

Τίτλος Μαθήματος	ΠΕΤΟΣΦΑΙΡΙΣΗ Ι			
Κωδικός Μαθήματος	SSVOL427-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>Σκοπός του μαθήματος είναι να μεταδώσει όλες τις απαραίτητες θεωρητικές και πρακτικές γνώσεις, ώστε να μπορούν να διδάξουν μεθοδικά την πετοσφαίριση στο σχολείο, σε συλλόγους που διαθέτουν τμήματα υποδομής αλλά και στην αναψυχή</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. Αξιολογήσουν τις εξελίξεις στην πετοσφαίριση και να αναλύσουν τις διεθνείς τάσεις των τελευταίων χρόνων. 2. Σχεδιάσουν και να υλοποιήσουν ασκήσεις στην πετοσφαίριση, ταξινομώντας τις απλές και σύνθετες ασκήσεις σύμφωνα με τα διεθνή πρότυπα. 3. Εφαρμόσουν μια ολοκληρωμένη διδασκαλία προθέρμανσης, προσαρμοσμένη στα στοιχεία της προπόνησης. 4. Επιδείξουν ατομική τεχνική σε προχωρημένο επίπεδο ανάλογα με την ειδίκευση των παικτών. 5. Αναγνωρίσουν και να αξιολογήσουν τρόπους προσέγγισης επιθετικών και αμυντικών στο φιλέ. 6. Συνδυάσουν απλούς και σύνθετους επιθετικούς συνδυασμούς στην επίθεση και να υλοποιήσουν βασικές αρχές της άμυνας εδάφους. 7. Αναλύσουν την τακτική στην πετοσφαίριση και να εφαρμόσουν σχήματα και συστήματα επιθετικής και αμυντικής κάλυψης. 8. Αξιολογήσουν τις θέσεις υποδοχής και να σχεδιάσουν την κατεύθυνση της υποδοχής σύμφωνα με την επίθεση. 9. Κατανοήσουν και να εφαρμόσουν συστήματα ομαδικής τακτικής και αμυντικών συστημάτων. 10. Αξιολογήσουν και να υλοποιήσουν συστήματα μπλοκ και να κατανοήσουν τη στιγμή που πρέπει να εφαρμοστούν. 11. Οργανώσουν και να διεξάγουν παιχνίδια εφηβικών ομάδων, εφαρμόζοντας τεχνικές και τακτικές που έχουν διδαχθεί. 			

Προαπαιτούμενα	PESS106: Αρχές Προπονητικής	Συναπαιτούμενα	Κανένα
Περιεχόμενο Μαθήματος	<ol style="list-style-type: none"> 1. Εξελίξεις στην πετοσφαίριση. Οι Διεθνείς τάσεις τα τελευταία χρόνια. Οι ασκήσεις στην πετοσφαίριση. Ταξινόμηση και διεθνείς συμβολισμοί των ασκήσεων: Απλές και σύνθετες ασκήσεις. 2. Διδασκαλία ολοκληρωμένης προθέρμανσης προσαρμοσμένης στα στοιχεία της προπόνησης που ακολουθεί. 3. Ατομική τεχνική προχωρημένου επιπέδου ανάλογα με την ειδίκευση των παικτών (ακραίου επιθετικού, λίμπερο, κεντρικού επιθετικού, διαγώνιου, πασαδόρου). 4. Τρόποι προσέγγισης επιθετικών στο φιλέ. Κωδικοποίηση του φιλέ. Τρόποι επικοινωνίας του πασαδόρου με τους επιθετικούς πριν και μετά την εκτέλεση του σέρβις. 5. Απλοί και σύνθετοι επιθετικοί συνδυασμοί: Διασταυρώσεις, φορτίσεις ζώνης και κλιμακώσεις, προσποιώσεις ζώνης. 6. Άμυνα εδάφους: Βασικές αρχές της άμυνας εδάφους-τεχνική απόκρουσης ψηλών χτυπημάτων, αργών χτυπημάτων, δυνατών χτυπημάτων, πτώσεις. 7. Παρακολούθηση με πολυμέσα τάσεων ομαδικής τακτικής κορυφαίων ομάδων. Τακτική στην πετοσφαίριση: επιθετική τακτική, αμυντική τακτική. 8. Σχέση της θέσης υποδοχής με την επίθεση που θα εκδηλωθεί, στόχοι-τροχιές κατεύθυνσης της υποδοχής του αντίπαλου σέρβις. 9. Ομαδική αμυντική τακτική-αμυντικά συστήματα. Άμυνα με το έξι μπροστά, με το έξι πίσω. 10. Ομαδική τακτική υποδοχής: Σχηματισμοί υποδοχής με 3 άτομα, με 2 άτομα. 11. Συστήματα επιθετικής κάλυψης, σχηματισμοί: Σε επίθεση από υποδοχή, σε αντεπίθεση. 12. Μπλοκ ομαδικό. Τεχνική- τακτική. Συστήματα μπλοκ: μπλοκ ζώνης, μαν- του-μαν, βλέπω και αντιδρώ. Πότε πρέπει και πότε δεν πρέπει να μπλοκάρει ο μπλοκέρ. 13. Σύνοψη τεχνικών και τακτικών που διδάχθηκαν. Οργάνωση και διεξαγωγή παιχνιδιού εφηβικής ομάδας. 		
Μεθοδολογία Διδασκαλίας	<p>Θεωρία</p> <p>Η διδασκαλία του μαθήματος περιλαμβάνει διαλέξεις για την παροχή του θεωρητικού υποβάθρου. Αναλυτικές σημειώσεις με PowerPoint και υλικό</p>		

	<p>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 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>	<p>Schmidt, B. (2017). <i>Βόλεϊ: Βήματα για την επιτυχία</i>. Θεσσαλονίκη: Αφοί Κυριακίδη</p> <p>Λάιος, Α., Κατσικαδέλλη, Α., Αγγελονίδης, Ι., & Κουντούρης, Π. (2017). <i>Διδακτική και Προπονητική της Πετοσφαίρισης</i>. Αθήνα:Πεδίο.</p> <p>Ζέτου, Ε. & Κασαμπαλής, Θ. (2006). <i>Πετοσφαίριση</i>. Αθήνα: Τελέθριον.</p> <p>Ζέτου, Ε. & Χαριτωνίδης Κ. (2002). <i>Η Διδασκαλία της Πετοσφαίρισης Ι</i>. Θεσσαλονίκη: University Studio Press.</p> <p><u>Συμπληρωματική βιβλιογραφία:</u></p> <p>Alamsyah, I. D., & Taroreh, B. S. (2022). Book Development of Volley Ball Passing Variations in the Special Preparation Period for Volley Ball Teachers and Coaches in Palembang. <i>Kinestetik: Jurnal Ilmiah Pendidikan Jasmani</i>, 6(4), 798-805.</p> <p>Ζέτου, Ε. & Χαριτωνίδης Κ. (2002). <i>Η Διδασκαλία της Πετοσφαίρισης ΙΙ</i>. Θεσσαλονίκη: University Studio Press.</p>

	<p>Κατσικαδέλλη, Α., Αγγελονίδης, Ι., Κουντούρης, Π., & Λάιος, Ι. (2001). <i>Πετοσφαίριση: Μεθοδική διδασκαλία</i>. Αθήνα.</p> <p>Kenny, B., & Gregory, C. (2006). <i>Volleyball: Steps to success</i>. Human Kinetics.</p> <p>Μπεργελές, Ν. (1993). <i>Προπονητική Πετοσφαίρισης</i>. Αθήνα.</p> <p>Reynaud, C., & American Volleyball Coaches Association. (2015). <i>The Volleyball Coaching Bible, Volume II</i>. Human Kinetics.</p>
Αξιολόγηση	<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 πετοσφαίριση. 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 πετοσφαίριση. 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 πετοσφαίριση. ● Πρακτική εξέταση (35%): Α) Μικροδιδασκαλία 25%: Ο υποψήφιος παρουσιάζει μια σύντομη διδακτική συνεδρία σχετικά με την πετοσφαίριση, ακολουθώντας ένα προετοιμασμένο πλάνου προπόνησης που περιλαμβάνει τους στόχους της προπόνησης, τις ασκήσεις, τις διδακτικές μεθόδους και τα εκπαιδευτικά υλικά. Β) Τεχνικές Δεξιότητες του Αθλήματος 10%: Ο υποψήφιος παρουσιάζει και επιδεικνύει βασικές τεχνικές δεξιότητες στην πετοσφαίριση 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 σχετικά με την πετοσφαίριση. Αυτό περιλαμβάνει έννοιες, θεωρητικά πλαίσια και μελέτες ποικίλων περιπτώσεων, δίνοντας ένα πλήρες αντίγραφο της γνώσης που έχει αποκτηθεί στον τομέα της πετοσφαίρισης. Επιπλέον, η εξέταση επικεντρώνεται στην ικανότητα του φοιτητή να συνδέσει διάφορες έννοιες, δημιουργώντας έτσι μια ολοκληρωμένη αντίληψη στον τομέα της πετοσφαίρισης 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 πετοσφαίρισης σε πρακτικά σενάρια.
Γλώσσα	Ελληνικά / Αγγλικά



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

