



| | | |
|--|---|---|
| PRZEDMIOT: Metodyka piłki ręcznej | | PUNKTY ECTS 4 |
| KIERUNEK: Wychowanie fizyczne | | |
| SPECJALNOŚĆ: | | STATUS PRZEDMIOTU obligatoryjny |
| RODZAJ STUDIÓW: niestacjonarne | | GRUPA PRZEDMIOTÓW B |
| POZIOM KSZTAŁCENIA: studia pierwszego stopnia | | |
| ROK/ SEMESTR:II/3 | | PROFIL KSZTAŁCENIA praktyczny |
| Wykłady – liczba godzin - | Ćwiczenia – liczba godzin 30 | Wymagania wstępne/ Zaliczone przedmioty poprzedzające: Teoria i metodyka sportów zespołowych |
| Język wykładowy | Forma zaliczenia Zaliczenie z oceną | |
| polski | | |

I. Jednostka organizacyjna: Wydział Nauk o Zdrowiu

II. Cele i zadania przedmiotu:

1. Zapoznanie studentów z piśmiennictwem metodyki piłki ręcznej.
2. Zapoznanie studentów z podstawowymi pojęciami z metodyki piłki ręcznej.
3. Przygotowanie studentów do samodzielnego prowadzenia zajęć z zakresu piłki ręcznej w szkołach podstawowych.
4. Przedstawienie roli piłki ręcznej w systemie wychowania fizycznego, jej walorów zdrowotnych, wychowawczych i sportowych oraz przygotowanie do uczestnictwa w kulturze fizycznej uczniów w ciągu całego życia.
5. Opanowanie przez studentów praktycznych umiejętności z zakresu techniki piłki ręcznej.
6. Zapoznanie studentów z elementarnymi rozwiązaniami taktycznymi gry oraz przepisami.
6. Wdrażanie studentów do samodzielnego poszukiwania nowatorskich rozwiązań wychowawczych oraz dydaktycznych w procesie nauczania przedmiotu metodyka piłki ręcznej

III. Forma zajęć: A (ćwiczenia audytorjne), T (ćwiczenia treningowe)

IV. Treści programowe:

| Nr | Temat ćwiczenia- I rok |
|----|--|
| A1 | Zapoznanie z programem piłki ręcznej, systematyką ćwiczeń oraz techniki. |
| T2 | Indywidualne sposoby poruszania się zawodników w obronie. |
| T3 | Indywidualne sposoby poruszania się zawodników w ataku. |
| T4 | Nauczanie kozłowania w piłce ręcznej. |
| T5 | Nauczanie podań oraz chwytów. |

| | |
|-----|--|
| T6 | Nauczanie podań i chwytów w różnych ustawieniach. |
| T7 | Nauczanie rzutu z biegu oraz z przeskokiem. |
| A8 | Podstawowe przepisy gry w piłkę ręczną. |
| T9 | Nauczanie rzutu z wyskoku. |
| T10 | Nauczanie rzutu z padem. |
| T11 | Nauczanie zwodu pojedynczego ciałem. |
| T12 | Nauczanie zwodu podwójnego ciałem. |
| T13 | Nauczanie zasłon stosowanych w piłce ręcznej. |
| A14 | Nauczanie sygnalizacji wykorzystywanej przez sędziów. |
| T15 | Rzuty sytuacyjne wykorzystywane w grze w piłkę ręczną- nauczanie. |
| T16 | Rzuty z padem stosowane w piłce ręcznej- ich doskonalenie oraz bezpieczne sposoby ich nauczania. |
| T17 | Wykorzystywanie piłki do zwodzenia rywali w grze w piłkę ręcznej. |
| T18 | Gry i zabawy stosowane w nauczaniu piłki ręcznej. |
| T19 | Doskonalenie poznanych elementów technicznych. |
| T20 | Doskonalenie wybranych elementów techniczno- taktycznych. |
| T21 | Nauczanie zmian za piłką. |
| T22 | Nauczanie zmian od piłki. |
| T23 | Sprawdzian umiejętności praktycznych. |
| T2 | Nauczanie ataku jednopozycyjnego. |
| T3 | Nauczanie ataku wielopozycyjnego. |
| T4 | Nauczanie ataku 2-1-3. |
| T5 | Nauczanie ataku pozycyjnego 2-2-2 |
| T6 | Atak szybki tradycyjny- nauczanie. |
| T7 | Nauczanie kontrataku. |
| A8 | Nauczanie taktyki ataku oraz obrony. |
| T9 | Systematyka ćwiczeń w nauczaniu obrony „każdy swego”. |
| T10 | Obrona strefowa, jej rodzaje oraz zasady stosowania. |
| T11 | Obrona kombinowana oraz fragmenty gry |
| T12 | Nauczanie techniki gry bramkarza. |
| T13 | Zadania bramkarzy w rozwijaniu ataku szybkiego. |
| A14 | Sprawdzian wiedzy teoretycznej. |
| T15 | Sprawdzian umiejętności praktycznych po II roku. |

V. Literatura

Literatura podstawowa:

1. Literatura podstawowa:

1. Władysław Stawiarski -Piłka ręczna - Część I i II,Wyd. AWF Kraków 2003,
2. Wojciech Nowiński -Piłka ręczna - wyszkolenie indywidualne, Wyd. Centralny Ośrodek Sportu 2002,
3. Stanisław Paterka- Piłka ręczna cz. I - Technika, Wyd. AWF Poznań 1997

Literatura uzupełniająca:

1. 1. Alfreda Dencikowska -Piłka ręczna - skrypt dla studentów wychowania fizycznego, Wydawnictwo Uniwersytetu Rzeszowskiego 2004,
2. Stanisław Paterka - Piłka ręczna cz. II - taktyka, metodyka nauczania, trening i przepisy gry, Wyd. AWF Poznań 1998,
3. Przepisy piłki ręcznej- Związek Piłki Ręcznej w Polsce 2017

VI. Efekty kształcenia:

| Efekt uczenia się: | Nr efektu | Student, który zaliczył przedmiot: | Odniesienie do efektów kierunkowych |
|--------------------|-----------|--|-------------------------------------|
| w zakresie wiedzy | 01 | zna technikę wykonania, asekuracji i metodykę nauczania w zakresie koszykówki oraz zasady bezpiecznego organizowania tego sportu w | K_W16 |

| | | | |
|------------------------------------|----|--|-------|
| | | formie zajęć edukacyjnych, rozgrywek koszykówki i imprez sportowo-rekreacyjnych | |
| | 02 | zna i rozumie podstawowe zasady bezpiecznej organizacji zajęć z piłki ręcznej oraz zabaw i gier ruchowych z tego zakresu | K_W23 |
| W zakresie umiejętności | 03 | Umie samodzielnie i w zespole analizować, interpretować i oceniać elementy techniki wykonania z piłki ręcznej i odnosić je do ogólnych problemów we współczesnym wychowaniu fizycznym, sporcie, turystyce i rekreacji. | K_U16 |
| | 04 | potrafi zastosować metody nauczania, formy organizacyjne oraz środki dydaktyczne podczas lekcji wychowania fizycznego w zależności od warunków, celu, wieku i sprawności fizycznej. | K_U19 |
| w zakresie kompetencji społecznych | 05 | Ma świadomość różnic wynikających z rozwoju emocjonalnego, społecznego i poznawczego swoich wychowanków | K_K09 |

VII. Sposoby oceny: (F - formująca; P - podsumowująca)

VIII. Sposób weryfikacji efektów kształcenia

F1 – odpowiedź ustna

F2 – sprawdzian pisemny

F3 – sprawdzian praktyczny

F4 – kolokwium

F5 – udział w dyskusji

| Nr efektu | Forma zajęć | Sposób oceny |
|-----------|----------------|--------------|
| 01 | W1-W5,Ćw1-Ćw15 | F1,F5 |
| 02 | W1-W5,Ćw1-Ćw15 | F1,F5, |
| 03 | W1-W5,Ćw1-Ćw15 | F5,F1, |
| 04 | W1-W5,Ćw1-Ćw15 | F1,F5 |
| 05 | W1-W5,Ćw1-Ćw15 | F5 |

IX. Warunek zaliczenia przedmiotu:

- aktywny udział w zajęciach,

- zaliczenie praktyczne i teoretyczne.

X. Całkowity nakład pracy studenta potrzebny do osiągnięcia efektów:

1. Godziny kontaktowe z nauczycielem akademickim:

- udział w ćwiczeniach/zajęciach laboratoryjnych 30 h
RAZEM: 30 h

2. Samodzielna praca studenta

- przygotowanie do ćwiczeń 20 h
- przygotowanie do zaliczenia praktycznego i teoretycznego 40 h
- studiowanie literatury 10 h
RAZEM: 70 h

godziny kontaktowe + samodzielna praca studenta 100 h

OGÓLEM:

1 punkt ECTS = 25h pracy przeciętnego studenta, liczba punktów ECTS = 4

XI. Prowadzący zajęcia: mgr Janusz Kopczyński