

KARTA PRZEDMIOTU – III ROK
Rok akademicki 2023/2024

Kod przedmiotu	0114.7.WF1.B/C32.TiMPN	
Nazwa przedmiotu w języku	polskim	Teoria i metodyka piłki nożnej <i>Theory and methodology of football</i>
	angielskim	

1. USYTUOWANIE PRZEDMIOTU W SYSTEMIE STUDIÓW

1.1. Kierunek studiów	<i>Wychowanie Fizyczne</i>
1.2. Forma studiów	<i>stacjonarne/niestacjonarne</i>
1.3. Poziom studiów	<i>studia I stopnia</i>
1.4. Profil studiów*	<i>praktyczny</i>
1.5. Osoba przygotowująca kartę przedmiotu	<i>mgr Włodzimierz Sterkowicz</i>
1.6. Kontakt	<i>wlodzimierz.sterkowicz@ujk.edu.pl</i>

2. OGÓLNA CHARAKTERYSTYKA PRZEDMIOTU

2.1. Język wykładowy	<i>polski, angielski</i>
2.2. Wymagania wstępne*	<i>Powinien posiadać ogólną znajomość budowy i funkcji organizmu człowieka. Posiadać ogólną wiedzę na temat: metodyki nauczania ,teorii sportu i teorii w-f</i>

3. SZCZEGÓŁOWA CHARAKTERYSTYKA PRZEDMIOTU

3.1. Forma zajęć	<i>ćwiczenia</i>	
3.2. Miejsce realizacji zajęć	<i>hala CRiS UJK Kielce</i>	
3.3. Forma zaliczenia zajęć	<i>zaliczenie z oceną</i>	
3.4. Metody dydaktyczne	<i>słowne; wykłady, czynne ćwiczenia w formie zajęć praktycznych.</i>	
3.5. Wykaz literatury	podstawowa	<i>1. Golaszewski J., Piłka nożna- przewodnik metodyczno- szkoleniowy. AWF Poznań 2002. 2. Bednarski L., Piłka nożna. Zajęcia treningowe w rocznym cyklu szkoleniowym. Extrema, Kraków 2000. 3. F. Valdericeda. Futsal - Taktyka i ćwiczenia taktyczne ISBN 2012.</i>
	uzupełniająca	<i>1. M. Stępień , K. Paluszek, Trening pozycyjny w P.N. MWW 2011. 2. Praca zbiorowa, Piłka nożna dla każdego. Technika i wskazówki doskonalące grę. Solis 2012. 3. Wrzos J. Wielki Fudbol. AWF, Poznań 2006 .</i>

4. CELE, TREŚCI I EFEKTY UCZENIA SIĘ

4.1. Cele przedmiotu (z uwzględnieniem formy zajęć) Ćwiczenia: <i>C1. Wykorzystanie aktywności fizycznej jako bodźca naturalnego oddziaływania na cały organizm, wpływającego korzystnie na czynności wszystkich jego narządów. C2. Wyposażenie studentów w zasób wiedzy i umiejętności umożliwiających mu prowadzenie zajęć z piłki nożnej na poziomie szkoły podstawowej, gimnazjum i szkoły średniej.</i>
4.2. Treści programowe (z uwzględnieniem formy zajęć) Ćwiczenia: <i>1. Historia gry w piłkę nożną w Polsce i na świecie. 2. Przepisy gry w piłkę nożną (11- osobową, futsal, soccer beach) 3. Systemy, style, szkoły piłkarskie. 4. Przygotowanie motoryczne i wolicjonalne w piłce nożnej. 5. Technika (ogólna, ukierunkowana, specjalna, definicja i wskaźniki zawansowania technicznego, fazy nauczania techniki, metody oceny techniki. 6. Taktyka atakowania (formy i środki atakowania indywidualnego i zespołowego, czynności ofensywne bramkarza). 7. Taktyka bronienia (środki w bronieniu indywidualnym i zespołowym, taktyka obronna bramkarza). 8. Dobór i selekcja – kryteria selekcji i etapy selekcji. 9. Metody, formy i środki treningowe. 10. Czasowa struktura treningu (etapy szkolenia, cykle treningowe, jednostka treningowa)</i>

11. Zabezpieczenie procesu treningowego (odnowa, żywienie, urazy)
12. Planowanie- prognoza , program plan (plan organizacyjno-szkoleniowy).
13. Kontrola procesu szkoleniowego.
14. Games and fun used in teaching and improving football techniques (Gry i zabawy stosowane w nauczaniu i doskonaleniu techniki piłki nożnej).
15. Ćwiczenia techniczno- taktyczne uderzeń i przyjęć piłki.
16. Ćwiczenia techniczno – taktyczne uderzenia piłki głową.
17. Ćwiczenia techniczno- taktyczne prowadzenia piłki.
18. Dryblingi i zwody w formie fragmentów gry.
19. Gra bramkarza czynna w obronie czynna w ataku.
20. Nauczanie i doskonalenie taktyki (ćwiczenia taktyczne).
21. Gry pomocnicze.
22. Małe taktyczne gry (MTG).
23. Gra szkolna.
24. Ćwiczenia taktyczne atakowania.
25. Ćwiczenia taktyczne bronienia.
26. Ocena wiedzy i umiejętności studenta. (TSS i egzamin).

4.3. Przedmiotowe efekty uczenia się

Efekt	Student, który zaliczył przedmiot	Odniesienie do kierunkowych efektów uczenia się
w zakresie WIEDZY:		
W01	rozumie rolę kształcącą i wychowawczą gier i zabaw ruchowych w procesie wychowania fizycznego	WF1P_W18 NAU1_W15
W02	zna zasady gry w piłkę nożną i definiuje pojęcia związane z metodyką nauczania techniki	WF1P_W14 WF1P_W18 NAU1_W04
w zakresie UMIEJĘTNOŚCI:		
U01	nabywa umiejętności ruchowe związane z uprawianiem piłki nożnej jako dyscypliny sportowej	WF1P_U02 NAU1_U07
U02	dostosowuje zakres materiału i metody kształcenia do potrzeb i możliwości wszystkich uczniów	WF1P_U09
U03	posługuje się terminologią stosowaną w piłce nożnej i stosuje poznane metody w trakcie prowadzenia zajęć	WF1P_U13
U04	Potrafi zaplanować zajęcia rekreacyjne oraz imprezy sportowe	WF1P_U14 NAU1_U03
w zakresie KOMPETENCJI SPOŁECZNYCH:		
K01	rozumie potrzebę dbałości o bezpieczeństwo oraz utrzymywania dobrego poziomu sprawności fizycznej, manifestuje postawę prozdrowotną i prosumatyczną	WF1P_K06 WF1P_K08 NAU1_K02

4.4. Sposoby weryfikacji osiągnięcia przedmiotowych efektów uczenia się

Efekty przedmiotowe (symbol)	Sposób weryfikacji (+/-)																				
	Egzamin ustny/pisemny*			Kolokwium*			Projekt*			Aktywność na zajęciach*			Praca własna*			Praca w grupie*			Inne sprawdzian praktyczny		
	Forma zajęć			Forma zajęć			Forma zajęć			Forma zajęć			Forma zajęć			Forma zajęć					
	W	C	...	W	C	...	W	C	...	W	C	...	W	C	...	W	C	...	W	C	...
W01					x																
W02					x																
U01																				x	
U02											x										
U03											x										
U04											x			x							
K01											x			x							

*niepotrzebne usunąć

4.5. Kryteria oceny stopnia osiągnięcia efektów uczenia się

Forma zajęć	Ocena	Kryterium oceny
ćwiczenia (C)*	3	1. Zaliczenie kolokwium na 61-68%. 2. Osiąga czas od 1,16- 1,20 min. w T.S.S z P.N 3. Umie zorganizować lekcję w-f z ZGS z P.N wg przygotowanego scenariusza.
	3,5	1. Zaliczenie kolokwium na 69-76%. 2. Osiąga czas od 1,11- 1,15min. w T.S.S z P.N 3. Posługuje się fachową terminologią i formułuje w sposób czytelny polecenia. Umie zorganizować lekcję w-f z ZGS z P.N wg przygotowanego scenariusza.
	4	1. Zaliczenie kolokwium na 77-84%. 2. Osiąga czas od 1,06 – 1,10 min. w T.S.S z P.N 3. Posługuje się fachową terminologią i formułuje w sposób czytelny polecenia. Umie zorganizować lekcję w-f z ZGS z P.N wg przygotowanego scenariusza. Posiada bogaty zasób ćwiczeń techniczno- taktycznych, które wykorzystuje na lekcji.
	4,5	1. Zaliczenie kolokwium na 85- 92%. 2. Osiąga czas od 1-1,05min. w T.S.S z P.N. Zna zadania, które wchodzi w skład T.S.S. 3. Posługuje się terminologią i formułuje w sposób czytelny polecenia. Umie zorganizować lekcję w-f z ZGS z P.N wg scenariusza. Posiada bogaty zasób ćwiczeń techniczno- taktycznych, które wykorzystuje na lekcji
	5	1. Zaliczenie kolokwium na 93-100%. 2. Osiąga czas poniżej 1 min. w T.S.S z P.N. Zna zadania, które wchodzi w skład T.S.S 3. Posługuje się fachową terminologią i formułuje w sposób czytelny polecenia . Zna zasady promocji zdrowego trybu życia. Umie zorganizować lekcję w-f z ZGS z P.N wg przygotowanego scenariusza. Posiada bogaty zasób ćwiczeń tech. - taktycznych, które swobodnie wykorzystuje na lekcji.

5. BILANS PUNKTÓW ECTS – NAKŁAD PRACY STUDENTA

Kategoria	Obciążenie studenta	
	Studia stacjonarne	Studia niestacjonarne
LICZBA GODZIN REALIZOWANYCH PRZY BEZPOŚREDNIM UDZIALE NAUCZYCIELA /GODZINY KONTAKTOWE/	50	
Udział w ćwiczeniach	50	
SAMODZIELNA PRACA STUDENTA /GODZINY NIEKONTAKTOWE/	50	
Przygotowanie do ćwiczeń	50	
ŁĄCZNA LICZBA GODZIN	100	
PUNKTY ECTS za przedmiot	4	

*niepotrzebne usunąć

Przyjmuję do realizacji (data i czytelne podpisy osób prowadzących przedmiot w danym roku akademickim)

.....