



(CIP file- Classification of instructional programmes)

| | | | |
|--------------------------------------|---|------------------|--------|
| Τίτλος μαθήματος: | ΔΙΔΑΚΤΙΚΗ ΤΟΥ ΚΛΑΣΣΙΚΟΥ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ | | |
| Κωδικός: | ΦΑΑ107 | | |
| Κατηγορία: | Υποχρεωτικό | | |
| Επίπεδο: | Προπτυχιακό | | |
| Έτος σπουδών: | 1 | | |
| Εξάμηνο: | Χειμερινό | | |
| ECTS: | 6 | | |
| Όνομα διδάσκοντα(ουσας): | Δρ. Ορέστης Αντωνιάδης | | |
| Επιδιωκόμενα μαθησιακά αποτελέσματα: | <p>Με τη συμπλήρωση του μαθήματος οι φοιτητές/τριες θα είναι σε θέση:</p> <ul style="list-style-type: none">• Να γνωρίζουν και να ανακαλούν στοιχεία από την ιστορική διαδρομή του κλασσικού αθλητισμού.• Να κατονομάζουν όλα τα αγωνίσματα του κλασσικού αθλητισμού.• Να γνωρίζουν και να επεξηγούν τους κανονισμούς διεξαγωγής των αθλημάτων του κλασσικού αθλητισμού.• Να επιδεικνύουν μεμονωμένες δεξιότητες από τα αγωνίσματα του κλασσικού αθλητισμού με τεχνική βασισμένη σε αρχές της εμβιοκινητικής.• Να γνωρίζουν διδακτικές μεθόδους και τα στυλ διδασκαλίας από τα αγωνίσματα του κλασσικού αθλητισμού και να τα εφαρμόζουν τόσο στο μάθημα της φυσικής αγωγής όσο και στην προπόνηση αθλητών σε συλλογικό επίπεδο. | | |
| Μέθοδοι Διδασκαλίας: | Πρόσωπο με πρόσωπο | | |
| Προ-απαιτούμενα: | Κανένα | Συν-απαιτούμενα: | Κανένα |
| Περιεχόμενο μαθήματος: | <ul style="list-style-type: none">• Θεωρία: Γνωριμία και ενημέρωση για το διάγραμμα μαθήματος τις ώρες για το πρακτικό μέρος και τους χώρους. Πράξη: Επαφή με τις εγκαταστάσεις και δρομικές ασκήσεις.• Θεωρία: Ιστορικά στοιχεία Δρόμων – κανονισμοί δρόμων. Πράξη: Δρόμοι ταχύτητας, διδασκαλία τεχνικής, ανάπτυξη ταχύτητας, διδασκαλία τεχνικής διασκελισμού και κίνησης χεριών.• Θεωρία: Δρόμοι μετ' εμποδίων και εκκινήσεις. Πράξη: Διδασκαλία τεχνικής δρόμων μετ' εμποδίων, διδασκαλία τεχνικής διασκελισμού και πέρασμα εμποδίων. Εκκινήσεις από όρθια και συσπειρωτική θέση.• Θεωρία: Αντοχή – Σκυταλοδρομίες. Πράξη: Διδασκαλία τεχνικής αντοχής, έννοια ρυθμού, εκμάθηση αλλαγών σε σκυταλοδρομίες.• Θεωρία: Ιστορικά στοιχεία. Διδασκαλία τεχνικής άλματος εις μήκος. Πράξη: | | |



| | |
|---|---|
| | <p>Τεχνική –προϋποθέσεις στο άλμα εις μήκος</p> <ul style="list-style-type: none">• Θεωρία: Κανονισμοί. Διδασκαλία τεχνικής άλματος τριπλούν. Πράξη: Τεχνική – προϋποθέσεις στο τριπλούν.• Θεωρία: Κανονισμοί. Διδασκαλία τεχνικής άλματος εις Ύψος/επί κοντώ. Πράξη: Τεχνική – προϋποθέσεις- στυλ στο άλμα εις Ύψος• Θεωρία: Ιστορικά στοιχεία Ρίψεων.• Θεωρία: Διδασκαλία τεχνικής της Σφαιροβολίας – Σφυροβολίας. Πράξη: Τεχνική της Σφαιροβολίας (άνευ φορά, πλάγια μετατόπιση, τεχνική O'Brien, τεχνική Baryshnikov (περιστροφικός παλμός).• Θεωρία: Διδασκαλία τεχνικής της Δισκοβολίας. Πράξη: Τεχνική της Δισκοβολίας (λαβή, άνευ φορά, πλάγια ρίψη, περιστροφικός παλμός).• Θεωρία: Διδασκαλία τεχνικής Ακοντισμού. Πράξη: Τεχνική Ακοντισμού (λαβή άνευ φορά, πλάγια ρίψη, άκυκλο και κυκλικό μέρος).• Θεωρία: Κανονισμοί – Ασφάλεια αποφυγή τραυματισμών.• Θεωρία: Ανακεφαλαίωση. |
| Βιβλιογραφία: Εγχειρίδια: | <ul style="list-style-type: none">• Κέλλης, Σ., Κοντονάσιος, Ι., Μάνου, Β., Πυλιανίδης, Θ., Σαρασλανίδης, Π., & Σούλας, Δ. (2009). Κλασικός Αθλητισμός στην Εκπαίδευση και τον Αθλητισμό. Εκδόσεις Σάλτο: Θεσσαλονίκη. |
| Συμπληρωματική βιβλιογραφία: | <ul style="list-style-type: none">• Φαφούτης, Σ. & Ευθυμίου, Δ. (1994). Τα άλματα. Αυτοέκδοση. Αθήνα.• Γεωργιάδης, Γ. (1995). Θεωρία και Μεθοδική των Αθλητικών Ρίψεων. Εκδόσεις Συμμετρία, Αθήνα• Τζιωρτζής, Σ. (2004). Αθλητικοί δρόμοι. Εκδόσεις Artwork, Αθήνα.• Καντζίδης, Δ. & Παπαϊακώβου, Γ. (2006). Κλασικός Αθλητισμός για το Σχολείο και το Σύλλογο. Εκδόσεις Σάλτο, Θεσσαλονίκη.• Marinier, E. (2008). 100 Ασκήσεις κλασικού αθλητισμού. Εκδόσεις Σάλτο, Θεσσαλονίκη.• American Sport Education Program. Coaching Youth Track & Field (2008). Human Kinetics Publishers, Champaign, Illinois.• Dombrowski, O. (2000). Κλασικός Αθλητισμός στο Μάθημα της Φυσικής Αγωγής. Εκδόσεις Σάλτο, Θεσσαλονίκη. |
| Προγραμματισμένες δραστηριότητες και μεθοδολογία: | Διδασκαλία στην τάξη. Πρακτική εξάσκηση σε γήπεδο που διαθέτει κατάλληλο εξοπλισμό για όλα τα αγωνίσματα. |
| Τρόποι και κριτήρια αξιολόγησης: | <ul style="list-style-type: none">• Συμμετοχή – φυσική παρουσία 10%• Διδακτική μαθήματος 10%• Ενδιάμεση εξέταση 20%• Τελική πρακτική εξέταση 30%• Τελική θεωρητική εξέταση 30% |
| Γλώσσα διδασκαλίας: | Ελληνική |