

Piłka siatkowa - opis przedmiotu

Informacje ogólne	
Nazwa przedmiotu	Piłka siatkowa
Kod przedmiotu	16.1-WL-WF-PSia
Wydział	Wydział Lekarski i Nauk o Zdrowiu
Kierunek	Wychowanie fizyczne.
Profil	praktyczny
Rodzaj studiów	pierwszego stopnia z tyt. licencjata
Semestr rozpoczęcia	semestr zimowy 2016/2017

Informacje o przedmiocie	
Semestr	6
Liczba punktów ECTS do zdobycia	4
Typ przedmiotu	obowiązkowy
Język nauczania	polski
Sylabus opracował	• mgr Tomasz Paluch

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	Egzamin
Laboratorium	30	2	18	1,2	Zaliczenie na ocenę

Cel przedmiotu

Przygotowanie studenta do uzyskania stopnia instruktora sportu w piłce siatkowej, a w szczególności do samodzielnego formułowania celów i opracowywania programów nauczania gry w piłkę siatkową 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 Siatkowa” (kod przedmiotu: 16.1-WP-WF- Siat).

Zakres tematyczny

Wykład: Charakterystyka gry w piłkę siatkową.

- Zarys historii piłki siatkowej w Polsce i na świecie.
- Charakterystyka gry: techniczno-taktyczna, sprawnościowa, fizjologiczna, na różnych poziomach współzawodnictwa, gry kontrolne, zawody mistrzowskie.
- Aktualne przepisy gry w piłce siatkowej, 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.

1. Organizacja nauczania gry w piłkę siatkową.

- Terminologia siatkarska.
- Struktura zespołu. Podział obowiązków, funkcje zawodników i pozycje w grze. Konstruowanie drużyny.
- Ogólne założenia metodyki nauczania i doskonalenia techniki i taktyki gry.

1. Ukierunkowane kształtowanie sprawności fizycznej.

- 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.

1.

Technika gry w piłkę siatkową.

- Zasady, metody, formy i środki nauczania i doskonalenia techniki gry.
- Klasyfikacja i współzależność elementów techniki gry.

Laboratorium:

1. Organizacja gry w piłkę siatkową napo szczególnych etapach szkolenia.
 2. Ukierunkowane kształtowanie sprawności fizycznej.
- Gry i zabawy ruchowe w treningu.
 - Metodyka kształtowania zdolności koordynacyjnych w siatkówce: różnicowanie, orientacja, szybka reakcja, dostosowanie, sprzężenie ruchu, rytmizacja, równowaga.
 - Ćwiczenia gimnastyczne i akrobatyczne w treningu młodego siatkarza.
1. Technika gry w piłkę siatkową.
 2. 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 siatkówki rozumie przyczyny rozwoju ruchu olimpijskiego;	• K1_W04	• Test z progami punktowymi	• Wykład
Potrafi ocenić sprawność ucznia, identyfikować błędy i zaniedbania w praktyce charakterystyczne dla gry w piłkę siatkową 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 zorganizować zajęcia rekreacyjne i zawody sportowe w piłce siatkowej dla różnych grup społecznych	• K1_U09 • K1_K04	• Zadania wykonane grupowo	• Laboratorium
Potrafi zaprezentować specjalistyczne umiejętności ruchowe z zakresu gry w piłkę siatkową	• K1_U07 • K1_K09	• Obserwacje i ocena umiejętności praktycznych studenta	• Laboratorium
Potrafi podjąć działania z zakresu bezpieczeństwa podczas zajęć z piłką siatkową	• K1_U08	• Dyskusja oraz obserwacja umiejętności praktycznych	• Wykład • Laboratorium
Student rozumie potrzebę dokształcania zawodowego i jest świadomy rozwoju osobistego w ciągu całe życie	• K1_K01	• Dyskusja – ocena aktywności i przygotowania merytorycznego	• Laboratorium
Student jest świadomy zmian zachodzących w technice, przepisach i metodyce nauczania gry w piłkę siatkową, 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

Warunki zaliczenia

Wykład y z przedmiotu kończą się kolokwium 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.

Konwersatorium kończy się zaliczeniem na ocenę. Podstawą zaliczenia jest aktywne uczestnictwo w zajęciach, udział w organizacji zawodów sportowych w piłkę siatkową, udział w obserwacji zajęć piłki siatkowej. 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 konwersatorium (60%). Warunkiem zaliczenia przedmiotu są pozytywne oceny z wykładu i konwersatorium.

Literatura podstawowa

1. Bondarowicz M.: Zabawy w grach sportowych. Warszawa 2007.
2. Buchfelder M., Kłoczek T.: Siatkówka na lekcji wychowania fizycznego. Warszawa 2003.
3. Czabański B.: Wybrane zagadnienia uczenia się i nauczania techniki sportowej. Wrocław 1998.
4. Czajkowski Z.: Nauczanie techniki sportowej. Warszawa 2004.
5. Grządziel G., Szade D.: Piłka siatkowa. Technika, taktyka i elementy minisiatkówki. Katowice 2009.
6. Kasza W., Krzyżanowski Z.: Piłka siatkowa dla najmłodszych – zeszyt metodyczno-szkoleniowy dla klas 4-6. Warszawa 2010.
7. Kasza W., Zdebska H.: Piłka siatkowa - obrona pola w ujęciu taktycznym. Warszawa 2007.
8. Martens R.: Jak być skutecznym trenerem. Warszawa 2010.
9. Mecner K.: 80 lat polskiej siatkówki. Warszawa 2002.
10. Program Szkolenia Siatkarza. Warszawa 2011. Biblioteka Polskiej Siatkówki APS.
11. Przepisy gry w piłkę siatkową.
12. Ryś G., Kasza W., Krzyżanowski Z.: Piłka siatkowa na Orlikach. Warszawa 2010.
13. Superlak E.: Piłka siatkowa. Techniczno - taktyczne przygotowanie do gry. Wrocław 2006.
14. Trzaskoma Z., Trzaskoma Ł.: System Powerball. Kompleksowy trening siłowy w piłce siatkowej. Warszawa 2000.
15. Uzarowicz J.: Siatkówka - co jest grane. Kraków 2001.
16. Wróblewski P.: Piłka siatkowa w szkole - poradnik metodyczny. Warszawa 2005.

Literatura uzupełniająca

1. Czajkowski Z.: Psychologia sprzymierzeńcem trenera. Warszawa 1996.
2. Gabryś T., Szmatlan-Gabryś U., Ficek K.: Biomedyczne uwarunkowania treningu młodych sportowców. Warszawa 2004.
3. Grządziel G., Kowalski L.: Siatkówka plażowa w szkole. Warszawa 2000.
4. Grządziel G., Ljach W.: Piłka siatkowa. Podstawy treningu. Zasób ćwiczeń. Warszawa 2000.
5. Kowalski L.: Taktyka ataku i bloku w siatkówce. Warszawa 1993.
6. Ljach W.: Kształtowanie zdolności motorycznych dzieci i młodzieży. Warszawa 2003.
7. Maughan R.J., Burke L.M.: Żywnienie a zdolność do wysiłku. Kraków 2000.
8. Mecner K.: Historia siatkówki. Mistrzostwa Europy. Katowice 2005.
9. Roniker A.: Fizjologia sportu. Warszawa 2000.
10. Schmidt R.A., Wrisberg C.A.: Kształtowanie Zdolności Motorycznych. Warszawa 2010.
11. Seweryniak T.: Siatkówka plażowa. Działania graczy i współzawodnictwo. Wrocław 2008.
12. Skrobański H., Wieczorek A.: Przewodnik do ćwiczeń z piłki siatkowej. Poznań 1995.
13. Superlak E.: Dyspozycje osobnicze a umiejętności działania w grze zespołowej na przykładzie gry w piłkę siatkową. Wrocław 2008.
- 14.

Waśkiewicz Z., Poprzęcki S., Zając A.: Żywnienie i suplementacja w sporcie. Katowice 2007.

15. Wołyniec J. (red.): II Ogólnopolskie Warsztaty Trenerskie w piłce siatkowej - materiały szkoleniowe. Wrocław 1996.

16. Zaporóżanow W., Sozański H.: Dobór i kwalifikacja do sportu. Warszawa 1997.

Uwagi

Program specjalizacji w treściach jak i ich wymiarach godzinowych został opracowany na podstawie, uznanego przez Ministerstwo Sportu i Turystyki, „Programu kształcenia instruktorów sportu z piłki siatkowej” opracowanego przez Akademię Polskiej Siatkówki Polskiego Związku Piłki Siatkowej.

Zmodyfikowane przez dr Grażyna Biczysko (ostatnia modyfikacja: 14-09-2016 21:54)

Wygenerowano automatycznie z systemu SylabUZ