KARTA OPISU PRZEDMIOTU - SYLABUS

Nazwa przedmiotu
Piłka nożna [C_CS>PN30_Z2]

Przedmiot

Kierunek studiów
Budownictwo zrównoważone/Sustainable Building Engineering

Rok/Semestr
1/1

Studia w zakresie (specjalność)
Bezpieczeństwo transportu lotniczego
Bezzałogowe statki powietrzne
Elektrochemia techniczna
Kompozyty i nanomateriały
Organizacja ruchu lotniczego
Pilotaż statków powietrznych
Silniki lotnicze i płatowce
Systemy pokładowe i napędy lotnicze
Technologia organiczna
Technologia polimerów
null

Profil studiów
ogólnoakademicki

Poziom studiów
pierwszego stopnia

Język oferowanego przedmiotu
polski

Forma studiów
stacjonarne

Wymagalność
obieralny

Liczba godzin

Wykład
0

Laboratorium
0

Inne
0

Ćwiczenia
30

Projekty/seminaria
0

Liczba punktów ECTS

0,00

Koordynatorzy

mgr Katarzyna Wasielewska
katarzyna.wasielewska@put.poznan.pl

mgr Krzysztof Rembicki
krzysztof.rembicki@put.poznan.pl

mgr Agata Ostrowska
agata.ostrowska@put.poznan.pl

Wykładowcy

mgr Tomasz Baszak
tomasz.baszak@put.poznan.pl

Wymagania wstępne

Brak przeciwwskazań zdrowotnych. Obowiązuje strój sportowy, zmienne obuwie (zakaz gry w „korkach”),

zajęcia na boisku zewnętrznym

Cel przedmiotu

Propagowanie zdrowego stylu życia. Nauka oraz doskonalenie elementów technicznych z zakresu piłki nożnej. Kształtowanie sprawności ogólnej i specjalnej z zakresu piłki nożnej. Doskonalenie sprawności kondycyjnej i koordynacyjnej Aktywna forma spędzania czasu wolnego Dla osób zainteresowanych indywidualnym rozwojem, proponujemy poszerzenie zakresu ćwiczeń o udział w treningach sekcji sportowej Klubu Uczelnianego AZS PP oraz udział w turniejach organizowanych w ramach rozgrywek akademickich.

Przedmiotowe efekty uczenia się

Wiedza:
Znajomość reguł gry i przepisów sportowych w odniesieniu do wybranej dyscypliny w ramach zajęć z Wychowania Fizycznego.
Znajomość zasad prowadzenia zajęć ruchowych.

Umiejętności:
Zdolność samodzielnej oceny sytuacji na zajęciach w oparciu o przepisy i reguły w konkretnej dyscyplinie. Umiejętność samodzielnego przeprowadzenia rozgrzewki w oparciu o założenia programu zajęć. Umiejętność dostosowania trudności zadań do indywidualnych potrzeb w trakcie zajęć. Umiejętność obiektywnej samooceny oraz reagowanie na jej wynik względem wymagań stawianych sobie.

Kompetencje społeczne:
Student zdobywa świadomość swojego ciała by umiejętnie dobierać ćwiczenia w celu jego kształtowania i prawidłowego rozwoju.
Student nabywa umiejętność działania w grupie poprzez wspólne analizowanie, dobieranie ćwiczeń, omawianie problemów oraz ocenę postępów.
Student nabywa umiejętności organizacyjnych przy prowadzeniu zajęć i organizowaniu podstawowej rywalizacji sportowej (mecze, turnieje itp.) zgodnie z obowiązującymi przepisami oraz zasadami fair play.

Metody weryfikacji efektów uczenia się i kryteria oceny

Efekty uczenia się przedstawione wyżej weryfikowane są w następujący sposób:

Zaliczenie przedmiotu odbywa się poprzez aktywne i regularne uczestnictwo w zajęciach.
Możliwa są 2 nieobecność bez obowiązku odrabiania i usprawiedliwiania przy 30 godzinach w semestrze. Student zobowiązany jest do odrobienia pozostałych nieobecności oraz krótkoterminowych zwolnień lekarskich w porozumieniu ze swoim prowadzącym.
Możliwe jest odrobienie dwóch zajęć w tygodniu.
W zajęciach z wychowania fizycznego można uczestniczyć maksymalnie maksymalnie 1 raz dziennie.
Zajęcia należy odrobić w innym dniu niż zajęcia programowe.

Treści programowe

- przygotowanie do zajęć, umiejętność przeprowadzenia rozgrzewki
- nauczenie i doskonalenie przyjęć, podań i uderzeń piłki
- różne formy gry (uproszczona, właściwa)
- organizacja zawodów, zapoznanie z systemami rozgrywek
- znajomość przepisów i sędziowanie

Tematyka zajęć

1 .Nauka rozgrzewki- kilka rund biegania po boisku w różnych tempach - od wolnego do szybkiego.
2. Strzały na bramkę w różne cele, np. strzały zza pola karnego, strzały po ziemi, etc.
3. Podania ; dokładność podań w wyznaczone cele.
4. Mini mecze: podział drużyny na mniejsze grupy i rozegranie kilku mini meczów na małym boisku, co pozwoli na lepsze zrozumienie taktyki i współpracy z partnerami.
5. Szybkie podania
6. Podanie krótkie - poprzez krótki i precyzyjny ruch piłka jest przekazywana do gracza znajdującego się

blisko siebie.
7. Podanie długie - polega na przekazaniu piłki z większej odległości, często wykonywane jest za pomocą silnego uderzenia.
8. Podanie lobowane - piłka jest przerzucana nad przeciwnikami w celu dotarcia do partnera zespołowego.
9. Podanie na środku - pozwala na zachowanie kontroli nad grą i rozpoczęcie akcji ofensywnej z najlepszej pozycji.
10. Podanie wykańczające - ostateczne podanie do zawodnika znajdującego się w dogodnej sytuacji podbramkowej, mające na celu zdobycie bramki.
11. Podanie boczne - przekazanie piłki do bocznego zawodnika w celu rozpoczęcia ataku z innej strony boiska.
12. Podanie do boku - przekazanie piłki na zewnętrzne pole, aby rozciągnąć obronę przeciwnika i stworzyć
przestrzeń dla innych graczy.
13. Przepisy i organizacja zawodów

Metody dydaktyczne

- teoria, pogadanka
- zadaniowa
- właściwa

Literatura

Podstawowa:
1. Talaga J., Technika piłki nożnej. Biblioteka Trenera, Warszawa 1996.
2. Talaga J., Taktyka piłki nożnej. Biblioteka Trenera, Warszawa 1997.
3. Talaga J., Trening piłki nożnej. Biblioteka Trenera, Warszawa 1997.

Uzupełniająca:
-

Bilans nakładu pracy przeciętnego studenta

	Godzin	ECTS
Łączny nakład pracy	30	0,00
Zajęcia wymagające bezpośredniego kontaktu z nauczycielem	30	0,00
Praca własna studenta (studia literaturowe, przygotowanie do zajęć laboratoryjnych/ćwiczeń, przygotowanie do kolokwiów/egzaminu, wykonanie projektu)	0	0,00