

Kod kursu	SD_5_3
Nazwa kursu	Psychofizjologiczne aspekty pracy muzyka
Nazwa modułu	Moduł rozwijania kompetencji zawodowych
Dyscyplina artystyczna	Sztuki muzyczne
Typ studiów	Szkoła Doktorska
Zakres	Wszystkie zakresy, kurs wybieralny
Wymagania wstępne	Wymagania wstępne sprecyzowane są w dokumencie: <i>Warunki i tryb rekrutacji do Szkoły Doktorskiej Akademii Muzycznej im. Karola Lipińskiego we Wrocławiu</i>
Wymagania końcowe	• Dostarczenie wszystkich zadanych prac pisemnych • Umiejętność samodzielnego wykonania i wyjaśnienia omawianych ćwiczeń
Cele przedmiotu	Przedmiot jest ukierunkowany na profilaktykę dolegliwości zawodowych muzyków oraz optymalizację wykonania muzycznego w oparciu o wyniki badań naukowych z dziedziny medycyny sztuki muzycznej, elementy edukacji somatycznej i terapeutycznej oraz specjalistyczny trening mentalny dla muzyków. Celem przedmiotu jest przekazanie wiedzy i umiejętności z obszaru fizjologii muzyki, nastawionych na: • profilaktykę dolegliwości zawodowych muzyków, • radzenie sobie z przeciążeniami nerwowo-mięśniowo-szkieletowymi związanymi z wykonywaniem zawodu muzyka, • optymalizację gestu muzycznego i poprawę jakości wykonania publicznego. Po ukończeniu cyklu nauczania doktorant: • jest gotowy do kontynuowania samodzielnej praktyki podstawowych elementów z zakresu przygotowania fizycznego i mentalnego muzyków, zgodnie z zaleceniami światowych organizacji medycyny sztuki muzycznej. jest gotowy do wczesnego rozpoznawania symptomów przeciążenia fizycznego i psychicznego związanego z praktyką muzyczną i odpowiedniego reagowania na nie, w tym elementów autoterapii oraz zasad współpracy ze specjalistami zdrowia.
Treści kształcenia	WYKŁAD • aktualne wyniki badań naukowych dotyczących częstotliwości i przyczyn występowania dolegliwości zawodowych wśród profesjonalnych muzyków oraz możliwości zapobiegania im, • podstawowe informacje dotyczące biomechaniki organizmu człowieka i warunków niezbędnych do utrzymywania zbalansowanej sylwetki, • podstawowe informacje na temat biomechaniki aparatu gry, • zasady planowania samodzielnej pracy nad repertuarem w sposób dostosowany do aktualnych możliwości fizycznych i mentalnych organizmu. ĆWICZENIA • ćwiczenia przygotowujące organizm do wykonywania muzyki, • ćwiczenia pomocne w utrzymywaniu zbalansowanej sylwetki podczas wykonywania muzyki, • rozwijanie odporności psychologicznej oraz umiejętności radzenia sobie z fizjologicznymi objawami stresu wykonawczego.

Zamierzone efekty uczenia się:						
doktorant w zakresie wiedzy zna i rozumie:						
SD_W08	częstotliwość i przyczyny występowania dolegliwości zawodowych muzyków,					
SD_W08	możliwości zapobiegania występowaniu dolegliwości zawodowych u aktywnego zawodowo muzyka					
SD_W02	podstawy biomechaniki organizmu człowieka, ze szczególnym uwzględnieniem anatomii funkcjonalnej kręgosłupa i obręczy barkowej					
SD_W07	możliwości i sposoby zastosowania treningu relaksacyjno-wizualizacyjnego w przygotowaniu występu publicznego,					
SD_W08	zasady higieny pracy zawodowego muzyka					
w zakresie umiejętności potrafi						
SD_U02 SD_U12	planować samodzielną pracę nad repertuarem w sposób dostosowany do aktualnych możliwości fizycznych i mentalnych organizmu,					
SD_U15	prawidłowego wykonywać ćwiczenia pomocne w korygowaniu i utrzymywaniu zbalansowanej sylwetki podczas wykonywania muzyki					
SD_U15	prawidłowo wykonywać ćwiczenia pomocne w przygotowaniu organizmu do wykonywania muzyki					
w zakresie kompetencji społecznych jest gotów do:						
SD_K02	empatycznego zrozumienia reakcji psychofizycznych współpracowników i podopiecznych na czynniki związane ze specyfiką pracy artystycznej					
	rozpoznawania i regulowania własnych reakcji na stres wykonawczy i przeciążenie psychofizyczne związane z wykonywanym zawodem					
Formy kształcenia	ćwiczenia rozszerzone o wykład w prezentacją multimedialną, pracę indywidualną, case teaching, tutoring, flipped classroom, peer learning (jeśli grupa jest wystarczająco duża)					
Nakład pracy studenta niezbędny do osiągnięcia zamierzonych efektów uczenia się:						
Rok	I		II		III	
Semestr	1	2	3	4	5	6
Liczba godzin w tygodniu	1	1				
Rodzaj zaliczenia	zs	zs				
Legenda	zs – zaliczenie ze stopniem					
Kryteria oceny	Aktywność, ocena pracy indywidualnej, projekty i zadania, prezentacja końcowa					
Przykłady literatury fachowej	Ze względu na brak fachowej literatury w języku polskim, literatura przedmiotu jest nieobowiązkowa: J. Rosset i Llobet, G.Odam: <i>Le corps du musicien</i> C. Cousin : <i>Le musicien - un sportif de haut niveau</i>					
Język wykładowy	Jęz. polski (w razie potrzeby także francuski / angielski)					
Prowadzący	Mgr Jadwiga Śmieszalska					