

# Piłka ręczna - opis przedmiotu

| Informacje ogólne   |                                            |
|---------------------|--------------------------------------------|
| Nazwa przedmiotu    | Piłka ręczna                               |
| Kod przedmiotu      | 16.1-WL-WF-PRE                             |
| Wydział             | <a href="#">Wydział Nauk Biologicznych</a> |
| Kierunek            | Wychowanie fizyczne / nauczycielska        |
| Profil              | praktyczny                                 |
| Rodzaj studiów      | drugiego stopnia z tyt. magistra           |
| Semestr rozpoczęcia | semestr zimowy 2017/2018                   |

| Informacje o przedmiocie        |                                                                       |
|---------------------------------|-----------------------------------------------------------------------|
| Semestr                         | 3                                                                     |
| Liczba punktów ECTS do zdobycia | 2                                                                     |
| Typ przedmiotu                  | obowiązkowy                                                           |
| Język nauczania                 | polski                                                                |
| Sylabus opracował               | <ul style="list-style-type: none"><li>mgr Władysław Leśniak</li></ul> |

| 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    |
| Laboratorium | 30                                      | 2                                      | 18                                         | 1,2                                       | Zaliczenie na ocenę |

## Cel przedmiotu

Wyszkolenie nauczyciela, który będzie przygotowany do samodzielnego formułowania celów i opracowywania programów nauczania gry w piłkę ręczną oraz ich realizacji w warunkach szkolnego wychowania fizycznego. Usprawnienie studentów w zakresie techniki gry w piłkę ręczną.

## Wymagania wstępne

Podstawowe umiejętności techniczne gry w piłkę ręczną. Znajomość przepisów gry.

## Zakres tematyczny

1. Podstawowe umiejętności w zakresie techniki gry:

- postawa w obronie i w ataku,
- poruszanie się w obronie (krok dostawny, odskok, doskok, bieg przodem i tyłem, zatrzymanie się,
- poruszanie się w atakowaniu (starty, bieg ze zmiana tempa, bieg ze zmianą kierunku, skoki w przód i w górę, obroty),
- chwyt (półgórny, górny, na wysokości bioder, dolny, z podłoża, sytuacyjne),
- podania (półgórne, górne, dolne),
- rzuty (w wysoku w przód i w górę, z padem, z przeskokiem, w biegu),
- kozłowanie (pojedyncze, ciągłe, toczenie piłki),
- zwody (zwód pojedynczy przodem i tyłem).

1. Opanowanie umiejętności w zakresie gry indywidualnej w obronie:

- ustawienie względem piłki,
- krycie ręki z piłką,
- blokowanie piłki,
- przechwyt piłki,
- wygarnięcie piłki,
- właściwe reagowanie na zawody,
- krycie od strony piłki,
-

krycie przeciwnika stojącego tyłem do bramki.

1. Opanowanie umiejętności w zakresie gry indywidualnej w ataku:

- indywidualne umiejętności uwalniania się od przeciwnika w celu wyjścia na pozycję poprzez wyminięcie, zabiegnięcie, dobiegnięcie, obiegnięcie, wyjście do piłki.

1. Nauka podstawowych rozwiązań w obronie:

- obrona, krycie „każdy swego” – fragmenty 1x1, 2x2, 3x3,
- obrona, krycie z przekazywaniem – fragment 2x2,
- obrona, krycie „każdy swego” na całym boisku,
- obrona, krycie „każdy swego” na połowie boiska,
- obrona, krycie „każdy swego” w obrębie linii rzutów wolnych,
- obrona strefowa 3x3, poruszanie się w kierunku podanej piłki.
- Opanowanie umiejętności gry w kontrataku w zakresie:
  - startu do kontrataku,
  - przyjęcia pierwszego podania od bramkarza,
  - rozwiązywanie sytuacji 2x0, 2x1, 2x2.
- Opanowanie podstawowych umiejętności gry w ataku pozycyjnym:
  - atak prostopadły wielokrotny,
  - atak prostopadły wielokrotny wiążący,
  - współpraca rozgrywający - obrotowy,
- Gra szkolna z zastosowaniem poznanych elementów techniczno – taktycznych.
- Praktyczna nauka sędziowska.
- Zaliczenia
- 

## Metody kształcenia

Obserwacja, samodzielne opracowanie materiałów metodycznych, ćwiczenia praktyczne, zajęcia w grupach.

## Efekty uczenia się i metody weryfikacji osiągnięcia efektów uczenia się

| Opis efektu                                                                                                                                                                                                                 | Symbole efektów                                                                                           | Metody weryfikacji                                                                                      | Forma zajęć                                                    |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------|
| Potrafi ocenić sprawność ucznia, identyfikować błędy i zaniedbania w praktyce charakterystyczne dla gry w piłkę ręczną oraz stosować odpowiednie działania korygujące                                                       | <ul style="list-style-type: none"><li>• <a href="#">K2_U07</a></li></ul>                                  | <ul style="list-style-type: none"><li>• Obserwacje i ocena umiejętności praktycznych studenta</li></ul> | <ul style="list-style-type: none"><li>• Laboratorium</li></ul> |
| Student potrafi scharakteryzować grę w piłkę ręczną, objaśniać przepisy gry, dobrać specjalistyczną terminologię w zakresie gry w piłkę ręczną, wybiera odpowiednie metody i środki dydaktyczne na różnych etapach edukacji | <ul style="list-style-type: none"><li>• <a href="#">K2_W05</a></li><li>• <a href="#">K2_W10</a></li></ul> | <ul style="list-style-type: none"><li>• Test z progami punktowymi</li></ul>                             | <ul style="list-style-type: none"><li>• Laboratorium</li></ul> |
| Jest kreatywny w propagowaniu zdrowotnych, społecznych i rekreacyjnych wartości gier i zabaw z piłką                                                                                                                        | <ul style="list-style-type: none"><li>• <a href="#">K2_K09</a></li></ul>                                  | <ul style="list-style-type: none"><li>• Zadania wykonane indywidualnie</li></ul>                        | <ul style="list-style-type: none"><li>• Laboratorium</li></ul> |
| Jest świadomy zwiększonego ryzyka nieszczęśliwych wypadków na zajęciach sportowych, jest wrażliwy na zapewnienie bezpieczeństwa sobie i uczniom                                                                             | <ul style="list-style-type: none"><li>• <a href="#">K2_K07</a></li></ul>                                  | <ul style="list-style-type: none"><li>• Obserwacje i ocena umiejętności praktycznych studenta</li></ul> | <ul style="list-style-type: none"><li>• Laboratorium</li></ul> |
| Potrafi zaprezentować specjalistyczne umiejętności ruchowe z zakresu gry w piłkę ręczną                                                                                                                                     | <ul style="list-style-type: none"><li>• <a href="#">K2_U11</a></li></ul>                                  | <ul style="list-style-type: none"><li>• Obserwacje i ocena umiejętności praktycznych studenta</li></ul> | <ul style="list-style-type: none"><li>• Laboratorium</li></ul> |

| Opis efektu                                                                                                                                                                                    | Symbolle efektów                                                                                             | Metody weryfikacji                                                                                             | Forma zajęć                                                      |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------|
| Jest otwarty na zmiany, chętnie uczestniczy we wszelkiego rodzaju formach dokształcania zawodowego, jest świadomy zmian zachodzących w grze w piłkę ręczną, jest otwarty na pomoc i współpracę | <ul style="list-style-type: none"> <li>• <a href="#">K2_K01</a></li> <li>• <a href="#">K2_K02</a></li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Dyskusja – ocena aktywności i przygotowania merytorycznego</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Laboratorium</li> </ul> |
| Potrafi zorganizować zajęcia rekreacyjne i zawody sportowe w piłkę ręczną dla różnych grup społecznych                                                                                         | <ul style="list-style-type: none"> <li>• <a href="#">K2_U10</a></li> </ul>                                   | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Zadania wykonane grupowo</li> </ul>                                   | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Laboratorium</li> </ul> |

## Warunki zaliczenia

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, przeprowadzenie analizy statystycznej meczu w piłkę ręczną, przeprowadzenie gry lub zabawy w nauczaniu techniki lub taktyki piłki ręcznej.

Ocenie podlega:

- test z progami punktowymi, składający się z pytań zamkniętych i otwartych. Minimum na uzyskanie zaliczenia to 60% punktów – 40%
- test sprawności specjalnej – 40%,
- opracowane przez studenta materiały metodyczne (konspekty, arkusze statystyczne, protokoły) – 20%

Warunkiem zaliczenia przedmiotu jest pozytywna ocena z konwersatorium.

## Literatura podstawowa

RATURA PODSTAWOWA:

1. Czerwiński J.: Piłka ręczna. Gdańsk 1978.
2. Olejnik M., Paterka S.: Przewodnik do ćwiczeń z piłki ręcznej. Skrypt Nr 133. AWF Poznań 1997.
3. Paterka S., Nitka J.: Gry i zabawy ruchowe w nauczaniu piłki ręcznej. Poznań 1987.
4. Paterka S.: Mini piłka ręczna. Poznań 1994.
5. Walszyk L., Szkutnik R.: Piłka ręczna. Zasób ćwiczeń dla dzieci i młodzieży. Warszawa 2005.
6. Wrześniewski S.: Piłka ręczna. Poradnik metodyczny. Warszawa 2000.

## Literatura uzupełniająca

1. Biernacki L., Kubrycht J., Nowiński W. Pierwsze kroki w piłce ręcznej. Przewodnik metodyczny. Gdańsk 2013
2. Dencikowska A.: Piłka ręczna. Rzeszów 2012.
3. Diczuk J. Piłka Ręczna. Bliżej z przepisami. Katowice 2007.
4. Dulawa M.: Piłka ręczna. Historia, zasady, trening. Bielsko Biała 2011.
5. Spieszny M., Tabor R., Walczak L.: Piłka ręczna. Technika, metodyka, podstawy taktyki. Kraków 2011.

**UWAGI:-**

## Uwagi

Zmodyfikowane przez mgr Beata Wojciechowska (ostatnia modyfikacja: 04-05-2017 14:46)

Wygenerowano automatycznie z systemu SylabUZ