

**STUDIUM WYCHOWANIA FIZYCZNEGO I SPORTU
KARTA PRZEDMIOTU**

Nazwa w języku polskim: FUTSAL
Nazwa w języku angielskim: FUTSAL
Profil: ogólnouczelniany, praktyczny
Stopień studiów i forma: I stopień, stacjonarna
Rodzaj przedmiotu: wybieralny, ogólnouczelniany
Kod przedmiotu: WFW006025
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		1			
w tym liczba punktów odpowiadająca zajęciom o charakterze praktycznym (P)		1			
w tym liczba punktów ECTS odpowiadająca zajęciom wymagającym bezpośredniego kontaktu (BK)		1			

**WYMAGANIA WSTĘPNE W ZAKRESIE WIEDZY, UMIEJĘTNOŚCI I KOMPETENCJI
SPOŁECZNYCH**

1. Brak przeciwwskazań zdrowotnych do aktywnego uczestnictwa w zajęciach sportowych.
2. Podstawowa znajomość przepisów gry w piłkę nożną.
3. Odpowiedni ubiór i obuwie sportowe.

CELE PRZEDMIOTU

- C1: Poprawa wytrzymałości ogólnej i specjalnej w zakresie gry w futsal.
C2: Opanowanie podstawowych umiejętności techniczno-taktycznych: przyjęcie i podanie wewnętrzną częścią stopy, prowadzenie piłki podeszwową częścią stopy, uderzenie czubkiem buta, sposoby rozegrania ataku szybkiego.
C3: Zapoznanie z przepisami gry w futsal.

PRZEDMIOTOWE EFEKTY KSZTAŁCENIA

Z zakresu wiedzy:

- PEK_W01: Student zna system treningu opracowany przez FIFA, zapobiegający kontuzjom w piłce nożnej - „manual 11+”
PEK_W02: Student zna przepisy gry w futsal.

Z zakresu umiejętności:

- PEK_U01: Student potrafi przyjąć i prowadzić piłkę podeszwową częścią buta – noga L i P.
PEK_U02: Student potrafi rozegrać szybki atak.

Z zakresu kompetencji społecznych:

- PEK_K01: Student ma świadomość prozdrowotnego uczestnictwa w masowej kulturze fizycznej.
PEK_K02: Bierze czynny udział w rekreacyjnych rozgrywkach futsalowych.

TREŚCI PROGRAMOWE		
Forma zajęć - ćwiczenia		Liczba godzin
Ćw. 1	Zasady BHP, warunki zaliczenia, przepisy gry w piłkę nożną, BEEP-TEST – ocena stanu wyjściowego wytrzymałości ogólnej.	2
Ćw. 2-5	Kształtowanie wytrzymałości specjalnej, doskonalenie umiejętności prowadzenia piłki podeszwową częścią buta, uderzenie sytuacyjne czubkiem buta.	8
Ćw. 6-8	Schematy rozegrania ataku szybkiego: 2x1, 3x1, 3x2.	6
Ćw. 9-10	Rozegranie ataku szybkiego w różnych sytuacjach meczowych.	4
Ćw. 11-13	Gra właściwa.	6
Ćw. 14	BEEP-TEST – porównanie efektów pracy w semestrze, poprawy wytrzymałości.	2
Ćw. 15	Zaliczenie	2
	Suma godzin	30

STOSOWANE NARZĘDZIA DYDAKTYCZNE
N1. Ćwiczenia praktyczne. N2. Demonstracja prowadzącego (studenta). N3. Pokaz (prezentacja multimedialna). 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 i pokaz.
F2	PEK_U01, U02	Test.
P: Frekwencja, aktywność i postawa na zajęciach oraz średnia z ocen F1 i F2		

LITERATURA PODSTAWOWA I UZUPEŁNIAJĄCA
<u>LITERATURA PODSTAWOWA:</u> [1] Stępiński M., Paluszek K.: <i>Atlas środków doskonalących uderzenia i przyjęcia piłki</i> . Wydawca ANTEX. 2008. [2] Valdericeda F.: <i>Futsal taktyka i ćwiczenia taktyczne</i> . Wydawnictwo HM. 2011.
<u>LITERATURA UZUPEŁNIAJĄCA:</u> [1] www.footballtrening.pl : Portal dla trenerów piłki nożnej. [2] www.fifa.com : Materiały szkoleniowe portalu internetowego
OPIEKUN PRZEDMIOTU (IMIE, NAZWISKO, ADRES E-MAIL)
Jerzy Słowiński, jerzy.sliwinski@pwr.edu.pl