

ΠΕΡΙΓΡΑΜΜΑ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ

1. ΓΕΝΙΚΑ

ΣΧΟΛΗ	ΕΠΙΣΤΗΜΗΣ ΦΥΣΙΚΗΣ ΑΓΩΓΗΣ ΚΑΙ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ		
ΤΜΗΜΑ	ΕΠΙΣΤΗΜΗΣ ΦΥΣΙΚΗΣ ΑΓΩΓΗΣ ΚΑΙ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ		
ΕΠΙΠΕΔΟ ΣΠΟΥΔΩΝ	ΕΠΙΠΕΔΟ 6		
ΚΩΔΙΚΟΣ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ	N437	ΕΞΑΜΗΝΟ ΣΠΟΥΔΩΝ	Εαρινό
ΤΙΤΛΟΣ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ	ΤΕΧΝΙΚΗ ΠΡΟΕΤΟΙΜΑΣΙΑ ΚΑΙ ΚΑΝΟΝΙΣΜΟΙ		
ΑΥΤΟΤΕΛΕΙΣ ΔΙΔΑΚΤΙΚΕΣ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ 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	ΕΒΔΟΜΑΔΙΑΙΕΣ ΩΡΕΣ ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑΣ	ΠΙΣΤΩΤΙΚΕΣ ΜΟΝΑΔΕΣ	
	4	8	
Προσθέστε σειρές αν χρειαστεί. Η οργάνωση διδασκαλίας και οι διδακτικές μέθοδοι που χρησιμοποιούνται περιγράφονται αναλυτικά στο 4.			
ΤΥΠΟΣ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ Υποβάθρου , Γενικών Γνώσεων, Επιστημονικής Περιοχής, Ανάπτυξης Δεξιοτήτων	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/KOM02188/		

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
- Περιληπτικός Οδηγός συγγραφής Μαθησιακών Αποτελεσμάτων

Στόχος του μαθήματος είναι να διδάξει στους φοιτητές/τριες της Ειδικότητας Ρυθμικής Γυμναστικής (ΣΤ' Εξάμηνο) τους κανονισμούς που αφορούν στην οργάνωση των αγώνων, στη διαδικασία κρίσης, στον υπολογισμό της βαθμολογίας, στην τεχνική και καλλιτεχνική αξία των συνθέσεων καθώς και στις ποινές που αφορούν την εκτέλεση των ασκήσεων στα ατομικά προγράμματα. Οι θεωρητικές αυτές γνώσεις συνδυάζονται με την πρακτική εφαρμογή των κανονισμών με την προβολή και αξιολόγηση των αγωνιστικών προγραμμάτων στα πέντε όργανα (σχοινάκι, στεφάνι, μπάλα, κορύνες, κορδέλα) μέσω βίντεο.

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

Σχεδιασμός και διαχείριση έργων
Σεβασμός στη διαφορετικότητα και στην πολυπολιτισμικότητα
Σεβασμός στο φυσικό περιβάλλον

Προσαρμογή σε νέες καταστάσεις

Λήψη αποφάσεων

Αυτόνομη εργασία

Ομαδική εργασία

Εργασία σε διεθνές περιβάλλον

Εργασία σε διεπιστημονικό περιβάλλον

Παράγωγή νέων ερευνητικών ιδεών

Επίδειξη κοινωνικής, επαγγελματικής και ηθικής υπευθυνότητας

και ευαισθησίας σε θέματα φύλου

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 τους κανονισμούς που αφορούν στην οργάνωση των αγώνων, στη διαδικασία κρίσης, στον υπολογισμό της βαθμολογίας, στην τεχνική και καλλιτεχνική αξία των συνθέσεων καθώς και στις ποινές που αφορούν την εκτέλεση των ασκήσεων στα ατομικά προγράμματα. με τα πέντε όργανα (σχοινάκι, στεφάνι, μπάλα, κορύνες, κορδέλα)
2. Εκτελούν σύμφωνα με τους κανονισμούς τους συνδυασμούς ελεύθερου σώματος καθώς και με τα πέντε όργανα του αθλήματος (σχοινάκι, στεφάνι, μπάλα, κορύνες, κορδέλα)
3. Προσδιορίζουν και να παράγουν τις εφαρμοσμένες γνώσεις των κανονισμών του αθλήματος.
4. Σχεδιάζουν ένα χορογραφημένο πρόγραμμα με συνοδεία μουσικής με τα πέντε όργανα του αθλήματος (σχοινάκι, στεφάνι, μπάλα, κορύνες, κορδέλα) σύμφωνα με τους κανονισμούς του αθλήματος

3. ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΟ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ

Διάλεξη 1^η : Εισαγωγή στους κανονισμούς - Γενικά στοιχεία ατομικών συνθέσεων

Διάλεξη 2^η : Σύνθεση εφοριών επίσημων πρωταθλημάτων FIG σύνθετου ατομικού

Διάλεξη 3^η : Ανάλυση οργάνωσης αγώνων σύνθετου ατομικού με προβολή βίντεο

Διάλεξη 4^η : Τεχνική Αξία ατομικών προγραμμάτων

Διάλεξη 5^η : Ομάδες σωματικών στοιχείων (άλματα)

Διάλεξη 6^η : Αξιολόγηση τεχνικής αξίας αλμάτων με προβολή βίντεο

Διάλεξη 7^η : Ομάδες σωματικών στοιχείων (ισορροπίες)

Διάλεξη 8^η : Αξιολόγηση τεχνικής αξίας ισορροπιών με προβολή βίντεο

Διάλεξη 9^η : Ομάδες σωματικών στοιχείων (στροφές)

Διάλεξη 10^η: Αξιολόγηση τεχνικής αξίας στροφών με προβολή βίντεο

Διάλεξη 11^η: Ομάδες σωματικών στοιχείων (ασκήσεις ευρύτητας)

Διάλεξη 12^η: Αξιολόγηση τεχνικής αξίας ασκήσεων ευρύτητας με προβολή βίντεο

Διάλεξη 13^η: Ομάδες σωματικών στοιχείων (μεικτές ασκήσεις)

Διάλεξη 14^η: Αξιολόγηση τεχνικής αξίας μεικτών ασκήσεων με προβολή βίντεο

Διάλεξη 15^η: Καλλιτεχνική Αξία ατομικών αγωνιστικών προγραμμάτων

Διάλεξη 16^η: Υποχρεωτικές ομάδες τεχνικής και χειρισμού με το schoinaki

Διάλεξη 17^η: Ειδικά καλλιτεχνικά χαρακτηριστικά (Αξιολόγηση υποδοχών στο schoinaki)

Διάλεξη 18^η: Τεχνική ανάλυση συνδυασμών με schoinaki με προβολή βίντεο

Διάλεξη 19^η: Υποχρεωτικές ομάδες τεχνικής και χειρισμού με τη μπάλα - Ειδικά καλλιτεχνικά χαρακτηριστικά (Αξιολόγηση υποδοχών της μπάλας)

Διάλεξη 20^η: Τεχνική ανάλυση συνδυασμών με μπάλα με προβολή βίντεο

Διάλεξη 21^η: - Υποχρεωτικές ομάδες τεχνικής και χειρισμού με το στεφάνι - Ειδικά καλλιτεχνικά χαρακτηριστικά (Αξιολόγηση υποδοχών στο στεφάνι)

Διάλεξη 22^η: Τεχνική ανάλυση συνδυασμών με στεφάνι με προβολή βίντεο

Διάλεξη 23^η: Υποχρεωτικές ομάδες τεχνικής και χειρισμού με τις κορύνες - Ειδικά καλλιτεχνικά χαρακτηριστικά (Αξιολόγηση υποδοχών στις κορύνες)

Διάλεξη 24^η: Τεχνική ανάλυση συνδυασμών με κορύνες με προβολή βίντεο

Διάλεξη 25^η: - Υποχρεωτικές ομάδες τεχνικής και χειρισμού με την κορδέλα - Ειδικά καλλιτεχνικά χαρακτηριστικά (Αξιολόγηση υποδοχών στην κορδέλα)

Διάλεξη 26^η: Τεχνική ανάλυση συνδυασμών με κορδέλα με προβολή βίντεο

4. ΔΙΔΑΚΤΙΚΕΣ και ΜΑΘΗΣΙΑΚΕΣ ΜΕΘΟΔΟΙ - ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ

ΤΡΟΠΟΣ ΠΑΡΑΔΟΣΗΣ <i>Πρόσωπο με πρόσωπο, Εξ αποστάσεως εκπαίδευση κ.λπ.</i>	Θεωρητική διδασκαλία και πρακτική εφαρμογή			
ΧΡΗΣΗ ΤΕΧΝΟΛΟΓΩΝ ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΑΣ ΚΑΙ ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΩΝ <i>Χρήση Τ.Π.Ε. στη Διδασκαλία, στην Εργαστηριακή Εκπαίδευση, στην Επικοινωνία με τους φοιτητές</i>	Χρήση Τ.Π.Ε. στη Διδασκαλία και στην Επικοινωνία με τους φοιτητές			
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. 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>	Αποτελέσματα μάθησης	Εκπαιδευτικές δραστηριότητες	Αξιολόγηση	Φόρτος Εργασίας Φοιτητή (ώρες)
1. Θα γνωρίζουν τους κανονισμούς που αφορούν στην οργάνωση των αγώνων, στη διαδικασία κρίσης, στον υπολογισμό της βαθμολογίας, στην τεχνική και καλλιτεχνική αξία των συνθέσεων καθώς και στις ποινές που αφορούν την εκτέλεση των ασκήσεων στα ατομικά προγράμματα με τα πέντε όργανα (σχοινάκι, στεφάνι, μπάλα, κορύνες, κορδέλα)	Διαλέξεις, επίδειξη & σχολιασμός ψηφιακού υλικού, μελέτη	Ενδιάμεσοι έλεγχοι με γραπτές δοκιμασίες γνωστικής αξιολόγησης	80	
2. Θα εκτελούν σύμφωνα με τους κανονισμούς τους συνδυασμούς ελεύθερου σώματος καθώς και με τα πέντε όργανα του αθλήματος (σχοινάκι, στεφάνι, μπάλα, κορύνες, κορδέλα)	Πρακτικές ασκήσεις, εξάσκηση, μελέτη	Ενδιάμεσοι έλεγχοι με κατάλληλες κινητικές δοκιμασίες	60	
3. Θα προσδιορίζουν και θα παράγουν τις εφαρμοσμένες γνώσεις των κανονισμών του	Διαλέξεις, σχολιασμός ψηφιακού υλικού, μελέτη	Ενδιάμεσοι έλεγχοι με γραπτές δοκιμασίες γνωστικής	20	

	αθλήματος		αξιολόγησης,	
	4. Θα σχεδιάζουν ένα χορογραφημένο πρόγραμμα με συνοδεία μουσικής με τα πέντε όργανα του αθλήματος (σχοινάκι, στεφάνι, μπάλα, κορύνες, κορδέλα) σύμφωνα με τους κανονισμούς του αθλήματος	Πρακτικές ασκήσεις, εκπόνηση ατομικών εργασιών	Τελικές εξετάσεις	80
			ΣΥΝΟΛΟ	240
<p style="text-align: center;">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>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Γραπτή θεωρητική εξέταση (40%) 2. Πρακτική εξέταση σε ατομικούς συνδυασμούς με όργανα σύμφωνα με τους κανονισμούς του αθλήματος (40%) 3. Ενδιάμεσοι έλεγχοι με γραπτές δοκιμασίες γνωστικής αξιολόγησης (10%) 4. Γραπτή εργασία (10%) 			

5. ΣΥΝΙΣΤΩΜΕΝΗ ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

1. Ελληνική Γυμναστική Ομοσπονδία (2018). *Κώδικας Βαθμολογίας Ρυθμικής Γυμναστικής*, Αθήνα.
2. Πολυμενοπούλου Κ., Καραδήμου Κ., Πολλάτου Ε. (2008). *Ρυθμικές ασκήσεις στη Φυσική Αγωγή*, Εκδόσεις ΠΑΤΑΚΗ, Αθήνα.
3. Θεοδωράκου Κ. (2013). *Δημιουργική Γυμναστική*, Εκδόσεις ΜΑΡΙΑ ΠΑΡΙΚΟΥ & ΣΙΑ ΕΠΕ, Αθήνα.