

KARTA PRZEDMIOTU – II ROK

Rok akademicki 2025/2026

Kod przedmiotu	0114.7.WF2.B/C29.PN	
Nazwa przedmiotu w języku	polskim	Piłka nożna Football
	angielskim	

1. USYTUOWANIE PRZEDMIOTU W SYSTEMIE STUDIÓW

1.1. Kierunek studiów	Wychowanie Fizyczne
1.2. Forma studiów	stacjonarne/niestacjonarne
1.3. Poziom studiów	drugiego stopnia
1.4. Profil studiów*	praktyczny
1.5. Osoba przygotowująca kartę przedmiotu	mgr Piotr Dutkiewicz
1.6. Kontakt	piotr.dutkiewicz@ujk.edu.pl

2. OGÓLNA CHARAKTERYSTYKA PRZEDMIOTU

2.1. Język wykładowy	język polski/angielski
2.2. Wymagania wstępne*	znajomość metodyki wychowania fizycznego, zasad treningu sportowego oraz techniki i taktyki piłki nożnej.

3. SZCZEGÓŁOWA CHARAKTERYSTYKA PRZEDMIOTU

3.1. Forma zajęć	ćwiczenia	
3.2. Miejsce realizacji zajęć	hala sportowa Centrum Rehabilitacji i Sportu UJK	
3.3. Forma zaliczenia zajęć	zaliczenie z oceną	
3.4. Metody dydaktyczne	wykłady, ćwiczenia, metody aktywizujące przez wprowadzanie techniki audiowizualnej, hospitacje, obserwacja uczestnicząca.	
3.5. Wykaz literatury	podstawowa	1. Bischops K, Heinz-Willi G. Piłka nożna rozgrzewka. Oficyna Wydawnicza Marshal. Kraków 2010. 2. Harvey G, Miller J, Gifford C, Dungworth R. Praktyczna szkoła piłki nożnej. Wyd. DELTA W-Z 2012. 3. Wilson J. Odwrócona piramida. Historia taktyki piłkarskiej. Wydawnictwo SQN. Kraków 2024. 4. Prickett P. Football's principles of play. Hawksmoor Publishing. Wielka Brytania 2021.
	uzupełniająca	1. Narodowy Model Gry PZPN. 2. Talaga J, Śledziwski D. Piłka nożna: nauczanie i doskonalenie techniki. Wyd. Estrella. Warszawa 2015. 3. Stępień M, Paluszek K. Trening pozycyjny w P.N. MWW. Wrocław 2011. 4. Żmuda W, Witkowski Z, Piechniczek A. Przygotowanie taktyczne we współczesnej piłce nożnej. Wyd. ŚKKF. Katowice 2016.

4. CELE, TREŚCI I EFEKTY UCZENIA SIĘ

4.1. Cele przedmiotu (z uwzględnieniem formy zajęć) C1. Przygotowanie studenta do prowadzenia zajęć piłki nożnej w ramach zajęć lekcyjnych, treningowych i rekreacyjnych. C2. Wyrabianie umiejętności sędziowania oraz organizowania różnej formy zawodów i turniejów piłkarskich. C3. Student skutecznie współpracuje w zespole, odpowiedzialnie realizuje role boiskowe oraz konstruktywnie komunikuje się podczas gry, respektując fair play i przepisy.
4.2. Treści programowe (z uwzględnieniem formy zajęć) Ćwiczenia: 1. Zasady, metody i formy stosowane w zespołowych grach sportowych. 2. Podstawowe systemy gry w piłkę nożną, systemy gry w piłce halowej i plażowej. 3. Przepisy gry w piłkę nożną, zasady sędziowania, organizacji zawodów. 4. Klasyfikacja i systematyka działań występujących w grze. 5. Metodyka nauczania i doskonalenia działań ofensywnych i defensywnych występujących w grze. 6. Ewolucja systemów gry w piłce nożnej. 7. Gry i zabawy, małe gry i gry pomocnicze w nauczaniu i doskonaleniu umiejętności technicznych i taktycznych. 8. Indywidualne i grupowe działania w atakowaniu i bronieniu.

9. Organizacja zadań zespołowych - systemy gry: 1-4-3-3, 1-4-4-2 w linii, 1-4-5-1.
10. Przepisy gry, sędziowanie i organizacja zawodów.
11. Systematyka i metodyka nauczania elementów technicznych w piłce nożnej.
Improvement of the technique of football-personal training as a striker and a defender (Doskonalenie techniki piłkarskiej - trening indywidualny napastnika i obrońcy).

4.3. Przedmiotowe efekty uczenia się

Efekt	Student, który zaliczył przedmiot	Odniesienie do kierunkowych efektów uczenia się
w zakresie WIEDZY:		
W01	Student potrafi operować właściwą dla piłki nożnej terminologią w odniesieniu do techniki ogólnej, ukierunkowanej i specjalnej.	WF2P_W16 NAU2_W07
W02	Potrafi przeprowadzić analizę treści walki sportowej w kontekście gry w piłkę nożną.	WF2P_W17
W03	Zna systematykę ćwiczeń techniki specjalnej w piłce nożnej i budowę lekcji wychowania fizycznego, charakterystyczną dla zespołowych gier sportowych - piłka nożna.	WF2P_W21 NAU2_W08
w zakresie UMIEJĘTNOŚCI:		
U01	Potrafi zaplanować zajęcia z piłki nożnej i wylapać najczęściej powtarzające się błędy w ćwiczeniach techniczno-taktycznych.	WF2P_U06 NAU2_U02
U02	Posiada specjalistyczne umiejętności ruchowe z zakresu różnych form sportowo - rekreacyjnych właściwych dla wybranego kierunku studiów, a przez to potrafi precyzyjnie pokazać i objaśnić dane elementy techniczne z piłki nożnej.	WF2P_U13 NAU2_U08
U03	Zna systematykę ćwiczeń, poszczególnych elementów techniczno-taktycznych w piłce nożnej i w odpowiedni sposób je wykorzystać do nauczania gry w piłkę nożną.	WF2P_U15
w zakresie KOMPETENCJI SPOŁECZNYCH:		
K01	Prowadzi aktywną działalność na temat roli współczesnej kultury fizycznej w kulturze ogólnej i edukacji. Jest animatorem wiązania teorii z praktyką.	WF2P_K08 NAU2_K01
K02	Potrafi zorganizować pracę zespołu, przyjąć w nim rolę lidera w działaniach realizacji zadań z zakresu kultury fizycznej.	WF2P_K10
K03	Dbą o bezpieczeństwo własne i innych, realizuje program „edukacja dla bezpieczeństwa”. Demonstruje postawę promującą zdrowie i aktywność fizyczną w swoim środowisku.	WF2P_K11

4.4. Sposoby weryfikacji osiągnięcia przedmiotowych efektów uczenia się

Efekty przedmiotowe (symbol)	Sposób weryfikacji (+/-)																				
	Egzamin ustny/pisemny*			Kolokwium*			Projekt – konspekt zajęć*			Aktywność na zajęciach*			Praca własna*			Praca w grupie*			Inne – 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													
W02								x			x										
W03								x			x										
U01								x			x										
U02								x												x	
U03								x			x									x	
K01								x			x										
K02								x									x				
K03								x									x				

*niepotrzebne usunąć

4.5. Kryteria oceny stopnia osiągnięcia efektów uczenia się		
Forma zajęć	Ocena	Kryterium oceny
ćwiczenia (C)*	3	Osiąga czas od 1,16- 1,20 min. w Teście Sprawności Specjalnej (T.S.S.) z piłki nożnej (P.N.) Samodzielne prowadzenie lekcji w-fz ZGS (zespołowe gry sportowe) z piłki nożnej wg przygotowanego scenariusza.
	3,5	Osiąga czas od 1,11- 1,15min. w T.S.S z P.N. Samodzielne prowadzenie lekcji w-fz ZGS z P.N wg przygotowanego scenariusza. Posługuje się fachową terminologią i formuluje w sposób czytelny polecenia.
	4	Osiąga czas od 1,06 – 1,10 min. w T.S.S z P.N. Samodzielne prowadzenie lekcji w-fz ZGS P.N wg przygotowanego scenariusza. Posługuje się fachową terminologią i formuluje w sposób czytelny polecenia. Posiada bogaty zasób ćwiczeń techniczno- taktycznych, które wykorzystuje na lekcji.
	4,5	Osiąga czas od 1-1,05min. w T.S.S z P.N. Zna zadania, które wchodzi w skład T.S.S. Samodzielne prowadzenie lekcji w-fz ZGS P.N wg scenariusza. Posługuje się terminologią i formuluje w sposób czytelny polecenia. Posiada bogaty zasób ćwiczeń techniczno- taktycznych, które wykorzystuje na lekcji.
	5	Osiąga czas poniżej 1 min. w T.S.S z P.N. Zna zadania, które wchodzi w skład T.S.S Samodzielne prowadzenie lekcji w-fz ZGS P.N wg przygotowanego scenariusza. Posługuje się fachową terminologią i formuluje w sposób czytelny polecenia. Posiada bogaty zasób ćwiczeń techniczno-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/	25	15
Udział w ćwiczeniach	25	15
SAMODZIELNA PRACA STUDENTA /GODZINY NIEKONTAKTOWE/	25	35
Przygotowanie do ćwiczeń	10	15
Zebranie materiałów do projektu - konspektu, opracowanie konspektu	15	20
ŁĄCZNA LICZBA GODZIN	50	50
PUNKTY ECTS za przedmiot	2	2

*niepotrzebne usunąć

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

.....