

TREŚCI NAUCZANIA – SPIS PRZEDMIOTÓW

:

1. INTERPRETACJA PIOSENKI
2. EMISJA GŁOSU
3. FIZJOLOGIA GŁOSU
4. DYKCJA
5. FORTEPIAN
6. KSZTAŁCENIE SŁUCHU Z ZASADAMI I HARMONIĄ
7. NAUKA O MUZYCE Z LITERATURĄ MUZYCZNĄ
8. HISTORIA TEATRU I LITERATURY
9. PLASTYKA RUCHU I TANIEC.
10. ELEMENTY GRY AKTORSKIEJ
11. ZASADY CHARAKTERYZACJI
12. ZESPÓŁ WOKALNO-INSTRUMENTALNY
13. OBSŁUGA SPRZĘTU ELEKTRONICZNEGO
14. ZAJĘCIA SCENICZNE
15. GITARA
16. PODSTAWOWE INSTRUMENTY W ZESPOLE PERKUSYJNYM
17. JĘZYK NIEMIECKI
18. PODSTAWY PSYCHOLOGII, SOCJOLOGII I ORGANIZACJI PRACY
19. PODSTAWY PRZEDSIĘBIORCZOŚCI
20. SEMINARIUM DYPLOMOWE
21. WSTĘP DO ARTETERAPII
22. ZAJĘCIA RUCHOWE – WYCHOWANIE FIZYCZNE

1. PRZEDMIOT: INTERPRETACJA PIOSENKI

L.p.	Tematyka zajęć
	SEMESTR I
1	Dobór repertuaru w zależności od cech i możliwości wykonawczych. Analiza piosenki pod kątem tekstowym Analiz piosenki pod względem muzycznym Związek między warstwą tekstowa ,muzyczną piosenki
2	Umiejętność zastosowania odpowiednich form ekspresji i artykulacji jako elementów interpretacji. Umiejętność budowania napięcia emocjonalnego podczas prezentacji
3	Rozwijanie możliwości wykonawczych poprzez różną interpretację tej samej piosenki. .Stosowanie różnorodnych środków artystycznego wyrazu do zmian interpretacyjnych.
4	Prezentacja opanowanych piosenek . – sprawdzenie gotowości do występu estradowego.

SEMESTR II	
1	Dobór repertuaru w zależności od cech i możliwości wykonawczych. Analiza piosenki pod kątem tekstowym Analiz piosenki pod względem muzycznym Związek między warstwą tekstowa ,muzyczną piosenki
2	Umiejętność zastosowania odpowiednich form ekspresji i artykulacji jako elementów interpretacji. Umiejętność budowania napięcia emocjonalnego podczas prezentacji
3	Rozwijanie możliwości wykonawczych poprzez różną interpretację tej samej piosenki. .Stosowanie różnorodnych środków artystycznego wyrazu do zmian interpretacyjnych.
4	Prezentacja opanowanych piosenek . – sprawdzenie gotowości do występu estradowego.
SEMESTR III	
1	Dobór repertuaru w zależności od cech i możliwości wykonawczych. Analiza piosenki pod kątem tekstowym Analiz piosenki pod względem muzycznym Związek między warstwą tekstowa ,muzyczną piosenki
2	Umiejętność zastosowania odpowiednich form ekspresji i artykulacji jako elementów interpretacji. Umiejętność budowania napięcia emocjonalnego podczas prezentacji
3	Rozwijanie możliwości wykonawczych poprzez różną interpretację tej samej piosenki. .Stosowanie różnorodnych środków artystycznego wyrazu do zmian interpretacyjnych.
4	Prezentacja opanowanych piosenek . – sprawdzenie gotowości do występu estradowego.
SEMESTR IV	
1	Dobór repertuaru w zależności od cech i możliwości wykonawczych. Analiza piosenki pod kątem tekstowym Analiz piosenki pod względem muzycznym Związek między warstwą tekstowa ,muzyczną piosenki
2	Umiejętność zastosowania odpowiednich form ekspresji i artykulacji jako elementów interpretacji. Umiejętność budowania napięcia emocjonalnego podczas prezentacji
3	Rozwijanie możliwości wykonawczych poprzez różną interpretację tej samej piosenki. .Stosowanie różnorodnych środków artystycznego wyrazu do zmian

	interpretacyjnych.
4	Prezentacja opanowanych piosenek . – sprawdzenie gotowości do występu estradowego.

2.PRZEDMIOT: EMISJA GŁOSU

L.p.	Tematyka zajęć
SEMESTR I	
1	Znajomość podstawowych pojęć z zakresu techniki wokalne: rejestr, maska, pozycja, oparcie oddechowe, dźwięk przejściowy, okrągłość dźwięku.
2	Oddychanie podczas śpiewu: <ul style="list-style-type: none"> - typy oddychania - oparcie oddechowe - błędy w oddychaniu
3	Ćwiczenia oddechowe.
4	Ćwiczenia fonacyjne,
	Ćwiczenia rezonacyjne
5	Ćwiczenia artykulacyjne
SEMESTR II	
1	Ćwiczenia oddechowe.
2	Ćwiczenia fonacyjne,
3	Ćwiczenia rezonacyjne
4	Ćwiczenia artykulacyjne
SEMESTR III	
1	Ćwiczenia oddechowe.
2	Ćwiczenia fonacyjne,
3	Ćwiczenia rezonacyjne
4	Ćwiczenia artykulacyjne

5	Wokalne techniki wykonawcze
SEMESTR IV	
1	Ćwiczenia oddechowe.
2	Ćwiczenia fonacyjne,
3	Ćwiczenia rezonacyjne
4	Ćwiczenia artykulacyjne
5	Wokalne techniki wykonawcze

3.PRZEDMIOT: FIZJOLOGIA GŁOSU

L.p.	Tematyka zajęć
SEMESTR I	
1	Teoretyczne podstawy techniki mówienia .
2	Ogólne zasady anatomii i fizjologii aparatu głosowego i oddechowego.
3	Rozwijanie dyspozycji głosowych.
4	Nauka prawidłowego oddychania
5	Ćwiczenia fonacyjne,
6	Ćwiczenia rezonacyjne,
7	Doskonalenie techniki artykulacji.

4.PRZEDMIOT: DYKCJA

L.p.	Tematyka zajęć
Sem I	
1.	Omówienie tematyki dotyczącej gry aktorskiej
2.	Trening aktorski - ćwiczenia praktyczne ciała, maski twarzy

3.	Ćwiczenia dotyczące techniki głosu - emisja
4.	Główne zasady interpretacji tekstu literackiego
5.	Wpływ osobowości aktora na interpretację tekstu
6.	Wpływ czynnika obiektywnego na interpretację tekstu
7.	Stwarzanie iluzji rzeczywistości na scenie
8.	Teatr antyiluzyjny na przestrzeni dziejów
9.	Ćwiczenia dykcyjne - miejsc artykulacji podczas wymowy spółgłosek
Sem II	
1.	Typowe wady wymowy, zlewanie rozziwy samogłosek, spółgłosek, nosówki w wygłosie wyrazu
2.	Miejsca artykulacji podczas wymawiania spółgłosek
3.	Wymowa sceniczna - środkiem ekspresji artystycznej
4.	Interpretacja tekstu wpływ – czynnika obiektywnego i subiektywnego
5.	Emisja głosu – wykorzystywanie rezonatorów podczas mówienia
6.	Sprawna funkcja słowa na scenie. Napięcie między ruchem a słowem
Sem III	
1.	Ekspresja ciała wspomagająca słowo w spektaklu
2.	Motywacja emocjonalna wspomagająca interpretację tekstu
3.	Sfera realizacji psychicznych
4.	Teatralizacja zachowań na scenie – sztuka systemem znaków
5.	Kompozycja roli na scenie – prawda na scenie
6.	Realizacja słowa poetyckiego na scenie: zdziera zasłony, ujawnia, odkrywa

7.	Budowanie widowiska teatralnego – rzeczywistość autonomiczną od rzeczywistości potocznej
Sem IV	
1.	Teatr – formowanie z materiału słów – mowy żywej
2.	Budowanie etudy aktorskiej na bazie słowa mówionego
3.	Różnica między aktorstwem przedstawiającym a odsłaniającym
4.	Otwarta struktura przedstawienia – w sensie intelektualnym, symbolicznym, technicznym
5.	Czas i przestrzeń w teatrze i wpływ tych jakości na stwarzanie realności na scenie – teatr antyiluzyjny (cechy charakterystyczne)

5.PRZEDMIOT: FORTEPIAN

L.p.	Tematyka zajęć
	Semestr I
1	<ul style="list-style-type: none"> - poznanie budowy instrumentu i jego możliwości brzmieniowych - poznanie sposobów wydobywania dźwięku na fortepianie - prawidłowa postawa i prawidłowo ustawiony aparat gry - praktyczna znajomość klawiatury - poznanie nuty w kluczu wiolinowym - poznanie wartości nut i pauz - kropka przy nucie - poznanie metrum 4 3 2 4 4 4 - gra wprawek osobno - dobór programu w zależności od znajomości nut i klawiatury - takt i przedtakt
2	<ul style="list-style-type: none"> - ćwiczenia ze szkoły na fortepian z zastosowaniem dotychczasowej wiedzy i umiejętności - kropka przy nucie
3	<ul style="list-style-type: none"> - dobór prostych utworów z innych działów z zastosowaniem dotychczasowej wiedzy i umiejętności - praca nad artykulacją
	Semestr II
1	<ul style="list-style-type: none"> - czytanie nuty w kluczu wiolinowym i basowym - gra legato, portato

	<ul style="list-style-type: none"> - gra wprawek – razem obiema rękami - poznanie znaków przykluczowych: krzyżyk, bemol i kasownik - dobór programu w zależności od umiejętności i możliwości wykonawczych
2	<ul style="list-style-type: none"> - poznanie budowy gam durowych i trójdźwięków - granie osobno i wolno razem - ćwiczenia ze szkoły na fortepian z zastosowaniem dotychczasowej wiedzy i umiejętności
3	<ul style="list-style-type: none"> - dobór prostych utworów z innych działów z zastosowaniem dotychczasowej wiedzy i umiejętności - praca nad artykulacją
Semestr III	
1	<ul style="list-style-type: none"> - czytanie nuty w kluczu wiolinowym i basowym - gra legato, portato i staccato - dobór programu w zależności od umiejętności i możliwości wykonawczych - zastosowanie odpowiedniej artykulacji i dynamiki
2	<ul style="list-style-type: none"> - poznanie tempa adagio, andante, moderato - poznanie budowy gam minorowych i trójdźwięków - granie osobno i wolno razem - podstawowe zasady prowadzenia frazy - zapoznanie z polifonią - poznanie płaszczyzn dźwiękowych – melodia i Akompaniament - poznanie muzyki rozrywkowej i umiejętność oddania jej charakteru
3	<ul style="list-style-type: none"> - dobór prostych utworów z innych działów z zastosowaniem dotychczasowej wiedzy i umiejętności - pokazanie w grze odpowiedniego charakteru utworu - praca nad artykulacją
Semestr IV	
1	<ul style="list-style-type: none"> - czytanie nuty w kluczu wiolinowym i basowym - gra legato, portato i staccato - dobór programu w zależności od umiejętności i możliwości wykonawczych - zastosowanie odpowiedniej artykulacji i dynamiki - podstawowe zasady prowadzenia frazy
2	<ul style="list-style-type: none"> - poznanie tempa adagio, andante, moderato, allegro - praca nad techniką poprzez granie gam - kadencje do gam. - podstawowe zasady prowadzenia frazy - fermata - przednutka, mordent, tryl, - triola
3	<ul style="list-style-type: none"> - dobór prostych utworów z innych działów z zastosowaniem dotychczasowej wiedzy i umiejętności - praca nad artykulacją

	<ul style="list-style-type: none"> - zastosowanie odpowiednich płaszczyzn dźwiękowych – melodia i akompaniament - prowadzenie głosów w polifonii - umiejętność wykonywania muzyki rozrywkowej
--	--

6. PRZEDMIOT: KSZTAŁCENIE SŁUCHU Z ZASADAMI I HARMONIĄ

Kształcenie słuchu

1. Biegłe śpiewanie i rozpoznawanie wszystkich odmian gam majorowych i minorowych do 7 znaków przykluczowych.
2. Rozpoznawanie i intonowanie interwałów prostych i złożonych.
3. Śpiewanie interwałów charakterystycznych i ich rozwiązań.
4. Określanie kolejnych akordów w słyszanych tonalnych konstrukcjach harmonicznyc, zawierających trójdźwięki triady, dominantę septymową i nonową oraz tonikę VI stopnia.
5. Realizowanie jedno- i dwugłosowych struktur rytmicznych.
6. Zapisywanie jednogłosowych struktur rytmicznych.
7. Biegłe czytanie a vista melodii tonalnych i wykraczających poza system dur – moll.
8. Zapisywanie z pamięci melodii tonalnych.
9. Zapisywanie jedno- i dwugłosowych konstrukcji tonalnych.
10. Czytanie melodii tonalnych z zastosowaniem dwugłosowych ćwiczeń tonalnych, śpiewając dowolny głos z równoczesnym graniem drugiego głosu na fortepianie lub stukaniem rytmu drugiego głosu.

Zasady muzyki

1. Materiał dźwiękowy: klucze: wiolinowy, basowy, altowy i tenorowy; nazwy oktaw ;

nazwy literowe i solmizacyjne dźwięków.

2. Budowa gam: majorowych i minorowych /do 7 znaków przykluczowych/

w następujących odmianach: major naturalny i harmoniczny, minor harmoniczny i melodyczny.

3. Budowa interwałów i trójdźwięków w gamach /do 7 znaków przykluczowych/

w odmianach: major naturalny, minor harmoniczny.

4. Skale poza systemem dur – moll /pentatoniczne, modalne, całotonowa, góralska, cygańskie/.

5. Chromatyka i enharmonia. Charakterystyka gam majorowych i minorowych.

6. Interwały proste i złożone; konsonanse, dysonanse i ich rozwiązania.

7. Trójdźwięki /durowy, mollowy zwiększony, zmniejszony/ i dominanta septymowa we wszystkich przewrotach.

8. Inne wielodźwięki.

9. Pokrewieństwo tonacji /kwintowe, paralelne, jednoimienne/.

10. Rodzaje kadencji.

11. Zagadnienia metryczne:

- takty proste i złożone /regularne i nieregularne/,
- charakterystyczne grupy rytmiczne,
- grupowanie wartości rytmicznych i przekształcanie taktów,
- grupy niemiary,
- polimetria i polirytmia.

12. Adogika.

13. Dynamika.

Harmonia

1. System dur – moll: akord , faktura 4 – głosowa.
2. Łączenie akordów / 3-, 4-, i 5- dźwięków / we wszystkich odmianach skal.
3. Kadencja.
4. Figuracja.
5. Zboczenie modulacyjne.
6. Progresja modulacyjna i niemodulacyjna. Paralelizm.
7. Alternacje.
8. Modulacje /diatoniczna, chromatyczna, enharmoniczna/.
9. Nowe techniki kompozytorskie.

7. PRZEDMIOT: NAUKA O MUZYCE Z LITERATURĄ MUZYCZNĄ

I. Podstawy teorii muzyki.

1. Cechy dźwięku, szmeru i ciszy muzycznej.
2. Elementu dzieła muzycznego (melodyka, rytmika, harmonika, dynamika, agogika, kolorystyka).
3. Aparat wykonawczy utworów
 - muzyka instrumentalna (instrumenty strunowe, dęte, perkusyjne, elektroniczne),
 - muzyka wokalna (podział głosów),
 - muzyka wokalnie – instrumentalna.
4. Formy muzyczne – AB, ABA, rondo, wariacje, forma sonatowa, suita.
5. Muzyka programowa i ilustracyjna.
6. Muzyka sceniczna (opera, balet, musical).
7. Polskie tańce ludowe i stylizowane.
8. Polskie tańce narodowe – charakterystyczne cechy.
9. Stylizacja muzyki ludowej różnych narodów.
10. Faktura utworu (polifoniczna, homofoniczna).

II. Podstawy historii muzyki.

1. Starożytność.
2. Średniowiecze.
3. Renesans.

4. Barok (J.F.Haendel, J.S.Bach. A.Vivaldi).
5. Klasycyzm (J.Haydn, W.A.Mozart, L.van Beethoven)
6. Romantyzm i neoromantyzm.
7. Młoda Polska.
8. Kierunki i style muzyki XX wieku (impresjonizm, ekspresjonizm, dodekafonia, punktualizm).
9. Polscy kompozytorzy muzyki współczesnej.
10. Światowi kompozytorzy muzyki współczesnej)
11. Jazz (style, kierunki).
12. Przenikanie jazzu do muzyki symfonicznej.
13. Muzyka rozrywkowa.

8.PRZEDMIOT: HISTORIA TEATRU I LITERATURY

L.p.	Tematyka zajęć
SEMESTR I	
1	Pojęcie dramatu wraz z krótkim zarysem historii dramatu.
2	Pojęcie teatru wraz z krótkim zarysem historii teatru
3	Podstawowe elementy strukturalne teatru.
4	Język teatru
5	Funkcje teatru
6	Rola teatru w polskim życiu społecznym i kulturalnym - prezentacja fragmentów filmowych najwybitniejszych dokonań teatralnych - twórcy polskiego teatru – wybrane sylwetki twórcze.
7	Szczecińskie teatry i ich rola w życiu kulturalnym i edukacyjnym Szczecina - udział w wybranych spektaklach teatralnych.
SEMESTR II	
1	Rodzaje i gatunki literackie.
2	Literatura wobec innych dziedzin kultury i sztuki.
3	Epoka antyku – charakterystyka i dorobek.
4	Średniowiecze – charakterystyka epoki i dokonań literackich.
5	Odrodzenie i jego charakterystyka.
6	Barok i jego dorobek.

7	Oświecenie – dorobek literacki epoki.
8	Romantyzm – wkład epoki w rozwój literatury europejskiej.
9	Pozytywizm – charakterystyka epoki.
10	Modernizm – wkład epoki w rozwój literatury europejskiej.
11	Dwudziestolecie międzywojenne – charakterystyka epoki
12	Nurty, kierunki, tendencje rozwoju literatury powszechnej i polskiej XX wieku ze szczególnym uwzględnieniem literatury nowej i najnowszej.

9. PRZEDMIOT: PLASTYKA RUCHU I TANIEC

L.p.	Tematyka zajęć
Sem I	TECHNIKA RUCHU
	Prawidłowa postawa: w chodzeniu, bieganiu i podskokach
	Ćwiczenia wyrabiające giętkość kręgowi piersiowych i lędźwiowych
	Ćwiczenia wzmacniające mięśnie grzbietu
	Ćwiczenia wzmacniające mięśnie brzucha
	Ćwiczenia wzmacniające prawidłowe ustawienie miednicy
	Odpężanie poszczególnych części ciała
	Zwiększenie ruchomości w stawach: barkowym, biodrowym i skokowym
	Zwiększenie obszerności ruchu w stawach poprzez krążenie, wymachy, rozciąganie
	Poczucie centrum ciała
	Siła i sprawność nóg
	Napięci i odpężenia mięśni
	MUZYCZNA EKSPRESJA RUCHU
	Zależność między tempem w muzyce a ruchem:

	<p>Reakcja ruchowa na stopniowe ritardando i accelerando.</p> <p>Możliwość odzwierciedlenia tempa muzycznego w ruchu.</p> <p>Utrzymanie danego tempa w ciszy.</p> <p>Tempo stałe i zmienne.</p>
	<p>Zależność między dźwiękiem, ruchem a przestrzenią</p> <p>Dźwięk i jego związki z ruchem.</p> <p>Cechy dźwięku oraz ich odzwierciedlenie w ruchu.</p> <p>Oznaczenia dynamiczne.</p> <p>Kierunki ruchu w przestrzeni.</p> <p>Rytm jako czynnik organizacji ruchu.</p> <p>Reakcja ruchowa na przerwy w muzyce.</p> <p>Formowanie koła, par.</p>
	METRORYTMIKA
	Metrum o ćwierćnutowej jednostce miary.
	Wartości rytmiczne i pauzy (ćwierćnuta, ósemka, pauzy ćwierćnutowa i ósemkowa).
	Akcent metryczny.
	WYBRANE TAŃCE
	Polskie tańce ludowe regionu rzeszowskiego (ogólna charakterystyka, strój, nauka tańca w formie autentycznej – Lasowiak i Krzyżak)
	Tańce ludowe regionu śląskiego (ogólna charakterystyka, strój, nauka tańca w formie autentycznej – Koziorajka, Trojak, Miotlarz Kaczok)
	Taniec charakterystyczny – 2 wybrane tańce greckie
Sem II	PLASTYKA CIAŁA I TECHNIKA WYRAZU SCENICZNEGO
	Elementarne zadania aktorskie

	<p>Gest na zasadzie symetrii.</p> <p>Gesty przeciwstawne.</p> <p>Naśladowanie ruchów z życia codziennego.</p>
	<p>Estetyka ruchu rąk i piękny gest</p> <p>Poczucie zmienności napięcia i odprężenia mięśni ramion.</p> <p>Elastyczność dłoni.</p> <p>Poczucie kierunku ruchu rąk.</p>
	MUZYCZNA EKSPRESJA RUCHU
	<p>Zależność między dźwiękiem, ruchem a przestrzenią.</p> <p>Wyrażanie ruchem ciągłym długości trwania dźwięku.</p> <p>Reakcja ruchowa na zmiany dynamiki i artykulacji dźwięku.</p> <p>Formowanie różnych figur w przestrzeni.</p>
	METRORYTMIKA
	<p>Rytm muzyczny</p> <p>Półnuta i pauza półnutowa.</p> <p>Takty proste i złożone.</p> <p>Przebiegi rytmiczne – tematy rytmiczne utrwalające poznane wartości w metrum 2/4 o 3/4.</p>
	WYBRANE TAŃCE
	Folklor taneczne Kurpiów Puszczy Zielonej (ogólna charakterystyka, strój, nauka tańca w formie autentycznej – Konik, Stara Baba).
	Folklor taneczne Ziemi Lubelskiej (ogólna charakterystyka, strój, nauka tańca w formie autentycznej – Polka Podlaska, Walc Biłgorajski, Mech).
	Taniec charakterystyczny – 2 wybrane tańce irlandzkie i bretońskie
Sem III	PLASTYKA CIAŁA I TECHNIKA WYRAZU SCENICZNEGO
	<p>Siła i sprawność nóg</p> <ul style="list-style-type: none"> - wzmacnianie mięśni ud i podudzia - wyrabianie skoczności
	<p>Sprawność fizyczna ciała jego wyrazistość</p> <ul style="list-style-type: none"> - ćwiczenia relaksowo-koncentrujące - ćwiczenia usprawniające – ćwiczenia na równowagę

	MUZYCZNA EKSPRESJA RUCHU
	Zależność ekspresji ruchu od elementów muzyki Komponowanie nowych gestów. Rytmy improwizowane w charakterach. Etiudy.
	METRORYTMIKA Rytm muzyczny/ Synkopa, szesnastki, grupy szesnastkowe.
	Przebiegi rytmiczne Realizacja tematów rytmicznych w metrum 2/4, 3/4, 4/4.
	WYBRANE TAŃCE
	Folklor taneczne Regionu Kaszubskiego (ogólna charakterystyka, strój, nauka tańca w formie autentycznej – Nasza Nenka, Kosejder).
	Taniec narodowy – krakowiak (ogólna charakterystyka, strój, nauka tańca w formie autentycznej).
	Taniec charakterystyczny – 2 wybrane tańce rosyjskie.
Sem IV	PLASTYKA CIAŁA I TECHNIKA WYRAZU SCENICZNEGO
	Kształcenie estetyki i plastyki ruchu z elementami ruchu scenicznego. Chód i bieg dośrodkowy i odśrodkowy po linii, koła, ósemki, spirali. Obroty dookoła własnej osi – trzymanie głowy i rąk w obrotach. Wypady forte z gestem uderzeniowym rąk w przód , na boki, w górę , w tył. Rodzaje skoków i podskoków (skoki nożycowe, skok galopowy, skoki dosuwne – cwał w bok i w przód.)
	MUZYCZNA EKSPRESJA RUCHU
	Improwizacja rytmu do tekstu.
	Tworzenie swobodnych form muzycznych z elementów improwizacji rytmicznej, melodycznej, ruchowej. - improwizacja ruchu zgodnego a charakterem rytmu - improwizacja i komponowanie ruchu do wybranych fragmentów utworu muzycznego
	METRORYTMIKA
	Rytm muzyczny/

	Półnuta z kropką, cała nuta i ich pauzy.
	Przebiegi rytmiczne Polirytmia dwugłosowa, Echo rytmiczne w metrum 3/4 , 4/4 Realizacja tematów rytmicznych w metrum 2/4, 3/4, 4/4
	WYBRANE TAŃCE
	Taniec narodowy – polonez (ogólna charakterystyka, strój, nauka tańca w formie autentycznej).
	Taniec charakterystyczny – 2 wybrane tańce zaproponowane przez słuchaczy.

10. PRZEDMIOT: ELEMENTY GRY AKTORSKIEJ

L.p.	Tematyka zajęć
Sem III	
1.	Omówienie ogólnej tematyki dotyczącej ruchu scenicznego
2.	Trening aktorski – ćwiczenia praktyczne ciała, maski twarzy
3.	Ćwiczenia dotyczące techniki głosu
4.	Etiudy aktorskie – każdy gest poprzedzony głębokim przeżyciem
5.	Rodzaje i formy teatralne – teatr poetycki: artystycznie przetworzony obraz słowa
6.	Etiudy aktorskie – wykorzystywanie języka emocji
7.	Praktyczne ćwiczenia mowy – połączone z ruchem, ekspresją
8.	Ćwiczenia interpretacyjne. Różne sposoby interpretacji tego samego tekstu, w zależności od – kontekstów sytuacyjnych, czynników: obiektywnych i subiektywnych itd.
9.	Ekspresja ciała wspomagająca słowo w spektaklu – kształtowanie plastyki ciała i twarzy, motywacja emocjonalna itd.
Sem IV	
1.	Trening aktorski – ćwiczenia na improwizację – reagowanie na partnera,

	improvizowane dialogi
2.	Ruch sceniczny elementem poszukiwań teatralizacji zachowań na scenie (wywoływanie napięcia między słowem a ruchem na scenie)
3.	Komponowanie roli – poszukiwanie prawidłowej relacji między postacią wpisaną w tekst a osobowością interpretatora
4.	Różne możliwości w traktowaniu tekstu literackiego – tekst jako partytura roli, jaka baza do swobodnej i wiernej (wg znaków interpunkcyjnych) interpretacji
Sem III	
5.	Etiudy aktorskie – wykorzystywanie języka emocji na scenie
6.	Aktorstwo przedstawiające i odsłaniające (różnice)
7.	Aktorstwo przedstawiające – ukryte za postacią sceniczną (teatr realistyczny)
8.	Aktorstwo odsłaniające (emocje, duchowość)
9.	Trening aktorski – reagowanie na partnera, improvizowane dialogi.
10.	Teatralizacja zachowań na scenie

11. PRZEDMIOT: ZASADY CHARAKTERYZACJI

1. Podstawowa wiedza o teorii, historii i zasadach charakteryzacji.

- teoria charakteryzacji
- historia charakteryzacji
- zasady charakteryzacji
- rodzaje charakteryzacji

2. Wiedza o technologii i materiałach potrzebnych do charakteryzacji scenicznej.

- klasyczne i współczesne środki oraz narzędzia do charakteryzacji
- materiały do charakteryzacji,
- środki zastępcze w charakteryzacji
- przyrządy pomocnicze do charakteryzacji
- kształt, barwa i światłości
- wpływ oświetlenia na barwy szminek
- warsztat charakteryzacyjny (miejsce, przyrządy, materiały)

3. Zdobywanie umiejętności praktycznych. (ćwiczenia)

- anatomia głowy
- podkład
- charakteryzacja twarzy (czoło, policzki, broda, szczęki)
- rumieńce
- oczy
- brwi
- nos

- usta
- zmarszczki
- charakteryzacja szyi, uszu i rąk
- plastyczne nalepki i naklejki
- zarost
- charakteryzacja do fotografii lub nagrania filmowego

12. PRZEDMIOT: ZESPÓŁ WOKALNO-INSTRUMENTALNY

Semestr I

1. Śpiewanie w wielogłosie: dwugłos.
2. Wykonywanie zespołowe różnych gatunków muzyki: klasycznej (dwugłosowe hymny i psalmy) , ludowej.(kolęda, pastorałka)
3. Wykonywanie muzycznej literatury dziecięcej
4. Wykonywanie utworów a capella i z akompaniamentem perkusyjnym.

Semestr II

1. Śpiewanie w wielogłosie:, dwugłos i trzygłosie.
2. Wykonywanie zespołowe różnych gatunków muzyki: klasycznej (hymn, psalmy, madrygały motety,) , ludowej.(pieśni i przyśpiewki).
3. Wykonywanie muzycznej literatury dziecięcej
4. Wykonywanie utworów z akompaniamentem perkusyjnym i podkładem instrumentalnym.

Semestr III

1. Śpiewanie w wielogłosie:czterogłos.
2. Wykonywanie zespołowe różnych gatunków muzyki: klasycznej (hymn, psalmy, madrygały motety,) , ludowej.(kolędy,pieśni i przyśpiewki) jazzowej (swing, blues, gospel).
3. Wykonywanie utworów z akompaniamentem perkusyjnym, podkładem instrumentalnym, instrumentem melodycznym.
4. Przygotowanie do pracy n estradzie.

Semestr IV

1. Śpiewanie w wielogłosie: czterogłos\, pięciogłos, sześciogłos
2. Wykonywanie zespołowe różnych gatunków muzyki: klasycznej , ludowej, jazzowej (o wyższym stopniu trudności).
3. Wykonywanie muzycznej literatury dziecięcej
4. Wykonywanie utworów z akompaniamentem perkusyjnym i podkładem instrumentalnym..
5. Przygotowanie do pracy na estradzie.

13. PRZEDMIOT: OBSŁUGA SPRZĘTU ELEKTRONICZNEGO

1. Sprzęt elektroakustyczny i jego rodzaje.
2. Wykorzystanie sprzętu elektroakustycznego w prezentacji piosenki.
3. Rodzaje mikrofonów i ich zastosowanie.
4. Rodzaje sprzętu wspomagającego prezentację piosenki i jego wykorzystanie; obsługa.
5. Sprzęt elektroniczny i jego wykorzystanie w prezentacjach muzycznych.
6. Magnetofony, magnetowidy, compact disci, kamery i ich wykorzystanie w pracy zawodowej piosenkarza.
7. Podkłady muzyczne – przygotowanie i wykorzystanie.
8. Opracowanie elektroniczne piosenki. Wykorzystanie techniki cyfrowej w opracowaniu interpretacyjnym utworu literacko – muzycznego.

14. PRZEDMIOT: ZAJĘCIA SCENICZNE

1. Ćwiczenia w prezentacjach literackich i wokalnie – instrumentalnych.
2. Przygotowywanie prezentacji scenicznej na wybrany temat.

15. PRZEDMIOT: GITARA

Semestr I

L.p.	Tematy zajęć.
1	Budowa gitary, zapoznanie z notacją gitarową, krótka historia instrumentu
2	Postawa gitarzysty – ułożenie rąk i aparatu gry
3	Sposoby wydobycia dźwięków – nierównoczesne następstwa uderzeń w struny. Sposoby świadomego ćwiczenia.
4	Łatwe układy palców lewej ręki, próby łączenia – koordynacji pracy obu rąk
5	Ćwiczenia koordynacji, oraz realizacja ćwiczeń jednogłosowych z nut
6	Znajomość dźwięków na gryfie w obrębie pierwszej pozycji – ćwiczenia gamy C-dur
7	Proste formy dwu- i trójdźwięków przy wykorzystaniu chwytów dwu i trzypalcowych lewej ręki. Ćwiczenia dwugłosowe z nut.
8	Akompaniament – różne formy arpeggio do chwytów lewej ręki
9	Akompaniament uderzenia dłonią we wszystkie struny, chwytów akordowe bez chwytu barree.
10	Proste formy legata, proste zmiany pozycji; orientacja na gryfie do V progu włącznie

Semestr II

	Tematy zajęć.
1	Przypomnienie poznanych technik, zagadnień muzycznych i techniczno - wykonawczych
2	Doskonalenie form arpeggio i uderzeń akordowych w akompaniamencie, rozciąganie przestrzeni międzypalcowej lewej ręki, doskonalenie legata.
3	Barree małe i duże, realizacja utworów wielogłosowych z nut z wykorzystaniem poznanych technik
4	Schematy akordowe z udziałem barree przy wykorzystaniu technik uderzeniowych i różnych form arpeggia
5	Gamy i skale – schematy, oraz ich znaczenie w muzyce
6	Elementy gry zespołowej w połączeniu z prostymi elementami improwizacji
7	Frazowanie i podstawy artykulacji, elementy wiedzy o interpretacji utworu muzycznego

Semestr III

	Tematy zajęć.
1	Przypomnienie poznanych technik, zagadnień muzycznych i techniczno - wykonawczych
2	Dalsza praca nad swobodą wykonawczą podstawowych technik arpeggio, form legata, baree, zmian pozycji, połączone z realizacją utworów z zapisu nutowego zawierającego wyżej wymienione
3	Wykorzystanie schematów i układów akordowych w akompaniamencie do różnych rodzajów piosenek/utworów instrumentalnych
4	Techniki i efekty gitarowe – różne sposoby urozmaicenia gry w połączeniu z dynamiką i różnymi środkami artykulacji
5	Doskonalenie znajomości gryfu jako podstawa do swobody wykonawczej

6	Wdrożenie technik lewej ręki jako elementów improwizacji w grze zespołowej
7	Muzykowanie zespołowe łączące różne rodzaje akompaniamentu z grą solową i śpiewem

Semestr IV

	Tematy zajęć.
1	Gitara a style w muzyce – wykorzystanie posiadanych umiejętności technicznych do grania różnych stylów muzyki
2	Opanowanie swobody wykonania wszystkich poznanych technik – świadoma praca nad samodoskonaleniem gry połączona z poprawianiem błędów
3	Ćwiczenia przeróżnych sposobów akompaniamentu w różnych stylach muzyki.
4	Swoboda wykonawcza w grze zespołowej – realizacja utworów w różnych stylach

16. PRZEDMIOT: PODSTAWOWE INSTRUMENTY W ZESTAWIE PERKUSYJNYM

1. Podstawowa wiedza w zakresie historii instrumentów, ich budowy, obsługi i konserwacji.
2. Podstawy prawidłowego aparatu gry.
3. Wybrane elementy techniki gry.
4. Podstawy interpretacji muzycznej.
5. Zasady notacji właściwej dla danego instrumentu oraz techniki czytania a vista.
6. Przygotowanie do samodzielnej pracy nad utworem.
7. Technika pracy nad opanowaniem pamięciowym utworu.
8. Podstawowe formy muzykowania zespołowego.

17. PRZEDMIOT: JĘZYK NIEMIECKI

SEMESTR I

1. Zwroty grzecznościowe, przedstawienie się, formy pozdrowień, układanie pytań.
2. Liczby od 1 do 1.000.000.
3. Dane osobowe.
4. Przedmioty życia codziennego użytku.
5. Opis kuchni i czynności tam wykonywanych.
6. Jedzenie i picie, zamawianie posiłków w restauracji.
7. Specjalistyczne słownictwo z zakresu kultury i sztuki.

Gramatyka

1. Odmiana czasowników i czasowników modalnych w czasie teraźniejszym.
2. Zaimki dzierżawcze i osobowe.
3. Wyrazy pytające.
4. Rodzajnik określony i nieokreślony.
5. Liczba mnoga rzeczownika.

SEMESTR II

Jak spędzamy czas wolny?

2. W biurze i w pracy.

3. Opis codziennych czynności.
4. Nasz dom, opis pomieszczeń i mebli.
5. Ogłoszenia mieszkaniowe.
6. Opis sąsiadów, opis osób.
7. Specjalistyczne słownictwo z zakresu kultury i sztuki.

Gramatyka

1. Czasowniki rozdzielnie i nierozdzielnie złożone.
2. Tryb rozkazujący.
3. Przeczenie „nein” i „kein”.
4. Mianownik, celownik i biernik.
5. Zdania pojedyncze oznajmujące, pytające i rozkazujące.
6. Zdania współrzędnie złożone ze spójnikami.

SEMESTR III

1. Części ciała.
2. Wizyta u lekarza i opis chorób.
3. Opis wczorajszego dnia.
4. Wyjazd w góry.
6. Czas zegarowy.
6. Specjalistyczne słownictwo z zakresu kultury i sztuki.

Gramatyka

1. Czas przeszły „Perfekt”.
2. Czas przeszły czasowników modalnych.
3. Rekcja wybranych czasowników.
4. Stopniowanie przymiotników.
5. Zaimki wskazujące.

SEMESTR IV

1. Opis miasta, urzędów i zabytków.
2. Opis drogi do...
3. Berlin-stolica Niemiec.
4. Święta, urodziny i kupno prezentów.
5. Na targach sprzętu elektronicznego.
6. Mój życiorys
7. Kraje niemieckojęzyczne-historia, kultura, społeczeństwo.
8. Specjalistyczne słownictwo z zakresu kultury i sztuki.

Gramatyka

1. Liczebniki porządkowe.
2. Czas przeszły- Imperfekt
3. Przyimki z celownikiem i biernikiem
4. Czasownik „lassen” i jego funkcje
5. Nieregularne stopniowanie przymiotników.

18. PRZEDMIOT: PODSTAWY PSYCHOLOGII, SOCJOLOGII I ORGANIZACJI PRACY

L.p.	Tematyka zajęć
	SEMESTR I
1	.Podstawowe wiadomości z psychologii ogólnej.
2	Emocje i motywacje działania
3	Komunikowanie się interdyscyplinarne
	Podstawowe wiadomości z socjologii.
4	Struktura społeczna i typy indywidualnego przystosowania
5	Role społeczne – uczenie się ról.
	SEMESTR II
6	.Podstawowe wiadomości z teorii organizacji pracy.
7	Warsztat pracy i jego organizacja.
8	Organizowanie czasu wolnego własnego i innych.

19. PRZEDMIOT: PODSTAWY PRZEDSIĘBIORCZOŚCI

L.p.	Tematyka zajęć
III sem	Wprowadzenie do przedsiębiorczości: - Istota przedsiębiorczości - podstawy gospodarki rynkowej - gospodarstwa domowe - akty prawne w działalności gospodarczej
	Państwo i samorząd w gospodarce rynkowej: - Podstawowe funkcje państwa i samorządu - Budżet państwa a budżet samorządu -wzrost gospodarczy
	Instrumenty finansowe:

	<p>-rynek finansowy, podział, instytucje</p> <p>- instrumenty rynku pieniężnego (depozyty, kredyty, lokaty międzybankowe, krótkoterminowe papiery dłużne)</p> <p>- instrumenty rynku kapitałowego (akcje, obligacje, obligacje zamienne, prawa poboru, PDA, certyfikaty inwestycyjne, instrumenty pochodne)</p>
	<p>Kredyty:</p> <p>-wymagania stawiane przez banki potencjalnym kredytobiorcom,</p> <p>-potrzeba zewnętrznych źródeł finansowania a zdolność kredytowa firmy</p> <p>-rodzaje kredytów według specyfiki potrzeb finansowych firm</p> <p>-rodzaje usług kredytowych oferowany przez polski system bankowy</p> <p>-prawne formy zabezpieczeń kredytów</p> <p>-przygotowanie wniosku kredytowego – (dokumentacja rejestrowa firmy, biznes plan- sporządzenie projekcji finansowych: rachunek wyników, bilans, cash flow, dokumentacja dotycząca zabezpieczeń)</p> <p>-elementy analizy finansowej jako podstawowe kryterium oceny zdolności kredytowej firmy.</p> <p>-kredytowanie przedsiębiorstw w UE</p>
	<p>Komunikacja interpersonalna:</p> <p>- proces komunikowania się</p> <p>- współdziałanie w grupie</p> <p>- konflikt</p> <p>- negocjacje</p>
	<p>Savoir vivre w biznesie:</p> <p>-wyposażenie i wystrój firmy</p> <p>-reklama</p> <p>-korespondencja</p> <p>- kultura bycia</p>
IV sem	<p>Księgowość:</p> <p>-podstawowe rodzaje księgowości przedsiębiorstw:</p> <p style="padding-left: 40px;">A) księga przychodów i rozchodów,</p> <p style="padding-left: 40px;">B) karta podatkowa,</p> <p style="padding-left: 40px;">C) ryczałt ewidencjonowany</p>

	<p>-przepisy dotyczące powyższych form opodatkowania (akty prawne) – ćwiczenia w wypełnianiu ewidencji księgowej, ewidencji środków trwałych, deklaracji podatkowych i ZUS,</p> <p>-podstawowe dokumenty księgowe (faktury, rachunki, dokumenty WZ,MM,PK,paragony, wyciągi bankowe, karty płac)</p> <p>-wydatki a koszty uzyskania przychodu,</p> <p>-omówienie progów podatkowych,</p> <p>-rozliczenia roczne,</p>
	<p>Prawo finansowe:</p> <p>-ordynacja podatkowa,</p> <p>-ustawy o podatku od osób fizycznych i prawnych</p> <p>-zobowiązania podatkowe</p> <p>-podatek od towarów i usług</p> <p>-podatek akcyzowy</p> <p>-ustawa karno-skarbowa</p> <p>-podstawy prawa cywilnego</p> <p>-prawo finansowe w UE</p>
	<p>Ubezpieczenia:</p> <p>-ogólne warunki ubezpieczeń</p> <p>-stosowność ubezpieczeń na życie i NNW</p> <p>-ubezpieczenia majątkowe dla małych, średnich i dużych przedsiębiorstw</p> <p>-zakres odpowiedzialności firm ubezpieczeniowych wynikających ze szkód</p> <p>-system ubezpieczeń w UE.</p>
	<p>Zarządzanie:</p> <p>- modele, metody i style kierowania.</p> <p>- dokumentacja firmy: statut, regulaminy, zakresy obowiązków pracowników</p> <p>- zatrudnianie pracowników.</p> <p>- sprawozdawczość.</p> <p>- zarządzanie marketingowe:</p> <p style="padding-left: 40px;">A. badania marketingowe,</p> <p style="padding-left: 40px;">B. elementy strategii marketingowej: produkt, cena, dystrybucja, promocja.</p> <p style="padding-left: 40px;">C. plan marketingowy.</p>

	Rynek pracy: - podstawowe pojęcia rynku pracy - bezrobocie - poszukiwanie pracy
	Międzynarodowe stosunki gospodarcze: - współpraca Polski z zagranicą - integracja z UE - globalizacja gospodarki
	Projektowanie przedsięwzięć gospodarczych: - biznes plan - wniosek kredytowy

20. PRZEDMIOT: SEMINARIUM DYPLOMOWE

L.p.	Tematyka zajęć
	SEMESTR I
1	Zasady sporządzania i wykonywania prac dyplomowych.
2	Relacje promotor - dyplomant.
3	Warsztat metodologiczny.
4	Zawartość pracy dyplomowej: temat, rozdziały, bibliografia, przypisy, dokumentacja techniczna
5	Praca teoretyczna a praca praktyczna.
	SEMESTR II
6	Zbieranie materiałów, wykorzystywanie źródeł, selekcja materiału źródłowego, dokumentowanie
7	Elementy twórcze w pracy dyplomowej. Relacje: reprodukowanie a tworzenie
8	Estetyka w pracy dyplomowej i estetyka pracy dyplomowej
	SEMESTR III
9	Stan zaawansowania prac dyplomowych.
10	Prezentacja przez słuchaczy przygotowywanych materiałów dyplomowych – omówienie zawartości merytorycznej poszczególnych części pracy dyplomowej; omówienie dokumentacji technicznej

SEMESTR IV	
11	Korekta pracy dyplomowej.
12	Przygotowanie pracy do druku.
13	Obrona pracy dyplomowej – egzamin dyplomowy i jego charakterystyka.
14	Praca dyplomowa jako wyznacznik wykształcenia absolwenta

21. PRZEDMIOT: WSTĘP DO ARTETERAPII

L.p.	Tematyka zajęć
SEMESTR I	
1	.Zagadnienia wstępne: - podstawowe pojęcia z zakresu estetyki: sztuka – twórczość – przeżycia estetyczne. - arteterapia a psychoterapia
2	1. Sztuka jako sposób życia. Kreacyjna funkcja sztuki.
3	Powiązania sztuki z: psychologią, socjologią, religią i filozofią
4	Związki arteterapii z terapią zajęciową, socjoterapią i wychowaniem przez sztukę
5	Techniki psychoterapeutyczne a arteterapia
6	Zadania, funkcje i cele arteterapii
7	Zastosowanie arteterapii w lecznictwie, wychowaniu, procesie resocjalizacji i rewalidacji
SEMESTR II	
8	Techniki arteterapeutyczne i ich charakterystyka
9	Wykorzystanie technik arteterapeutycznych w procesie twórczym i dydaktyczno – wychowawczym.

22. PRZEDMIOT: WYCHOWANIE FIZYCZNE – ZAJĘCIA RUCHOWE

SEMEST I

- gimnastyka podstawowa [dziewczęta i chłopcy]

ćwiczenia kształtujące: samodzielne stosowanie ćwiczeń kształtujących ramion, nóg, tułowia w celu wszechstronnego przygotowania organizmu do wysiłku fizycznego, wzmocnienie poszczególnych grup mięśni, korekcji postawy.

ćwiczenia zwinnościowo - akrobatyczne: łączenie ruchów ramion, nóg i tułowia w miejscu i w ruchu, w różnym tempie i rytmie. Łączenie przewrotów w przód i tył oraz przerzutów bokiem w układy ćwiczeń wykonywane w ruchu. Mostki z leżenia, z klęku, ze stania zależne od indywidualnego poziomu sprawności uczniów. Ćwiczenia dwójkowe i piramidy wieloosobowe wg inwencji uczniów.

ćwiczenia równoważne: układy ruchowe z zastosowaniem pozycji równoważnych, np. wagi przodem, wagi bokiem, obrotów, wspięcie obunóż i jedenonóż z różnym ułożeniem nogi wolnej i ramion bez przyrządu i na przyrządzie równoważnym. Wejście na przyrządy równoważne do wysokości barków przez podpory, siady, przemachy nóg. Zeskoki z przyrządów równoważnych z różnych pozycji dowolnymi sposobami.

skoki gimnastyczne: serie przeskoków zawrotnych przez przyrządy np. 2-3 części skrzyni wszerz, ławeczki lub belkę. Skok rozkroczny przez kozła wzdłuż i wszerz. Kolejne przeskoki przez skrzynię, kozła, ławeczki, poprzeczki i różnorodne przybory ustawione w odległości 6-8 kroków od siebie.

dla kobiet ćwiczenia relaksujące i oddechowe: maksymalne rozluźnienia i napinanie mięśni poszczególnych części ciała np. ręce, potem nogi, brzuch, pośladki, twarz. Pozycje relaksujące. Oddychanie przeponowe w staniu, siedzeniu i leżeniu.

dla mężczyzn zwisy i podpory na przyrządach: na przyrządach do wysokości barków /drażek, niska żerdź, itp./ przemachy okroczone, wspieranie na podudziu do podporu okroczonego, wymyki, zeskoki podmykiem, zeskok z ćwierć obrotu. Na przyrządach o wysokości doskocznej /drażek, wysoka żerdź/ ze zwisu wspinanie siłą na przemian rącz do podporu przodem, wymyk do podporu przodem.

SEMEST II

- piłka siatkowa /kobiety i mężczyźni/:

Zagrywka dowolna. Odbicia piłki podanej z różnych kierunków i na różnych wysokościach. Zbicie piłki z podrzutu lub wystawienia, gra uproszczona na skróconym i podzielonym boisku przy różnej liczbie grających. Umiejętności taktyczne - gra do trzech podań, zagrywanie na środkowego. Gra szkolna. Stosowanie w grze przepisów związanych ze zmianami miejsc w czasie gry, zmianami grających oraz liczeniem punktów.

SEMEST III

- pływanie /kobiety i mężczyźni/:

oswajanie się z wodą w formie zabawowej i ćwiczeń specjalistycznych. Utrzymanie się na wodzie leżąc na grzbiecie i na piersiach. Zmiany pozycji w wodzie, np. przejście z leżenia na grzbiecie do leżenia na piersiach, przejście z pozycji stojącej lub z przysiadu skulonego do leżenia na wodzie i odwrotnie. Rytmiczne oddychanie z jednoczesną koordynacją i techniką pracy rąk i nóg w pływaniu stylem dowolnym (kraul) i na grzbiecie oraz w pływaniu stylem klasycznym (żabka). Ćwiczenia pracy NN z użyciem deski pływanie odcinków (25 → 200 metrów) wybranym stylem. Nurkowanie poziome na odległość 2 → 4 metrów). Nurkowanie pionowe (1.2 → 3.2 metra). Skoki startowe i skok na NN z wysokości 1 metra.

Udzielanie pomocy z ładu przez podanie żerdzi, rzutki, koła ratunkowego. Stosowanie zasad bezpieczeństwa i higieny korzystania z kąpielisk, basenów pływackich i sprzętu wodnego.

SEMESTR IV

łyżwiarstwo figurowe lub jazda na rolkach:

zabawy i ćwiczenia na lodzie dla opanowania umiejętności jazdy w przód po linii prostej i z odbijaniem się wewnętrzną krawędzią łyżwy. Jazda długimi posunięciami z utrzymaniem

poślizgu na jednej nodze. Jazda w przód z przysiadami w czasie jazdy. Jazda tyłem z kolejnym odrywaniem łyżew i na obydwu łyżwach. Zmiany kierunku jazdy i zatrzymywania się przez zwrot w lewo i w prawo. Zmiany tempa jazdy w przód, hamowanie i zatrzymywanie się przez zwrot w lewo i w prawo.

Zmiany tempa jazdy w przód, hamowanie i zatrzymywanie się. Koordynacja pracy NN i RR w czasie jazdy szybkiej. Przekładanka przodem i tyłem w lewo i w prawo. Półłuki i łuki przodem do wewnątrz i na zewnątrz na lewej i prawej nodze. Różne formy zabaw, gier i ćwiczeń na lodzie o charakterze współzawodnictwa dla utrwalenia umiejętności swobodnej jazdy w przód, zatrzymywanie się, zmiany kierunku, omijanie przeszkód, jazdy po prostej i na krzywiźnie, wyprzedzanie współwiczających.