

ΠΕΡΙΓΡΑΜΜΑ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ

1. ΓΕΝΙΚΑ

ΣΧΟΛΗ	ΕΠΙΣΤΗΜΗΣ ΦΥΣΙΚΗΣ ΑΓΩΓΗΣ ΚΑΙ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ		
ΤΜΗΜΑ	ΕΠΙΣΤΗΜΗΣ ΦΥΣΙΚΗΣ ΑΓΩΓΗΣ ΚΑΙ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ		
ΕΠΙΠΕΔΟ ΣΠΟΥΔΩΝ	ΕΠΙΠΕΔΟ 6		
ΚΩΔΙΚΟΣ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ	N454	ΕΞΑΜΗΝΟ ΣΠΟΥΔΩΝ	Χειμερινό
ΤΙΤΛΟΣ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ	ΠΡΑΚΤΙΚΗ ΑΣΚΗΣΗ ΕΙΔΙΚΟΤΗΤΑΣ ΚΛΑΣΙΚΟΥ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ		
ΑΥΤΟΤΕΛΕΙΣ ΔΙΔΑΚΤΙΚΕΣ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ <i>σε περίπτωση που οι πιστωτικές μονάδες απονέμονται σε διακριτά μέρη του μαθήματος π.χ. Διαλέξεις, Εργαστηριακές Ασκήσεις κ.λπ. Αν οι πιστωτικές μονάδες απονέμονται ενιαία για το σύνολο του μαθήματος αναγράψτε τις εβδομαδιαίες ώρες διδασκαλίας και το σύνολο των πιστωτικών μονάδων</i>	ΕΒΔΟΜΑΔΙΑΙΕΣ ΩΡΕΣ ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑΣ	ΠΙΣΤΩΤΙΚΕΣ ΜΟΝΑΔΕΣ	
	6	6	
<i>Προσθέστε σειρές αν χρειαστεί. Η οργάνωση διδασκαλίας και οι διδακτικές μέθοδοι που χρησιμοποιούνται περιγράφονται αναλυτικά στο 4.</i>			
ΤΥΠΟΣ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ <i>Υποβάθρου, Γενικών Γνώσεων, Επιστημονικής Περιοχής, Ανάπτυξης Δεξιοτήτων</i>	ΕΙΔΙΚΟΤΗΤΑΣ		
ΠΡΟΑΠΑΙΤΟΥΜΕΝΑ ΜΑΘΗΜΑΤΑ:	ΝΑΙ		
ΓΛΩΣΣΑ ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑΣ και ΕΞΕΤΑΣΕΩΝ:	ΕΛΛΗΝΙΚΗ		
ΤΟ ΜΑΘΗΜΑ ΠΡΟΣΦΕΡΕΤΑΙ ΣΕ ΦΟΙΤΗΤΕΣ ERASMUS	ΟΧΙ		
ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΗ ΣΕΛΙΔΑ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ (URL)	https://eclass.duth.gr/courses/KOM02.../		

2. ΜΑΘΗΣΙΑΚΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ

Μαθησιακά Αποτελέσματα

Περιγράφονται τα μαθησιακά αποτελέσματα του μαθήματος οι συγκεκριμένες γνώσεις, δεξιότητες και ικανότητες καταλλήλου επιπέδου που θα αποκτήσουν οι φοιτητές μετά την επιτυχή ολοκλήρωση του μαθήματος.

Συμβουλευτείτε το Παράρτημα Α

- Περιγραφή του Επιπέδου των Μαθησιακών Αποτελεσμάτων για κάθε ένα κύκλο σπουδών σύμφωνα με Πλαίσιο Προσόντων του Ευρωπαϊκού Χώρου Ανώτατης Εκπαίδευσης
- Περιγραφικοί Δείκτες Επιπέδων 6, 7 & 8 του Ευρωπαϊκού Πλαισίου Προσόντων Διά Βίου Μάθησης και Παράρτημα Β
- Περιληπτικός Οδηγός συγγραφής Μαθησιακών Αποτελεσμάτων

Στο τέλος της πρακτικής άσκησης οι φοιτητές θα μπορούν να διδάξουν τη τεχνική των αγωνισμάτων του στίβου σε όλες τις βαθμίδες εκπαίδευσης καθώς και στον αγωνιστικό αθλητισμό. Θα μπορούν να σχεδιάζουν προγράμματα προπόνησης και να καθοδηγούν τεχνικά τους αθλητές των επιμέρους αγωνισμάτων. Θα έχουν αποκτήσει εμπειρία από την πρακτική διδασκαλία και από την τεχνική καθοδήγηση αθλητών αναπτυξιακής ηλικίας. Η εμπειρία από τη γνώση της διοργάνωσης αγώνων στίβου θα τους κάνει ικανούς να αναλαμβάνουν με επιτυχία ανάλογες διοργανώσεις.

Γενικές Ικανότητες

Λαμβάνοντας υπόψη τις γενικές ικανότητες που πρέπει να έχει αποκτήσει ο πτυχιούχος (όπως αυτές αναγράφονται στο Παράρτημα Διπλώματος και παρατίθενται ακολούθως) σε ποια / ποιες από αυτές αποσκοπεί το μάθημα:

Αναζήτηση, ανάλυση και σύνθεση δεδομένων και πληροφοριών, με τη χρήση και των απαραίτητων τεχνολογιών	Σχεδιασμός και διαχείριση έργων
Προσαρμογή σε νέες καταστάσεις	Σεβασμός στη διαφορετικότητα και στην πολυπολιτισμικότητα
	Σεβασμός στο φυσικό περιβάλλον
	Επίδειξη κοινωνικής, επαγγελματικής και ηθικής υπευθυνότητας

Λήψη αποφάσεων Αυτόνομη εργασία Ομαδική εργασία Εργασία σε διεθνές περιβάλλον Εργασία σε διεπιστημονικό περιβάλλον Παράγωγή νέων ερευνητικών ιδεών	και ευαισθησίας σε θέματα φύλου Άσκηση κριτικής και αυτοκριτικής Προαγωγή της ελεύθερης, δημιουργικής και επαγωγικής σκέψης
---	---

Μετά την ολοκλήρωση της φοίτησης στο μάθημα, οι φοιτητές/τριες θα είναι ικανοί να:

1. Γνωρίζουν τις ιδιαιτερότητες προπόνησης αθλητών υψηλού επιπέδου.
2. Γνωρίζουν να σχεδιάζουν προπονητικά προγράμματα.
3. Γνωρίζουν να εφαρμόζουν μεθόδους ανάπτυξης φυσικών ικανοτήτων.
4. Γνωρίζουν να διδάξουν την τεχνική των αγωνισμάτων στίβου σε όλες τις βαθμίδες εκπαίδευσης καθώς και σε αθλητές.
5. Έχουν αποκτήσει τη γνώση και εμπειρία στη διοργάνωση αγώνων στίβου.

3. ΠΕΡΙΧΟΜΕΝΟ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ

1. Θα διδάξουν σε φοιτητές των βασικών εξαμήνων, συνεπικουρούμενοι από τους διδάσκοντες καθηγητές.
2. Οι φοιτητές θα παρακολουθήσουν τις προπονήσεις αθλητών αναπτυξιακής ηλικίας καθώς επίσης και πρωταθλητών σε σωματεία της περιοχής.
3. Θα ανταλλάξουν σκέψεις και προβληματισμούς επί προπονητικών θεμάτων με τους προπονητές.
4. Θα σχεδιάσουν προπονητικά προγράμματα τα οποία θα εφαρμόσουν στους μικρούς αθλητές.
5. Θα διοργανώσουν αγώνες στίβου, στους οποίους θα είναι και οι κριτές των αγώνων. Στους αγώνες μετέχουν φοιτητές και αθλητές των σωματείων της ευρύτερης περιοχής της Θράκης.
6. Θα βοηθούν στη διοργάνωση σχολικών αγώνων στίβου της πρωτοβάθμιας και δευτεροβάθμιας εκπαίδευσης.
7. Θα βοηθούν στη διοργάνωση αγώνων στίβου του Δημοτικού Οργανισμού Νεολαίας και Άθλησης του Δήμου Κομοτηνής.
8. Θα παρακολουθούν εθνικού και διεθνούς επιπέδου διοργανώσεις στίβου.

4. ΔΙΔΑΚΤΙΚΕΣ και ΜΑΘΗΣΙΑΚΕΣ ΜΕΘΟΔΟΙ - ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ

ΤΡΟΠΟΣ ΠΑΡΑΔΟΣΗΣ Πρόσωπο με πρόσωπο, Εξ αποστάσεως εκπαίδευση κ.λπ.	1. Πρακτική εξάσκηση. 2. Διαλέξεις.			
ΧΡΗΣΗ ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΩΝ ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΑΣ ΚΑΙ ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΩΝ Χρήση Τ.Π.Ε. στη Διδασκαλία, στην Εργαστηριακή Εκπαίδευση, στην Επικοινωνία με τους φοιτητές	Χρήση Τ.Π.Ε. στη Διδασκαλία και στην Επικοινωνία με τους φοιτητές			
ΟΡΓΑΝΩΣΗ ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑΣ Περιγράφονται αναλυτικά ο τρόπος και μέθοδοι διδασκαλίας. Διαλέξεις, Σεμινάρια, Εργαστηριακή Άσκηση, Άσκηση Πεδίου, Μελέτη & ανάλυση βιβλιογραφίας, Φροντιστήριο, Πρακτική (Τοποθέτηση), Κλινική Άσκηση, Καλλιτεχνικό	Αποτελέσματα μάθησης	Εκπαιδευτικές δραστηριότητες	Αξιολόγηση	Φόρτος Εργασίας Φοιτητή (ώρες)
	1. Γνωρίζουν τις ιδιαιτερότητες προπόνησης αθλητών υψηλού επιπέδου.	Διαλέξεις, πρακτική άσκηση & εξάσκηση, μελέτη στο	Ενδιάμεσες εργασίες και τελικές ατομικές εξετάσεις.	50

<p>Εργαστήριο, Διαδραστική διδασκαλία, Εκπαιδευτικές επισκέψεις, Εκπόνηση μελέτης (project), Συγγραφή εργασίας / εργασιών, Καλλιτεχνική δημιουργία, κ.λπ.</p> <p>Αναγράφονται οι ώρες μελέτης του φοιτητή για κάθε μαθησιακή δραστηριότητα καθώς και οι ώρες μη καθοδηγούμενης μελέτης ώστε ο συνολικός φόρτος εργασίας σε επίπεδο εξαμήνου να αντιστοιχεί στα standards του ECTS</p>		σπίτι, εκπόνηση μίας (1) ομαδικής ή ατομικής εργασίας.		
	2. Γνωρίζουν να σχεδιάζουν προπονητικά προγράμματα.	Διαλέξεις & εξάσκηση, μελέτη στο σπίτι, εκπόνηση μίας (1) ομαδικής ή ατομικής εργασίας.	Ενδιάμεσες εργασίες και τελικές ατομικές εξετάσεις.	50
	3. Γνωρίζουν να εφαρμόζουν μεθόδους ανάπτυξης φυσικών ικανοτήτων.	Διαλέξεις, & εξάσκηση, μελέτη στο σπίτι, εκπόνηση μίας (1) ομαδικής ή ατομικής εργασίας.	Ενδιάμεσες εργασίες και τελικές ατομικές εξετάσεις.	50
	4. Γνωρίζουν να διδάξουν την τεχνική των αγωνισμάτων στίβου σε όλες τις βαθμίδες εκπαίδευσης καθώς και σε αθλητές.	Διαλέξεις, πρακτική άσκηση και μελέτη στο σπίτι.	Έλεγχος της τεχνικής δεξιότητας των αγωνισμάτων με κατάλληλα πρωτόκολλα.	20
	5. Έχουν αποκτήσει τη γνώση και εμπειρία στη διοργάνωση αγώνων στίβου.	Διοργάνωση εσωτερικού πρωταθλήματος στίβου, παρακολούθηση διασυλλογικών και σχολικών πρωταθλημάτων στίβου.	Έλεγχος από τη συμμετοχή τους στην αγωνόδο του εσωτερικού πρωταθλήματος στίβου ως κριτές	10
			ΣΥΝΟΛΟ	180
<p>ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ ΦΟΙΤΗΤΩΝ</p> <p>Περιγραφή της διαδικασίας αξιολόγησης</p> <p>Γλώσσα Αξιολόγησης, Μέθοδοι αξιολόγησης, Διαμορφωτική ή Συμπερασματική, Δοκιμασία Πολλαπλής Επιλογής, Ερωτήσεις Σύντομης Απάντησης, Ερωτήσεις Ανάπτυξης Δοκιμιών, Επίλυση Προβλημάτων, Γραπτή</p>	<p>1. Ενεργή παρακολούθηση των προπονήσεων αθλητών/τριων: 50%.</p> <p>2. Προπόνηση αθλητών-τριων αναπτυξιακής ηλικίας και διδασκαλία φοιτητών/τριων βασικών εξαμήνων: 20%.</p> <p>3. Συγγραφή και παρουσίαση εργασίας: 30%.</p>			

<p>Εργασία, Έκθεση / Αναφορά, Προφορική Εξέταση, Δημόσια Παρουσίαση, Εργαστηριακή Εργασία, Κλινική Εξέταση Ασθενούς, Καλλιτεχνική Ερμηνεία, Άλλη / Άλλες</p> <p>Αναφέρονται ρητά προσδιορισμένα κριτήρια αξιολόγησης και εάν και που είναι προσβάσιμα από τους φοιτητές.</p>	
--	--

5. ΣΥΝΙΣΤΩΜΕΝΗ ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

1. Κέλλης Σπ. Κοντονάσιος Ι., Μάνου Β., Πυλιανίδης Θ., Σαρασλανίδης Πλ., Σούλας Δ. (2009). Κλασικός Αθλητισμός στην Εκπαίδευση και τον Αθλητισμό. Τεχνική, Διδακτική, Προπόνηση στις Αναπτυξιακές ηλικίες. Εκδόσεις Σάλτο.
 2. Καμπίτσης Χ., Μητηλέτσης Μ., Κοντοστάθης Α., Αυγερινός Α. (1998). Προπονητική στα αγωνίσματα του κλασσικού αθλητισμού. Διδακτικές σημειώσεις, Κομοτηνή, ΤΕΦΑΑ/ΔΠΘ.
 3. Κέλλης Σπ., Πυλιανίδης Θ., Σούλας Δ., Σαρασλανίδης Πλ., Σπανίδης Κ., Τσιφτσόγλου Α. (1998). Προπόνηση στην αναπτυξιακή ηλικία στον Κλασσικό αθλητισμό. Έκδοση ΥΠΕΠΘ, ΓΓΑ, Αθήνα.
 4. Τζιωρτζής Στ. (1998). Προπονητική δρομικών αγωνισμάτων κλασσικού αθλητισμού, Αθήνα.
 4. Παπαδημητρίου Β. (2004). Ενιαίος Μακροχρόνιος Προγραμματισμός της Προπόνησης των Αλμάτων του Κλασσικού Αθλητισμού. Εκδόσεις "Art Work", Αθήνα.
 5. Kraemer W., Fleck S. (1993). Ανάπτυξη δύναμης σε παιδιά και εφήβους. Εκδόσεις Σάλτο, Θεσ/νίκη.
 6. Gambetta V. (1989). Track and Field Coaching Manual. Leisure Press, Champaign, Illinois.
 7. Zintl F. (1993). Προπόνηση αντοχής. Εκδόσεις Σάλτο, Θεσ/νίκη.
 8. Grosser M. (1994). Προπόνηση ταχύτητας. Εκδόσεις Σάλτο, Θεσ/νίκη.
- Προτεινόμενες ιστοσελίδες**
 ΣΕΓΑΣ:<http://www.segas.gr>
 IAAF:<http://www.iaaf.org>
 Παιδαγωγικό Ινστιτούτο: <http://pi-schools.sch.gr/gymnasio> & <http://pi-schools.sch.gr/dimotiko>