



### ΤΜΗΜΑ ΕΠΙΣΤΗΜΩΝ ΤΗΣ ΑΓΩΓΗΣ

(CIP file- Classification of instructional programmes)

Τίτλος μαθήματος:	ΑΝΤΙΣΦΑΙΡΙΣΗ Ι
Κωδικός:	ΦΑΑ427
Κατηγορία:	Ειδικότητα
Επίπεδο:	Προπτυχιακό
Έτος σπουδών:	4
Εξάμηνο:	Χειμερινό
ECTS:	10
Όνομα διδάσκοντα(ουσας):	Κωνσταντίνος Μωσαϊκός
Επιδιωκόμενα μαθησιακά αποτελέσματα:	<p>Με τη συμπλήρωση του μαθήματος οι φοιτητές/τριες θα είναι σε θέση:</p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Να γνωρίζουν και εκτελούν τη μεθοδολογία - προασκήσεις - πρακτική επίδειξη στάσης ετοιμότητας, footwork, λαβών ρακέτας.</li><li>2. Να γνωρίζουν τη Θεωρία παιδαγωγικής και εκπαιδευτικής προσέγγισης ασκουμένων.</li><li>3. Να γνωρίζουν και εκτελούν τη μεθοδολογία - προασκήσεις - πρακτική επίδειξη χτυπημάτων εδάφους - forehand drive and backhand drive.</li><li>4. Να αναπτύσσουν τη θεωρία δομής προπονητικής μονάδας και τα στάδια της.</li><li>5. Να αναλύουν και εφαρμόζουν τη μεθοδολογία - προασκήσεις -πρακτική επίδειξη του service.</li><li>6. Να εξηγούν τη θεωρία δομής ετήσιου προπονητικού πλάνου για διαφορετικά επίπεδα ασκουμένων.</li><li>7. Να αναλύουν και εφαρμόζουν τη μεθοδολογία - προασκήσεις -πρακτική επίδειξη χτυπημάτων volley.</li><li>8. Να αναπτύσσουν τη θεωρία εντοπισμού και διόρθωσης βασικών λαθών σε αρχαίους με τη χρήση τεχνολογίας (βίντεο).</li><li>9. Να εξηγούν και εφαρμόζουν τη μεθοδολογία - προασκήσεις -πρακτική επίδειξη χτυπημάτων drop shot –smash.</li><li>10. Να αναλύουν τη θεωρία βασικών τακτικών και στρατηγικής παιχνιδιού.</li></ol>
Μέθοδοι Διδασκαλίας:	Το μάθημα προσφέρεται μέσω διαλέξεων και πρακτικής εξάσκησης, έτσι ώστε οι φοιτητές να καταστούν ικανοί να γνωρίζουν και να διδάξουν τις βασικές κινητικές



	δεξιότητες στο τένις.		
Προ-απαιτούμενα:	Διδακτική Αθλημάτων Ρακέτας, Προπονητική Αγωνιστικού Αθλητισμού	Συναπαιτούμενα	Κανένα
Περιεχόμενο μαθήματος:	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Μεθοδολογία - προασκήσεις - πρακτική επίδειξη στάσης ετοιμότητας, footwork, λαβών ρακέτας.</li><li>2. Προπονητική συνεδρία εκμάθησης στάσης ετοιμότητας, footwork, λαβών ρακέτας.</li><li>3. Θεωρία παιδαγωγικής και εκπαιδευτικής προσέγγισης ασκουμένων.</li><li>4. Μεθοδολογία - προασκήσεις -πρακτική επίδειξη χτυπημάτων εδάφους - forehand drive and backhand drive.</li><li>5. Προπονητική συνεδρία εκμάθησης χτυπημάτων εδάφους - forehand drive and backhand drive.</li><li>6. Θεωρία δομής προπονητικής μονάδας και στάδια αυτής.</li><li>7. Μεθοδολογία - προασκήσεις -πρακτική επίδειξη service.</li><li>8. Προπονητική συνεδρία εκμάθησης του service.</li><li>9. Θεωρία δομής ετήσιου προπονητικού πλάνου για διαφορετικά επίπεδα ασκουμένων.</li><li>10. Μεθοδολογία - προασκήσεις -πρακτική επίδειξη χτυπημάτων volley.</li><li>11. Προπονητική συνεδρία εκμάθησης χτυπημάτων volley.</li><li>12. Θεωρία εντοπισμού και διόρθωσης βασικών λαθών σε αρχαρίους με τη χρήση τεχνολογίας (βίντεο).</li><li>13. Μεθοδολογία - προασκήσεις -πρακτική επίδειξη χτυπημάτων drop shot –smash.</li><li>14. Προπονητική συνεδρία εκμάθησης χτυπημάτων drop shot –smash.</li><li>15. Θεωρία βασικών τακτικών και στρατηγικής παιχνιδιού.</li></ol>		
Βιβλιογραφία: Εγχειρίδια:	Γρίβας, Ν. (2015). <i>Αντισφαίριση</i> . Τεχνική-τακτική-ασκησιολόγιο-κανονισμοί. Εκδόσεις Κάλλιπος. Αθήνα. Διαθέσιμο και σε ηλεκτρονική μορφή στο: <a href="http://hdl.handle.net/11419/3771">http://hdl.handle.net/11419/3771</a>		
Συμπληρωματική βιβλιογραφία:	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Δουβής, Σ. (2006). Το τένις. Εκδότης Artwork.</li><li>2. Scholl, P. (2007). Σωστό τένις. Εκδότης Σάλτου Ελισάβετ.</li></ol>		
Προγραμματισμένες δραστηριότητες και μεθοδολογία:	Το μάθημα προσφέρεται μέσω διαλέξεων και πρακτικής εξάσκησης, έτσι ώστε οι φοιτητές να καταστούν ικανοί να γνωρίζουν και να διδάξουν τις βασικές κινητικές		



	δεξιότητες στο τένις.
Τρόποι και κριτήρια αξιολόγησης:	<ul style="list-style-type: none"><li>• Ενδιάμεση γραπτή εξέταση: 20%</li><li>• Ενδιάμεση πρακτική εξέταση: 20%</li><li>• Συμμετοχή στο μάθημα: 10%</li><li>• Τελική γραπτή εξέταση: 25%</li><li>• Τελική πρακτική εξέταση: 25%</li></ul>
Γλώσσα διδασκαλίας:	Ελληνική