

α/α	Θεματικές ενότητες	Κεφάλαια από τα προτεινόμενα συγγράμματα	
		Weinberg & Gould (2015) 	Cox (2012) 
1.	Εισαγωγή στην Ψυχολογία του αθλητισμού και της άσκησης	1	1
2.	Προσωπικότητα και αθλητισμός	2	2
3.	Κίνητρα και Αυτοπεποίθηση στον αθλητισμό	3, 14	3
4.	Στόχοι στον αθλητισμό – Προσανατολισμός στόχων – Στοχοθεσία – Απόδοση αιτιών	15	4, 10
5.	Αθλητισμός και Νέοι – Ανάπτυξη χαρακτήρα	22, 24	5
6.	Άγχος, Στρες, Διάθεση – Θεωρίες άγχους στον αθλητισμό	4, 12	7, 8
7.	Προσοχή και συγκέντρωση στον αθλητισμό	16	6
8.	Ψυχολογικές δεξιότητες στον αθλητισμό	11, 13	12, 11, 9
9.	Επιδράσεις θεατών – Επιθετικότητα και βία στον αθλητισμό	23	13,14
10.	Συνοχή αθλητικών ομάδων	7, 8	15
11.	Ηγεσία – Επικοινωνία στον αθλητισμό	9, 10, 6	16
12.	Ψυχολογικές επιδράσεις αθλητικών κακώσεων & τερματισμού αθλητικής καριέρας	19	18
13.	Αρνητικές πτυχές του αθλητισμού και της άσκησης – Εξουθένωση & Υπερπροπόνηση	20, 21	19

Σημείωση: Για όλες τις ενότητες οι φοιτητές καλούνται να συμβουλευονται και τις διαφάνειες που αναρτώνται στην ηλεκτρονική τάξη.

Filename: - 2023-2024 Αθλητική Ψυχολογία-Υλη_ΤΕΦΑΑ.docx
Directory: /Users/mariapsychountaki/Library/Containers/com.microsoft.Word/Data/Documents
Template: /Users/mariapsychountaki/Library/Group Containers/UBF8T346G9.Office/User Content.localized/Templates.localized/Normal.dotm
Title:
Subject:
Author: Maria Psychountaki
Keywords:
Comments:
Creation Date: 09/01/2025 09:36:00
Change Number: 2
Last Saved On: 09/01/2025 09:36:00
Last Saved By: Maria Psychountaki
Total Editing Time: 1 Minute
Last Printed On: 09/01/2025 09:36:00
As of Last Complete Printing
Number of Pages: 1
Number of Words: 165
Number of Characters: 937 (approx.)