

**STUDIUM WYCHOWANIA FIZYCZNEGO I SPORTU
KARTA PRZEDMIOTU**

Nazwa w języku polskim: UNIHOKEJ (SEKCJA)
Nazwa w języku angielskim: INDOOR HOCKEY (VARSITY DIVISION)
Profil: ogólnouczelniany, praktyczny
Stopień studiów i forma: I stopień, stacjonarna
Rodzaj przedmiotu: wybieralny, ogólnouczelniany
Kod przedmiotu: WFW036045
Grupa kursów: NIE

	Wykład	Ćwiczenia	Lab.	Projekt	Sem.
Liczba godzin zajęć zorganizowanych w Uczelni (ZZU)		60			
Liczba godzin całkowitego nakładu pracy studenta (CNPS)		60			
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 uczestnictwa w treningu unihokeja.
2. Dobre wyszkolenie techniczne oraz przeszłość zawodnicza w unihokeju, hokeju na lodzie lub hokeju na trawie.
3. Poddanie się weryfikacji przez trenera na pierwszym treningu.
4. Obowiązkowa przynależność do AZS i AKS PWr po zakwalifikowaniu się do sekcji i udział w zawodach AMP.

CELE PRZEDMIOTU

- C1: Przygotowanie sekcji do udziału w rozgrywkach Dolnośląskiej Ligi Międzyuczelnianej.
C2: Umożliwienie rozwijania pasji sportowej.
C3: Kształtowanie cech motorycznych jako działanie użyteczne.

PRZEDMIOTOWE EFEKTY KSZTAŁCENIA

Z zakresu wiedzy:

- PEK_W01: Student zna zasady rozegrania ataku szybkiego po podaniu bramkarza.
PEK_W02: Student zna sposoby rozegrania ataku pozycyjnego „po trójkątach”.

Z zakresu umiejętności:

- PEK_U01: Potrafi wykonać zadania i zmianę pozycji w grze obronnej i ataku pozycyjnym.
PEK_U02: Potrafi rozegrać cztery stałe fragmenty gry.

Z zakresu kompetencji społecznych:

- PEK_K01: Student stosuje zasadę „fair play” w grze.
PEK_K02: Uczestniczy w rywalizacji sportowej i jej organizacji.

TREŚCI PROGRAMOWE		
Forma zajęć - ćwiczenia		Liczba godzin
Ćw. 1-2	Zajęcia organizacyjne: zapoznanie z regulaminem sekcji, informacja o badaniach lekarskich do książeczki sportowca, dokonanie selekcji do drużyny, wybór kapitana i kierownika sekcji. Przydział sprzętu do gry. Zajęcia ogólnorozwojowe kształtujące wytrzymałość.	4
Ćw. 3-6	Nauka rozruchu przedmeczowego. Nauka ćwiczeń rozciągających. Doskonalenie podań i przyjęć piłki, poruszania się po boisku, zwodów, obiegnięć, strzałów. Kształtowanie wytrzymałości ogólnej. Gry małe i uproszczone.	8
Ćw. 7-9	Nauka ataku szybkiego po podaniu bramkarza, po przechwycie piłki. Atak szybki 2, 3, 4 zawodnikami. Kształtowanie wytrzymałości szybkościowej. Ćw. fragmentów gry. Nauka rozebrania czterech rzutów wolnych.	6
Ćw. 10-14	Nauka wykonania rzutu karnego. Ćwiczenia kształtujące siłę, szybkość. Gry uproszczone. Nauka rozebrania autu z tzw: „krzyża”. Nauka gry w obronie i ataku w oparciu o ustawienia „po trójkątach”. Ćwiczenia fragmentów gry z wykorzystaniem ustawienia w ataku pozycyjnym.	10
Ćw. 15-20	Gry szkolne, sparingi. Nauka rozebrania dwóch rzutów wolnych przy polu przedbramkowym. Doskonalenie strzałów z dystansu i półdystansu. Gry i zabawy strzeleckie. Gry uproszczone. Doskonalenie obrony „2-1-2” i „1-2-2”.	12
Ćw. 21-30	Mecze kontrolne z innymi uczelniami. Udział w Lidze Dolnośląskiej, Mistrzostwach Polski Amatorów.	20
	Suma godzin	60

STOSOWANE NARZĘDZIA DYDAKTYCZNE
N1. Ćwiczenia praktyczne indywidualne i grupowe. N2. Trening sportowy. N3. Zawody sportowe. N4. Trening taktyczny – wykład (tablica trenerska). N5. Środki audiowizualne.

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, arkusz obserwacyjny.
F3	PEK_K01, K02	Obserwacja, frekwencja.
P: Frekwencja, aktywność i postawa na zajęciach i meczach oraz średnia z ocen F1, F2, F3.		

LITERATURA PODSTAWOWA I UZUPEŁNIAJĄCA
LITERATURA PODSTAWOWA: [1] Biłska M.: <i>Unihokej. Gra z bramkarzem. Technika i taktyka</i> . Gdynia: Polska Federacja Unihokeja-Floorball, 1999.
LITERATURA UZUPEŁNIAJĄCA: [1] Starzyńska S., Tywoniuk-Małysz A.: <i>Unihokej – Floorball</i> . AWFIS Gdańsk, 2001.
OPIEKUN PRZEDMIOTU (IMIE, NAZWISKO, ADRES E-MAIL) Krzysztof Zemankiewicz, krzysztof.zemankiewicz@pwr.edu.pl