ΚΑΛΑΘΟΣΦΑΙΡΙΣΗ Ι

ΠΕΡΙΓΡΑΜΜΑ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ

1. **ΓΕΝΙΚΑ**

ΣΧΟΛΗ	**ΕΠΙΣΤΗΜΩΝ ΦΥΣΙΚΗΣ ΑΓΩΓΗΣ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ ΚΑΙ ΔΙΑΙΤΟΛΟΓΙΑΣ**		
ΤΜΗΜΑ	ΕΠΙΣΤΗΜΗΣ ΦΥΣΙΚΗΣ ΑΓΩΓΗΣ ΚΑΙ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ		
ΕΠΙΠΕΔΟ ΣΠΟΥΔΩΝ	*Προπτυχιακό*		
ΚΩΔΙΚΟΣ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ	ΚΕ0201	**ΕΞΑΜΗΝΟ ΣΠΟΥΔΩΝ**	6ο
ΤΙΤΛΟΣ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ	ΚΑΛΑΘΟΣΦΑΙΡΙΣΗ Ι		
ΕΒΔΟΜΑΔΙΑΙΕΣ ΩΡΕΣ ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑΣ	6		
ΠΙΣΤΩΤΙΚΕΣ ΜΟΝΑΔΕΣ ECTS	12		
ΤΥΠΟΣ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ	Ανάπτυξης Δεξιοτήτων		
ΠΡΟΑΠΑΙΤΟΥΜΕΝΑ ΜΑΘΗΜΑΤΑ	-		
ΓΛΩΣΣΑ ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑΣ & ΕΞΕΤΑΣΕΩΝ:	Ελληνική		
ΤΟ ΜΑΘΗΜΑ ΠΡΟΣΦΕΡΕΤΑΙ ΣΕ ΦΟΙΤΗΤΕΣ ERASMUS	ΝΑΙ (στην Αγγλική)		
ΚΩΔΙΚΟΣ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ ΣΤΟ ECLASS	ΑΝΤΜΑ153		
ΥΠΕΥΘΥΝΟΣ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ	ΓΕΡΟΔΗΜΟΣ ΒΑΣΙΛΕΙΟΣ		
ΤΗΛΕΦΩΝΟ/EMAIL	2431047005/bgerom@pe.uth.gr		
ΑΛΛΟΙ ΔΙΔΑΣΚΟΝΤΕΣ	ΤΣΙΜΕΑΣ ΠΑΝΑΓΙΩΤΗΣ, ΙΩΑΚΕΙΜΙΔΗΣ ΠΑΝΑΓΙΩΤΗΣ		

2. **ΜΑΘΗΣΙΑΚΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ**

Μαθησιακά Αποτελέσματα	**ΜΑ**
Με την επιτυχή ολοκλήρωση του μαθήματος ο φοιτητής / τρια θα είναι σε θέση να:	
• Εκτελεί και να διδάσκει ατομικές επιθετικές και αμυντικές δεξιότητες της Καλαθοσφαίρισης,	1.1, 2.9
• Διδάσκει μερική επιθετική και αμυντική τακτική της καλαθοσφαίρισης,	2.9
• Οργανώνει και να λειτουργεί μια ακαδημία Καλαθοσφαίρισης,	5.1
• Σχεδιάζει, εφαρμόζει, αξιολογεί και καθοδηγεί προγράμματα ανάπτυξης της δύναμης, της κινητικότητας, του συντονισμού, της ταχύτητας και της αντοχής στις αναπτυξιακές ηλικίες.	2.1, 3.3
Γενικές και Ειδικές Ικανότητες	
Το μάθημα αποσκοπεί στην ανάπτυξη των παρακάτω γενικών ικανοτήτων: • Ικανότητας παραγωγής νέων ιδεών (δημιουργικότητα) • Ικανότητας επίλυσης προβλημάτων • Ικανότητας επικοινωνίας με μη-ειδικούς (στο πεδίο)	Το μάθημα αποσκοπεί στην ανάπτυξη των παρακάτω ειδικών ικανοτήτων: • Ικανότητας σχετικά με το περιεχόμενο της γνώσης • Ικανότητας για την εφαρμογή της επιστημονικής γνώσης στη διδασκαλία/πράξη • Ικανότητας για τη διδασκαλία/πράξ

3. **ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΟ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ**

· *Διδασκαλία δεξιοτήτων. Κινήσεις χωρίς μπάλα:* Στάσεις-θέσεις, Τεχνική τρεξίματος, Αλλαγή κατεύθυνσης, Σταμάτημα, Στροφές, Γλιστρήματα. *Κινήσεις με μπάλα:* Πιάσιμο μπάλας, Υποδοχή μπάλας, Δίχρονος ρυθμός, Πάσα (στήθους-σκαστή- πάνω από το κεφάλι), Τρίπλα (κατοχής-προωθητική-σταυρωτή), Σουτ (Jump shot,-layup,-ελεύθερη βολή), ξεμαρκαρίσματα (εξωτερικών-κεντρικών παικτών), κινήσεις-προσποιήσεις (εξωτερικών-κεντρικών παικτών).

· Ρημπάουντ (αμυντικό-επιθετικό).

· Block-out στην άμυνα.

· Επιθετική τακτική: Επιθετικές συνεργασίες 2 παικτών (χωρίς screen), Το Pick n Roll, Επιθετικές συνεργασίες 3 παικτών (με screen), Επιθετικό transition, Επιθέσεις 4 x 4, Διδασκαλία Επιθετικής Τακτικής-Θεωρία, Αιφνιδιασμός.

· Αμυντική τακτική: Άμυνα στο Pick n Roll, Άμυνα στα screens (δίχως μπάλα), Αμυντικό transition, Άμυνα 4 on 4.

· Mini-basket.

· Οργανόγραμμα ακαδημίας Καλαθοσφαίρισης.

· Αθλητικές Εγκαταστάσεις.

· Αναπτυξιακά προγράμματα.

· Διοργάνωση Αθλητικών Γεγονότων.

· *Μακροχρόνιος προγραμματισμός*: σχεδιασμός, εφαρμογή και καθοδήγηση προγραμμάτων ανάπτυξης της δύναμης, της κινητικότητας, της ταχύτητας και της αντοχής στις αναπτυξιακές ηλικίες.

4. **ΔΙΔΑΚΤΙΚΕΣ και ΜΑΘΗΣΙΑΚΕΣ ΜΕΘΟΔΟΙ - ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ**

<table>
<tr><td>ΧΩΡΟΣ ΥΛΟΠΟΙΗΣΗΣ & ΠΑΡΑΔΟΣΗΣ</td><td colspan="2">Στην τάξη, στο γήπεδο και στο γυμναστήριο.</td></tr>
<tr><td>ΧΡΗΣΗ ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΩΝ ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΑΣ ΚΑΙ ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΩΝ</td><td colspan="2">Υποστήριξη μαθησιακής διαδικασίας μέσω της ηλεκτρονικής πλατφόρμας e-class.</td></tr>
<tr><td rowspan="5">ΟΡΓΑΝΩΣΗ ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑΣ</td><td>Δραστηριότητα</td><td>Φόρτος Εργασίας Εξαμήνου</td></tr>
<tr><td>Διαλέξεις</td><td>78</td></tr>
<tr><td>Ασκήσεις Πράξης που εστιάζουν στην εφαρμογή μεθοδολογιών και ανάλυση μελετών περίπτωσης σε μικρότερες ομάδες φοιτητών</td><td>42</td></tr>
<tr><td>Ομαδική Εργασία σε μελέτη περίπτωσης.</td><td>60</td></tr>
<tr><td>Μικρές ατομικές εργασίες εξάσκησης</td><td>50</td></tr>
<tr><td>Αυτοτελής Μελέτη/εξάσκηση</td><td>70</td></tr>
<tr><td></td><td>Σύνολο Μαθήματος

(25 ώρες φόρτου εργασίας ανά πιστωτική μονάδα)</td><td>300</td></tr>
<tr><td>ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ ΦΟΙΤΗΤΩΝ</td><td colspan="2">I. Γραπτή τελική εξέταση (50%) που περιλαμβάνει:
- Ερωτήσεις πολλαπλής επιλογής
- Ερωτήσεις σύντομης ανάπτυξης
- Ερωτήσεις συμπλήρωσης – αντιστοίχισης
II. Εργασίες (30%)
III. Παρουσίαση Εργασιών (20%)</td></tr>
</table>

5. **ΣΥΝΙΣΤΩΜΕΝΗ-ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ**

-Προτεινόμενη Βιβλιογραφία:

Σημειώσεις μαθήματος.

Κέλλης Σ. (1999). Φυσική Κατάσταση Νεαρών Καλαθοσφαιριστών. Εκδόσεις Σάλτο.

Βαμβακούδης, Ε., Μεντηλίδης, Ν., Τσίτσκαρης, Γ., Χατζηαθανασίου, Π. (1996). BASKETBALL. Ομαδική Τακτική. Θεσσαλονίκη: Εκδόσεις Σάλτο.

Γεροδήμος Β., & Πέρκος Σ. (2006). Καλαθοσφαίριση. Θεωρία, τεχνική, τακτική, μεθοδολογία, ειδική διδακτική & κανονισμοί. Θεσσαλονίκη: Εκδόσεις Σάλτο.

Κιουμουρτζόγλου, Ε. & Γούδας, Μ. (2003). Το Μπάσκετ. Πέρα από τα Βασικά και τα Συστήματα, Θεσσαλονίκη, Χριστοδουλίδη.

Τσίτσκαρης, Γ. & Χατζηαθανασίου, Π. (2002). Θεμελιώδεις Αρχές Ατομικής Τεχνικής, Θεσσαλονίκη, Σάλτο.

Hal Wissel (2007). Καλαθοσφαίριση: Βήματα για την Επιτυχία. Μετάφραση-επιμέλεια: Σ. Πέρκος, Β. Γεροδήμος, Μ. Γούδας., Θεσσαλονίκη, Χριστοδουλίδη.

-Συναφή επιστημονικά περιοδικά:

European Journal of Sports Sciences.

International Journal of Sports Medicine.

Journal of Science and Medicine in Sport.

Journal of Sports Science and Medicine.

Journal of Sports Sciences.

Journal of Strength and Conditioning Research.

Strength and Conditioning Journal.

Medicine and Science in Sports and Exercise.

Pediatric and Exercise Science.