# ΠΕΤΟΣΦΑΙΡΙΣΗ ΙΙ

**ΠΕΡΙΓΡΑΜΜΑ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ**

1. **ΓΕΝΙΚΑ**

| | | | |
|---|---|---|---|
| **ΣΧΟΛΗ** | **ΕΠΙΣΤΗΜΩΝ ΦΥΣΙΚΗΣ ΑΓΩΓΗΣ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ ΚΑΙ ΔΙΑΙΤΟΛΟΓΙΑΣ** | | |
| **ΤΜΗΜΑ** | ΕΠΙΣΤΗΜΗΣ ΦΥΣΙΚΗΣ ΑΓΩΓΗΣ ΚΑΙ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ | | |
| **ΕΠΙΠΕΔΟ ΣΠΟΥΔΩΝ** | *Προπτυχιακό* | | |
| **ΚΩΔΙΚΟΣ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ** | ΚΕ01002 | **ΕΞΑΜΗΝΟ ΣΠΟΥΔΩΝ** | 7ο |
| **ΤΙΤΛΟΣ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ** | ΠΕΤΟΣΦΑΙΡΙΣΗ ΙΙ | | |
| **ΕΒΔΟΜΑΔΙΑΙΕΣ ΩΡΕΣ ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑΣ** | 6 | | |
| **ΠΙΣΤΩΤΙΚΕΣ ΜΟΝΑΔΕΣ ECTS** | 12 | | |
| **ΠΕΤΟΣΦΑΙΡΙΣΗ ΙΙ**<br>**ΤΥΠΟΣ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ** | Ανάπτυξης δεξιοτήτων | | |
| **ΠΡΟΑΠΑΙΤΟΥΜΕΝΑ ΜΑΘΗΜΑΤΑ** | - | | |
| **ΓΛΩΣΣΑ ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑΣ & ΕΞΕΤΑΣΕΩΝ:** | Ελληνική | | |
| **ΤΟ ΜΑΘΗΜΑ ΠΡΟΣΦΕΡΕΤΑΙ ΣΕ ΦΟΙΤΗΤΕΣ ERASMUS** | ΝΑΙ | | |
| **ΚΩΔΙΚΟΣ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ ΣΤΟ ECLASS** | | | |
| **ΥΠΕΥΘΥΝΟΣ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ** | ΠΑΤΣΙΑΟΥΡΑΣ ΑΣΤΕΡΙΟΣ | | |
| **ΤΗΛΕΦΩΝΟ/EMAIL** | 2431047060/spats@pe.uth.gr | | |
| **ΑΛΛΟΙ ΔΙΔΑΣΚΟΝΤΕΣ** | | | |

2. **ΜΑΘΗΣΙΑΚΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ**

| **Μαθησιακά Αποτελέσματα** | **ΜΑ** |
|---|---|
| Με την επιτυχή ολοκλήρωση του μαθήματος ο φοιτητής / τρια θα είναι σε θέση να: | |
| · Εκτελεί ικανοποιητικά ένα εύρος κινητικών και αθλητικών δεξιοτήτων που απαιτείται στην πετοσφαίριση . Έχει την ικανότητα αυτόνομης εργασίας ώστε να διδάξει ικανοποιητικά την Πετοσφαίριση κυρίως τα βασικά στοιχεία της τεχνικής και τακτικής, ως προπονητές σε Συλλόγους και ως ΚΦΑ στα σχολεία | 3.2 |
| · Γνωρίζει πολλά για τις βασικές κινητικές δεξιότητες (π.χ. δεξιότητες μετακίνησης, δεξιότητες χειρισμού μπάλας κτλ) της πετοσφαίρισης και μπορεί να τα διδάξει αποτελεσματικά | 2.2 |
| · Μπορεί να οργανώσ ει και να διδάξει με ασφάλεια, έτσι ώστε οι ασκούμενοι να μην είναι πιθανό να τραυματιστούν, να διδάξει τους μαθητές/αθλητές να σέβονται ο ένας τον άλλον και να συνεργάζονται μεταξύ τους | 2.1, 3.2 |
| · Μπορεί να εξηγήσ ει και να κάνει επίδειξη μιας δεξιότητας/άσκησης, έτσι ώστε όλοι να καταλαβαίνουν τι πρέπει να κάνουν και μπορούν επίσης να χρησιμοποιήσει σαφή σημεία-κλειδιά που βοηθούν τους μαθητές ή αθλητές να θυμούνται και να κατανοούν πώς να κάνουν μια δεξιότητα σωστά | |
| **Γενικές και Ειδικές Ικανότητες** | |

| | |
|---|---|
| Το μάθημα αποσκοπεί στην ανάπτυξη των παρακάτω γενικών ικανοτήτων:<br>• Ικανότητας παραγωγής νέων ιδεών (δημιουργικότητα)<br>• Ικανότητας επίλυσης προβλημάτων<br>• Ικανότητας επικοινωνίας με μη-ειδικούς (στο πεδίο)<br>• Ικανότητα προσαρμογής σε νέες καταστάσεις<br>• Ομαδική δουλειά - ικανότητα συνεργασίας<br>• Ικανότητα διαπροσωπικών σχέσεων<br>• Ικανότητες διαχείρισης σχεδίων εργασίας (πρότζεκτ)<br>• Επιχειρηματικό πνεύμα<br>• Επιθυμία για επιτυχία | Το μάθημα αποσκοπεί στην ανάπτυξη των παρακάτω ειδικών ικανοτήτων:<br>• Ικανότητας σχετικά με το περιεχόμενο της γνώσης<br>• Ικανότητας για την εφαρμογή της επιστημονικής γνώσης στη διδασκαλία/πράξη<br>• Ικανότητας για την αντιμετώπιση διαφορετικών επιπέδων δεξιοτήτων |

3. **ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΟ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ**

| |
|---|
| • Προπόνηση τεχνικής - Προπόνηση της τεχνικές με τακτικά στοιχεία<br>• Σύνδεση δεξιοτήτων για βελτίωση τεχνικές και τακτικής<br>• Μεθοδολογία ομαδικής τακτικής<br>• Ατομική τακτική της επίθεσης<br>• Υποδοχή της μπάλας μετά από σερβίς<br>• Σύνδεση δεξιοτήτων τεχνικής μεταξύ πασαδόρου και επιθετικού<br>• Επιθετική κάλυψη<br>• Μεθοδολογία ομαδικής τακτικής της επίθεσης<br>• Ομαδική προπόνηση άμυνας στην επιθετική ζώνη<br>• Προπόνηση ομαδικής τακτικής μπλοκ και άμυνας<br>• Προπόνηση της επίθεσης<br>• Οργάνωση ενός σχολικού πρωταθλήματος<br>• Προπόνηση στην αντεπίθεση<br>• Οργάνωση ενός κανονικού πρωταθλήματος<br>• Προαγωνιστική προπόνηση - Προπόνηση φυσικής κατάστασης<br>• Προπόνηση με βάρη στην Πετοσφαίριση<br>• Πετοσφαίριση παραλίας<br>• Ψυχολογικές τεχνικές προπόνησης στην Πετοσφαίριση<br>• Κοουτσάρισμα στον αγώνα, Αξιολόγηση της τεχνικής και φυσικής κατάστασης<br>• Οργάνωση ενός πρωταθλήματος μίνι Βόλεϊ |

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

| | |
|---|---|
| **ΧΩΡΟΣ ΥΛΟΠΟΙΗΣΗΣ & ΠΑΡΑΔΟΣΗΣ** | Στην τάξη και στο γήπεδο |
| **ΧΡΗΣΗ ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΩΝ ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΑΣ ΚΑΙ ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΩΝ** | |

<table>
<tr><td>ΟΡΓΑΝΩΣΗ ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑΣ</td><td><table>
<tr><td>Δραστηριότητα</td><td>Φόρτος Εργασίας Εξαμήνου</td></tr>
<tr><td>Διαλέξεις</td><td>26</td></tr>
<tr><td>Ατομικές εργασίες εξάσκησης</td><td>90</td></tr>
<tr><td>Αυτοτελής Μελέτη/εξάσκηση</td><td>184</td></tr>
<tr><td>Σύνολο Μαθήματος<br><br>(25 ώρες φόρτου εργασίας ανά πιστωτική μονάδα)</td><td>300</td></tr>
</table></td></tr>
<tr><td>ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ ΦΟΙΤΗΤΩΝ</td><td>I. Εξετάσεις 70% (πράξη 40% και θεωρία 30%)<br><br>II. Εργασίες 20% (1 εργασία, Παρουσίαση Ατομικής Εργασίας στο Τμήμα με τη μορφή προπόνησης)<br><br>III. Συμμετοχή 10%</td></tr>
</table>

5. **ΣΥΝΙΣΤΩΜΕΝΗ-ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ**


-Προτεινόμενη Βιβλιογραφία:

Kenny, B., and Gregory, C. (2006). Volleyball: Steps to Success. Human Kinetics Publishers.

Ζέτου, Ε. & Κασαμπαλής, Θ. (2006). Πετοσφαίριση. Αθήνα: Τελέθριον .

Μπεργελές Ν. (1993). Προπονητική Πετοσφαίρισης. Αθήνα.

Πατσιαούρας, Α., 2015. Η προπονητική της πετοσφαίρισης. [ηλεκτρ. βιβλ.] Αθήνα:Σύνδεσμος Ελληνικών Ακαδημαϊκών Βιβλιοθηκών. Διαθέσιμο στο: http://hdl.handle.net/11419/3231

-Ηλεκτρονικές πηγές:

www.fivb.com

www.cev.lu

www.volleyball.gr