

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: Kultura Fizyczna Osób Starszych

Profil: Ogólnoakademicki

Forma studiów: Stacjonarne

Kod kierunku: 16.1

Stopień studiów: I

Specjalności: Odnowa Biologiczna
Trener Personalny

1 PRZEDMIOT

NAZWA PRZEDMIOTU	Piłka siatkowa
NAZWA PRZEDMIOTU W JĘZYKU ANGIELSKIM	Volleyball
KOD PRZEDMIOTU	WFIS16.1 ASC6
KATEGORIA PRZEDMIOTU	Przedmioty kierunkowe
LICZBA PUNKTÓW ECTS	2.00
JĘZYK WYKŁADOWY	polski
SEMESTRY	2

2 FORMA ZAJĘĆ, LICZBA GODZIN W PLANIE STUDIÓW

SEMESTR	WYKŁAD	ĆWICZENIA	ZAJĘCIA LABORATORYJNE	ZAJĘCIA PRAKTYCZNE	SEMINARIUM DYPLOMOWE
2	0	30	0	0	0



3 CELE PRZEDMIOTU

Cell Przygotowanie do organizowania i prowadzenia różnych form zajęć sprawnościowych z zakresu piłki siatkowej, ukierunkowanych na aktywność fizyczną osób starszych.

4 WYMAGANIA WSTĘPNE

- 1 Wiadomości: charakter gry i jej podstawowe przepisy, dydaktyczne metody i zasady nauczania czynności ruchowych. Umiejętności: podstawowe - specjalistyczne umiejętności ruchowe (przemieszczanie się, odbicia oburącz górne i dolne, zagrywka tenisowa i dolna).

5 EFEKTY KSZTAŁCENIA

- EK1 Wiedza: 1. Systematyka i terminologia specjalistycznych umiejętności w piłce siatkowej (technika i taktyka gry). Metodyka nauczania i doskonalenia specjalistycznych umiejętności (zasób ćwiczeń). Analiza struktury ruchu (biomechanika ruchu) - elementy techniki, podstawowe błędy wykonania i metody ich korekty. 2. Podstawy indywidualnej i zespołowej taktyki atakowania i obrony. 3. Przepisy gry w piłkę siatkową. Systemy i regulaminy gier stosowane podczas rywalizacji.
- EK2 Wiedza: 1. Modelowy pokaz umiejętności specjalistycznych. Wykonywanie zadań (ćwiczeń) techniczno-taktycznych dla potrzeb pokazu dydaktycznego. 2. Opracowanie scenariusza zajęć piłki siatkowej. Planowanie i organizacja rozgrywek piłki siatkowej. 3. Sędziowanie i uproszczone protokolowanie meczów piłki siatkowej.
- EK3 Kompetencje społeczne: Świadomość celów kultury fizycznej osób starszych osiąganych poprzez zajęcia piłki siatkowej.

6 TREŚCI PROGRAMOWE

ĆWICZENIA

LP	TEMATYKA ZAJĘĆ OPIS SZCZEGÓŁOWY BLOKÓW TEMATYCZNYCH	LICZBA GODZIN
Ć1	Weryfikacja umiejętności siatkarskich w ćwiczeniach doskonalących i grach uproszczonych (mini gry). Przykład organizacji rozgrywek tzw. małych gier w formie turnieju.	2
Ć2	Nauczanie i doskonalenie umiejętności przemieszczania się i odbić oburącz; przykłady ćwiczeń w formach ścisłej i zabawowej; gry uproszczone (modyfikacje przepisów gry).	2
Ć3	Nauczanie i doskonalenie umiejętności zagrywania i przyjmowania zagrywki: zagrywka dolna i zagrywka tenisowa; gry uproszczone.	2
Ć4	Nauczanie i doskonalenie umiejętności atakowania w formie kiwnięcia i plasingu; gry szkolne (szkoleniowe).	2
Ć5	Nauczanie i doskonalenie blokowania pojedynczego i grupowego. Interpretacja przepisów gry. Sprawdzian wiadomości - przepisy gry.	2
Ć6	Podstawy taktyki indywidualnej ataku i obrony; przykłady ćwiczeń w formie zadaniowej; przykład opracowania systemu i regulaminu turnieju małych gier; sędziowanie.	2
Ć7	Podstawy taktyki zespołowej ataku po przyjęciu zagrywki i kontrataku; ćwiczenia w formie ścisłej i fragmentów gry; gra właściwa; sędziowanie.	2
Ć8	Podstawy taktyki zespołowej obrony; ćwiczenia formie ścisłej i fragmentów gry; gra właściwa; sędziowanie.	2
Ć9	Realizacja projektu zajęć autorstwa uczestników wg scenariusza: opracowanie systemu i regulaminu turnieju małych gier; sędziowanie.	2
Ć10	Realizacja projektu: doskonalenie umiejętności - poziom podstawowy, korekta błędów technicznych.	2
Ć11	Realizacja projektu: doskonalenie umiejętności - poziom zaawansowany, doskonalenie taktyki indywidualnej ataku i obrony.	2



ĆWICZENIA

LP	TEMATYKA ZAJĘĆ OPIS SZCZEGÓŁOWY BLOKÓW TEMATYCZNYCH	LICZBA GODZIN
Ć12	Realizacja projektu: doskonalenie zespołowej taktyki ataku i obrony.	2
Ć13	Realizacja projektu: doskonalenie umiejętności w specjalistycznych formach zabaw i gier kształtujących wytrzymałość tlenową.	2
Ć14	Realizacja projektu: doskonalenie umiejętności w specjalistycznych formach zabaw i gier kształtujących koordynacyjne zdolności motoryczne.	2
Ć15	Realizacja projektu: planowanie i organizacja rozgrywek ligowych w systemie mieszanym (kołowy i pucharowy).	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	16
Opracowanie wyników	0
Przygotowanie raportu, projektu, prezentacji, dyskusji	4
Inne	0
SUMARYCZNA LICZBA GODZIN DLA PRZEDMIOTU WYNIKAJĄCA Z CAŁEGO NAKŁADU PRACY STUDENTA	50
SUMARYCZNA LICZBA PUNKTÓW ECTS DLA PRZEDMIOTU	2

9 METODY OCENY

OCENA FORMUJĄCA

F1	Test
F2	Projekt zespołowy
F3	Aktywność na zajęciach

OCENA PODSUMOWUJĄCA

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

WARUNKI ZALICZENIA PRZEDMIOTU

1	Frekwencja: 80%
2	Pozytywna ocena kontroli wiadomości.
3	Pozytywna ocena umiejętności sędziowania oraz opracowania i przeprowadzenia autorskiego projektu zajęć.

**KRYTERIA OCENY**

EFEKT KSZTAŁCENIA 1	
NA OCENĘ 3	Podstawowe przepisy gry i metodyka nauczania specjalnych umiejętności ruchowych.
NA OCENĘ 4	Dobra znajomość przepisów gry i metodyki nauczania specjalnych umiejętności ruchowych oraz ich wzorców.
NA OCENĘ 5	Szczegółowa znajomość przepisów gry i metodyki nauczania specjalnych umiejętności ruchowych oraz ich wzorców. Dobra znajomość taktyki zespołowej.
EFEKT KSZTAŁCENIA 2	
NA OCENĘ 3	Prawidłowy pokaz podstawowych umiejętności ruchowych. Sędziowanie. Opracowanie autorskiego projektu zajęć.
NA OCENĘ 4	Wykonywania złożonych ćwiczeń technicznych. Sędziowanie i sygnalizacja sędziowska. Opracowanie i przeprowadzenie autorskiego projektu zajęć na ocenę pozytywną.
NA OCENĘ 5	Wykonywania złożonych ćwiczeń techniczno-taktycznych. Sędziowanie i sygnalizacja sędziowska. Opracowanie i przeprowadzenie autorskiego projektu zajęć na ocenę wysoką.
EFEKT KSZTAŁCENIA 3	
NA OCENĘ 3	Podstawowa znajomość walorów zdrowotnych zajęć piłki siatkowej.
NA OCENĘ 4	Znajomość celów kultury fizycznej osiąganych w toku zajęć piłki siatkowej
NA OCENĘ 5	Umiejętność realizacji zamierzonych celów KFOS podczas zajęć projektowych.

10 MACIERZ REALIZACJI PRZEDMIOTU

EFEKTY KSZTAŁCENIA DLA PRZEDMIOTU	ODNIESIENIE DO EFEKTÓW KIERUNKOWYCH	CELE PRZEDMIOTU	TREŚCI PROGRAMOWE	METODY DYDAKTYCZNE	SPOSOBY OCENY
EK1	KW_21 KW_22	Cel1	Ć1 Ć2 Ć3 Ć4 Ć5 Ć6 Ć7 Ć8		F3 F1 P1
EK2	KU_12 KU_13 KU_14 KU_15	Cel1	Ć9 Ć10 Ć11 Ć12 Ć13 Ć14 Ć15		F3 F2 P1
EK3	K_K03 K_K06 K_K08 K_K09	Cel1	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 **PZPS** — *Przepisy gry piłki siatkowej*, Warszawa, 2014, Wydanie aktualne
- 2 **Grządziel G. Ljach W.J.** — *Piłka siatkowa. Podstawy treningu, zasób ćwiczeń.*, Warszawa, 2000, COS
- 3 **Kłoczek T., Szczepanik M.** — *Siatkówka na lekcji wychowania fizycznego*, Warszawa, 2003, Biblioteka trenera, COS

LITERATURA UZUPEŁNIAJĄCA:

- 1 **Uzarowicz J.** — *Piłka Siatkowa co jest grane?*, Kraków, 2001, Alma-Sport
- 2 **Inni** — *materiały dydaktyczne*, Kraków, 2015, strony internetowe AWF Kraków



12 INFORMACJE O NAUCZYCIELACH AKADEMICKICH

OSOBA ODPOWIEDZIALNA ZA KARTĘ

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

OSOBY PROWADZĄCE PRZEDMIOT

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)

.....

.....