

KARTA PRZEDMIOTU – II, III ROK
Rok akademicki 2025/2026, 2026/2027

Kod przedmiotu	0114.7.WF1.B/C33.TiMPR	
Nazwa przedmiotu w języku	polskim	Teoria i metodyka piłki ręcznej <i>Theory and methodology of handball</i>
	angielskim	

1. USYTUOWANIE PRZEDMIOTU W SYSTEMIE STUDIÓW

1.1. Kierunek studiów	Wychowanie Fizyczne
1.2. Forma studiów	stacjonarne/niestacjonarne
1.3. Poziom studiów	studia I stopnia
1.4. Profil studiów*	praktyczny
1.5. Osoba przygotowująca kartę przedmiotu	mgr Tomasz Błasziewicz
1.6. Kontakt	tomasz.blaszkiewicz@ujk.edu.pl

2. OGÓLNA CHARAKTERYSTYKA PRZEDMIOTU

2.1. Język wykładowy	polski, angielski
2.2. Wymagania wstępne*	Podstawowy poziom w zakresie sprawności fizycznej ogólnej. Posiadanie umiejętności w zakresie podstawowych elementów technicznych gry w piłkę ręczną, tj. chwyt, podanie, kozłowania, rzut i zwód.

3. SZCZEGÓŁOWA CHARAKTERYSTYKA PRZEDMIOTU

3.1. Forma zajęć	Ćwiczenia	
3.2. Miejsce realizacji zajęć	hala sportowa – boisko do piłki ręcznej/ sala wykładowa	
3.3. Forma zaliczenia zajęć	zaliczenie z oceną	
3.4. Metody dydaktyczne	ćwiczenia, wykłady, metody aktywizujące- samodzielne prowadzenie zajęć, sędziowanie gier.	
3.5. Wykaz literatury	podstawowa	1. Spieszny M, Tabor R, Walczyk L. Piłka ręczna w szkole. COS. Warszawa 2001. 2. Stawiarski W. Piłka ręczna. AWF Kraków. Kraków 1996. 3. Praca zbiorowa. Nazewnictwo stosowane w piłce ręcznej. Warszawa 2011. 4. Walczyk L, Struzik R. Piłka ręczna- Zasób ćwiczeń dla dzieci i młodzież. ZPRP. Warszawa 2005. 5. Nowiński W. Piłka ręczna – Technika i Taktyka. ZPRP. Warszawa 2010. 6. Laver L, Landreau P, Popovic N, Seil R. Handball Sports Medicine. Springer-Verlag. Berlin 2018.
	uzupełniająca	1. Bondarowicz M. Zabawy i gry ruchowe w zajęciach sportowych. AWF Warszawa. Warszawa 1994. 2. Jans W. Piłka ręczna: atlas ćwiczeń techniczno taktycznych - gra w ataku. AWFis Gdańsk. Gdańsk 1993.

4. CELE, TREŚCI I EFEKTY UCZENIA SIĘ

4.1. Cele przedmiotu (z uwzględnieniem formy zajęć)

C1 – Przygotowanie studentów do pracy na wszystkich szczeblach edukacji, a także ujednolicenie i uaktualnienie wiedzy z zakresu metodyki nauczania podstawowych elementów gry w piłkę ręczną, jak również zapoznanie studentów z charakterystyką tej dyscypliny i jej odmianami.

C2 – Zdobyte umiejętności pozwalają studentowi realizację postawionych celów w procesie dydaktycznym oraz prawidłowe planowanie nauczania piłki ręcznej wśród dzieci i młodzieży szkolnej. Poprawnie kontroluje i ocenia efekty z zakresu sprawności ogólnej i specjalnej.

C3 – Wiedza i umiejętności nauczania piłki ręcznej powinna być wykorzystywana do osiągnięcia jak najlepszych wyników we współzawodnictwie sportowym jak również stosowana w formie rekreacyjnej wśród uczniów.

4.2. Treści programowe (z uwzględnieniem formy zajęć)

Ćwiczenia:

1. Systematyka piłki ręcznej - jej odmiany, klasyfikacja, terminologia. Opis elementów techniki, analiza meczu
2. Przypomnienie metodyki nauczania, podstawowych elementów technicznych oraz gry z piłką: chwytów i podań piłki, kozłowania piłki oraz zwodu.
3. Zasady, metody, formy i środki treningowe stosowane w nauczaniu i doskonaleniu techniki i taktyki gry w piłkę ręczną.
4. Preparation of a lesson plan with selected elements (Przygotowanie scenariusza zajęć z wybranych elementów technicznych).
5. Piłka ręczna jako metoda kształtowania zdrowia społecznego obejmująca działania ukierunkowane na budowanie satysfakcjonujących relacji pomiędzy jednostkami, umiejętność komunikacji, nawiązywania kontaktów społecznych oraz rozwiązywania konfliktów
6. Taktyka zespołowa.
7. Przepisy gry w piłkę ręczną i organizacja zawodów.
8. Prozdrowotne aspekty piłki ręcznej plażowej
9. Czynniki warunkujące zdrowie oraz samodzielne dbanie o dobry jego stan w odniesieniu do mini piłki ręcznej, ulicznej piłki ręcznej i plażowej piłki ręcznej

4.3. Przedmiotowe efekty uczenia się

Efekt	Student, który zaliczył przedmiot	Odniesienie do kierunkowych efektów uczenia się
w zakresie WIEDZY:		
W01	zna zasady gry w piłkę ręczną i definiuje pojęcia związane z metodyką nauczania techniki	WF1P_W18 WF1P_W14 NAU1_W04
W02	objasnia zasady organizacji zajęć i zawodów sportowych	WF1P_W11 NAU1_W15
w zakresie UMIEJĘTNOŚCI:		
U01	posiada umiejętności techniczno-taktyczne niezbędne do gry w piłkę ręczną	WF1P_U02
U02	posiada praktyczne umiejętności z zakresu sędziowania i interpretacji przepisów gry w piłkę ręczną oraz organizacji zawodów sportowych	WF1P_U14
U03	posiada umiejętność stosowania zasad dydaktycznych w nauczaniu podstawowych elementów techniczno-taktycznych gry, jak również techniki wykonania i metodyki nauczania podstawowych elementów gry w piłce ręcznej	WF1P_U18 NAU1_U03
U04	poprawnie kontroluje i ocenia efekty z zakresu sprawności ogólnej i specjalnej	WF1P_U04 NAU1_U07
w zakresie KOMPETENCJI SPOŁECZNYCH:		
K01	wykazuje zainteresowanie imprezami sportowymi, turystycznymi i rekreacyjnymi i jest otwarty na udział w wybranych zajęciach fakultatywnych, treningowych	WF1P_K07 WF1P_K08
K02	jest otwarty na kształtowanie umiejętności współdziałania zespołowego poprzez piłkę ręczną oraz tworzenie pozytywnych postaw wobec aktywności ruchowej	WF1P_K03 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*			Sprawdzian praktyczny		
	Forma zajęć			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															x	
W02					x																
U01					x															x	
U02					x						x										
U03					x															x	
U04											x										
K01														x							
K02																	x				

*niepotrzebne usunąć

4.5. Kryteria oceny stopnia osiągnięcia efektów uczenia się		
Forma zajęć	Ocena	Kryterium oceny
ćwiczenia (C)*	3	Kolokwium - 61-68%. Zaliczył poprawnie sprawdzian praktyczny z dwóch elementów, przygotował konspekt lekcji, zna przepisy gry
	3,5	Kolokwium - 69-76%. Zaliczył poprawnie sprawdzian praktyczny z dwóch elementów oraz sprawdzian teoretyczny, przygotował konspekt lekcji, wykazał się podstawową znajomością przepisów gry i zasad organizacji zawodów
	4	Kolokwium 77-84%. Zaliczył sprawdzian praktyczny z trzech elementów, poprawnie zaliczył sprawdzian teoretyczny, przygotował konspekt zajęć i poprowadził fragment, wykazał się dobrą znajomością przepisów gry i sędziowania oraz zasad organizacji zawodów z piłki ręcznej
	4,5	Kolokwium 85—92%. Zaliczył poprawnie sprawdzian praktyczny z czterech elementów, poprawnie zaliczył sprawdzian teoretyczny, przygotował konspekt zajęć i poprowadził fragment, wykazał się dobrą znajomością przepisów gry i sędziowania oraz zasad organizacji zawodów piłki ręcznej, wykazywał się aktywnością na zajęciach, podejmował dyskusję.
	5	Kolokwium 93-100%. Zaliczył bardzo dobrze sprawdzian praktyczny z czterech elementów, poprawnie zaliczył sprawdzian teoretyczny, przygotował konspekt zajęć i poprowadził fragment, wykazał się bardzo dobrą znajomością przepisów gry i sędziowania oraz zasad organizacji zawodów piłki ręcznej, wykazywał się aktywnością na zajęciach, podejmował dyskusję, poruszał zagadnienia związane z piłką ręczną wykraczające poza obowiązkowe treści programowe.

5. BILANS PUNKTÓW ECTS – NAKŁAD PRACY STUDENTA

Kategoria	Obciążenie studenta	
	Studia stacjonarne	Studia niestacjonarne
LICZBA GODZIN REALIZOWANYCH PRZY BEZPOŚREDNIM UDZIALE NAUCZYCIELA /GODZINY KONTAKTOWE/	50	30
Udział w ćwiczeniach*	50	30
SAMODZIELNA PRACA STUDENTA /GODZINY NIEKONTAKTOWE/	50	70
Przygotowanie do ćwiczeń*	15	20
Przygotowanie do sprawdzianu praktycznego*	20	30
Opracowanie konspektu lekcji*	15	20
ŁĄCZNA LICZBA GODZIN	100	100
PUNKTY ECTS za przedmiot	4	4

*niepotrzebne usunąć

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

.....