

KARTA PRZEDMIOTU – I ROK

Rok akademicki 2025/2026

Kod przedmiotu	0114.7.WF1.B/C14.EG	
Nazwa przedmiotu w języku	polskim	Emisja głosu Voice Emission
	angielskim	

1. USYTUOWANIE PRZEDMIOTU W SYSTEMIE STUDIÓW

1.1. Kierunek studiów	Wychowanie Fizyczne
1.2. Forma studiów	Stacjonarne i niestacjonarne
1.3. Poziom studiów	Studia I stopnia
1.4. Profil studiów*	praktyczny
1.5. Osoba przygotowująca kartę przedmiotu	Dr Katarzyna Rogozińska, mgr Klaudia Kowalczyk-Barańska
1.6. Kontakt	krogozinska@ujk.edu.pl

2. OGÓLNA CHARAKTERYSTYKA PRZEDMIOTU

2.1. Język wykładowy	Polski
2.2. Wymagania wstępne*	brak

3. SZCZEGÓŁOWA CHARAKTERYSTYKA PRZEDMIOTU

3.1. Forma zajęć		Ćwiczenia
3.2. Miejsce realizacji zajęć		Pomieszczenia dydaktyczne UJK
3.3. Forma zaliczenia zajęć		Zaliczenie z oceną
3.4. Metody dydaktyczne		słowna, praktyczna, problemowa
3.5. Wykaz literatury	podstawowa	1. Płusajska-Otto A., <i>Podręcznik pracy głosem. Ćwiczenia i wskazówki dla osób występujących publicznie</i> , Wydawnictwo Uniwersytetu Łódzkiego, Łódź 2017. 2. Ciecierska-Zajdel B., <i>Trening głosu. Praktyczny kurs dobrego mówienia</i> , Wydawnictwo Samo Sedno, Warszawa 2020. 3. Toczyńska B., <i>Elementarne ćwiczenia dykcji</i> , Gdańskie Wydawnictwo Oświatowe, Gdańsk 2007. 4. Tarasiewicz B., <i>Mówię i śpiewam świadomie. Podręcznik do nauki emisji głosu</i> , Wydawnictwo UNIVERSITAS, Kraków 2003.
	uzupełniająca	1. Walencik-Topiłko A., <i>Głos jako narzędzie, materiały do ćwiczeń emisji głosu dla osób pracujących głosem i nad głosem</i> , Wydawnictwo Harmonia, Gdańsk 2009. 2. Zielińska H., <i>Kształcenie głosu</i> , Wydawnictwo Muzyczne POLIHYMNIA, Lublin 2002. 3. Toczyńska B., <i>Zacznij od samogłoski</i> , Wydawnictwo HARMONIA UNIVERSALIS, Gdańsk 2016. 4. Oczkoś M., <i>Sztuka mówienia. Bez belkotania i przynudzania</i> , Wydawnictwo RM, Warszawa 2023.

4. CELE, TREŚCI I EFEKTY UCZENIA SIĘ

4.1. Cele przedmiotu (z uwzględnieniem formy zajęć)
Ćwiczenia:
C1. Zapoznanie z podstawowymi zasadami funkcjonowania narządu głosu oraz jego higieny.
C2. Kształcenie umiejętności komunikacji werbalnej i niewerbalnej.
C3. Kształcenie aktywnej postawy w twórczym rozwijaniu możliwości własnego głosu.
C4. Rozwijanie umiejętności konstruowania ćwiczeń emisyjnych dla dzieci/uczniów.
4.2. Treści programowe (z uwzględnieniem formy zajęć)
Ćwiczenia:
1. Zapoznanie z kartą przedmiotu i warunkami zaliczenia. Podstawowe pojęcia z zakresu emisji głosu, warunki prawidłowej emisji i higieny głosu.
2. Prawidłowa postawa, ćwiczenia relaksacyjne.
3. Rodzaje oddychania, podparcie oddechowe-ćwiczenia.
4. Ćwiczenia usprawniające narządy artykulacyjne.
5. Ćwiczenia na prawidłową fonację i rezonans.
6. Ćwiczenia na prawidłową dykcję.
7. Komunikacja werbalna i niewerbalna.

4.3. Przedmiotowe efekty uczenia się

Efekt	Student, który zaliczył przedmiot	Odniesienie do kierunkowych efektów uczenia się
w zakresie WIEDZY zna i rozumie:		
W01 C.W7	zagadnienia związane z emisją głosu – budowę, działanie i ochronę narządu mowy i zasady emisji głosu	NAU1_W13
w zakresie UMIEJĘTNOŚCI potrafi:		
U01 C.U7	posługiwać się zgodnie z zasadami aparatem emisji głosu	NAU1_U16
w zakresie KOMPETENCJI SPOŁECZNYCH jest gotów do:		
K01 C. K2	doskonalenia aparatu emisji głosu.	NAU1_K01

4.4. Sposoby weryfikacji osiągnięcia przedmiotowych efektów uczenia się

Efekty przedmiotowe (symbol)	Sposób weryfikacji (+/-)								
	Projekt			Aktywność na zajęciach			Praca w grupie		
	Forma zajęć			Forma zajęć			Forma zajęć		
	W	C	...	W	C	...	W	C	...
W01		+			+			+	
U01		+			+			+	
K01		+			+			+	

4.5. Kryteria oceny stopnia osiągnięcia efektów uczenia się

Forma zajęć	Ocena	Kryterium oceny
ćwiczenia	3	Uzyskał od 50 - 60 % maksymalnego wyniku za projekt
	3,5	Uzyskał od 61 - 70 % maksymalnego wyniku za projekt
	4	Uzyskał od 71 - 80 % maksymalnego wyniku za projekt; wykazał się aktywnością podczas ćwiczeń w stopniu dobrym
	4,5	Uzyskał od 81 - 90% maksymalnego wyniku za projekt; wykazał się aktywnością podczas ćwiczeń w stopniu więcej niż dobrym
	5	Uzyskał od 91% maksymalnego wyniku za projekt; wykazał się aktywnością podczas ćwiczeń w stopniu bardzo dobrym

5. BILANS PUNKTÓW ECTS – NAKŁAD PRACY STUDENTA

Kategoria	Obciążenie studenta	
	Studia stacjonarne	Studia niestacjonarne
LICZBA GODZIN REALIZOWANYCH PRZY BEZPOŚREDNIM UDZIALE NAUCZYCIELA /GODZINY KONTAKTOWE/	15	15
Udział w ćwiczeniach	15	15
SAMODZIELNA PRACA STUDENTA /GODZINY NIEKONTAKTOWE/	10	10
Przygotowanie do ćwiczeń	10	10
ŁĄCZNA LICZBA GODZIN	25	25
PUNKTY ECTS za przedmiot	1	1

Przyjmuję do realizacji (data i czytelne podpisy osób prowadzących przedmiot w danym roku akademickim)

.....