

# TEORIA I METODYKA PIŁEK EDUKACYJNYCH EDUBALL I UNIHOKEJA

## (I ROK WF)

**Kierunek:** Wychowanie Fizyczne

**Rok, semestr:** I rok, semestr I

**Rodzaj studiów:** niestacjonarne

**Jednostka prowadząca:** Zakład Zespołowych Gier Sportowych

**Prowadzący:** dr Ireneusz Cichy, dr Krzysztof Kałużny, dr Sara Wawrzyniak

**Liczba godzin:** 15 h (3 h wykłady i 12 h ćwiczenia)

**Forma:** Zajęcia mają charakter praktyczny w trakcie których treści realizowane są poprzez zastosowanie metod słownych i działania praktycznego oraz samodzielnego prowadzenia fragmentu zajęć.

### **Zasady i warunki zaliczenia:**

w zakresie wiedzy:

- kontrola bieżąca,
- zaliczenie wszystkich prac pisemnych z EDUballi i unihokeja,
- test przepisów gry w unihokeja.

w zakresie umiejętności:

- pozytywna ocena z prowadzenia fragmentu lekcji z EDUballi i unihokeja,
- pozytywna ocena z sędziowania gry w unihokeja,
- aktywność na zajęciach.

### **Kryteria zaliczenia przedmiotu:**

- pozytywne oceny z prac pisemnych i przepisów gry w unihokeja,
- pozytywna ocena z kontroli bieżącej,
- pozytywna ocena z realizacji fragmentu lekcji,
- pozytywna ocena z sędziowania gry w unihokeja.

### **Wszystkie ćwiczenia muszą być zaliczone na pozytywną ocenę.**

- Dopuszczalne są 2 nieobecności na ćwiczeniach. Nieobecności należy zaliczyć na konsultacjach w ciągu 2 tygodni od wystąpienia nieobecności. Konsekwencją niezaliczenia nieobecności jest ocena niedostateczna z przedmiotu.
- W przypadku 3 i więcej nieobecności student nie ma możliwości zaliczenia przedmiotu.
- Na ćwiczeniach obowiązuje strój sportowy. W przypadku braku stroju student ma nieobecność.
- Każdy student/studentka na zajęciach musi posiadać (własny) gwizdek do sędziowania czy prowadzenia zajęć.
- W sytuacji gdy student/studentka nie może ćwiczyć (np. kontuzja) obowiązuje strój sportowy oraz wydrukowany arkusz hospitacji zajęć, który wypełniony należy po zajęciach, oddać prowadzącemu.
- Nie ma spóźnień na zajęcia (nieobecność).
- Korzystanie podczas zajęć z telefonu komórkowego przez studenta jest równoznaczne z nieobecnością.

## Wykłady

1. Cele gier z piłką w wychowaniu fizycznym i sporcie,
2. Struktura i rodzaje rozgrzewki.
3. Wskazówki metodyczne dotyczące zabaw i gier.
4. Piłki edukacyjne EDUball w edukacji przedszkolnej i wczesnoszkolnej.
5. Unihokej (charakterystyka gry, boisko, sprzęt, historia, odmiany gry, czynności ruchowe, działania indywidualne, grupowe i zespołowe w ataku i obronie).

## Ćwiczenie 1

I. Poznajemy zabawy integracyjne z piłkami edukacyjnymi EDUball.

1. Zapoznanie z nowatorską pomocą dydaktyczną, jaką jest komplet piłek edukacyjnych EDUball.
2. Zapoznanie ze sposobami integrowania grupy podczas zajęć ruchowych.

II. Poznajemy alfabet – zabawy o charakterze orientacyjno-porządkowym.

1. Zapoznanie studentów z zabawami o charakterze orientacyjno-porządkowym z piłkami edukacyjnymi.

III. Poznajemy ćwiczenia i zabawy z piłkami edukacyjnymi rozwijające umiejętność rachowania.

IV. Uczymy się współpracować w grupie – zabawy z piłkami edukacyjnymi rozwijające myślenie abstrakcyjne.

1. Poznajemy pojęcie myślenie abstrakcyjne.
2. Poznajemy korzyści z współpracy w grupie (ja potrzebny jestem grupie, a grupa potrzebna jest mi).
3. Poznajemy sposoby realizacji zajęć z dużą liczbą piłek w warunkach plenerowych.

V. Uczymy się rywalizować - na przykładzie „wyścigów rzędów”.

1. Poznajemy zasadę „równych szans” w oparciu o wyścigi rzędów.
2. Uczymy się przygotowywać alternatywne sposoby działania dla uczestników wyścigów rzędów.
3. Uczymy się przygotowywać rywalizację zespołową w oparciu o indywidualne możliwości ucznia.

### **Zadania dla studenta:**

1. Zapoznaj się ze specyfiką piłek edukacyjnych EDUball.

## Ćwiczenie 2

### I. Pilki edukacyjne EDUball w edukacji wczesnoszkolnej i przedszkolnej.

1. Wykorzystanie piłek edukacyjnych w realizacji wybranych celów dydaktycznych i nauczaniu treści interdyscyplinarnych w edukacji wczesnoszkolnej.
2. Zapoznanie studentów z ogólnymi zasadami formułowania scenariuszy zajęć.

### Zadania dla studenta:

1. Opracuj pisemnie zestaw 2 środków (zabaw, gier, zadań lub ćwiczeń) nauczających lub doskonalących treści z języka polskiego.
2. Opracuj pisemnie zestaw 2 środków (zabaw, gier, zadań lub ćwiczeń) nauczających lub doskonalących treści z edukacji matematycznej
3. Przygotuj się do prowadzenia fragmentu zajęć na podstawie przygotowanych zestawów środków w nauczaniu lub doskonaleniu **treści z języka polskiego i matematyki.**

## Ćwiczenie 3

- I. Wykorzystanie piłek edukacyjnych EDUball w edukacji szkolnej.
- II. Test przepisów gry z unihokeja.

### Zadania dla studenta:

1. Opracuj pisemnie zestaw 2 środków (zabaw, gier, zadań lub ćwiczeń) nauczających lub doskonalących treści interdyscyplinarne z piłkami edukacyjnymi w edukacji szkolnej
2. Przygotuj się do prowadzenia fragmentu zajęć na podstawie przygotowanych zestawów środków w nauczaniu lub doskonaleniu treści z **języka polskiego, matematyki i nauczania interdyscyplinarnego.**
3. Przygotuj się do testu z przepisów gry w unihokeja (test przepisów).

## Ćwiczenie 4

### I. Zapoznanie z działaniami pomocniczymi w ataku i w obronie.

1. Ćwiczenia oswajające z kijem i piłką do unihokeja.
2. Uchwyt kija.
3. Postawa zawodnika.
4. Poruszanie się po boisku bez piłki.
5. Poruszanie się po boisku z piłką – prowadzenie i drybling.

### II. Zapoznanie z pomocniczymi umiejętnościami ruchowymi (podanie i przyjęcie piłki).

1. Podania piłki – dolne i o bandę.
2. Przyjęcia piłki toczącej się po ziemi.
3. Podania piłki – półgórne i górne (wysokie).
4. Przyjęcie piłki półgórnej i górnej.

### III. Doskonalenie pomocniczych umiejętności ruchowych.

1. Prowadzenie, drybling, podania i przyjęcia piłki.
2. Gry uproszczone doskonalące prowadzenie, podania i przyjęcia piłki.
3. Gra uproszczona oraz praktyczna umiejętność sędziowania.
4. Prezentacja zabaw i gier doskonalących pomocnicze umiejętności ruchowe.

### **Zadania dla studenta:**

1. Przygotuj się do praktycznego sędziowania meczu.
2. Opracuj 2 zabawy/gry nauczające prowadzenie, drybling, podanie i przyjęcie piłki (w układzie: nazwa gry, cel, boisko, przybory, uczestnicy, przebieg i organizacja).
3. Przygotuj się do prowadzenia fragmentu zajęć.

## Ćwiczenie 5

### I. Nauczanie indywidualnych działań głównych w ataku.

#### 1. Indywidualne działania główne zawodników pola w ataku:

- uderzenia piłki do bramki z pełnego zamachu,
- uderzenia piłki do bramki z pociągnięcia.

### II. Zapoznanie z głównymi czynnościami ruchowymi w obronie.

#### 1. Indywidualne, grupowe i zespołowe działania w obronie.

#### 2. Indywidualne czynności ruchowe w obronie.

#### 3. Nauczanie i doskonalenie blokowania.

### III. Nauczanie działań grupowych w grze ofensywnej i defensywnej.

#### 1. Działania grupowe w ataku:

- działania indywidualne z piłką zależne od partnerów,
- działania indywidualne bez piłki zależne od partnerów.

#### 2. Działania grupowe w obronie.

#### 3. Gra oraz praktyczna umiejętność sędziowania.

### IV. Doskonalenie pomocniczych i głównych czynności ruchowych w ataku szybkim.

#### 1. Działania zespołowe zawodników pola w ataku.

#### 2. Atak szybki.

#### 3. Gra oraz praktyczna umiejętność sędziowania.

#### 4. Prezentacja zabaw i gier doskonalących główne umiejętności ruchowe.

### **Zadania dla studenta**

1. Przygotuj się do praktycznego sędziowania meczu.
2. Opracuj 2 zabawy/gry nauczające lub doskonalące atak szybki lub atak pozycyjny (w układzie: nazwa zabawy/gry, cel, boisko, przybory, uczestnicy, przebieg i organizacja).
3. Przygotuj się do prowadzenia fragmentu zajęć (fakultatywnie).

## Ćwiczenie 6

I. Doskonalenie pomocniczych i głównych czynności ruchowych w ataku.

1. Działania zespołowe zawodników pola w ataku.
2. Atak pozycyjny.

II. Nauczanie działań zespołowych w obronie.

1. Działania zespołowe w obronie.
2. Doskonalenie obrony „każdy swego”.

III. Doskonalenie współdziałania zawodników przy stałych fragmentach gry.

1. Doskonalenie rozgrywania stałych fragmentów gry.
2. Rzut wolny i rzut karny.

IV. Współdziałanie zawodników w ataku i w obronie w sytuacjach specjalnych.

1. Sytuacje specjalne w unihokeju:
  - gra w przewadze liczebnej,
  - gra w osłabieniu.
2. Gry uproszczone doskonalące prowadzenie gry w przewadze i w osłabieniu.
3. Gra oraz praktyczna umiejętność sędziowania.
4. Prezentacja zabaw i gier doskonalących współdziałanie zawodników w ataku pozycyjnym oraz ataku i obronie w sytuacjach specjalnych.

### Zadania dla studenta

1. Przygotuj się do praktycznego sędziowania meczu.
2. Przygotuj się do prowadzenia fragmentu zajęć (fakultatywnie).

## Piśmiennictwo:

1. Bilaska M. (1999). Unihokej. Gra z bramkarzem. Technika i taktyka. Biała Podlaska.
2. Cichy, I., Kaczmarczyk, M., Wawrzyniak, S., Kruszwicka, A., Przybyła, T., Klichowski, M., Rokita, A. (2020). Participating in physical classes using Eduball stimulates acquisition of mathematical knowledge and skills by primary school students. *Frontiers in Psychology, 11*, 2194 <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.02194>
3. Cichy I., Kruszwicka A., Palus P., Przybyła T., Schliermann R., Wawrzyniak S., Klichowski M., Rokita A. (2022). Physical Education with Eduball Stimulates Non-Native Language Learning in Primary School Students. *International Journal of Environmental Research and Public Health, 19*(13):8192.
4. Kałużny K. (2003) Unihokej - floorball. [w] Wołyniec J. (red.) Przepisy zespołowych gier sportowych w zakresie podstawowym. Wydawnictwo BK, Wrocław
5. Kałużny K. (2010). Unihokej. Zabawy i gry ruchowe. AWF Wrocław.
6. Kałużny K. (2018). Unihokej. Edukacja sportowa gracza. AWF Wrocław.
7. Kałużny K. (2021). Unihokej. Przewodnik do ćwiczeń. AWF, Wrocław.
8. Oksanen J. (2014). Floorball. Podręcznik do nauki gry. Wyd. Międzynarodowa Federacja Unihokeja, PFU-F Gdynia.
9. Paavilainen A. (2007). Technika indywidualna i taktyka. Nauka techniki indywidualnej taktyki. Instrukcje i ćwiczenia. Wyd. Międzynarodowa Federacja Unihokeja, PFU-F Gdynia.
10. Paavilainen A. (2007). Taktyka drużynowa. Nauka taktyki drużynowej w dyscyplinie unihokej. Wskazówki i ćwiczenia. Wyd. Międzynarodowa Federacja Unihokeja, PFU-F Gdynia.
11. Paavilainen A. (2008). Sytuacje specjalne oraz gra bramkarza. Wskazówki i ćwiczenia. Międzynarodowa Federacja Unihokeja, PFU-F Gdynia.
12. Pham, V.H., Wawrzyniak, S., Cichy, I., Bronikowski, M., Rokita, A. (2021). BRAINballs Program Improves the Gross Motor Skills of Primary School Pupils in Vietnam. *Int. J. Environ. Res. Public Health 18*, 1290. <https://doi.org/10.3390/ijerph18031290>
13. Przepisy gry w unihokeja (2018r.) [www.pzunihokeja.pl](http://www.pzunihokeja.pl)
14. Rokita A. (2008). Zajęcia ruchowe z piłkami edukacyjnymi „edubal” w kształceniu zintegrowanym a sprawność fizyczna oraz umiejętności czytania i pisanie uczniów. Studia i Monografie AWF Wrocław nr 93.
15. Rokita A., Rzepa T. (2002) Bawiąc – uczę się. Piłki edukacyjne w kształceniu zintegrowanym. AWF, Wrocław.



16. Rokita A., Rzepa T. (2005), Piłki edukacyjne w kształceniu wczesnoszkolnym. AWF Wrocław.
17. Rokita, A., Cichy I., Wawrzyniak S. (2017). Ruch, który rozwija – wykorzystanie piłek edukacyjnych EDUball w edukacji przedszkolnej i wczesnoszkolnej podsumowanie 15 lat badań. *Pedagogika Przedszkolna i Wczesnoszkolna* 5 (2): 183-196.
18. Rokita, A., Wawrzyniak S., Cichy I. (2018). *Learning by Playing! 100 Games and Exercises of Brainballs*. Wrocław, Poland: AWF.
19. Rokita A., Cichy I., Wawrzyniak S., Korbecki M. (2016). Gry i zabawy z Eduballami : przewodnik dla nauczycieli edukacji wczesnoszkolnej i współpracujących nauczycieli wychowania fizycznego realizujących program "Mały Mistrz". Ministerstwo Sportu i Turystyki; Urząd Marszałkowski Województwa Dolnośląskiego; Szkolny Związek Sportowy "Dolny Śląsk", Wrocław
20. Starzyńska S. (2001). Unihokej dla małych i dużych. PFU-F Gdynia.
21. Starzyńska S., Tywoniuk - Małysz A. (1998). Unihokej. Podstawy techniki i taktyki w ćwiczeniach, grach i zabawach. PFU-F Gdynia.
22. Wawrzyniak S., Cichy I., Matias A. R., Pawlik D., Kruszwicka A., Klichowski M., Rokita A. (2021). Physical Activity With Eduball Stimulates Graphomotor Skills in Primary School Students. *Frontiers in Psychology*, 12, 606. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.614138>
23. Wawrzyniak S., Korbecki M., Cichy I., Kruszwicka A., Przybyła T., Klichowski M., Rokita A. (2022). Everyone Can Implement Eduball in Physical Education to Develop Cognitive and Motor Skills in Primary School Students. *International Journal of Environmental Research and Public Health*. 19(3):1275. <https://doi.org/10.3390/ijerph19031275>