

Περιεχόμενα

Αντί προλόγου	7
1. Εισαγωγή	9
2. Δεξιότητες που πρέπει να αναπτύξει ο καλαθοσφαιριστής.....	12
2.1. Ατομικές δεξιότητες	13
2.2. Σύνθετες δεξιότητες και εφαρμογή σε μεταβαλλόμενο περιβάλλον	15
2.3. Συνδυασμός σύνθετων δεξιοτήτων για ομαδικό	
αποτέλεσμα.	18
2.4. Λήψη αποφάσεων - Επιλογή τακτικής	21
.....	
α. Τι είναι η στρατηγική και τι η τακτική	21
β. Πώς μπορεί να καλλιεργηθεί η Λήψη Αποφάσεων-Επιλογή Τακτικής	23
2.5. Προσαρμογή στην ομάδα	27
α. Τι είναι η ομάδα και πώς αναπτύσσεται η ομαδικότητα	27
β. Πώς καλλιεργείται η προσαρμογή στην ομάδα	30
γ. Είναι τα πράγματα εύκολα;	32
3. Η ανάπτυξη των δεξιοτήτων στην καλαθοσφαίριση	34
3.1. Η χρήση των κανόνων για την κατασκευή	
Τροποποιημένων Μορφών Παιχνιδιού	35
3.2. Τύποι Τροποποιημένων Μορφών Παιχνιδιού	36
3.3. Πώς πρέπει να χρησιμοποιούνται οι τροποποιημένες μορφές παιχνιδιού	38
3.4. Άλλα πλεονεκτήματα από τη χρήση Τροποποιημένων Μορφών Παιχνιδιού	40
α. Ανάπτυξη της συνεργασίας μεταξύ των παικτών	40
β. Ανάπτυξη ψυχικών δεξιοτήτων	41
γ. Ιδανικό περιβάλλον για μάθηση	42

ΕΝΟΤΗΤΑ Α
ΤΡΟΠΟΠΟΙΗΜΕΝΕΣ ΜΟΡΦΕΣ ΠΑΙΧΝΙΔΙΟΥ
ΓΙΑ ΤΗΝ ΑΝΑΠΤΥΞΗ
ΤΩΝ ΚΑΛΑΘΟΣΦΑΙΡΙΚΩΝ ΔΕΞΙΟΤΗΤΩΝ 47

Που στοχεύει αυτή η ενότητα	49
Η διδακτική προσέγγιση.....	49
Μερικές τελικές παραινέσεις	52
1. Ομοιογένεια (Α).....	53
2. Ομοιογένεια (Β).....	55
3. Ο μπαλαντέρ.....	57
4. Δημιούργησε χώρο (Α).....	59
5. Δημιούργησε χώρο (Β).....	61
6. Η απαγορευμένη περιοχή.....	63
7. Ποιος παίζει;.....	65
8. Ποιος δεν παίζει;	67
9. Ποιά μπάλα παίζει;	69
10. Προς τα που πάμε τώρα; (Α)	71
11. Μείνε στο καλάθι	73
12. Προς τα που πάμε τώρα; (Β)	74
13. Προς τα που πάμε τώρα; (Γ).....	76
14. Εξωτερική βοήθεια.....	79
15. Ρίσκο (Α)	80
16. Ρίσκο (Β).....	82
17. Ρίσκο (Γ).....	84
18. Το κρίσιμο καλάθι (Α).....	86
19. Το κρίσιμο καλάθι (Β).....	88
20. Πίσω στο σκορ	89
21. Μπόνους (Α)	91
22. Μπόνους (Β)	92
23. Παιχνίδι σε ‘ζώνες’	93
24. Δύο μπάλες	96
25. Παιχνίδι σε δύο γήπεδα	98

ΕΝΟΤΗΤΑ Β

ΤΡΟΠΟΠΟΙΗΜΕΝΕΣ ΜΟΡΦΕΣ ΠΑΙΧΝΙΔΙΟΥ

ΓΙΑ ΤΗΝ ΑΝΑΠΤΥΞΗ

ΤΩΝ ΟΜΑΔΩΝ ΔΕΞΙΟΤΗΤΩΝ..... 101

Που στοχεύει αυτή η ενότητα	103
Η διδακτική προσέγγιση.....	103
26. Στοπ.....	105
27. Το ζωντανό καλάθι.....	106
28. Κλέφτες και αστυνόμοι (Α)	109
29. Κλέφτες και αστυνόμοι (Β).....	111
30. Ο σαμποτέρ	113
31. Άρπαξε τη μπάλα (Α)	115
32. Άρπαξε τη μπάλα (Β)	117
33. Άρπαξε τη μπάλα (Γ).....	119
34. Οι συμπληγάδες	121
35. Baseball (ντρίμπλα).....	123
36. Baseball (πάσα).....	125
37. Πιάσε τον κώνο.....	127
38. Ο κυνηγός (Α)	129
39. Ο κυνηγός (Β)	130
40. Το κάψιμο	132
41. Μπίνγκο.....	134
42. Τα μήλα	136
43. 500	138
44. Αστέρι με πολλές μπάλες	140
45. Το τρενάκι.....	143
46. Πιάσε τη μπάλα.....	145
47. Οι αριθμοί.....	147
48. Κυνηγητό με αλυσίδα.....	149
49. Διεκδίκηση.....	151
50. Γρήγορη πάσα	153
Βιβλιογραφία.....	157