



ΤΜΗΜΑ ΕΠΙΣΤΗΜΩΝ ΤΗΣ ΑΓΩΓΗΣ

(CIP file- Classification of instructional programmes)

| | |
|--------------------------------------|---|
| Τίτλος μαθήματος: | ΠΟΔΟΣΦΑΙΡΟ II |
| Κωδικός: | ΦΑΑ422 |
| Κατηγορία: | Ειδικότητα |
| Επίπεδο: | Προπτυχιακό |
| Έτος σπουδών: | 4 |
| Εξάμηνο: | Εαρινό |
| ECTS: | 10 |
| Όνομα διδάσκοντα(ουσας): | Δρ. Πάνος Κωνσταντινίδης |
| Επιδιωκόμενα μαθησιακά αποτελέσματα: | <p>Με τη συμπλήρωση του μαθήματος οι φοιτητές/τριες θα είναι σε θέση:</p> <ol style="list-style-type: none">1. Να γνωρίζουν και εφαρμόζουν τους κανονισμούς του ποδοσφαίρου.2. Να αναλύουν θέματα προγραμματισμού της προπόνησης και περιγράφουν τη σημασία της προθέρμανσης στην προπόνηση και στο αγώνα.3. Να περιγράφουν τις μεθόδους εφαρμογής της επιθετικής και αμυντικής τακτικής της ομάδας και της υποομάδας.4. Να εφαρμόζουν πρακτικές ανάλυσης του παιχνιδιού και καθοδήγησης της ομάδας.5. Να αντιλαμβάνονται και να εξηγούν τα συστήματα και την εφαρμογή τους στο ποδόσφαιρο.6. Να περιγράφουν την εφαρμογή του πρέσινγκ, την απελευθέρωση από μαρκάρισμα και την τοποθέτηση των ποδοσφαιριστών στις στημένες φάσεις.7. Να εφαρμόζουν τις προπονητικές αρχές για σωστό κωουτσάρισμα στο ποδόσφαιρο και να αναλύουν τους κυριότερους παράγοντες της αποτελεσματικής προπονητικής μονάδας |
| Μέθοδοι Διδασκαλίας: | <p>Μέσα από διαλέξεις, παρακολούθηση βιντεοσκοπημένων περιπτώσεων από αγώνες και προπονήσεις, συζήτηση και πρακτικές εφαρμογές, οι φοιτητές έχουν την ευκαιρία να γνωρίσουν και να εφαρμόσουν τη σύγχρονη μεθοδολογική προσέγγιση της επιθετικής και της αμυντικής ομαδικής τακτικής, της εφαρμογής διαφόρων συστημάτων, όπως επίσης και παραγόντων (ξεμαρκάρισμα, πρέσινγκ, τοποθέτηση στις στημένες φάσεις) οι οποίοι συμβάλλουν στο θετικό αποτέλεσμα του αγώνα.</p> |



| Προ-απαιτούμενα: | Διδακτική του Ποδοσφαίρου Προπονητική Αγωνιστικού Αθλητισμού | Συναπαιτούμενα | Κανένα |
|------------------------------|---|----------------|--------|
| Περιεχόμενο μαθήματος: | <ol style="list-style-type: none">1. Διδασκαλία και τρόποι μάθησης των κανονισμών στο ποδόσφαιρο.2. Προγραμματισμός της προπόνησης.3. Η σημασία της προθέρμανσης στην προπόνηση και στον αγώνα.4. Μορφές επιθετικής και αμυντικής τακτικής. Τρόποι και συστήματα διδασκαλίας.5. Η προπόνηση και η τακτική του τερματοφύλακα.6. Προγράμματα για εξάσκηση ομαδικής αμυντικής τακτικής.7. Ανάλυση παιχνιδιού και καθοδήγηση της ομάδας.8. Τα συστήματα στο ποδόσφαιρο και η εξέλιξή τους.9. Ομαδική επιθετική τακτική και η αντιμετώπιση στο ποδόσφαιρο.10. Το πρέσινγκ στο ποδόσφαιρο και η απελευθέρωση από μαρκάρισμα.11. Εξάσκηση σε στημένες φάσεις (κόρνερ, φάουλ).12. Ανάπτυξη παιχνιδιού από τα άκρα και από τον άξονα.13. Τεστ και δοκιμασίες πεδίου για τα τεχνικά στοιχεία και την τακτική προετοιμασία.14. Η μορφή μιας προπονητικής μονάδας και ενός εβδομαδιαίου προγράμματος προπόνησης.15. Το κβουτσάρισμα στο ποδόσφαιρο. | | |
| Βιβλιογραφία: Εγχειρίδια: | <ol style="list-style-type: none">1. Τσοκακτσίδης, Μ. (2017). Προπόνηση μετάβασης. Ολοκληρωμένες προπονητικές μονάδες από την τακτική των Simeone, Guardiola, Klopp, Mourinho & Ranieri. Εκδόσεις Sportbook.2. Τζουβάρας, Δ. & Τσανικλίδης, Ι. (2017). Ετήσιος προγραμματισμός προπόνησης (Τόμος Α). Για αγωνιστικά τμήματα Κ-17, Κ-19 και αντρικές ομάδες ποδοσφαίρου. Εκδόσεις Sportbook | | |
| Συμπληρωματική βιβλιογραφία: | <ol style="list-style-type: none">1. Παντελίδης, Σ. (2016). Προετοιμασία στο επαγγελματικό ποδόσφαιρο. Πλήρες πρόγραμμα επτά εβδομάδων. Εκδόσεις Sportbook.2. Κόλλιας, Ι (2005). Το ποδόσφαιρο. Δεν αρκεί μόνο το ταλέντο. Εκδόσεις Ελληνικά Γράμματα.3. Μπορουτζήκας, Δ. Τόλης, Γ. & Ζελενίτσας, Χ. (1999). Προπονητική ποδοσφαίρου. Εκδόσεις Μπουζάλα. | | |



| | |
|---|---|
| | <p>4. Terzis, A. (2017). Creative attacking play. From the Tactics of Conte, Allegri, Simeone, Mourinho, Wenger & Klopp. Εκδόσεις Soccer Tutor.</p> <p>5. Kouns, C. (2016). Systems of Play - The function and role of players in today's formations. Coaching Soccer Tactics, WordPress.</p> |
| Προγραμματισμένες δραστηριότητες και μεθοδολογία: | <p>Μέσα από διαλέξεις, παρακολούθηση βιντεοσκοπημένων περιπτώσεων από αγώνες και προπονήσεις, συζήτηση και πρακτικές εφαρμογές, οι φοιτητές έχουν την ευκαιρία να γνωρίσουν και να εφαρμόσουν τη σύγχρονη μεθοδολογική προσέγγιση της επιθετικής και της αμυντικής ομαδικής τακτικής, της εφαρμογής διαφόρων συστημάτων, όπως επίσης και παραγόντων (ξεμαρκάρισμα, πρέσινγκ, τοποθέτηση στις σημμένες φάσεις) οι οποίοι συμβάλλουν στο θετικό αποτέλεσμα του αγώνα.</p> |
| Τρόποι και κριτήρια αξιολόγησης: | <ul style="list-style-type: none">• Ενδιάμεση γραπτή εξέταση :20%• Ενδιάμεση πρακτική εξέταση: 20% (προπονητική μονάδα)• Συμμετοχή: 10%• Τελική γραπτή εξέταση: 30%• Τελική πρακτική εξέταση: 20% (κωουτσάρισμα) |
| Γλώσσα διδασκαλίας: | Ελληνική |