

ΣΧΟΛΗ ΠΡΟΠΟΝΗΤΩΝ ΠΥΓΜΑΧΙΑΣ
Γ' ΕΠΙΠΕΔΟΥ
ΑΘΗΝΑ

2023

ΟΔΗΓΟΣ ΣΠΟΥΔΩΝ
ΚΑΝΟΝΙΣΜΟΣ ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑΣ



Περιεχόμενα

ΝΟΜΟΘΕΤΙΚΟ ΠΛΑΙΣΙΟ.....	3
ΕΠΙΤΡΟΠΗ ΔΙΟΙΚΗΣΗΣ.....	4
ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΣΠΟΥΔΩΝ.....	5
ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΟ ΜΑΘΗΜΑΤΩΝ-ΔΙΔΑΚΤΙΚΟ ΠΡΟΣΩΠΙΚΟ.....	8
ΕΝΔΕΙΚΤΙΚΟ ΩΡΟΛΟΓΙΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ.....	29
ΕΞΕΤΑΣΕΙΣ.....	31
ΧΟΡΗΓΗΣΗ ΔΙΠΛΩΜΑΤΟΣ.....	34

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. 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 "Ένσωμάτωση 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 350 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 νομιμότητά 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 Πυγμαχίας Γ' Επιπέδου σύμφωνα με την Υπουργική Απόφαση ΥΠΠΟΑ/ΦΕΚ Β / 1685 / 07-04-2022, διοικείται από πενταμελή επιτροπή που συγκροτείται από τους :

- **ΓΕΩΡΓΙΑ ΤΖΕΡΑΚΗ**, υπάλληλος Γ.Γ.Α, ως Πρόεδρος
- **ΑΙΚΑΤΕΡΙΝΗ ΤΣΙΑΚΛΑ**, υπάλληλος Γ.Γ.Α, ως μέλος
- **ΜΑΡΙΝΑ ΣΤΕΛΛΑ**, υπάλληλος Γ.Γ.Α, ως μέλος
- **ΧΑΡΙΛΑΟΣ ΜΑΡΓΙΟΛΗΣ**, Πρόεδρος του Δ.Σ. της Ε.Ο.Ξ, ως μέλος
- **ΕΜΜΑΝΟΥΗΛ ΔΑΚΤΥΛΙΔΗΣ**, Προπονητής Α κατηγορίας, ως μέλος

Γραμματέας της Επιτροπής ορίζεται η : **ΑΝΑΣΤΑΣΙΑ ΜΠΑΜΠΟΥΡΗ**, υπάλληλος της Γ.Γ.Α.

Διευθυντής της Σχολής ορίζεται ο κ. **ΤΣΟΛΑΚΗΣ ΧΑΡΙΛΑΟΣ**, πτυχιούχος Φυσικής Αγωγής, καθηγητής ΣΕΦΑΑ.

Τεχνικός διευθυντής της Σχολής ορίζεται ο κ. **ΓΡΗΓΟΡΕΑΣ ΙΩΑΝΝΗΣ**, πτυχιούχος φυσικής αγωγής με ειδικότητα ΠΥΓΜΑΧΙΑ .

Πρόγραμμα Σπουδών

A. Κατανομή Μαθημάτων

Τα μαθήματα Σχολής Προπονητών **ΠΥΓΜΑΧΙΑΣ Γ΄ Επιπέδου** 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 :

ΚΥΚΛΟΣ/ΤΟΜΕΑΣ 1 ΓΕΝΙΚΩΝ ΜΑΘΗΜΑΤΩΝ Ώρες – επίπεδο 1	ΚΥΚΛΟΣ/ ΤΟΜΕΑΣ 2 ΓΕΝΙΚΩΝ ΜΑΘΗΜΑΤΩΝ Ώρες – επίπεδο 1	ΚΥΚΛΟΣ/ΤΟΜΕΑΣ 3 ΜΑΘΗΜΑΤΑ ΕΙΔΙΚΕΥΣΗΣ Ώρες – επίπεδο 1	
ΑΝΑΤΟΜΙΑ 10 ώρες	ΚΙΝΗΤΙΚΗ ΜΑΘΗΣΗ 15 ώρες	ΓΕΝΙΚΗ ΠΡΟΠΟΝΗΤΙΚΗ: 15 ώρες	ΤΕΧΝΙΚΗ ΑΝΑΛΥΣΗ 25 ώρες
ΦΥΣΙΟΛΟΓΙΑ 10 ώρες	ΟΡΓΑΝΩΣΗ ΚΑΙ ΔΙΟΙΚΗΣΗ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ 10 ώρες		ΕΙΔΙΚΗ ΠΡΟΠΟΝΗΤΙΚΗ 15 ώρες
ΕΡΓΟΦΥΣΙΟΛΟΓΙΑ 10 ώρες	ΑΘΛΗΤΙΚΗ ΨΥΧΟΛΟΓΙΑ 15 ώρες		ΕΙΔΙΚΑ ΘΕΜΑΤΑ 35 ώρες (Εκ των οποίων ΑΝΤΙΤΟΠΙΚ 5 ώρες, ΠΑΡΑΒΙΑΣΗ ΔΙΚΑΙΩΜΑΤΩΝ ΠΑΙΔΙΟΥ ΚΑΙ ΠΛΑΙΣΙΟ ΠΑΙΔΙΚΗΣ ΠΡΟΣΤΑΣΙΑΣ 5 ώρες, ΗΘΙΚΗ ΚΑΙ ΑΚΕΡΑΙΟΤΗΤΑ ΣΤΟΝ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟ 5 ώρες)
ΦΥΣΙΚΟΘΕΡΑΠΕΙΑ 15 ώρες	ΑΘΛΗΤΙΚΗ ΠΑΙΔΑΓΩΓΙΚΗ 15 ώρες		ΚΑΝΟΝΙΣΜΟΙ 10 ώρες
ΒΙΟΜΗΧΑΝΙΚΗ 10 ώρες	ΜΕΘΟΔΟΛΟΓΙΑ ΑΘΛΗΤΙΚΗΣ ΕΡΕΥΝΑΣ 10 ώρες		ΜΕΘΟΔΟΛΟΓΙΑ ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑΣ 10 ώρες
			ΠΡΟΠΟΝΗΤΙΚΗ ΕΞΑΣΚΗΣΗ 70 ώρες
ΣΥΝΟΛΟ 55 ώρες	ΣΥΝΟΛΟ 65 ώρες	ΣΥΝΟΛΟ 15 ώρες	ΣΥΝΟΛΟ 165 ώρες
ΓΕΝΙΚΟ ΣΥΝΟΛΟ: 300 ώρες			

Στον Κύκλο/Τομέα 1-2 περιλαμβάνονται αποκλειστικά θεωρητικά μαθήματα ενώ στον Κύκλο/Τομέα 3 περιλαμβάνονται θεωρητικά, πρακτικά ή και μικτά μαθήματα.

Θεωρητικά χαρακτηρίζονται τα μαθήματα των οποίων η διδασκαλία πραγματοποιείται από έναν εκπαιδευτή, μόνο σε αίθουσες διδασκαλίας 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 στους αντίστοιχους προπονητικούς χώρους.

3. ΕΠΟΠΤΕΥΟΜΕΝΗ Ή ΚΑΘΟΔΗΓΟΥΜΕΝΗ ΠΡΑΚΤΙΚΗ ΑΣΚΗΣΗ

Η εποπτευόμενη ή καθοδηγούμενη πρακτική άσκηση είναι υποχρεωτική, πραγματοποιείται σε πενήντα (50) ώρες και περιλαμβάνει:

α) Παρακολούθηση αγώνων της ομοσπονδίας ή με την άδεια αυτής, οποιασδήποτε κατηγορίας, τούτο πιστοποιημένο από την διοργανώτρια αρχή με σαφή αναφορά στις ώρες παρακολούθησης.

β) Παρακολούθηση ή συμμετοχή σε προπονήσεις Εθνικών ή προεθνικών 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.

Η εποπτευόμενη ή καθοδηγούμενη πρακτική άσκηση δεν αποτελεί μέρος της εξεταστικής περιόδου και δεν συνυπολογίζεται στον βαθμό αξιολόγησης του υποψηφίου.

Περιεχόμενο Μαθημάτων - Διδακτικό Προσωπικό

- Χώροι υλοποίησης θεωρητικών και πρακτικών μαθημάτων

1. Κύκλος/Τομέας 1- Γενικών Μαθημάτων

Τίτλος	ΑΝΑΤΟΜΙΑ - (10 ώρες) ασύγχρονη διδασκαλία
Διδάσκων	ΤΣΙΓΓΑΝΟΣ ΓΙΩΡΓΟΣ ΛΕΚΤΟΡΑΣ ΣΕΦΑΑ
Περιεχόμενα	<ul style="list-style-type: none">• Εισαγωγή στην ανατομία – Αρθρώσεις• Οστά και αρθρώσεις, σπονδυλικής στήλης,• Οστά και αρθρώσεις άνω άκρου,• Οστά και αρθρώσεις κάτω άκρου,• Μυς σπονδυλικής στήλης,• Μυς κορμού,• Μυς άνω άκρου,• Μυς κάτω άκρου

2. Κύκλος/Τομέας 1- Γενικών Μαθημάτων

Τίτλος	ΦΥΣΙΟΛΟΓΙΑ - (10 ώρες) ασύγχρονη διδασκαλία
Διδάσκων	ΣΠΥΡΙΔΩΝ ΜΕΘΕΝΙΤΗΣ PhD ΜΕΤΑΠΤΥΧΙΑΚΟΣ ΥΠΟΤΡΟΦΟΣ ΙΑΤΡΙΚΗΣ
Περιεχόμενα	<ul style="list-style-type: none">• Εισαγωγή στο μάθημα της Φυσιολογίας και βασική φυσιολογία κυττάρου• Μεταφορά ουσιών δια μέσου της κυτταρικής μεμβράνης• Φυσιολογία Καρδιαγγειακού Συστήματος• Φυσιολογία Αναπνευστικού Συστήματος• Φυσιολογία Νευρικού Συστήματος I• Φυσιολογία Νευρικού Συστήματος II• Φυσιολογία Μυϊκού Ιστού I• Φυσιολογία Μυϊκού Ιστού II• Φυσιολογία Μυϊκών Ινών• Μηχανισμός Μυϊκής Σύσπασης

3. Κύκλος/Τομέας 2- Γενικών Μαθημάτων

Τίτλος	ΒΙΟΜΗΧΑΝΙΚΗ - (10 ώρες) ασύγχρονη διδασκαλία
Διδάσκων	Dr. ΠΙΓΚΟΣ ΓΕΩΡΓΙΟΣ – (Α) <i>Ειδικός Επιστήμονας των Αθλητικών κινήσεων</i>
Περιεχόμενα	<ul style="list-style-type: none">• Γενικές αρχές Βιοκινητικής / Μυοσκελετικό σύστημα, Ερειστικό σύστημα.<ul style="list-style-type: none">○ Κινητικά πλαίσια των μελών του σώματος, ονοματολογία○ κινήσεων, είδη αρθρώσεων, σύνδεσμοι, ευκαμψία άρθρωσης, εύρος κίνησης Άξονες και επίπεδα στο ανθρώπινο σώμα, Ανατομικοί Ορισμοί Κίνησης. Μηχανικός άξονας σκελετικού συστήματος• Είδη επιβαρύνσεων(Δυνάμεων, Συμπιεστικές Δυνάμεις, Ελκτικές -εφελκυστικές δυνάμεις, Στρεπτικές δυνάμεις, Αποσχιστικές δυνάμεις ή δυνάμεις διάτμησης<ul style="list-style-type: none">○ Μηχανικό μοντέλο του μυός (Βασικές αρχές).• Μορφολογικός και λειτουργικός διαχωρισμός των μυών (Βασικές αρχές).• Βασικές μηχανικές ιδιότητες των μυών• Κατηγοριοποίηση των μυών ανάλογα με την λειτουργία που επιτελούν. Σχέση γωνίας και απόδοσης της παραγόμενης μυϊκής δύναμης.<ul style="list-style-type: none">• Ελαστική ενέργεια : Δέσμευση κατά την προδιάταση και απόδοση• Είδη Μυϊκής λειτουργίας - Διαφοροποιήσεις (έργου εφαρμογών)

	<ul style="list-style-type: none"> • Μυϊκό σύστημα, Διαδικασία μυϊκής λειτουργίας • Μυϊκή δύναμη, Μυϊκή ισχύς, Μυϊκή αντοχή (Βασικές αρχές) • Δύναμη Αδράνειας, Ανάλυση Μοχλών, Είδη μοχλών • Δυνάμεις Ροπής, Συνθήκες Ισορροπίας σώματος • Κιναίσθηση και Κινηματικά ερεθίσματα. Ασκήσεις: Χώρου-Χρόνου • Η επίδραση της θερμοκρασίας στη μυϊκή λειτουργία. Ενεργητική αύξηση της μυϊκής θερμοκρασίας • Εφαρμογή της Βιοκινητικής Υποστήριξης στον Προπονητικό Σχεδιασμό του Προγράμματος Αναπτυξιακών Ηλικιών • Διαφοροποιήσεις στο μυϊκό σύστημα Αναπτυξιακών Ηλικιών. Διαφοροποίηση της μυϊκής απόδοσης ανάλογα με το φύλο • Επιλογή Ασκήσεων εφαρμογής με κριτήριο την μείωση τραυματισμού
--	--

4. Κύκλος/Τομέας 2- Γενικών Μαθημάτων

Τίτλος	ΜΕΘΟΔΟΛΟΓΙΑ ΑΘΛΗΤΙΚΗΣ ΕΡΕΥΝΑΣ – (10 ώρες) ασύγχρονη διδασκαλία
Διδάσκων	ΤΣΟΛΑΚΗΣ ΧΑΡΙΛΑΟΣ ΚΑΘΗΓΗΤΗΣ ΣΕΦΑΑ
Περιεχόμενα	<ul style="list-style-type: none"> • Εισαγωγή στη μεθοδολογία της έρευνας • Ανασκόπηση βιβλιογραφίας : σκοπός – χρησιμότητα – έλεγχος πηγών

	<ul style="list-style-type: none"> • Ανασκόπηση βιβλιογραφίας : μέθοδοι αναζήτησης πηγών – προβλήματα • Ερωτηματολόγιο : τρόπος κατασκευής και είδη ερωτήσεων • Ερωτηματολόγιο : χρησιμότητα και εφαρμογή στην προπονητική διαδικασία • Καταχώρηση ερευνητικών δεδομένων και τρόπος ανάλυσης και χρήσης τους • Βασικές αρχές συγγραφής μίας εργασίας. Μέρη & δομή της εργασίας • Επιλογή δείγματος, συλλογή και & καταγραφή δεδομένων
--	---

5. Κύκλος/Τομέας 2- Γενικών Μαθημάτων

Τίτλος	Γ Ε Ν Ι Κ Η Π Ρ Ο Π Ο Ν Η Τ Ι Κ Η – (15 ώρες) ασύγχρονη διδασκαλία
Διδάσκων	ΒΕΛΕΝΤΖΑ ΕΛΙΣΣΑΒΕΤ MSc Προπονήτρια στίβου
Περιεχόμενα	<ul style="list-style-type: none"> ▪ 1. Προπονητική ορολογία ▪ 2. Μέθοδοι προπόνησης ▪ 3. Παιδαγωγικές και αθλητικές αρχές της προπόνησης ▪ 4. Αρχές Περιοδισμού (Μέρος Α) ▪ 5. Αρχές Περιοδισμού (Μέρος Β) ▪ 6. Φυσική κατάσταση και προπόνηση (Μερος Α) ▪ 7. Φυσική κατάσταση και προπόνηση (Μερος Β) ▪ 8. Καθορισμός νομοτελειακών σχέσεων μεταξύ επιβάρυνσης και προσαρμογών ▪ 9. Παράγοντες αθλητικής απόδοσης

	<ul style="list-style-type: none"> ▪ 10. Προπόνηση νεαρών αθλητών ▪ 11. Προγραμματισμός της αθλητικής προπόνησης ▪ 12. Γονίδια, προπονητικές προσαρμογές και απόδοση ▪ 13. «Ταλέντο»- Μακροπρόθεσμη προπονησιακή ανάπτυξη και εξέλιξη ▪ 14. Συστήματα επιλογής και ανάπτυξης αθλητικών ταλέντων ▪ 15. Δημιουργία προφίλ αγωνισμάτων και αθλημάτων
--	---

6. Κύκλος/Τομέας 2- Γενικών Μαθημάτων

Τίτλος	ΟΡΓΑΝΩΣΗ & ΔΙΟΙΚΗΣΗ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ – (10 ώρες) ασύγχρονη διδασκαλία
Διδάσκων	ΜΑΝΑΣΗΣ ΒΑΣΙΛΗΣ ΔΕΠ ΣΕΦΑΑ ΑΘΗΝΩΝ
Περιεχόμενα	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Αθλητικές Υπηρεσίες & Προϊόντα ▪ Αρχές Οργάνωσης & Διοίκησης Αθλητισμού ▪ Αθλητικό Μάρκετινγκ ▪ Η Χορηγία στον Αθλητισμό ▪ Περιβάλλον Διοίκησης και Διαχείρισης Αθλητικών Οργανισμών & Σωματείων

Τίτλος	ΑΘΛΗΤΙΚΗ ΠΑΙΔΑΓΩΓΙΚΗ – (10 ώρες) ασύγχρονη διδασκαλία
Διδάσκων	ΒΕΛΕΝΤΖΑ ΕΛΙΣΣΑΒΕΤ MSc
Περιεχόμενα	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Η παιδαγωγική της φυσικής αγωγής (Φ.Α.) και του

	<p>αθλητισμού: οι έννοιες της αγωγής, της εκπαίδευσης, της μάθησης και της μόρφωσης</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Η παιδαγωγική της φυσικής αγωγής (Φ.Α.) και του αθλητισμού: οι έννοιες της αγωγής, της εκπαίδευσης, της μάθησης και της μόρφωσης ▪ Παιδαγωγική αξία της γνώσης των νόμων της σωματικής ανάπτυξης ▪ Παιδαγωγική αξία της γνώσης των νόμων της κινητικής ανάπτυξης ▪ Παιδαγωγικές και αθλητικές αρχές της προπόνησης ▪ Μέρος Α - Μείωση ανεπιθύμητων συμπεριφορών και αύξηση της υπευθυνότητας ▪ Μείωση ανεπιθύμητων συμπεριφορών και αύξηση της υπευθυνότητας ▪ Μέρος Α - Στυλ Διδασκαλίας ▪ Μέρος Β - Στυλ Διδασκαλίας ▪ Δασκαλος = Προπονητης ▪ Ανατροφοδοτηση ▪ Μέθοδοι Διδασκαλίας κινητικών δεξιοτήτων ▪ Μέθοδοι αγωγής προς «Διά Βίου Άσκηση για την Υγεία» ▪ Αγώνας, απόδοση και πρωταθλητισμός στις μικρές ηλικίες από παιδαγωγική άποψη ▪ Σχεδιασμός και Προγραμματισμός στην Φυσική Αγωγή
--	---

7. Κύκλος/Τομέας 2- Γενικών Μαθημάτων

Τίτλος	ΚΙΝΗΤΙΚΗ ΜΑΘΗΣΗ- (10 ώρες) ασύγχρονη διδασκαλία
Διδάσκων	Νεκτάριος Σταύρου Αναπληρωτής Καθηγητής Αθλητικής Ψυχολογίας & Κινητικής Συμπεριφοράς, Σχολή Επιστήμης Φυσικής Αγωγής & Αθλητισμού, Εθνικό & Καποδιστριακό Πανεπιστήμιο Αθηνών

Περιεχόμενα	<ul style="list-style-type: none"> • Εισαγωγή στην κινητική συμπεριφορά: Έννοιες και εφαρμογές
	<ul style="list-style-type: none"> • Κινητικός έλεγχος – Κινητική μάθηση
	<ul style="list-style-type: none"> • Βασικές θεωρητικές προσεγγίσεις στην κινητική συμπεριφορά
	<ul style="list-style-type: none"> • Έρευνα & κινητική συμπεριφορά (ερευνητικές προσεγγίσεις, μέθοδοι έρευνας)
	<ul style="list-style-type: none"> • Κινητικές δεξιότητες (είδη – ταξινόμηση κινητικών δεξιοτήτων, γενική – ειδική κινητική ικανότητα)
	<ul style="list-style-type: none"> • Νευρικό σύστημα και κινητική συμπεριφορά
	<ul style="list-style-type: none"> • Μνήμη και κινητική συμπεριφορά
	<ul style="list-style-type: none"> • Αντίληψη – προσοχή
	<ul style="list-style-type: none"> • Ο ρόλος της προσοχής στην κινητική απόδοση
	<ul style="list-style-type: none"> • Ανατροφοδότηση: Είδη ανατροφοδότησης – Η σημασία της ανατροφοδότησης στην αθλητική απόδοση

Τίτλος	<p style="text-align: center;">ΑΘΛΗΤΙΚΗ ΨΥΧΟΛΟΓΙΑ – (15 ώρες) ασύγχρονη διδασκαλία</p>
Διδάσκων	<p style="text-align: center;">ΦΡΟΣΩ ΠΑΤΣΟΥ PhD ΑΘΛΗΤΙΚΉ ΨΥΧΟΛΟΓΟΣ</p>
Περιεχόμενα	<ul style="list-style-type: none"> • Εισαγωγή στην Αθλητική Ψυχολογία . • Η ερμηνεία της αθλητικής συμπεριφοράς: η παρακίνηση των αθλητών και η τεχνική αποτελεσματικής στοχοθέτησης • Ψυχοκοινωνικά χαρακτηριστικά αθλητών 8-14 ετών • Η αποτελεσματική άσκηση ηγεσίας από τον

	<p>προπονητή</p> <ul style="list-style-type: none"> • Η ανάπτυξη της αυτοπεποίθησης των αθλητών
--	--

8. Κύκλος/Τομέας 1- Γενικών Μαθημάτων

Τίτλος	ΦΥΣΙΚΟΘΕΡΑΠΕΙΑ – (15 ώρες) ασύγχρονη διδασκαλία
Διδάσκων	ΤΣΙΓΚΑΝΟΣ ΧΡΗΣΤΟΣ PhD
Περιεχόμενα	<ul style="list-style-type: none"> • Αποκατάσταση και άμεση αντιμετώπιση τραυματισμών • Διάστρεμμα • Χιαστός σύνδεσμος, • μηνίσκος, • τραυματισμοί ώμου, • χόνδροι , • τένοντες

9. Κύκλος/Τομέας 1- Γενικών Μαθημάτων

Τίτλος	ΕΡΓΟΦΥΣΙΟΛΟΓΙΑ – (10 ώρες) ασύγχρονη διδασκαλία
Διδάσκων	ΣΠΥΡΙΔΩΝ ΜΕΘΕΝΙΤΗΣ PhD Μεταπτυχιακός Υπότροφος Ιατρικής
Περιεχόμενα	<p>Εισαγωγή στην επιστήμη της άσκησης – Η άσκηση ως ερέθισμα</p> <ul style="list-style-type: none"> • Μεταβολισμός κατά την άσκηση • Βασική εργοφυσιολογία καρδιαγγειακού συστήματος • Βασική εργοφυσιολογία αναπνευστικού συστήματος • Βασική εργοφυσιολογία νευρικού συστήματος

	<ul style="list-style-type: none"> • Βασική εργοφυσιολογία μυϊκού συστήματος • Μηχανισμός εμφάνισης γενικών φυσιολογικών προσαρμογών • Βασικές προπονητικές προσαρμογές στον μεταβολισμό • Βασικές προπονητικές προσαρμογές στο καρδιοαναπνευστικό σύστημα • Βασικές προπονητικές προσαρμογές στο νευρομυϊκό σύστημα
--	---

10. Κύκλος/Τομέας 3-Μαθήματα Ειδίκευσης

Τίτλος	ΕΙΔΙΚΑ ΘΕΜΑΤΑ (ΑΝΤΙΝΤΟΠΙΝΓΚ) - ασύγχρονη διδασκαλία (5 ώρες)
Διδάσκοντες	ΠΑΠΟΥΛΙΑΣ ΧΡΗΣΤΟΣ ΓΓΑ
Περιεχόμενα	<ul style="list-style-type: none"> • Ο Παγκόσμιος Κώδικας Αντιντόπινγκ • Διαδικασίες Εναρμόνισης • Τα Διεθνή Πρότυπα • Ο κατάλογος Απαγορευμένων Ουσιών και Μεθόδων • Πολιτικές πρόληψης και επιμόρφωσης • Κανονιστικό πλαίσιο, κατευθυντήριες γραμμές και πρωτόκολλα • Σύστημα εντοπισμού αθλητών • Διαδικασίες ελέγχων • Βιολογικό διαβατήριο αθλητή • Προστασία προσωπικών δεδομένων • Κατ' εξαίρεση χρήση απαγορευμένων ουσιών και μεθόδων
	<ul style="list-style-type: none"> • ΕΙΔΙΚΑ ΘΕΜΑΤΑ (ΠΑΡΑΒΙΑΣΗ ΔΙΚΑΙΩΜΑΤΩΝ ΠΑΙΔΙΟΥ ΚΑΙ ΠΛΑΙΣΙΟ ΠΑΙΔΙΚΗΣ ΠΡΟΣΤΑΣΙΑΣ) ασύγχρονη διδασκαλία (5 ώρες)

Διδάσκοντες	ΜΟΥΡΑΤΙΔΟΥ ΚΑΤΕΡΙΝΑ (ΓΓΑ)
Περιεχόμενα	<ul style="list-style-type: none"> • Τα ανθρώπινα δικαιώματα και τα δικαιώματα του παιδιού • Παρουσίαση θεσμικού πλαισίου και μηχανισμών για την παιδική προστασία • Κατανόηση και εφαρμογή των δικαιωμάτων του παιδιού
	<ul style="list-style-type: none"> • ΕΙΔΙΚΑ ΘΕΜΑΤΑ (ΗΘΙΚΗ ΚΑΙ ΑΚΕΡΑΙΟΤΗΤΑ ΣΤΟΝ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟ) - ασύγχρονη διδασκαλία (5 ώρες)
Διδάσκοντες	ΜΟΥΡΑΤΙΔΟΥ ΚΑΤΕΡΙΝΑ (ΓΓΑ)
Περιεχόμενα	<ul style="list-style-type: none"> • Ηθική ικανότητα και αθλητισμός • Οι έννοιες των «fair play» και «sportspersonship» • Παράμετροι που επηρεάζουν την ηθική στον αθλητισμό. Επιχειρήματα και προτάσεις για να «χτίσουμε» τον χαρακτήρα στα πλαίσια του αθλητισμού

11. Κύκλος/Τομέας 3-Μαθήματα Ειδίκευσης

Τίτλος	ΜΕΘΟΔΟΛΟΓΙΑ ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑΣ- (10 ώρες) δια ζώσης
Διδάσκων	ΙΩΑΝΝΗΣ ΤΑΣΙΟΠΟΥΛΟΣ
Περιεχόμενα	<ul style="list-style-type: none"> • Η ιστορία της Πυγμαχίας και φυσιολογία της Πυγμαχίας • Διαδικασία διδασκαλίας και χαρακτηριστικά μάθησης • Μέθοδοι διδασκαλίας κινητικών δεξιοτήτων και φάσεις μεθοδολογίας διδασκαλίας αρχαρίου

	<ul style="list-style-type: none"> • Ηλικία εκμάθησης και προπόνησης της πυγμαχίας, Μοντέλο μακροχρόνιας ανάπτυξης • Τρόποι και σειρά εκμάθησης τεχνικών και μεθοδολογία προπόνησης • Μεθοδολογία εκμάθησης μαχητικής στάσης, βήματα-μετακινήσεις, μαχητικές αποστάσεις • Μεθοδολογία εκμάθησης γροθιάς (Βιομηχανική ανάλυση και τεχνική εκμάθηση της ευθείας γροθιάς) • Τεχνική εκμάθηση της πλάγιας γροθιάς και του άπερκατ • Μεθοδολογία εκμάθησης άμυνας, συνδυασμών, αντεπιθέσεις • Τακτική και αξιολόγηση τεχνικής κατάρτισης, φυσικής κατάστασης, προπόνησης και αγώνα
--	--

12. Κύκλος/Τομέας 3-Μαθήματα Ειδίκευσης

Τίτλος	ΤΕΧΝΙΚΗ ΑΝΑΛΥΣΗ - (25 ώρες) δια ζώσης
Διδάσκοντες	ΓΚΑΒΕΖΟΣ ΓΕΩΡΓΙΟΣ
Περιεχόμενα	<p>ΘΕΜΑΤΑ ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑΣ:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) ΤΕΧΝΙΚΗ (ΣΗΜΑΣΙΑ – ΡΟΛΟΣ) 2) Η ΟΛΟΚΛΗΡΩΜΕΝΗ ΣΤΑΣΗ ΤΟΥ ΠΥΓΜΑΧΟΥ <ol style="list-style-type: none"> α) Η στάση του κάτω μέρους του σώματος β) Η στάση του επάνω μέρους του σώματος 3) ΕΞΑΣΚΗΣΗ ΤΗΣ ΣΤΑΣΗΣ ΤΟΥ ΚΑΤΩ ΚΑΙ ΤΟΥ ΕΠΑΝΩ ΜΕΡΟΣ ΤΟΥ ΣΩΜΑΤΟΣ ΟΛΟΚΛΗΡΩΜΕΝΑ – ΚΑΤΑ ΤΟΝ ΤΡΟΠΟ ΕΝΙΑΙΟ 4) ΠΥΓΜΗ (εντός και εκτός του γαντιού) <p>3) ΣΤΟΧΟΣ</p>

	<p>α) Επιτρεπτές περιοχές του σώματος</p> <p>β) Ευαίσθητα σημεία του σώματος</p> <p>4) ΕΠΙΘΕΤΙΚΕΣ ΚΑΙ ΑΜΥΝΤΙΚΕΣ ΚΙΝΗΣΕΙΣ</p> <p>5) ΕΙΔΗ ΚΤΥΠΗΜΑΤΩΝ</p> <p>6) Η ΕΞΑΣΚΗΣΗ ΤΩΝ ΚΤΥΠΗΜΑΤΩΝ</p> <p>7) ΟΙ ΑΠΟΣΤΑΣΕΙΣ</p> <p>8) ΣΥΝΔΥΑΣΜΟΣ ΚΤΥΠΗΜΑΤΩΝ</p> <p>9) Η ΑΜΥΝΑ – ΚΑΛΥΨΗ ΤΟΥ ΠΥΓΜΑΧΟΥ (ΣΗΜΑΣΙΑ – ΡΟΛΟΣ)</p> <p>α) Η άμυνα χωρίς επαφή – ενεργητική άμυνα</p> <p>β) Άμυνα με επαφή – παθητική άμυνα</p> <p>10) ΑΝΤΙΚΤΥΠΗΜΑΤΑ (ΚΟΝΤΡΑ ΚΤΥΠΗΜΑΤΑ)</p> <p>11) ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΠΡΟΠΟΝΗΣΗΣ (ΠΡΟΠΟΝΗΤΙΚΗ ΜΟΝΑΔΑ)</p> <p>12) ΠΡΟΠΟΝΗΤΙΚΕΣ ΣΥΝΑΝΤΗΣΕΙΣ</p> <p>α) Συνάντηση υπό όρους</p> <p>β) Ανοικτή συνάντηση</p> <p>γ) Προπόνηση με ζευγάρια</p> <p>13) ΑΣΦΑΛΕΙΑ – ΜΕΣΑ ΠΡΟΣΤΑΣΙΑΣ</p> <p>14) ΕΚΓΥΜΝΑΣΗ ΠΥΓΜΑΧΩΝ ΜΕ ΓΕΝΙΚΕΣ ΑΣΚΗΣΕΙΣ ΚΑΙ ΠΑΙΧΝΙΔΙΑ</p> <p>15) ΠΡΟΠΟΝΗΣΗ ΕΝΔΥΝΑΜΩΣΗΣ</p> <p>16) ΑΘΛΗΤΙΚΗ ΧΩΡΟΙ – ΜΕΣΑ ΕΞΑΣΚΗΣΗΣ ΚΑΙ ΠΡΟΠΟΝΗΣΗΣ ΣΤΗΝ ΠΥΓΜΑΧΙΑ</p>
--	---

13. Κύκλος/Τομέας 3-Μαθήματα Ειδίκευσης

Τίτλος	ΚΑΝΟΝΙΣΜΟΙ- (10 ώρες) δια ζώσης
---------------	--

Διδάσκων	ΑΕΡΑΚΗΣ ΜΙΧΑΗΛ
Περιεχόμενα	<ul style="list-style-type: none"> • ΚΑΝΟΝΕΣ ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗΣ ΑΓΩΝΑ • 1. ΟΔΗΓΙΕΣ ΔΙΑΓΩΝΙΣΜΟΥ ΙΒΑ • 2. ΤΑΞΙΝΟΜΗΣΗ . • 3. ΔΙΑΡΚΕΙΑ ΚΑΙ ΑΡΙΘΜΟΣ ΓΥΡΩΝ • 4. ΕΠΙΛΕΞΙΜΟΤΗΤΑ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ ΚΑΙ ΑΘΛΗΤΩΝ • 5. ΕΓΓΡΑΦΗ ΔΙΑΓΩΝΙΣΜΟΥ. • 6. ΕΛΕΓΧΟΣ ΑΘΛΗΤΙΚΩΝ ΣΥΜΜΕΤΟΧΩΝ. • 7. ΕΠΙΣΗΜΗ ΚΛΗΡΩΣΗ. • 8. ΔΙΑΔΙΚΑΣΙΑ ΣΠΟΡΕΥΣΗΣ • 9. ΚΛΗΡΩΣΗ ΕΠΙΤΡΟΠΟΥ ΠΡΩΤΟΚΟΛΛΟΥ. • 10. ΙΑΤΡΙΚΗ ΕΞΕΤΑΣΗ ΑΘΛΗΤΩΝ • 11. ΚΑΘΗΜΕΡΙΝΗ ΖΥΓΙΣΗ. • 12. ΑΓΩΝΙΚΟΣ ΧΩΡΟΣ (ΦΟΠ). • 13. ΙΒΑ ΑΝΤΙΝΤΟΠΙΝΓΚ ΚΑΙ ΙΑΤΡΙΚΟΙ ΚΑΝΟΝΕΣ. • 14. ΥΠΑΛΛΗΛΟΙ ΟΜΑΔΩΝ . • 15. ΠΑΓΚΟΣΜΙΑ ΚΑΤΑΤΑΞΗ ΙΒΑ • 16. ΠΡΩΤΟΚΟΛΛΟ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΟΣ. • 17. ΒΑΣΗ ΔΕΔΟΜΕΝΩΝ ΙΒΑ • ΚΑΝΟΝΕΣ ΒΑΘΜΟΛΟΓΙΑΣ . • 18. ΣΥΣΤΗΜΑ ΒΑΘΜΟΛΟΓΙΑΣ ΙΒΑ . • 19. ΑΠΟΦΑΣΕΙΣ . • 20. ΣΧΕΤΙΚΑ ΜΕ ΤΗΝ ΑΝΑΚΟΙΝΩΣΗ 22. • 21. ΦΑΟΥΛ. • 22. ΧΑΜΗΛΟ ΚΤΥΠΗΜΑ • 23. ΠΡΟΣΟΧΗ, ΠΡΟΕΙΔΟΠΟΙΗΣΗ, ΑΠΟΚΛΕΙΣΜΟΣ. • 24. ΝΟΚΝΤΑΟΥΝ. • 25. ΕΠΙΛΕΞΙΜΟΤΗΤΑ ΥΠΑΛΛΗΛΩΝ ΔΙΑΓΩΝΙΣΜΟΥ

- 26. ΤΕΧΝΙΚΟΣ ΑΝΤΙΠΡΟΣΩΠΟΣ
- 27. ΔΙΕΘΝΕΙΣ ΤΕΧΝΙΚΟΙ ΥΠΑΛΛΗΛΟΙ (ΙΤΟ)
- 28. ΑΝΑΠΛΗΡΩΜΑΤΙΚΟΣ ΤΕΧΝΙΚΟΣ ΑΝΤΙΠΡΟΣΩΠΟΣ.
- 29. ΔΙΑΙΤΗΤΗΣ ΚΑΙ ΚΡΙΤΗΣ ΑΞΙΟΛΟΓΗΣ.
- 30. ΓΙΑΤΡΟΙ ΣΤΟ ΡΙΝΓΚ.
- 31. ΤΕΧΝΙΚΟΣ ΚΟΠΗΣ ΙΒΑ.
- 32. ΔΙΕΥΘΥΝΤΗΣ ΕΞΟΠΛΙΣΜΟΥ .
- 33. ΣΥΝΤΟΝΙΣΤΗΣ ΔΙΑΙΤΗΤΗΣ ΚΑΙ ΚΡΙΤΗΣ .
- 34. ΕΠΙΤΡΟΠΟΣ ΚΛΗΡΩΣΗΣ.
- 35. ΠΑΡΑΤΗΡΗΤΗΣ.
- 36. ΕΘΝΙΚΟΙ ΤΕΧΝΙΚΟΙ ΥΠΑΛΛΗΛΟΙ.
- 37. ΧΡΟΝΟΜΕΤΡΟΣ ΚΑΙ ΧΕΙΡΙΣΤΗΣ ΓΚΟΝΓΚ.
- 38. ΑΓΩΝΙΣΤΗΣ
- 39. ΔΙΑΙΤΗΤΕΣ ΚΑΙ ΚΡΙΤΕΣ.
- 40. ΔΙΕΥΘΥΝΤΗΣ ΔΙΑΓΩΝΙΣΜΟΥ ΛΟΚ.
- ΚΑΝΟΝΕΣ ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΟΥ ΕΞΟΠΛΙΣΜΟΥ ΚΑΙ ΣΤΟΛΩΝ .
- 41. ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΟΣ ΕΞΟΠΛΙΣΜΟΣ .
- 42. ΡΙΝΓΚ
- 43. ΑΞΕΣΟΥΑΡ ΡΙΝΓΚ.
- 44. ΓΑΝΤΙΑ.
- 45. ΠΡΟΣΤΑΤΕΥΤΙΚΟ ΚΕΦΑΛΗΣ (ΚΑΣΚΑ)
- 46. ΕΠΙΔΕΣΜΟΙ, ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΚΕΣ ΠΕΡΙΒΙΛΙΕΣ, ΕΠΑΝΑΧΡΗΣΙΜΟΠΟΙΗΜΕΝΑ ΚΑΙ
- ΑΛΛΟΣ ΕΞΟΠΛΙΣΜΟΣ
- 47. ΑΙΣΘΗΤΗΡΕΣ ΠΥΓΜΑΧΙΑΣ.
- 48. ΣΤΟΛΗ ΚΑΙ ΕΞΟΠΛΙΣΜΟΣ ΑΓΩΝΙΣΤΩΝ ΑΘΛΗΤΩΝ.
- 49. ΣΤΟΛΗ ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΟΥ ΕΠΙΣΗΜΟΥ .

14. Κύκλος/Τομέας 3-Μαθήματα Ειδίκευσης

Τίτλος	ΠΡΟΠΟΝΗΤΙΚΗ ΕΞΑΣΚΗΣΗ - (70 ώρες) δια ζώσης
Διδάσκοντες	ΓΡΗΓΟΡΕΑΣ ΙΩΑΝΝΗΣ (60 ώρες) Γκαβέζος Γεώργιος (10 ώρες)
Περιεχόμενα	<ul style="list-style-type: none">- Περιεχόμενα Διδακτέα ύλη πυγμαχίας .- Πρόλογος- Μικρή ιστορική αναφορά 1-2- Κανόνες (αναφορά)3-4- Κύριες βασικές αρχές της διδασκαλίας 5-6- Αρχές εκπαίδευσης πυγμάχων 7-8- Βήματα προπονητή για την διαφύλαξη υγείας των αθλητών 8-9- Μέθοδοι διδασκαλίας τεχνικής 10-14- Τεχνική της πυγμαχίας (αριστερό και δεξί ντιρέκτ , κροσέ και άμυνες αυτών, αντί χτυπήματα.) 16-32- Συνδυασμοί από διάφορα χτυπήματα και άμυνες όλων των χτυπημάτων 33-45- Τακτική πυγμαχίας 46-54- Τακτικές ενέργειες 55-58- Τακτικές μορφές αγώνα 59-61- Γενική σωματική προετοιμασία (αναφορά) 62-63- Ειδική σωματική προετοιμασία (αναφορά) 64-65

15. Κύκλος/Τομέας 3-Μαθήματα Ειδίκευσης

Τίτλος	Ε Ι Δ Ι Κ Η ΠΡΟΠΟΝΗΤΙΚΗ – (15 ώρες) δια ζώσης
Διδάσκοντες	ΙΩΑΝΝΗΣ ΤΑΣΙΟΠΟΥΛΟΣ
Περιεχόμενα	<ul style="list-style-type: none">- Φυσιολογικά χαρακτηριστικά της πυγμαχίας και αξιολόγηση παραμέτρων φυσικής κατάστασης ανά ηλικία (2 ώρες)- Προγραμματισμός και περιοδικότητα προπόνησης ανά ηλικία (2 ώρες)- Ειδική προπόνηση της αερόβιας ικανότητας (2 ώρες)- Ειδική προπόνηση της αναερόβιας ικανότητας (2 ώρες)- Ειδική προπόνηση για τη δύναμη της γροθιάς (2 ώρες)- Ειδική προπόνηση της ταχύτητας (2 ώρες)- Ειδική προπόνηση της ευκινησίας, κινητικότητας και επιδεξιότητας (2 ώρες)- Ειδική προετοιμασία αθλητή για αγώνα (1 ώρα)
Τίτλος	Ε Ι Δ Ι Κ Α ΘΕΜΑΤΑ – (20 ώρες) δια ζώσης

Διδάσκοντες	ΜΠΑΚΙΡΤΖΗΣ ΔΗΜΗΤΡΙΟΣ ΙΑΤΡΟΣ
Περιεχόμενα	<ul style="list-style-type: none"> 1) Διαχείριση γωνίας 2) Διαχείριση τραύματος 3) Αιμοστατικές ουσίες 4) Κρανιοεγκεφαλικές κακώσεις 5) Γύρισμα γλώσσας 6) Ορθοπεδικές κακώσεις

Ημερήσιο και Ωρολόγιο Πρόγραμμα

	ΣΕΠΤΕΜ ΒΡΙΟΣ	ΟΚΤΩΒΡ ΙΟΣ	ΝΟΕΜΒΡ ΙΟΣ	ΔΕΚΕΜ ΒΡΙΟΣ	ΙΑΝΟΥΑ ΡΙΟΣ			
ΑΝΑΤΟΜΙΑ		2-8/10						
ΦΥΣΙΟΛΟΓΙΑ		9-15/10						
ΕΡΓΟΦΥΣΙΟΛΟΓΙΑ		16-22/10						
ΦΥΣΙΚΟΘΕΡΑΠΕΙΑ		23-29/10						
ΒΙΟΜΗΧΑΝΙΚΗ		30/10- 5/11						
ΚΙΝ. ΜΑΘΗΣΗ			6-12/11					
ΟΡΓ. & ΔΙΟΙΚ. ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ				27/11- 3/12				
ΑΘΛΗΤΙΚΗ ΨΥΧΟΛΟΓΙΑ				4-10/12				
ΜΕΘΟΔΟΛΟΓΙΑ ΕΡΕΥΝΑΣ	25/9-1/10							
ΓΕΝΙΚΗ ΠΡΟΠΟΝΗΤΙΚΗ			13-29/11					
ΕΔΙΚΗ ΠΡΟΠΟΝΗΤΙΚΗ – ΒΑΣΙΚΕΣ ΑΡΧΕΣ				16-17/12 15 ώρες				

ΤΕΧΝΙΚΗ ΑΝΑΛΥΣΗ				22-23-24/12 25 ώρες				
ΜΕΘΟΔΟΛΟΓΙΑ ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑΣ		21-22/10 10 ώρες						
ΚΑΝΟΝΙΣΜΟΙ	23-24/9 10 ώρες							
ΠΡΟΠΟΝΗΤΙΚΗ ΕΞΑΣΚΗΣΗ			4-5/11, 11-12/11, 25-26/11 48 ώρες	1,2,3/12 22 ώρες				
ΕΙΔΙΚΑ ΘΕΜΑΤΑ			18-19-25/11 20 ώρες					
ΗΘΙΚΗ ΚΑΙ ΑΚΕΡΑΙΟΤΗΤΑ ΑΝΤΙΤΟΠΙΝΓΚ			13-19/11					
ΠΑΡΑΒΙΑΣΗ ΔΙΚΑΙΩΜΑΤΩΝ			20-26/11					

1. Χώροι Υλοποίησης Μαθημάτων

Αθήνα :

1. Έναρξη σχολής

Δια ζώσης 23-24/9/2023 , ώρα έναρξης 9πμ.

2. Θεωρητικά μαθήματα για την Πυγμαχία

- **Ασύγχρονη διδασκαλία**

3. Πρακτικά μαθήματα για τη Πυγμαχία

Στις εγκαταστάσεις του πανελλήνιου γυμναστικού συλλόγου.

-

A. Διάρκεια Διδασκαλίας

➤ **Εξ' αποστάσεως Εκπαίδευση (e-Learning)**

Το διδακτικό έργο περιλαμβάνει την **εξ' αποστάσεως εκπαίδευση**. Το περιεχόμενο της εκπαιδευτικής ύλης είναι σε μορφή πολυμέσων, δηλαδή όχι μόνο κείμενο, αλλά παρουσιάζεται και με μορφή ήχου, βίντεο και άλλων μέσων αλληλεπίδρασης, προκειμένου να ελεγχθεί και να αξιολογηθεί η μελέτη, η απόδοση και ο βαθμός αφομοίωσης των γνώσεων των εκπαιδευομένων.

➤ **Εφαρμογή**

Γ. Επαρκής Παρακολούθηση

Η επιτυχής παρακολούθηση συνίσταται: (α) στην παρακολούθηση μαθημάτων (παρουσίες), (β) στις γραπτές εξετάσεις στα διδασκόμενα μαθήματα η/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).

Οι ώρες των εξετάσεων δεν υπολογίζονται στις διδακτικές ώρες.

Το περιεχόμενο του κάθε μαθήματος για κάθε επίπεδο αναρτάται στην ιστοσελίδα της ΓΓΑ.

Πτυχιούχοι ΤΕΦΑΑ, μπορούν να «μεταφέρουν» τις παρακολουθήσεις των γνωστικών αντικειμένων που έχουν διδαχθεί στα υποχρεωτικά μαθήματα των κύκλων 1 και 2 με τους αντίστοιχους βαθμούς.

Η εποπτευόμενη ή καθοδηγούμενη πρακτική άσκηση (100 ώρες) πιστοποιείται με την διαδικασία την οποία ορίζει με απόφαση της η Επιτροπή Διοίκησης όπου καθορίζονται οι όροι και οι προϋποθέσεις επιτυχούς άσκησης.

Ειδικότερα, το πιστοποιημένο προπονητικό έργο περιλαμβάνει: α) την εποπτεία, β) παρακολούθηση και γ) πιστοποίηση από τον Διευθυντή της σχολής ή το διδακτικό προσωπικό των μαθημάτων ειδίκευσης ή προπονητές Α και Β κατηγορίας που ορίζονται με απόφαση της Επιτροπής Διοίκησης, του παρεχόμενου από τον

εκπαιδευόμενο προπονητικού έργου (ως προπονητής ή εκπαιδευόμενος προπονητής).

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 επόμενη της λήξης της διδασκαλίας των μαθημάτων με σκοπό να συμμετέχουν όσοι δικαιούνται στις τελικές εξετάσεις.

Εάν ο υποψήφιος κατά τη διάρκεια της Σχολής συμπληρώσει μεγαλύτερο αριθμό απουσιών από τα προβλεπόμενα τότε με απόφαση του Δ/ντη της Σχολής διακόπτεται η παρακολούθηση του.

Ο υποψήφιος δεν έχει δικαίωμα προσέλευσης στις τελικές εξετάσεις εφόσον η παρακολούθηση του χαρακτηρίστηκε ως 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 σ' όλη τη διδακτέα ύλη (θεωρητική και πρακτική) που προβλέπεται από το αναλυτικό πρόγραμμα.
2. Οι εξετάσεις θα πραγματοποιηθούν εντός του πρώτου εικοσαήμερου (ενδεικτικά) μετά τη λήξη των μαθημάτων της Σχολής.
3. Τη γενική ευθύνη της εύρυθμης διεξαγωγής των εξετάσεων της Σχολής έχει ο Δ/ντής 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 καμία 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 ορίζει.
7. Αν ο υποψήφιος αποτύχει σε μάθημα ή μαθήματα κατά την εξεταστική περίοδο γίνεται επανεξέταση και η επαναληπτική εξεταστική περίοδο 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 (α) την αξιολόγηση συμμετοχής σε εργασίες προόδου (ατομικές ή ομαδικές, προαιρετικές ή υποχρεωτικές) (β) 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 (ΝΑΙ/ΟΧΙ)	ΠΡΑΚΤΙΚΕΣ ΕΞΕΤΑΣΕΙΣ / ΠΡΟΦΟΡΙΚΕΣ ΕΞΕΤΑΣΕΙΣ
ΑΝΑΤΟΜΙΑ		100%		
ΦΥΣΙΟΛΟΓΙΑ		100%		
ΕΡΓΟΦΥΣΙΟΛΟΓΙΑ		100%		
ΦΥΣΙΚΟΘΕΡΑΠΕΙΑ		100%		
ΒΙΟΜΗΧΑΝΙΚΗ		100%		
ΑΘΛΗΤΙΚΗ ΠΑΙΔΑΓΩΓΙΚΗ		100%		

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

ΜΑΘΗΜΑΤΑ	ΓΡΑΠΤΕΣ ΕΞΕΤΑΣΕΙΣ	ΤΕΣΤ ΠΟΛΛΑΠΛΩΝ ΑΠΑΝΤΗΣΕΩΝ	ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ ΕΡΓΑΣΙΩΝ	ΠΡΑΚΤΙΚΕΣ ΕΞΕΤΑΣΕΙΣ / ΠΡΟΦΟΡΙΚΕΣ ΕΞΕΤΑΣΕΙΣ
ΓΕΝΙΚΗ ΠΡΟΠΟΝΗΤΙΚΗ		100%		
ΤΕΧΝΙΚΗ ΑΝΑΛΥΣΗ				100%
ΕΙΔΙΚΗ ΠΡΟΠΟΝΗΤΙΚΗ		100%		
ΜΕΘΟΔΟΛΟΓΙΑ ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑΣ		50%		50%
ΕΙΔΙΚΑ ΘΕΜΑΤΑ		100%		
ΠΡΟΠΟΝΗΤΙΚΗ ΕΞΑΣΚΗΣΗ				100%
ΚΑΝΟΝΙΣΜΟΙ		100%		

Χορήγηση Διπλώματος Προπονητή Γ΄κατηγορίας

1. Δίπλωμα της Σχολής Προπονητών Ξιφασκίας 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.