ΑΝΤΙΣΦΑΙΡΙΣΗ Ι

ΠΕΡΙΓΡΑΜΜΑ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ

1. **ΓΕΝΙΚΑ**

ΣΧΟΛΗ	**ΕΠΙΣΤΗΜΩΝ ΦΥΣΙΚΗΣ ΑΓΩΓΗΣ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ ΚΑΙ ΔΙΑΙΤΟΛΟΓΙΑΣ**		
ΤΜΗΜΑ	ΕΠΙΣΤΗΜΗΣ ΦΥΣΙΚΗΣ ΑΓΩΓΗΣ ΚΑΙ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ		
ΕΠΙΠΕΔΟ ΣΠΟΥΔΩΝ	*Προπτυχιακό*		
ΚΩΔΙΚΟΣ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ	ΚΕ0221	**ΕΞΑΜΗΝΟ ΣΠΟΥΔΩΝ**	6ο
ΤΙΤΛΟΣ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ	ΑΝΤΙΣΦΑΙΡΙΣΗ 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	ΟΧΙ		
ΚΩΔΙΚΟΣ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ ΣΤΟ ECLASS	ΑΝΤΜΑ235		
ΥΠΕΥΘΥΝΟΣ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ	ΘΕΟΔΩΡΑΚΗΣ ΙΩΑΝΝΗΣ, ΚΟΜΟΥΤΟΣ ΝΙΚΟΛΑΟΣ		
ΤΗΛΕΦΩΝΟ/EMAIL	24310-47027		
ΑΛΛΟΙ ΔΙΔΑΣΚΟΝΤΕΣ	ΠΑΠΑΔΗΜΗΤΡΙΟΥ ΔΗΜΗΤΡΙΟΣ		

2. **ΜΑΘΗΣΙΑΚΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ**

Μαθησιακά Αποτελέσματα	**ΜΑ**
Με την επιτυχή ολοκλήρωση του μαθήματος ο φοιτητής / τρια θα είναι σε θέση να:	
· Εκτελεί και να διδάσκει όλα τα αμυντικά και επιθετικά χτυπήματα της Αντισφαίρισης	1.1, 2.9
· Διδάσκει μερική επιθετική και αμυντική τακτική της Αντισφαίρισης	2.9
· Οργανώνει και να λειτουργεί μια ακαδημία Αντισφαίρισης	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/πράξη

3. **ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΟ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ**

· Διδασκαλία δεξιοτήτων · Βασική τεχνική χτυπημάτων (φόρχαντ, μπάκχαντ, σερβίς, επιστροφή, βολέ, σμας, σλάις) · Βασική τακτική · Οι ικανότητες του προπονητή (Αρχές μάθησης, απαραίτητες προπονητικές ικανότητες, διάφορα στυλ επικοινωνίας, οργάνωση γκρουπ παικτών, τροφοδοσία σε γκρουπ καινούργιων παικτών) · Δημιουργία θετικού περιβάλλοντος μάθησης (Δημιουργία περιβάλλοντος κινήτρων, κλειδιά για επιτυχία με καινούργιους παίκτες, προσαρμογή εξοπλισμού και μαθήματος στον παίκτη, διαφοροποίηση) · Αθλητικές Εγκαταστάσεις · Αναπτυξιακά προγράμματα · Διοργάνωση πρωταθλημάτων: κόκκινο-πορτοκαλί- πράσινο επίπεδο · Μακροχρόνιος προγραμματισμός: σχεδιασμός, εφαρμογή και καθοδήγηση προγραμμάτων ανάπτυξης της δύναμης, της κινητικότητας, της ταχύτητας και της αντοχής στις αναπτυξιακές ηλικίες. · Αποτελεσματικός προπονητής · Αποτελεσματικός αθλητής · Δημιουργία ταμπλό – μικρού εσωτερικού τουρνουά

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>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**

-Συναφή επιστημονικά περιοδικά:

European Journal of Sports Sciences.

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

-Προτεινόμενη ιστοσελίδα πληροφόρησης:

www,itftennis.com,

i-coach