

Πανεπιστήμιο Πελοποννήσου  
Τμήμα Οργάνωσης και Διαχείρισης Αθλητισμού  
Μάθημα: Εισαγωγή στην Αθλητική Επιστήμη



**Διδάσκων:**

**Καπρίνης Στυλιανός, PhD,  
Μέλος ΕΕΠ ΤΟΔΑ**





## Χρήσιμες πληροφορίες για το μάθημα

---

- Σε τι αναφέρεται το μάθημα
- Τι θα διδαχθεί ο/η φοιτητής/τρια
- Θεματικές ενότητες και προγραμματισμός
- Εργασίες και αξιολόγηση φοιτητών/τριών
- Βιβλιογραφία υποστηρικτική
- Προτεινόμενο Σύγγραμμα
- Επικοινωνία με το διδάσκοντα



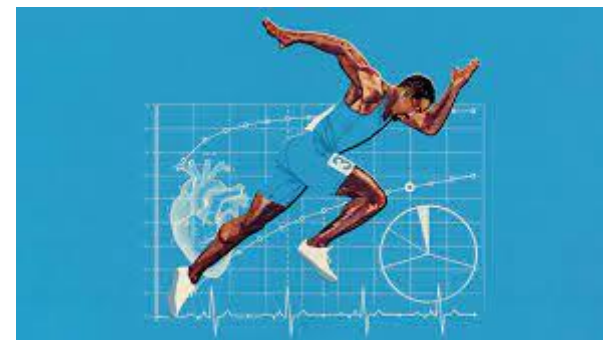
## Σε τι αναφέρεται το μάθημα

---

Το μάθημα αποτελεί το βασικό εισαγωγικό μάθημα στην Αθλητική Επιστήμη και την Οργάνωση της.

Η ύλη του μαθήματος στοχεύει στην εισαγωγή των φοιτητών/τριών:

- στις βασικές έννοιες της Αθλητικής Επιστήμης,
- στην Έρευνα στην Αθλητική Επιστήμη,
- στην κατανόηση της οργάνωσης του Αθλητισμού,
- Στη Γέννηση και Ιστορία του Αθλητισμού,
- Αναφέρεται στην οργάνωση σύγχρονων μεγάλων αθλητικών γεγονότων όπως οι Ολυμπιακοί Αγώνες.
- Επιπλέον, οι φοιτητές αναπτύσσουν τις γνώσεις τους σχετικά με τη Διδακτική και Μεθοδική της Αθλητικής Αγωγής, για τους Αθλητικούς Αγώνες, τις Αθλητικές Εγκαταστάσεις και τα Γυμναστήρια.



# Διάρθρωση Μαθήματος: Θεματικές Ενότητες

## Γενικού Υπόβαθρου

- Επιστήμη
- Εννοιολογικός προσδιορισμός επιστήμης
- Επιστημονική έρευνα
- Επιστημονική Μεθοδολογία
- Επιστημονικό άρθρο
- Αθλητική Επιστήμη (Sports Science)
- Επιστημονικοί κλάδοι αθλητικής επιστήμης.
- Αθλητισμός
- Χαρακτηριστικά Παιγνιδιού – Χαρακτηριστικά Αγώνα.
- Μορφές του Αθλητισμού.
- Οργάνωση του Αθλητισμού.

## Γένεση & Ιστορία του Αθλητισμού

- Η Γένεση του Αθλητισμού
- Ιστορία του Αθλητισμού
- Ο Αθλητισμός στη Μινωική εποχή.
- Ο Αθλητισμός στη Μυκηναϊκή εποχή.
- Ο Αθλητισμός στη Σπαρτιατική Αγωγή.
- Ο Αθλητισμός στην Αθηναϊκή Αγωγή.
- Ιεροί Πανελλήνιοι Αγώνες
- Αρχαίοι Ολυμπιακοί Αγώνες.
- Σύγχρονοι Ολυμπιακοί Αγώνες
- Ο αθλητισμός στη σύγχρονη εποχή.
- Γυναίκα & Άθληση στον Αρχαίο Κόσμο.

## Οργάνωση του Αθλητισμού

- Η Οργάνωση του Αθλητισμού. Διεθνείς φορείς οργάνωσης του αθλητισμού.
- Οργάνωση Παραολυμπιακού Αθλητισμού.
- Οργάνωση Ερασιτεχνικού Αθλητισμού.
- Αγωνιστικός Αθλητισμός
- Αθλητισμός για Όλους *Sports for All*
- Σχολικός Αθλητισμός
- Η οργάνωση του αθλητισμού στην Ελλάδα.
- Σχεδιασμός της Εξάσκησης
- Στάδια Μάθησης Κινητικών Δεξιοτήτων
- Διδακτική και μεθοδική της αθλητικής αγωγής

# Αξιολόγηση φοιτητή/τριας στο μάθημα

## Γραπτή Εξέταση

- Γραπτή εξέταση
- Αξιολογείται με το **70%** συνολικής βαθμολογίας [7 μονάδες].
- Η γραπτή εξέταση περιλαμβάνει:
- Ερωτήσεις Πολλαπλής Επιλογής, Σωστού/Λάθους, Συμπλήρωσης κενών κλπ.

## Εργασία

- Εργασία
- Αξιολογείται με το **20%**, της συνολικής βαθμολογίας [**2 μονάδες**].
- Η εργασία θα αφορά:
- (α) Παρουσίαση στην τάξη ενός extreme sport της επιλογής σας [PowerPoint].
- (β) Παρουσίαση ενός επιστημονικού άρθρου με θέμα τα extreme sports.
- Εργασίες που δεν θα παρουσιαστούν στην τάξη δεν θα ληφθούν υπόψη.

## Παρουσία στο μάθημα

- Παρουσία στο μάθημα
- Αξιολογείται με **10%** συνολικής βαθμολογίας [**1 μονάδα**].



# Εργασία: Επιλογή – Κατανόηση – Παρουσίαση Επιστημονικού Άρθρου

## Πρότυπο Συγγραφής Επιστημονικού Άρθρου

<b>Τίτλος άρθρου (Title)</b>	περιλαμβάνονται και τα ονόματα της συγγραφικής ομάδας
<b>Περίληψη (Abstract)</b>	200 – 300 λέξεις με Εισαγωγή, Σκοπό έρευνας, Μεθοδολογία, Αποτελέσματα, Συζήτηση, Συμπεράσματα, Λέξεις Κλειδιά (Keywords)
<b>Εισαγωγή (Introduction)</b>	Στην Εισαγωγή γίνεται μια αναφορά στην προβληματική κατάσταση και στην σημαντικότητα του υπό διερεύνηση θέματος ή της παρούσας έρευνας
<b>Βιβλιογραφική Ανασκόπηση (Literature review)</b>	Επιχειρείται μια ανασκόπηση αναφορικά με το τι έχει γραφτεί μέχρι τώρα για το υπό συζήτηση θέμα. Χρησιμοποιείται πρόσφατη βιβλιογραφία. Καταλήγει στον σκοπό της παρούσας έρευνας
<b>Μέθοδος (Method)</b>	Περιγράφονται το δείγμα (sample), εργαλεία αξιολόγησης πχ ερωτηματολόγια, (questionnaires etc.), μετρήσεις, στατιστικές αναλύσεις (statistical analysis)
<b>Αποτελέσματα (Results)</b>	Εδώ περιγράφονται τα αποτελέσματα με χρήση πινάκων, γραφημάτων κλπ
<b>Συζήτηση (Discussion)</b>	Επιχειρείται η συσχέτιση των αποτελεσμάτων της παρούσας μελέτης σε σχέση με άλλες παρόμοιες έρευνες.
<b>Συμπεράσματα (Conclusions)</b>	Περιλαμβάνονται τα πορίσματα της παρούσας μελέτης
<b>Βιβλιογραφικές Αναφορές (References).</b>	Καταγράφονται όλες οι πηγές που χρησιμοποιήθηκαν στην παρούσα μελέτη.



# Υπόδειγμα Επιστημονικού άρθρου

---



**European Journal of Physical Education and Sport Science**

ISSN: 2501 - 1235

ISSN-L: 2501 - 1235

Available on-line at: [www.oapub.org/edu](http://www.oapub.org/edu)

---

DOI: 10.46827/ejpe.v9i3.4597

Volume 9 | Issue 3 | 2022

## **INVESTIGATION OF CONSTRAINS TOWARD PARTICIPATION IN SPORTS AND LEISURE ACTIVITIES OF PEOPLE WITH DISABILITIES**

**Agapi Georgiou<sup>1</sup>,**

**Stylios Kaprinis<sup>2i</sup>**

<sup>1</sup>Department of Sports Management,  
Faculty of Human Movement and Quality of Life,  
University of Peloponnese,  
Greece

<sup>2</sup>Department of Sports Management,  
Faculty of Human Movement and Quality of Life,  
University of Peloponnese,  
Greece

---





# Οδηγίες Παρουσίασης

## Επιστημονική συγκρότηση:

- Introduction
- Context – Literature review
- Goals of the present study
- Method (sample, participants, procedure)
- Results
- Discussion
- Conclusions



- Παρουσίαση όρθιος
- Ομιλία αργή, λόγος βατός,
- Σωστά ελληνικά
- Διαφάνειες με εικόνες
- Αποφυγή υπερβολών στα εφέ (animation effects)

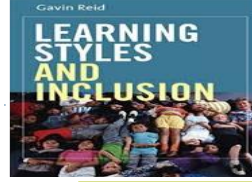
- **Διαφάνειες:** Αφαιρετικές, λιτές, περιεκτικές, ευανάγνωστες από απόσταση
- **Αριθμός διαφανειών:** Όχι πάνω από 12 διαφάνειες. Ο χρόνος παρουσίασης είναι 10-12 min
- **Μέγεθος γραμμάτων** όχι μικρότερο από 20στ.
- **Όχι πάνω από 8 γραμμές & μέχρι 6 λέξεις ανά γραμμή.**
- **Απλό και διακριτικό φόντο.**
- **Μία γραμματοσειρά παντού.**
- **Απαγορεύονται τα ορθογραφικά λάθη.**
- **Χρήση σχημάτων, γραφημάτων εικόνων.**
- **Χρήση κουκίδων ή αριθμήσεων**
- **Απαγορεύονται τα κεφαλαία.**
- **Η τελευταία διαφάνεια:** «Σας ευχαριστώ για την προσοχή σας» ή ένα φόντο, μια φωτογραφία σχετική με το θέμα

# Μέθοδος μη αποκλεισμού στην εκμάθηση δεξιοτήτων βόλεϊ (Özgül, Atan & Kangalgil, 2019)



## Σκοπός, Δείγμα

- **Σκοπός:** η διερεύνηση 3 μεθόδων διδασκαλίας (παραδοσιακής, εντολών και μη αποκλεισμού) στην εκμάθηση βασικών δεξιοτήτων βόλεϊ & στις στάσεις απέναντι στη ΦΑ.
- **Δείγμα:**
  - 100 μαθητές/τριες ΣΤ Δημοτικού
  - 3 ομάδες:
    - 1<sup>η</sup>: Παραδοσιακή ΦΑ
    - 2<sup>η</sup>: ΦΑ με στυλ Εντολών
    - 3<sup>η</sup>: ΦΑ μη αποκλεισμού



## Μεθοδολογία

- **Διδασκαλία βασικών δεξιοτήτων βόλεϊ:**
  - πάσα με δάχτυλα
  - μανσέτα
  - σερβίς από κάτω.
- **Ερωτηματολόγια:**
  - Κλίμακα στάσεων απέναντι στην ΦΑ και τον αθλητισμό (Physical Education and Sport Attitude Scale– PESAS).
  - Τεστ Ψυχοκινητικών Δεξιοτήτων Βόλεϊ (Volleyball Psychomotor Skills Test - VPST)



## Αποτελέσματα- Συμπεράσματα

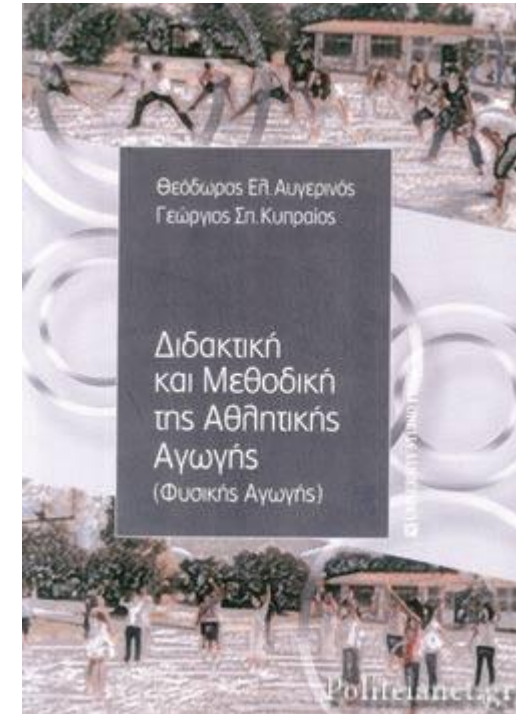
- **Ομάδα μη αποκλεισμού:**
  - Καλύτερες βαθμολογίες έναντι των άλλων ομάδων στην Κλίμακα Στάσεων απέναντι σε ΦΑ.
  - Καλύτερες επιδόσεις στις 3 βασικές δεξιότητες βόλεϊ.
- **Συμπεράσματα:** Το στυλ μη αποκλεισμού κρίνεται καταλληλότερο στην εκμάθηση βασικών δεξιοτήτων βόλεϊ αλλά και στις στάσεις των μαθητών απέναντι στη ΦΑ.

## Προτεινόμενα διδακτικά συγγράμματα

- Αυγερινός, Θ., & Κυπραίος, Γ. (2013). **Ο Αθλητισμός ως Θεσμός**. Θεσσαλονίκη: University Studio Press.



- Αυγερινός, Θ., & Κυπραίος Γ. (2012). **Διδακτική & Μεθοδική της αθλητικής αγωγής (φυσικής αγωγής)**. Θεσσαλονίκη: University Studio Press.



## Επικοινωνία με τον διδάσκοντα

---

**Ηλεκτρονική επικοινωνία:**

[skaprinis@uop.gr](mailto:skaprinis@uop.gr)

**Ώρες γραφείου για συνεργασία με  
φοιτητές**

- Πέμπτη 10:30 - 11:30 &
- Πέμπτη 17:30 -18:30

**Στην αίθουσα διδασκαλίας**

**ή στο**

**Γραφείο: B12**



Thank You For  
Your Time Today

ANY QUESTIONS?



Εύχομαι σε όλες και όλους ένα όμορφο και δημιουργικό εξάμηνο!

«Εισαγωγή στην Αθλητική Επιστήμη»