

**PIŁKA SIATKOWA KOBIET I MĘŻCZYŹN**

SYLABUS PRZEDMIOTU NA ROK AKADEMICKI 2020/2021

<b>NAZWA PRZEDMIOTU</b>	Siatkówka Kobiet i Mężczyzn
<b>KIERUNEK STUDIÓW</b>	Międzywydziałowe
<b>JĘZYK WYKŁADOWY</b>	Polski
<b>LICZEBNOŚĆ GRUPY</b>	16-20 osób
<b>PŁEĆ GRUPY</b>	Kobiety i mężczyźni

<b>OSOBA PROWADZĄCA PRZEDMIOT</b>	<b>Stopień naukowy, imię i nazwisko osoby</b>	<b>Katedra / Centrum</b>	<b>Forma prowadzenia zajęć</b>
	mgr Radosława Hrebanda Kuenstler	Centrum Wychowania Fizycznego i Sportu	Hybrydowa
<b>CELE KSZTAŁCENIA</b>	Wyposażenie studentów w wiedzę, kompetencje i umiejętności niezbędne dla podstaw gry w piłkę siatkową		

**FORMY KSZTAŁCENIA**
**ZAJĘCIA W FORMIE ĆWICZEŃ**

<b>TEMATYKA ZAJĘĆ</b>	<b>OPIS EFEKTÓW KSZTAŁCENIA NA POZIOMIE PRZEDMIOTU</b>	<b>LICZBA GODZIN</b>
1. 1.Nauka rozgrzewki ogólnej, odbicia piłki sposobem górnym i dolnym w różnych1.Nauka rozgrzewki ogólnej, odbicia piłki sposobem górnym i dolnym w różnych pozycjach.	Student umie samodzielnie przeprowadzić rozgrzewkę i doskonali odbicia sposobem górnym i dolnym.	2

2.Odbicia piłki „po kozle”, nauka padów siatkarskich.	Student umie odbijać sposobem górnym i dolnym i doskonali pad siatkarski.	2
3.Zbicie znad siatki z piłki zatrzymanej.	Student zbija znad siatki z piłki zatrzymanej.	2
4.Zbicie znad siatki z piłki podrzuconej.	Student zbija znad siatki z piłki podrzuconej.	2
5.Zbicie znad siatki w pełnej formie.	Student umie zbić znad siatki.	2
<b>Suma:</b>		<b>10</b>

#### ZAJĘCIA W FORMIE WYKŁADÓW ZDALNYCH (ON-LINE)

TEMATYKA ZAJĘĆ	OPIS EFEKTÓW KSZTAŁCENIA NA POZIOMIE PRZEDMIOTU	FORMA SPRAWDZIANU	LICZBA GODZIN
1. Podstawy przepisów piłki siatkowej halowej.	<ul style="list-style-type: none"> <li>Student zna przepisy halowej piłki siatkowej</li> </ul>	Pytanie online	2
2. Odbicie sposobem dolnym i jego wykorzystanie w przyjęciu zagrywki.	<ul style="list-style-type: none"> <li>Student zna taktykę i technikę przyjęcia zagrywki sposobem dolnym.</li> </ul>	Pytanie online	2
3. Odbicia sposobem górnym i jego wykorzystanie w rozgrywaniu piłki.	<ul style="list-style-type: none"> <li>Student zna technikę i taktykę rozgrywania piłki.</li> </ul>	Pytanie online	2

4. Zadania zawodników na poszczególnych miejscach na boisku-zasady poruszania się po boisku.	<ul style="list-style-type: none"> <li>Student zna zasady poruszania się po boisku.</li> </ul>	Pytanie online	2
5. Wpływ ruchu i ćwiczeń ogólnorozwojowych na zdrowie człowieka.	<ul style="list-style-type: none"> <li>Student wie o prozdrowotnych aspektach aktywnego zachowania.</li> </ul>	Pytanie online	2
<b>Suma:</b>			<b>10</b>

ZAJĘCIA W FORMIE TERENOWEJ			
WYDARZENIE	DATA / GODZ.	ADRES	LICZBA GODZIN
1. Zajęcia siatkarskie	Stosownie do planu zajęć	<b>Adres:</b> Dolina 3 stawów -boisko do siatkówki plażowej <b>Dojazd:</b> we własnym zakresie <b>Aktywność:</b> gra	2
2. Zajęcia siatkarskie	Stosownie do planu zajęć	<b>Adres:</b> Dolina 3 stawów -boisko do siatkówki plażowej <b>Dojazd:</b> we własnym zakresie <b>Aktywność:</b> gra	2
3. Zajęcia siatkarskie	Stosownie do planu zajęć	<b>Adres:</b> Dolina 3 stawów -boisko do siatkówki plażowej <b>Dojazd:</b> we własnym zakresie <b>Aktywność:</b> gra	2
4. Zajęcia siatkarskie	Stosownie do planu zajęć	<b>Adres:</b> Dolina 3 stawów -boisko do siatkówki plażowej <b>Dojazd:</b> we własnym zakresie <b>Aktywność:</b> gra	2

5. Zajęcia siatkarskie	Stosownie do planu zajęć	<b>Adres:</b> Dolina 3 stawów -boisko do siatkówki plażowej <b>Dojazd:</b> we własnym zakresie <b>Aktywność:</b> gra	2
<b>Suma:</b>			10

Bibliografia: