

Τίτλος Μαθήματος	ΔΙΔΑΚΤΙΚΗ ΑΘΛΗΜΑΤΩΝ ΡΑΚΕΤΑΣ - ΑΝΤΙΣΦΑΙΡΙΣΗ			
Κωδικός Μαθήματος	SSTEN309-1			
Τύπος μαθήματος	ΥΠΟΧΡΕΩΤΙΚΟ			
Επίπεδο	Πτυχίο (Επίπεδο 1)			
Έτος / Εξάμηνο φοίτησης	2 ^ο / Χειμερινό			
Όνομα Διδάσκοντα	Στέλλα Δημητρίου			
ECTS	6	Διαλέξεις εβδομάδα	/ 1	Εργαστήρια εβδομάδα / 2
Στόχος Μαθήματος	Ο στόχος του μαθήματος είναι να εξοπλίσει τους φοιτητές με γνώσεις που αφορούν τη διδασκαλία των βασικών κτυπημάτων στην αντισφαίριση για αρχάριους παίκτες, να γνωρίζουν τη σωστή τεχνική και να αναγνωρίζουν λάθη, όπως επίσης να είναι σε θέση να δομούν σωστά μια προπονητική μονάδα.			
Μαθησιακά Αποτελέσματα	<p>Με τη συμπλήρωση του μαθήματος οι φοιτητές/τριες θα είναι σε θέση:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Γνωρίζουν και περιγράφουν τις ιδιαιτερότητες της αντισφαίρισης ως άθλημα αλλά και της ιστορίας του. 2. Κατανοούν και επεξηγούν τους κανονισμούς αλλά και τις εφαρμογές τους και δίνουν έμφαση στις διαφορετικότητες μεταξύ φύλων, επιφανειών, κατάρτιση ταμπλό, πινάκων κατάταξης, τουρνουά, κλπ. 3. Επιδεικνύουν τα βασικά χτυπήματα αντισφαίρισης και εντοπίζουν τα λάθη στην τεχνική. 4. Αναλύουν την τεχνική όλων των χτυπημάτων αλλά και των βασικών τακτικών και στρατηγικής του παιχνιδιού. 5. Επιλέγουν διδακτικές μεθόδους και τα στυλ διδασκαλίας από τα αγωνίσματα του κλασσικού αθλητισμού και να τα εφαρμόζουν τόσο στο μάθημα της φυσικής αγωγής όσο και στην προπόνηση αθλητών σε συλλογικό επίπεδο. 6. Οργανώνουν το μάθημα στα πλαίσια της διδασκαλίας του αντικειμένου της Αντισφαίρισης στο μάθημα της φυσικής αγωγής στο σχολείο. 			

	<p>7. Αξιολογούν τις θεωρητικές ενότητες και τα πρακτικά αντικείμενα της διδακτέας ύλης στην Αντισφαίριση</p> <p>8. Επιδεικνύουν μεμονωμένες δεξιότητες τα αντισφαίρισης με τεχνική βασισμένη σε αρχές της εμβιοκινητικής</p> <p>9. Δημιουργούν και να επιδεικνύουν σχέδια μαθήματος για εκμάθηση του αθλήματος της αντισφαίρισης</p>		
Προαπαιτούμενα	Κανένα	Συναπαιτούμενα	Κανένα
Περιεχόμενο Μαθήματος	<p>1. Εισαγωγή στην ιστορία, την εξέλιξη και την ξεχωριστή παρουσία της Αντισφαίρισης ως άθλημα. Γνωριμία με το γήπεδο και τα όργανα (ρακέτες , μπαλάκια κλπ). Εκμάθηση λαβών της ρακέτας με ασκήσεις.</p> <p>2. Εισαγωγή στα βασικά στοιχεία του αγωνίσματος της αντισφαίρισης και κατανόηση αυτών. (παρατήρηση μπάλας , κίνηση με τα πόδια – footwork, ισορροπία σώματος, έλεγχος κεφαλιού ρακέτας, έλεγχος προσώπου ρακέτας).</p> <p>3. Εκμάθηση προασκήσεων με ρακέτα και μπαλάκι. Παιχνίδι μίνι-τένις.</p> <p>4. Οργάνωση προπονητικής μονάδας (προετοιμασία, οργάνωση, εκτέλεση, ολοκλήρωση, εκτίμηση).</p> <p>5. Εκμάθηση θέσης ετοιμότητας, της στάσης του σώματος κατά τη επαφή με τη μπάλα, σημείο επαφής με τη ρακέτα, εκμάθηση μετακινήσεων.</p> <p>6. Εξάσκηση στην εκτέλεση βασικών χτυπημάτων (forehand , backhand) και των φάσεων της (προετοιμασία – άνοιγμα, κίνηση προς τη μπάλα, σημείο επαφής, ολοκλήρωση χτυπήματος – follow through). Βασικές έννοιες της μηχανικής για την κατανόηση της τεχνικής των ασκήσεων.</p> <p>7. Επίδειξη όλων των χτυπημάτων αντισφαίρισης και κατηγοριοποίηση (χτυπήματα εδάφους – swing , χτυπήματα volley – runch, χτυπήματα overhead-throw.</p> <p>8. Διδασκαλία service . προασκήσεις μεθοδολογία.</p> <p>9. Εκμάθηση χτυπημάτων volley – runch. Επίδειξη όλων των ειδών volley (stop, drop, κλπ).</p> <p>10. Εκμάθηση χτυπημάτων drop shot και λόμπας.</p> <p>11. Διδασκαλία της τεχνικής smash και παιχνίδι στα service boxes.</p> <p>12. Επανάληψη όλων των χτυπημάτων που έχουν διδαχθεί. Παιχνίδι σε όλο το γήπεδο.</p>		

	<p>13. Μίνι τουρνουά με τους φοιτητές με τους ίδιους ως διοργανωτές και εκτελεστές (ball boys, κριτές γραμμών, διαιτητές, επιδιαιτητές, κλπ).</p>
<p>Μεθοδολογία Διδασκαλίας</p>	<p>Θεωρία Η διδασκαλία του μαθήματος περιλαμβάνει διαλέξεις για την παροχή του θεωρητικού υποβάθρου. Αναλυτικές σημειώσεις με PowerPoint και υλικό πλούσιο σε εικόνες και βίντεο χρησιμοποιούνται στη διδασκαλία. Μέθοδοι όπως μελέτες περιπτώσεων, κλινικά σενάρια, συζήτηση, ερωτήσεις/απαντήσεις χρησιμοποιούνται στη διδακτική μεθοδολογία ανάλογα με τη φύση του μαθήματος. Επιπλέον, παρέχονται εργαστήρια και επιτόπιες επισκέψεις με πρακτικές εμπειρίες για την παράδοση του πρακτικού υποβάθρου του περιεχομένου του μαθήματος. Σχετικό υλικό που δημοσιεύεται σε διεθνή επιστημονικά περιοδικά χρησιμοποιείται επίσης για την παρακολούθηση των τελευταίων εξελίξεων που σχετίζονται με το αντικείμενο του μαθήματος.</p> <p>Πρακτικό Κατά τη διάρκεια των πρακτικών μαθημάτων, οι φοιτητές αναπτύσσουν τις πρακτικές δεξιότητες που απαιτούνται για το άθλημα, με έμφαση στην σωστή τεχνική με προοδευτική διδασκαλία και εφαρμογή προασκήσεων, έτσι ώστε να καταστούν ικανοί να εκτελέσουν και να διδάξουν τις βασικές κινητικές δεξιότητες του αθλήματος. Επίσης περιγράφεται και παρουσιάζεται ο τρόπος διδασκαλίας της κάθε άσκησης/προγράμματος για το άθλημα με τη χρησιμοποίηση ενός μοντέλου ασκούμενου.</p>
<p>Βιβλιογραφία</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Γρίβας, Ν. (2015). <i>Αντισφαίριση</i>. Τεχνική-τακτική-ασκησιολογιο-κανονισμοί. Εκδόσεις Κάλλιπος. Αθήνα. Διαθέσιμο και σε ηλεκτρονική μορφή στο: http://hdl.handle.net/11419/3771 2. Δουβής, Σ. (2006). Το τένις. Εκδότης Artwork. 3. Scholl, P. (2007). Σωστό τένις. Εκδότης Σάλτου Ελισάβετ.
<p>Αξιολόγηση</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Θεωρητική Ενδιάμεση Εξέταση (20%) Εστιάζει στην αξιολόγηση και κατανόηση των θεωρητικών γνώσεων και κατανόησης που έχουν αποκτηθεί από τους φοιτητές. Η εξέταση μπορεί να περιλαμβάνει διάφορες μορφές ερωτήσεων, όπως πολλαπλής επιλογής, συνθετικές ερωτήσεις, ερωτήσεις ανάπτυξης, μελέτες περίπτωσης ή άλλες δομές. • Lesson plan (15%): ζητείται η γραπτή κατάθεση και η αξιολόγηση ενός σχεδίου μαθήματος σε θεωρητικό επίπεδο. Αυτό θα πρέπει να περιλαμβάνει τουλάχιστον την περιγραφή των δεικτών επιτυχίας (στόχων), των μεθόδων και πρακτικών διδασκαλίας, της οργάνωσης του μαθήματος, των κατάλληλων ασκήσεων και την αξιολόγηση των μαθητών.

	<ul style="list-style-type: none"> • Πρακτική εξέταση (35%) Περιλαμβάνει A) Μικροδιδασκαλία 25%: Ο υποψήφιος παρουσιάζει μια σύντομη διδακτική συνεδρία, ακολουθώντας το προετοιμασμένο σχέδιο μαθήματος. Αυτό περιλαμβάνει τους στόχους του μαθήματος, τις ασκήσεις, τις διδακτικές μεθόδους και τα εκπαιδευτικά υλικά. B) Βασικές Δεξιότητες του Αθλήματος 10%: Ο υποψήφιος παρουσιάζει και επιδεικνύει βασικές δεξιότητες που σχετίζονται με το αντίστοιχο αθλητικό πεδίο. Αυτό μπορεί να περιλαμβάνει τεχνικές, τακτικές, και φυσικές δεξιότητες που απαιτούνται για την άσκηση του συγκεκριμένου αθλήματος. • Τελική Θεωρητική εξέταση: (30%) Η εξέταση περιλαμβάνει ένα ευρύ φάσμα θεμάτων, αντικατοπτρίζοντας ολοκληρωμένα το υλικό που παρουσιάστηκε κατά τη διάρκεια του μαθήματος. Αυτό περιλαμβάνει έννοιες, θεωρητικά πλαίσια και μελέτες ποικίλων περιπτώσεων, δίνοντας ένα πλήρες αντίγραφο της γνώσης που έχει αποκτηθεί. Επιπλέον, η εξέταση επικεντρώνεται στην ικανότητα του φοιτητή να συνδέσει διάφορες έννοιες, δημιουργώντας έτσι μια ολοκληρωμένη αντίληψη. Εξετάζει πώς μπορεί να εφαρμόσει τις θεωρητικές αρχές σε διάφορα πλαίσια, προσφέροντας εναλλακτικές λύσεις όπου χρειάζεται, αποδεικνύοντας έτσι την ικανότητά του να μεταφέρει τις αποκτηθείσες γνώσεις σε πρακτικά σενάρια.
Γλώσσα	Ελληνικά / Αγγλικά