

AKADEMIA WYCHOWANIA FIZYCZNEGO IM. BRONISŁAWA CZECHA W KRAKOWIE

KARTA PRZEDMIOTU

obowiązuje studentów, którzy rozpoczęli studia w roku akademickim 2015/2016

Wydział Wychowania Fizycznego i Sportu

Kierunek studiów: Wychowanie Fizyczne II stopnia

Profil: Ogólnoakademicki

Forma studiów: Stacjonarne

Kod kierunku: 16.1

Stopień studiów: II

Specjalności: Menadżer sportu

1 PRZEDMIOT

NAZWA PRZEDMIOTU	Piłka siatkowa
NAZWA PRZEDMIOTU W JĘZYKU ANGIELSKIM	Volleyball
KOD PRZEDMIOTU	WFIS16.1 ASD4
KATEGORIA PRZEDMIOTU	Przedmioty specjalistyczne
LICZBA PUNKTÓW ECTS	1.00
JĘZYK WYKŁADOWY	polski
SEMESTRY	4

2 FORMA ZAJĘĆ, LICZBA GODZIN W PLANIE STUDIÓW

SEMESTR	WYKŁAD	ĆWICZENIA	ZAJĘCIA LABORATORYJNE	ZAJĘCIA PRAKTYCZNE	SEMINARIUM DYPLOMOWE
4	0	30	0	0	0



3 CELE PRZEDMIOTU

- Cel1 Wiadomości i umiejętności niezbędnych do realizacji procesu szkolenia w ramach pozalekcyjnych zajęć sportowych. Metodyka kształtowania zdolności motorycznych ukierunkowana na trening specjalistyczny. Socjologiczne i psychologiczne aspekty treningu piłki siatkowej.
- Cel2 Doskonalenie zaawansowanych umiejętności techniczno-taktycznych dla potrzeb pokazu modelowego. Umiejętność opracowania planów treningowych. Zastosowanie metod oceny i kontroli wskaźników treningowych.

4 WYMAGANIA WSTĘPNE

- 1 Metodyka nauczania i doskonalenia umiejętności techniczno-taktycznych piłki siatkowej, metody treningu sprawności motorycznej. Szczegółowa znajomość przepisów gry. Skuteczne wykonywanie czynności i działań techniczno-taktycznych podczas ćwiczeń i gry, prowadzenie podstawowej dokumentacji jednostki lekcyjnej.

5 EFEKTY KSZTAŁCENIA

- EK1 Wiedza: Czynniki determinujące wynik sportowy w piłce siatkowej. Kryteria naboru i selekcji. Efektywność gry a poziom umiejętności specjalnych i ukierunkowanej sprawności motorycznej. Psychologiczne, pedagogiczne i socjologiczne aspekty szkolenia sportowego w piłce siatkowej.
- EK2 Wiedza: Zaawansowane umiejętności techniczno-taktyczne w siatkówce halowej i plażowej. Opracowanie i przeprowadzenie konspektów treningowych na zadany temat. Ocena i kontrola podstawowych wskaźników treningowych (objętość i intensywność obciążeń treningowych, wydatek energetyczny, wskaźniki sprawnościowe).
- EK3 Kompetencje społeczne: Zrozumienie różnic między celami wychowania fizycznego a celami szkolenia sportowego oraz poznanie działań niezbędnych do osiągnięcia tych celów.

6 TREŚCI PROGRAMOWE

ĆWICZENIA

LP	TEMATYKA ZAJĘĆ OPIS SZCZEGÓŁOWY BLOKÓW TEMATYCZNYCH	LICZBA GODZIN
Ć1	Doskonalenie podstawowych elementów techniki w formie gier uproszczonych.	2
Ć2	Doskonalenie wystawiania i taktyki indywidualnej w ataku i obronie. Nauczanie i doskonalenie wystawiania w wyskoku i w tył. Kontrola treningu i kształtowanie zdolności szybkościowo-siłowych.	2
Ć3	Doskonalenie techniki zagrywki tenisowej i przyjęcia zagrywki w formach ściślejszej i zabawowej. Zaawansowane umiejętności w przyjęciu zagrywki, nauczanie zagrywki w wyskoku.	2
Ć4	Doskonalenie taktyki indywidualnej i techniki w formach ściślejszej, fragmentów gry i gry szkolnej. Kontrola obciążeń i kształtowanie zdolności wytrzymałościowych.	2
Ć5	Doskonalenie taktyki zespołowej ataku i obrony w formie fragmentów gry i gry szkolnej. Nauczanie i doskonalenie padów i rzutów siatkarskich.	2
Ć6	Organizacja turnieju mini-siatkówki. Opracowanie systemu i regulaminu zawodów sportowych. Kształtowanie zdolności koordynacyjnych.	2
Ć7	Doskonalenie kontrataku: obrona bez bloku i z blokiem pojedynczym w formie fragmentów gry i gry szkolnej. Doskonalenie umiejętności specjalistycznych zawodnika libero.	2
Ć8	Doskonalenie ataku w systemie po wystawie zawodnika linii ataku, bez zmiany stref i ze zmianą stref.	2
Ć9	Doskonalenie obrony: asekuracja mieszana, blok pojedynczy i podwójny.	2
Ć10	Taktyka zespołowa: doskonalenie ataku w systemie po wystawie zawodnika linii obrony, bez zmiany stref.	2
Ć11	Doskonalenie taktyki indywidualnej ataku i obrony w grach szkolnych. Metody intensyfikacji treningu taktycznego.	2



ĆWICZENIA

LP	TEMATYKA ZAJĘĆ OPIS SZCZEGÓŁOWY BLOKÓW TEMATYCZNYCH	LICZBA GODZIN
Ć12	Podstawy techniki i taktyki siatkówki plażowej. Przepisy gry i ich interpretacja.	2
Ć13	Podstawy taktyki siatkówki plażowej. Doskonalenie umiejętności techniczno-taktycznych we fragmentach gry. Ukierunkowany rozwój zdolności motorycznych w siatkówce plażowej.	2
Ć14	Zaawansowane umiejętności techniczno-taktyczne w siatkówce plażowej. Ukierunkowany rozwój zdolności motorycznych w siatkówce plażowej.	2
Ć15	System i regulamin turnieju siatkówki plażowej, doskonalenie umiejętności techniczno-taktycznych w grze właściwej.	2
	RAZEM	30

7 METODY DYDAKTYCZNE

M1 Inne

8 OBCIĄŻENIE PRACĄ STUDENTA

FORMA AKTYWNOŚCI	ŚREDNIA LICZBA GODZIN NA ZREALIZOWANIE AKTYWNOŚCI
Godziny kontaktowe z nauczycielem akademickim, w tym:	
Godziny wynikające z planu studiów	30
Konsultacje przedmiotowe	0
Egzaminy i zaliczenia w sesji	0
Inne	
Godziny bez udziału nauczyciela akademickiego wynikające z nakładu pracy studenta, w tym:	
Przygotowanie się do zajęć, w tym studiowanie zalecanej literatury	0
Opracowanie wyników	0
Przygotowanie raportu, projektu, prezentacji, dyskusji	0
Inne	0
SUMARYCZNA LICZBA GODZIN DLA PRZEDMIOTU WYNIKAJĄCA Z CAŁEGO NAKŁADU PRACY STUDENTA	30
SUMARYCZNA LICZBA PUNKTÓW ECTS DLA PRZEDMIOTU	1

9 METODY OCENY

OCENA FORMUJĄCA

F1	Projekt zespołowy
F2	Aktywność na zajęciach
F3	Test

OCENA PODSUMOWUJĄCA

P1	Średnia ważona ocen formułujących
----	-----------------------------------

WARUNKI ZALICZENIA PRZEDMIOTU

1	Frekwencja 80%
2	pozytywna ocena testu wiadomości.
3	Pozytywna ocena realizacji konspektu treningowego.

KRYTERIA OCENY

EFEKT KSZTAŁCENIA 1	
NA OCENĘ 3	Podstawy wiedzy o czynnikach determinujących wynik sportowy w piłce siatkowej, procesie naboru i selekcji.
NA OCENĘ 4	Umiejętność usystematyzowania czynników determinujących wynik sportowy w piłce siatkowej. Znajomość kryteriów naboru i selekcji w kolejnych etapach szkolenia sportowego.
NA OCENĘ 5	Wiedza o diagnozowaniu i metodach kształtowania czynników determinujących wynik sportowy w piłce siatkowej. Znajomość struktury systemu szkolenia funkcjonującego w praktyce sportowej.
EFEKT KSZTAŁCENIA 2	
NA OCENĘ 3	Wykonywanie zaawansowanych umiejętności techniczno-taktyczne w siatkówce halowej i plażowej. Opracowanie i przeprowadzenie konspektów treningowych na zadany temat.
NA OCENĘ 4	Jak na ocenę dostateczną oraz znajomość wskaźników: obciążeń treningowych, wydatku energetycznego, wskaźniki sprawnościowych.
NA OCENĘ 5	Jak na ocenę dobrą oraz umiejętność planowania i szacowania wskaźników kontroli treningowej.
EFEKT KSZTAŁCENIA 3	
NA OCENĘ 3	Wiedza o podstawowych celach zajęć wychowania fizycznego i celach treningu sportowego osiągniętych poprzez piłkę siatkową.
NA OCENĘ 4	Umiejętność ukierunkowanego oddziaływania (osiągania celów) w toku pojedynczej jednostki szkoleniowej piłki siatkowej.
NA OCENĘ 5	Wiedza o programowaniu celów wychowawczych i sportowych w toku wieloetapowego szkolenia sportowego w piłce siatkowej.

10 MACIERZ REALIZACJI PRZEDMIOTU

EFEKTY KSZTAŁCENIA DLA PRZEDMIOTU	ODNIESIENIE DO EFEKTÓW KIERUNKOWYCH	CELE PRZEDMIOTU	TREŚCI PROGRAMOWE	METODY DYDAKTYCZNE	SPOSOBY OCENY
EK1	K_W11 K_W17 K_W20 K_W21	Cel1 Cel2	Ć1 Ć2 Ć3 Ć4 Ć5 Ć6 Ć7 Ć8 Ć9 Ć10 Ć11 Ć12 Ć13 Ć14 Ć15		F3 F2 F1 P1
EK2	K_U05 K_U06 K_U11 K_U12 K_U15 K_U18	Cel1 Cel2	Ć1 Ć2 Ć3 Ć4 Ć5 Ć6 Ć7 Ć8 Ć9 Ć10 Ć11 Ć12 Ć13 Ć14 Ć15		F3 F2 F1 P1
EK3	K_K06 K_K08 K_K09 K_K10	Cel1 Cel2	Ć1 Ć2 Ć3 Ć4 Ć5 Ć6 Ć7 Ć8 Ć9 Ć10 Ć11 Ć12 Ć13 Ć14 Ć15		F3 F2 F1 P1

11 WYKAZ LITERATURY**LITERATURA PODSTAWOWA:**

- 1 Uzarowicz J., Zdebska H. — *Piłka siatkowa. Program szkolenia dzieci i młodzieży.*, Warszawa, 1998, COS



- 2 Uzarowicz J. — *Siatkówka. Co jest grane?*, Kraków, 2001, Alma-Sport
- 3 Superlak E. — *Piłka siatkowa, techniczno-taktyczne przygotowanie do gry.*, Wrocław, 1995, Infovolley
- 4 Świderek A. i wsp. — *Program szkolenia siatkarza. Młodzik. Kadet. Junior.*, Warszawa, 2010, APS
- 5 Polowczyk A., Majakowski S. — *Siatkówka i minisiatkówka plażowa.*, Warszawa, 1999, PZPS

LITERATURA UZUPEŁNIAJĄCA:

- 1 Grządziel G. Ljach W.J. — *Piłka siatkowa. Podstawy treningu, zasób ćwiczeń.*, Warszawa, 2000, COS
- 2 Sozański H. — *Podstawy teorii treningu.*, Warszawa, 1993, Biblioteka Trenera. RCMSKFiS.
- 3 Inne — *materiały szkoleniowe na stronach internetowych*, www, 2015, URL

12 INFORMACJE O NAUCZYCIELACH AKADEMICKICH

OSOBA ODPOWIEDZIALNA ZA KARTĘ

dr Tomasz Klocek (kontakt: tomasz.klocek@awf.krakow.pl)

OSOBY PROWADZĄCE PRZEDMIOT

mgr Wojciech Kasza (kontakt: wojciech.kasza@awf.krakow.pl)

dr Tomasz Klocek (kontakt: tomasz.klocek@awf.krakow.pl)

dr Maciej Szczepanik (kontakt: maciej.szczepanik@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)

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