

ΠΕΡΙΓΡΑΦΜΑ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ ΠΡΟΠΟΝΗΤΙΚΗ ΚΑΙ ΔΙΔΑΚΤΙΚΗ ΤΟΥ ΡΑΔΕΛ (ΥΑΛΟΣΦΑΙΡΙΣΗ)

1. ΓΕΝΙΚΑ

ΣΧΟΛΗ	ΕΠΙΣΤΗΜΗΣ ΦΥΣΙΚΗΣ ΑΓΩΓΗΣ, ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ ΚΑΙ ΕΡΓΟΘΕΡΑΠΕΙΑΣ		
ΤΜΗΜΑ/ΠΜΣ	ΕΠΙΣΤΗΜΗΣ ΦΥΣΙΚΗΣ ΑΓΩΓΗΣ ΚΑΙ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ		
ΕΠΙΠΕΔΟ ΣΠΟΥΔΩΝ	ΠΠΣ - ΕΠΙΠΕΔΟ 6		
ΚΩΔΙΚΟΣ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ	C024	ΕΞΑΜΗΝΟ ΣΠΟΥΔΩΝ	3 ^ο ή 4 ^ο
ΤΙΤΛΟΣ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ	ΠΡΟΠΟΝΗΤΙΚΗ ΚΑΙ ΔΙΔΑΚΤΙΚΗ ΤΟΥ ΡΑΔΕΛ (ΥΑΛΟΣΦΑΙΡΙΣΗ)		
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
		2	3
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	ΑΝΑΠΤΥΞΗΣ ΔΕΞΙΟΤΗΤΩΝ		
ΠΡΟΑΠΑΙΤΟΥΜΕΝΑ ΜΑΘΗΜΑΤΑ:	ΟΧΙ		
ΓΛΩΣΣΑ ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑΣ και ΕΞΕΤΑΣΕΩΝ:	ΕΛΛΗΝΙΚΗ		
ΤΟ ΜΑΘΗΜΑ ΠΡΟΣΦΕΡΕΤΑΙ ΣΕ ΦΟΙΤΗΤΕΣ ERASMUS	ΟΧΙ		
ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΗ ΣΕΛΙΔΑ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ (URL)	https://eclass.duth.gr/courses/179/		

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

Μετά την επιτυχή ολοκλήρωση του μαθήματος, οι συμμετέχοντες θα μπορούν/είναι σε θέση να:

- σχεδιάζουν και να υλοποιούν ένα σχέδιο μαθήματος σε ατομικό και ομαδικό επίπεδο
- σχεδιάζουν και να υλοποιούν προγράμματα εκμάθησης ΡΑΔΕΛ σε αρχικό, μεσαίο και προχωρημένο επίπεδο
- μπορούν να οργανώσουν αγώνες για παιδιά και ενήλικες
- έχουν τις θεωρητικές γνώσεις (κανονισμών και μέτρων προφύλαξης) σε διαφορετικά επίπεδα ασκούμενων.

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

Αυτόνομη εργασία

Ομαδική εργασία

Εργασία σε διεθνές περιβάλλον

Εργασία σε διεπιστημονικό περιβάλλον

Παράγωγή νέων ερευνητικών ιδεών

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

Άσκηση κριτικής και αυτοκριτικής

Προαγωγή της ελεύθερης, δημιουργικής και επαγωγικής σκέψης

- Αναζήτηση, ανάλυση και σύνθεση δεδομένων και πληροφοριών, με τη χρήση και των απαραίτητων τεχνολογιών
- Παραγωγή νέων ερευνητικών ιδεών
- Ομαδική εργασία
- Αυτόνομη εργασία

3. ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΟ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ

- 1 Θεωρία: Εισαγωγικές πληροφορίες για το Padel (ιστορία, γήπεδο, μέτρημα, βασικοί κανονισμοί, τουρνουά κλπ). Καθορισμός στόχων του μαθήματος της Εισαγωγή στο PADEL. Η απόκτηση γνώσεων (θεωρητικών), τεχνικών δεξιοτήτων (τεχνική κατάρτιση στα βασικά χτυπήματα – FH, BH, VOLL, SERV, SMASH) και Ικανότητας (προπόνησης αρχαρίων). Πράξη: Εξοικείωση με την μπάλα (αναπήδηση, πτήση), Οπτική παρακολούθηση της μπάλας και ανάπτυξη γρήγορης αντίδρασης σε σχέση με την κίνηση της μπάλας, Εξοικείωση και έλεγχος ρακέτας-μπάλας.
- 2 Θεωρία: Μέθοδοι που χρησιμοποιούνται στην εκμάθηση του PADEL (μερική, μεικτή, ολική), Τροφοδοσία (feeding). Πράξη: Ανάπτυξη ικανότητας αυτό-τροφοδοσίας, τροφοδοσίας μπάλας-χτύπημα μπάλας, Κίνηση ποδιών (footwork), Ασκήσεις ανάπτυξης νευρομυϊκής συναρμολογίας (coordination).
- 3 Θεωρία: Forehand, θεμελιώδεις βασικές αρχές Πράξη: Φάσεις του χτυπήματος Forehand (Backswing-φάση προετοιμασίας, Hitting point-σημείο χτυπήματος, follow throw-ολοκλήρωση χτυπήματος), εξάσκηση.
- 4 Θεωρία: Backhand, θεμελιώδεις βασικές αρχές. Πράξη: Φάσεις του χτυπήματος Backhand (Backswing-φάση προετοιμασίας, Hitting point-σημείο χτυπήματος, follow throw-ολοκλήρωση χτυπήματος), εξάσκηση των διδασκόντων χτυπημάτων
- 5 Θεωρία: Service, θεμελιώδεις βασικές αρχές. Πράξη: Φάσεις του χτυπήματος Service (Backswing-φάση προετοιμασίας, Hitting point-σημείο χτυπήματος, follow throw-ολοκλήρωση χτυπήματος), εξάσκηση των διδασκόντων χτυπημάτων
- 6 Θεωρία: Volley, θεμελιώδεις βασικές αρχές. Πράξη: Φάσεις του χτυπήματος Volley (Backswing-φάση προετοιμασίας, Hitting point-σημείο χτυπήματος, follow through-ολοκλήρωση χτυπήματος), εξάσκηση των διδασκόντων χτυπημάτων.
- 7 Θεωρία: Smash, θεμελιώδεις βασικές αρχές. Πράξη: Φάσεις του χτυπήματος Smash (Backswing-φάση προετοιμασίας, Hitting point-σημείο χτυπήματος, follow throw-ολοκλήρωση χτυπήματος), εξάσκηση των διδασκόντων χτυπημάτων.
- 8 Θεωρία: Βασικές αρχές αποτελεσματικού δασκάλου-προπονητή στο PADEL. Πράξη: Εξάσκηση στα διδασκόμενα χτυπήματα.
- 9 Θεωρία: Βασικές αρχές τακτικής (διπλό παιχνίδι) σε αρχικό στάδιο. Πράξη: Εξάσκηση στα διδασκόμενα χτυπήματα.
- 10 Θεωρία: Οργάνωση μαθήματος σε ατομικό και ομαδικό επίπεδο, Rotation- σύστημα περιστροφής αθλητών στην προπόνηση και τους αγώνες. Πράξη: Εξάσκηση στα διδασκόμενα χτυπήματα.
- 11 Θεωρία: Κανονισμοί (διπλού) σύμφωνα με την ITF RULES. Πράξη: Παιχνίδι μονού/διπλού.
- 12 Θεωρία: Οργάνωση τουρνουά σε αρχικό στάδιο(συλλογικό/ περιφερειακό επίπεδο). Πράξη: Εσωτερικό τουρνουά μεταξύ των σπουδαστών.
- 13 Θεωρία: Επανάληψη της διδασχθείσας θεωρίας και διευκρινήσεις σε ζητήματα και θέματα που χρήζουν περαιτέρω επεξήγηση. Εξεταστέα ύλη για το θεωρητικό μέρος. Πράξη: Εξάσκηση στα διδασκόμενα χτυπήματα και εξεταστέα ύλη για την πράξη.

4. ΔΙΔΑΚΤΙΚΕΣ και ΜΑΘΗΣΙΑΚΕΣ ΜΕΘΟΔΟΙ - ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ

ΤΡΟΠΟΣ ΠΑΡΑΔΟΣΗΣ <i>Πρόσωπο με πρόσωπο, Εξ αποστάσεως εκπαίδευση κ.λπ.</i>	Πρόσωπο με πρόσωπο Εξ αποστάσεως εκπαίδευση
ΧΡΗΣΗ ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΩΝ ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΑΣ ΚΑΙ ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΩΝ <i>Χρήση Τ.Π.Ε. στη Διδασκαλία, στην</i>	Χρήση Τ.Π.Ε. στη Διδασκαλία και στην Επικοινωνία με τους φοιτητές • e-class,

Εργαστηριακή Εκπαίδευση, στην Επικοινωνία με τους φοιτητές	• webmail																				
ΟΡΓΑΝΩΣΗ ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑΣ 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	<table border="1"> <thead> <tr> <th>Δραστηριότητα</th><th>Φόρτος Εργασίας Εξαμήνου</th></tr> </thead> <tbody> <tr> <td>Διαλέξεις</td><td>26</td></tr> <tr> <td>Πρακτική εξάσκηση</td><td>49</td></tr> <tr> <td> </td><td> </td></tr> <tr> <td> </td><td> </td></tr> <tr> <td> </td><td> </td></tr> <tr> <td> </td><td> </td></tr> <tr> <td> </td><td> </td></tr> <tr> <td> </td><td> </td></tr> <tr> <td>Σύνολο Μαθήματος</td><td>75</td></tr> </tbody> </table>	Δραστηριότητα	Φόρτος Εργασίας Εξαμήνου	Διαλέξεις	26	Πρακτική εξάσκηση	49													Σύνολο Μαθήματος	75
Δραστηριότητα	Φόρτος Εργασίας Εξαμήνου																				
Διαλέξεις	26																				
Πρακτική εξάσκηση	49																				
Σύνολο Μαθήματος	75																				
ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ ΦΟΙΤΗΤΩΝ Περιγραφή της διαδικασίας αξιολόγησης 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 Αναφέρονται ρητά προσδιορισμένα κριτήρια αξιολόγησης και εάν και που είναι προσβάσιμα από τους φοιτητές.	• Γραπτή εξέταση με δοκιμασία πολλαπλής επιλογής 50% • Πρακτική εξέταση 50%																				

5. ΣΥΝΙΣΤΩΜΕΝΗ ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

1. International Padel Federation
2. Hellenic Tennis Federation
3. Σημειώσεις του διδάσκοντα

ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ ΠΕΡΙΓΡΑΦΜΑΤΟΣ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ

Εναλλακτικοί τρόποι εξέτασης μαθήματος σε καταστάσεις έκτακτης ανάγκης

Διδάσκων:	Βασιλεία Αρβανιτίδου, Χρήστος Μούρτζιος
Τρόπος επικοινωνίας με διδάσκοντα	arvanitv@phyed.duth.gr , cmourtzi@phyed.duth.gr
Επόπτες/Επιτηρητές:	ΟΧΙ
Τρόποι εξέτασης:	Εργασία στο σπίτι (35%). Γραπτή εξ αποστάσεως εξέταση (65%)
Οδηγίες υλοποίησης εξέτασης:	Η εργασία στο σπίτι θα πρέπει να υποβληθεί μέσω eclass σε καθορισμένη ημερομηνία.