

Akademia Wychowania Fizycznego i Sportu w Gdańsku
KARTA OPISU ZAJĘĆ (SYLABUS) W CYKLU KSZTAŁCENIA 2019/2022

Jednostka Organizacyjna:	Pracownia Koszykówki						Kierunek: Sport
Poziom studiów (I stopień/II stopień/ jednolite studia magisterskie)	II stopień						
Profil studiów (ogólnoakademicki/praktyczny)	Praktyczny						
Nazwa zajęć (przedmiotu):	SPECJALIZACJA TRENERSKA - KOSZYKÓWKA						
Tryb studiów (stacjonarne/niestacjonarne): <i>stacjonarne</i>	Rok	Semestr	Rodzaj zajęć	Liczba godzin	Punkty ECTS	Typ zajęć (obligatoryjny do wyboru)	Język wykładowy
				stacjonarne			
	I/II	1/2/3/4	<i>wykłady</i>	100	-	Do wyboru	J. polski
		<i>ćwiczenia</i>	400	40			
Nauczyciel(-e) odpowiedzialny(-i) za zajęcia (przedmiot): dr Roman Tymański, dr Małgorzata Czerlonko							
E-mail: tymanski@wp.pl , m.czerlonko@awf.gda.pl							
Wymagania wstępne:							
Posiadanie statusu studenta II stopnia.							
1. Uczestnictwo w zajęciach fakultatywnych z koszykówki na I stopniu studiów.							
2. Reprezentowanie Uczelni w rozgrywkach:							
a) Liga Międzyuczelniana,							
b) Eliminacje i finały Akademickich Mistrzostw Polski,							
c) Igrzyska Studentów I-go Roczника							
3. Uprawianie koszykówki w klubach sportowych.							
4. Praca szkoleniowa w koszykówce.							
Cele zajęć (przedmiotu):							
Celem przedmiotu jest przygotowanie studentów do pracy w koszykówce na wszystkich poziomach zaawansowania sportowego.							

Opis efektów uczenia się dla zajęć oraz ich powiązanie z efektami uczenia się dla kierunku

WIEDZA		
W1	Opisuje fakty i wyjaśnia zjawiska w zakresie wybranej specjalizacji. Zna historię dyscypliny. Potrafi scharakteryzować grę w koszykówkę oraz zna zasady, formy i metody stosowane w treningu. Zna technikę wykonania, metodykę nauczania elementów techniczno-taktycznych w koszykówce.	K_W14
UMIĘJĘTNOŚCI		
U1	Potrafi zastosować wiedzę w działaniach typowych dla trenera koszykówki	K_U12
U2	Posiada umiejętności ruchowe z zakresu koszykówki umożliwiające pełnienie roli trenera.	K_U13
KOMPETENCJE		
K1	Przejawia gotowość do rozwiązywania zadań w pracy w charakterze trenera koszykówki.	K_K08

Kryteria i metody oceny osiągniętych efektów uczenia się:

Aktywny udział studentów w wymaganej liczbie godzin ćwiczeń i wykładów (minimum 80%),
Ocena wybranych prób sprawności fizycznej specjalnej studentów – weryfikacja W1, U2 - ocena eksperta.
Wykonanie pracy zaliczeniowej: Przedstawienie graficzne za pomocą programu komputerowego wybranych ataków pozycyjnych – weryfikacja U1.
Ocena metodyki nauczania wybranego elementu techniczno-taktycznego – weryfikacja W1, U2, U3, K4 - ocena eksperta.
Ocena przeprowadzonej jednostki treningowej pod kątem: realizacji tematu, doboru środków, opisu i pokazu nauczanego elementu, postawy prowadzącego, poprawności konspektu – weryfikacja W1, U1, U2, K1 - ocena eksperta.
Ocena za udział w organizacji meczów Pomorskiej Ligi Międzyuczelnianej, zawodów międzyrocznikowych i międzygrupowych, organizacja konferencji metodyczno-szkoleniowych itp. – weryfikacja K1 - ocena eksperta
Udział i obserwacja przy pomocy arkuszy obserwacyjnych meczów Polskiej Ligi Koszykówki i Polskiej Ligi Koszykówki Kobiet, a także spotkań niższych klas rozgrywkowych – W1, U1, U2.
Przedstawienie prezentacji na wybrany temat z zakresu koszykówki - W1, U1.

Aby uzyskać zaliczenie zajęć (przedmiotu) na ocenę dostateczną student musi osiągnąć wszystkie wymienione w programie efekty kształcenia.

Metody i formy realizacji zajęć (przedmiotu):

Ćwiczenia praktyczne realizowane metodą syntetyczną, analityczną i mieszaną.
W ćwiczeniach stosuje się formę zabawową, ścisłą, fragmentów gry, gry szkolnej i właściwej.

Treści kształcenia:

Wykłady:

- Aktualne tendencje rozwoju dyscypliny z uwzględnieniem zmian w przepisach.
- Etapy szkolenia w koszykówce ze szczególnym uwzględnieniem specjalistycznego etapu szkolenia.
- Programowanie, planowanie i sterowanie procesem szkoleniowo- treningowym, ze szczególnym uwzględnieniem specjalistycznego etapu szkolenia.
- Budowanie zespołu na wszystkich poziomach szkolenia, cele szkoleniowe, funkcje zawodników i pozycje w grze.
- Obciążenia treningowe i ich regulacja.
- Współczesny trening siły mięśniowej w koszykówce.
- Ćwiczenia funkcjonalne i stabilizacyjne dla koszykarzy.
- Trening dynamiczny z oporem zewnętrznym.
- Intelktualizacja procesu nauczania techniki, indywidualizacja w treningu (indywidualne programy, specjalizacja w treningu z uwzględnieniem etapów szkolenia sportowego).
- Ogólne i specjalne przygotowanie psychiczne do zawodów, wpływ koncentracji psychicznej na efektywność i skuteczność walki sportowej.
- Cechy socjologiczne zawodników, grup i drużyny pożądane w budowaniu zespołu koszykówki.
- Znaczenie osoby trenera, jego kompetencje i relacje.
- Organizacja i funkcjonowanie sztabu zespołu koszykówki.
- Sposoby rejestracji działań startowych.
- Sterowanie procesem startowym drużyny koszykarskiej.
- Ocena struktury i skuteczności gry w koszykówkę.
- Ocena efektywności gry zawodnika i zespołu.
- Rozpoznanie rywali w procesie ich udziału w zawodach.
- Przygotowanie materiału filmowego oraz graficznego o rywalu.

Ćwiczenia:

- Programy doskonalenia elementów techniczno - taktycznych.
- Obwody ćwiczebne doskonalące elementy techniki gry w ataku i obronie.
- Strategia i taktyka gry w ataku:
 - działania indywidualne (doskonalenie elementów techniczno - taktycznych)
 - działania grupowe (współpraca w dwójkach, trójkach i czwórkach ze szczególnym uwzględnieniem odpowiedniego rozstawienia graczy i utrzymywania odpowiednich odległości pomiędzy nimi) wyjście do piłki, ścięcie i obiegnięcie, krótkie podanie, penetracja i odegranie, podanie do środka i na zewnątrz, zasłony "do piłki", zasłony "bez piłki";
 - działania drużynowe: atak szybki, ataki pozycyjne przeciwko obronie "każdy swego", ataki przeciwko obronie strefowej, atak przeciwko obronie na całym boisku, sytuacje specjalne.
- Strategia i taktyka gry w obronie:
 - działania indywidualne (doskonalenie elementów technicznych gry),
 - działania grupowe (współpraca w dwójkach, trójkach i czwórkach) sposoby obrony zasłon "do piłki" oraz "bez piłki"
 - działania drużynowe: przejście z ataku do obrony, obrona zespołowa "każdy swego" na różnych częściach boiska, obrona strefowa, obrona kombinowana.
- Organizacja zawodów i turniejów w ramach różnych systemów rozgrywek oraz układanie kalendarza gier (współorganizacja rozgrywek PLM oraz samodzielna organizacja zawodów międzygrupowych i międzyrocznikowych).

Forma zaliczenia:

Wykłady i ćwiczenia – zaliczenie z oceną

Literatura:*Podstawowa:*

Arlet T. *Koszykówka. Podstawy techniki i taktyki*. Kraków: Extrema, 2001.

Dembiński J. *Koszykówka*. Warszawa: Wyższa Szkoła - Edukacja w Sporcie, 2011.

FIBA. *Oficjalne przepisy gry w koszykówkę*. Warszawa: PZKosz, 2010.

Huciński T., i inni – tłumaczenie. *Koszykówka dla młodych zawodników – wskazówki dla trenerów*, (tytuł oryginału; *Basketball for Young Players. Guidelines for Coaches*)

Warszawa: PZKosz, 2002.

Huciński T., Jakubiak R. *Koszykówka. Metodyka nauczania i doskonalenia podstaw*. Wrocław: BK Wydawnictwo i Księgarnie, 2005.

Huciński T., Kisiel E. *Szkolenie dzieci i młodzieży w koszykówce – teoria i praktyka*. Warszawa: COS, 2008.

Huciński T., Lekner I. *Nauczanie i doskonalenie techniki gry w koszykówce przy zastosowaniu obwodów stacyjnych*. Gdańsk: AWF, 2008.

Huciński T., Wilejto – Lekner I., Makurat F. *Kierowanie treningiem i walką sportową w koszykówce. Gra w obronie*. Gdańsk: AWF, 1998.

Huciński T., Lekner I., Wołujewicz -Czerlonko M., Tymański R. *Gra w koszykówkę i jej walory w kształtowaniu osobowości dziecka*. Gdańsk: AWFIS, 2008.

Ljach W. *Koszykówka. Podręcznik dla studentów Akademii Wychowania Fizycznego (część I)*. Kraków: Podręczniki i skrypty, 2003.

Klimontowicz W. *Koszykówka. Program szkolenia dzieci i młodzieży*. Warszawa: COS, 1999.

Mazur D., Mikołajec K. *Koszykarski atlas ćwiczeń*. Katowice: AWF, 2009.

Naglak Z. *Kształcenie gracza na podstawowym etapie*. Wrocław: AWF, 2010.

Świątek J., Poznański R. *Obrona w koszykówce. Terminologia, systemy i zalecenia praktyczne*. Wrocław, 2010.

Uzupełniająca:

Czajkowski Z. *Nauczanie techniki sportowej*. Warszawa: Centralny Ośrodek Sportu, 2004.

Czerwiński J. *Kontrola treningu i walki sportowej w zespołowych grach sportowych*. Gdańsk: AWFIS, 2007.

Czerwiński J., Sozański H. (red.). *Współczesne koncepcje szkolenia w zespołowych grach sportowych*. Gdańsk: AWFIS, 2004.

Czerwiński J., Jastrzębski Z. *Proces szkolenia w zespołowych grach sportowych. Teoria i praktyka*. Gdańsk: AWFIS, 2006.

Ljach W. *Kształtowanie zdolności motorycznych dzieci i młodzieży*. Warszawa 2003.

Ljach W. *Koszykówka. Podręcznik dla studentów Akademii Wychowania Fizycznego (część II)*. Kraków: Podręczniki i skrypty, 2007.

Rzepa T. (red.). *Aktywność ruchowa z piłką w doskonaleniu wybranych właściwości osobowości ucznia*. Wrocław: AWF, 1999.

Zajac A., Wilk M., Poprzęcki S., Bacik B. *Współczesny trening siły mięśniowej*. Katowice: 2009.

Bilans punktów ECTS (1 pkt ECTS – 25-30 godz. pracy studenta):

Aktywność	Obciążenie studenta
	stacjonarne
Udział w wykładach	100 godz.
Samodzielne studiowanie tematyki wykładów	100 godz.
Udział w ćwiczeniach	400 godz.
Przygotowanie się do ćwiczeń	400 godz.
Konsultacje	10 godz.
	Całkowite obciążenie pracą studenta
	1010 godz.
	Punkty ECTS za zajęcia (przedmiot)
	40 ECTS