

Ισχύει για τους συμμετέχοντες που εισήχθηκαν για την  
περίοδο 2022 – 2023

ΣΧΟΛΗ ΠΡΟΠΟΝΗΤΩΝ ΤΖΟΥΝΤΟ

Γ' ΚΑΤΗΓΟΡΙΑΣ

ΑΘΗΝΑ- ΒΟΛΟΣ



2022-2023

ΟΔΗΓΟΣ ΣΠΟΥΔΩΝ – ΚΑΝΟΝΙΣΜΟΣ  
ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑΣ

## Περιεχόμενα

Νομοθετικό Πλαίσιο .....	3
Επιτροπή Διοίκησης.....	4
Πρόγραμμα Σπουδών.....	5
Περιεχόμενο Μαθημάτων-Διδακτικό Προσωπικό .....	7
Διάρκεια Διδασκαλίας .....	21
Επιτυχής Παρακολούθηση.....	23
Επαρκής Παρακολούθηση .....	23
Εξετάσεις.....	24
Χορήγηση Διπλώματος.....	27

## Νομοθετικό Πλαίσιο

Η ίδρυση και η λειτουργία των Σχολών προπονητών καθορίζονται σύμφωνα με το άρθρο 136 παρ. 6 του ν. 2725/1999 (ΦΕΚ Α21) «Μέχρι τη λειτουργία της Εθνικής Σχολής των Προπονητών του άρθρου 31 παρ. 4 του παρόντος η Γενική Γραμματεία Αθλητισμού μπορεί με απόφαση και δαπάνες της να ιδρύει περιοδικές σχολές προπονητών, και σε συνδυασμό με το άρθρο 37 του ν. 4809/2021 (Α' 102) και του π.δ. 4/2018 «Οργανισμός Υπουργείου Πολιτισμού και Αθλητισμού» (Α' 7). Με την ίδια απόφαση ρυθμίζονται τα θέματα λειτουργίας των πιο πάνω σχολών, των προσόντων των υποψηφίων, καθώς και σε άλλο συναφές θέμα», όπως αντικαταστάθηκε με το άρθρο 78 παρ. 2 του ν. 4170/2013 "Ενσωμάτωση της οδηγίας 2011/16/ΕΕ, ρύθμιση θεμάτων της ΕΛ.Τ.Ε., αναμόρφωση Οργανισμού του Ν.Σ.Κ. και άλλες διατάξεις" «Η Γενική Γραμματεία Αθλητισμού μπορεί με απόφασή της, κατόπιν αιτήματος και με δαπάνη της οικείας αθλητικής ομοσπονδίας να ιδρύει περιοδικές Σχολές Προπονητών. Με την ίδια απόφαση τα θέματα λειτουργίας κάθε σχολής, των προσόντων των υποψηφίων, του εκπαιδευτικού προσωπικού και κάθε άλλο συναφές θέμα. Στην απόφαση αυτή καθορίζεται επίσης υποχρεωτικά: α) το χρηματικό ποσό για τα συνολικά δίδακτρα φοίτησης εκάστου υποψηφίου που δε μπορεί να υπερβεί κατ' ανώτατο όριο τα 300,00 ευρώ, καταβαλλόμενα ανταποδοτικά από κάθε υποψήφιο και β) η ελάχιστη χρονική διάρκεια σπουδών, καθώς και οι συνολικές ώρες υποχρεωτικής παρακολούθησης των μαθημάτων της σχολής για κάθε υποψήφιο, που δεν μπορούν σε καμιά περίπτωση να είναι λιγότερες του 95% των συνολικών ωρών διδασκαλίας για κάθε περίοδο. Η Γενική Γραμματεία Αθλητισμού ελέγχει τα διπλώματα των περιοδικών Σχολών Προπονητών ως προς τη νομιμότητα τους, δύναται δε να ορίζει ομάδα εργασίας έργο της οποίας θα είναι η παρακολούθηση της πιστής τήρησης όρων λειτουργίας της σχολής, όπως αυτοί καθορίζονται με την απόφαση λειτουργίας της. Στα μέλη των ομάδων αυτών δεν καταβάλλεται αποζημίωση.»

## Επιτροπή Διοίκησης

Η Σχολή Προπονητών Τζούντο Γ΄ Κατηγορίας θα υλοποιηθεί στην Αθήνα και στο Βόλο σύμφωνα με την Υπουργική Απόφαση ΥΠΠΟΑ 84586/21/07/2022 και διοικείται από πενταμελή επιτροπή που συγκροτείται από τους :

1. ΤΖΕΡΑΚΗ ΓΕΩΡΓΙΑ, υπάλληλος Γ.Γ.Α., ως Πρόεδρος.
2. ΤΣΙΑΚΛΑ ΑΙΚΑΤΕΡΙΝΗ, υπάλληλος Γ.Γ.Α., ως μέλος.
3. ΧΑΔΟΥ ΕΛΕΝΗ, υπάλληλος της ΓΓΑ, ως μέλος.
4. ΜΙΧΑΗΛΙΔΗΣ ΔΗΜΗΤΡΙΟΣ, πρόεδρος της Ε.Ο.ΤΖ., ως μέλος
5. ΑΝΤΩΝΙΟΥ ΝΙΚΟΛΑΟΣ, Διευθυντής της Ε.Ο.ΤΖ., ως μέλος.

Γραμματέας της Επιτροπής ορίζεται ο ΜΠΑΚΟΠΟΥΛΟΣ ΣΩΤΗΡΙΟΣ., υπάλληλος της Γ.Γ.Α.

**Διευθυντής της σχολής** ορίζεται ο Δρ. ΚΑΦΕΝΤΑΡΑΚΗΣ ΙΩΑΝΝΗΣ, διδάκτορας της σχολής Αθλητισμού και Φυσικής Αγωγής του Πανεπιστημίου του Νις, Ε.Ε.Π. Πανεπιστημίου Θεσσαλίας.

## Πρόγραμμα Σπουδών

### A. Κατανομή Μαθημάτων

Τα μαθήματα Σχολής Προπονητών Τζούντο Γ΄ Κατηγορίας διακρίνονται σε γενικά μαθήματα όπου αποτελούνται από θεωρητικά μαθήματα και σε μαθήματα ειδίκευσης όπου αποτελούνται από πρακτικά και θεωρητικά μαθήματα. Οι συμμετέχοντες πρέπει να παρακολουθήσουν και να εξεταστούν επιτυχώς σε όλα τα παρακάτω μαθήματα:

#### 1. ΚΥΚΛΟΣ/ΤΟΜΕΑΣ 1-2- ΓΕΝΙΚΩΝ ΜΑΘΗΜΑΤΩΝ

##### ΘΕΩΡΗΤΙΚΑ ΜΑΘΗΜΑΤΑ

ΜΑΘΗΜΑΤΑ1 <sup>ου</sup> ΚΥΚΛΟΥ		ΩΡΕΣ	ΜΑΘΗΜΑΤΑ2 <sup>ου</sup> ΚΥΚΛΟΥ		ΩΡΕΣ
1.	Ανατομία	12	1.	Κινητική Μάθηση	12
2.	Φυσιολογία	12	2.	Οργάνωση&Διοίκηση Αθλητισμού	12
3.	Εργοφυσιολογία	12	3.	Αθλητική Ψυχολογία	12
4.	Φυσικοθεραπεία	12	4.	Αθλητική Παιδαγωγική	12
5.	Βιομηχανική	12	5.	Μεθοδολογία Έρευνας	12
ΣΥΝΟΛΟ		60	ΣΥΝΟΛΟ		60
<b>ΣΥΝΟΛΟ120ΩΡΕΣ</b>					

#### 2. ΚΥΚΛΟΣ/ΤΟΜΕΑΣ 3- ΜΑΘΗΜΑΤΑ ΕΙΔΙΚΕΥΣΗΣ

##### ΘΕΩΡΗΤΙΚΑ (Θ) – ΠΡΑΚΤΙΚΑ (Π) – ΜΙΚΤΑ (Μ) ΜΑΘΗΜΑΤΑ

ΜΑΘΗΜΑΤΑ3 <sup>ου</sup> ΚΥΚΛΟΥ		ΩΡΕΣ
1.	Γενική Προπονητική	20
2.	Ειδικά Θέματα	20
3.	Τεχνική Ανάλυση – Αυτοματοποίηση Τεχνικών	20

<b>4.</b>	<b>Κανονισμοί Αγώνων</b>	<b>5</b>
<b>5.</b>	<b>Ειδική Προπονητική</b>	<b>590</b>
<b>6.</b>	<b>Μεθοδολογία Διδασκαλίας</b>	<b>30</b>
<b>7.</b>	<b>Προπονητική εξάσκηση</b>	<b>35</b>
	<b>ΣΥΝΟΛΟ</b>	<b>180</b>

Στον Κύκλο/Τομέα1-2 περιλαμβάνονται αποκλειστικά θεωρητικά μαθήματα ενώ στον Κύκλο/Τομέα3 περιλαμβάνονται θεωρητικά, πρακτικά ή και μικτά μαθήματα.

Θεωρητικά χαρακτηρίζονται τα μαθήματα των οποίων η διδασκαλία πραγματοποιείται από έναν εκπαιδευτή, μόνο σε αίθουσες διδασκαλίας ή με τη χρήση λογισμικού για εξ' αποστάσεως εκπαίδευση (online) και έχουν ως σκοπό να αποκτήσουν οι υποψήφιοι τις γνώσεις που είναι απαραίτητες για να κατανοήσουν το γνωστικό αντικείμενο της κατάρτισης τους.

Πρακτικά χαρακτηρίζονται τα μαθήματα εκείνα τα οποία αποβλέπουν στην εμπέδωση του θεωρητικού μέρους κατάρτισης και στην απόκτηση δεξιοτήτων, ενώ πραγματοποιούνται αποκλειστικά σε προπονητικούς χώρους.

Μικτά χαρακτηρίζονται τα μαθήματα που απαιτούν ταυτόχρονη θεωρητική κατάρτιση και πρακτική εξάσκηση.

### **3. ΕΠΟΠΤΕΥΟΜΕΝΟ Ή ΚΑΘΟΔΗΓΟΥΜΕΝΟ ΠΡΟΠΟΝΗΤΙΚΟ ΕΡΓΟ**

Η εποπτευόμενη ή καθοδηγούμενη πρακτική άσκηση (50 ώρες) πιστοποιείται με την διαδικασία την οποία ορίζει με απόφαση της η Επιτροπή Διοίκησης όπου καθορίζονται οι όροι και οι προϋποθέσεις επιτυχούς άσκησης.

Ειδικότερα η πρακτική άσκηση περιλαμβάνει:

1. Παρακολούθηση αγώνων της ομοσπονδίας ή με την άδεια αυτής, οποιασδήποτε κατηγορίας, τούτο πιστοποιημένο από την διοργανώτρια αρχή (ομοσπονδία - ένωση - σύλλογος- Ευρωπαϊκοί και διεθνείς αγώνες) με σαφή αναφορά στις ώρες παρακολούθησης.
2. Παρακολούθηση ή συμμετοχή σε προπονήσεις Εθνικών ή προ εθνικών ομάδων της ομοσπονδίας ή των σωματείων της ομοσπονδίας τούτο πιστοποιημένο από το σωματείο με υπογραφή προέδρου και γενικού γραμματέα, με σαφή αναφορά στις ώρες παρακολούθησης.

## Περιεχόμενο Μαθημάτων-Διδακτικό Προσωπικό

### Χώροι υλοποίησης θεωρητικών και πρακτικών μαθημάτων

#### 1. Κύκλος/Τομέας 1- Γενικών Μαθημάτων (1<sup>ου</sup> Κύκλου)

Τίτλος	ΑΝΑΤΟΜΙΑ
Διδάσκων	Δρ. ΧΑΤΖΗΔΗΜΗΤΡΙΟΥ ΜΑΡΙΑ (12)  (Ιατρός, ΔΕΠ Αριστοτέλειο ΤΕΙ Θεσσαλονίκης)
Περιεχόμενα	<b>Λειτουργική ανατομική του μυοσκελετικού συστήματος</b>  Ανατομικά μέρη του σκελετού Οστά, Αρθρώσεις και Σύνδεσμοι Ιδιοδεκτικοί υποδοχείς αρθρώσεων και συνδέσμων Μύες και Τένοντες Ανατομική συγκρότηση του σκελετικού μύος και του ενδομυϊκού συνδετικού ιστού  Μυϊκή άτρακτος –Τενόντια όργανα Golgi Είδη κινήσεων - Δράση μοχλών στο ανθρώπινο σώμα Ορθή στάση σώματος Αξιολόγηση -διόρθωση στάσης  <b>Ανατομία του αναπνευστικού συστήματος</b> Οργάνωση του αναπνευστικού συστήματος Αεραγωγοί και αιμοφόρα αγγεία Θέση ανταλλαγής των αερίων – Κυψελίδες Σχέση πνευμόνων και θωρακικού τοιχώματος  <b>Ανατομία του Καρδιαγγειακού συστήματος</b> Οργάνωση του καρδιαγγειακού συστήματος Ανατομία της καρδιάς Πνευμονική και συστηματική κυκλοφορία του αίματος Αρτηρίες – Φλέβες Δομικά και λειτουργικά χαρακτηριστικά των αιμοφόρων αγγείων

Online διδασκαλία

### 3. Κύκλος/Τομέας 1- Γενικών Μαθημάτων (1<sup>ου</sup> Κύκλου)

Τίτλος	ΦΥΣΙΟΛΟΓΙΑ
Διδάσκων	Δρ. ΓΕΩΡΓΑΚΟΥΛΗ ΠΟΠΗ (12)  (ΔΕΠ, Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας/ΣΕΦΑΑΔ)
Περιεχόμενα	<b>Φυσιολογία του σκελετικού μυός</b> Μηχανικές ιδιότητες του μυός Τύποι μυϊκής δράσης Μυϊκή προσαρμοστικότητα (Ατροφία/Υπερτροφία) Έλεγχος της κίνησης του σώματος Ιδιοδεκτικότητα - Κιναισθησία Κύκλωμα αντανάκλαστικών Μυϊκή δύναμη & αντοχή
	<b>Φυσιολογία του αναπνευστικού συστήματος</b> Αερισμός και μηχανική των πνευμόνων Εισπνοή – Εκπνοή Μεταφορά του οξυγόνου και του διοξειδίου του άνθρακα στο αίμα Ανταλλαγή των αναπνευστικών αερίων στους ιστούς Έλεγχος της αναπνοής
	<b>Φυσιολογία του Καρδιαγγειακού συστήματος</b> Συνοπτική λειτουργία του καρδιαγγειακού συστήματος Καρδιακή παροχή Όγκος παλμού Καρδιακή συχνότητα Αρτηριοφλεβική διαφορά οξυγόνου Αρτηριακή & φλεβική πίεση αίματος Φλεβική επαναφορά Ρύθμιση αρτηριακής πίεσης και φλεβικής επαναφοράς

Online διδασκαλία

### 4. Κύκλος/Τομέας 1- Γενικών Μαθημάτων (1<sup>ου</sup> Κύκλου)



<b>Τίτλος</b>	<b>ΕΡΓΟΦΥΣΙΟΛΟΓΙΑ</b>
<b>Διδάσκων</b>	Δρ. ΒΟΥΤΣΕΛΑΣ ΒΑΣΙΛΕΙΟΣ (12) (ΕΕΠ, ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΘΕΣΣΑΛΙΑΣ/ΤΕΦΑΑ)
<b>Περιεχόμενα</b>	Μέτρηση και αξιολόγηση
	Σύσταση σώματος και άσκηση
	Μέγιστη πρόσληψη οξυγόνου και απόδοση
	Μυϊκός ιστός και άσκηση
	Προπόνηση και σύνδρομο υπερπροπόνησης
	Παιδιά και άσκηση
	Περιβάλλον και άσκηση
	Κόπωση
	Οξειδωτικό στρες και άσκηση

Μεικτή μέθοδος: online και διά ζώσης διδασκαλία, Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας, Αμφιθέατρο Σαράτση

## 5. Κύκλος/Τομέας 1- Γενικών Μαθημάτων (1<sup>ου</sup> Κύκλου)

<b>Τίτλος</b>	<b>Φ Υ Σ Ι Κ Ο Θ Ε Ρ Α Π Ε Ι Α</b>
<b>Διδάσκων</b>	Δρ. ΑΓΓΕΛΟΣ ΠΑΠΠΑΣ (12)
<b>Περιεχόμενα</b>	1. Γενική επισκόπηση τραυματισμών στο τζούντο
	2.Τραυματισμοί ωμικής ζώνης
	3.Οσφυαλγία &τζούντο
	4.Σύνδρομο στροφών ώμου
	5.Μηνισκικές βλάβες
	6.Τραυματισμοί

ONLINE ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑ μέσω διαδικτύου

## 6. Κύκλος/Τομέας 1- Γενικών Μαθημάτων (1<sup>ου</sup> Κύκλου)

<b>Τίτλος</b>	<b>ΒΙΟΜΗΧΑΝΙΚΗ</b>
<b>Διδάσκων</b>	Δρ. ΤΣΑΟΠΟΥΛΟΣ ΔΗΜΗΤΡΙΟΣ (12)  (ΕΡΕΥΝΗΤΗΣ Α, ΕΚΕΤΑ)
<b>Περιεχόμενα</b>	<p>1. Γενικές αρχές Βιοκινητικής/ Μυοσκελετικό σύστημα, Ερειστικό σύστημα</p> <p>2. Είδη επιβαρύνσεων(Δυνάμεων, Συμπιεστικές Δυνάμεις, Ελκτικές-εφελκυστικές δυνάμεις, Στρεπτικές δυνάμεις, Αποσχιστικές δυνάμεις ή δυνάμεις διάτμησης</p> <p>3. Μηχανικός άξονας οστών</p> <p>4. Μυϊκό σύστημα, Διαδικασία μυϊκής λειτουργίας</p> <p>5. Μηχανικό μοντέλο του μυός (Βασικές αρχές). Μορφολογικός και λειτουργικός διαχωρισμός των μυών (Βασικές αρχές). Βασικές μηχανικές ιδιότητες των μυών</p> <p>6. Είδη μυϊκής λειτουργίας- Διαφοροποιήσεις (έργου-εφαρμογών)</p> <p>7. Μυϊκή δύναμη, Μυϊκή ισχύς, Μυϊκή αντοχή (Βασικές αρχές)</p> <p>8. Είδη μοχλών, Συνθήκες Ισορροπίας Σώματος</p> <p>9. Εφαρμογή της Βιοκινητικής υποστήριξης στον Προπονητικό Σχεδιασμό του Προγράμματος Αναπτυξιακών Ηλικιών</p> <p>10. Επιλογή Ασκήσεων εφαρμογής με κριτήριο την μείωση τραυματισμού</p>

ONLINE ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑ μέσω διαδικτύου

### 1. Κύκλος/Τομέας 2- Γενικών Μαθημάτων (2<sup>ο</sup> Κύκλου)

<b>Τίτλος</b>	<b>ΚΙΝΗΤΙΚΗ ΜΑΘΗΣΗ</b>
<b>Διδάσκων</b>	Δρ. ΠΟΛΜΑΤΟΥ ΕΛΙΖΑΝΑ (12)  (ΔΕΠ Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας /ΤΕΦΑΑ)
<b>Περιεχόμενα</b>	1.Εισαγωγή στην Κινητική Εκτέλεση και Μάθηση  2. Διαδικασία πληροφόρησης και λήψης αποφάσεων 3.Λήψη αποφάσεων και απόδοση κάτω από στρες και ψυχική διέγερση, προσοχή, μνήμη 4.Η συνεισφορά των αισθήσεων στην καλύτερη απόδοση 5.Παραγωγή των κινήσεων και κινητικά προγράμματα 6.Αρχές του κινητικού ελέγχου- ακρίβεια κίνησης 7.Ατομικές διαφορές και κινητικές ικανότητες 8.Θεωρίες και μέθοδοι κινητικής μάθησης 9.Προετοιμασία και τεχνικές για το σχεδιασμό της εξάσκησης/ σταθερή-ομαδοποιημένη-τυχαία-μεταβαλλόμενη εξάσκηση 10.Ανατροφοδότηση και η συμβολή της στη μάθηση δεξιοτήτων

ONLINE ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑ μέσω διαδικτύου

## 2. Κύκλος/Τομέας 2- Γενικών Μαθημάτων (2<sup>ου</sup> Κύκλου)

<b>Τίτλος</b>	<b>ΟΡΓΑΝΩΣΗ &amp; ΔΙΟΙΚΗΣΗ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ</b>
<b>Διδάσκων</b>	Δρ. ΚΟΥΘΟΥΡΗΣ ΧΑΡΙΛΑΟΣ(12)  (ΔΕΠ, Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας/ΤΕΦΑΑ)
<b>Περιεχόμενα</b>	1. Εισαγωγή στην Αθλητική Διοίκηση
	2. Μάρκετινγκ στον Αθλητισμό
	3. Σχέση προπονητή με το επιχειρησιακό και ποιοτικό πλάνο λειτουργίας του Σωματείου
	4. Ιστορική ανασκόπηση του Μάρκετινγκ στον Αθλητισμό
	5. Οργανωτική δομή αθλητικών γεγονότων
	6. Διοίκηση και νομική μορφή Σωματείου στην Ελλάδα
	7. Ευρωπαϊκή Ένωση και Αθλητισμός
	8. Θέσεις εργασίας στο αθλητικό σωματείο
	9. Σωματείο και προπονητής στην Ελλάδα
	10. Ομοσπονδίες αθλημάτων- Οργανωτική δομή

Μεικτή μέθοδος: online και διά ζώσης διδασκαλία, Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας, Αμφιθέατρο Σαράτση

### **3. Κύκλος/Τομέας 2- Γενικών Μαθημάτων (2<sup>ου</sup> Κύκλου)**

Τίτλος	ΑΘΛΗΤΙΚΗ ΨΥΧΟΛΟΓΙΑ
Διδάσκων	ΠΑΤΣΑΟΥΡΑΣ ΑΣΤΕΡΙΟΣ(12)  (Ε.Ε.Π. Πανεπιστημίου Θεσσαλίας)
Περιεχόμενα	Αθλητική ψυχολογία: Θεωρία, Έρευνα και εφαρμογές
	Βελτίωση της αθλητικής απόδοσης με τη χρήση ψυχολογικών τεχνικών παρέμβασης: Άγχος και στρες
	Βελτίωση της αθλητικής απόδοσης με τη χρήση ψυχολογικών τεχνικών παρέμβασης: Νοητική εξάσκηση και εικονική πραγματικότητα
	Κινητική συμπεριφορά: Ανάπτυξη, μάθηση και έλεγχος
	Αθλητική ψυχολογία: Θεωρία, Έρευνα και εφαρμογές

Μικτή μέθοδος: online και διά ζώσης διδασκαλία, Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας, Αμφιθέατρο Σαράτση

#### 4. Κύκλος/Τομέας 2- Γενικών Μαθημάτων (2<sup>ο</sup> Κύκλου)

Τίτλος	ΑΘΛΗΤΙΚΗ ΠΑΙΔΑΓΩΓΙΚΗ
Διδάσκων	Δρ. ΣΥΡΜΠΑΣ ΙΩΑΝΝΗΣ (12)  (ΕΕΠ, Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας/ΤΕΦΑΑ)
Περιεχόμενα	1. Το φάσμα των μεθόδων διδασκαλίας στη διδασκαλία του τζούντο στις αναπτυξιακές ηλικίες
	2. Θετικό κλίμα παρακίνησης και διδασκαλία του τζούντο
	3. Αυτοέλεγχος, συμμετοχή, καθοδηγούμενη ανακάλυψη και ανάπτυξη δημιουργικότητας
	4. Μείωση ανεπιθύμητων συμπεριφορών και ανάπτυξη υπευθυνότητας
	5. Ανάπτυξη θετικών στάσεων και συμπεριφορών

ONLINE ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑ μέσω διαδικτύου

## 5. Κύκλος/Τομέας 2- Γενικών Μαθημάτων (2<sup>ου</sup> Κύκλου)

Τίτλος	ΜΕΘΟΔΟΛΟΓΙΑ ΑΘΛΗΤΙΚΗΣ ΕΡΕΥΝΑΣ
Διδάσκων	Δρ. ΠΑΤΣΙΑΟΥΡΑΣ ΑΣΤΕΡΙΟΣ (12) (ΕΕΠ, Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας/ΤΕΦΑΑ)
Περιεχόμενα	1. Εισαγωγή-Είδη Έρευνας-Στάδια Επιστημονικής Μεθόδου
	2. Ορισμός Προβλήματος, Ανασκόπηση Βιβλιογραφίας, Διατύπωση Υπόθεσης/Υποθέσεων
	3. Καθορισμός Μεταβλητών-Επιλογή Δοκιμασιών Μέτρησης
	4. Ελαχιστοποίηση Παραγόντων Σφάλματος
	5. Σχεδιασμός Αθλητικής Πειραματικής Έρευνας
	6. Δεοντολογικά-Ηθικά Θέματα στην Επιστημονική Έρευνα
	7. Επιλογή Δείγματος, Συλλογή & Καταγραφή Δεδομένων
	8. Στατιστική Ανάλυση Δεδομένων
	9. Μελέτη Επιστημονικών Ερευνών
	10. Συγγραφή Επιστημονικής Μελέτης

Μεικτή μέθοδος: online και διά ζώσης διδασκαλία, Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας, Αμφιθέατρο Σαράτση

## 2. Κύκλος/Τομέας 3-Μαθήματα Ειδίκευσης

Τίτλος	ΓΕΝΙΚΗ ΠΡΟΠΟΝΗΤΙΚΗ
Διδάσκων	Δρ. Παναγιώτης Κεραμίδας (20) (Ε.Ε.Π., Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας)
Περιεχόμενα	1. Η έννοια της προπονητικής 2. Θεωρία της προπόνησης 3. Βάσεις της προπόνησης 4. Αρχές της προπόνησης 5. Προετοιμασία της προπόνησης 6. Μεταβλητές της προπόνησης 7. Φυσική κατάσταση 1 8. Φυσική κατάσταση 2 9. Προπόνηση νεαρών αθλητών/τριών τζούντο

ONLINE ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑ μέσω διαδικτύου

## 2. Κύκλος/Τομέας 3-Μαθήματα Ειδίκευσης

Τίτλος	ΕΙΔΙΚΗ ΠΡΟΠΟΝΗΤΙΚΗ
Διδάσκων	Δρ. Ιωάννης Καφενταράκης & Δρ. Παναγιώτης Κεραμίδας (50) (Ε.Ε.Π., Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας)
Περιεχόμενα	1. Αρχές προπονητικής τζούντο – προγραμματισμός 2. Αρχές προθέρμανσης – αποθεραπείας 3. Φυσική κατάσταση σε παιδιά και εφήβους 4. Παιδαγωγικά παιχνίδια 5. Αγωνιστικά τεστ 6. Πρακτική εξάσκηση

Μεικτό: Online μάθημα και διά ζώσης



### 3. Κύκλος/Τομέας 3-Μαθήματα Ειδίκευσης

<b>Τίτλος</b>	<b>ΤΕΧΝΙΚΗ ΑΝΑΛΥΣΗ – ΑΥΤΟΜΑΤΟΠΟΙΗΣΗ ΤΕΧΝΙΚΩΝ</b>
<b>Διδάσκων</b>	Δημήτριος Καμπάς (20) (Κ.Φ.Α. Τζούντο)
<b>Περιεχόμενα</b>	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Προγραμματισμός προπόνησης</li><li>2. Σκιάδης προπόνηση</li><li>3. Επαληπτική μέθοδος διδασκαλίας</li><li>4. Ανάλυση τεχνικών</li></ol>

Διά ζώσης στις εγκαταστάσεις του Αγίου Κοσμά

### 4. Κύκλος/Τομέας 3-Μαθήματα Ειδίκευσης

<b>Τίτλος</b>	<b>ΕΙΔΙΚΑ ΘΕΜΑΤΑ</b> Αντιντόπινγκ (5 ώρες)
<b>Διδάσκων</b>	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Αντιπρόσωπος ΕΟΚΑΝ</li></ol>
<b>Περιεχόμενα</b>	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Ισχύον πλαίσιο</li></ol>

Online διδασκαλία

<b>Τίτλος</b>	<b>ΕΙΔΙΚΑ ΘΕΜΑΤΑ</b> <b>Παραβίαση δικαιωμάτων παιδιών</b>
<b>Διδάσκων</b>	Τσαγκάρη Μαρία (5)
<b>Περιεχόμενα</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Ισχύον πλαίσιο</li> <li>2. Ν. 3727/2008 (ΦΕΚ Α' 257) «Κύρωση και εφαρμογή της Σύμβασης του Συμβουλίου της Ευρώπης για την προστασία των παιδιών κατά της Γενετήσιας εκμετάλλευσης και κακοποίησης, μέτρα για τη βελτίωση των συνθηκών διαβίωσης και την αποσυμφόρηση των καταστημάτων κράτησης» (Lanzarote, 2007).</li> </ol>

Online διδασκαλία

<b>Τίτλος</b>	<b>ΕΙΔΙΚΑ ΘΕΜΑΤΑ</b> <b>Ηθική και ακεραιότητα στον αθλητισμό</b>
<b>Διδάσκων</b>	Αγαθή Κασούμη (5 ώρες)
<b>Περιεχόμενα</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Ηθική ικανότητα και αθλητισμός</li> <li>2. Οι έννοιες των «fair play» και «sportspersonship»</li> <li>3. Παράμετροι που επηρεάζουν την ηθική στον αθλητισμό. Προτάσεις για υποστήριξη της ακεραιότητας στον αθλητισμό</li> </ol>

Online διδασκαλία

<b>Τίτλος</b>	<b>ΕΙΔΙΚΑ ΘΕΜΑΤΑ</b> <b>Ιστορία του Τζούντο</b>
<b>Διδάσκων</b>	Δρ. Κεραμίδας Παναγιώτης και Δρ. Καφενταράκης Ιωάννης (5)
<b>Περιεχόμενα</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Η ιστορία του τζούντο</li> <li>2. Η εξέλιξη του αθλήματος</li> </ol>

Online διδασκαλία

## 5. Κύκλος/Τομέας 3-Μαθήματα Ειδίκευσης

<b>Τίτλος</b>	<b>ΚΑΝΟΝΙΣΜΟΙ</b>
<b>Διδάσκων</b>	Παπαδάκης Νικόλαος (5)  (Διεθνής Διαιτητής Τζούντο)
<b>Περιεχόμενα</b>	1. Ανάλυση κανονισμών αγώνων βάσει της IJF και EJU

Online διδασκαλία

### 6. Κύκλος/Τομέας 3-Μαθήματα Ειδίκευσης

<b>Τίτλος</b>	<b>ΜΕΘΟΔΟΛΟΓΙΑ ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑΣ</b>
<b>Διδάσκων</b>	Χαρίλαος Ζάραγκας (Πανεπιστήμιο Ιωαννίνων, ΔΕΠ) – renrakuwaza (15)  Νικόλαος Ηλιάδης (Εθνικός Προπονητής Τζούντο) – Προγραμματισμός προπόνησης (15)
<b>Περιεχόμενα</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Σχεδιασμός προπονητικής δραστηριότητας</li> <li>2. Θεμελιώδεις αρχές τζούντο</li> <li>3. Τεχνικές waza</li> <li>4. Μέθοδοι εξάσκησης και εκμάθησης</li> <li>5. Φυσιολογική βάση για προπόνηση στο τζούντο</li> </ol>

Μεικτή μέθοδος: online και διά ζώσης στις εγκαταστάσεις του Αγίου Κοσμά

### 7. Κύκλος/Τομέας 3-Μαθήματα Ειδίκευσης

<b>Τίτλος</b>	<b>ΠΡΟΠΟΝΗΤΙΚΗ ΕΞΑΣΚΗΣΗ</b>
<b>Διδάσκων</b>	Νικόλαος Ηλιάδης (35)  (Εθνικός Προπονητής Τζούντο)
<b>Περιεχόμενα</b>	1. Προγραμματισμός προπόνησης – εξάσκηση στο tatami

Μεικτή μέθοδος: online και διά ζώσης στις εγκαταστάσεις του Αγίου Κοσμά

## Ενδεικτικό Ωρολόγιο Πρόγραμμα

	<b>ΜΑΡΤΙΟΣ</b>	<b>ΑΠΡΙΛΙΟΣ</b>	<b>ΜΑΪΟΣ</b>	<b>ΙΟΥΝΙΟΣ</b>	<b>ΙΟΥΛΙΟΣ</b>	<b>ΙΟΥΛΙΟΣ – ΑΥΓΟΥΣΤΟΣ</b>
<b>ΑΝΑΤΟΜΙΑ (12)</b>		09/04 (online)		10/06 (online)		<b>ΕΞΕΤΑΣΤΙΚΗ ΠΕΡΙΟΔΟΣ</b>
<b>ΦΥΣΙΟΛΟΓΙΑ (12)</b>		08/04 (online)		10/06 (online)		
<b>ΕΡΓΟΦΥΣΙΟΛΟΓΙΑ (12)</b>	12/03 (διά ζώσης)			11/06 (online)		
<b>ΦΥΣΙΚΟΘΕΡΑΠΕΙΑ (12)</b>		10/04 (online)		10/06 (online)		
<b>ΒΙΟΜΗΧΑΝΙΚΗ (12)</b>		11/04 (online)		11/06 (online)		
<b>ΑΘΛΗΤΙΚΗ ΨΥΧΟΛΟΓΙΑ (12)</b>	04/03 (διά ζώσης)			11/06 (online)		
<b>Κινητική Μάθηση (12)</b>		01/04 (online)		10/06 (online)		
<b>ΟΡΓ. &amp; ΔΙΟΙΚ. ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ (12)</b>	11/03 (διά ζώσης)			11/06 (online)		
<b>ΑΘΛΗΤΙΚΗ ΠΑΙΔΑΓΩΓΙΚΗ (12)</b>		02/04 (online)		10/06 (online)		
<b>ΜΕΘΟΔΟΛΟΓΙΑ ΑΘΛΗΤΙΚΗΣ ΕΡΕΥΝΑΣ (12)</b>	04/03 (διά ζώσης)			11/06 (online)		
<b>ΓΕΝΙΚΗ ΠΡΟΠΟΝΗΤΙΚΗ (20)</b>		12 & 13/04 (online)				
<b>ΚΑΝΟΝΙΣΜΟΙ ΑΓΩΝΩΝ (5)</b>		24/04 (online)				
<b>ΕΙΔΙΚΗ ΠΡΟΠΟΝΗΤΙΚΗ (50)</b>		29 & 30/04 (μεικτό)	6, 7, 13, 14 & 27/ 05 (μεικτό)			
<b>ΤΕΧΝΙΚΗ ΑΝΑΛΥΣΗ – ΑΥΤΟΜΑΤΟΠΟΙΗΣΗ ΤΕΧΝΙΚΩΝ (20)</b>			22 & 23/05  (διά ζώσης)			
<b>ΜΕΘΟΔΟΛΟΓΙΑ ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑΣ (30)</b>			20, 21 & 27/05 (διά ζώσης)			

<b>ΠΡΟΠΟΝΗΤΙΚΗ ΕΞΑΣΚΗΣΗ (35)</b>		22/04 (διά ζώσης)	28/05, (μεικτό)	3 & 4/06 (μεικτό)		
<b>ΕΙΔΙΚΑ ΘΕΜΑΤΑ ΑΝΤΙΤΟΠΙΝΓΚ</b>				17/06 (online)		
<b>ΕΙΔΙΚΑ ΘΕΜΑΤΑ ΠΑΡΑΒΙΑΣΗ ΔΙΚΑΙΩΜΑΤΩΝ ΠΑΙΔΙΩΝ</b>				17/06 (online)		
<b>ΕΙΔΙΚΑ ΘΕΜΑΤΑ ΗΘΙΚΗ ΑΚΕΡΑΙΟΤΗΤΑ ΣΤΟΝ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟ</b>				18/6 (online)		
<b>ΕΙΔΙΚΑ ΘΕΜΑΤΑ ΙΣΤΟΡΙΑ ΤΟΥ ΤΖΟΥΝΤΟ</b>				18/6 (online)		

## Διάρκεια Διδασκαλίας

1. Η διάρκεια της ωριαίας διδασκαλίας όλων των μαθημάτων καθορίζεται σε 45 λεπτά με τα κατάλληλα διαλείμματα μεταξύ των ωρών. Ο μέγιστος αριθμός των διδασκαλίας καθορίζεται σε δέκα (10) ώρες ανά ημέρα κατάρτισης.

Η διδασκαλία των πρακτικών ή του πρακτικό μέρους μικτών μαθημάτων είναι δυνατό να γίνεται συνεχόμενη μέχρι τρεις διδακτικές (3) ώρες.

2. Μετά την είσοδο του εκπαιδευτή στην αίθουσα διδασκαλίας ή στον προπονητικό χώρο δεν επιτρέπεται η είσοδος των καταρτιζόμενων.
3. Οι παρουσίες λαμβάνονται υποχρεωτικά ανά ώρα εκπαίδευσης κατά την έναρξη της και με ευθύνη του εκπαιδευτή ή των εκπαιδευτών.

Ωρολόγιο πρόγραμμα	Ώρες διδασκαλίας
09:00 – 10:30	<b>2 ώρες</b>
10:30 – 11:00	<b>Διάλειμμα</b>
11:00 – 12:30	<b>2 ώρες</b>

12:30 – 13:00	Διάλειμμα
13:0 – 14:30	2 ώρες
14:30 – 15:30	Διάλειμμα (γεύμα)
15:30 – 17:00	2 ώρες
17:00 – 17:30	Διάλειμμα
17:30 – 19:00	2 ώρες

Δίδεται η δυνατότητα υλοποίησης μέρους του διδακτικού αντικειμένου με εξ' αποστάσεως εκπαίδευση με τη χρήση αντίστοιχου λογισμικού π.χ. Big Blue Button ή ZOOM κλπ.

Πριν την έναρξη των μαθημάτων της εξ αποστάσεως εκπαίδευσης θα γίνει παρουσίαση της πλατφόρμας και εκπαίδευση όλων των σπουδαστών στη γενική χρήση του ηλεκτρονικού υπολογιστή (περιήγηση στο διαδίκτυο, Windows κ.ά.) αλλά και ειδική χρήση (εξοικείωση με τη διαδικτυακή πλατφόρμα Εξ' αποστάσεως Εκπαίδευσης), έτσι ώστε να εκπαιδευτούν όλοι στον τρόπο λειτουργίας της εξ αποστάσεως εκπαίδευσης.

Με τη μέθοδο αυτή θα καλυφθούν μαθήματα του Γενικού Κύκλου Σπουδών, τα οποία είναι κοινά για όλους τους σπουδαστές, για όλα τα αθλήματα, αλλά και μαθήματα του Ειδικού Κύκλου Σπουδών.

Η υποχρεωτική παρουσία για την εξ' αποστάσεως εκπαίδευση εξασφαλίζεται ως εξής:

Οι διαλέξεις για τα μαθήματα που θα προγραμματιστούν με εξ' αποστάσεως εκπαίδευση θα αναρτώνται στην πλατφόρμα. Κάθε σπουδαστής θα έχει τη δυνατότητα να κάνει χρήση των προσωπικών του κωδικών που θα του δοθούν κατά την έναρξη της Σχολής, ώστε να εισέρχεται στην ψηφιακή πλατφόρμα της τηλε-εκπαίδευσης και να παρακολουθεί τις διαλέξεις.

Στην πλατφόρμα θα έχουν πρόσβαση τα άτομα με εξουσιοδότηση διοίκησης σχολής, ο διευθυντής, το αρμόδιο τμήμα της ΓΓΑ.

Οι διδάσκοντες καθηγητές θα έχουν την δυνατότητα να μεταφέρουν σε ψηφιακή μορφή ανακοινώσεις, την διδακτέα ύλη, βιντεοσκοπημένη παράδοση μαθημάτων, ερωτηματολόγιο με δυνατότητα αυτόματης απάντησης και ότι άλλο θα μπορούσε να διευκολύνει την εξ' αποστάσεως εκπαίδευση.

### **Πλατφόρμα διαδικτυακής εκπαίδευσης Σχολής Προπονητών**

1. Η διδασκαλία των μαθημάτων μέσω πλατφόρμας θα γίνει σε σύγχρονη μορφή. Η διάρκεια της ωριαίας διδασκαλίας όλων των μαθημάτων καθορίζεται σε 45 λεπτά.
2. Μετά την είσοδο του εκπαιδευτή στην αίθουσα διδασκαλίας ή στον προπονητικό χώρο δεν επιτρέπεται η είσοδος των καταρτιζόμενων.
3. Οι παρουσίες λαμβάνονται υποχρεωτικά ανά ώρα εκπαίδευσης κατά την έναρξη της και με ευθύνη του εκπαιδευτή ή των εκπαιδευτών.

4. Η παρακολούθηση των θεωρητικών μαθημάτων (60%), θα γίνει με την χρήση της ψηφιακής πλατφόρμας της ομοσπονδίας .
5. Κάθε υποψήφιος θα λάβει έναν μοναδικό κωδικό πρόσβασης, για την είσοδό του σε αυτήν.
6. Για την συμμετοχή στη διαδικτυακή εκπαίδευση ο εκπαιδευόμενος χρειάζεται να διαθέτει υπολογιστή, οθόνη, κάμερα, μικρόφωνο και σύνδεση ίντερνετ.
7. Η κάμερα του υπολογιστή θα παραμένει ανοικτή καθ' όλη την διάρκεια της διδασκαλίας.
8. Σχετικές οδηγίες θα δοθούν στους υποψηφίους με την μορφή παρουσίασης της εφαρμογής. Πριν την έναρξη των μαθημάτων της εξ' αποστάσεως εκπαίδευσης θα γίνει παρουσίαση της πλατφόρμας και εκπαίδευση όλων των σπουδαστών στη γενική χρήση του ηλεκτρονικού υπολογιστή αλλά και ειδική χρήση (εξοικείωση με τη διαδικτυακή πλατφόρμα εξ' αποστάσεως εκπαίδευσης) έτσι ώστε να εκπαιδευτούν όλοι στον τρόπο λειτουργίας της εξ' αποστάσεως εκπαίδευσης.

## Επιτυχής Παρακολούθηση

Η επιτυχής παρακολούθηση συνίσταται: α) στην παρακολούθηση μαθημάτων (επαρκής παρακολούθηση), β) στις γραπτές εξετάσεις στα διδασκόμενα μαθήματα ή/και πρακτικές εξετάσεις (για το πρακτικό μέρος των μαθημάτων ειδίκευσης), γ) στις εργασίες προόδου (ατομικές ή ομαδικές, προαιρετικές ή υποχρεωτικές, σε θέματα ή γνωστικά αντικείμενα)

Πτυχιούχοι ΤΕΦΑΑ καθώς και άλλων τμημάτων ΑΕΙ μπορούν να μεταφέρουν τις παρακολουθήσεις των γνωστικών αντικειμένων που έχουν διδαχθεί στα υποχρεωτικά μαθήματα των κύκλων 1 και 2 με τους αντίστοιχους βαθμούς.

## Επαρκής Παρακολούθηση

1. Οι συνολικές ώρες υποχρεωτικής παρακολούθησης των μαθημάτων της σχολής για κάθε υποψήφιο, δεν μπορούν σε καμιά περίπτωση να είναι λιγότερες του 95% των συνολικών ωρών διδασκαλίας.
2. Ο χαρακτηρισμός της επαρκούς παρακολούθησης των υποψηφίων γίνεται μετά τη λήξη της διδασκαλίας των μαθημάτων και πριν από τις τελικές εξετάσεις. Ο Δ/ντής της Σχολής ανακοινώνει τα αποτελέσματα της επαρκούς παρακολούθησης των υποψηφίων την επομένη της λήξης της διδασκαλίας των μαθημάτων με σκοπό να συμμετέχουν όσοι δικαιούνται στις τελικές εξετάσεις.
3. Εάν ο υποψήφιος κατά τη διάρκεια της Σχολής συμπληρώσει μεγαλύτερο αριθμό απουσιών από τα προβλεπόμενα τότε με απόφαση του Διευθυντή της Σχολής διακόπτεται η παρακολούθησή του.
4. Ο υποψήφιος δεν έχει δικαίωμα προσέλευσης στις τελικές εξετάσεις, εφόσον η παρακολούθησή του χαρακτηριστεί ανεπαρκής.

## Εξετάσεις

### A. Οργάνωση των εξετάσεων

1. Μετά τη λήξη των μαθημάτων ακολουθεί μια εξεταστική περίοδος, κατά τη διάρκεια της οποίας οι υποψήφιοι εξετάζονται γραπτά και πρακτικά σε όλη τη διδακτέα ύλη (θεωρητική και πρακτική) που προβλέπεται από το αναλυτικό πρόγραμμα.
2. Οι εξετάσεις θα πραγματοποιηθούν εντός του πρώτου εικοσημέρου (ενδεικτικά) μετά τη λήξη των μαθημάτων της Σχολής στην Αθήνα σε αίθουσες που θα καθοριστούν από την επιτροπή διοίκησης.
3. Τη γενική ευθύνη της εύρυθμης διεξαγωγής των εξετάσεων της Σχολής έχει ο Διευθυντής της Σχολής, ο οποίος μεριμνά έγκαιρα για την καταλληλότητα των χώρων, τη διαθεσιμότητα των υλικών και μέσων και γενικότερα για το αδιάβλητο των εξετάσεων.
4. Οι εξετάσεις διεξάγονται με την ευθύνη του εκπαιδευτικού προσωπικού που δίδαξε κατά τη διάρκεια της Σχολής.
5. Η διάρκεια επεξεργασίας των θεμάτων κατά τη γραπτή εξέταση σε καμιά περίπτωση δεν υπερβαίνει τις τρεις (3) ώρες.
6. Ειδική μέριμνα λαμβάνεται για την προφορική εξέταση υποψηφίων με αποδεδειγμένη, πριν από την εισαγωγή τους στη Σχολή, δυσλεξία όπως ορίζεται από την κείμενη νομοθεσία.
7. Αν ο υποψήφιος αποτύχει σε μάθημα ή μαθήματα κατά την εξεταστική περίοδο γίνεται επανεξέταση και η επαναληπτική εξεταστική περίοδος ορίζεται με απόφαση της Επιτροπής Διοίκησης.

### B. Διαδικασία Διεξαγωγής Εξετάσεων

1. Για την ανάπτυξη των θεμάτων χορηγούνται στους εξεταζόμενους, με ευθύνη των επιτηρητών της αίθουσας, ειδικά σφραγισμένα και υπογεγραμμένα, ιδιόχειρα από τον εξεταστή του μαθήματος, φύλλα χάρτου-κόλλες αναφοράς ή τυπωμένα ερωτηματολόγια.
2. Στην αρχή της εξέτασης γίνεται από τους επιτηρητές και έλεγχος των στοιχείων ταυτότητας των εξεταζόμενων.
3. Τα φύλλα θεμάτων και απαντήσεων επιστρέφονται στον ορισθέντα επιτηρητή, μετά το πέρας της επεξεργασίας των θεμάτων.
4. Ο επιτηρητής αφού διαγράψει τα τυχόντα κενά στα φύλλα απαντήσεων, μονογραφεί στο τέλος της διαπραγμάτευσης των θεμάτων, καταμετρά τα γραπτά και αντιπαραβάλλει με την κατάσταση των υποψηφίων που είχαν δικαίωμα συμμετοχής στην εξέταση, πιστοποιεί τους



απόντες και αναγράφει τα ονοματεπώνυμα τους στο φάκελο εξετάσεων. Στη συνέχεια παραδίδονται στο Δ/ντη της Σχολής.

## Γ. Βαθμολόγηση- Αξιολόγηση

1. Η βαθμολογική κλίμακα ορίζεται από μηδέν έως δέκα (0-10) και ως κατώτερος προβιβάσιμος βαθμός θεωρείται το πέντε (5).
2. Πτυχιούχοι ΤΕΦΑΑ καθώς και άλλων τμημάτων ΑΕΙ μεταφέρουν τις παρακολουθήσεις των γνωστικών αντικειμένων που έχουν διδαχθεί στα υποχρεωτικά μαθήματα των κύκλων 1 και 2 με τους αντίστοιχους βαθμούς.
3. Η αξιολόγηση των γνώσεων, ικανοτήτων και δεξιοτήτων των σπουδαστών γίνεται λαμβάνοντας υπόψη την τελική εξέταση (γραπτές, πρακτικές εξετάσεις)

Ο τρόπος αξιολόγησης στη τελική εξέταση περιγράφεται ανά μάθημα ως εξής:

ΜΑΘΗΜΑΤΑ	ΓΡΑΠΤΕΣ ΕΞΕΤΑΣΕΙΣ	ΤΕΣΤ ΠΟΛΛΑΠΛΩΝ ΑΠΑΝΤΗΣΕΩΝ	ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ ΕΡΓΑΣΙΩΝ	ΠΡΑΚΤΙΚΕΣ ΕΞΕΤΑΣΕΙΣ / ΠΡΟΦΟΡΙΚΕΣ ΕΞΕΤΑΣΕΙΣ
ΑΝΑΤΟΜΙΑ		100%		
ΦΥΣΙΟΛΟΓΙΑ		100%		
ΕΡΓΟΦΥΣΙΟΛΟΓΙΑ		100%		
ΦΥΣΙΚΟΘΕΡΑΠΕΙΑ		100%		
ΒΙΟΜΗΧΑΝΙΚΗ		100%		

<b>ΜΑΘΗΜΑΤΑ</b>	<b>ΓΡΑΠΤΕΣ ΕΞΕΤΑΣΕΙΣ</b>	<b>ΤΕΣΤ ΠΟΛΛΑΠΛΩΝ ΑΠΑΝΤΗΣΕΩΝ</b>	<b>ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ ΕΡΓΑΣΙΩΝ</b>	<b>ΠΡΑΚΤΙΚΕΣ ΕΞΕΤΑΣΕΙΣ / ΠΡΟΦΟΡΙΚΕΣ ΕΞΕΤΑΣΕΙΣ</b>
ΚΙΝΗΤΙΚΗ ΜΑΘΗΣΗ		<b>100%</b>		
ΟΡΓΑΝΩΣΗ ΚΑΙ ΔΙΟΙΚΗΣΗ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ		<b>100%</b>		
ΑΘΛΗΤΙΚΗ ΨΥΧΟΛΟΓΙΑ		<b>100%</b>		
ΑΘΛΗΤΙΚΗ ΠΑΙΔΑΓΩΓΙΚΗ		<b>100%</b>		
ΜΕΘΟΔΟΛΟΓΙΑ ΑΘΛΗΤΙΚΗΣ ΕΡΕΥΝΑΣ		<b>100%</b>		

<b>ΜΑΘΗΜΑΤΑ</b>	<b>ΓΡΑΠΤΕΣ ΕΞΕΤΑΣΕΙΣ</b>	<b>ΤΕΣΤ ΠΟΛΛΑΠΛΩΝ ΑΠΑΝΤΗΣΕΩΝ</b>	<b>ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ ΕΡΓΑΣΙΩΝ</b>	<b>ΠΡΑΚΤΙΚΕΣ ΕΞΕΤΑΣΕΙΣ / ΠΡΟΦΟΡΙΚΕΣ ΕΞΕΤΑΣΕΙΣ</b>
ΓΕΝΙΚΗ ΠΡΟΠΟΝΗΤΙΚΗ		<b>100%</b>		
ΤΕΧΝΙΚΗ ΑΝΑΛΥΣΗ				<b>100%</b>
ΕΙΔΙΚΗ ΠΡΟΠΟΝΗΤΙΚΗ		<b>100%</b>		
ΜΕΘΟΔΟΛΟΓΙΑ ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑΣ				<b>100%</b>
ΠΡΟΠΟΝΗΤΙΚΗ ΕΞΑΣΚΗΣΗ				<b>100%</b>
ΚΑΝΟΝΙΣΜΟΙ		<b>100%</b>		
ΕΙΔΙΚΑ ΘΕΜΑΤΑ		<b>100%</b>		

## Χορήγηση Διπλώματος

1. Δίπλωμα της Σχολής Προπονητών Τζούντο Γ΄ Κατηγορίας έχουν δικαίωμα να αποκτήσουν όσοι κατέχουν όλα τα απαραίτητα δικαιολογητικά, είχαν επαρκή παρακολούθηση και περάτωσαν με επιτυχία τις θεωρητικές και πρακτικές εξετάσεις.
2. Τα Διπλώματα παραδίδονται στους επιτυχόντες από το αρμόδιο Τμήμα της Γενικής Γραμματείας Αθλητισμού (Γ.Γ.Α.)
3. Το κάθε Δίπλωμα για να θεωρείται έγκυρο φέρει σφραγίδα και αρίθμηση από την Γ.Γ.Α.
4. Ο τύπος Διπλωμάτων και τα όσα αναφέρονται σε αυτά είναι κοινός και σύμφωνος με πρότυπο που παραδίδει το αρμόδιο τμήμα της Γ.Γ.Α.