

Τίτλος Μαθήματος	ΚΑΛΑΘΟΣΦΑΙΡΙΣΗ Ι			
Κωδικός Μαθήματος	SSBAS425-S-1			
Τύπος μαθήματος	ΕΠΙΛΕΓΟΜΕΝΟ ΕΙΔΙΚΟΤΗΤΑΣ			
Επίπεδο	Πτυχίο (Επίπεδο 1)			
Έτος / Εξάμηνο φοίτησης	4 ^ο / Χειμερινό			
Όνομα Διδάσκοντα	Γιώργος Γεωργίου			
ECTS	12	Διαλέξεις εβδομάδα	/ 3	Εργαστήρια εβδομάδα / 3
Στόχος Μαθήματος	<p>Ο στόχος του μαθήματος είναι να εξοπλίσει τους φοιτητές/τριες με τις απαραίτητες θεωρητικές και πρακτικές γνώσεις και δεξιότητες για την κατανόηση, την ανάλυση και την εφαρμογή των βασικών και προχωρημένων αρχών της καλαθοσφαίρισης. Αυτό περιλαμβάνει την εμβάθυνση στους κανονισμούς και τη διαίτησία, τις θέσεις και τους ρόλους των παικτών, τις αρχές ατομικής και ομαδικής συμπεριφοράς στο παιχνίδι, καθώς και τον σχεδιασμό και την καθοδήγηση προπονητικών προγραμμάτων. Επιπλέον, το μάθημα στοχεύει στην ανάπτυξη της κριτικής σκέψης των φοιτητών/τριών μέσω της ανασκόπησης και αξιολόγησης των διδαχθέντων θεματολογιών, ενθαρρύνοντάς τους να εφαρμόζουν τις γνώσεις τους σε πραγματικές συνθήκες και να συμβάλλουν ενεργά στην ανάπτυξη και τη βελτίωση της πρακτικής της καλαθοσφαίρισης.</p>			
Μαθησιακά Αποτελέσματα	<p>Με την ολοκλήρωση του μαθήματος, οι φοιτητές/τριες θα είναι σε θέση να:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Κατανοήσουν τους βασικούς κανονισμούς και τις διαίτησίες της καλαθοσφαίρισης, καθώς και τις θέσεις και τους ρόλους των παικτών, εμβαθύνοντας στις θεωρητικές και πρακτικές δεξιότητες που διδάχθηκαν. 2. Αναλύσουν και εφαρμόσουν τις βασικές αρχές ατομικής και ομαδικής συμπεριφοράς στον αγώνα, συμπεριλαμβανομένων συστημάτων αμυντικής και επιθετικής τακτικής. 3. Εφαρμόσουν μεθοδολογίες για την τελειοποίηση τεχνικών, εντοπίζοντας λάθη και εφαρμόζοντας τεχνικές διόρθωσης, καθώς και να αξιολογήσουν και να ανταποκρίνονται στην ανατροφοδότηση από τον προπονητή. 4. Σχεδιάσουν και καθοδηγήσουν προγράμματα προπόνησης για την ανάπτυξη δεξιοτήτων στην καλαθοσφαίριση, περιλαμβάνοντας 			

	<p>προγράμματα για τη βελτίωση της δύναμης, της κινητικότητας, της ταχύτητας και της αντοχής, καθώς και την αξιολόγηση της φυσικής κατάστασης μέσω δοκιμασιών πεδίου.</p> <p>5. Εκτιμήσουν το αθλητικό ταλέντο και κατανοήσουν τις φυσιολογικές και ανατομικές σωματικές ιδιαιτερότητες στις αναπτυξιακές ηλικίες, καθώς και τις ιδιαιτερότητες στην προπόνηση των νέων αθλητών.</p> <p>6. Διαχειριστούν την προπονητική και βιολογική ηλικία και εφαρμόσουν τον διαχωρισμό των ηλικιακών ομάδων στον σχεδιασμό των προπονήσεων.</p> <p>7. Αναλύσουν κριτικά και αξιολογήσουν τις θεματολογίες που διδάχθηκαν, αναπτύσσοντας μια κριτική άποψη σχετικά με τις πρακτικές και τεχνικές που εφαρμόζονται στην καλαθοσφαίριση.</p>		
<p>Προαπαιτούμενα</p>	<p>PESS106: Αρχές Προπονητικής</p>	<p>Συναπαιτούμενα</p>	<p>Κανένα</p>
<p>Περιεχόμενο Μαθήματος</p>	<p>1. Εισαγωγή: Κανονισμοί και διαιτησία καλαθοσφαίρισης, θέσεις και ρόλοι παικτών, εμπάθυση των θεωρητικών και πρακτικών δεξιοτήτων που διδάχθηκαν οι φοιτητές/τριες στο μάθημα κορμού της καλαθοσφαίρισης,</p> <p>2. Βασικές Αρχές Ατομικής και Ομαδικής συμπεριφοράς στον αγώνα: Συστήματα και αντίδραση σε άμυνα και επίθεση, καθοδήγηση και μεθοδολογία για τελειοποίηση της τεχνικής, κινησιολογική ανάλυση φάσεων ντρίπλας, σουτ, πάσας. Εντοπισμός λαθών και τεχνικές διόρθωσης τους, ανατροφοδότηση προπονητή και αγωνιστική συμπεριφορά</p> <p>3. Προπονητική στην καλαθοσφαίριση: Σχεδιασμός και καθοδήγηση προγραμμάτων προπόνησης, δοκιμασίες πεδίου για την αξιολόγηση της φυσικής κατάστασης στην καλαθοσφαίριση, σχεδιασμός και καθοδήγηση προγραμμάτων προπόνησης στις ρίψεις, mini-basket, μακροχρόνιος προγραμματισμός, σχεδιασμός, εφαρμογή και καθοδήγηση προγραμμάτων ανάπτυξης της δύναμης, της κινητικότητας, της ταχύτητας και της αντοχής στις αναπτυξιακές ηλικίες, αθλητικό ταλέντο, φυσιολογικές και ανατομικές σωματικές ιδιαιτερότητες στις αναπτυξιακές ηλικίες, προπονητική και βιολογική ηλικία και διαχωρισμός ηλικιακών ομάδων, οι ιδιαιτερότητες κατά την προπόνηση στις αναπτυξιακές ηλικίες.</p> <p>Κριτική ανασκόπηση και αξιολόγηση των θεματολογιών που διδάχθηκαν.</p>		
<p>Μεθοδολογία Διδασκαλίας</p>	<p>Θεωρία</p> <p>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, πραγματικά 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</p>		



ΦΟΡΕΑΣ ΔΙΑΣΦΑΛΙΣΗΣ ΚΑΙ ΠΙΣΤΟΠΟΙΗΣΗΣ ΤΗΣ ΠΟΙΟΤΗΤΑΣ ΤΗΣ ΑΝΩΤΕΡΗΣ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ
THE CYPRUS AGENCY OF QUALITY ASSURANCE AND ACCREDITATION IN HIGHER EDUCATION



	<p>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</p> <p>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. Kevin L. Burke, (2003). Sport Psychology Library: Basketball, Fitness Information Technology Inc 2. Αναστασιάδης, Μ. (2007). Βασική Τεχνική της Καλαθοσφαίρισης, Εκδόσεις Σάλτο.
<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 σχετικά με την καλαθοσφαίριση. Η εξέταση μπορεί να περιλαμβάνει διάφορες μορφές ερωτήσεων, όπως πολλαπλής επιλογής, συνθετικές ερωτήσεις, ερωτήσεις ανάπτυξης, μελέτες περίπτωσης ή άλλες δομές. • Πλάνο προπόνησης (15%): Ζητείται η γραπτή κατάθεση και αξιολόγηση ενός σχεδίου πλάνου προπόνησης σε θεωρητικό επίπεδο σχετικά με την καλαθοσφαίριση. Αυτό θα πρέπει να περιλαμβάνει τουλάχιστον την περιγραφή των στόχων της προπόνησης, των μεθόδων και πρακτικών διδασκαλίας, της οργάνωσης της προπόνησης, των κατάλληλων ασκήσεων και την αξιολόγηση των αθλητών σε σχέση με την καλαθοσφαίριση. • Πρακτική εξέταση (35%): Α) Μικροδιδασκαλία 25%: Ο υποψήφιος παρουσιάζει μια σύντομη διδακτική συνεδρία σχετικά με την

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