



ΤΜΗΜΑ ΕΠΙΣΤΗΜΩΝ ΤΗΣ ΑΓΩΓΗΣ

(CIP file- Classification of instructional programmes)

Τίτλος μαθήματος:	ΕΝΟΡΓΑΝΗ ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗ II		
Κωδικός:	ΦΑΑ408		
Κατηγορία:	Ειδικότητα		
Επίπεδο:	Προπτυχιακό		
Έτος σπουδών:	4		
Εξάμηνο:	Εαρινό		
ECTS:	10		
Όνομα διδάσκοντα(ουσας):	Ελπίδα Μιχαήλ		
Επιδιωκόμενα μαθησιακά αποτελέσματα:	Με τη συμπλήρωση του μαθήματος οι φοιτητές/τριες θα είναι σε θέση: 1. Να προπονούν νεαρούς αθλητές. 2. Να γνωρίζουν τα ονόματα των ασκήσεων και δεξιοτήτων στα όργανα. 3. Να αναλύουν και να κάνουν κρίση σε αγώνες 4. Να οργανώνουν αγώνες και πρωταθλήματα		
Μέθοδοι Διδασκαλίας:	Το θεωρητικό μέρος του μαθήματος πραγματοποιείται στην τάξη. Η πραχτική εξάσκηση πραγματοποιείται σε προπονητήριο / σωματείο		
Προ-απαιτούμενα:	Διδακτική Ενόργανης Γυμναστικής, Προπονητική Αγωνιστικού Αθλητισμού	Συναπαιτούμενα	Κανένα



Περιεχόμενο μαθήματος:	<ol style="list-style-type: none">1. Ειδικά θέματα προπόνησης στην ενόργανη γυμναστική.2. Μέθοδοι διδασκαλίας σύνθετων ασκήσεων και προγραμμάτων.3. Κώδικας βαθμολογίας σύμφωνα με τον Παγκόσμιο Κώδικα Ενόργανης Γυμναστικής ανδρών και γυναικών.4. Η ασφάλεια και η βοήθεια στην ενόργανη γυμναστική.5. Η προθέρμανση και η δομή μιας προπονητικής μονάδας.6. Μεσοπρόθεσμος και μακροπρόθεσμος προγραμματισμός της προπόνησης.7. Διδασκαλία σύνθετων ασκήσεων και προγραμμάτων στα όργανα.8. Πως διδάσκουμε ενόργανη γυμναστική σε χώρους αναψυχής.9. Πώς οργανώνουμε αγώνες και πρωταθλήματα.10. Πως δημιουργούμε πρωτόκολλα καταγραφής και αξιολόγησης της τεχνικής εκτέλεσης ασκήσεων και δεξιοτήτων.11. Σύνοψη και αξιολόγηση των θεματολογιών που διδάχθηκαν.
Βιβλιογραφία: Εγχειρίδια:	<ol style="list-style-type: none">1. Ντάλας, Γ. Ενόργανη Γυμναστική Ανδρών και Γυναικών - Μηχανική/Τεχνική/Μεθοδολογία. Εκδόσεις Τελέθριον, Αθήνα, Ελλάδα, (2012).ISBN: 978-960-8410-62-62. Καϊμακάμης, Β. Ενόργανη Γυμναστική. Εκδόσεις Μαϊάνδρος, Θεσ/νικη, (2003). ISBN: 960-7434-14-5.
Συμπληρωματική βιβλιογραφία:	<ol style="list-style-type: none">1. Σιάτρας, Θ. Ενόργανη Γυμναστική - Η Μηχανική των Ασκήσεων. Εκδόσεις University Studio Press, Θεσσαλονίκη, (2003). ISBN: 960-12-0970-0.2. Καμπιώτης, Σ.Ι. Αρχές και στοιχεία της ενόργανης γυμναστικής. Θεωρία και πράξη: μια πολυεπίπεδη προσέγγιση. Εκδόσεις Τελέθριον, Αθήνα, Ελλάδα, (2010). ISBN: 960-8410-74-63. FIG Code of Points (εκάστοτε τετραετίας)
Προγραμματισμένες δραστηριότητες και μεθοδολογία:	Το θεωρητικό μέρος του μαθήματος πραγματοποιείται στην τάξη. Η πρακτική εξάσκηση πραγματοποιείται σε προπονητήριο / σωματείο
Τρόποι και κριτήρια αξιολόγησης:	<ul style="list-style-type: none">• Ενδιάμεση Εξέταση: 30% (15% θεωρία και 15% πρακτικό)• Τελική Εξέταση: 50% (25% θεωρία και 25% πρακτικό)• Συμμετοχή: 20%
Γλώσσα διδασκαλίας:	Ελληνική