Η ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑ ΤΗΣ ΧΕΙΡΟΣΦΑΙΡΙΣΗΣ

ΠΕΡΙΓΡΑΜΜΑ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ

1. ΓΕΝΙΚΑ

ΣΧΟΛΗ	ΕΠΙΣΤΗΜΩΝ ΦΥΣΙΚΗΣ ΑΓΩΓΗΣ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ ΚΑΙ ΔΙΑΙΤΟΛΟΓΙΑΣ		
ΤΜΗΜΑ	ΕΠΙΣΤΗΜΗΣ ΦΥΣΙΚΗΣ ΑΓΩΓΗΣ ΚΑΙ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ		
ΕΠΙΠΕΔΟ ΣΠΟΥΔΩΝ	*Προπτυχιακό*		
ΚΩΔΙΚΟΣ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ	ΜΚ0407	**ΕΞΑΜΗΝΟ ΣΠΟΥΔΩΝ**	3ο & 4ο
ΤΙΤΛΟΣ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ	Η ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑ ΤΗΣ ΧΕΙΡΟΣΦΑΙΡΙΣΗΣ		

ΑΥΤΟΤΕΛΕΙΣ ΔΙΔΑΚΤΙΚΕΣ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ *σε περίπτωση που οι πιστωτικές μονάδες απονέμονται σε διακριτά μέρη του μαθήματος π.χ. Διαλέξεις, Εργαστηριακές Ασκήσεις κ.λπ. Αν οι πιστωτικές μονάδες απονέμονται ενιαία για το σύνολο του μαθήματος αναγράψτε τις εβδομαδιαίες ώρες διδασκαλίας και το σύνολο των πιστωτικών μονάδων*	**ΕΒΔΟΜΑΔΙΑΙΕΣ ΩΡΕΣ ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑΣ**	**ΠΙΣΤΩΤΙΚΕΣ ΜΟΝΑΔΕΣ**
	3	4
Προσθέστε σειρές αν χρειαστεί. Η οργάνωση διδασκαλίας και οι διδακτικές μέθοδοι που χρησιμοποιούνται περιγράφονται αναλυτικά στο (δ).		

ΤΥΠΟΣ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ *γενικού υποβάθρου, ειδικού υποβάθρου, ειδίκευσης, γενικών γνώσεων, ανάπτυξης δεξιοτήτων*	Γενικού υποβάθρου
ΠΡΟΑΠΑΙΤΟΥΜΕΝΑ ΜΑΘΗΜΑΤΑ:	
ΓΛΩΣΣΑ ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑΣ και ΕΞΕΤΑΣΕΩΝ:	Ελληνική
ΤΟ ΜΑΘΗΜΑ ΠΡΟΣΦΕΡΕΤΑΙ ΣΕ ΦΟΙΤΗΤΕΣ ERASMUS	ΝΑΙ (ΣΤΗΝ ΑΓΓΛΙΚΗ)
ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΗ ΣΕΛΙΔΑ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ (URL)	https://eclass.uth.gr/courses/PE_U_195/

2. ΜΑΘΗΣΙΑΚΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ

Μαθησιακά Αποτελέσματα

Περιγράφονται τα μαθησιακά αποτελέσματα του μαθήματος οι συγκεκριμένες γνώσεις, δεξιότητες και ικανότητες καταλλήλου επιπέδου που θα αποκτήσουν οι φοιτητές μετά την επιτυχή ολοκλήρωση του μαθήματος.

Συμβουλευτείτε το Παράρτημα Α

- *Περιγραφή του Επιπέδου των Μαθησιακών Αποτελεσμάτων για κάθε ένα κύκλο σπουδών σύμφωνα με το Πλαίσιο Προσόντων του Ευρωπαϊκού Χώρου Ανώτατης Εκπαίδευσης*
- *Περιγραφικοί Δείκτες Επιπέδων 6, 7 & 8 του Ευρωπαϊκού Πλαισίου Προσόντων Διά Βίου Μάθησης και το Παράρτημα Β*
- *Περιληπτικός Οδηγός συγγραφής Μαθησιακών Αποτελεσμάτων*

Με την επιτυχή ολοκλήρωση του μαθήματος, ο φοιτητής/τρια θα είναι σε θέση να:

- Διδάσκει ικανοποιητικά ένα εύρος δεξιοτήτων της χειροσφαίρισης.
- Προετοιμάζει και οργανώνει βραχυπρόθεσμα και μακροπρόθεσμα σχέδια άσκησης σε διάφορα πεδία εφαρμογής, ακολουθώντας τους προκαθορισμένους σκοπούς.
- Χρησιμοποιεί επιδείξεις και τύπους ανατροφοδότησης, συνδέοντας τις μαθησιακές εμπειρίες με τις βασικές έννοιες της επιστήμης.
- Δίνει παραδείγματα σε άτομα διαφόρων ηλικιών (μαθητές, αθλητές, αθλούμενους κ.λπ.), για να προάγει την εκμάθηση δεξιοτήτων και την κατανόηση βασικών εννοιών της Φυσικής Αγωγής και των αθλητικών επιστημών.

Γενικές Ικανότητες

Λαμβάνοντας υπόψη τις γενικές ικανότητες που πρέπει να έχει αποκτήσει ο πτυχιούχος (όπως αυτές αναγράφονται στο Παράρτημα Διπλώματος και παρατίθενται ακολούθως) σε ποια / ποιες από αυτές αποσκοπεί το μάθημα;.

Αναζήτηση, ανάλυση και σύνθεση δεδομένων και πληροφοριών, με τη χρήση και των απαραίτητων τεχνολογιών
Προσαρμογή σε νέες καταστάσεις
Λήψη αποφάσεων
Αυτόνομη εργασία
Ομαδική εργασία
Εργασία σε διεθνές περιβάλλον
Εργασία σε διεπιστημονικό περιβάλλον
Παράγωγή νέων ερευνητικών ιδεών
Σχεδιασμός και διαχείριση έργων
Σεβασμός στη διαφορετικότητα και στην πολυπολιτισμικότητα
Σεβασμός στο φυσικό περιβάλλον
Επίδειξη κοινωνικής, επαγγελματικής και ηθικής υπευθυνότητας και ευαισθησίας σε θέματα φύλου
Άσκηση κριτικής και αυτοκριτικής
Προαγωγή της ελεύθερης, δημιουργικής και επαγωγικής σκέψης
……
Άλλες…
…….

Το μάθημα αποσκοπεί στην ανάπτυξη των παρακάτω γενικών ικανοτήτων

- Λήψη αποφάσεων
- Αυτόνομη εργασία
- Ομαδική εργασία
- Προσαρμογή σε νέες καταστάσεις

3. ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΟ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ

1. Εισαγωγή στη χειροσφαίριση – βασικά χαρακτηριστικά του αθλήματος, κανονισμοί του παιχνιδιού και διαιτησία.
2. Πιάσιμο και υποδοχή της μπάλας – είδη πάσας, πάσα από στάση και πάσα σε κίνηση.
3. Βασικές μετακινήσεις με και χωρίς μπάλα – κίνηση προς τα εμπρός και προς τα πίσω, πλάγιες μετακινήσεις και αλλαγές κατεύθυνσης.
4. Ντρίπλα – βασική τεχνική, αλλαγές κατεύθυνσης και συνδυασμός με μετακινήσεις.
5. Βασικό σουτ από στάση – τεχνική εκτέλεσης και εφαρμογή.
6. Σουτ με άλμα – τεχνική εκτέλεσης (βηματισμός, απογείωση και προσγείωση).
7. Σουτ από διαφορετικές αγωνιστικές θέσεις, όπως εξτρέμ και πίβοτ.
8. Προσποιήσεις – τεχνική εκτέλεσης και εφαρμογή.
9. Ατομική αμυντική τεχνική και τακτική – βασική αμυντική στάση, μετακινήσεις και αντιμετώπιση του επιθετικού.
10. Τερματοφύλακας – βασική θέση, μετακινήσεις, τοποθέτηση και τεχνικές απόκρουσης.
11. Ομαδική επιθετική τεχνική και τακτική – συνεργασίες μεταξύ των παικτών, κυκλοφορία της μπάλας και δημιουργία ευκαιριών για επίτευξη τέρματος.
12. Ομαδική αμυντική τεχνική και τακτική – βασικοί αμυντικοί σχηματισμοί, συνεργασία και αλληλοκάλυψη.
13. Συνδυαστική εφαρμογή των τεχνικών και τακτικών στοιχείων σε διαφορετικές αγωνιστικές καταστάσεις – παιχνίδια μικρών ομάδων σε περιορισμένο χώρο, εφαρμογή επιθετικών και αμυντικών συνεργασιών και μετάβαση από την επίθεση στην άμυνα και αντίστροφα.

4. ΔΙΔΑΚΤΙΚΕΣ και ΜΑΘΗΣΙΑΚΕΣ ΜΕΘΟΔΟΙ - ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ

ΤΡΟΠΟΣ ΠΑΡΑΔΟΣΗΣ *Πρόσωπο με πρόσωπο, Εξ αποστάσεως εκπαίδευση κ.λπ.*	Πρόσωπο με πρόσωπο
ΧΡΗΣΗ ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΩΝ ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΑΣ ΚΑΙ ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΩΝ *Χρήση Τ.Π.Ε. στη Διδασκαλία, στην Εργαστηριακή Εκπαίδευση, στην Επικοινωνία με τους φοιτητές*	Υποστήριξη μαθησιακής διαδικασίας μέσω της ηλεκτρονικής πλατφόρμας e-class
ΟΡΓΑΝΩΣΗ ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑΣ *Περιγράφονται αναλυτικά ο τρόπος και μέθοδοι διδασκαλίας.* *Διαλέξεις, Σεμινάρια, Εργαστηριακή Άσκηση, Άσκηση Πεδίου, Μελέτη & ανάλυση βιβλιογραφίας, Φροντιστήριο, Πρακτική (Τοποθέτηση), Κλινική Άσκηση, Καλλιτεχνικό Εργαστήριο, Διαδραστική διδασκαλία, Εκπαιδευτικές επισκέψεις, Εκπόνηση μελέτης (project), Συγγραφή εργασίας / εργασιών, Καλλιτεχνική δημιουργία, κ.λπ.* *Αναγράφονται οι ώρες μελέτης του φοιτητή για κάθε μαθησιακή δραστηριότητα καθώς και οι ώρες μη καθοδηγούμενης μελέτης σύμφωνα με τις αρχές του ECTS*	

Δραστηριότητα	***Φόρτος Εργασίας Εξαμήνου***
Διαλέξεις	39
Ασκήσεις Πράξης που εστιάζουν στην εφαρμογή μεθοδολογιών και ανάλυση μελετών περίπτωσης σε μικρότερες ομάδες φοιτητών	32
Ατομικές εργασίες εξάσκησης	29
Σύνολο Μαθήματος	***100***

ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ ΦΟΙΤΗΤΩΝ *Περιγραφή της διαδικασίας αξιολόγησης* *Γλώσσα Αξιολόγησης, Μέθοδοι αξιολόγησης, Διαμορφωτική ή*	I. Γραπτή τελική εξέταση (30%) που περιλαμβάνει: - Ερωτήσεις πολλαπλής επιλογής II. Πρακτική Εξέταση (40%) που περιλαμβάνει: - Εκτέλεση Δεξιοτήτων χειροσφαίρισης III. Τεστ προόδου (20%) που περιλαμβάνει:

Συμπερασματική, Δοκιμασία Πολλαπλής Επιλογής, Ερωτήσεις Σύντομης Απάντησης, Ερωτήσεις Ανάπτυξης Δοκιμίων, Επίλυση Προβλημάτων, Γραπτή Εργασία, Έκθεση / Αναφορά, Προφορική Εξέταση, Δημόσια Παρουσίαση, Εργαστηριακή Εργασία, Κλινική Εξέταση Ασθενούς, Καλλιτεχνική Ερμηνεία, Άλλη / Άλλες *Αναφέρονται ρητά προσδιορισμένα κριτήρια αξιολόγησης και εάν και που είναι προσβάσιμα από τους φοιτητές.*	- Ερωτήσεις πολλαπλής επιλογής IV. Μικροδιδασκαλία φοιτητών (10%).

5. ΣΥΝΙΣΤΩΜΕΝΗ-ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

-Προτεινόμενη Βιβλιογραφία:

Estriga, L. (2026). *Χειροσφαίριση: Διδασκαλία και εκμάθηση μέσα από το παιχνίδι, βήμα-βήμα* (Ζ. Παπαδοπούλου & Α. Γιαννακός, Επιμ. ελληνικής έκδ.; Μ. Μουσαφίρη, Μετάφρ.). University Studio Press. (ISBN 978-960-12-2683-5)

Κοτζαμανίδης, Χ. (2019). *Θεωρία και μεθοδική του χάντμπολ*. Εκδόσεις Κυριακίδη.

Νάτσης, Π., Παππάς, Α., & Γιάκας, Γ. (2007). *Χειροσφαίριση: Βήματα για την επιτυχία*. Εκδόσεις Χριστοδουλίδη.