

ΠΕΡΙΓΡΑΜΜΑ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ ΠΡΟΠΟΝΗΤΙΚΗ ΚΑΛΑΘΟΣΦΑΙΡΙΣΗΣ ΣΤΙΣ ΑΝΑΠΤΥΞΙΑΚΕΣ ΗΛΙΚΙΕΣ

1. ΓΕΝΙΚΑ

ΣΧΟΛΗ	ΕΠΙΣΤΗΜΗΣ ΦΥΣΙΚΗΣ ΑΓΩΓΗΣ, ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ ΚΑΙ ΕΡΓΟΘΕΡΑΠΕΙΑΣ		
ΤΜΗΜΑ/ΠΜΣ	ΕΠΙΣΤΗΜΗΣ ΦΥΣΙΚΗΣ ΑΓΩΓΗΣ ΚΑΙ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ		
ΕΠΙΠΕΔΟ ΣΠΟΥΔΩΝ	ΠΠΣ - ΕΠΙΠΕΔΟ 6		
ΚΩΔΙΚΟΣ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ	C084	ΕΞΑΜΗΝΟ ΣΠΟΥΔΩΝ	7 ^ο & 8 ^ο
ΤΙΤΛΟΣ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ	ΠΡΟΠΟΝΗΤΙΚΗ ΚΑΛΑΘΟΣΦΑΙΡΙΣΗΣ ΣΤΙΣ ΑΝΑΠΤΥΞΙΑΚΕΣ ΗΛΙΚΙΕΣ		
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
		2	3
<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>	ΕΛΕΥΘΕΡΗ ΕΠΙΛΟΓΗ		
ΠΡΟΑΠΑΙΤΟΥΜΕΝΑ ΜΑΘΗΜΑΤΑ:	ΟΧΙ		
ΓΛΩΣΣΑ ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑΣ και ΕΞΕΤΑΣΕΩΝ:	ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΑΓΓΛΙΚΗ ΓΙΑ ΦΟΙΤΗΤΕΣ ERASMUS		
ΤΟ ΜΑΘΗΜΑ ΠΡΟΣΦΕΡΕΤΑΙ ΣΕ ΦΟΙΤΗΤΕΣ ERASMUS	ΝΑΙ		
ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΗ ΣΕΛΙΔΑ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ (URL)	https://eclass.duth.gr/courses/GYM154/		

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:

- Γνωρίζουν και να κατανοούν τις βασικές αρχές της προπονητικής διαδικασίας στις αναπτυξιακές ηλικίες.
- Προσδιορίζουν τις σωματικές και φυσιολογικές διαφορές και τις ανάγκες σε τεχνική, μερική τακτική, τακτική και φυσική κατάσταση, λαμβάνοντας υπόψη τις ιδιαιτερότητες της κάθε ηλικίας.
- Εκτελούν σε ικανοποιητικό επίπεδο τις δεξιότητες της ύλης του εξαμήνου.
- Αξιολογούν τις επιδόσεις, σχεδιάζουν και οργανώνουν προπονητικά πλάνα σε όλο το εύρος των αναπτυξιακών ηλικιών.

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

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
- Προσαρμογή σε νέες καταστάσεις
- Λήψη αποφάσεων
- Αυτόνομη εργασία
- Ομαδική εργασία
- Εργασία σε διεπιστημονικό περιβάλλον
- Σχεδιασμός και διαχείριση έργων
- Σεβασμός στη διαφορετικότητα και στην πολυπολιτισμικότητα
- Επίδειξη κοινωνικής, επαγγελματικής και ηθικής υπευθυνότητας και ευαισθησίας σε θέματα φύλου
- Άσκηση κριτικής και αυτοκριτικής
- Προαγωγή της ελεύθερης, δημιουργικής και επαγωγικής σκέψης

3. ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΟ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ

1. Βασικές αρχές προπονητικής διαδικασίας στις αναπτυξιακές ηλικίες.
2. Διαχωρισμός ηλικιακών ομάδων, μακροχρόνιος προγραμματισμός και σχεδιασμός.
3. Μέθοδοι διδασκαλίας (αναλυτική συνθετική μέθοδος κ.λ.π.) για απλές και συνδυασμένες κινήσεις τεχνικής, μερικής τακτικής, τακτικής της καλαθοσφαίρισης, λαμβάνοντας υπόψη τις ιδιαιτερότητες της κάθε ηλικίας.
4. Εφαρμογή και καθοδήγηση προγραμμάτων ανάπτυξης φυσικής κατάστασης, λαμβάνοντας υπόψη τις ιδιαιτερότητες της κάθε ηλικίας.
5. Επανάληψη των παραπάνω, επίλυση αποριών και προβολές βίντεο.
6. Αναλυτικός Προπονητικός Οδηγός για Τζούνιор.
7. Αναλυτικός Προπονητικός Οδηγός για Προμίνι-Μίνι.
8. Αναλυτικός Προπονητικός Οδηγός για Προπαιδικό-Παιδικό.
9. Αναλυτικός Προπονητικός Οδηγός για Έφηβους-Νέους.
10. Παρουσίαση ασκησιολόγιου από φοιτητές με έμφαση στα μαθήματα που διδάχθηκαν.
11. Προπονητικός Οδηγός για camp καλαθοσφαίρισης στη μεταβατική περίοδο για αναπτυξιακές ηλικίες.
12. Αθλητικό ταλέντο, φυσιολογικές και ανατομικές σωματικές ιδιαιτερότητες στις αναπτυξιακές ηλικίες, προπονητική και βιολογική ηλικία, κίνδυνοι της υπερπροπόνησης και του πρωταθλητισμού σε άτομα που βρίσκονται στην αναπτυξιακή ηλικία. Ιδιαιτερότητες μεταξύ αγοριών - κοριτσιών στις αναπτυξιακές ηλικίες.
13. Επικοινωνία και σχέσεις με τους αθλητές αναπτυξιακών ηλικιών και τους γονείς τους. Επαγγελματική συμπεριφορά – ηθική του προπονητή.

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 • ψηφιακές διαφάνειες

Εργαστηριακή Εκπαίδευση, στην Επικοινωνία με τους φοιτητές	• βίντεο • MsTeams/ e-class, 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><tr><th>Δραστηριότητα</th><th>Φόρτος Εργασίας Εξαμήνου</th></tr><tr><td>Διαλέξεις, επίδειξη & σχολιασμός ψηφιακού υλικού, μελέτη</td><td>26</td></tr><tr><td>Πρακτικές ασκήσεις, μελέτη και φροντιστηριακές ασκήσεις</td><td>20</td></tr><tr><td>Διαλέξεις, μελέτη, ομαδική εξάσκηση</td><td>14</td></tr><tr><td>Διαλέξεις, εκπόνηση ενός (1) προπονητικού πλάνου, μελέτη</td><td>15</td></tr><tr><td></td><td></td></tr><tr><td>Σύνολο Μαθήματος</td><td>75</td></tr></table>	Δραστηριότητα	Φόρτος Εργασίας Εξαμήνου	Διαλέξεις, επίδειξη & σχολιασμός ψηφιακού υλικού, μελέτη	26	Πρακτικές ασκήσεις, μελέτη και φροντιστηριακές ασκήσεις	20	Διαλέξεις, μελέτη, ομαδική εξάσκηση	14	Διαλέξεις, εκπόνηση ενός (1) προπονητικού πλάνου, μελέτη	15			Σύνολο Μαθήματος	75	
Δραστηριότητα	Φόρτος Εργασίας Εξαμήνου															
Διαλέξεις, επίδειξη & σχολιασμός ψηφιακού υλικού, μελέτη	26															
Πρακτικές ασκήσεις, μελέτη και φροντιστηριακές ασκήσεις	20															
Διαλέξεις, μελέτη, ομαδική εξάσκηση	14															
Διαλέξεις, εκπόνηση ενός (1) προπονητικού πλάνου, μελέτη	15															
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 σε θεωρητικά θέματα (τέλος εξαμήνου) (40%) Πρακτική εξέταση (τέλος του εξαμήνου) (30%) Εργασία με θεματολόγιο από την ύλη του εξαμήνου (30%)															

5. ΣΥΝΙΣΤΩΜΕΝΗ ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

1. Ε.Ο.Κ. . (2008). Φιλοσοφία, Προπονητικές κατευθύνσεις Αναπτυξιακού προγράμματος Καλαθοσφαίρισης. Αθήνα
2. FIBA. (2000). Basketball For Young Players. Guidelines for coaches. Εκδόσεις Dykinson, S. L. Madrid.
3. Κέλλης Σ. (1999). Φυσική κατάσταση νεαρών καλαθοσφαιριστών Εκδόσεις Σάλτο Θεσ/νίκη
4. Σύνδεσμος Ελλήνων προπονητών καλαθοσφαίρισης – (ΣΕΠΚ) <http://www.sepk.gr/>
5. Τσαμουρτζής, Ε. (2010). "Κινήσεις & ασκήσεις μερικής τακτικής στην καλαθοσφαίριση". Εκδόσεις Τελέθριον. Αθήνα
6. Τσαμουρτζής, Ε. (2020). Προπονητικά θέματα Καλαθοσφαίρισης. Τμήμα Εκδόσεων Δημοκρίτειου Πανεπιστημίου Θράκης. Ξάνθη
7. Τσαμουρτζής, Ε. (2020). Ασκησιολόγιο τεχνικής στην Καλαθοσφαίριση. Τμήμα Εκδόσεων Δημοκρίτειου Πανεπιστημίου Θράκης. Ξάνθη
8. Τσίτσικαρης Γ., Λέφας Α., Γαλαζούλας Χ., Καραμουσαλίδης Γ., Θωμαΐδης Α., Δημητρίου Ν. (2010). Basketball η διδασκαλία της τακτικής στις αναπτυξιακές ηλικίες. Εκδόσεις Σάλτο, Θεσσαλονίκη.
9. Τσίτσικαρης Γ., Τούφας Ν. (2021). Basketball στις Αναπτυξιακές Ηλικίες. Εκδόσεις Σάλτο, Θεσσαλονίκη.

ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ ΠΕΡΙΓΡΑΦΜΑΤΟΣ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ

Εναλλακτικοί τρόποι εξέτασης μαθήματος σε καταστάσεις έκτακτης ανάγκης

Διδάσκων:	Λεμονίδης Νεοκλής, Μέλος ΕΕΠ
Τρόπος επικοινωνίας με διδάσκοντα	nlemonid@phyed.duth.gr
Επόπτες/Επιτηρητές:	ΟΧΙ
Τρόποι εξέτασης:	Γραπτή εξέταση με εξ αποστάσεως μεθόδους
Οδηγίες υλοποίησης εξέτασης:	Η εξέταση στο μάθημα θα πραγματοποιηθεί σε ομάδα χρηστών στο e-class, την ημέρα εξέτασης του μαθήματος σύμφωνα με το πρόγραμμα της εξεταστικής που ανακοινώνεται από τη Γραμματεία. Η εξέταση θα πραγματοποιηθεί μέσω Teams. Ο σύνδεσμος θα αποσταλεί στους φοιτητές μέσω e-class αποκλειστικά στους ιδρυματικούς λογαριασμούς όσων έχουν δηλώσει το μάθημα και έχουν λάβει γνώση των όρων εξ αποστάσεως εκπαίδευσης. Οι φοιτητές/τριες θα πρέπει να συνδεθούν στην αίθουσα εξέτασης μέσω του ιδρυματικού τους λογαριασμού, διαφορετικά δεν θα μπορέσουν να συμμετάσχουν. Επίσης θα συμμετάσχουν στην εξέταση με κάμερα την οποία θα έχουν ανοικτή κατά τη διάρκεια της εξέτασης. Πριν την έναρξη της εξέτασης, οι φοιτητές θα επιδεικνύουν στην κάμερα την ταυτότητά τους, ώστε να γίνει ταυτοποίησή τους. Κάθε φοιτητής/τρια θα πρέπει να απαντήσει σε 20 ερωτήσεις πολλαπλής επιλογής, ανάπτυξης ελεύθερου κειμένου, κριτικού σχολιασμού. Κάθε μία από τις ερωτήσεις βαθμολογείται με 0.5. Οι ερωτήσεις θα είναι διαφορετικές και με διαφορετική σειρά για τους φοιτητές, επιλεγμένες από το eclass με τυχαία επιλογή από μια τράπεζα ερωτήσεων που έχει δημιουργηθεί. Ο χρόνος της εξέτασης θα είναι 25 λεπτά.