

Τίτλος Μαθήματος	ΚΑΛΑΘΟΣΦΑΙΡΙΣΗ II			
Κωδικός Μαθήματος	SSBAS426-S-1			
Τύπος μαθήματος	ΕΠΙΛΕΓΟΜΕΝΟ ΕΙΔΙΚΟΤΗΤΑΣ			
Επίπεδο	Πτυχίο (Επίπεδο 1)			
Έτος / Εξάμηνο φοίτησης	4 ^ο / Εαρινό			
Όνομα Διδάσκοντα	Γιώργος Γεωργίου			
ECTS	12	Διαλέξεις εβδομάδα	/ 3	Εργαστήρια εβδομάδα / 3
Στόχος Μαθήματος	<p>Ο σκοπός αυτού του μαθήματος είναι να παρέχει στους φοιτητές μια σφαιρική και εμβαθυντική κατανόηση των βασικών και προχωρημένων προπονητικών αρχών στην καλαθοσφαίριση, εξοπλίζοντάς τους με τις γνώσεις και τις δεξιότητες που απαιτούνται για να αναλάβουν επιτυχημένα τον ρόλο του προπονητή σε διάφορα επίπεδα και πλαίσια του αθλήματος.</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 την ιστορική εξέλιξη της καλαθοσφαίρισης και τους βασικούς κανονισμούς που διέπουν το άθλημα. 2. Αναλύσουν την επιδημιολογία και τις στρατηγικές πρόληψης τραυματισμών στην καλαθοσφαίριση. 3. Εφαρμόσουν γνώσεις φυσιολογίας στην αξιολόγηση και τη βελτίωση της αθλητικής απόδοσης στην καλαθοσφαίριση. 4. Σχεδιάσουν και εφαρμόσουν προγράμματα προπόνησης ανάλογα με τις ενεργειακές ανάγκες του αθλήματος, λαμβάνοντας υπόψη την διατροφή και την ψυχολογική προετοιμασία των αθλητών. 5. Αναγνωρίσουν τις ιδιαιτερότητες της γυναικείας καλαθοσφαίρισης και να προσαρμόσουν τις προπονητικές τους προσεγγίσεις αναλόγως. 6. Κατανοήσουν και εφαρμόσουν τις βασικές αρχές του coaching κατά τη διάρκεια του αγώνα και την προπόνηση. 7. Διαχειριστούν τη συμπεριφορά και την ψυχολογία των αθλητών σε ατομικό και ομαδικό επίπεδο. 8. Οργανώσουν και διευθύνουν αγώνες καλαθοσφαίρισης, καθώς και πρωταθλήματα, ειδικά στις μικρές ηλικίες. 			

	<p>9. Αξιολογήσουν κριτικά τις προπονητικές μεθόδους και τις διδακτικές πρακτικές που εφαρμόζονται στην καλαθοσφαίριση.</p> <p>10. Αναπτύξουν μεθόδους και στρατηγικές για την επίλυση προβλημάτων κατά τη διάρκεια προπονήσεων και αγώνων, με ειδική έμφαση στη διαχείριση ομάδων παιδιών και ατόμων με ειδικές ανάγκες</p>		
Προαπαιτούμενα	PESS106: Αρχές Προπονητικής	Συναπαιτούμενα	Κανένα
Περιεχόμενο Μαθήματος	<p>Βασικά στοιχεία προπονητικής της καλαθοσφαίρισης: ιστορικά στοιχεία, κανονισμοί, πρωταθλήματα, επιδημιολογία και πρόληψη τραυματισμών στην καλαθοσφαίριση, φυσιολογία καλαθοσφαίρισης και αξιολόγηση, ενεργειακά συστήματα και ενεργειακές ανάγκες στην καλαθοσφαίριση, θέματα διατροφής, ψυχολογική προετοιμασία αθλητών, ιδιαιτερότητες της γυναικείας καλαθοσφαίρισης, βασικά στοιχεία για το coaching στον αγώνα, δομή, οργάνωση και διεύθυνση αγώνα καλαθοσφαίρισης.</p> <p>Προπονητική σε διαφορετικά επίπεδα καλαθοσφαίρισης: διαλειμματική προπόνηση, ετήσιος προγραμματισμός: σχεδιασμός, εφαρμογή και καθοδήγηση προγραμμάτων προπόνησης κατά την περίοδο προετοιμασίας, την αγωνιστική και τη μεταβατική περίοδο σε επαγγελματίες καλαθοσφαιριστές, στο σχολείο, στο σύλλογο, σε αθλητισμό αναψυχής</p> <p>Ρόλος του προπονητή: συμπεριφορά σε έναν καλαθοσφαιριστή αλλά και στην ομάδα γενικότερα, ψυχολογική συμπεριφορά προπονητή, προπονητική διαχείριση ανδρικού και γυναικείου τμήματος, προπονητική διαχείριση ομάδας παιδιών, προπόνηση σε άτομα με ειδικές ανάγκες, μέθοδοι και στρατηγικές επίλυσης προβλημάτων σε προβληματικές προπονήσεις.</p> <p>Ο ρόλος και τα καθήκοντα της γραμματείας του αγώνα. Οργάνωση αγώνων και πρωταθλημάτων στις μικρές ηλικίες.</p> <p>Κριτική ανασκόπηση και αξιολόγηση των θεματολογιών που διδάχθηκαν.</p>		
Μεθοδολογία Διδασκαλίας	<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 υποβάθρου του περιεχομένου του μαθήματος. Σχετικό υλικό που δημοσιεύεται σε διεθνή επιστημονικά περιοδικά χρησιμοποιείται επίσης για</p>		

	<p>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%): <ul style="list-style-type: none"> A) Μικροδιδασκαλία 25%: Ο υποψήφιος παρουσιάζει μια σύντομη διδακτική συνεδρία σχετικά με την καλαθοσφαίριση, ακολουθώντας ένα προετοιμασμένο πλάνο προπόνησης που περιλαμβάνει τους στόχους της προπόνησης, τις

	<p>ασκήσεις, τις διδακτικές μεθόδους και τα εκπαιδευτικά υλικά. B)</p> <p>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