

# AKADEMIA WYCHOWANIA FIZYCZNEGO IM. BRONISŁAWA CZECHA W KRAKOWIE

## KARTA PRZEDMIOTU

*obowiązuje studentów, którzy rozpoczęli studia w roku akademickim 2014/2015*

Wydział Wychowania Fizycznego i Sportu

Kierunek studiów: Wychowanie Fizyczne

Profil: Ogólnoakademicki

Forma studiów: Niestacjonarne

Kod kierunku: 16.1

Stopień studiów: I

Specjalności: Odnowa Biologiczna

### 1 PRZEDMIOT

|                                         |                                    |
|-----------------------------------------|------------------------------------|
| NAZWA PRZEDMIOTU                        | Teoria i metodyka piłki ręcznej    |
| NAZWA PRZEDMIOTU<br>W JĘZYKU ANGIELSKIM | Theory and Methodology of Handball |
| KOD PRZEDMIOTU                          | WFIS16.1 ANC27                     |
| KATEGORIA PRZEDMIOTU                    | Przedmioty kierunkowe              |
| LICZBA PUNKTÓW ECTS                     | 4.00                               |
| JĘZYK WYKŁADOWY                         | polski                             |
| SEMESTRY                                | 4 5                                |

### 2 FORMA ZAJĘĆ, LICZBA GODZIN W PLANIE STUDIÓW

| SEMESTR | WYKŁAD | ĆWICZENIA | ZAJĘCIA<br>LABORATORYJNE | ZAJĘCIA<br>PRAKTYCZNE | SEMINARIUM<br>DYPLOMOWE |
|---------|--------|-----------|--------------------------|-----------------------|-------------------------|
| 4       | 0      | 16        | 0                        | 0                     | 0                       |
| 5       | 0      | 16        | 0                        | 0                     | 0                       |



### 3 CELE PRZEDMIOTU

- Cel1 Przygotowanie studentów do prowadzenia zajęć z zakresu piłki ręcznej w szkołach wszystkich szczebli.  
Cel2 Przedstawienie roli i znaczenia piłki ręcznej w systemie wychowania fizycznego i przygotowaniu do uczestnictwa w kulturze fizycznej.  
Cel3 Zaznajomienie z walorami zdrowotnymi, wychowawczymi i sportowymi gry.

### 4 WYMAGANIA WSTĘPNE

- 1 Wiedza i umiejętności z zakresu piłki ręcznej nabyte w trakcie zajęć programowego wychowania fizycznego w szkołach wszystkich szczebli.

### 5 EFEKTY KSZTAŁCENIA

- EK1 Wiedza: zna terminologię i posiada wiedzę z zakresu techniki i taktyki oraz metodyki nauczania techniki i taktyki gry w piłkę ręczną  
EK2 Wiedza: potrafi wykonywać i demonstrować podstawowe elementy techniki i taktyki gry w piłkę ręczną  
EK3 Wiedza: posiada umiejętność nauczania podstawowych elementów techniki i taktyki gry w piłkę ręczną, potrafi indywidualizować zadania i dostosowywać treści i metody kształcenia do potrzeb i możliwości uczniów  
EK4 Wiedza: potrafi organizować, prowadzić i sędziować zawody sportowe z zakresu piłki ręcznej  
EK5 Kompetencje społeczne: realizuje zadania w sposób zapewniający bezpieczeństwo własne i otoczenia, przestrzega zasad bezpieczeństwa na zajęciach oraz dba o swój poziom sprawności fizycznej, niezbędnej do prawidłowego demonstrowania ćwiczeń fizycznych

### 6 TREŚCI PROGRAMOWE

#### ĆWICZENIA

| LP  | TEMATYKA ZAJĘĆ<br>OPIS SZCZEGÓŁOWY BLOKÓW TEMATYCZNYCH                                                                                                                                                               | LICZBA GODZIN |
|-----|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------|
| Ć1  | Omówienie przepisów BHP. Informacja o przedmiocie i kryteriach zaliczenia. Indywidualne sposoby poruszania się zawodnika w ataku i w obronie. Systematyka oraz metodyka nauczania chwytów i podań.                   | 2             |
| Ć2  | Przepisy gry w piłkę ręczną. Metodyka nauczania kozłowania oraz rzutu z przeskokiem.                                                                                                                                 | 2             |
| Ć3  | Wskazówki metodyczne do nauczania elementów techniki gry w piłkę ręczną. Metodyka nauczania rzutu w wyskoku.                                                                                                         | 2             |
| Ć4  | Historia gry w piłkę ręczną na świecie i w Polsce. Metodyka nauczania rzutu z padem. Gra szkolna.                                                                                                                    | 2             |
| Ć5  | Sprawdzian wiedzy z przepisów gry w piłkę ręczną. Systematyka zwodów oraz metodyka nauczania zwodu pojedynczego przodem w lewą i prawą stronę. Gra właściwa - sędziowanie.                                           | 2             |
| Ć6  | Piłka ręczna plażowa - historia, przepisy gry, technika, podstawowe zasady taktyczne, gra.                                                                                                                           | 2             |
| Ć7  | Zasób ćwiczeń w formie fragmentów gry doskonalących poznane elementy techniki gry. Organizacja zawodów piłki ręcznej, protokołowanie. Gra właściwa - sędziowanie.                                                    | 2             |
| Ć8  | Zaliczenie praktyczne.                                                                                                                                                                                               | 2             |
| Ć9  | Kryteria zaliczenia przedmiotu i wymagania egzaminacyjne. Podstawowe informacje o taktyce gry w piłkę ręczną. Ćwiczenia przygotowujące do nauczania ataku szybkiego oraz ćwiczenia ataku szybkiego w formie ścisłej. | 2             |
| Ć10 | Sprawdzian wiedzy z metodyki nauczania elementów techniki gry w piłkę ręczną. Znaczenie, rodzaje i odmiany ataku szybkiego. Zasób ćwiczeń do nauczania ataku szybkiego w formie fragmentów gry.                      | 2             |



## ĆWICZENIA

| LP  | TEMATYKA ZAJĘĆ<br>OPIS SZCZEGÓŁOWY BLOKÓW TEMATYCZNYCH                                                                                                                                    | LICZBA GODZIN |
|-----|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------|
| Ć11 | Wskazówki metodyczne do nauczania taktyki gry w piłkę ręczną. Atak pozycyjny - charakterystyka pozycji gry. Nauczanie gry na pozycji zawodnika rozgrywającego. Gra szkolna - sędziowanie. | 2             |
| Ć12 | Indywidualne zasady taktyczne. Podstawowe ustawienia i zagrania taktyczne w ataku pozycyjnym. Nauczanie gry na pozycji zawodnika obrotowego i skrzydłowego. Gra szkolna - sędziowanie.    | 2             |
| Ć13 | Systemy bronienia rodzaje, zasady i sposoby bronienia w piłce ręcznej. Technika i taktyka gry bramkarza. Gra szkolna - sędziowanie.                                                       | 2             |
| Ć14 | Metodyka nauczania obrony "każdy swego", strefowej i kombinowanej. Gra szkolna - sędziowanie.                                                                                             | 2             |
| Ć15 | Mini piłka ręczna przepisy, zasady, sędziowanie.                                                                                                                                          | 2             |
| Ć16 | Zaliczenie praktyczne.                                                                                                                                                                    | 2             |
|     | RAZEM                                                                                                                                                                                     | <b>32</b>     |

## 7 METODY DYDAKTYCZNE

M1 pokaz

M2 objaśnienie

M3 prelekcja

M4 prezentacja

M5 ćwiczenia praktyczne - wykorzystanie metody syntetycznej, analitycznej, mieszanej w nauczaniu ruchu, metoda zadaniowa, metoda problemowa

## 8 OBCIĄŻENIE PRACĄ STUDENTA

| FORMA AKTYWNOŚCI                                                                                 | ŚREDNIA LICZBA<br>GODZIN NA<br>ZREALIZOWANIE<br>AKTYWNOŚCI |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------|
| <b>Godziny kontaktowe z nauczycielem akademickim, w tym:</b>                                     |                                                            |
| Godziny wynikające z planu studiów                                                               | 32                                                         |
| Konsultacje przedmiotowe                                                                         | 0                                                          |
| Egzaminy i zaliczenia w sesji                                                                    | 2                                                          |
| Inne                                                                                             |                                                            |
| <b>Godziny bez udziału nauczyciela akademickiego wynikające z nakładu pracy studenta, w tym:</b> |                                                            |
| Przygotowanie się do zajęć, w tym studiowanie zalecanej literatury                               | 38                                                         |
| Opracowanie wyników                                                                              | 0                                                          |
| Przygotowanie raportu, projektu, prezentacji, dyskusji                                           | 13                                                         |
| obserwacja meczów, pracy sędziów, organizacji zawodów                                            | 12                                                         |
| <b>SUMARYCZNA LICZBA GODZIN DLA PRZEDMIOTU WYNIKAJĄCA Z CAŁEGO NAKŁADU PRACY STUDENTA</b>        | <b>100</b>                                                 |
| SUMARYCZNA LICZBA PUNKTÓW ECTS DLA PRZEDMIOTU                                                    | 4                                                          |



## 9 METODY OCENY

### OCENA FORMUJĄCA

|    |                        |
|----|------------------------|
| F1 | Ćwiczenie praktyczne   |
| F2 | Aktywność na zajęciach |
| F3 | Test                   |
| F4 | Projekt indywidualny   |

### OCENA PODSUMOWUJĄCA

|    |                 |
|----|-----------------|
| P1 | Egzamin pisemny |
|----|-----------------|

### WARUNKI ZALICZENIA PRZEDMIOTU

|   |                                                                                                                                                |
|---|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1 | Zaliczenie cwiczen w semestrze IV obejmuje: uczestniczenie w zajęciach, zaliczenie sprawdzianów teoretycznych i pokaz elementów techniki gry   |
| 2 | Zaliczenie cwiczen w semestrze V obejmuje: uczestniczenie w zajęciach, prowadzenie zajęć, sędziowanie i pokaz elementów techniczno-taktycznych |
| 3 | Egzamin końcowy                                                                                                                                |

### OCENA AKTYWNOŚCI STUDENTA BEZ UDZIAŁU NAUCZYCIELA AKADEMICKIEGO

|   |                      |
|---|----------------------|
| 1 | Ćwiczenie praktyczne |
| 2 | Test                 |
| 3 | Projekt indywidualny |

### KRYTERIA OCENY

| EFEKT KSZTAŁCENIA 1 |                                                                                                                                                                          |
|---------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| NA OCENĘ 3          | 11-14 punktów z testu oceniającego wiedzę z zakresu techniki i metodyki nauczania elementów techniki gry w piłkę ręczną                                                  |
| NA OCENĘ 4          | 15-18 punktów z testu oceniającego wiedzę z zakresu techniki i metodyki nauczania elementów techniki gry w piłkę ręczną                                                  |
| NA OCENĘ 5          | 19-20 punktów z testu oceniającego wiedzę z zakresu techniki i metodyki nauczania elementów techniki gry w piłkę ręczną                                                  |
| EFEKT KSZTAŁCENIA 2 |                                                                                                                                                                          |
| NA OCENĘ 3          | poprawne technicznie wykonanie w umiarkowanym tempie elementów techniki gry i elementów techniczno-taktycznych                                                           |
| NA OCENĘ 4          | poprawne technicznie wykonanie w szybkim tempie i z zachowaniem płynności ruchu elementów techniki gry i elementów techniczno-taktycznych                                |
| NA OCENĘ 5          | poprawne technicznie wykonanie w szybkim tempie, z zachowaniem płynności i dynamiki ruchu w każdym powtórzeniu elementów techniki gry i elementów techniczno-taktycznych |
| EFEKT KSZTAŁCENIA 3 |                                                                                                                                                                          |
| NA OCENĘ 3          | prawidłowo przygotowany scenariusz lekcji                                                                                                                                |
| NA OCENĘ 4          | prawidłowo przygotowane dwa scenariusze lekcji                                                                                                                           |
| NA OCENĘ 5          | prawidłowo przygotowane trzy scenariusze lekcji                                                                                                                          |
| EFEKT KSZTAŁCENIA 4 |                                                                                                                                                                          |
| NA OCENĘ 3          | zaliczenie testu z przepisów gry w piłkę ręczną                                                                                                                          |
| NA OCENĘ 4          | zaliczenie testu z przepisów gry w piłkę ręczną oraz praktyczne zaliczenie sędziowania gry                                                                               |
| NA OCENĘ 5          | bezbłędne zaliczenie testu z przepisów gry w piłkę ręczną oraz praktyczne zaliczenie sędziowania gry                                                                     |
| EFEKT KSZTAŁCENIA 5 |                                                                                                                                                                          |
| NA OCENĘ 3          | nie więcej niż 2 nieobecności na zajęciach w semestrze                                                                                                                   |
| NA OCENĘ 4          | nie więcej niż 1 nieobecność na zajęciach w semestrze oraz aktywność na zajęciach                                                                                        |



|            |                                                                      |
|------------|----------------------------------------------------------------------|
| NA OCENĘ 5 | 100% frekwencja na zajęciach w semestrze oraz aktywność na zajęciach |
|------------|----------------------------------------------------------------------|

## 10 MACIERZ REALIZACJI PRZEDMIOTU

| EFEKTY Kształcenia dla przedmiotu | ODNIESIENIE DO EFEKTÓW KIERUNKOWYCH                                                                            | CELE PRZEDMIOTU | TREŚCI PROGRAMOWE                                                  | METODY DYDAKTYCZNE | SPOSOBY OCENY  |
|-----------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------|--------------------------------------------------------------------|--------------------|----------------|
| EK1                               | K_W17,<br>K_W21,<br>K_W22                                                                                      | Cel1            | Ć1 Ć2 Ć3 Ć4 Ć5<br>Ć6 Ć7 Ć8 Ć9<br>Ć10 Ć11 Ć12<br>Ć13 Ć14 Ć15<br>Ć16 | M1 M2 M3 M4<br>M5  | F1 F2 F3 F4 P1 |
| EK2                               | K_U15, K_U18,<br>K_U19                                                                                         | Cel1 Cel3       | Ć1 Ć2 Ć3 Ć4 Ć5<br>Ć6 Ć7 Ć8 Ć9<br>Ć10 Ć11 Ć12<br>Ć13 Ć14 Ć15<br>Ć16 | M1 M2 M5           | F1 F2          |
| EK3                               | K_W17,<br>K_W21,<br>K_W22,<br>K_U07, K_U08,<br>K_U12, K_U13,<br>K_U15, K_U16,<br>K_U18, K_U19,<br>K_K06, K_K08 | Cel1 Cel2 Cel3  | Ć1 Ć2 Ć3 Ć4 Ć5<br>Ć6 Ć7 Ć9 Ć10<br>Ć11 Ć12 Ć13<br>Ć14 Ć15           | M1 M2 M3 M4<br>M5  | F1 F2 F3 F4 P1 |
| EK4                               | K_W21,<br>K_W22,<br>K_U12, K_U16,<br>K_U18, K_K06                                                              | Cel1 Cel2 Cel3  | Ć2 Ć5 Ć6 Ć7<br>Ć11 Ć12 Ć13<br>Ć14 Ć15                              | M1 M2 M3 M4<br>M5  | F1 F3          |
| EK5                               | K_U07, K_U08,<br>K_U18, K_U19,<br>K_K06, K_K08                                                                 | Cel1 Cel3       | Ć1 Ć2 Ć3 Ć4 Ć5<br>Ć6 Ć7 Ć8 Ć9<br>Ć10 Ć11 Ć12<br>Ć13 Ć14 Ć15<br>Ć16 | M3 M5              | F1 F2          |

## 11 WYKAZ LITERATURY

### LITERATURA PODSTAWOWA:

- 1 Spieszny M., Walczyk L., Tabor R. — *Piłka ręczna - technika, metodyka, podstawy taktyki*, Kraków, 2011, Krakowska Oficyna Naukowa TEKST
- 2 Spieszny M., Walczyk L., Tabor R. — *Piłka ręczna w szkole*, Warszawa, 2001, COS
- 3 Związek Piłki Ręcznej w Polsce — *Przepisy gry w piłkę ręczną*, Warszawa, 2010, ZPRP

### LITERATURA UZUPEŁNIAJĄCA:

- 1 Bondarowicz M. — *Zabawy w grach sportowych*, Warszawa, 1995, RCMSKFiS
- 2 Jans W. — *Piłka ręczna - atlas ćwiczeń techniczno-taktycznych*, Warszawa, 1992, RCMSKFiS



- 3 **Norkowski H.** — *Piłka ręczna - bramkarz. Zasady gry, technika, taktyka, trening*, Warszawa, 1996, AWF Warszawa
- 4 **Nowinski W.** — *Piłka ręczna wyszkolenie indywidualne zawodnika*, Warszawa, 2002, COS
- 5 **Stawiarski W.** — *Piłka ręczna*, Kraków, 2003, AWF
- 6 **Zielonka Z.** — *Mini - piłka ręczna*, Warszawa, 1992, RCMSKFiS

## 12 INFORMACJE O NAUCZYCIELACH AKADEMICKICH

### OSOBA ODPOWIEDZIALNA ZA KARTĘ

dr hab. prof. nadzw. Michał Spieszny (kontakt: [michal.spieszny@awf.krakow.pl](mailto:michal.spieszny@awf.krakow.pl))

### OSOBY PROWADZĄCE PRZEDMIOT

dr hab. Michał Spieszny (kontakt: [michal.spieszny@awf.krakow.pl](mailto:michal.spieszny@awf.krakow.pl))

mgr Ryszard Tabor (kontakt: [ryszard.tabor@awf.krakow.pl](mailto:ryszard.tabor@awf.krakow.pl))

dr Tomasz Wieczorek (kontakt: [tomasz.wieczorek@awf.krakow.pl](mailto:tomasz.wieczorek@awf.krakow.pl))

## 13 ZATWIERDZENIE KARTY PRZEDMIOTU DO REALIZACJI

---

|                     |                               |             |           |
|---------------------|-------------------------------|-------------|-----------|
| (miejscowość, data) | (odpowiedzialny za przedmiot) | (kierownik) | (dziekan) |
|---------------------|-------------------------------|-------------|-----------|

PRZYJMUJĘ DO REALIZACJI (data i podpisy osób prowadzących przedmiot)

.....  
.....  
.....