

KARTA PRZEDMIOTU (SYLABUS)

Opis przedmiotu

Kod przedmiotu		przedmiotNazwa u	Specjalizacja instruktorska (instruktor sportu) – piłka nożna	
114/P/1/ST/C _{1B1}			Instructor specialization (sport instructor) - football	
Język wykładowy		polski		
Rok akademicki		2019/2020		
Kierunek		Wychowanie Fizyczne		
w zakresie		Nauk o Kulturze Fizycznej		
Poziom studiów		studia pierwszego stopnia		
Profil studiów		praktyczny		
Forma studiów		studia stacjonarne		
Semestr / semestry		semestr trzeci zimowy, czwarty letni, piąty zimowy, szósty letni		
Przynależność do grupy zajęć		C 1B. Grupa zajęć z zakresu specjalizacji instruktorskiej - zajęcia do wyboru		
Status przedmiotu		Zajęcia do wyboru		
Formy realizacji zajęć dydaktycznych, wymiar, punkty ECTS		Forma zajęć	Liczba godzin zajęć dydaktycznych	Formy realizacji zajęć dydaktycznych, wymiar, punkty ECTS
		Wykład	[h]	9 ECTS
		Ćwiczenia	[h]	
		Zajęcia praktyczne	120 [h]	
Powiązanie przedmiotu	z profilem studiów	Kształtuje umiejętności praktyczne (profil praktyczny)		9 ECTS
	z uprawnieniami	Służy zdobywaniu przez studenta uprawnień do wykonywania zawodu nauczyciela wychowania fizycznego.		0 ECTS
	z dyscypliną	Nauki o Kulturze Fizycznej		9 ECTS
Forma nauczania		Tradycyjna – zajęcia zorganizowane w Uczelni; Inne – zorganizowane poza uczelnią (boisko piłkarskie)		
Wymagania wstępne		Wymagania formalne: student zaliczył przedmiot Piłka nożna – podstawy teorii i metodyki		
Jednostka prowadząca		Wydział Filologiczno-Pedagogiczny		
Koordynator		dr Robert Makuch		
Osoby prowadzące		dr Robert Makuch		
Adres strony internetowej pjo		www.wfp.uniwersytetradom.pl		
Adres e-mail, telefon koordynatora		r.makuch@uthrad.pl, tel. (48) 506 842 222		

EFEKTY UCZENIA SIĘ, TREŚCI PROGRAMOWE, REALIZACJA ZAJĘĆ DYDAKTYCZNYCH, WERYFIKACJA EFEKTÓW UCZENIA SIĘ

Cel kształcenia:	Przygotowanie przyszłych instruktorów piłki nożnej do profesjonalnego prowadzenia zajęć z zakresu piłki nożnej w szkołach oraz klubach sportowych.
Treści programowe:	<p>ZAJĘCIA PRAKTYCZNE</p> <p>Semestr III (30h)</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. System szkolenia piłkarzy w Polsce (Narodowy Model Gry). (2h). 2. Narodowy Model Gry – fazy gry: organizacja gry w atakowaniu. (3h). 3. Narodowy Model Gry – fazy gry: przejście z atakowania do bronienia. (3h). 4. Narodowy Model Gry – fazy gry: organizacja gry w bronieniu. (4h). 5. Narodowy Model Gry – fazy gry: przejście z bronienia do atakowania. (4h). 6. Kierunki racjonalnego szkolenia piłkarzy nożnych na świecie- nauka piłki nożnej poprzez grę (Holenderska wizja szkolenia według wizji „Zeist”). (2h). 7. Kierunki racjonalnego szkolenia piłkarzy nożnych na świecie- nauka piłki nożnej przy pomocy metody hybrydowej (Metoda „Coerver Coaching”). (2h). 8. Przeprowadzenie sprawdzianu praktycznego - testów sprawności specjalnej. (2h). 9. Organizacja i przeprowadzanie zawodów dla studentów z pierwszego roku z piłki nożnej – regulamin systemu zawodów, sędziowanie i protokolowanie zawodów. (2h). 10. Odnowa biologiczna – istotny element treningu sportowego. (4h) 11. Sprawdzian teoretyczny. (2h). <p>W semestrze IV samodzielne prowadzenie części wstępnej i głównej zajęć lekcyjnych lub treningowych pod nadzorem prowadzącego (dodatkowy termin uzgodniony z prowadzącym).</p> <p>Semestr IV (30h)</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Charakterystyka gry ze względu na: cele rywalizacji, strukturę gry, warunki realizacji gry, rodzaje działań w grze (jednostkowe, grupowe, zespołowe), działania ofensywne i defensywne. Przygotowanie scenariusza zajęć treningowych dla etapu wszechstronnego szkolenia piłkarskiego (szczegółowe wytyczne). (1h). 2. Przygotowanie taktyczne w poszczególnych etapach nauczania i trenowania. Zachowanie się graczy z uwzględnieniem ich pozycji i stref działania w odniesieniu do Narodowego Modelu Gry. (1h). 3. Dobór i selekcja do gry w piłkę nożną. Określenie cech istotnych zawodnika (kryteria do naboru i selekcji). (1h). 4. Metody analizy i oceny skuteczności działań w grze (metody i techniki obserwacyjne). (1h). 5. Etapowa struktura szkolenia sportowego w piłce nożnej. Struktura czasowa, struktura rzeczowa, cele i zadania szkolenia, warunki i zasady realizacji procesu szkolenia. (1h). 6. Struktura czasowa rocznego cyklu (makrocykle, mikrocykle, jednostki i środki treningowe), cele główne operacyjne szkolenia, struktura obciążeń ze względu na objętość, intensywność i gęstość środków treningowych w różnych etapach i rodzajach jednostek treningowych. (1h). 7. Przygotowanie motoryczne w treningu piłkarza (nowoczesne metody, formy i środki kształtowania sprawności fizycznej. Szybkość - biologiczne uwarunkowania, formy przejawiania, metodyka kształtowania i oceny poziomu. Siła mięśniowa - biologiczne uwarunkowania, formy przejawiania, metodyka kształtowania i oceny poziomu. Wytrzymałość - biologiczne uwarunkowania, formy przejawiania, metodyka kształtowania i oceny poziomu. Koordynacja ruchowa, gibkość, skoczność - biologiczne uwarunkowania, formy przejawiania, metodyka kształtowania i oceny poziomu. (12h) 8. Samodzielne prowadzenie zajęć treningowych piłkarskich i z przygotowania motorycznego przez studentów (zajęcia praktyczne) w etapie wszechstronnym szkolenia piłkarskiego (przygotowanie wstępne lub nauczanie podstawowe) pod nadzorem prowadzącego. Zajęcia prowadzi grupa studentów wyznaczona przez prowadzącego, natomiast pozostali hospitują (obserwują-wypełniają specjalny arkusz) i asystują podczas zajęć. Po zakończeniu zajęć następuje podsumowanie połączone z wymianą poglądów z prowadzącym. (12h realizowane w blokach p 2h).

W semestrze IV dodatkowe możliwe będzie dodatkowe samodzielne prowadzenie zajęć treningowych (zajęcia praktyczne indywidualne) pod nadzorem prowadzącego (dodatkowy termin uzgodniony z prowadzącym w celu poznania specyfiki prowadzenia zajęć w innych etapach szkolenia dzieci i młodzieży).

Semestr V (30h)

1. Metodyka szkolenia piłkarzy. Metody, formy i zasady treningowe, rola i rodzaje treningu indywidualnego, rola intelektualizacji w szkoleniu piłkarzy. (1h).
2. Zasady programowania i realizacji cykli szkoleniowych. Składowe treningu piłkarskiego. Obserwacja i rejestracja meczów piłkarskich (1h).
3. Metody i rodzaje kontroli efektów treningowych (kontrola osiągnięć i stanów bieżących przedłużonych i kumulatywnych). (1h).
4. Kontrola procesu szkoleniowego. Praktyczne przeprowadzenie w etapie wszechstronnym szkolenia piłkarskiego (przygotowanie wstępne lub nauczanie podstawowe): Testu Sprawności Ogólnej Waśkiewicza i Zajęca, Testu Oceny Sprawności Technicznej w Anglii – FA (3h).
5. Samodzielne prowadzenie zajęć treningowych piłkarskich i z przygotowania motorycznego przez studentów (zajęcia praktyczne) w etapie wszechstronnym szkolenia piłkarskiego (przygotowanie wstępne lub nauczanie podstawowe) pod nadzorem prowadzącego. Zajęcia prowadzi grupa studentów wyznaczona przez prowadzącego, natomiast pozostali hospitują (obserwują-wypełniają specjalny arkusz) i asystują podczas zajęć. Po zakończeniu zajęć następuje podsumowanie połączone z wymianą poglądów z prowadzącym. (24h realizowane w blokach p 2h).

W semestrze V dodatkowy możliwe będzie dodatkowe samodzielne prowadzenie zajęć treningowych (zajęcia praktyczne grupowe) pod nadzorem prowadzącego (dodatkowy termin uzgodniony z prowadzącym w celu poznania specyfiki prowadzenia zajęć w innych etapach szkolenia dzieci i młodzieży).

Semestr VI (30h)

1. Praktyczna realizacja zadań treningowych: trening indywidualny, trening grupowy (techniczno-taktyczny) (2h).
2. Narodowy Model Gry – faza gry w atakowaniu z uwzględnieniem sub faz (otwarcie gry, budowanie gry). (2h).
3. Narodowy Model Gry – faza gry w atakowaniu z uwzględnieniem sub faz (zakończenia gry). (2h).
4. Narodowy Model Gry – fazy gry: przejście z atakowania do bronienia. (1h).
5. Narodowy Model Gry – faza gry w bronieniu (obrona wysoka, obrona średnia (obrona niska). (2h).
6. Narodowy Model Gry – fazy gry: przejście z bronienia do atakowania. (1h).
7. Nowe kierunki racjonalnego szkolenia piłkarzy nożnych na świecie – np. nauka piłki nożnej poprzez metodę „Periodyzacji Taktycznej”. (2h).
8. Bronienie w stałych fragmentach gry. Atakowanie w stałych fragmentach gry. (2h).
9. Metody doskonalenia zdolności kondycyjnych, koordynacyjnych oraz gibkościowych: z uwzględnieniem okresów sensytywnych i krytycznych. (2h).
10. Kontrola procesu szkoleniowego. Praktyczne przeprowadzenie: Testu Oceniającego 7 KZM, Testu Oceny Sprawności Technicznej w Niemczech - DFB. (4h).
11. Samodzielne prowadzenie zajęć zajęć treningowych piłkarskich i z przygotowania motorycznego przez studentów (zajęcia praktyczne grupowe) w II etapach szkolenia piłkarskiego (np. przygotowanie wstępne i nauczania i doskonalenia) pod nadzorem prowadzącego. Zajęcia prowadzi grupa studentów (lub indywidualnie) wyznaczona przez prowadzącego, natomiast pozostali hospitują (obserwują-wypełniają specjalny arkusz) i asystują podczas zajęć. Po zakończeniu zajęć następuje podsumowanie połączone z wymianą poglądów z prowadzącym. (10h realizowane w blokach p 2h).

W semestrze VI dodatkowy samodzielne prowadzenie zajęć treningowych (zajęcia praktyczne zespołowe) pod nadzorem prowadzącego (dodatkowy termin uzgodniony z prowadzącym w celu poznania specyfiki prowadzenia zajęć w innych etapach szkolenia dzieci i młodzieży).

	i młodzieży).
Metody dydaktyczne (kształcenia):	Metody ćwiczeniowo-praktyczne, podczas których stosowane są różne praktyczne i problemowe metody nauczania. W przypadku ćwiczeń praktycznych istnieje możliwość ich odbycia po ustaleniu terminu z nauczycielem prowadzącym przedmiot.
Rygor zaliczenia, kryteria oceny osiągniętych efektów uczenia się, sposób obliczania oceny końcowej:	<p>Warunkiem zaliczenia przedmiotu jest osiągnięcie wszystkich wymaganych efektów kształcenia określonych dla przedmiotu. Uzyskanie pozytywnych ocen ze wszystkich zajęć wchodzących w skład danego przedmiotu jest równoznaczne z jego zaliczeniem i zdobyciem przez studenta liczby punktów ECTS przyporządkowanej temu przedmiotowi.</p> <p>Warunki i sposób zaliczenia:</p> <p>Semestr III, IV i V</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Zaliczenie sprawdzianów praktycznych oraz umiejętność demonstracji podstawowych elementów technicznych (25%). ➤ Znajomość metodyki i systematyki nauczania elementów technicznych i taktycznych oraz wiadomości zawarte w programie III, IV, V semestru z przedmiotu piłki nożnej (25%). ➤ Umiejętność nienaganej demonstracji elementów podczas prowadzenia zajęć. (10%). ➤ Umiejętność planowania i prowadzenia zajęć z piłki nożnej. (40%). <p>Semestr VI</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Zdany egzamin końcowy w VI semestrze z części teoretycznej i praktycznej jest warunkiem koniecznym do uzyskania uprawnień instruktora sportu w dyscyplinie piłka nożna. (50%). ➤ Umiejętność nienaganej demonstracji elementów podczas prowadzenia zajęć. (20%). ➤ Znajomość metodyki i systematyki nauczania i doskonalenia elementów technicznych i taktycznych przy pomocy metod poznanych podczas zajęć prowadzonych z piłki nożnej w całym toku studiów. (10%). ➤ Umiejętność planowania i prowadzenia zajęć z piłki nożnej. 30%).

Efekty uczenia się dla przedmiotu w odniesieniu do efektów kierunkowych i formy zajęć				Metody weryfikacji efektów uczenia się	
Numer efektu uczenia się	Opis efektów uczenia się dla przedmiotu (PEU) Student, który zaliczył przedmiot (W) zna i rozumie/ (U) potrafi /(K) jest gotów do:	Kierunkowy efekt uczenia się (KEU)	Forma zajęć	Forma weryfikacji (zaliczeń)	Metody sprawdzania i oceny
W1	Student posiada wiedzę o wszystkich elementach techniki i taktyki gry w piłkę nożną, a także przygotowania motorycznego oraz fachowe nazewnictwo i terminologię związaną z piłką nożną, a także zna metodykę nauczania elementów techniki, taktyki piłki nożnej oraz drabinki progresji podstawowych ćwiczeń funkcjonalnych	K_WG03 K_WK07	Zajęcia praktyczne	<i>zaliczenie na ocenę</i>	Zaliczenie pisemne Zadania ćwiczeniowe Obserwacja Scenariusz prowadzenia
W2	Zna tok treningowy z piłki nożnej dla różnych etapów wiekowych i zasady bezpieczeństwa realizacji jednostki treningowej	K_WK07	Zajęcia praktyczne	<i>zaliczenie na ocenę</i>	Zaliczenie pisemne Zadania ćwiczeniowe Obserwacja Scenariusz prowadzenia
W3	Zna przepisy gry oraz reguły rywalizacji w piłce nożnej	K_WK07	Zajęcia praktyczne	<i>zaliczenie na ocenę</i>	Zaliczenie pisemne Zadania ćwiczeniowe Obserwacja
W4	Posiada wiedzę na temat szkolenia dzieci i młodzieży	K_WG03	Zajęcia praktyczne	<i>zaliczenie na ocenę</i>	Zaliczenie pisemne Zadania ćwiczeniowe Obserwacja Scenariusz prowadzenia
W5	Zna zagadnienia z zakresu teorii treningu piłki nożnej (planowanie, przygotowanie motoryczne	K_WK07	Zajęcia praktyczne	<i>zaliczenie na ocenę</i>	Zaliczenie pisemne

	i kontrola treningu)				
U1	Posiada umiejętności techniczne i taktyczne umożliwiające wykonanie pokazu nauczanych elementów oraz stosowanych ćwiczeń	K_UW02	Zajęcia praktyczne	<i>zaliczenie na ocenę</i>	Zaliczenie praktyczne Zadania ćwiczeniowe Obserwacja
U2	Posiada umiejętności z zakresu przygotowania ogólnorozwojowego umożliwiające pokaz kształtowanych zdolności motorycznych	K_UW02	Zajęcia praktyczne	<i>zaliczenie na ocenę</i>	Zaliczenie praktyczne Zadania ćwiczeniowe Obserwacja
U3	Potrafi przygotować i przeprowadzić jednostkę treningową z zakresu nauczania i doskonalenia techniki, taktyki gry w piłkę nożną oraz kształtowania poszczególnych zdolności motorycznych na poszczególnych etapach szkolenia	K_UW01 K_UO05	Zajęcia praktyczne	<i>zaliczenie na ocenę</i>	Zaliczenie praktyczne Zadania ćwiczeniowe Obserwacja Scenariusz prowadzenia
U4	Potrafi przygotować i przeprowadzić zajęcia teoretyczne na temat nauczania techniki piłki nożnej i z zakresu teorii treningu (kształtowania zdolności motorycznych), a także analizy gry.	K_UO05	Zajęcia praktyczne	<i>zaliczenie na ocenę</i>	Dyskusja, Zadania ćwiczeniowe
U5	Posiada umiejętność zorganizowania i sędziowania gry w piłkę nożną	K_UW02	Zajęcia praktyczne	<i>zaliczenie na ocenę</i>	Zaliczenie praktyczne Zadania ćwiczeniowe Obserwacja
K1	Student jest świadomy swojej wiedzy i umiejętności w zakresie piłki nożnej, rozumie potrzebę rozwijania swoich kompetencji praktycznych i teoretycznych, dokonuje systematycznej samooceny	K_KK03	Zajęcia praktyczne	<i>zaliczenie na ocenę</i>	Zadania ćwiczeniowe Obserwacja
K2	Dostrzega wartość społeczną przestrzegania przepisów i uczestnictwa w zawodach piłki nożnej w zgodzie z postawą „fair play”	K_KK03 K_KK07	Zajęcia praktyczne	<i>zaliczenie na ocenę</i>	Zadania ćwiczeniowe Obserwacja
K3	Realizuje zadania w sposób zapewniający bezpieczeństwo własne i współwzrastających	K_KK06	Zajęcia praktyczne	<i>zaliczenie na ocenę</i>	Zadania ćwiczeniowe Obserwacja

Literatura podstawowa, literatura uzupełniająca, pomoce naukowe

Literatura podstawowa:

1. Bednarski L. – „Piłka nożna”, Extrema, Kraków, 2000
2. Bednarski L., Koźmin A. „Piłka nożna – podręcznik dla studentów i nauczycieli”. Kraków: AWF, 2004.
3. Bergier J. – „Piłka nożna dzieci i młodzieży”, AWF, Warszawa, 1991
4. Dorna i wsp.: Narodowy Model Gry. PZPN, Warszawa 2016.
5. Gołaszewski J. – „Piłka nożna”, AWF, Poznań, 1998
6. Góralczyk R., Waśkiewicz A., Zajac A. „Technika piłki nożnej – klasyfikacja oraz nauczanie”. Katowice: AWF, 2001.
7. Kapera R. – „Szkolenie dzieci i młodzieży”, PZPN, Warszawa, 1997
8. Kapera R.: Szkolenie bramkarzy piłki nożnej. RCMSKFiS Warszawa 1991
9. Kollatch E.: Technika i Taktyka. Marshal. Wrocław 1998
10. Panfil J. – „Nowoczesny trening piłkarza”, Sport i turystyka, Warszawa, 1967
11. Panfil R., Żmuda W. „Nauczanie gry w piłkę nożną”. Wrocław: Wyd. SPORTEX, 1996.
12. Paluszek K. „Nowoczesne nauczanie gry w piłkę nożną”. Wrocław: Wydawnictwo BK, 2003.
13. Paluszek K. „Nauczanie gry w piłkę nożną – poradnik dla instruktorów”. Wrocław: AWF, 2008.
14. Paluszek K. „Kompendium instruktora i trenera piłki nożnej”. Wrocław: MWW, 2010.
15. Przepisy gry w piłkę nożną. PZPN 1996.
16. Sneyers J. – „Trening piłki nożnej”, Marshall Polska, Wrocław, 1997
17. Sneyers J.: Trening piłki nożnej. Marszałek& Marszałek. Warszawa 1995
18. Stępiński M., Paluszek K. „Atlas środków doskonalących uderzenia i przyjęcia piłki”. Wrocław: Wydział Szkolenia Dolnośląskiego Związku Piłki Nożnej, 2008.
19. Stępiński M, Dorna M.: Gra 1x1 w piłcenożnej w ataku i obronie. Wydawnictwo MWM, Wrocław 2011.
20. Strończyński W., Stuła A.: Gry i zabawy ruchowe w szkoleniu piłkarskim. AWF Poznań 1995
21. Szyngiera W. – „Piłka nożna dzieci i młodzieży”, AWF, Katowice 1994
22. Talaga J. – „Technika piłki nożnej”, COS, Warszawa 1996
23. Talaga J. – „Taktyka piłki nożnej”, COS, Warszawa 1997

Literatura uzupełniająca:

1. Banesbo J. – „Sprawność fizyczna piłkarza”, COS, Warszawa, 1999
2. Bischops K., Gerards H.: Piłka nożna – rozgrzewka. Marshal. Wrocław 1999
3. Casandi A. – „Piłka nożna”, Sport i Turystyka, Warszawa, 1957
4. Chmura J. „Szybkość w piłce nożnej”. Katowice: AWF, 2001.
5. Coerver W. “Soccer Fundamentals for Players and Coaches”. Prentice Hall, 1983.
6. Coerver W. “Soccer Excellence – the revolutionary new training plan”. Sidwick& Jackson, 1985.
7. Coerver W., Galustian A. “Soccer tactics & techniques for a better offense”. Sterling, 1995.
8. Czasopismo fachowe – „Trener”, PZPN, 1993 – 2003
9. Duda H. „Intelektualizacja nauczania gry w piłkę nożną”. Kraków: AWF, 2004.
10. Duda H Intelektualizacja w szkoleniu technicznym piłkarza. W S. Żak, H. Duda. „Podstawy racjonalnego szkolenia w grze w piłkę nożną” (strony 109-130). Kraków: AWF, 2006.
11. Dziąsko J. – „Teoria sportowych gier zespołowych”, Wrocław, 1983
12. Hyballa P., Te Poel H. Dutch Soccer Secrets. Meyer & Meyer Sport, 2011.
13. Raul Oliveira. „Tactical Periodiation. The secrets of soccer most effective training methodology”. 2003.
14. Paluszek K. – „Kompedium instruktora i trenera piłki nożnej”, Wrocław: MWW, 2010.
15. Przybylski W. – „Piłka nożna – trening”, AWF, Gdańsk, 1998
16. Stuła A. – „Nowoczesna piłka nożna”, AWF, Gorzów Wlk., 1999
17. Talaga J. – „Atlas ćwiczeń piłkarskich”, Ypsilon, Warszawa, 1999
18. Talaga J. – „Trening piłki nożnej”, COS, Warszawa 1997
19. Talaga J. – „ABC młodego piłkarza”, Poznań: Zysk i S-ka, 2006.
20. Talaga J. – „Piłka nożna. Sprawność fizyczna specjalna – testy”, Poznań: Zysk i S-ka, 2006.

Pomoce naukowe: środki dydaktyczne (np. piłki nożne, znaczniki, pachołki itp.), rzutnik multimedialny.

Nakład pracy studenta potrzebny do osiągnięcia zakładanych efektów uczenia się – bilans punktów ECTS			
Udział w zajęciach, aktywność	Obciążenie studenta [h]		
	Inne godz. kontaktowe (IGK)	Zajęcia bez nauczyciela-praca własna studenta (ZBN)	Zajęcia dydaktyczne
Udział w ... <i>wykładach</i>	X	X	X
Samodzielne studiowanie tematyki ... <i>wykładów</i>	X	X	X
Udział w <i>Zajęciach praktycznych</i>	X	X	120 [h]
Samodzielne przygotowanie się do <i>Zajęć praktycznych</i>	X	70 [h]	X
Udział w konsultacjach	20 [h]	X	X
Przygotowanie do <i>zaliczenia / egzaminu</i>	X	13 [h]	X
Udział w <i>egzaminie / zaliczeniu</i>	2 [h]	X	X
Sumaryczne obciążenie pracą studenta	22 [h]/ 0,88 ECTS	83 [h]/ 3,32 ECTS	120 [h]/ 4,8 ECTS
Punkty ECTS za przedmiot	9 ECTS		

Informacje dodatkowe, uwagi