

ΠΕΡΙΓΡΑΜΜΑ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ

1. ΓΕΝΙΚΑ

ΣΧΟΛΗ	ΕΠΙΣΤΗΜΗΣ ΦΥΣΙΚΗΣ ΑΓΩΓΗΣ ΚΑΙ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ		
ΤΜΗΜΑ	ΕΠΙΣΤΗΜΗΣ ΦΥΣΙΚΗΣ ΑΓΩΓΗΣ ΚΑΙ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ		
ΕΠΙΠΕΔΟ ΣΠΟΥΔΩΝ	ΕΠΙΠΕΔΟ 6		
ΚΩΔΙΚΟΣ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ	N401	ΕΞΑΜΗΝΟ ΣΠΟΥΔΩΝ	Χειμερινό
ΤΙΤΛΟΣ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ	ΠΡΟΠΟΝΗΣΗ ΣΤΑ ΒΑΣΙΚΑ ΣΤΟΙΧΕΙΑ ΚΑΙ ΑΜΥΝΤΙΚΗ ΑΜΥΝΑ		
ΑΥΤΟΤΕΛΕΙΣ ΔΙΔΑΚΤΙΚΕΣ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ <i>σε περίπτωση που οι πιστωτικές μονάδες απονέμονται σε διακριτά μέρη του μαθήματος π.χ. Διαλέξεις, Εργαστηριακές Ασκήσεις κ.λπ. Αν οι πιστωτικές μονάδες απονέμονται ενιαία για το σύνολο του μαθήματος αναγράψτε τις εβδομαδιαίες ώρες διδασκαλίας και το σύνολο των πιστωτικών μονάδων</i>	ΕΒΔΟΜΑΔΙΑΙΕΣ ΩΡΕΣ ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑΣ	ΠΙΣΤΩΤΙΚΕΣ ΜΟΝΑΔΕΣ	
	6	6	
<i>Προσθέστε σειρές αν χρειαστεί. Η οργάνωση διδασκαλίας και οι διδακτικές μέθοδοι που χρησιμοποιούνται περιγράφονται αναλυτικά στο 4.</i>			
ΤΥΠΟΣ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ <i>Υποβάθρου, Γενικών Γνώσεων, Επιστημονικής Περιοχής, Ανάπτυξης Δεξιοτήτων</i>	ΕΙΔΙΚΟΤΗΤΑ		
ΠΡΟΑΠΑΙΤΟΥΜΕΝΑ ΜΑΘΗΜΑΤΑ:	ΝΑΙ		
ΓΛΩΣΣΑ ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑΣ και ΕΞΕΤΑΣΕΩΝ:	ΕΛΛΗΝΙΚΗ		
ΤΟ ΜΑΘΗΜΑ ΠΡΟΣΦΕΡΕΤΑΙ ΣΕ ΦΟΙΤΗΤΕΣ ERASMUS	ΟΧΙ		
ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΗ ΣΕΛΙΔΑ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ (URL)	https://eclass.duth.gr/courses/KOM02391/		

2. ΜΑΘΗΣΙΑΚΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ

Μαθησιακά Αποτελέσματα

Περιγράφονται τα μαθησιακά αποτελέσματα του μαθήματος οι συγκεκριμένες γνώσεις, δεξιότητες και ικανότητες καταλλήλου επιπέδου που θα αποκτήσουν οι φοιτητές μετά την επιτυχή ολοκλήρωση του μαθήματος.

Συμβουλευτείτε το Παράρτημα Α

- Περιγραφή του Επιπέδου των Μαθησιακών Αποτελεσμάτων για κάθε ένα κύκλο σπουδών σύμφωνα με Πλαίσιο Προσόντων του Ευρωπαϊκού Χώρου Ανώτατης Εκπαίδευσης
- Περιγραφικοί Δείκτες Επιπέδων 6, 7 & 8 του Ευρωπαϊκού Πλαισίου Προσόντων Διά Βίου Μάθησης και Παράρτημα Β

και Παράρτημα Β

- Περιληπτικός Οδηγός συγγραφής Μαθησιακών Αποτελεσμάτων

- Η εκμάθηση των Βασικών αρχών ατομικής τεχνικής στην καλαθοσφαίριση.
- Η διδασκαλία και εκτέλεση μεγάλου αριθμού ασκήσεων με στόχο την επανάληψη και εμπέδωση των βασικών κινήσεων.
- Μέθοδοι διδασκαλίας (αναλυτική συνθετική μέθοδος κ.λ.π.) για απλές και συνδυασμένες κινήσεις των βασικών δεξιοτήτων.
- Βασικές αρχές προπονητικής διαδικασίας

Γενικές Ικανότητες

Λαμβάνοντας υπόψη τις γενικές ικανότητες που πρέπει να έχει αποκτήσει ο πτυχιούχος (όπως αυτές αναγράφονται στο Παράρτημα Διπλώματος και παρατίθενται ακολούθως) σε ποια / ποιες από αυτές αποσκοπεί το μάθημα:

Αναζήτηση, ανάλυση και σύνθεση δεδομένων και πληροφοριών, με τη χρήση και των απαραίτητων τεχνολογιών

Προσαρμογή σε νέες καταστάσεις
Λήψη αποφάσεων

Σχεδιασμός και διαχείριση έργων

Σεβασμός στη διαφορετικότητα και στην πολυπολιτισμικότητα
Σεβασμός στο φυσικό περιβάλλον

Επίδειξη κοινωνικής, επαγγελματικής και ηθικής υπευθυνότητας και ευαισθησίας σε θέματα φύλου

Αυτόνομη εργασία

Ομαδική εργασία

Εργασία σε διεθνές περιβάλλον

Εργασία σε διεπιστημονικό περιβάλλον

Παράγωγή νέων ερευνητικών ιδεών

Άσκηση κριτικής και αυτοκριτικής

Προαγωγή της ελεύθερης, δημιουργικής και επαγωγικής σκέψης

Μετά την ολοκλήρωση της φοίτησης στο συγκεκριμένο μάθημα, οι φοιτητές –τριες θα είναι ικανοί να:

1. **Γνωρίζουν και να κατανοούν** τις βασικές τεχνικές δεξιότητες.
2. **Γνωρίζουν και να κατανοούν** τη διδασκαλία των βασικών δεξιοτήτων.
3. **Μπορούν** να διδάξουν ειδικό ασκησιολόγιο για επιθετικές συνεργασίες 2,3,και 4 παικτών.
4. Συντάξουν και να διδάξουν ειδικό ασκησιολόγιο για ημερήσια προπόνηση στις βασικές δεξιότητες της καλαθοσφαίρισης.

3. ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΟ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ

1. ισορροπία (τρέξιμο, μετακινήσεις, αμυντικά γλιστρήματα κ.λ.π.)
2. κινήσεις χωρίς μπάλα (στάσεις, θέσεις, στροφές, εκκινήσεις)
3. εξοικείωση με την μπάλα
4. πάσα (πάσες με ένα και με δύο χέρια)
5. πάσα σε στάση και σε κίνηση
6. πάσα (παρουσίαση ασκησιολογίου για την πάσα)
7. ντρίπλα (κοντρόλ, προωθητική, παραλλαγές της ντρίπλας)
8. ντρίπλα (παρουσίαση ασκησιολογίου για την ντρίπλα)
9. σουτ (ελεύθερη βολή, διεϊσδυση-μπάσιμο)
10. σουτ (τζάμπ σουτ, χουκ σουτ, φόλου σουτ κ.λ.π.)
11. αγωνιστικά σουτ με άμυνα
12. συνδυασμένες ασκήσεις σουτ-πάσα-ντρίπλα
13. προβολές βίντεο (επίδειξη βασικών δεξιοτήτων σουτ-πάσα-ντρίπλα)
14. διεκδικήσεις (αμυντικά ριμπάουντ, επιθετικά ριμπάουντ)
15. διεκδικήσεις (μπλοκ άουτ, κλειψίματα, χαμένες μπαλιές)
16. καταστάσεις ελευθέρων βολών
17. προβολές βίντεο (επίδειξη ριμπάουντ και διεκδικήσεων)
18. προσποιήσεις περιφερειακών παικτών χωρίς μπάλα
19. προσποιήσεις περιφερειακών παικτών με μπάλα
20. προσποιήσεις κεντρικών παικτών χωρίς μπάλα
21. προσποιήσεις κεντρικών παικτών με μπάλα
22. προβολές βίντεο (επίδειξη κινήσεων περιφερειακών και κεντρικών παικτών)
23. γενικές και μεθοδικές υποδείξεις διδασκαλίας
24. επανάληψη όλης της θεματολογίας (επίλυση αποριών)
25. παρουσίαση ασκησιολογίου από τους φοιτητές
26. παρουσίαση ασκησιολογίου από τους φοιτητές
27. μίνι καλαθοσφαίριση, κανονισμοί
28. μίνι καλαθοσφαίριση στις προσχολικές ηλικίες
29. μίνι καλαθοσφαίριση στις σχολικές ηλικίες
30. πρακτική άσκηση μίνι καλαθοσφαίρισης (φύλλο αγώνα, διαιτησία)
31. τροποποιημένες μορφές παιχνιδιών για την ανάπτυξη ατομικών δεξιοτήτων
32. τροποποιημένες μορφές παιχνιδιών για την ανάπτυξη ομαδικών δεξιοτήτων
33. υγιεινή νεαρών καλαθοσφαιριστών, διατροφή
34. ειδικός έλεγχος φυσικής κατάστασης – τέστ
35. αξιολόγηση ικανοτήτων τεχνικής – τεστ
36. επικοινωνία με τους αθλητές

37. επιλογή νεαρών αθλητών στην καλαθοσφαίριση
38. κίνητρα συμμετοχής
39. τεχνικά βοηθητικά μέσα εκμάθησης δεξιοτήτων

4. ΔΙΔΑΚΤΙΚΕΣ και ΜΑΘΗΣΙΑΚΕΣ ΜΕΘΟΔΟΙ - ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ

<p>ΤΡΟΠΟΣ ΠΑΡΑΔΟΣΗΣ <i>Πρόσωπο με πρόσωπο, Εξ αποστάσεως εκπαίδευση κ.λπ.</i></p>	<p>Θεωρητική και πρακτική διδασκαλία. Η κατανομή της διδασκαλίας του περιεχομένου των μαθημάτων γίνεται ως εξής:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Διδασκαλία και θεωρητική προσέγγιση του αντικειμένου 40% Εκμάθηση τρόπου διδασκαλίας των βασικών δεξιοτήτων (επίδειξη, μεθοδολογία - διδασκαλία απλών και σύνθετων κινήσεων στην καλαθοσφαίριση). Πρακτική άσκηση: 60% 			
<p>ΧΡΗΣΗ ΤΕΧΝΟΛΟΓΩΝ ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΑΣ ΚΑΙ ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΩΝ <i>Χρήση Τ.Π.Ε. στη Διδασκαλία, στην Εργαστηριακή Εκπαίδευση, στην Επικοινωνία με τους φοιτητές</i></p>	<p>Χρήση Τ.Π.Ε. στη Διδασκαλία και στην Επικοινωνία με τους φοιτητές</p>			
<p>ΟΡΓΑΝΩΣΗ ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑΣ <i>Περιγράφονται αναλυτικά ο τρόπος και μέθοδοι διδασκαλίας. Διαλέξεις, Σεμινάρια, Εργαστηριακή Άσκηση, Άσκηση Πεδίου, Μελέτη & ανάλυση βιβλιογραφίας, Φροντιστήριο, Πρακτική (Τοποθέτηση), Κλινική Άσκηση, Καλλιτεχνικό Εργαστήριο, Διαδραστική διδασκαλία, Εκπαιδευτικές επισκέψεις, Εκπόνηση μελέτης (project), Συγγραφή εργασίας / εργασιών, Καλλιτεχνική δημιουργία, κ.λπ.</i></p> <p><i>Αναγράφονται οι ώρες μελέτης του φοιτητή για κάθε μαθησιακή δραστηριότητα καθώς και οι ώρες μη καθοδηγούμενης μελέτης ώστε ο συνολικός φόρτος εργασίας σε επίπεδο εξαμήνου να αντιστοιχεί στα standards του ECTS</i></p>	<p>Αποτελέσματα μάθησης</p>	<p>Εκπαιδευτικές δραστηριότητες</p>	<p>Αξιολόγηση</p>	<p>Φόρτος Εργασίας Φοιτητή (ώρες)</p>
	<p>1. Γνωρίζουν και κατανοούν τις βασικές δεξιότητες</p>	<p>Διαλέξεις, μελέτη, επίδειξη, πρακτική άσκηση</p>	<p>Ενδιάμεσοι έλεγχοι με συζήτηση, ερωτήσεις και επίλυση αποριών.</p>	<p>40</p>
	<p>2. Γνωρίζουν και κατανοούν τις επιθετικές συνεργασίες 2, 3 και 4 παικτών</p>	<p>Διαλέξεις, μελέτη, επίδειξη, πρακτική άσκηση.</p>	<p>Ενδιάμεσοι έλεγχοι με συζήτηση, ερωτήσεις και επίλυση αποριών.</p>	<p>40</p>
	<p>3. Μπορούν να διδάξουν και να συντάξουν ειδικό ασκησιολόγιο για την εκτέλεση των βασικών δεξιοτήτων.</p>	<p>Διαλέξεις, μελέτη, επίδειξη, πρακτική άσκηση.</p>	<p>Ενδιάμεσοι έλεγχοι με συζήτηση, υποδείξεις και διορθώσεις.</p>	<p>50</p>
	<p>4. Μπορούν να διδάξουν και να συντάξουν ειδικό ασκησιολόγιο για επιθετικές συνεργασίες 2, 3 και 4 παικτών.</p>	<p>Διαλέξεις, μελέτη, επίδειξη, πρακτική άσκηση.</p>	<p>Ενδιάμεσοι έλεγχοι, τελικές εξετάσεις</p>	<p>50</p>
			<p>ΣΥΝΟΛΟ</p>	<p>180</p>

<p>ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ ΦΟΙΤΗΤΩΝ</p> <p>Περιγραφή της διαδικασίας αξιολόγησης</p> <p>Γλώσσα Αξιολόγησης, Μέθοδοι αξιολόγησης, Διαμορφωτική ή Συμπερασματική, Δοκιμασία Πολλαπλής Επιλογής, Ερωτήσεις Σύντομης Απάντησης, Ερωτήσεις Ανάπτυξης Δοκιμίων, Επίλυση Προβλημάτων, Γραπτή Εργασία, Έκθεση / Αναφορά, Προφορική Εξέταση, Δημόσια Παρουσίαση, Εργαστηριακή Εργασία, Κλινική Εξέταση Ασθενούς, Καλλιτεχνική Ερμηνεία, Άλλη / Άλλες</p> <p>Αναφέρονται ρητά προσδιορισμένα κριτήρια αξιολόγησης και εάν και που είναι προσβάσιμα από τους φοιτητές.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Γραπτή εξέταση σε θεωρητικά θέματα (τέλος εξαμήνου): 40% • Πρακτική εξέταση (τέλος του εξαμήνου): 30% • Παρουσία και συμμετοχή στο μάθημα: 20% • Γραπτή εργασία με θεματολόγιο από την ύλη του εξαμήνου 10%
---	--

5. ΣΥΝΙΣΤΩΜΕΝΗ ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

1. Basketball. Οι τεχνικές δεξιότητες στη διδασκαλία των αναπτυξιακών ηλικιών. Τσίτσκαρης Γ., Χατζηαθανασίου Π., Λέφας Α., Γαλαζούλας Χ. Εκδόσεις SALTO, Θεσσαλονίκη 2010.
2. Επίθεση-Άμυνα. Τσίτσκαρης Γ., Λέφας Α., Γαλαζούλας Χ., Καραμουσαλίδης Γ., Θωμαΐδης Α., Δημητρίου Ν. Εκδόσεις SALTO, Θεσσαλονίκη 2010.
3. Εκμάθηση της Καλαθοσφαίρισης. Γαβριηλίδης Ανδρέας, εκδόσεις Τελέθριον, Αθήνα 2010.
4. Goodson Ryan. Καλαθοσφαίριση- Τεχνική Ανάλυση και Διδακτική. Επιμέλεια: Κωστόπουλος Ν., Λάιος Α. (2018). Εκδόσεις Broken Hill, Nicosia, Cyprus.
5. Wissel Hal (2016). Καλαθοσφαίριση- Βήματα για την επιτυχία. Εκδόσεις Α.Ε. Αφοι Κυριακίδη, Θεσσαλονίκη.
6. Ορολογία, διεξαγωγή αγώνων. Τσίτσκαρης Γ., Λέφας Α., Γαλαζούλας Χ. Εκδόσεις SALTO, Θεσσαλονίκη 2010.