

ΕΙΔΙΚΕΥΣΗ ΦΟΙΤΗΣΗΣ: Προπονητική

ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΑΚΟ ΥΛΙΚΟ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ

ΤΙΤΛΟΣ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ	<i>Αθλητική Ψυχολογία</i>
ΚΩΔ. ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ	Φ205
ΥΠΕΥΘΥΝΟΣ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ	Μπεμπέτσος Ευάγγελος, Αναπληρωτής Καθηγητής Σ.Ε.Φ.Α.Α. – Δ.Π.Θ. Τηλ. ☎ 25310-39712 E-mail: empempet@phyed.duth.gr
ΑΛΛΟΙ ΔΙΔΑΣΚΟΝΤΕΣ	Γαργαλιάνος Δημήτριος, Αναπληρωτής Καθηγητής Σ.Ε.Φ.Α.Α. – Δ.Π.Θ. Τηλ. ☎ 25310-39702 E-mail: dgargali@phyed.duth.gr
	Αθαναηλίδης Ιωάννης, Επίκουρος Καθηγητής Σ.Ε.Φ.Α.Α. – Δ.Π.Θ. Τηλ. ☎ 25310-39657 E-mail: iathanai@phyed.duth.gr
ΤΡΟΠΟΣ ΔΙΕΞΑΓΩΓΗΣ	Διαλέξεις δια ζώσης & εξ αποστάσεως
ΕΞΑΜΗΝΟ ΦΟΙΤΗΣΗΣ	Β' ΕΞΑΜΗΝΟ
ΕΙΔΟΣ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ	Ειδίκευσης
ΠΙΣΤΩΤΙΚΕΣ ΜΟΝΑΔΕΣ-ECTS	7,5

ΣΚΟΠΟΣ ΤΟΥ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ

Σκοπός του μαθήματος είναι η μελέτη διαφορετικών θεμάτων αθλητικής ψυχολογίας στα οποία περιλαμβάνονται: (α) τεχνικές ψυχολογικής προετοιμασίας και υποστήριξης και (β) θέματα αγωνιστικού αθλητισμού σχετικά με την ψυχολογία αθλητών/τριών.

ΜΑΘΗΣΙΑΚΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ

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

- αναγνωρίζουν και να χρησιμοποιούν ψυχολογικές τεχνικές όσον αφορά την αύξηση της αθλητικής απόδοσης.

ΑΝΑΛΥΤΙΚΗ ΑΝΑΠΤΥΞΗ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΩΝ ΜΑΘΗΣΗΣ

Αποτελέσματα μάθησης	Εκπαιδευτικές Δραστηριότητες	Κριτήρια Αξιολόγησης	Φόρτος εργασίας φοιτητή (ώρες)
Να κατανοούν τις βασικές έννοιες των διαφόρων ψυχολογικών τεχνικών.	Διαλέξεις, εργαστηριακές ασκήσεις	Γραπτές δραστηριότητες, εργαστηριακές ασκήσεις	72.5
Να κατανοούν την χρήση των διαφόρων ψυχολογικών εννοιών .	Διαλέξεις, εργαστηριακές ασκήσεις	Γραπτές δραστηριότητες, εργαστηριακές ασκήσεις	80
Να αποκτήσουν δεξιότητες αναζήτησης βιβλιογραφίας και συγγραφής – παρουσίασης μιας ερευνητικής εργασίας	Διαλέξεις, εργαστηριακές ασκήσεις	Εργαστηριακές ασκήσεις	35
		ΣΥΝΟΛΟ	187.5

187.5 ώρες / 25 = 7.5 ECTS

ΔΙΔΑΚΤΙΚΕΣ ΕΝΟΤΗΤΕΣ-ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

	Τίτλος διάλεξης	Διδάσκων
Διάλεξη 1 ^η	Καθορισμός Στόχων	Μπεμπέτσος Ευάγγελος
Διάλεξη 2 ^η	Επικοινωνία - Συγκρούσεις - Διαπραγματεύσεις	Γαργαλιάνος Δημήτριος
Διάλεξη 3 ^η	Το άτομο και η Ομάδα	Μπεμπέτσος Ευάγγελος
Διάλεξη 4 ^η	Χρήσεις Νοερής Απεικόνισης	Μπεμπέτσος Ευάγγελος
Διάλεξη 5 ^η	Ηγεσία-Καθοδήγηση	Αθαναηλίδης Ιωάννης
Διάλεξη 6 ^η	Σχέσεις μεταξύ άγχους, στρες & διεγερσης	Μπεμπέτσος Ευάγγελος
Διάλεξη 7 ^η	Χρήση τεχνικών χαλάρωσης	Μπεμπέτσος Ευάγγελος
Διάλεξη 8 ^η	Διπλή Καριέρα (Dual Carrier)	Γαργαλιάνος Δημήτριος
Διάλεξη 9 ^η	Κίνητρα Ενασχόλησης	Αθαναηλίδης Ιωάννης
Διάλεξη 10 ^η	Χτίσιμο Αυτοπεποίθησης	Μπεμπέτσος Ευάγγελος
Διάλεξη 11 ^η	Τεχνική Αυτοδιαλόγου	Μπεμπέτσος Ευάγγελος
Διάλεξη 12 ^η	Γονείς. Αυτοί οι γνωστοί άγνωστοι!	Μπεμπέτσος Ευάγγελος
Διάλεξη 13 ^η	Παρουσίαση εργασιών	Μπεμπέτσος Ευάγγελος

ΜΕΘΟΔΟΣ ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑΣ

Οι παραπάνω θεματικές ενότητες θα αναπτυχθούν με εισηγήσεις δια ζώσης και εξ αποστάσεως.

ΤΡΟΠΟΣ ΚΑΙ ΚΡΙΤΗΡΙΑ ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗΣ

Η αξιολόγηση των φοιτητών θα γίνει:

- Τελική γραπτή εξέταση εξ αποστάσεως.

ΠΡΟΤΕΙΝΟΜΕΝΗ ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

1. Θεοδωράκης, Γ., Γούδας, Μ., & Παπαϊωάννου, Α. (2016). *Ψυχολογική Υπεροχή στον Αθλητισμό*. Εκδόσεις Αφοί Κυριακίδη. Θεσσαλονίκη.
2. Δογάνης, Γ. (2016). *Αθλητική Ψυχολογία*. Εκδόσεις Αφοί Κυριακίδη. Θεσσαλονίκη.
3. Weinberg, R., & Gould, D. (2018). *Ψυχολογία του αθλητισμού και της άσκησης-Θεμελιώδεις αρχές*. BROKEN HILL PUBLISHERS LTD. Cyprus.

ΑΚΑΔΗΜΑΙΚΗ ΑΚΕΡΑΙΟΤΗΤΑ

Οι φοιτητές που μετέχουν στο μάθημα αυτό οφείλουν να πραγματοποιούν όλες τις εργασίες και τις σχετικές δραστηριότητες σύμφωνα με την ισχύουσα νομοθεσία για τα πνευματικά δικαιώματα Ν. 2121/1993. Οποιασδήποτε μορφή λογοκλοπής δεν είναι αποδεκτή και αποτελεί σοβαρό πειθαρχικό παράπτωμα με σοβαρότατες κυρώσεις. Σε κάθε περίπτωση οδηγεί σε αποτυχία (Βαθμός = 0) στο μάθημα και αναφέρεται άμεσα στην Συντονιστική Επιτροπή του ΠΜΣ και μπορεί να οδηγήσει και στη διαγραφή σύμφωνα με τον Κανονισμό λειτουργίας των Προγραμμάτων Μεταπτυχιακών Σπουδών του ΔΠΘ. Όποιες ιδέες ή κείμενα δεν αποτελούν πρωτότυπο έργο του φοιτητή θα πρέπει να συνοδεύονται από πλήρη αναφορά της πηγής τους.