

SYLABUS

(dla przedmiotu zajęć zbiorowych)

Autorzy opracowania:

Nazwa przedmiotu	Ergonomia pracy w zawodzie muzyka
Kierunek studiów	Przedmioty do nowego planu studiów
Specjalność	wszystkie
Poziom studiów	licencjackie
Tryb	stacjonarne
Jednostka prowadząca	Wydział Instrumentalny
Osoby realizujące	

efekty kształcenia - wiedza

Student nabywa wiedzę i umiejętności w zakresie profilaktyki dotyczącej narządu ruchu.
Student nabywa wiedzę w zakresie rehabilitacji, anatomii, biomechaniki, patomechaniki i ergonomii pracy.

efekty kształcenia - umiejętności

Student nabywa podstawowe umiejętności w zakresie ćwiczeń fizycznych kształtujących i utrzymujących prawidłową postawę, zwiększających fizjologiczne zakresy ruchów w stawach narządu ruchu i siłę mięśniową.
Student nabywa wiedzę w zakresie integracji, łączenia nabytej w toku prowadzenia zajęć wiedzy i umiejętności.

efekty kształcenia - kompetencje społeczne

Student w wyniku nabytej wiedzy i umiejętności potrafi przekazywać ją w społeczeństwie w celu propagowania profilaktyki narządu ruchu - edukacja społeczna.
Student nabywa wiedzę dotyczącą profesjonalnej postawy w zawodzie muzyka.

założenia, cele oraz charakterystyka przedmiotu**Cele ogólne kształcenia:**

Trwałość
Kompleksowość
Dostępność
Powszechność

Cele szczegółowe kształcenia:

Zdobycie podstawowych informacji w zakresie anatomii, fizjologii, biomechaniki, ergonomii pracy i patomechaniki narządu ruchu.
Kształtowanie i wyrabianie nawyków prawidłowej postawy w wyniku edukacji terapeutycznej i ćwiczeń w formie indywidualnej i grupowej (w zależności od indywidualnych parametrów biomechanicznych).
Równomierny rozwój cech motorycznych.
Ćwiczenia ogólnorozwojowe ukierunkowane na poprawę stabilizacji biernej i czynnej kręgosłupa, stabilizacja stawowa.
Ćwiczenia ogólnorozwojowe mające na celu utrzymać i rozwijać prawidłową równowagę nerwowo-mięśniową.
Ćwiczenia ogólnorozwojowe poprawiające koordynację i równowagę.
Ćwiczenia kierunkowe likwidujące różnice w napięciach mięśniowych i sile mięśniowej.
Kształtowanie prawidłowej postawy w zawodzie muzyka i w życiu codziennym.
Kształtowanie profesjonalnej postawy muzyka, indywidualizacja parametrów biomechanicznych.
Nauka prawidłowej pracy (ergonomia pracy) z instrumentem.
Kształtowanie prawidłowych nawyków związanych z pracą narządem głosu (zła postawa oddychanie, szczękoscisk, maska, asymetria czaszki, problem zatok, asymetria żuchwy itp.)
Zdobycie podstawowej wiedzy do prowadzenia edukacji w zakresie profilaktyki społecznej w celu zapobiegania skutkom złej postawy, niesprawności i braku ruchu.

Możliwość prowadzenia zajęć w terenie (park, stadion, hala sportowa, ścieżka edukacyjna) oraz online lub hybrydowej.
Możliwość wykorzystania przyborów i przyrządów sportowych, wykorzystanie ukształtowania terenu i przeszkód terenowych.
Możliwość wykorzystania biofeedback podczas zajęć.

sposób realizacji

zajęcia stacjonarne

wymagania wstępne i dodatkowe

Terminowe zgłoszenie się na zajęcia do wyboru i otrzymanie akceptacji Dziekana lub właściwego Prodziekana. Przedmiot dostępny jest dla osób przyjętych na studia I lub II stopnia. Warunkiem zakwalifikowania na kurs jest także niezrealizowanie go w poprzednich semestrach (przedmiot można wybrać w toku studiów I i II stopnie tylko raz).

zalecane fakultatywne komponenty przedmiotu

- nie dotyczy -

bibliografia podstawowa

Nazwa przedmiotu	Ergonomia pracy w zawodzie muzyka
Kierunek studiów	Przedmioty do nowego planu studiów
Specjalność	wszystkie
Poziom studiów	licencjackie
Tryb	stacjonarne
Jednostka prowadząca	Wydział Instrumentalny
Osoby realizujące	
<p>"Wiktor Degi ortopedia i rehabilitacja" Wydawnictwo Lekarskie PZWL rok wydania 2008, wydanie I „Biomechanika Kliniczna” Wydawnictwo Lekarskie PZWL rok wydania 2004 „Rehabilitacja Medyczna” Wydawnictwo Lekarskie PZWL seria wydawnicza AWF, rok wydania 2012</p> <p><u>bibliografia uzupełniająca</u> - nie dotyczy -</p>	

semestr	forma zaliczenia	forma zajęć	wymiar godzin	wycena ects
1	zaliczenie bez oceny	ćwiczenia	30	2.0

pedagog

- brak -

treści programowe wraz z opisem efektów kształcenia

Kształtowanie cech motorycznych warunkujących prawidłowe funkcjonowanie narządu ruchu.
 Nauka autokorekcji postawy w różnych pozycjach pracy muzyka.
 Nauka prawidłowego stania, siedzenia, wstawania i siadania – wykorzystanie zjawiska biofeedback w autokorekcji
 Nauka połączona z integracją zdobytych wiadomości.
 Zdobywanie podstawowych informacji na temat profilaktyki narządu ruchu.

metody dydaktyczne

Wykład- prezentacja, dyskusja. (online lub stacjonarne w zależności od sytuacji epidemiologicznej)
 Podające- naśladowcza ścisła, programowego uczenia się i usprawniania.
 Poszukujące - bezpośredniej celowości ruchu.
 Ekspresyjne - ruchowej ekspresji ruchu.
 Konsultacje indywidualne – profilaktyka, ergonomia pracy w zawodzie muzyka w formie indywidualnej i grupowej oraz rehabilitacja.
 Możliwość prowadzenia zajęć w terenie (park, stadion, hala sportowa, ścieżka edukacyjna) oraz online lub hybrydowej.
 Możliwość wykorzystania przyborów i przyrządów sportowych, wykorzystanie ukształtowania terenu i przeszkód terenowych.
 Możliwość wykorzystania biofeedback podczas zajęć.

warunek zaliczenia kursu wraz z metodami i kryteriami oceniania

Student podczas zaliczenia poddawany jest testom funkcjonalnym narządu ruchu.
 Zaliczenie odbywa się na zasadzie porównania badania podmiotowego na początku i na końcu semestru.

semestr	forma zaliczenia	forma zajęć	wymiar godzin	wycena ects
2	zaliczenie bez oceny	ćwiczenia	30	2.0

pedagog

- brak -

treści programowe wraz z opisem efektów kształcenia

JAK W SEMESTRZE PIERWSZYM - PRZEDMIOT JEDNOKROTNEGO WYBORU

metody dydaktyczne

JAK W SEMESTRZE PIERWSZYM - PRZEDMIOT JEDNOKROTNEGO WYBORU

warunek zaliczenia kursu wraz z metodami i kryteriami oceniania

JAK W SEMESTRZE PIERWSZYM - PRZEDMIOT JEDNOKROTNEGO WYBORU

semestr	forma zaliczenia	forma zajęć	wymiar godzin	wycena ects
3	zaliczenie bez oceny	ćwiczenia	30	2.0

semestr	forma zaliczenia	forma zajęć	wymiar godzin	wycena ects
3	zaliczenie bez oceny	ćwiczenia	30	2.0
<p><u>pedagog</u> - brak -</p> <p><u>treści programowe wraz z opisem efektów kształcenia</u> JAK W SEMESTRZE PIERWSZYM - PRZEDMIOT JEDNOKROTNEGO WYBORU</p> <p><u>metody dydaktyczne</u> JAK W SEMESTRZE PIERWSZYM - PRZEDMIOT JEDNOKROTNEGO WYBORU</p> <p><u>warunek zaliczenia kursu wraz z metodami i kryteriami oceniania</u> JAK W SEMESTRZE PIERWSZYM - PRZEDMIOT JEDNOKROTNEGO WYBORU</p>				

semestr	forma zaliczenia	forma zajęć	wymiar godzin	wycena ects
4	zaliczenie bez oceny	ćwiczenia	30	2.0
<p><u>pedagog</u> - brak -</p> <p><u>treści programowe wraz z opisem efektów kształcenia</u> JAK W SEMESTRZE PIERWSZYM - PRZEDMIOT JEDNOKROTNEGO WYBORU</p> <p><u>metody dydaktyczne</u> JAK W SEMESTRZE PIERWSZYM - PRZEDMIOT JEDNOKROTNEGO WYBORU</p> <p><u>warunek zaliczenia kursu wraz z metodami i kryteriami oceniania</u> JAK W SEMESTRZE PIERWSZYM - PRZEDMIOT JEDNOKROTNEGO WYBORU</p>				

semestr	forma zaliczenia	forma zajęć	wymiar godzin	wycena ects
5	zaliczenie bez oceny	ćwiczenia	30	2.0
<p><u>pedagog</u> - brak -</p> <p><u>treści programowe wraz z opisem efektów kształcenia</u> JAK W SEMESTRZE PIERWSZYM - PRZEDMIOT JEDNOKROTNEGO WYBORU</p> <p><u>metody dydaktyczne</u> JAK W SEMESTRZE PIERWSZYM - PRZEDMIOT JEDNOKROTNEGO WYBORU</p> <p><u>warunek zaliczenia kursu wraz z metodami i kryteriami oceniania</u> JAK W SEMESTRZE PIERWSZYM - PRZEDMIOT JEDNOKROTNEGO WYBORU</p>				

semestr	forma zaliczenia	forma zajęć	wymiar godzin	wycena ects
6	zaliczenie bez oceny	ćwiczenia	30	2.0
<p><u>pedagog</u> - brak -</p> <p><u>treści programowe wraz z opisem efektów kształcenia</u> JAK W SEMESTRZE PIERWSZYM - PRZEDMIOT JEDNOKROTNEGO WYBORU</p> <p><u>metody dydaktyczne</u> JAK W SEMESTRZE PIERWSZYM - PRZEDMIOT JEDNOKROTNEGO WYBORU</p> <p><u>warunek zaliczenia kursu wraz z metodami i kryteriami oceniania</u> JAK W SEMESTRZE PIERWSZYM - PRZEDMIOT JEDNOKROTNEGO WYBORU</p>				

Podpisy autorów:

