

**STUDIUM WYCHOWANIA FIZYCZNEGO I SPORTU  
KARTA PRZEDMIOTU**

**Nazwa w języku polskim:** UNIHOKEJ  
**Nazwa w języku angielskim:** FLOORBALL  
**Profil:** ogólnouczelniany, praktyczny  
**Stopień studiów i forma:** I stopień, stacjonarna  
**Rodzaj przedmiotu:** wybieralny, ogólnouczelniany  
**Kod przedmiotu:** WFW036042  
**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 sportowych.
2. Odpowiedni ubiór i obuwie sportowe.

**CELE PRZEDMIOTU**

- C1: Poznanie zasad gry, przepisów i specyfiki gry w unihokeja.  
C2: Zapoznanie się z podstawowymi elementami technicznymi gry, zdobycie umiejętności wykorzystania ich w grze.  
C3: Kształtowanie cech motorycznych wymaganych w grze – siła dynamiczna, szybkość, wytrzymałość biegowa, zwinność.  
C4: Kształtowanie specyficznych cech charakteru wymaganych w unihokeju – współdziałanie w grupie, podporządkowanie celów własnych celom grupy (drużyny), orientacja na boisku, zdolność przewidywania.

**PRZEDMIOTOWE EFEKTY KSZTAŁCENIA**

**Z zakresu wiedzy:**

PEK\_W01: Student zna zasady i przepisy gry w unihokeja oraz historię dyscypliny.

PEK\_W02: Student wie jak wykonać i zastosować w grze podstawowe elementy techniczne gry w unihokeja.

**Z zakresu umiejętności:**

PEK\_U01: Student umie wykonać podstawowe elementy techniczne gry.

PEK\_U02: Student umie zastosować proste warianty taktyczne zarówno w grze w ataku jak i obronie.

**Z zakresu kompetencji społecznych:**

PEK\_K01: Ma świadomość ważności całościowej aktywności fizycznej dla zdrowia fizycznego i psychicznego.

PEK\_K02: Promuje społeczne i kulturowe znaczenie sportu i aktywności fizycznej, pielęgnuje własne upodobania z zakresu kultury fizycznej, współpracuje w zespole, uczestniczy w rywalizacji sportowej, stosuje zasady fair play.

TREŚCI PROGRAMOWE		
Forma zajęć - ćwiczenia		Liczba godzin
Ćw. 1	Zasady i przepisy gry, historia dyscypliny.	2
Ćw. 2	Oswojenie ze sprzętem, prawidłowe pozycja zawodnika, trzymanie kija, żonglerka piłką.	4
Ćw. 3	Nauka przyjęcia piłki i podania forhandem i backhandem.	4
Ćw. 4	Doskonalenie podań w biegu ze zmianami kierunku i tempa biegu.	4
Ćw. 5	Strzały na bramkę – forhand i backhand – nauka i doskonalenie.	6
Ćw. 6	Gra 1 na 1 – drybling.	4
Ćw. 7	Kontratak - gra w przewadze.	2
Ćw. 8	Gra w ataku pozycyjnym.	2
Ćw. 9	Wykorzystanie poznanych elementów w grze właściwej.	2
Suma godzin		30

STOSOWANE NARZĘDZIA DYDAKTYCZNE
N1. Ćwiczenia praktyczne. N2. Demonstracja prowadzącego (studenta). N3. 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, test .
F2	PEK_U01, U02	Demonstracja, test.
<b>P:</b> Frekwencja, aktywność i postawa na zajęciach oraz średnia z ocen F1 i F2.		

#### LITERATURA PODSTAWOWA I UZUPEŁNIAJĄCA

##### **LITERATURA PODSTAWOWA:**

[1] Starzyńska S., Tywoniuk-Małysz A.: *Unihokej: podstawy technik i taktyki w ćwiczeniach, grach i zabawach*. Polska Federacja Unihokeja-Floorball, 1998.

##### **LITERATURA UZUPEŁNIAJĄCA:**

[1] Kałużny K.: *Unihokej gry i zabawy ruchowe*. Wrocław: Wydawnictwo AWF, 2010.

#### OPIEKUN PRZEDMIOTU (IMIE, NAZWISKO, ADRES E-MAIL)

Krzysztof Zemankiewicz, krzysztof.zemankiewicz@pwr.edu.pl