



| | | |
|--|--|---|
| PRZEDMIOT: Teoria i metodyka sportów indywidualnych i zespołowych | | PUNKTY ECTS 5 |
| KIERUNEK: Wychowanie fizyczne | | |
| SPECJALNOŚĆ: - | | STATUS PRZEDMIOTU obligatoryjny |
| FORMA STUDIÓW: studia niestacjonarne | | GRUPA PRZEDMIOTÓW B |
| POZIOM KSZTAŁCENIA: studia pierwszego stopnia | | |
| ROK/SEMESTR: I/2 | | PROFIL KSZTAŁCENIA praktyczny |
| Wykłady – liczba godzin - | Ćwiczenia – liczba godzin 30 | Wymagania wstępne/ zaliczenie przedmiotów poprzedzających: brak |
| Język wykładowy polski | Forma zaliczenia Egzamin | |
| | | |

I. Jednostka organizacyjna: Wydział Nauk o Zdrowiu

II. Cele i zadania przedmiotu:

1. Zapoznanie studentów ze specyfiką wybranych konkurencji sportów indywidualnych: lekkoatletyki, gimnastyki, pływania i sportów zespołowych: koszykówki, siatkówki, piłki ręcznej, piłki nożnej oraz innych sportów cieszących się współcześnie dużym zainteresowaniem wśród dzieci i młodzieży .
2. Zdobędą wiedzę dotyczącą zakresu teorii, systematyki, metodyki i techniki podstawowych ćwiczeń związanych z wymienionymi dyscyplinami sportu, rozwiązaniami taktycznymi oraz zasadami dydaktycznymi, metodami treningu i środkami ich realizacji w przebiegu walki sportowej.
3. Potrafi zastosować zasady bezpiecznego organizowania wybranych sportów indywidualnych i zespołowych w formie zajęć edukacyjnych, rozgrywek i imprez sportowo-rekreacyjnych oraz przewidzieć skutki złego treningu

III. Forma zajęć: ćwiczenia

IV. Treści programowe:

| Nr | Tematyk ćwiczeń |
|-----|--|
| Ć1 | Sport dzieci i młodzieży |
| Ć2 | Rozwój osobniczy a wysiłek fizyczny |
| Ć3 | Ogólne uwagi metodyczne, szkolenie sportowe |
| Ć4 | Teoria i metodyka sportów indywidualnych – z lekkoatletyki |
| Ć5 | Teoria i metodyka sportów indywidualnych – z gimnastyki |
| Ć6 | Teoria i metodyka sportów indywidualnych – z pływania |
| Ć7 | Ogólne zasady nauczania gier zespołowych |
| Ć8 | Teoria i metodyka sportów zespołowych - koszykówka |
| Ć9 | Teoria i metodyka sportów zespołowych – piłka ręczna |
| Ć10 | Teoria i metodyka sportów zespołowych - siatkówka |
| Ć11 | Teoria i metodyka sportów zespołowych – piłka nożna |

| | |
|------------|--|
| Ć12 | Promocja teorii i metodyki innych sportów indywidualnych .Wystąpienia i prezentacje multimedialne studentów, z komentarzem i dyskusją nad tym sportem. |
| Ć13 | Promocja teorii i metodyki innych sportów zespołowych. Wystąpienia i prezentacje multimedialne studentów, z komentarzem i dyskusją nad tym sportem. |
| Ć14 Ć15 | Kilka zasad skutecznego nauczania sportów zespołowych i indywidualnych oraz podanie innych praktycznych wskazówek i uwag techniczno-taktycznych pomocnych w procesie szkoleniowym. |

V. Literatura

Literatura podstawowa:

1. Czabański B., Filon M., Zatoń K., (red.), Elementy teorii pływania, Wrocław 2003.
2. Czerwiński J., Charakterystyka gry w piłkę ręczną, Gdańsk 1996.
3. Dziąsko J., Naglak Z., Teoria sportowych gier zespołowych, PWN, Warszawa 1983.
4. Gołaszewski J., Piłka nożna, Przewodnik metodyczno-szkoleniowy, Poznań 2000.
5. Grządziel G., Ljach W.J., Piłka siatkowa, Warszawa 2002.
6. Kłyszczko W.(red), Wybrane zagadnienia teorii sportowych gier zespołowych, AWF Warszawa 1975.
7. Mroczyński Z., (red), Lekkoatletyka, Biegi, AWF Gdańsk 1997.
8. Mroczyński Z., (red), Lekkoatletyka, Skoki, rzuty, wieloboje, AWF Gdańsk 1995.
9. Naglak Z., Zespołowa gra sportowa, AWF Wrocław 1994.
10. Orzechowski K., (red), Wskazówki organizacyjno-metodyczne w nauczaniu pływania, Warszawa 1996.
11. Polak E., Gimnastyka, Rzeszów 2002.
12. Przybylski W., Szwarz A., Piłka nożna, Technika i taktyka, Gdańsk 1996.
13. Sieniek C., Metodyka nauczania techniki w koszykówce, Warszawa 1998.
14. Sieniek C., Metodyka nauczania taktyki w koszykówce, Warszawa 1998.
15. Ulatowski T., (red), Teoria sportu, Warszawa 1992.

Literatura uzupełniająca:

1. Sieniek C., Metodyka nauczania piłki siatkowej, Warszawa 1994.
2. Sozański H. (red.), Podstawy teorii treningu sportowego. C. O. S. Warszawa 1999.
3. Stawczyk Z., Gry i zabawy lekkoatletyczne, Poznań 1998.
4. Ulatowski T.,(red), Zastosowanie metod naukowych na potrzeby sportu. PTNKF Warszawa 2002.

VI. Efekty uczenia się:

| Efekt uczenia się: | Nr efektu | Student, który zaliczył przedmiot: | Odniesienie do efektów kierunkowych |
|------------------------------------|-----------|---|-------------------------------------|
| w zakresie wiedzy | 01 | Zna podstawową technikę wykonania i metodykę nauczania z zakresu wybranych sportów indywidualnych i zespołowych w celu zaplanowania tych sportów w formie zajęć edukacyjnych, rozgrywek lub imprez sportowych | K_W16 K_W23 |
| | 02 | Zna etapy szkolenia sportowego i specyfikę szkolenia sportowego dzieci i młodzieży | K_W24 |
| w zakresie umiejętności | 03 | Potrafi organizować i prowadzić wybrane elementy sportów indywidualnych i zespołowych w formie zajęć edukacyjnych i imprez sportowo-rekreacyjnych | K_U06 |
| | 04 | Dobiera metody nauczania, zasady, formy organizacyjne oraz środki dydaktyczne podczas zajęć treningowych dostosowując je do wybranej dyscypliny sportowej. | K_U07 |
| w zakresie kompetencji społecznych | 05 | Angażuje się w powierzone zadania, potrafi właściwie i współodpowiedzialnie organizować pracę w grupie w formie zajęć edukacyjnych podczas rozgrywek lub imprez sportowych. | K_K06 |

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

F1 - opracowanie prezentacji multimedialnej na temat wybranego sportu indywidualnego lub zespołowego

F2 – przedstawienie prezentacji multimedialnej całej grupie

F3 - udział w dyskusji, dzielenie się własnym doświadczeniem

P1 – egzamin pisemny

VIII. Sposób weryfikacji efektów uczenia się

| Nr efektu | Formy zajęć | Sposób oceny |
|-----------|--|----------------|
| 01 | Ć1, Ć2, Ć3 | F3, P1 |
| 02 | Ć2, Ć3, Ć7, Ć14, Ć15 | F1, F2, F3, P1 |
| 03 | Ć4, Ć5, Ć6, Ć8, Ć9, Ć10, Ć11, Ć12, Ć13 | F1, F2, F3, P1 |
| 04 | Ć4, Ć5, Ć6, Ć8, Ć9, Ć10, Ć11, Ć12, Ć13, Ć14, Ć14 | F1, F2, F3, P1 |
| 05 | Ć1, Ć3, Ć7, Ć14, Ć15 | P1 |

IX. Całkowity nakład pracy studenta potrzebny do osiągnięcia efektów w punktach ECTS:

1. Godziny kontaktowe z nauczycielem akademickim:
 - udział w ćwiczeniach 30 h
 - RAZEM: 30 h
2. Samodzielna praca studenta
 - przygotowanie do opracowania prezentacji multimedialnej 25 h
 - opracowanie i prezentacja pracy multimedialnej 25 h
 - studiowanie literatury 15 h
 - przygotowanie się do dyskusji 10 h
 - przygotowanie się do egzaminu pisemnego 20 h
 - RAZEM: 95 h
 - godziny kontaktowe + samodzielna praca studenta 125 h
 - OGÓLEM:

1 punkt ECTS = 25h pracy przeciętnego studenta, liczba punktów ECTS = 5

Prowadzący zajęcia: dr Zbigniew Wójcik