

**STUDIUM WYCHOWANIA FIZYCZNEGO I SPORTU
KARTA PRZEDMIOTU**

Nazwa w języku polskim: KOSZYKÓWKA
Nazwa w języku angielskim: BASKETBALL
Profil: ogólnouczelniany, praktyczny
Stopień studiów i forma: I stopień, stacjonarna
Rodzaj przedmiotu: wybieralny, ogólnouczelniany
Kod przedmiotu: WFW036012
Grupa kursów: NIE

	Wykład	Ćwiczenia	Lab.	Projekt	Sem.
Liczba godzin zajęć zorganizowanych w Uczelni (ZZU)		30			
Liczba godzin całkowitego nakładu pracy studenta (CNPS)		30			
Forma zaliczenia		Zaliczenie na ocenę			
Dla grupy kursów zaznaczyć kurs końcowy (X)					
Liczba punktów ECTS		0			
w tym liczba punktów odpowiadająca zajęciom o charakterze praktycznym (P)		0			
w tym liczba punktów ECTS odpowiadająca zajęciom wymagającym bezpośredniego kontaktu (BK)		0			

WYMAGANIA WSTĘPNE W ZAKRESIE WIEDZY, UMIEJĘTNOŚCI I KOMPETENCJI SPOŁECZNYCH

1. Brak przeciwwskazań zdrowotnych do aktywnego uczestnictwa w zajęciach koszykówki.
2. Podstawy techniki indywidualnej koszykarza: chwyt i podania piłki, rzuty do kosza, kozłowanie piłki.
3. Podstawowa znajomość przepisów gry w koszykówkę.

CELE PRZEDMIOTU

- C1: Poprawa techniki indywidualnej.
C2: Nauka podstawowych elementów taktyki gry w koszykówkę.
C3: Doskonalenie cech motorycznych poprzez grę w koszykówkę.

PRZEDMIOTOWE EFEKTY KSZTAŁCENIA

Z zakresu wiedzy:

PEK_W01: Student zna podstawowe założenia taktyki gry w obronie i w ataku.

PEK_W02: Student posiada podstawową wiedzę z zakresu przepisów i sędziowania gry w koszykówkę.

Z zakresu umiejętności:

PEK_U01: Student potrafi prawidłowo wykonać podstawowe elementy indywidualne gry koszykarza: chwyt i podanie piłki w różnych formach, kozłowanie piłki i rzut do kosza w różnych formach i z różnych pozycji.

PEK_U02: Student potrafi czynnie sędziować spotkanie koszykarskie.

Z zakresu kompetencji społecznych:

PEK_K01: Student ma świadomość ważności całościowej aktywności fizycznej dla zdrowia fizycznego i psychicznego.

PEK_K02: Student stosuje zasadę „fair play” w życiu codziennym.

PEK_K03: Student stosuje współdziałanie w grupie wyniesione z gry w koszykówkę w życiu codziennym.

PEK_K04: Student promuje społeczne i kulturowe znaczenie sportu i aktywności fizycznej oraz pielęgnuje własne upodobania z zakresu kultury fizycznej.

TREŚCI PROGRAMOWE		
Forma zajęć - ćwiczenia		Liczba godzin
Ćw. 1	Zajęcia organizacyjne. Przedstawienie warunków zaliczenia semestru, sposobu usprawiedliwiania i odrabiania zajęć, programu zajęć, warunków BHP na zajęciach z koszykówki, omówienie obowiązków dyżurnego szatni.	2
Ćw. 2-6	Technika indywidualna koszykarza. Doskonalenie techniki gry koszykarza bez piłki: start, bieg i zatrzymanie, bieg ze zmianą tempa i kierunku, wyskok, piwoty, zastawianie. Doskonalenie chwytów i podań piłki: chwyt i podanie piłki półgórnej, kozłem, hakiem, oburącz znad głowy, jednorącz znad barku, piłki toczącej się. Doskonalenie kozłowania piłki ze szczególnym uwzględnieniem kozłowania piłki w styczności z przeciwnikiem. Doskonalenie rzutów do kosza: rzut z biegu (dwutakt) z lewej i prawej strony kosza, rzut z pół dystansu z miejsca i wyskoku, rzut z dystansu (za 3 punkty).	10
Ćw. 7-9	Taktyka gry w ataku: „ścięcie i obiegnięcie”, atak szybki po zbiórce piłki z tablicy, rozegranie przewagi w ataku 2:1, 3:1, 3:2, atak pozycyjny (ustawienie zawodnika do rzutu z pół dystansu i rzutu za 3 punkty). Taktyka gry w obronie: krycie „każdy swego”, obrona stref 3:2 i 2:1:2.	6
Ćw. 10-14	Gry szkolne: gra do pięciu podań doskonaląca chwyt i podania piłki (bez kozłowania), gry małe 4:4 na jeden kosz i 9:9 bez kozłowania na całe boisko. Gry turniejowe: street ball gra do 5-6 punktów. Gra właściwa z pełnymi przepisami. Przepisy i sędziowanie (interpretacja podstawowych przepisów gry w koszykówkę: błąd kroków, podwójnego kozłowania, błąd połowy, faul obrony, faul w ataku, przepis 3, 5, 8, 24 sek.) oraz sygnalizacja sędziowska poszczególnych błędów.	10
Ćw. 15	Przeprowadzenie testu sprawdzającego opanowanie elementów technicznych gry koszykarza uwzględniającego chwyt i podanie piłki, jej kozłowanie oraz rzutu do kosza. Zaliczenie semestru.	2
	Suma godzin	30

STOSOWANE NARZĘDZIA DYDAKTYCZNE
N1. Ćwiczenia praktyczne. N2. Demonstracja prowadzącego. N3. Demonstracja studenta. N4. Wykład.

OCENA OSIĄGNIĘCIA PRZEDMIOTOWYCH EFEKTÓW KSZTAŁCENIA

Oceny: F – formująca (w trakcie semestru), P – podsumowująca (na koniec semestru).	Numer efektu kształcenia	Sposób oceny osiągnięcia efektu kształcenia
F1	PEK_W01, W02	Odpowiedź ustna, demonstracja.
F2	PEK_U01, U02	Demonstracja, frekwencja, test.
P: Frekwencja, aktywność i postawa na zajęciach oraz średnia z ocen F1 i F2.		

LITERATURA PODSTAWOWA I UZUPEŁNIAJĄCA
LITERATURA PODSTAWOWA: [1] Arlet T.: <i>Koszykówka. Podstawy techniki i taktyki</i> . Kraków, 2002. [2] Huciński T.: <i>Vademecum koszykówki</i> . Biblioteka Trenera RCMSzKFiS Warszawa, 1996.
LITERATURA UZUPEŁNIAJĄCA: [1] Drażczyk S.: <i>Koszykówka: wybór ćwiczeń do nauczania techniki</i> . Łódź, 2000.
OPIEKUN PRZEDMIOTU (IMIĘ, NAZWISKO, ADRES E-MAIL)
Irena Gryszko, irena.gryszko@pwr.edu.pl