

**AKADEMIA WYCHOWANIA FIZYCZNEGO  
IM. EUGENIUSZA PIASECKIEGO W POZNANIU**

**Filia w Gorzowie Wielkopolskim  
Zamiejscowy Wydział Kultury Fizycznej**

**Kierunek: Wychowanie fizyczne**

**KARTA PRZEDMIOTU**

Nazwa przedmiotu: **TEORIA I PRAKTYKA DYSCYPLINY – PIŁKA RĘCZNA**

Kod przedmiotu: **ZWKF\_WF\_1\_w\_F.1\_F.2\_s**

Nazwa jednostki prowadzącej przedmiot/moduł: **Zakład Wychowania Fizycznego  
i Sportu**

Osoba odpowiedzialna za kartę – koordynator przedmiotu:

**dr Łukasz Lamcha**

Osoby prowadzące przedmiot:

1. dr Łukasz Lamcha
2. mgr Paweł Cichoń

Data opracowania: **08.02.2021 r.**

## 1. Podstawowe informacje

Forma studiów	studia stacjonarne			
Stopień studiów	studia pierwszego stopnia			
Profil	praktyczny			
Specjalność	nauczycielska ze specjalizacją instruktorską			
Rok studiów / semestr	rok 2–3, semestr 4–6			
Status przedmiotu	do wyboru w ramach specjalności			
Język przedmiotu	polski			
Forma zajęć	wykład	ćwiczenia	seminaria	inne
Wymiar zajęć	60 (20+20+20)	90 (30+30+30)		
Liczba punktów ECTS	10 (3+3+4)			

## 2. Cele przedmiotu

C1	Nabycie wiedzy i umiejętności wykonywania specjalistycznych czynności ruchowych typowych dla piłki ręcznej i usprawnianie ciała.
C2	Nabycie specjalistycznych umiejętności nauczania czynności ruchowych w piłce ręcznej.
C3	Nabycie umiejętności umożliwiających oddziaływanie ćwiczeniami fizycznymi na organizm z zachowaniem zasad bezpieczeństwa oraz właściwych relacji z uczniem, najbliższym otoczeniem i społeczeństwem.

## 3. Wymagania wstępne w zakresie wiedzy, umiejętności i innych kompetencji:

- podstawowe umiejętności techniczne gry w piłkę ręczną;
- sprawność indywidualnego i zespołowego działania.

## 4. Efekty uczenia się w zakresie wiedzy, umiejętności oraz kompetencji społecznych:

Symbol	Efekty uczenia się dla przedmiotu Po zrealizowaniu przedmiotu student:	Odniesienie do efektów uczenia się dla programu studiów	Odniesienie do charakterystyk II stopnia Polskiej Ramy Kwalifikacji (poziom 6)
EK1	nabył wiedzę i umiejętności wykonywania specjalistycznych czynności ruchowych typowych dla gry w piłkę ręczną i usprawniania ciała.	A1_W2 A1_U9 A1_K6	P6S_WG P6S_UW P6S_KR
EK2	poznał metodykę nauczania umiejętności technicznych i taktycznych gry w piłkę ręczną i potrafi przygotować zajęcia sportowe.	A1_W22 A1_U11 A1_K7	P6S_WK P6S_UW P6S_KR
EK3	posiadając wiedzę o systematyce i metodyce nauczania, oddziałuje ćwiczeniami fizycznymi na organizm, przestrzegając zasad bezpieczeństwa i zachowuje właściwe relacje z uczniem / zawodnikiem.	A1_W14 A1_U23 A1_K9	P6S_WK P6S_UK P6S_KR

## 5. Treści programowe

<b>WYKŁADY</b>		
<b>Lp.</b>	<b>Tematyka zajęć Opis szczegółowych bloków tematycznych</b>	<b>Liczba godzin</b>
W1	Podstawy teorii treningu piłki ręcznej.	7
W2	Metodyczne założenia treningu w szkoleniu piłkarzy ręcznych.	10
W3	Systematyka ćwiczeń i metodyka nauczania elementów techniki gry w piłce ręcznej.	14
W4	Taktyka gry w obronie i ataku w początkowych etapach szkolenia.	14
W5	Kierowanie procesem szkolenia.	15
<b>Razem</b>		<b>60</b>
<b>ĆWICZENIA</b>		
<b>Lp.</b>	<b>Tematyka zajęć Opis szczegółowych bloków tematycznych</b>	<b>Liczba godzin</b>
ĆW1	Organizacja gry na różnych etapach szkolenia.	10
ĆW2	Systematyka nauczania podstawowych elementów techniki gry.	30
ĆW3	Taktyka indywidualna i zespołowa gry.	20
ĆW4	Jednostka treningowa, przygotowanie sprawnościowe.	20
ĆW5	Kontrola trenerska i samodzielna praca prowadzenia zajęć treningowych.	10
<b>Razem</b>		<b>90</b>

## 6. Metody dydaktyczne

M1	Wykład interaktywny z prezentacją multimedialną.
M2	Metoda analityczna, syntetyczna i globalna.
M3	Pokaz objaśnienie instruowanie.
M4	Hospitacje.

## 7. Obciążenie pracą studenta

<b>Forma aktywności</b>	<b>Średnia liczba godzin na zrealizowanie aktywności</b>
<b>Godziny kontaktowe z nauczycielem akademickim, w tym:</b>	
Godziny wynikające z planu studiów	150
Egzaminy i zaliczenia w sesji	5
<b>Godziny bez udziału nauczyciela wynikające z nakładu pracy studenta, w tym:</b>	
Przygotowanie się do zajęć	50
Przygotowanie projektu	20

Przygotowanie do zaliczenia	20
Przygotowanie do egzaminu	5
<b>Sumaryczna liczba godzin dla przedmiotu wynikająca z całego nakładu pracy studenta</b>	<b>250</b>
Sumaryczna liczba punktów ECTS dla przedmiotu	10

## 8. Metody oceny

### a. Ocena formująca

F1	Obserwacja zachowań.
F2	Rozmowy nieformalne.
F3	Krótkie zadania.

### b. Ocena podsumowująca

P1	Projekt – jednostka treningowa.
P2	Zaliczenie końcowe – teoretyczne i praktyczne.
P3	Egzamin na koniec semestru 6.

### c. Warunki zaliczenia przedmiotu

- Obecność na zajęciach wg regulaminu studiów;
- Zaliczenia teoretyczne poszczególnych semestrów;
- Umiejętność nauczania techniki i taktyki gry;
- pozytywny wynik egzaminu.

## 9. Kryteria oceny

<b>Efekt uczenia się EK1</b>	
na ocenę 2	Student nie posiada wiedzy i umiejętności nauczania specjalistycznych umiejętności ruchowych oraz nie potrafi planować i kontrolować treningu.
na ocenę 3	Student potrafi stosować proste formy nauczaniu specjalistycznych ruchów w treningu piłki ręcznej.
na ocenę 4	Student analizuje różne formy treningu, planuje i kontroluje procesy opanowywania umiejętności ruchowych, przeprowadza właściwą analizę metodyki nauczania specjalistycznych ruchów.
na ocenę 5	Student potrafi bardzo dobrze oceniać formy nauczania ruchów w procesie treningowym oraz strategię dotyczące planowania i kontrolowania procesów ruchowych. Prawidłowo ocenia różne metodyki kształtowania umiejętności technicznych.
<b>Efekt uczenia się EK2</b>	
na ocenę 2	Student nie opanował podstawowych umiejętności technicznych oraz metodycznych związanych z procesem nauczania i doskonalenia różnych form treningu.
na ocenę 3	Student potrafi odtworzyć specjalistyczne umiejętności techniczne oraz metodyczne związane z procesem nauczania i doskonalenia.
na ocenę 4	Student potrafi wykonywać specjalistyczne elementy techniczne. Dobrze realizuje nauczanie pod względem metodycznym.
na ocenę 5	Student opanował specjalistyczne umiejętności pozwalające mu na przygotowanie i prowadzenie zajęć sportowych.

Efekt uczenia się EK3	
na ocenę 2	Student nie potrafi współpracować w grupie oraz podejmować właściwych decyzji. Nie rozumie zasad bezpieczeństwa i higieny pracy.
na ocenę 3	Student potrafi dostatecznie wartościować: pracę w zespole, podejmowane decyzje oraz relacje w grupie.
na ocenę 4	Student potrafi dobrze: organizować pracę w zespole, podejmować trafne decyzje i stosować zasady bezpieczeństwa i higieny pracy.
na ocenę 5	Student potrafi bardzo dobrze scharakteryzować główne aspekty pracy w zespole i wynikające z nich decyzje dotyczące kształtowania relacji z otoczeniem. Przestrzega zasad bezpieczeństwa i higieny pracy.

## 10. Macierz realizacji przedmiotu

Efekty uczenia się	Odniesienie do efektów uczenia się dla programu studiów	Cele przedmiotu	Treści programowe	Metody dydaktyczne	Sposoby oceny
EK1	A1_W2, A1_U9 A1_K6	C1	W1–W5 ĆW1–ĆW5	M1–M4	F2, F3 P2, P3
EK2	A1_W22, A1_U11 A1_K7	C2	W2–W5 ĆW1–ĆW5	M2–M4	F1, F3 P1–P3
EK3	A1_W14, A1_U23 A1_K9	C3	W2–W5 ĆW1–ĆW5	M2–M4	F1, F3 P1, P2

## 11. Wykaz piśmiennictwa

### a. Piśmiennictwo podstawowe

1.	Jaworski J., Krawczyk A., Norkowski H., <i>Pilka ręczna</i> , Warszawa 1985.
2.	Paterka S., <i>Mini piłka ręczna</i> , Poznań 1994.
3.	Paterka S., Nitka J., <i>Gry i zabawy ruchowe w nauczaniu piłki ręcznej</i> , Poznań 1987.
4.	Zielonka Z., <i>Mini piłka ręczna</i> , Warszawa 1994.

### b. Piśmiennictwo uzupełniające

1.	Breguła T., <i>Pilka ręczna – lata doświadczeń</i> , Warszawa 1996.
2.	Diaczuk J., Góralczyk M., <i>Plażowa piłka ręczna. Poznaj przepisy gry</i> , AWF Katowice, 2004
3.	Łatyszkiewicz L., Worobjew M., Zaurbek M., Chromajew M., <i>Pilka ręczna, koszykówka, piłka siatkowa</i> , Warszawa 1999.
4.	Olejniki M., Paterka S., <i>Przewodnik do ćwiczeń z piłki ręcznej</i> , Skrypt Nr 133, AWF Poznań, 1997.
5.	Walszyk L., Szkutnik R., <i>Pilka ręczna – Zasób ćwiczeń dla dzieci i młodzieży</i> , ZPRP, Warszawa 2005.
6.	Wrześniewski S., <i>Pilka ręczna. Poradnik metodyczny</i> , Warszawa 2000.

## 12. Zatwierdzenie karty przedmiotu do realizacji

.....  
(miejsowość, data)

.....  
(kierownik zakładu)

.....  
(działacz wydziału)

Przyjmuję do realizacji (data i podpisy osób prowadzących przedmiot)