

|   |                     |  |  |  |                                     |                                 |
|---|---------------------|--|--|--|-------------------------------------|---------------------------------|
| Nazwa przedmiotu:<br><b>Fizjologia muzyki</b>   |                     |  |  |  |                                     |                                 |
| Jednostka prowadząca przedmiot:<br><b>Wydział Instrumentalny</b>  |                     |  |  |  | Rok akademicki:<br><b>2021/2022</b> |                                 |
| Kierunek:<br><b>Instrumentalistyka</b>  |                     |  | Specjalność:<br><b>Gra na klawesynie</b> |  |                                     |                                 |
| Forma studiów:<br><b>stacjonarne I st.</b>  |                     | Profil kształcenia:<br><b>ogólnoakademicki (A)</b>   |  | Status przedmiotu:<br><b>obowiązkowy</b> |                                     |                                 |
| Forma zajęć:<br><b>ćwiczenia</b>  |                     | Język przedmiotu:<br><b>polski</b>   |  | Rok/semestr:<br><b>I, II/I, III</b>      |                                     | Wymiar godzin:<br><b>30</b>     |
| Koordynator przedmiotu  |                     | <b>Kierownik Katedry Organów i Klawesynu</b>   |  |  |                                     |                                 |
| Prowadzący zajęcia  |                     | <b>mgr Jadwiga Śmieszalska</b>   |  |  |                                     |                                 |
| Cele przedmiotu   |                     | Zapoznanie się z podstawowymi zasadami fizjologii muzyki oraz wykorzystanie ich do świadomego wpływania na możliwości własnego organizmu. Dotyczy nauki:<br>eliminowania zbędnych napięć i usztywnień, również podczas śpiewu lub gry na instrumencie utrzymania swobodnej postawy podczas gry<br>przywracania postawy sprzyjającej uzyskiwaniu pełnego, naturalnego oddechu<br>dostosowania możliwości organizmu (ciała, mięśni, stawów) do potrzeb i wymagań stawianych przez instrument (lub przygotowywany utwór);<br>radzenie sobie z bólem, nerwobólami i dolegliwościami wynikającymi ze specyfiki pracy z danym instrumentem;<br>radzenie sobie z treścią<br>świadomego powrotu do stanu rozluźnienia i odpowiedniej sprężystości po momencie stresu |  |  |                                     |                                 |
| Wymagania wstępne   |                     | Ćwiczenie wymagające obecności na zajęciach. Brak wymagań wstępnych względem studentów   |  |  |                                     |                                 |
| <b>Kategorie efektów</b>  | <b>Numer efektu</b> | <b>EFEKTY UCZENIA SIĘ DLA PRZEDMIOTU</b>   |  |  |                                     | <b>Numer efektu kier./spec.</b> |
| Umiejętności (U)  | 1                   | Przyswoił sobie dobre nawyki dotyczące techniki i postawy, umożliwiające operowanie ciałem podczas gry w sposób najbardziej wydajny i bezpieczny z punktu widzenia fizjologii. Stosuje efektywne techniki ćwiczenia.   |  |  |                                     | P6_KLAW_U06 (KLAW_XV)           |
| <b>TREŚCI PROGRAMOWE PRZEDMIOTU</b>   |                     |  |  |  | <b>Liczba godzin</b>                |                                 |
| Ćwiczenia w zakresie poznawczym własnych odruchów i reakcji oraz ich opanowania.<br>FIZJOLOGIA MUZYKI zajmuje się eliminowaniem nieprawidłowych nawyków ruchowych oraz nawykowych reakcji nieodpowiednich w danych warunkach. Uczy umiejętności swobodnego kontrolowania procesów utrzymywania równowagi psychofizycznej, koordynacji ruchów i zachowań. Zwraca uwagę na świadomość i uważność w ruchu i działaniu.<br>Przedmiot korzysta z tzw. Techniki Alexandra. Jej twórca, F. Matthias Alexander (1869-1955), australijski aktor, pokonując swoje problemy z głosem, stworzył metodę, która dzięki poprawie sposobu posługiwania się własnym organizmem, prowadzi do lepszego jego funkcjonowania i eliminacji wielu dolegliwości i bólów. Alexander zwracając uwagę na konieczność utrzymania pełni przestrzeni organizmu, dostrzegł istotę prawidłowej dynamicznej relacji pomiędzy głową, szyją i kręgosłupem. Stwierdził, że jej zapewnienie, umożliwia niezaburzony przebieg podstawowych procesów życiowych, optymalne funkcjonowanie wszystkich organów, swobodę oddechu, ruchu i głosu. |                     |  |  |  | 30                                  |                                 |
| Metody kształcenia  |                     | 1. wykład z prezentacją multimedialną wybranych zagadnień<br>2. praca indywidualna<br>3. praca w grupach   |  |  |                                     |                                 |
| Metody weryfikacji efektów uczenia się  |                     | Metoda   |  | Numer efektu uczenia                     |                                     |                                 |
|   |                     | 1. zaliczenie  |  | 1  |                                     |                                 |
| <b>KORELACJA EFEKTÓW UCZENIA SIĘ Z TREŚCIAMI PROGRAMOWYMI, METODAMI KSZTAŁCENIA I WERYFIKACJI</b>   |                     |  |  |  |                                     |                                 |
| Numer efektu uczenia się  |                     | Treści kształcenia   |  | Metody kształcenia                       |                                     | Metody weryfikacji              |
| 1   |                     | 1–3  |  | 1–3                                      |                                     | 1                               |
| <b>Warunki zaliczenia</b>   |                     | Zaliczenie na podstawie uczęszczania na zajęcia.   |  |  |                                     |                                 |
| Rok   |                     | I  |  | II                                       |                                     | III                             |
| Semestr   |                     | I  | II                                       | III                                      | IV                                  | V VI                            |
| ECTS  |                     | 1  | –  | 1  | –                                   | –                               |
| Liczba godzin   |                     | 15   | –  | 15                                       | –                                   | –                               |
| Rodzaj zaliczenia   |                     | zaliczenie   | –  | zaliczenie                               | –                                   | –                               |

| Literatura podstawowa   |                    |                              |    |
|---|--------------------|------------------------------|----|
| Brak  |                    |                              |    |
| Literatura uzupełniająca  |                    |                              |    |
| Brak  |                    |                              |    |
| KALKULACJA NAKŁADU PRACY STUDENTA   |                    |                              |    |
| Zajęcia dydaktyczne   | 30                 | Praca własna                 | 20 |
| łącznie nakład pracy w godzinach  | 50                 | łącznie liczba ECTS          | 2  |
| Możliwości kariery zawodowej  |                    |                              |    |
| Student ma przygotowania nauczycielskie z zakresu fizjoprofilaktyki gestu muzycznego na poziomie podstawowym. |                    |                              |    |
| Ostatnia modyfikacja opisu przedmiotu   |                    |                              |    |
| Data  | Imię i nazwisko    | Czego dotyczy modyfikacja    |    |
| 28.09.2021  | Wojciech Koprowski | opracowanie karty przedmiotu |    |