

ΓΕΝΙΚΗ ΓΡΑΜΜΑΤΕΙΑ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ

ΕΝΙΑΙΑ ΣΧΟΛΗ ΠΡΟΠΟΝΗΤΩΝ ΚΑΛΑΘΟΣΦΑΙΡΙΣΗΣ Β' ΕΠΙΠΕΔΟΥ ΣΕ ΑΘΗΝΑ, ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗ, ΠΑΤΡΑ ΚΑΙ ΗΡΑΚΛΕΙΟ

2023-2024

ΟΔΗΓΟΣ ΣΠΟΥΔΩΝ



ΠΙΝΑΚΑΣ ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΩΝ

| | |
|---|----|
| 1. ΝΟΜΟΘΕΤΙΚΟ ΠΛΑΙΣΙΟ..... | 3 |
| 2. ΕΠΙΤΡΟΠΗ ΔΙΟΙΚΗΣΗΣ..... | 4 |
| 3. ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΣΠΟΥΔΩΝ..... | 5 |
| 4. ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΟ ΜΑΘΗΜΑΤΩΝ-ΔΙΔΑΚΤΙΚΟ ΠΡΟΣΩΠΙΚΟ..... | 8 |
| 5. ΕΝΔΕΙΚΤΙΚΟ ΩΡΟΛΟΓΙΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ..... | 22 |
| 6. ΕΞΕΤΑΣΕΙΣ..... | 24 |
| 7. ΧΟΡΗΓΗΣΗ ΔΙΠΛΩΜΑΤΟΣ..... | 27 |

1. ΝΟΜΟΘΕΤΙΚΟ ΠΛΑΙΣΙΟ

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 "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 καταβαλλόμενα ανταποδοτικά από κάθε υποψήφιο τετρακόσια ευρώ (400€) 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.»

2. ΕΠΙΤΡΟΠΗ ΔΙΟΙΚΗΣΗΣ

Η Σχολή Προπονητών Καλαθοσφαίρισης Β΄ Επιπέδου σύμφωνα με την Υπουργική Απόφαση (ΓΓΑ/357216/18-10-2023 ΦΕΚ 6157/Β/25-10-2023), διοικείται από πενταμελή επιτροπή που συγκροτείται από τους:

ΑΓΓΕΛΟΥ ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΣ, υπάλληλος Γ.Γ.Α., ως Πρόεδρος

ΣΤΕΛΛΑ ΜΑΡΙΝΑ, υπάλληλος της Γ.Γ.Α., ως μέλος

ΤΣΙΑΚΛΑ ΑΙΚΑΤΕΡΙΝΗ, υπάλληλος Γ.Γ.Α., ως μέλος

ΝΙΚΟΛΟΠΟΥΛΟΣ ΝΙΚΟΛΑΟΣ, Γενικός Γραμματέας της Ε.Ο.Κ. ως μέλος

ΗΛΙΑΔΗΣ ΣΩΚΡΑΤΗΣ, ταμίας Σ.Ε.Π.Κ., ως μέλος

Γραμματείς της Επιτροπής ορίζονται οι **ΜΠΕΜΠΕΛΗ ΔΗΜΗΤΡΑ** και **ΣΤΡΙΓΓΛΟΥ ΜΑΡΙΑ** υπάλληλοι της Γ.Γ.Α.

Διευθυντής της Ενιαίας Σχολής ορίζεται ο **ΜΠΟΛΑΤΟΓΛΟΥ ΘΕΟΔΩΡΟΣ**, Ph.D., Καθηγητής ΣΕΦΑΑ του ΕΚΠΑ στο γνωστικό αντικείμενο της Ειδικής Προπονησιολογίας της Καλαθοσφαίρισης και κάτοχος διπλώματος προπονητή Καλαθοσφαίρισης Α΄ επιπέδου. Έχει διατελέσει Ομοσπονδιακός Προπονητής

Ως Τεχνικοί Υπεύθυνοι της Σχολής ορίζονται οι:

- Για το τμήμα της σχολής που θα λειτουργήσει στην Αθήνα, ο **ΜΙΣΣΑΣ ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΣ**, Ε.Ε.Δ.Ι.Π. στην ειδικότητα καλαθοσφαίρισης του ΣΕΦΑΑ-ΕΚΠΑ και Ομοσπονδιακός προπονητής.
- Για το τμήμα της σχολής που θα λειτουργήσει στη Θεσσαλονίκη, ο **ΠΑΡΑΣΚΕΥΑΣ ΜΟΥΡΑΤΙΔΗΣ**, εκπαιδευτικός και προπονητής Καλαθοσφαίρισης Α΄ επιπέδου ο οποίος έχει διατελέσει διευθυντής Σχολών προπονητών Καλαθοσφαίρισης στη Θεσσαλονίκη.
- Για το τμήμα της σχολής που θα λειτουργήσει στην Πάτρα, ο **ΠΕΤΡΟΠΟΥΛΟΣ ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΣ**, εκπαιδευτικός και προπονητής Καλαθοσφαίρισης Α΄ επιπέδου ο οποίος έχει διατελέσει διευθυντής Σχολών προπονητών Καλαθοσφαίρισης στην Πάτρα και Ομοσπονδιακός προπονητής

- Για το τμήμα της σχολής που θα λειτουργήσει στο Ηράκλειο, ο **ΚΑΝΑΚΗΣ ΜΙΧΑΗΛ**, εκπαιδευτικός και προπονητής Καλαθοσφαίρισης Α΄ επιπέδου ο οποίος έχει διατελέσει διευθυντής Σχολών προπονητών Καλαθοσφαίρισης στο Ηράκλειο Κρήτης.

3. ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΣΠΟΥΔΩΝ

Το σύνολο των εκπαιδευτικών ωρών απεικονίζεται στον παρακάτω πίνακα

| ΕΠΙΠΕΔΟ | ΔΙΔΑΚΤΙΚΕΣ ΩΡΕΣ | ΔΙΠΛΩΜΑΤΙΚΗ ΑΛΛΕΣ ΕΡΓΑΣΙΕΣ | ΠΡΑΚΤΙΚΗ ΑΣΚΗΣΗ | ΕΛΑΧΙΣΤΗ ΔΙΑΡΚΕΙΑ ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑΣ ΣΧΟΛΗΣ | ΣΥΝΟΛΙΚΗ ΔΙΑΡΚΕΙΑ (ΩΡΕΣ) |
|-----------|-------------------|----------------------------|-----------------|--------------------------------------|--------------------------|
| Β΄ | 300 (250)* | (50)* | 100 | 6 Μήνες | 400 |

Α. Κατανομή Μαθημάτων

Τα μαθήματα Σχολής Προπονητών Καλαθοσφαίρισης Β΄ 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:

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΣΠΟΥΔΩΝ

| ΚΥΚΛΟΣ/ΤΟΜΕΑΣ 1 ΓΕΝΙΚΩΝ ΜΑΘΗΜΑΤΩΝ | | ΕΠΙΠΕΔΟ | ΩΡΕΣ |
|-----------------------------------|--------------------------|---------|------|
| 1. | Ανατομία (Θ) | 2 | 10 |
| 2. | Φυσιολογία (Θ) | 2 | 10 |
| 3. | Εργοφυσιολογία (Θ) | 2 | 10 |
| 4. | Αθλητιατρική (Θ) | 1 | 10 |
| 5. | Φυσικοθεραπεία (Θ) | 2 | 10 |
| 6 | Αθλητική Διαιτολογία (Θ) | 2 | 10 |

| | | | |
|----|-----------------|---|------------------|
| 7. | Βιομηχανική (Θ) | 2 | 10 |
| | | | ΣΥΝΟΛΟ 70 |

| ΚΥΚΛΟΣ/ΤΟΜΕΑΣ 2 ΓΕΝΙΚΩΝ ΜΑΘΗΜΑΤΩΝ | | ΕΠΙΠΕΔΟ | ΩΡΕΣ |
|--------------------------------------|--|---------|------------|
| 1. | Αθλητική Ψυχολογία (Θ) | 2 | 10 |
| 2. | Αθλητική Κοινωνιολογία (Θ) | 1 | 10 |
| 3. | Οργάνωση & Διοίκηση Αθλητισμού(Θ) | 2 | 10 |
| 4. | Αθλητικό Δίκαιο (Θ) | 1 | 4 |
| ΚΥΚΛΟΣ/ΤΟΜΕΑΣ 3 ΜΑΘΗΜΑΤΩΝ ΕΙΔΙΚΕΥΣΗΣ | | | ΩΡΕΣ |
| 1. | Ειδική Προπονητική Καλαθοσφαίρισης (Θ) | | 10 |
| 2. | Τεχνική Ανάλυση Καλαθοσφαίρισης (Μ) | | 20 |
| 3. | Ομαδική Τακτική Καλαθοσφαίρισης (Μ) | | 20 |
| 4. | Προπονητική Εξάσκησης Καλαθοσφαίρισης Μ) | | 20 |
| 5. | Ειδικά Θέματα Καλαθοσφαίρισης (Μ) | | 16 |
| 6. | Κανονισμοί Καλαθοσφαίρισης (Μ) | | 4 |
| 7. | Γενική Προπονητική Καλαθοσφαίρισης (Θ) | | 10 |
| 8. | Μεθοδολογία Διδασκαλίας Τεχνικής Καλαθοσφαίρισης (Μ) | | 26 |
| ΣΥΝΟΛΟ 3^{ου} Κύκλου | | | 126 |

| | |
|---|------------|
| ΔΙΠΛΩΜΑΤΙΚΗ ΕΡΓΑΣΙΑ ΚΑΙ ΑΛΛΕΣ ΕΡΓΑΣΙΕΣ | 50 |
| ΠΡΑΚΤΙΚΗ ΠΙΣΤΟΠΟΙΗΜΕΝΗ ΕΡΓΑΣΙΑ | 100 |
| ΓΕΝΙΚΟ ΣΥΝΟΛΟ | 400 |

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

Θεωρητικά (Θ) χαρακτηρίζονται τα μαθήματα των οποίων η διδασκαλία πραγματοποιείται από έναν εκπαιδευτή, μόνο σε αίθουσες διδασκαλίας ή διαδικτυακά και έχουν ως σκοπό να αποκτήσουν οι υποψήφιοι τις γνώσεις που είναι απαραίτητες για να κατανοήσουν το γνωστικό αντικείμενο της κατάρτισης τους.

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

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

ΠΡΑΚΤΙΚΗ ΠΙΣΤΟΠΟΙΗΜΕΝΗ ΕΡΓΑΣΙΑ

Το πιστοποιημένο προπονητικό έργο (100 ώρες) περιλαμβάνει: α) την εποπτεία, β) παρακολούθηση και γ) πιστοποίηση παρεχόμενου από τον εκπαιδευόμενο προπονητικού έργου (ως προπονητής ή εκπαιδευόμενος προπονητής), από τον Διευθυντή της Σχολής ή το διδακτικό προσωπικό των μαθημάτων ειδίκευσης ή προπονητές Α' και Β' επιπέδου που ορίζονται με απόφαση της Επιτροπής Διοίκησης μετά από πρόταση του Διευθυντή της Σχολής.

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

4. Περιεχόμενο Μαθημάτων-Διδακτικό Προσωπικό

1. Κύκλος/Τομέας 1- Γενικών Μαθημάτων

| | |
|-----------------|--|
| Τίτλος | ΑΝΑΤΟΜΙΑ |
| Διδάσκων | ΤΣΙΓΓΑΝΟΣ ΓΕΩΡΓΙΟΣ Ph.D., Δ.Ε.Π, Ε.Κ.Π.Α/ Σ.Ε.Φ.Α.Α |
| | 1. Ανατομικές βάσεις στην Καλαθοσφαίριση |
| | 2. Λειτουργική Ανατομική στην Καλαθοσφαίριση |
| | 3. Ο Σκελετός του Ανθρώπου |
| | 4. Χόνδρινοσιστός |
| | 5. Αρθρώσεις –Επίπεδα & Άξονες κίνησης |
| | 6. Σύνδεσμοι |
| | 7. Μύες ανθρώπινου σώματος |
| | 8. Τένοντες |
| | 9. Καρδιαγγειακό σύστημα |
| | 10. Αναπνευστικό σύστημα |

| | |
|--------------------|---|
| Τίτλος | ΦΥΣΙΟΛΟΓΙΑ |
| Διδάσκων | ΝΑΣΣΗΣ ΓΕΩΡΓΙΟΣ, Ph.D., ΕΡΓΟΦΥΣΙΟΛΟΓΟΣ |
| Περιεχόμενα | 1. ΣΚΟΠΟΣ ΤΗΣ ΦΥΣΙΟΛΟΓΙΑΣ-ΟΡΓΑΝΩΣΗ ΑΝΘΡΩΠΙΝΟΥ ΣΩΜΑΤΟΣ- ΟΜΟΙΟΣΤΑΣΗ |
| | 2. ΝΕΥΡΩΝΙΚΗ ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑ |
| | 3. ΜΕΤΑΒΟΛΙΣΜΟΣ –ΜΕΤΑΒΟΛΙΚΕΣ ΟΔΟΙ |

| | |
|--|--|
| | 4. ΣΚΕΛΕΤΙΚΟΣ ΜΥΣ- ΜΗΧΑΝΙΣΜΟΙ ΣΥΣΤΟΛΗΣ ΣΚΕΛΕΤΙΚΩΝ ΜΥΩΝ |
| | 5. ΕΝΕΡΓΕΙΑΚΟΣ ΜΗΧΑΝΙΣΜΟΣ ΣΚΕΛΕΤΙΚΟΥ ΜΥΟΣ |
| | 6. ΤΥΠΟΙ ΜΥΪΚΩΝ ΙΝΩΝ |
| | 7. ΑΙΜΑ |
| | 8. ΦΥΣΙΟΛΟΓΙΑ ΚΑΡΔΙΑΓΓΕΙΑΚΟΥ |
| | 9. ΦΥΣΙΟΛΟΓΙΑ ΑΝΑΠΝΕΥΣΤΙΚΟΥ ΣΥΣΤΗΜΑΤΟΣ |

| | |
|--------------------|--|
| Τίτλος | ΕΡΓΟΦΥΣΙΟΛΟΓΙΑ |
| Διδάσκων | ΝΑΣΣΗΣ ΓΕΩΡΓΙΟΣ, Ph.D., ΕΡΓΟΦΥΣΙΟΛΟΓΟΣ |
| Περιεχόμενα | <ol style="list-style-type: none"> 1. ΕΝΕΡΓΕΙΑΚΑ ΣΥΣΤΗΜΑΤΑ 2. ΑΣΚΗΣΗ ΚΑΙ ΚΑΥΣΙΜΑ 3. ΜΥΪΚΟ ΓΛΥΚΟΓΟΝΟ ΚΑΙ ΑΠΟΔΟΣΗ 4. ΓΛΥΚΟΖΗ ΑΙΜΑΤΟΣ ΚΑΙ ΑΠΟΔΟΣΗ 5. ΑΕΡΟΒΙΑ ΙΚΑΝΟΤΗΤΑ-ΜΕΓΙΣΤΗ ΠΡΟΣΛΗΨΗ O₂- %VO₂MAX ΚΑΤΑ ΤΟΝ ΑΓΩΝΑ 6. ΑΝΑΕΡΟΒΙΟ ΚΑΤΩΦΛΙ -ΠΡΟΣΔΙΟΡΙΣΜΟΣ ΑΝΑΕΡΟΒΙΟΥ ΚΑΤΩΦΛΙΟΥ 7. ΑΝΑΕΡΟΒΙΑ ΙΚΑΝΟΤΗΤΑ 8. ΓΑΛΑΚΤΙΚΟ ΣΤΟ ΑΙΜΑ - ΓΑΛΑΚΤΙΚΟ ΚΑΙ ΑΣΚΗΣΗ 9. ΜΕΤΑΒΟΛΙΚΕΣ ΠΡΟΣΑΡΜΟΓΕΣ –ΠΡΟΠΟΝΗΣΗ ΕΝΕΡΓΕΙΑΚΩΝ ΣΥΣΤΗΜΑΤΩΝ –ΠΡΟΠΟΝΗΤΙΚΕΣ ΖΩΝΕΣ 10. ΦΥΣΙΟΛΟΓΙΚΕΣ ΑΡΧΕΣ ΠΡΟΠΟΝΗΣΗΣ 11. ΜΥΪΚΗ ΑΠΟΔΟΣΗ –ΕΙΔΗ ΜΥΪΚΗΣ ΣΥΣΤΟΛΗΣ 12. ΝΕΥΡΟΜΥΪΚΕΣ ΠΡΟΣΑΡΜΟΓΕΣ-ΜΥΪΚΟΣ ΚΑΜΑΤΟΣ 13. ΚΑΡΔΙΟ-ΑΓΓΕΙΑΚΟ ΣΥΣΤΗΜΑ ΚΑΙ ΑΣΚΗΣΗ |

| | |
|------------------|---|
| 1. Τίτλος | ΦΥΣΙΚΟΘΕΡΑΠΕΙΑ |
| Διδάσκων | ΤΣΙΓΓΑΝΟΣ ΓΕΩΡΓΙΟΣ Ph.D., Δ.Ε.Π, Ε.Κ.Π.Α/ Σ.Ε.Φ.Α.Α |
| Περιεχόμενα | Πρόληψη και αποκατάσταση αθλητικών κακώσεων |
| | Επιδημιολογικά στοιχεία αθλητικών κακώσεων |
| | Ταξινόμηση και τύποι αθλητικών κακώσεων |
| | Αιτιολογία αθλητικών κακώσεων |
| | Αξιολόγηση αθλητικών κακώσεων |
| | Φυσικά μέσα και ειδικές τεχνικές στην αποκατάσταση αθλητικών κακώσεων (κρυοθεραπεία-υδροθεραπεία, περίδεση κλπ) |
| | Στόχοι αποκατάστασης αθλητικών κακώσεων |
| | Μέσα αποκατάστασης αθλητικών κακώσεων (Πλειομετρική άσκηση, λειτουργική αποκατάσταση κλπ) |
| | Αθλητικές κακώσεις του Ώμου - Άνω Άκρου |
| | 14. ΑΝΑΠΝΕΥΣΤΙΚΟ ΣΥΣΤΗΜΑ ΚΑΙ ΑΣΚΗΣΗ |
| | 15. ΚΑΡΔΙΟΑΝΑΠΝΕΥΣΤΙΚΕΣ ΠΡΟΣΑΡΜΟΓΕΣ ΣΤΗΝ ΑΣΚΗΣΗ |
| | 16. ΘΕΡΜΟΥΥΘΜΙΣΗ ΚΑΤΑ ΤΗΝ ΑΣΚΗΣΗ |

| | |
|--|-------------------------------------|
| | Αθλητικές κακώσεις του Γόνατος |
| | Αθλητικές κακώσεις της Ποδοκνημικής |
| | Πρόληψη αθλητικών Κακώσεων |

| | |
|------------------|---|
| 2. Τίτλος | ΒΙΟΜΗΧΑΝΙΚΗ |
| Διδάσκων | Dr. ΠΙΓΚΟΣ ΓΕΩΡΓΙΟΣ: Διδάκτωρ Βιοκινητικής-Κινησιολογίας και Ειδικός Επιστήμων στη ΓΓΑ |
| Περιεχόμενα | <ol style="list-style-type: none"> 1. Γενικές Αρχές Βιοκινητικής Μυοσκελετικό σύστημα , Ερειστικό σύστημα 2. Είδη Επιβαρύνσεων (Δυνάμεων, Συμπιεστικές δυνάμεις, Ελκτικές-εφελκυστικές δυνάμεις, Στρεπτικές δυνάμεις, Αποσχιστικές δυνάμεις ή δυνάμεις διάτμησης 3. Μηχανικός άξονας οστών – Δημιουργία κινησιογράμματος 4. Μυϊκό σύστημα, Διαδικασία μυϊκής λειτουργίας 5. Μηχανικό μοντέλο του μυός, Μορφολογικός και λειτουργικός διαχωρισμός των μυών, Μυϊκός κάματος, Βασικές μηχανικές ιδιότητες των μυών 6. Είδη Μυϊκής λειτουργίας - Διαφοροποιήσεις (έργου-εφαρμογών) 7.....Μυϊκή δύναμη, Μυϊκή ισχύς, Μυϊκή αντοχή 8.....Είδη μοχλών, Συνθήκες Ισορροπίας σώματος 9.....Διανυσματική ανάλυση των παραμέτρων της κίνησης 10...Επιλογή Ασκήσεων εφαρμογής με κριτήριο την μείωση τραυματισμού |

| | |
|-------------------|------------------------|
| Τίτλος | ΑΘΛΗΤΙΑΤΡΙΚΗ |
| Διδάσκουσα | Dr. ΜΠΕΛΑ ΕΛΕΝΗ |

| | |
|--|--|
| | 1. Μυοσκελετικό Σύστημα |
| | 2. Καρδιοαναπνευστικό Σύστημα |
| | 3. Κεντρικό και Αυτόνομο Νευρικό Σύστημα |
| | 4. Σπλαχνολογία |

| | |
|--------------------|---|
| Τίτλος | ΑΘΛΗΤΙΚΗ ΔΙΑΙΤΟΛΟΓΙΑ |
| Διδάσκων | ΝΑΣΣΗΣ ΓΕΩΡΓΙΟΣ, Ph.D., ΕΡΓΟΦΥΣΙΟΛΟΓΟΣ |
| Περιεχόμενα | 1. ΓΕΝΙΚΕΣ ΑΡΧΕΣ ΔΙΑΤΡΟΦΗΣ |
| | 2. ΕΝΕΡΓΕΙΑ ΚΑΙ ΠΗΓΕΣ ΕΝΕΡΓΕΙΑΣ ΓΙΑ ΤΟΝ ΜΥ |
| | 3. ΜΕΤΑΒΟΛΙΣΜΟΣ ΚΑΙ ΑΣΚΗΣΗ I |
| | 4. ΜΕΤΑΒΟΛΙΣΜΟΣ ΚΑΙ ΑΣΚΗΣΗ II |
| | 5. ΥΔΑΤΑΝΘΡΚΕΣ ΚΑΙ ΑΣΚΗΣΗ |
| | 6. ΛΙΠΗ ΚΑΙ ΑΣΚΗΣΗ |
| | 7. ΠΡΩΤΕΙΝΕΣ ΚΑΙ ΑΣΚΗΣΗ |
| | 8. ΒΙΤΑΜΙΝΕΣ ΚΑΙ ΜΕΤΑΛΛΙΚΑ ΣΤΟΙΧΕΙΑ |
| | 9. ΕΝΥΔΑΤΩΣΗ ΚΑΙ ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝ ΑΣΚΗΣΗΣ |
| | 10. ΣΥΜΠΛΗΡΩΜΑΤΑ ΔΙΑΤΡΟΦΗΣ |
| | 11. ΕΛΕΓΧΟΣ ΒΑΡΟΥΣ |
| | 12. ΟΞΕΙΔΩΤΙΚΟ ΣΤΡΕΣ ΚΑΙ ΑΣΚΗΣΗ |
| | 13. ΔΙΑΤΡΟΦΗ ΚΑΙ ΑΝΟΣΟΠΟΙΗΤΙΚΟ ΣΤΥΣΤΗΜΑ ΑΘΛΗΤΩΝ |
| | 14. ΔΙΑΤΡΟΦΙΚΕΣ ΔΙΑΤΑΡΑΧΕΣ ΑΘΛΗΤΩΝ |

2. Κύκλος/Τομέας 2- Γενικών Μαθημάτων

| Τίτλος | ΑΘΛΗΤΙΚΗ ΨΥΧΟΛΟΓΙΑ |
|-------------|---|
| Διδάσκων | ΣΤΑΥΡΟΥ ΝΕΚΤΑΡΙΟΣ Επίκουρος Καθηγητής Αθλητικής Ψυχολογίας & Κινητικής Συμπεριφοράς, Σχολή Επιστήμης Φυσικής Αγωγής & Αθλητισμού, Εθνικό & Καποδιστριακό Πανεπιστήμιο Αθηνών |
| Περιεχόμενα | <ol style="list-style-type: none"> 1. Εισαγωγή στην αθλητική ψυχολογία: Έννοιες και εφαρμογές (ορισμός, αντικείμενο αθλητικής ψυχολογίας) 2. Βασικές θεωρητικές προσεγγίσεις στην αθλητική ψυχολογία (ψυχολογικές θεωρίες, γνωστική ψυχολογία, συμπεριφορισμός) 3. Παιδικός αθλητισμός και αθλητική ψυχολογία (αναπτυξιακή ψυχολογία, σημασία της άσκησης στην παιδική ηλικία) 4. Ο ρόλος των κινήτρων και της παρακίνησης στο αγωνιστικό αθλητισμό (σημασία – λειτουργία κινήτρων, εσωτερικά – εξωτερικά κίνητρα) 5. Ο ρόλος των κινήτρων και της παρακίνησης στο αγωνιστικό αθλητισμό (θεωρία αυτοπροσδιορισμού, προσανατολισμός στόχων, ανάπτυξη/ υπονόμηση κινήτρων) 6. Αγωνιστικό άγχος (έννοια άγχους, είδη άγχους, γνωστικό – σωματικό άγχος) 7. Αγωνιστικό άγχος (αιτίες & συνέπειες του άγχους, σχέση άγχους με άλλα ψυχολογικά χαρακτηριστικά) 8. Αγωνιστικό άγχος (τεχνικές ρύθμισης άγχους, ψυχοδιάγνωση) |

| | |
|--------------------|---|
| 2.Τίτλος | ΑΘΛΗΤΙΚΗ ΚΟΙΝΩΝΙΟΛΟΓΙΑ |
| Διδάσκουσα | ΣΤΑΥΡΟΥ ΝΕΚΤΑΡΙΟΣ Επίκουρος Καθηγητής Αθλητικής Ψυχολογίας & Κινητικής Συμπεριφοράς, Σχολή Επιστήμης Φυσικής Αγωγής & Αθλητισμού, Εθνικό & Καποδιστριακό Πανεπιστήμιο Αθηνών |
| Περιεχόμενα | Κοινωνιολογική Προσέγγιση της Αθλητικής Συμμετοχής Αθλητισμός και Κοινωνική Ενσωμάτωση/Ο Γονικός Ρόλος στην Αθλητική Συμμετοχή Διπλή Καριέρα Αθλητών Κακοποίηση και Καταπιεστικές μορφές συμπεριφοράς στον Αθλητισμό Βία στον Αθλητισμό-Εφαρμογές στη Διοίκηση Ο ρόλος του Φύλου στην Αθλητική Συμμετοχή / Γυναίκες και Σπορ Κοινωνικοοικονομική Κληρονομιά των Ολυμπιακών Αγώνων Χρήση Αναβολικών στο Επαγγελματικό Αθλητισμό -Ο ρόλος της Διοίκησης Στημένα παιχνίδια στον Αθλητισμό-Ο ρόλος της Διοίκησης |

| | |
|--------------------|---|
| Τίτλος | ΟΡΓΑΝΩΣΗ ΚΑΙ ΔΙΟΙΚΗΣΗ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ |
| Διδάσκων | ΔΗΜΗΤΡΗΣ ΓΑΡΓΑΛΙΑΝΟΣ, Ph.D., M.P.E., Dipl., B.P.E., B.I.R. ΑΝΑΠΛΗΡΩΤΗΣ ΚΑΘΗΓΗΤΗΣ ΟΡΓΑΝΩΣΗΣ & ΔΙΟΙΚΗΣΗΣ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ ΤΜΗΜΑ ΕΠΙΣΤΗΜΗΣ ΦΥΣΙΚΗΣ ΑΓΩΓΗΣ & ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ ΔΗΜΟΚΡΙΤΕΙΟ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΘΡΑΚΗΣ |
| Περιεχόμενα | 1. Τα οφέλη του αθλητισμού |
| | 2. Ιστορία του αθλητικού μάνατζμεντ - Ορισμός του μάνατζμεντ / αθλητικού |

| |
|---|
| μάνατζμεντ - Οργανόγραμμα |
| 3. Δεξιότητες / ρόλοι του αθλητικού μάνατζερ |
| 4. Αξίες - Όραμα – Αποστολή |
| 5. Θέση στόχων |
| 6. Βασικές αρχές του μάνατζμεντ (Σχεδιασμός - Οργάνωση – Ηγεσία - Έλεγχος - Αξιολόγηση) |
| 7. Οργάνωση αθλητικού σωματείου |
| 8. Συμβολή του μάνατζμεντ στην προπονητική διαδικασία |
| 9. Διπλή Καριέρα των αθλητών |
| 10. Μοντέλο παροχής υπηρεσιών προς τους αθλητές |

| | |
|--------------------|---|
| 4.Τίτλος | ΑΘΛΗΤΙΚΟ ΔΙΚΑΙΟ |
| Διδάσκων | ΑΝΔΡΕΑΣ ΜΑΛΑΤΟΣ, ΔΙΔΑΚΤΩΡ ΑΘΛΗΤΙΚΟΥ ΔΙΚΑΙΟΥ |
| Περιεχόμενα | Το αθλητικό δίκαιο ως αυτοτελής κλάδος του δικαίου και η ισχύουσα αθλητική νομοθεσία 1. Ο ορισμός του αθλητικού δικαίου 2. Το αθλητικό δίκαιο στην Ελλάδα 3. Η Γενική Γραμματεία Αθλητισμού 4. Προς μία νέα θεώρηση της σχέσης κράτους - αθλητισμού 5. Η ερμηνεία του άρθρου 16 παρ. 9 σε συνδυασμό με συναφείς διατάξεις και ερμηνευτικές αρχές του Συντάγματος |
| | Αθλητικό Σωματείο-Ένωση-Ομοσπονδία 1. Έννοια-σκοπός-λειτουργία του αθλητικού σωματείου στην ελληνική έννομη τάξη 2. Έννοια, σκοπός, ίδρυση και λειτουργία της τοπικής αθλητικής ένωσης και 3. της τοπικής επιτροπής 4. Έννοια, σκοπός, ίδρυση και λειτουργία της επαγγελματικής αθλητικής ένωσης 5. Έννοια, σκοπός, ίδρυση και λειτουργία της αθλητικής ομοσπονδίας 6. Η αθλητική ομοσπονδία ως ανάδοχος δημοσίου καθήκοντος |
| | Το επάγγελμα του προπονητή 1. Το νομικό καθεστώς του προπονητή 2. Χορήγηση άδειας άσκησης επαγγέλματος 3. Προϋποθέσεις για τη χορήγηση της άδειας άσκησης επαγγέλματος 4. Άσκηση του επαγγέλματος |
| | Αθλητικός μάνατζερ και ιδιωτικά γυμναστήρια 1. Ιδιωτικά γυμναστήρια και σχολές εκμάθησης αθλημάτων 2. Αθλητικές εγκαταστάσεις |

3. Αθλητικός διαμεσολαβητής.

| | |
|--------------------|--|
| Τίτλος | ΜΕΘΟΔΟΛΟΓΙΑ ΑΘΛΗΤΙΚΗΣ ΕΡΕΥΝΑΣ |
| Διδάσκων | ΝΕΚΤΑΡΙΟΣ ΣΤΑΥΡΟΥ, ΕΠΙΚ. ΚΑΘΗΓΗΤΗΣ ΕΚΠΑ/ΣΕΦΑΑ |
| Περιεχόμενα | 1. Εισαγωγή στη Μεθοδολογία Έρευνας |
| | 2. Τύποι Έρευνας |
| | 3. Μεταβλητές |
| | 4. Υποθέσεις |
| | 5. Δειγματοληψία |
| | 6. Μετρήσεις |
| | 7. Σχεδιασμός και Στατιστική |
| | 8. Πειραματική έρευνα |

| | |
|--------------------|---|
| Τίτλος | ΕΦΑΡΜΟΣΜΕΝΗ ΠΡΟΗΓΜΕΝΗ ΣΤΑΤΙΣΤΙΚΗ ΣΤΗΝ ΚΑΛΑΘΟΣΦΑΙΡΙΣΗ |
| Διδάσκοντες | ΚΤΙΣΤΑΚΗΣ ΙΩΑΝΝΗΣ (Msc, Διδάσκων στην ειδικότητα καλαθοσφαίρισης ΣΕΦΑΑ-ΕΚΠΑ) |
| Περιεχόμενα | 1. Εισαγωγή στη Κατασκοπεία - Scouting |
| | 2. Ανάλυση προπονητικών περιόδων |
| | 3. Στόχοι του Scouting |
| | 4. Δομή του Scouting |
| | 5. Επεξεργασία πρωτογενών δεδομένων |
| | 6. Αξιολόγηση δευτερογενών δεδομένων |
| | 7. Τελική παρουσίαση Scouting |
| | 8. Εφαρμογή Scouting στην Προπόνηση |

| |
|---|
| 9. Εφαρμογή Scouting κατά την διάρκεια του αγώνα |
| 10. Εφαρμογή Scouting μετά τον Αγώνα |
| 11. Στατιστική ανάλυση - Βασική στατιστική ανάλυση |
| 12. Στατιστική ανάλυση - Εξειδικευμένη στατιστική ανάλυση |
| 13. Τεχνολογικά μέσα του Scouting |

3. Κύκλος/Τομέας 3-Μαθήματα Ειδίκευσης

| | |
|--------------------|---|
| Τίτλος | Γ Ε Ν Ι Κ Η Π Ρ Ο Π Ο Ν Η Τ Ι Κ Η |
| Διδάσκων | ΔΑΜΑΣΚΗΝΟΣ ΔΗΜΗΤΡΗΣ (ΚΑΘΗΓΗΤΗΣ Φ.Α., ΛΕΚΤΟΡΑΣ ΠΑΓΚΟΣΜΙΑΣ ΟΜΟΣΠΟΝΔΙΑΣ ΣΤΙΒΟΥ) |
| Περιεχόμενα | 1. Βασικές αρχές προπονητικής |
| | 2. Φυσιολογικές αρχές της προπόνησης |
| | 3. Πρόκληση βιολογικών προσαρμογών |
| | 4. Ο περιορισμός στα ομαδικά αθλήματα |
| | 5. Αξιολόγηση της προπονητικής διαδικασίας |

| | |
|--------------------|--|
| Τίτλος | Τ Ε Χ Ν Ι Κ Η Α Ν Α Λ Υ Σ Η |
| Διδάσκοντες | ΜΠΟΛΑΤΟΓΛΟΥ ΘΕΟΔΩΡΟΣ (ΑΝ. ΚΑΘΗΓΗΤΗΣ ΣΕΦΑΑ-ΕΚΠΑ) ΑΠΟΣΤΟΛΙΔΗΣ ΝΙΚΟΣ (ΚΑΘΗΓΗΤΗΣ ΣΕΦΑΑ-ΕΚΠΑ) ΜΙΣΣΑΣ ΚΩΝ/ΝΟΣ (ΕΕΔΙΠ-ΟΜΟΣΠΟΝΔΙΑΚΟΣ ΠΡΟΠΟΝΗΤΗΣ) ΚΤΙΣΤΑΚΗΣ ΙΩΑΝΝΗΣ (Msc, Διδάσκων στην ειδικότητα καλαθοσφαίρισης ΣΕΦΑΑ-ΕΚΠΑ) ΜΟΥΡΑΤΙΔΗΣ ΠΑΡΑΣΚΕΥΑΣ, καθηγητής Φυσικής Αγωγής και προπονητής Α' επιπέδου. |
| | 1. Η ισορροπία του σώματος |

| | |
|--------------------|--|
| Περιεχόμενα | 2. Η ντρίμπλα |
| | 3. Η μεταβίβαση και υποδοχή της μπάλας |
| | 4. Το Σουτ |
| | 5. Η διεκδίκηση της μπάλας |
| | 6. Οι ατομικές επιθετικές ενέργειες |
| | 7. Η ατομική αμυντική τσχνική |
| | 8. Οι επιθετικές ενέργειες δύο παικτών |
| | 9. Η αμυντικές συνεργασίες δύο παικτών |
| | 10. Οι επιθετικές ενέργειες τριών παικτών |
| | 11. Η αμυντική συνεργασία τριών παικτών |
| | 12. Η αμυντική συνεργασία τεσσάρων παικτών |

| | |
|--------------------|---|
| Τίτλος | ΕΙΔΙΚΗ ΠΡΟΠΟΝΗΤΙΚΗ |
| Διδάσκων | ΑΝΑΣΤΑΣΙΑΔΗΣ ΜΙΧΑΛΗΣ ΟΜΟΤΙΜΟΣ ΚΑΘΗΓΗΤΗΣ ΣΕΦΑΑ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟΥ ΑΘΗΝΩΝ |
| Περιεχόμενα | 1. Ιδιαιτερότητες της καλαθοσφαίρισης |
| | 2. Χαρακτηριστικά της προπόνησης στην καλαθοσφαίριση |
| | 3. Ομαδική προπόνηση |
| | 4. Ατομική προπόνηση |
| | 5. Προπονητικός προγραμματισμός - Περιοδισμός |
| | 6. Προαγωνιστική περίοδος |
| | 7. Αγωνιστική περίοδος |
| | 8. Μεταβατική περίοδος |
| | 9. Μέθοδος προγραμματισμού των προπονήσεων |
| | 10. Ιδιαιτερότητες της προπόνησης αρχαρίων |
| | 11. Ιδιαιτερότητες της προπόνησης παιδων - εφήβων |
| | 12. Ιδιαιτερότητες της προπόνησης γυναικών |
| | 13. Η φυσική κατάσταση του καλαθοσφαιριστή |

| | |
|--|-------------------------------|
| | 14. Η ψυχολογική προετοιμασία |
| | 15. Στοιχεία καθοδήγησης |

| Τίτλος | Ο Μ Α Δ Ι Κ Η Τ Α Κ Τ Ι Κ Η |
|--------------------|---|
| Διδάσκοντες | ΜΠΟΛΑΤΟΓΛΟΥ ΘΕΟΔΩΡΟΣ (ΑΝ. ΚΑΘΗΓΗΤΗΣ ΣΕΦΑΑ-ΕΚΠΑ) ΑΠΟΣΤΟΛΙΔΗΣ ΝΙΚΟΣ (ΚΑΘΗΓΗΤΗΣ ΣΕΦΑΑ-ΕΚΠΑ) ΜΙΣΣΑΣ ΚΩΝ/ΝΟΣ (ΕΕΔΙΠ-ΟΜΟΣΠΟΝΔΙΑΚΟΣ ΠΡΟΠΟΝΗΤΗΣ) ΚΤΙΣΤΑΚΗΣ ΙΩΑΝΝΗΣ (Μsc, Διδάσκων στην ειδικότητα καλαθοσφαίρισης ΣΕΦΑΑ-ΕΚΠΑ) ΜΟΥΡΑΤΙΔΗΣ ΠΑΡΑΣΚΕΥΑΣ, καθηγητής Φυσικής Αγωγής και προπονητής Α' επιπέδου. |
| Περιεχόμενα | <ol style="list-style-type: none"> 1. Βασικές αρχές ομαδικής επίθεσης. 2. Αιφνιδιασμός. Δευτερεύοντας αιφνιδιασμός. 3. Ομαδική επιθετική τακτική για διάσπαση της προσωπικής άμυνας. 4. Ομαδική επιθετική τακτική για διάσπαση της άμυνας ζώνης. 5. Ομαδική επιθετική τακτική για διάσπαση της πιεστικής άμυνας. 6. Ειδικές επιθετικές καταστάσεις. 7. Βασικές αρχές ομαδικής άμυνας. 8. Τακτική επιστροφής 9. Η προσωπική άμυνα. Μορφές προσωπικής άμυνας. 10. Άμυνα ζώνης. Αμυντικές διατάξεις ζώνης. 11. Άμυνα προσαρμογής 12. Μικτές άμυνες 13. Βασικές αρχές πιεστικής άμυνας. 14. Προσωπική πιεστική άμυνα. 15. Πιεστική άμυνα ζώνης. Αμυντικές διατάξεις πιεστικής ζώνης. |

| | |
|--|------------------------------------|
| | 16. Ειδικές αμυντικές καταστάσεις. |
|--|------------------------------------|

| Τίτλος | ΜΕΘΟΔΟΛΟΓΙΑ ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑΣ |
|--------------------|--|
| Διδάσκων | ΑΝΑΣΤΑΣΙΑΔΗΣ ΜΙΧΑΛΗΣ ΟΜΟΤΙΜΟΣ ΚΑΘΗΓΗΤΗΣ ΣΕΦΑΑ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟΥ ΑΘΗΝΩΝ |
| Περιεχόμενα | 1. Μεθοδολογία εισαγωγής στην καλαθοσφαίριση |
| | 2. Μεθοδολογία διδασκαλίας τεχνικών επιδεξιοτήτων |
| | 3. Μεθοδολογία διδασκαλίας ατομικής επίθεσης και άμυνας |
| | 4. Μεθοδολογία διδασκαλίας επιθετικών και αμυντικών συνεργασιών δύο – τριών – τεσσάρων παικτών |
| | 5. Μεθοδολογία διδασκαλίας ομαδικής επίθεσης |
| | 6. Μεθοδολογία διδασκαλίας ομαδικής άμυνας |

| Τίτλος | ΕΙΔΙΚΑ ΘΕΜΑΤΑ |
|--------------------|---|
| Διδάσκοντες | ΝΙΚΟΛΑΟΥ ΑΡΗΣ – ΕΣΚΑΝ ΠΑΤΣΙΑΟΥΡΑΣ ΑΣΤΕΡΙΟΣ |
| Περιεχόμενα | Αντιντόπινγκ |
| | Παραβίαση δικαιωμάτων παιδιών και πλαίσιο παιδικής προστασίας |
| | Ηθική και ακεραιότητα στον αθλητισμό |
| | Σεξουαλική παρενόχληση στον αθλητισμό |

| Τίτλος | ΠΡΟΠΟΝΗΤΙΚΗ ΕΞΑΣΚΗΣΗ |
|--------------------|---|
| Διδάσκοντες | ΜΠΟΛΑΤΟΓΛΟΥ ΘΕΟΔΩΡΟΣ (ΑΝ. ΚΑΘΗΓΗΤΗΣ ΣΕΦΑΑ-ΕΚΠΑ) ΑΠΟΣΤΟΛΙΔΗΣ ΝΙΚΟΣ (ΚΑΘΗΓΗΤΗΣ ΣΕΦΑΑ-ΕΚΠΑ) ΜΙΣΣΑΣ ΚΩΝ/ΝΟΣ (ΕΕΔΙΠ-ΟΜΟΣΠΟΝΔΙΑΚΟΣ ΠΡΟΠΟΝΗΤΗΣ) ΚΤΙΣΤΑΚΗΣ ΙΩΑΝΝΗΣ (Msc, ειδικότητα καλαθοσφαίρισης ΣΕΦΑΑ-ΕΚΠΑ) ΜΟΥΡΑΤΙΔΗΣ ΠΑΡΑΣΚΕΥΑΣ, καθηγητής Φ. Α. και προπονητής Α' επιπέδου. |

| | |
|--------------------|--|
| | Καθοδηγούμενη πρακτική εφαρμογή |
| Περιεχόμενα | <ol style="list-style-type: none"> 1. Στη διδασκαλία της βασικής τεχνικής της καλαθοσφαίρισης. 2. Στη διδασκαλία της ατομικής επιθετικής τεχνικής της καλαθοσφαίρισης. 3. Στη διδασκαλία της ατομικής αμυντικής τεχνικής της καλαθοσφαίρισης 4. Στη διδασκαλία επιθετικών συνεργασιών δύο παικτών στην καλαθοσφαίριση. 5. Στη διδασκαλία αμυντικών συνεργασιών δύο παικτών στην καλαθοσφαίριση. 6. Στη διδασκαλία επιθετικών συνεργασιών τριών παικτών στην καλαθοσφαίριση. 7. Στη διδασκαλία αμυντικών συνεργασιών τριών παικτών στην καλαθοσφαίριση 8. Στη διδασκαλία της ομαδικής επιθετικής τακτικής της καλαθοσφαίρισης. 9. Στη διδασκαλία της ομαδικής αμυντικής τακτικής της καλαθοσφαίρισης 10. Ενδεικτικών προπονητικών προγραμμάτων. 11. Ενδεικτικών προγραμμάτων φυσικής κατάστασης. 12. Καθοδήγησης ομάδας σε αγώνα. |

| | |
|--------------------|---|
| Τίτλος | ΚΑΝΟΝΙΣΜΟΙ |
| Διδάσκοντες | ΤΑΝΑΤΖΗΣ ΓΕΩΡΓΙΟΣ – ΚΑΘΗΓΗΤΗΣ ΔΙΑΙΤΗΣΙΑΣ ΚΑΛΑΘΟΣΦΑΙΡΙΣΗΣ |
| Περιεχόμενα | ΚΑΝΟΝΑΣ ΠΡΩΤΟΣ – ΤΟ ΠΑΙΧΝΙΔΙ |
| | ΚΑΝΟΝΑΣ ΔΕΥΤΕΡΟΣ - ΓΗΠΕΔΟ ΚΑΙ ΕΞΟΠΛΙΣΜΟΣ |
| | ΚΑΝΟΝΑΣ ΤΡΙΤΟΣ - ΟΜΑΔΕΣ |
| | ΚΑΝΟΝΑΣ ΤΕΤΑΡΤΟΣ - ΚΑΝΟΝΙΣΜΟΙ ΤΟΥ ΠΑΙΧΝΙΔΙΟΥ |

5. Ενδεικτικό Ωρολόγιο Πρόγραμμα

| | ΦΕΒΡΟΥΑ ΡΙΟΣ | ΜΑΡΤΙΟΣ | ΑΠΡΙΛΙΟΣ | ΜΑΪΟΣ | ΙΟΥΝΙΟΣ | ΙΟΥΛΙΟΣ | ΟΚΤΩΒΡΟ | ΝΟΕΜΒΡΙ |
|--|-----------------|---------|----------|-------|---------|---------|---------------------|-----------------------------------|
| ΑΝΑΤΟΜΙΑ (8) | X | | | | | | ΕΞΕΤΑΣΤΙΚΗ ΠΕΡΙΟΔΟΣ | ΕΠΑΝΕΞΕΤΑΣΗ - ΤΕΛΙΚΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ |
| ΦΥΣΙΟΛΟΓΙΑ (8) | X | | | | | | | |
| ΕΡΓΟΦΥΣΙΟΛΟΓΙΑ (16) | | X | | | | | | |
| ΑΘΛΗΤΙΑΤΡΙΚΗ | | | X | | | | | |
| ΦΥΣΙΚΟΘΕΡΑΠΕΙΑ (8) | | X | | | | | | |
| ΑΘΛΗΤΙΚΗ ΔΙΑΤΡΟΦΗ (12) | | | | X | | | | |
| ΒΙΟΜΗΧΑΝΙΚΗ (8) | | | X | | | | | |
| ΟΡΓ. & ΔΙΟΙΚ. ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ (12) | | | X | | | | | |
| ΑΘΛΗΤΙΚΗ ΨΥΧΟΛΟΓΙΑ (8) | | | | X | | | | |
| ΑΘΛΗΤΙΚΗ ΚΟΙΝΩΝΙΟΛΟΓΙΑ (8) | | | | X | | | | |
| ΚΑΝΟΝΙΣΜΟΙ (4) | | | | | X | | | |
| ΜΕΘΟΔΟΛΟΓΙΑ ΕΡΕΥΝΑΣ (8) | | | X | | X | X | | |
| ΓΕΝΙΚΗ ΠΡΟΠΟΝΗΤΙΚΗ (8) | X | | | X | | | | |
| ΤΕΧΝΙΚΗ ΑΝΑΛΥΣΗ (30) | | | | | X | X | | |

| | | | | | | | | | |
|----|---|---|---|---|--|--|---|---|--|
| Α. | ΕΔΙΚΗ ΠΡΟΠΟΝΗΤΙΚΗ (32) | | X | | | | | | |
| | ΟΜΑΔΙΚΗ ΤΑΚΤΙΚΗ (30) | | | | | | X | X | |
| | ΜΕΘΟΔΟΛΟΓΙΑ ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑΣ (10) | | | | | | X | X | |
| | ΕΙΔΙΚΑ ΘΕΜΑΤΑ (20) | | X | X | | | X | | |
| | ΑΝΑΛΥΣΗ ΚΑΙ ΕΠΕΞΕΡΓΑΣΙΑ ΔΕΔΟΜΕΝΩΝ (12) | | X | | | | | | |
| | ΠΡΟΠΟΝΗΤΙΚΗ ΕΞΑΣΚΗΣΗ (20) | | | | | | X | X | |
| | ΧΡΗΣΗ Η/Υ (4) | X | | | | | | | |
| | ΔΙΠΛΩΜΑΤΙΚΗ ΕΡΓΑΣΙΑ (30) | | | | | | | | |

Διάρκεια Διδασκαλίας

1. Η διάρκεια της ωριαίας διδασκαλίας όλων των μαθημάτων καθορίζεται σε 45 λεπτά μετά τη λήξη της οποίας ακολουθεί διάλειμμα πέντε (5) λεπτών.

Η διδασκαλία των πρακτικών ή του πρακτικού μέρους μικτών μαθημάτων είναι δυνατό να γίνεται συνεχόμενη μέχρι τρεις (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 κατά την έναρξη και τη λήξη του μαθήματος και με ευθύνη του διδάσκοντα ή των διδασκόντων.

Β. 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) στην εκπόνηση της Διπλωματικής εργασίας και δ) στην κατάθεση της βεβαίωσης πιστοποιημένης εργασίας.

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.

Γ. 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, ήτοι 237.
2. Ο χαρακτηρισμός της επαρκούς παρακολούθησης των υποψηφίων γίνεται μετά τη λήξη της διδασκαλίας των μαθημάτων και πριν από τις τελικές εξετάσεις. Ο Διευθυντής 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.
3. Εάν ο υποψήφιος κατά τη διάρκεια της Σχολής συμπληρώσει μεγαλύτερο αριθμό απουσιών από τα προβλεπόμενα(δηλαδή πάνω από 13 ώρες) τότε με απόφαση του Διευθυντή της Σχολής διακόπτεται η παρακολούθηση του.
4. Ο υποψήφιος δεν έχει δικαίωμα προσέλευσης στις τελικές εξετάσεις εφόσον η παρακολούθηση του χαρακτηρίστηκε ως ανεπαρκής.

6.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) όπως 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 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.
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, φύλλα χάρτου-κόλλες αναφοράς ή τυπωμένα ερωτηματολόγια.
2. Στην αρχή της εξέτασης γίνεται από τους επιτηρητές 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, μονογράφει 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 Διευθυντή 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 επιτυχή ολοκλήρωση της Διπλωματικής εργασίας και (β) την τελική εξέταση (γραπτές, πρακτικές εξετάσεις)

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

| ΜΑΘΗΜΑΤΑ | ΓΡΑΠΤΕΣ ΕΞΕΤΑΣΕΙΣ - ΤΕΣΤ | ΤΕΣΤ ΠΟΛΛΑΠΛΩΝ ΑΠΑΝΤΗΣΕΩΝ | ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ ΔΙΠΛΩΜΑΤΙΚΗΣ ΕΡΓΑΣΙΑΣ | ΠΡΑΚΤΙΚΕΣ ΕΞΕΤΑΣΕΙΣ / ΠΡΟΦΟΡΙΚΕΣ ΕΞΕΤΑΣΕΙΣ |
|--|---|--|---|---|
| ΑΝΑΤΟΜΙΑ | | 100% | | |
| ΦΥΣΙΟΛΟΓΙΑ | | 100% | | |
| ΕΡΓΟΦΥΣΙΟΛΟΓΙΑ | | 100% | | |
| ΦΥΣΙΚΟΘΕΡΑΠΕΙΑ | | 100% | | |
| ΑΘΛΗΤΙΑΤΡΙΚΗ | | 100% | | |
| ΒΙΟΜΗΧΑΝΙΚΗ | | 100% | | |
| ΑΘΛΗΤΙΚΗ ΔΙΑΙΤΟΛΟΓΙΑ | | 100% | | |
| ΑΘΛΗΤΙΚΗ ΨΥΧΟΛΟΓΙΑ | | 100% | | |
| ΚΟΙΝΩΝΙΟΛΟΓΙΑ | | 100% | | |
| ΟΡΓΑΝΩΣΗ ΚΑΙ ΔΙΟΙΚΗΣΗ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ | | 100% | | |

| | | | | |
|--|--|-------------|--|--|
| ΕΦΑΡΜΟΣΜΕΝΗ ΠΡΟΗΓΜΕΝΗ ΣΤΑΤΙΣΤΙΚΗ | | 100% | | |
| ΜΕΘΟΔΟΛΟΓΙΑ ΑΘΛΗΤΙΚΗΣ ΕΡΕΥΝΑΣ | | 100% | | |
| ΑΘΛΗΤΙΚΟ ΔΙΚΑΙΟ | | 100% | | |

| ΜΑΘΗΜΑΤΑ | ΓΡΑΠΤΕΣ ΕΞΕΤΑΣΕΙΣ - ΤΕΣΤ | ΤΕΣΤ ΠΟΛΛΑΠΛΩΝ ΑΠΑΝΤΗΣΕΩΝ | ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ ΕΡΓΑΣΙΩΝ | ΠΡΑΚΤΙΚΕΣ ΕΞΕΤΑΣΕΙΣ / ΠΡΟΦΟΡΙΚΕΣ ΕΞΕΤΑΣΕΙΣ |
|--------------------------------|---|--|--------------------------------|---|
| ΓΕΝΙΚΗ ΠΡΟΠΟΝΗΤΙΚ Η | 100% | | | |
| ΕΙΔΙΚΗ ΠΡΟΠΟΝΗΤΙΚ Η | 100% | | | |
| ΟΜΑΔΙΚΗ ΤΑΚΤΙΚΗ | 50% | | | 50% |
| ΤΕΧΝΙΚΗ ΑΝΑΛΥΣΗ | 50% | | | 50% |
| ΠΡΟΠΟΝΗΤΙΚ Η ΕΞΑΣΚΗΣΗ | | | | 100% |
| ΜΕΘΟΔΟΛΟΓΙ Α ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑΣ | | | | 100% |
| ΕΙΔΙΚΑ ΘΕΜΑΤΑ | | 100% | | |
| ΚΑΝΟΝΙΣΜΟΙ | | 100% | | |

7.Χορήγηση Διπλώματος

1. Δίπλωμα της Σχολής Προπονητών Καλαθοσφαίρισης Β' Επιπέδου 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.