

Nazwa przedmiotu: <i>Teoria i metodyka piłki ręcznej</i>	
Blok przedmiotów: <i>obligatoryjny</i> Kierunek studiów: <i>Wychowanie fizyczne</i> Rok studiów: <i>I</i> Semestr: <i>1</i> Rodzaj studiów: <i>stacjonarne</i>	
Stopień, imię i nazwisko wykładowców prowadzących kurs: <i>Dr Andrzej Dudkowski</i> <i>Dr Jarosław Nosal</i>	Języki w jakich może być realizowany kurs: <i>Język polski</i>
Liczba godzin kursu: <i>30 godz. (5 godz. wykładu, 25 godz. ćwiczeń)</i> Studia: <i>stacjonarne,</i>	
Poziom przedmiotu: <i>podstawowy</i>	
Formuła nauczania: <i>wykłady, ćwiczenia</i>	
Cel(e) przedmiotu: Zapoznanie studentów z piłką ręczną i jej odmianami oraz środkami ruchowymi charakterystycznymi dla gry w piłkę ręczną, zaznajomienie z przepisami gry w realizacji celów wychowania fizycznego i organizacji współzawodnictwa dzieci i młodzieży. Zakładane efekty po zakończeniu kursu w zakresie: Rozbudzanie zainteresowań piłką ręczną i jej odmianami dzieci. Przekazywanie wiedzy o dyscyplinie oraz nauczanie podstawowych umiejętności ruchowych charakterystycznych dla dyscypliny. Wiedzy teoretycznej i praktycznej: Systematyka oraz metodyka nauczania podstawowych umiejętności ruchowych z zakresu gry w piłkę ręczną takich jak: podania, chwyt, rzuty, zwody. Umiejętności praktycznych: Umiejętność wykonywania podstawowych działań występujących podczas gry w piłkę ręczną takich jak podania, chwyt, rzuty, zwody, poruszanie się w obronie i w ataku. Organizacja zawodów piłki ręcznej dzieci.	
Treści merytoryczne przedmiotu Charakterystyka dyscypliny Piłka ręczna w szkolnym wychowaniu fizycznym Przepisy gry w piłkę ręczną Zasady rozgrzewki w piłkę ręczną Gry i zabawy wspomagające nauczanie gry w piłkę ręczną Pozycje graczy w ataku i w obronie podczas gry w piłkę ręczną Indywidualne działania gracza stosowane w ataku Indywidualne działania gracza stosowane w obronie Grupowe działania gracza stosowane w ataku Grupowe działania gracza stosowane w obronie Gry uproszczone i szkolne stosowane w nauczaniu gry w piłkę ręczną Organizacja zawodów, systemy rozgrywek	
Wymagania wstępne: <i>bez wymagań wstępnych</i>	
Warunki uczestnictwa w realizacji przedmiotu:	

- | |
|--|
| <ol style="list-style-type: none">1. <i>uczestnictwo w zajęciach zgodne z regulaminem studiów</i>2. <i>strój sportowy (obuwie zmienne w zależności od środowiska – hala, boiska otwarte)</i>3. <i>gwizdek sędziowski</i> |
| Warunki zaliczenia przedmiotu:

<ol style="list-style-type: none">1. <i>aktywne uczestnictwo w zajęciach</i>2. <i>pozytywna ocena kontroli bieżącej (scenariusz zajęć – temat zajęć, opis ćwiczeń, graficzna strona ćwiczeń, literatura)- wszystkie elementy zamieszczone w zeszycie</i>3. <i>pozytywna ocena z przepisów realizowanej gry w zakresie podstawowym</i>4. <i>pozytywna ocena z teorii i metodyki realizowanego przedmiotu - kolokwium</i>5. <i>pozytywna ocena z testu sprawności ukierunkowanej</i>6. <i>pozytywna ocena z sędziowania</i>7. <i>pozytywna ocena z posiadanych kompetencji nauczycielskich prowadzenia zajęć</i>8. <i>udokumentowane arkuszem obserwacja zawodów piłki ręcznej</i> |

Ćwiczenie 1

Temat zajęć:

Charakterystyka gry w piłkę ręczną i jej odmiany.

Zagadnienia:

1. Kryteria zaliczenia.
2. BHP podczas zajęciach z Teorii i Metodyki piłki ręcznej.
3. Rozwój piłki ręcznej w Polsce i na świecie.
4. Piłka ręczna w szkolnym wychowaniu fizycznym i sporcie, różnice i podobieństwa.
5. Rodzaje gry w piłkę ręczną: plażowa piłka ręczna, streethandball.

Zadania do realizacji przez studenta:

1. Zapoznanie się z przepisami gry w piłkę ręczną.
2. Zasady dydaktyczne.

Pytania i zagadnienia kontrolne:

1. Skąd pochodzi określenie „szczypiorniak”?
2. Jakie są największe osiągnięcia polskich piłkarzy i piłkarek ręcznych?
3. Podaj różnice i podobieństwa między piłką ręczną w wychowaniu fizycznym, a w sporcie?
4. Jakie są różnice i podobieństwa piłki ręcznej halowej, plażowej oraz ulicznej.
5. Jakie są różnice i podobieństwa piłki ręcznej do innych zespołowych gier sportowych?
6. Wymień i opisz zasady dydaktyczne w aspekcie zespołowych gier sportowych.

Piśmiennictwo do ćwiczenia: 1, 5, 16, 17, 20

Ćwiczenie 2

Temat zajęć:

Systematyka i metodyka nauczania specyficznych - podstawowych czynności ruchowych w piłce ręcznej

Zagadnienia:

1. Zapoznanie ze specyficznymi - podstawowymi czynnościami występującymi podczas gry w piłkę ręczną oraz ich podział.
2. Formy dydaktyczne charakterystyczne dla gier zespołowych.

Zadania do realizacji przez studenta:

1. Przygotuj zestaw 5 ćwiczeń, zabaw lub gier nauczających bądź doskonalących podania i chwytu.
2. Test sprawności ukierunkowanej.

Pytania i zagadnienia kontrolne:

1. Wymień i scharakteryzuj formy dydaktyczne występujące w zespołowych grach sportowych, podaj różnice i podobieństwa między nimi.
2. Opracuj arkusz obserwacji dowolnego aspektu gry z piłki ręcznej.

Piśmiennictwo do ćwiczenia: 2, 7, 15, 20, 23

Ćwiczenie 3

Temat zajęć:

Systematyka i metodyka nauczania specyficznych - głównych czynności ruchowych w piłce ręcznej.

Zagadnienia:

1. Zapoznanie ze specyficznymi - głównymi czynnościami występującymi podczas gry w piłkę ręczną i ich podział.
2. Metody nauczania czynności ruchowych w zespołowych grach sportowych.
3. Metodyka nauczania rzutu z wyskoku oraz rzutu z przeskoku.

Zadania do realizacji przez studenta:

1. Opracowanie zestawu 5 ćwiczeń, zabaw nauczających lub doskonalących rzut z wyskoku lub po przeskoku.
2. Kolokwium z przepisów gry w piłkę ręczną.

Pytania i zagadnienia kontrolne:

1. Podział czynności ruchowych występujących podczas gry w piłkę ręczną.
2. Wymień i scharakteryzuj metody nauczania czynności ruchowych charakterystyczne dla zespołowych gier sportowych.
3. Praktyczna umiejętność sędziowania podczas gry w piłkę ręczną
4. Opracuj arkusz obserwacji dowolnego aspektu gry z piłki ręcznej

Piśmiennictwo do ćwiczenia: 1, 2, 3, 6, 13

Ćwiczenie 4

Temat zajęć:

Systematyka i metodyka nauczania zwodów w piłce ręcznej

Zagadnienia:

Rodzaje zwodów z piłką i bez piłki

Zadania do realizacji przez studenta:

Opracowanie zestawu 5 ćwiczeń w formie ścisłej do nauki wybranego zwodu

Pytania i zagadnienia kontrolne:

1. Wymień i scharakteryzuj zwody występujące podczas gry w piłkę ręczną
2. Indywidualne zasady taktycznego postępowania w ataku

Piśmiennictwo do ćwiczenia: 1, 14, 15, 19, 22

Ćwiczenie 5

Temat zajęć:

Systematyka i metodyka nauczania ataku szybkiego w piłce ręcznej.

Zagadnienia:

1. Rodzaje ataku występujące w piłce ręcznej
2. Podział i rodzaje ataku szybkiego

Zadania do realizacji przez studenta:

Przygotować zestaw 5 ćwiczeń w formie ścisłej lub fragmentów gry nauczające bądź doskonalące atak szybki.

Pytania i zagadnienia kontrolne:

1. Jakiego rodzaju ataku w piłce ręcznej, podaj różnice i podobieństwa?

Piśmiennictwo do ćwiczenia: 2, 4, 8, 20, 22

Ćwiczenie 6

Temat zajęć:

Systematyka i metodyka nauczania ataku pozycyjnego występującego podczas gry w piłkę ręczną

Zagadnienia:

Podział i rodzaje ataku pozycyjnego występującego w piłce ręcznej.

Zadania do realizacji przez studenta:

1. Przygotować zestaw 5 ćwiczeń lub fragmentów gry nauczających bądź doskonalących atak pozycyjny

Pytania i zagadnienia kontrolne:

1. Wymień i scharakteryzuj rodzaje ataku pozycyjnego
2. Pozycje i zadania zawodników w ataku pozycyjnym

Piśmiennictwo do ćwiczenia: 7, 10, 11, 12, 13

Ćwiczenie 7

Temat zajęć:

Systematyka i metodyka nauczania gry w obronie w piłce ręcznej

Zagadnienia:

1. Zapoznanie się z rodzajami obrony (każdy swego, strefowa, mieszana) podczas gry w piłkę ręczną
2. Sposoby poruszania się w obronie w piłce ręcznej

Zadania do realizacji przez studenta:

1. Przygotować zestaw 5 ćwiczeń w formie ścisłej lub fragmentów gry nauczające bądź doskonalące grę w obronie.
2. Test wiedzy o metodyce ogólnej oraz wiadomościach z zakresu techniki i taktyki w piłce ręcznej.

Pytania i zagadnienia kontrolne:

1. Jakie znasz rodzaje obrony w piłce ręcznej, podaj różnice i podobieństwa?
2. Indywidualne zasady taktycznego postępowania w obronie

Piśmiennictwo do ćwiczenia: 1,3,6,15,20

ZAJĘCIA PROWADZONE PRZEZ STUDENTÓW Z PODZIAŁEM NA GRUPY

Ćwiczenie 8

Temat zajęć:

Nauka podstawowych czynności ruchowych z zakresu gry w piłkę ręczną

Zagadnienia:

Scenariusz lekcji zespołowych gier sportowych
Bezpieczeństwo podczas lekcji gier

Zadania do realizacji przez studenta:

Opracuj scenariusz lekcji wychowania fizycznego z zakresu gry w piłkę ręczną nauczającą podania i chwytów półgórne

Pytania i zagadnienia kontrolne:

Z jakich części zbudowana jest lekcja zespołowych gier sportowych?
Czym różni się lekcja nauczająca od doskonalącej i kontrolnej (różnice i podobieństwa)?

Piśmiennictwo do ćwiczenia: 1, 2, 6, 19, 20

Ćwiczenie 9

Temat zajęć:

Doskonalenie podstawowych czynności ruchowych z zakresu gry w piłkę ręczną.

Zagadnienia:

Kompetencje nauczycielskie, podział.
Kompetencje merytoryczne, dydaktyczno - merytoryczne, wychowawcze.

Zadania do realizacji przez studenta:

Opracuj scenariusz lekcji wychowania fizycznego z zakresu gry w piłkę ręczną doskonalącą podania i chwytów półgórne lub zwód pojedynczy.

Pytania i zagadnienia kontrolne:

Jakie znasz rodzaje kompetencji nauczycielskich (wg jakiego autora), wymień i scharakteryzuj?

Piśmiennictwo do ćwiczenia: 1, 2, 6, 20, 22

Ćwiczenie 10

Temat zajęć:

Doskonalenie głównych czynności ruchowych z zakresu gry w piłkę ręczną.

Zagadnienia:

Oddziaływanie zespołowych gier sportowych na sferę fizyczną, społeczną, emocjonalną oraz duchową.

Zadania do realizacji przez studenta:

Opracuj scenariusz lekcji wychowania fizycznego z zakresu gry w piłkę ręczną doskonałą rzut z wyskoku lub po przeskoku.

Pytania i zagadnienia kontrolne:

Jakie wartości prospołeczne można rozwijać podczas lekcji zespołowych gier sportowych?

Piśmiennictwo do ćwiczenia: 3,6,15,20,22

Ćwiczenie 11

Temat zajęć:

Nauka gry w ataku pozycyjnym w piłce ręcznej

Zagadnienia:

Fair play w sporcie szkolnym; czym jest i na czym polega?

Zadania do realizacji przez studenta:

1. Opracuj scenariusz lekcji wychowania fizycznego z zakresu gry w piłkę ręczną nauczającą atak pozycyjny.

Pytania i zagadnienia kontrolne:

Czym różni się atak pozycyjny od szybkiego?

Piśmiennictwo do ćwiczenia: 7, 11, 19, 20, 22

Ćwiczenie 12

Temat zajęć:

Kontrola wybranej umiejętności ruchowej z zakresu gry w piłkę ręczną.

Zagadnienia:

Kontrola, ocena, rodzaje oceny

Zadania do realizacji przez studenta:

1. Opracuj scenariusz lekcji wychowania fizycznego z zakresu gry w piłkę ręczną kontrolującą (sprawdzającą) wybraną umiejętność lub umiejętności ruchowe z piłki ręcznej
2. Opracuj kryteria oceny wybranego elementu (czasowe, ilościowe itp.)

Pytania i zagadnienia kontrolne:

Czym różni się samokontrola od kontroli, samoocena od oceny?

Piśmiennictwo do ćwiczenia: 6, 18, 19, 19, 20

Ćwiczenie 13

Temat zajęć: Weryfikacja kompetencji nauczycielskich podczas lekcji wychowania fizycznego z piłki ręcznej.

Zagadnienia:

Gestykulacja podczas sędziowania meczu piłki ręcznej.

Zadania do realizacji przez studenta:

1. Weryfikacja poprawności wykonania testu sprawności ukierunkowanej w piłce ręcznej.
2. Weryfikacja kompetencji sędziowskich w piłce ręcznej.

Pytania i zagadnienia kontrolne:

Jakie najczęściej popełniane są błędy podczas sędziowania meczu piłki ręcznej?

Piśmiennictwo do ćwiczenia: 9, 13, 16, 19, 20

Literatura podstawowa do przedmiotu:

1. Bondarowicz M., (1983) Forma zabawowa w nauczaniu sportowych gier zespołowych, Sport i Turystyka, Warszawa
2. Bondarowicz M. 1994. Zabawy i gry ruchowe w zajęciach sportowych. Resort. Centr. Metod. Szkol. KFiS, Warszawa
3. Breguła T. 1996. Piłka ręczna 7-osobowa. COS, Warszawa
4. Czerwiński J. 1983. Piłka ręczna. AWF, Gdańsk
5. Czerwiński J. 1990. Charakterystyka gry w piłkę ręczną, AWF Gdańsk
6. Hapkowa I., Estriga L., Rot C., 2019 Nauczanie piłki ręcznej Tom 1: Wytyczne dla nauczycieli. Związek Piłki Ręcznej w Polsce.
7. Jans W. 1993. Piłka ręczna - atlas ćwiczeń techniczno taktycznych - gra w ataku. AWF, Gdańsk
8. Jaworski J., Krawczyk A., Norkowski H. 1982. Piłka ręczna. AWF, Warszawa
9. Krawczyk K., Kulik K., Kulik J., Nowiński W. 2020 Projektowanie szkolenia sportowego w piłce ręcznej na etapie szkoły podstawowej i ponadpodstawowej. Związek Piłki Ręcznej w Polsce.
10. Nitka J., Paterka S., 1987 Gry i zabawy ruchowe w nauczaniu piłki ręcznej. AWF Poznań
11. Nowiński W. 2000 Piłka ręczna – wyszkolenie indywidualne. COS Warszawa
12. Nowiński W. 2000 Rola trenera w nowoczesnej koncepcji gry w piłkę ręczną. COS Warszawa
13. Olejnik M., Paterka S., (1999) Przewodnik do ćwiczeń z piłki ręcznej, AWF Poznań
14. Paterka S. 1994. Mini - piłka ręczna. AWF, Poznań
15. Paterka S. 1998. Piłka ręczna. AWF Poznań
16. Przepisy gry w piłkę ręczną. Strona internetowa Związku Piłki Ręcznej w Polsce www.zprp.pl
17. Przepisy gry w plażową piłkę ręczną. Strona internetowa Związku Piłki Ręcznej w Polsce www.zprp.pl
18. Pytlik J., Żarek J. 1975. Test sprawności specjalnej /technicznej/ w piłce ręcznej. Wydawnictwo Skryptowe nr 26, AWF Kraków
19. Spieszny M., Walczyk L. 2001. Piłka ręczna - program szkolenia dzieci i młodzieży. COS, Warszawa
20. Spieszny M., Walczyk L., Tabor R. 2001. Piłka ręczna w szkole. COS, Warszawa
21. Stawiarski W. 1998. Piłka ręczna. Wydawnictwo Skryptowe nr 81, AWF Kraków
22. Wrześniewski S. 2000. Piłka ręczna - poradnik metodyczny. ZPRP, Warszawa
23. Zielonka Z. 1992. Mini - piłka ręczna. Resort. Centr. Metod. Szkol. KFiS, Warszawa

Literatura uzupełniająca:

1. Czerwiński J. 1979. Piłka ręczna - bramkarz. WSWF, Gdańsk
2. Czerwiński J. 1979. Trening w piłce ręcznej. SiT, Warszawa
3. Czerwiński J. 1982. Metoda oceny przystosowania zawodników do zadań treningowych w piłce ręcznej. AWF, Gdańsk
4. Czerwiński J. 1996. Metodyczne i badawcze aspekty procesu wieloletniego treningu piłkarzy ręcznych. AWF Gdańsk
5. Eliasz J., Krawczyk B., Pańko G. 1993. Wpływ wybranych cech morfologicznych piłkarzy ręcznych na prędkość lotu piłki podczas rzutu. Sport Wyczynowy, nr 3-4.
6. Ignatiewa W.Y. 1981. Badanie obciążenia startowego piłkarzy ręcznych. Sport Wyczynowy, nr 6
7. Kamiński M. 1990. Piłka ręczna. Etapy szkolenia podstawowego. RCMSz KfiT, Warszawa
8. Krowicki L. 1993. Piłka ręczna - trening w praktyce. AWF, Gdańsk
9. Norkowski H. 1996. Piłka ręczna - bramkarz. Zasady gry, technika, taktyka, trening. AWF, Warszawa
10. Sakowicz B. 1988. Nabór jako główny etap selekcji w piłce ręcznej. Zeszyty Naukowe AWF, nr 56, Kraków
11. Sakowicz B. 1994. Teoretyczne rozważania i praktyczne wskazówki zastosowania testów sprawności motorycznej w procesie naboru do piłki ręcznej, Mater. Szkol. ZPRP, Warszawa

12. Sakowicz B, Spieszny M., Tabor R. 1991. Poziom zdolności motorycznych oraz sprawności specjalnej dziewcząt i chłopców w klasach sportowych o specjalności piłka ręczna w kontekście prawidłowości naboru. Sport w badaniach naukowych. Zeszyty Naukowe AWF, Kraków, nr 65
13. Sozański H. 1993. Podstawy teorii treningu. Wydawnictwo Resortowe. Centrum Metodyczno - Szkoleniowe WF i S, Warszawa
14. Sozański H., Śledziwski D./red./ 1995. Obciążenia treningowe - dokumentowanie i opracowywanie danych. Resort. Centr. Metod. Szkol. KFiS, Warszawa
15. Spieszny M., Żak S. 2001. Strukturalne i funkcjonalne uwarunkowania doskonalenia sprawności specjalnej w piłce ręcznej. Zeszyty Naukowe nr82, AWF Kraków
16. Żarek J. 1983. Wybrane zagadnienia modelowe w sporcie wyczynowym na przykładzie zawodników piłki ręcznej. Wydawnictwo Monograficzne, AWF, Kraków, nr 18