSF, 2014.
- Ambroz N., Bosco F., Berardi I., Birarelli C., Cacciari D., Cacciari O., Ferrari M., Sietas M., Quickstep. Roma: WDSF, 2014.
- Ambroz N., Bosco F., Bosco P., Cacciari D., Cacciari O., Ferrari M., , Piston S., Sietas M., Tango. Roma: WDSF, 2014.
- Ambroz N., Bosco F., Bussoletti L., Cacciari D., Cacciari O., Ferrari M., , Sietas M., Vulic T., Paso Doble. Roma: WDSF, 2013.
- Ambroz N., Bosco F., Bussoletti L., Cacciari D., Cacciari O., Ferrari M., , Sietas M., Vulic T., Viennese Waltz. Roma: WDSF, 2014.
- Ambroz N., Bosco F., Cacciari D., Cacciari O., Cavallini S., Ferrari M., Sietas M., Rumba. Roma: WDSF, 2013.
- Ambroz N., Bosco F., Cacciari D., Cacciari O., Ferrari M., Green S., Sietas M., Sigona A., Cha cha cha. Roma: WDSF, 2014.
- Ambroz N., Bosco F., Cacciari D., Cacciari O., Ferrari M., Haller V., Sietas M., Rossignoli L., Slow Fox. Roma: WDSF, 2013.
- Ambroz N., Bosco F., Cacciari D., Cacciari O., Ferrari M., Lahvinovich T., Sietas M., Plohl Z., Jive. Roma: WDSF, 2013.
- Ambroz N., Bosco F., Cacciari D., Cacciari O., Ferrari M., Saverio L., Sietas M., Zeudi Z., Samba. Roma: WDSF, 2013.
- Bednarzowa B., Młodzikowska M., Tańce. Gdańsk: WSWF, 1978.
- Cha cha cha, Ballroom Technique Books, London: WDSF, 2016.
- Fostiak D., Tańce towarzyskie w Światowym Programie Tańca. [W:] Zeszyty metodyczne. Gimnastyka. Gdańsk: AWF, 1992, 8:130-140.
- Fostiak D., Zasady i metody nauczania sportowego tańca towarzyskiego. [W:] Światowy program taneczny (pod redakcją A. Golonki). Zeszyt metodyczny: 1. Kraków-Warszawa: Federacja Tańca Sportowego, Ministerstwo Edukacji Narodowej i Sportu, 2003.
- Golonka A., Światowy program taneczny. Zeszyt metodyczny: 1. Kraków-Warszawa: Federacja Tańca Sportowego, Ministerstwo Edukacji Narodowej i Sportu, 2003.
- Golonka A., Podstawy tańców standardowych. Zeszyt metodyczny: 2. Kraków-Warszawa: Federacja Tańca Sportowego, Ministerstwo Edukacji Narodowej i Sportu, 2003.
- Golonka A., Podstawy tańców latynoamerykańskich. Zeszyt metodyczny: 3. Kraków-Warszawa: Federacja Tańca Sportowego, Ministerstwo Edukacji Narodowej i Sportu, 2003.
- Howard G., Technique of Ballroom Dancing. Brighton: Internationally Dance Publication, 1998.
- Jive, Ballroom Technique Books, London: WDSF, 2016.

- Konieczna E.J., Arteterapia w teorii i praktyce. Kraków: Impuls, 2003.
- Koziełło D., Taniec i psychoterapia. Poznań: KMK Promotions, 2002.
- Kuźmińska O., Piękno ruchu taneczno-gimnastycznego. Poznań: Sens, 1996.
- Kuźmińska O., Taniec w teorii i praktyce. Wydawnictwo AWF w Poznaniu, 2002.
- Kuźmińska O., Popielewska H. Taniec, Rytm, Muzyka. Poznań: AWF, Skrypty: 116, 1995.
- Laird W., Technique of Latin Dancing. England: Chapman Graphipcs Corporation Limited, 1994.
- Latin American Cha Cha Cha. London: Imperial Hause, ISTD, 2003.
- Latin American Jive. London: Imperial Hause, ISTD, 2002.
- Latin American Paso Doble. London: Imperial Hause, ISTD, 1999.
- Latin American Rumba. London: Imperial Hause, ISTD, 1998.
- Latin American Samba. London: Imperial Hause, ISTD, 2002 .
- Martys S., Fostiak D., Fostiak M., Kruczkowski D., Street Dance jako atrakcyjna forma aktywności fizycznej.[W:] Teoria wychowania fizycznego i sportu, Tom 1 (red. Zbigniew Jastrzębski). Wyższa Szkoła Sportowa w Łodzi., 2012, s. 51-88.
- Moll K., Wszystkie pary tańczą. Warszawa: Wydawnictwo Związkowe CRZZ, 1966.
- Moore A., Ballroom Dancing. London: Sir Isaac Pitman and Sons Ltd, 1959.
- Paso doble, Ballroom Technique Books, London: WDSF, 2016.
- Quickstep, Ballroom Technique Books, London: WDSF, 2016.
- Rokita M., Bajdziński M., Podstawy teorii treningu motorycznego w sportowym tańcu towarzyskim. Gorzów Wielkopolski-Kraków: PTT, 2006.
- Rumba, Ballroom Technique Books, London: WDSF, 2016.
- Samba, Ballroom Technique Books, London: WDSF, 2016.
- Skowrońska – Lebecka E., Dźwięk i gest. Warszawa: Wydawnictwo „Żak”, 1995.
- Slow Fox, Ballroom Technique Books, London: WDSF, 2016.

- Smith-Hampshire H. The Viennese Waltz. England: HSH, 1996.
- Tango, Ballroom Technique Books, London: WDSF, 2016.
- The Ballroom Technique. The Imperial Society of Teachers of Dancing, London: WCIH&BE, Printed by Lithowflow Ltd.,
- Turska I., Taniec bawi i opowiada. Warszawa: Państwowe Zakłady Wydawnictw Szkolnych, 1970.
- Turska I., W kręgu tańca. Warszawa: Państwowe Wydawnictwo Iskry, 1965.
- Turska I., Krótki zarys historii tańca i baletu. Kraków: Polskie Wydawnictwo Muzyczne, 1983.
- Viennese Waltz, Ballroom Technique Books, London: WDSF, 2016.
- Wainwright L., Zatańczmy. Warszawa: Świat książki, 2006.
- Waltz, Ballroom Technique Books, London: WDSF, 2016.
- Weber C., Terapia tańcem i muzyką. Wrocław: Dolnośląskie Wydawnictwo Edukacyjne S.C., 2002.
- Wieczysty M., Tańczyć może każdy. Warszawa-Rzeszów: Ad Oculos, 2006.

Aktywność w zajęciach kursu

Obciążenie kursanta

Udział w części specjalistycznej

100 godz.