

**KARTA PRZEDMIOTU – III ROK**  
**Rok akademicki 2021/2022**

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

**1. USYTUOWANIE PRZEDMIOTU W SYSTEMIE STUDIÓW**

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

**2. OGÓLNA CHARAKTERYSTYKA PRZEDMIOTU**

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

**3. SZCZEGÓŁOWA CHARAKTERYSTYKA PRZEDMIOTU**

<b>3.1. Forma zajęć</b>	ćwiczenia	
<b>3.2. Miejsce realizacji zajęć</b>	hala CRiS UJK Kielce	
<b>3.3. Forma zaliczenia zajęć</b>	zaliczenie z oceną	
<b>3.4. Metody dydaktyczne</b>	słowne; wykłady, czynne ćwiczenia w formie zajęć praktycznych.	
<b>3.5. Wykaz literatury</b>	<b>podstawowa</b>	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.
	<b>uzupełniająca</b>	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 Futbol. AWF, Poznań 2006.

**4. CELE, TREŚCI I EFEKTY UCZENIA SIĘ**

<p><b>4.1. Cele przedmiotu (z uwzględnieniem formy zajęć)</b> <b>Ćwiczenia:</b> 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.</p>
<p><b>4.2. Treści programowe (z uwzględnieniem formy zajęć)</b> <b>Ćwiczenia:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Historia gry w piłkę nożną w Polsce i na świecie.</li> <li>2. Przepisy gry w piłkę nożną (11- osobową, futsal, soccer beach)</li> <li>3. Systemy, style, szkoły piłkarskie.</li> <li>4. Przygotowanie motoryczne i wolicjonalne w piłce nożnej.</li> <li>5. Technika (ogólna, ukierunkowana, specjalna, definicja i wskaźniki zawansowania technicznego, fazy nauczania techniki, metody oceny techniki.</li> <li>6. Taktyka atakowania (formy i środki atakowania indywidualnego i zespołowego, czynności ofensywne bramkarza).</li> <li>7. Taktyka bronienia (środki w bronieniu indywidualnym i zespołowym, taktyka obronna bramkarza).</li> <li>8. Dobór i selekcja – kryteria selekcji i etapy selekcji.</li> <li>9. Metody, formy i środki treningowe.</li> <li>10. Czasowa struktura treningu (etapy szkolenia, cykle treningowe, jednostka treningowa)</li> </ol>

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
<b>w zakresie WIEDZY:</b>		
W01	<i>rozumie rolę kształcącą i wychowawczą gier i zabaw ruchowych w procesie wychowania fizycznego</i>	WF1P_W18
W02	<i>zna zasady gry w piłkę nożną i definiuje pojęcia związane z metodyką nauczania techniki</i>	WF1P_W14 WF1P_W18
<b>w zakresie UMIEJĘTNOŚCI:</b>		
U01	<i>nabywa umiejętności ruchowe związane z uprawianiem piłki nożnej jako dyscypliny sportowej</i>	WF1P_U02
U02	<i>dostosowuje zakres materiału i metody kształcenia do potrzeb i możliwości wszystkich uczniów</i>	WF1P_U09
U03	<i>posługuje się terminologią stosowaną w piłce nożnej i stosuje poznane metody w trakcie prowadzenia zajęć</i>	WF1P_U13
U04	<i>Potrafi zaplanować zajęcia rekreacyjne oraz imprezy sportowe</i>	WF1P_U14 NAU2/3_U03
<b>w zakresie KOMPETENCJI SPOŁECZNYCH:</b>		
K01	<i>rozumie potrzebę dbałości o bezpieczeństwo oraz utrzymywania dobrego poziomu sprawności fizycznej, manifestuje postawę prozdrowotną i prosomatyczną</i>	WF1P_K06 WF1P_K08

#### 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	
<b>ŁĄCZNA LICZBA GODZIN</b>	<b>100</b>	
<b>PUNKTY ECTS za przedmiot</b>	<b>4</b>	

\*niepotrzebne usunąć

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

.....