

Piłka ręczna - opis przedmiotu

Informacje ogólne	
Nazwa przedmiotu	Piłka ręczna
Kod przedmiotu	16.1-WL-WFSP-PR
Wydział	Wydział Nauk Biologicznych
Kierunek	Wychowanie fizyczne / nauczycielska
Profil	praktyczny
Rodzaj studiów	pierwszego stopnia z tyt. licencjata
Semestr rozpoczęcia	semestr zimowy 2020/2021

Informacje o przedmiocie	
Semestr	4
Liczba punktów ECTS do zdobycia	4
Typ przedmiotu	obowiązkowy
Język nauczania	polski
Sylabus opracował	mgr Władysław Leśniak

Formy zajęć					
Forma zajęć	Liczba godzin w semestrze (stacjonarne)	Liczba godzin w tygodniu (stacjonarne)	Liczba godzin w semestrze (niestacjonarne)	Liczba godzin w tygodniu (niestacjonarne)	Forma zaliczenia
Wykład	15	1	9	0,6	Zaliczenie na ocenę
Laboratorium	30	2	18	1,2	Zaliczenie na ocenę

Cel przedmiotu

Przygotowanie studenta do uzyskania stopnia instruktora sportu w piłce ręcznej, a w szczególności do samodzielnego formułowania celów i opracowywania programów nauczania gry w piłkę ręczną oraz ich realizacji w klubach sportowych i rekreacyjnych, ośrodkach wypoczynku, na obozach sportowych i koloniach, prowadzenia zajęć w ramach lekcji wychowania fizycznego (podniesienie kwalifikacji zawodowych nauczycieli).

Wymagania wstępne

Wiadomości, umiejętności i kompetencje na poziomie efektów kształcenia przedmiotu „Piłka Ręczna”

Zakres tematyczny

Wykład: klasyfikacja i współzależność elementów techniki gry. Zasady, metody, formy i środki nauczania i doskonalenia techniki gry. Technika gry w piłkę ręczną. Sprawność fizyczna w strukturze treningu. Metodyka kształtowania sprawności fizycznej u dzieci i młodzieży. Metodyka kształtowania koordynacyjnych zdolności motorycznych u dzieci i młodzieży. Elementy treningu funkcjonalnego. Organizacja jednostki treningowej. Ukierunkowane kształtowanie sprawności fizycznej. Terminologia w piłce ręcznej. Struktura zespołu. Podział obowiązków, funkcje zawodników i pozycje w grze. Konstruowanie drużyny. Ogólne założenia metodyki nauczania i doskonalenia techniki i taktyki gry. Organizacja nauczania gry w piłkę ręczną. Zarys historii piłki ręcznej w Polsce i na świecie. Charakterystyka gry: techniczno-taktyczna, sprawnościowa, fizjologiczna, na różnych poziomach współzawodnictwa, gry kontrolne, zawody mistrzowskie. Aktualne przepisy gry w piłce ręcznej, sędziowanie i protokolowanie. Wymogi techniczno-sportowe (aktualne przepisy i normy) dotyczące: sprzętu sportowego, sali i boisk, oświetlenia, ogrzewania, zaplecza sanitarno-pomocniczego na różnych poziomach współzawodnictwa.

Laboratorium: organizacja gry w piłkę ręczną na poszczególnych etapach szkolenia. Ukierunkowane kształtowanie sprawności fizycznej. Gry i zabawy ruchowe w treningu. Metodyka kształtowania zdolności koordynacyjnych w piłce ręcznej: różnicowanie, orientacja, szybka reakcja, dostosowanie, sprzężenie ruchu, rytmizacja, równowaga. Ćwiczenia gimnastyczne i akrobatyczne w treningu młodego piłkarza ręcznego. Technika gry w piłkę ręczną. Jednostka treningowa. Rodzaje rozgrzewek – przykłady rozwiązań. Przykłady rozgrzewki przedmeczowej. Ćwiczenia w części końcowej. Ćwiczenia stabilizujące i korekcyjne kręgosłupa.

Metody kształcenia

Wykład konwencjonalny, zajęcia praktyczne, konsultacje, obserwacja, samodzielne opracowanie materiałów metodycznych, zajęcia w grupach.

Efekty uczenia się i metody weryfikacji osiągnięcia efektów uczenia się

Opis efektu	Symbole efektów	Metody weryfikacji	Forma zajęć
Zna uwarunkowania historyczne rozwoju piłki ręcznej, rozumie przyczyny rozwoju ruchu olimpijskiego;	K1_W04	Test z progami punktowymi	Wykład
Potrafi zorganizować zajęcia rekreacyjne i zawody sportowe w piłce ręcznej dla różnych grup społecznych	- K1_U09 - K1_K04	Zadania wykonane grupowo	Laboratorium

Opis efektu	Symbol e efektów	Metody weryfikacji	Forma zajęć
Potrafi zaprezentować specjalistyczne umiejętności ruchowe z zakresu gry w piłkę ręczną	K1_U07 K1_K09	Obserwacje i ocena umiejętności praktycznych studenta	Laboratorium
Student jest świadomy zmian zachodzących w technice, przepisach i metodyce nauczania gry w piłkę ręczną, jest otwarty na pomoc i współpracę	K1_K02	Dyskusja – ocena aktywności i przygotowania merytorycznego	Laboratorium
Jest świadomy zwiększonego ryzyka nieszczęśliwych wypadków na zajęciach sportowych, jest wrażliwy na zapewnienie bezpieczeństwa sobie i uczniom	K1_W08 K1_K07	Obserwacje i ocena umiejętności praktycznych studenta	Laboratorium
Jest kreatywny w propagowaniu zdrowotnych, społecznych i rekreacyjnych wartości gier i zabaw z piłką	K1_W09	Zadania wykonane indywidualnie	Laboratorium
Student rozumie potrzebę dokształcania zawodowego i jest świadomy rozwoju osobistego w ciągu całe życie	K1_K01	Dyskusja – ocena aktywności i przygotowania merytorycznego	Laboratorium
Potrafi ocenić sprawność ucznia, identyfikować błędy i zaniedbania w praktyce charakterystyczne dla gry w piłkę ręczną oraz stosować odpowiednie działania korygujące, wybiera odpowiednie metody i środki dydaktyczne na różnych etapach edukacji	K1_W07 K1_U05	Obserwacje i ocena umiejętności praktycznych studenta	Laboratorium
Potrafi podjąć działania z zakresu bezpieczeństwa podczas zajęć z piłką ręczną.	K1_U08	Dyskusja oraz obserwacja umiejętności praktycznych	- Wykład - Laboratorium

Warunki zaliczenia

Wykład: kończy się testem w formie pisemnej zgodnym z podanymi kryteriami (test z progami punktowymi składający się z pytań zamkniętych i otwartych). Minimum na uzyskanie zaliczenia to 60% punktów.

Laboratorium kończy się zaliczeniem na ocenę. Podstawą zaliczenia jest aktywne uczestnictwo w zajęciach, udział w organizacji zawodów sportowych w piłkę ręczną, udział w obserwacji zajęć piłki ręcznej. Ocenie podlegają: test sprawności specjalnej – 70%, opracowane przez studenta materiały metodyczne (konspekty, arkusze statystyczne, protokoły) – 30%. Na ocenę z przedmiotu składa się ocena z wykładów (40%) i konwersatoriów (60%). Warunkiem zaliczenia przedmiotu są pozytywne oceny z wykładu i konwersatorium.

Ocena końcowa to średnia arytmetyczna wszystkich form przewidzianych do realizacji przedmiotu. Wyniki średniej arytmetycznej ustala się zgodnie z zasadą: średnia 3,25 stanowi ocenę końcową 3,5; średnia 3,75 stanowi ocenę końcową 4,0; średnia 4,25 stanowi ocenę końcową 4,5; średnia 4,75 stanowi ocenę końcową 5,0.

Literatura podstawowa

1. Biernacki L., Nowiński W, Kubrycht J.: Pierwsze kroki w piłce ręcznej. AWFIS Gdańsk 2012
2. Bondarowicz M.: Zabawy w grach sportowych. WSiP Warszawa 2004
3. Czerwiński J.: Piłka ręczna. Wybrane elementy teorii i treningu. AWFIS Gdańsk 2014
4. Dencikowska A.: Piłka ręczna. Wydawnictwo UR Rzeszów 2012
5. Paterka S.: Piłka ręczna. Technika. AWF im. E. Piaseckiego Poznań 1997
6. Paterka S.: Piłka ręczna. Taktyka. AWF im. E. Piaseckiego Poznań 1998
7. Czasopisma i podręczniki dostępne w Bibliotece Uniwersyteckiej UZ (bazy danych w układzie alfabetycznym) <http://www.bu.uz.zgora.pl/>

Literatura uzupełniająca

1. Breguła T.: Piłka ręczna - lata doświadczeń. COS Warszawa 1996
2. Czerwiński J.: Charakterystyka gry w piłkę ręczną. AWFIS Gdańsk 1996
3. Diaczuk J., Góralczyk M.: Piłkarska piłka ręczna. AWF Katowice 2004
4. Jastrzębski Z.: Kontrola treningu w piłce ręcznej. AWFIS Gdańsk 2004
5. Łatyszkiewicz L., Worobjew M., Chromajew Z.: Piłka ręczna, koszykówka, piłka siatkowa. Podstawy treningu i zasób ćwiczeń. COS Warszawa 1999.
6. Olejnik M., Paterka S.: Przewodnik do ćwiczeń z piłki ręcznej. AWF im. E. Piaseckiego Poznań 1997
7. Spieszny M., Tabor R., Walczak L.: Piłka ręczna. Technika, metodyka, podstawy taktyki. Kraków 2011

Uwagi

Zmodyfikowane przez dr Grażynę Biczysko (ostatnia modyfikacja: 21-04-2020 20:33)

Wygenerowano automatycznie z systemu SylabUZ