

Σχολή
Προπονητών
Τοξοβολίας
Γ' Κατηγορίας

Οδηγός σπουδών –
Κανονισμός
λειτουργίας

Απρίλιος 2024

Περιεχόμενα

	Σελ.
Νομοθετικό πλαίσιο	2
Επιτροπή Διοίκησης	3
Πρόγραμμα σπουδών	4
Περιεχόμενο μαθημάτων – Διδακτικό προσωπικό	7
Ενδεικτικό ωρολόγιο πρόγραμμα	28
Εξετάσεις	32
Χορήγηση διπλώματος	35

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 "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 350,00 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 Τοξοβολίας Γ' Επιπέδου στην Αθήνα σύμφωνα με την υπ' αριθμ 3087/1-2-2024 (Β'984) διοικείται από πενταμελή επιτροπή που συγκροτείται από τους :

1. **Πλευράκη Νίκη**, υπάλληλος της Γ.Γ.Α., ως Προέδρος.
2. **Λεοντραράκη Σταματίκη**, υπάλληλος της Γ.Γ.Α., ως μέλος.
3. **Τασσοπούλου Σοφία**, υπάλληλος της Γ.Γ.Α. ως μέλος.
4. **Ρέρρας Αθανάσιος**, Προέδρος της Ελληνικής Ομοσπονδίας Τοξοβολίας, ως μέλος.
5. **Νάνος Απόστολος**, Εκπρόσωπος προπονητών της Ελληνικής Ομοσπονδίας Τοξοβολίας, ως μέλος.

Ως Γραμματέας της Επιτροπής ορίζεται η **Μπαλτά Βασιλική**, υπάλληλος της Γ.Γ.Α.

Διευθυντής της Σχολής ορίζεται ο **Νεκτάριος Σταύρου**, Αναπληρωτής Καθηγητής Αθλητικής Ψυχολογίας & Κινητικής Συμπεριφοράς του Τμήματος Επιστήμης Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού του Εθνικού και Καποδιστριακού Πανεπιστημίου Αθηνών.

Πρόγραμμα Σπουδών

A. Κατανομή Μαθημάτων

Τα μαθήματα Σχολής Προπονητών Τοξοβολίας Γ' Επιπέδου διακρίνονται σε γενικά μαθήματα τα οποία αποτελούνται από τα θεωρητικά μαθήματα και σε μαθήματα ειδίκευσης όπου αποτελούνται από πρακτικά και θεωρητικά μαθήματα. Οι συμμετέχοντες στη Σχολή Προπονητών υποχρεούνται να παρακολουθήσουν και να εξεταστούν επιτυχώς σε όλα τα παρακάτω μαθήματα:

2. ΚΥΚΛΟΣ/ΤΟΜΕΑΣ 1-2- ΓΕΝΙΚΩΝ ΜΑΘΗΜΑΤΩΝ

ΘΕΩΡΗΤΙΚΑ ΜΑΘΗΜΑΤΑ

ΜΑΘΗΜΑΤΑ 1 ^{ου} ΚΥΚΛΟΥ		ΩΡΕΣ	ΜΑΘΗΜΑΤΑ 2 ^{ου} ΚΥΚΛΟΥ		ΩΡΕΣ
5.	Ανατομία	10	1.	Κινητική Μάθηση	20
6.	Φυσιολογία	10	2.	Οργάνωση & Διοίκηση Αθλητισμού	10
7.	Εργοφυσιολογία	10	3.	Αθλητική Ψυχολογία	20
8.	Φυσικοθεραπεία	10	4.	Αθλητική Παιδαγωγική	10
5.	Βιομηχανική	10	5.	Μεθοδολογία Αθλητικής Έρευνας	10
6.	Αθλητική Διαιτολογία	10			
ΣΥΝΟΛΟ		60	ΣΥΝΟΛΟ		70

3. ΚΥΚΛΟΣ/ΤΟΜΕΑΣ 3- ΜΑΘΗΜΑΤΑ ΕΙΔΙΚΕΥΣΗΣ

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

ΜΑΘΗΜΑΤΑ		ΩΡΕΣ	ΜΑΘΗΜΑΤΑ		ΩΡΕΣ
1.	Γενική Προπονητική	25	1.	Τεχνική Ανάλυση	25
2.	Διπλωματική εργασία	30	2.	Ειδική Προπονητική	15
			3.	Ειδικά θέματα Α. Αντιντόπινγκ Β. Παραβίαση δικαιωμάτων παιδιού και πλαίσιο παιδικής προστασίας Γ. Ηθική και Ακεραιότητα στον αθλητισμό Δ. Αντιμετώπιση αθλητικής βίας	20 5 5 5 5
			4.	Κανονισμοί	5
			5.	Μεθοδολογία Διδασκαλίας	20
			6.	Προπονητική Εξάσκηση	30
ΣΥΝΟΛΟ		55	ΣΥΝΟΛΟ		115

Στον Κύκλο/Τομέα 1-2 περιλαμβάνονται αποκλειστικά θεωρητικά μαθήματα ενώ στον Κύκλο/Τομέα 3 περιλαμβάνονται θεωρητικά 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.

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 (Ομοσπονδία – Ένωση – Σύλλογος – Ευρωπαϊκοί και διεθνείς αγώνες) 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 εποπτεύοντα προπονητή 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

Τίτλος	ΓΕΝΙΚΗ ΠΡΟΠΟΝΗΤΙΚΗ Ολυμπιακό & Σύνθετο Τόξο
Διδάσκων	Αλέξανδρος Νασούλας - Προπονητής Τοξοβολίας Α΄ Κατηγορίας – Καθηγητής Φυσικής Αγωγής Απόστολος Νάνος - Προπονητής Τοξοβολίας Α΄ Κατηγορίας – Καθηγητής Φυσικής Αγωγής
Περιεχόμενα	1. Γενικές αρχές της προπόνησης
	2. Προπονητική φιλοσοφία – Προπονητικές δεξιότητες
	3. Διαστάσεις της αθλητικής απόδοσης
	4. Βασικές αρχές προπονητικής στην τοξοβολία
	5. Δόμηση της προπόνησης στο άθλημα της τοξοβολίας
	6. Περιοδικότητα – προπονητικοί κύκλοι
	7. Στόχοι και σχεδιασμός της προπόνησης στην τοξοβολία
	8. Γενικές αρχές φυσικής κατάστασης στην τοξοβολία
	9. Προπονητική αθλητών υψηλού επιπέδου
	10. Προπονητική νεαρών τοξοτών

Αίθουσα διδασκαλίας: Δια ζώσης

Τίτλος	ΤΕΧΝΙΚΗ ΑΝΑΛΥΣΗ Ολυμπιακό & Σύνθετο Τόξο
Διδάσκων	Αλέξανδρος Νασούλας - Προπονητής Τοξοβολίας Α΄ Κατηγορίας – Καθηγητής Φυσικής Αγωγής Απόστολος Νάνος - Προπονητής Τοξοβολίας Α΄ Κατηγορίας – Καθηγητής Φυσικής Αγωγής
Περιεχόμενα	<ol style="list-style-type: none"> 1. Βασικά χαρακτηριστικά της προπόνησης τεχνικής (ολυμπιακό – σύνθετο τόξο) 2. Κατεύθυνση, κατανομή και ανάλυση των μέσων για την ανάπτυξη της αθλητικής τεχνικής (ολυμπιακό – σύνθετο τόξο) 3. Δομή – Σύστημα της προπόνησης τεχνικής (ολυμπιακό – σύνθετο τόξο) 4. Βασικές αρχές τεχνικής ανάλυσης (ολυμπιακό – σύνθετο τόξο) 5. Μέθοδοι προπόνησης τεχνικής (ολυμπιακό – σύνθετο τόξο) 6. Μέθοδοι αξιολόγησης της τεχνικής εκτέλεσης στην τοξοβολία (ολυμπιακό – σύνθετο τόξο) 7. Βασικές αρχές τεχνικής στο ολυμπιακό τόξο (κλειστός χώρος) 8. Βασικές αρχές τεχνικής στο ολυμπιακό τόξο (ανοικτός χώρος) 9. Βασικές αρχές τεχνικής στο σύνθετο τόξο 10. Τεχνική ανάλυση και επίπεδο του τοξότη

Αίθουσα διδασκαλίας: Δια ζώσης

Τίτλος	ΕΙΔΙΚΗ ΠΡΟΠΟΝΗΤΙΚΗ Ολυμπιακό & Σύνθετο Τόξο
Διδάσκων	Απόστολος Νάνος - Προπονητής Τοξοβολίας Α΄ Κατηγορίας – Καθηγητής Φυσικής Αγωγής Αλέξανδρος Νασούλας - Προπονητής Τοξοβολίας Α΄ Κατηγορίας – Καθηγητής Φυσικής Αγωγής
Περιεχόμενα	<ol style="list-style-type: none"> 1. Φυσική προετοιμασία: Εφαρμογές στην τοξοβολία 2. Η έννοια της επιβάρυνσης στην τοξοβολία: Ειδικές απαιτήσεις των αγωνισμάτων του ολυμπιακού και σύνθετου τόξου 3. Μέθοδοι προπονητικής επιβάρυνσης στην τοξοβολία (ολυμπιακό – σύνθετο τόξο) 4. Επιβάρυνση - Αποκατάσταση 5. Γενική προετοιμασία στην τοξοβολία (ολυμπιακό – σύνθετο τόξο) 6. Ειδική αγωνιστική προετοιμασία στην τοξοβολία (ολυμπιακό – σύνθετο τόξο) 7. Ιδιαιτερότητες κατά την προπόνηση τοξοτών υψηλού επιπέδου 8. Ιδιαιτερότητες κατά την προπόνηση αρχάριων τοξοτών 9. Έλεγχος/Αξιολόγηση – Ειδικές δοκιμασίες στην τοξοβολία 10. Ειδικά θέματα προπονητικής στην τοξοβολία (ιατρικός έλεγχος, διατροφή, ψυχολογία)

Αίθουσα διδασκαλίας: Δια ζώσης

Τίτλος	ΜΕΘΟΔΟΛΟΓΙΑ ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑΣ Ολυμπιακό & Σύνθετο Τόξο
Διδάσκων	Απόστολος Νάνος - Προπονητής Τοξοβολίας Α΄ Κατηγορίας – Καθηγητής Φυσικής Αγωγής Αλέξανδρος Νασούλας - Προπονητής Τοξοβολίας Α΄ Κατηγορίας – Καθηγητής Φυσικής Αγωγής
Περιεχόμενα	1. Αποτελεσματικές μέθοδοι διδασκαλίας
	2. Τρόποι παρουσίασης της εκτέλεσης/τεχνικής
	3. Παρατήρηση & τρόποι διόρθωσης της τεχνικής στην τοξοβολία
	4. Αρχές ανατροφοδότησης στην τοξοβολία
	5. Μεθοδολογία διδασκαλίας της τεχνικής στο ολυμπιακό τόξο
	6. Μεθοδολογία διδασκαλίας της τεχνικής στο σύνθετο τόξο
	7. Προσαρμογές των μεθόδων διδασκαλίας σε αρχάριους τοξότες
	8. Προσαρμογές των μεθόδων διδασκαλίας σε τοξότες υψηλού επιπέδου

Αίθουσα διδασκαλίας: Δια ζώσης

Τίτλος	ΠΡΟΠΟΝΗΤΙΚΗ ΕΞΑΣΚΗΣΗ Ολυμπιακό & Σύνθετο Τόξο
Διδάσκων	Αλέξανδρος Νασούλας - Προπονητής Τοξοβολίας Α΄ Κατηγορίας – Καθηγητής Φυσικής Αγωγής Απόστολος Νάνος - Προπονητής Τοξοβολίας Α΄ Κατηγορίας – Καθηγητής Φυσικής Αγωγής
Περιεχόμενα	2. Προπόνηση φυσικής κατάστασης στην τοξοβολία (προπόνηση αντοχής, δύναμης)
	2. Προπονητικά προγράμματα φυσικής κατάστασης προσαρμοσμένα στην τοξοβολία
	3. Μορφές προπονητικής εξάσκησης στο ολυμπιακό τόξο (κλειστός χώρος)
	3. Μορφές προπονητικής εξάσκησης στο ολυμπιακό τόξο (ανοικτός χώρος)
	4. Μορφές προπονητικής εξάσκησης στο σύνθετο τόξο (κλειστός χώρος)
	5. Μορφές προπονητικής εξάσκησης στο σύνθετο τόξο (ανοικτός χώρος)
	6. Εξέλιξη προπονητικής εξάσκησης στα διαφορετικά αγωνίσματα της τοξοβολίας
	7. Πρακτική εφαρμογή δοκιμασιών/τεστ αξιολόγησης της απόδοσης στο άθλημα της τοξοβολίας
	8. Πρακτική εξάσκηση

Αίθουσα διδασκαλίας: Δια ζώσης

Τίτλος	ΑΝΑΤΟΜΙΑ (10 διδακτικές ώρες)
Διδάσκων	Γεώργιος Τσίγκανος Λέκτορας Σ.Ε.Φ.Α.Α. – Ε.Κ.Π.Α.
Περιεχόμενα	<ol style="list-style-type: none"> 1. Εισαγωγή στην Ανατομία 3. Ερειστικό Σύστημα Κεφαλής & Κορμού 4. Ερειστικό Σύστημα Άκρων 5. Μυϊκό Σύστημα Κεφαλής & Κορμού 6. Μυϊκό Σύστημα Άκρων 7. Εγκεφαλονωτιαίο Νευρικό Σύστημα 8. Αυτόνομο Νευρικό σύστημα 9. Κυκλοφορικό & Αναπνευστικό Σύστημα 10. Ενδοκρινικό Σύστημα 11. Σπλάχνα & Αισθητήρια Όργανα

Αίθουσα διδασκαλίας: Διαδικτυακά

Τίτλος	ΦΥΣΙΟΛΟΓΙΑ (10 διδακτικές ώρες)
Διδάσκων	Γιώργος Νάσσης PhD Εργοφυσιολόγος
Περιεχόμενα	<ol style="list-style-type: none"> 1. Βασικές έννοιες φυσιολογίας 2. Νευρομυϊκός έλεγχος 3. Μυϊκό σύστημα και μυϊκή συστολή 4. Καρδιαγγειακό σύστημα και λειτουργία του 5. Αναπνευστικό σύστημα και λειτουργία του 6. Εισαγωγή στο μεταβολισμό

Αίθουσα διδασκαλίας: Διαδικτυακά

Τίτλος	ΕΡΓΟΦΥΣΙΟΛΟΓΙΑ (10 διδακτικές ώρες)
Διδάσκων	Γιώργος Νάσσης PhD Εργοφυσιολόγος
Περιεχόμενα	1. Πηγές ενέργεια και ενεργειακά συστήματα
	2. Μεταβολικοί οδοί κατά την άσκηση – Βασικές έννοιες
	3. Μυϊκή λειτουργία κατά την άσκησης
	4. Καρδιαγγειακό σύστημα και λειτουργία του κατά την άσκηση
	5. Εισαγωγή στην προπόνηση ενεργειακών συστημάτων
	6. Προπόνηση για μυϊκή ενδυνάμωση

Αίθουσα διδασκαλίας: Διαδικτυακά

Τίτλος	ΦΥΣΙΚΟΘΕΡΑΠΕΙΑ (10 διδακτικές ώρες)
Διδάσκων	Γεώργιος Τσίγκανος Λέκτορας ΣΕΦΑΑ - ΕΚΠΑ
Περιεχόμενα	<ol style="list-style-type: none"> 1. Πρόληψη και αποκατάσταση αθλητικών κακώσεων 2. Επιδημιολογικά στοιχεία αθλητικών κακώσεων 3. Ταξινόμηση και τύποι αθλητικών κακώσεων 4. Αιτιολογία αθλητικών κακώσεων 5. Αξιολόγηση αθλητικών κακώσεων 6. Φυσικά μέσα και ειδικές τεχνικές στην αποκατάσταση αθλητικών κακώσεων (κρυοθεραπεία-υδροθεραπεία, περίδεση κ.λπ.) 7. Στόχοι αποκατάστασης αθλητικών κακώσεων 8. Μέσα αποκατάστασης αθλητικών κακώσεων (πλειομετρική άσκηση, λειτουργική αποκατάσταση κ.λπ.) 9. Αθλητικές κακώσεις του ώμου - άνω άκρου 10. Αθλητικές κακώσεις του γόνατος 11. Αθλητικές κακώσεις της ποδοκνημικής 12. Πρόληψη αθλητικών κακώσεων

Αίθουσα διδασκαλίας: Διαδικτυακά

Τίτλος	ΑΘΛΗΤΙΚΗ ΨΥΧΟΛΟΓΙΑ (20 διδακτικές ώρες)
Διδάσκων	Νεκτάριος Σταύρου Αναπληρωτής Καθηγητής Αθλητικής Ψυχολογίας & Κινητικής Συμπεριφοράς, Σχολή Επιστήμης Φυσικής Αγωγής & Αθλητισμού, Εθνικό & Καποδιστριακό Πανεπιστήμιο Αθηνών
Περιεχόμενα	<p>1. Εισαγωγή στην αθλητική ψυχολογία: Έννοιες και εφαρμογές (ορισμός, αντικείμενο αθλητικής ψυχολογίας, προγράμματα ψυχολογικής προετοιμασίας)</p> <p>2. Βασικές θεωρητικές προσεγγίσεις στην αθλητική ψυχολογία (ψυχολογικές θεωρίες, γνωστική ψυχολογία, συμπεριφορισμός)</p> <p>3. Παιδικός αθλητισμός και αθλητική ψυχολογία (αναπτυξιακή ψυχολογία, σημασία της άσκησης στην παιδική ηλικία)</p> <p>4. Ο ρόλος των κινήτρων και της παρακίνησης στο αγωνιστικό αθλητισμό (σημασία – λειτουργία κινήτρων, εσωτερικά – εξωτερικά κίνητρα)</p> <p>5. Ο ρόλος των κινήτρων και της παρακίνησης στο αγωνιστικό αθλητισμό (θεωρία αυτοπροσδιορισμού, προσανατολισμός στόχων, ανάπτυξη/υπονόμευση κινήτρων)</p> <p>6. Τοποθέτηση στόχων – Στοχοθεσία (είδη στόχων, σημασία τοποθέτησης στόχων)</p> <p>7. Τοποθέτηση στόχων – Στοχοθεσία (στρατηγικές – διαδικασία τοποθέτησης στόχων, δέσμευση αθλητή, προσαρμογή στόχων)</p> <p>8. Αγωνιστικό άγχος (έννοια άγχους, είδη άγχους, γνωστικό – σωματικό άγχος)</p> <p>9. Αγωνιστικό άγχος (αιτίες & συνέπειες του άγχους, σχέση άγχους με άλλα ψυχολογικά χαρακτηριστικά)</p> <p>10. Αγωνιστικό άγχος (τεχνικές ρύθμισης άγχους, ψυχοδιάγνωση)</p> <p>11. Εφαρμοσμένη αθλητική ψυχολογία: Ορισμός και βασικές έννοιες και ο ρόλος της στην αθλητική απόδοση</p> <p>12. Ψυχολογική προετοιμασία: Σκοπός, σημασία και φιλοσοφία της ψυχολογικής προετοιμασίας</p> <p>13. Προγράμματα Ψυχολογικής Προετοιμασίας: Χαρακτηριστικά, δομή των προγραμμάτων ψυχολογικής προετοιμασίας</p> <p>14. Τεχνικές χαλάρωσης – Τεχνική αναπνοών – Προοδευτική μουσική χαλάρωση</p> <p>15. Νοερή προπόνηση: Θεωρητικό υπόβαθρο, τύποι νοερής απεικόνισης, χρησιμότητα – αποτελεσματικότητα της νοερής προπόνησης</p> <p>16. Πρόσθετες τεχνικές στο πλαίσιο προγραμμάτων ψυχολογικής προετοιμασίας (τοποθέτηση στόχων, ανάπτυξη αυτοπεποίθησης κ.ά.)</p>

Αίθουσα διδασκαλίας: Διαδικτυακά – Δια ζώσης

Τίτλος	ΟΡΓΑΝΩΣΗ ΚΑΙ ΔΙΟΙΚΗΣΗ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ (10 διδακτικές ώρες)
Διδάσκων	Δημήτρης Γαργαλιάνος, Ph.D., M.P.E., Dipl., B.P.E., B.I.R. Αναπληρωτής Καθηγητής Οργάνωσης & Διοίκησης του Αθλητισμού, Τμήμα Επιστήμης Φυσικής Αγωγής & Αθλητισμού, Δημοκρίτειο Πανεπιστήμιο Θράκης
Περιεχόμενα	<ol style="list-style-type: none"> 1. Βασικές αρχές μάνατζμεντ 2. Λειτουργίες του μάνατζμεντ 3. Αξίες - Φιλοσοφία – Όραμα – Δήλωση αποστολής 4. Στόχοι – Αντικειμενικοί σκοποί 5. Διαδικασία λήψης αποφάσεων 6. Διοίκηση ανθρώπινου δυναμικού 7. Δεξιότητες ζωής 8. Κοινό πλαίσιο αξιολόγησης 9. Stakeholders 10. Χρηστή διακυβέρνηση

Αίθουσα διδασκαλίας: Διαδικτυακά

Τίτλος	ΚΙΝΗΤΙΚΗ ΜΑΘΗΣΗ (20 διδακτικές ώρες)
Διδάσκων	Νεκτάριος Σταύρου Αναπληρωτής Καθηγητής Αθλητικής Ψυχολογίας & Κινητικής Συμπεριφοράς, Σχολή Επιστήμης Φυσικής Αγωγής & Αθλητισμού, Εθνικό & Καποδιστριακό Πανεπιστήμιο Αθηνών
Περιεχόμενα	<ol style="list-style-type: none"> 1. Εισαγωγή στην κινητική συμπεριφορά: Έννοιες και εφαρμογές 2. Κινητικός έλεγχος – Κινητική μάθηση 3. Βασικές θεωρητικές προσεγγίσεις στην κινητική συμπεριφορά 4. Έρευνα & κινητική συμπεριφορά (ερευνητικές προσεγγίσεις, μέθοδοι έρευνας) 5. Κινητικές δεξιότητες (είδη – ταξινόμηση κινητικών δεξιοτήτων, γενική – ειδική κινητική ικανότητα) 6. Νευρικό σύστημα και κινητική συμπεριφορά 7. Μνήμη και κινητική συμπεριφορά 9. Αντίληψη – Προσοχή 8. Ο ρόλος της προσοχής στην κινητική απόδοση 9. Πληροφοριακή διαδικασία και λήψη αποφάσεων στον αθλητισμό 10. Διαδικασία επεξεργασίας πληροφοριών: Μηχανισμοί & στάδια επεξεργασίας πληροφοριών 11. Ανατροφοδότηση: Είδη ανατροφοδότησης – Η σημασία της ανατροφοδότησης στην αθλητική απόδοση 12. Κινητικό πρόγραμμα: Παραγωγή κινήσεων και κινητικών προτύπων

Αίθουσα διδασκαλίας: Διαδικτυακά – Δια ζώσης

Τίτλος	ΜΕΘΟΔΟΛΟΓΙΑ ΑΘΛΗΤΙΚΗΣ ΕΡΕΥΝΑΣ (10 διδακτικές ώρες)
Διδάσκων	Νεκτάριος Σταύρου Αναπληρωτής Καθηγητής Αθλητικής Ψυχολογίας & Κινητικής Συμπεριφοράς, Σχολή Επιστήμης Φυσικής Αγωγής & Αθλητισμού, Εθνικό & Καποδιστριακό Πανεπιστήμιο Αθηνών
Περιεχόμενα	<ol style="list-style-type: none"> 1. Εισαγωγή στη μεθοδολογία έρευνας
	<ol style="list-style-type: none"> 1. Στάδια της επιστημονικής έρευνας
	<ol style="list-style-type: none"> 2. Δεοντολογικά ζητήματα στην έρευνα
	<ol style="list-style-type: none"> 3. Ορισμός – διατύπωση του ερευνητικού προβλήματος
	<ol style="list-style-type: none"> 4. Αναζήτηση βιβλιογραφίας
	<ol style="list-style-type: none"> 5. Διατύπωση μεθόδου
	<ol style="list-style-type: none"> 6. Είδη επιστημονικής έρευνας
	<ol style="list-style-type: none"> 7. Περιγραφική έρευνα
	<ol style="list-style-type: none"> 8. Ερωτηματολόγιο
	<ol style="list-style-type: none"> 9. Ερευνητική συνέντευξη

Αίθουσα διδασκαλίας: Διαδικτυακά

Τίτλος	ΒΙΟΜΗΧΑΝΙΚΗ (10 διδακτικές ώρες)
Διδάσκων	Γεώργιος Πίγκος, MSc, PhD Ειδικός Επιστήμονας στη Βιοκινητική και Κινησιολογία των Αθλητικών Κινήσεων
Περιεχόμενα	<ol style="list-style-type: none"> 1. Εφαρμοσμένη βιοκινητική στην αθλητική κίνηση – Διαφοροποίηση και εστιασμός της κίνησης 2. Βιοκινητική παρέμβαση με στόχο την τεχνική βελτίωση ανάλογα με τις παρατηρούμενες ανατομικές ιδιαιτερότητες των παιδιών 3. Μηχανικό μοντέλο του μυός - Μορφολογικός και λειτουργικός διαχωρισμός των μυών - Μυϊκός κάματος, Μηχανικές ιδιότητες των μυών και εφαρμογή αυτών 4. Σχέση γωνίας και απόδοσης της παραγόμενης μυϊκής δύναμης. Ελαστική ενέργεια: Δέσμευση κατά την προδιάταση και απόδοση 5. Η επίδραση της θερμοκρασίας στη μυϊκή λειτουργία. Ενεργητική αύξηση της μυϊκής θερμοκρασίας 6. Κινησιόγραμμα της αθλητικής κίνησης. Βασικές αρχές για την ανάλυση κίνησης του αθλήματος. Μέθοδος προσδιορισμού του κέντρου βάρους του σώματος. Προσδιορισμός του κέντρου της άρθρωσης. Εφαρμοσμένη βιοκινητική ανάλυση των διαφορετικών φάσεων της κίνησης 7. Διανυσματική ανάλυση των παραμέτρων της κίνησης. Κατανόηση της τεχνικής εκτέλεσης κινήσεων 8. Επιλογή ασκήσεων εφαρμογής με κριτήριο την μείωση τραυματισμού

Αίθουσα διδασκαλίας: Διαδικτυακά – Δια ζώσης

Τίτλος	Αθλητική Διατροφή (10 διδακτικές ώρες)
Διδάσκων	Γιώργος Νάσσης PhD - Εργοφυσιολόγος
Περιεχόμενα	<ol style="list-style-type: none"> 1. Ενεργειακές πηγές και η σχέση τους με τη διατροφή 2. Υδατάνθρακες και βασικές έννοιες του μεταβολισμού τους. 3. Λίπη και βασικές έννοιες του μεταβολισμού τους. 4. Πρωτεΐνες και βασικές έννοιες του μεταβολισμού τους. 5. Νερό και ηλεκτρολύτες 6. Βιταμίνες 7. Ενεργειακό ισοζύγιο και ρύθμιση βάρους σώματος 8. Διατροφή και απόδοση 9. Διατροφή και υγεία

Αίθουσα διδασκαλίας: Διαδικτυακά

Τίτλος	ΑΘΛΗΤΙΚΗ ΠΑΙΔΑΓΩΓΙΚΗ (10 διδακτικές ώρες)
Διδάσκων	Κατερίνα Μουρατίδου Καθηγήτρια Παιδαγωγικής της Φυσικής Αγωγής & του Αθλητισμού, Σχολή Επιστήμης Φυσικής Αγωγής & Αθλητισμού Σερρών
Περιεχόμενα	<ol style="list-style-type: none"> 1. Εισαγωγή στην αθλητική παιδαγωγική (βασικές έννοιες, σκοποί, στόχοι και μέσα διδασκαλίας) 2. Μέθοδοι και στρατηγικές (στιλ) διδασκαλίας 3. Παιδαγωγική διαδικασία: Δομικά γνωρίσματα και προϋποθέσεις 4. Γενικά στοιχεία για το παιδί/τον έφηβο και την κινητική ανάπτυξή του 5. Βασικές έννοιες και στοιχεία μάθησης για ασκούμενους 6. Κίνητρα και Φυσική Δραστηριότητα. Βασικές θεωρίες 7. Πρωταθλητισμός για παιδιά από τη σκοπιά της Παιδαγωγικής

Αίθουσα διδασκαλίας: Διαδικτυακά

Τίτλος	ΕΙΔΙΚΑ ΘΕΜΑΤΑ Αντιντόπιγκ <i>(5 διδακτικές ώρες)</i>
Διδάσκων	Χρήστος Παπούλιας Εκπρόσωπος ΕΟΚΑΝ
Περιεχόμενα	1. Ισχύον πλαίσιο

Αίθουσα διδασκαλίας: Διαδικτυακά

Τίτλος	ΕΙΔΙΚΑ ΘΕΜΑΤΑ Παραβίαση δικαιωμάτων παιδιού και πλαίσιο παιδικής προστασίας <i>(5 διδακτικές ώρες)</i>
Διδάσκων	Γιώργος Νικολαΐδης Ψυχίατρος, MD, MA, PhD Διευθυντής Διεύθυνσης Ψυχικής Υγείας και Κοινωνικής Πρόνοιας
Περιεχόμενα	1. Ισχύον πλαίσιο
	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).

Αίθουσα διδασκαλίας: Διαδικτυακά

Τίτλος	ΕΙΔΙΚΑ ΘΕΜΑΤΑ Ηθική και ακεραιότητα στον αθλητισμό <i>(5 διδακτικές ώρες)</i>
Διδάσκων	Βασίλης Μηνούδης
Περιεχόμενα	1. Ηθική ικανότητα και αθλητισμός
	2. Οι έννοιες των «fair play» και «sportsmanship».
	3. Παράμετροι που επηρεάζουν την ηθική στον αθλητισμό. Προτάσεις για υποστήριξη της ακεραιότητας στον αθλητισμό

Αίθουσα διδασκαλίας: Διαδικτυακά

Τίτλος	ΕΙΔΙΚΑ ΘΕΜΑΤΑ Αντιμετώπιση της αθλητικής βίας <i>(5 διδακτικές ώρες)</i>
Διδάσκων	Νεκτάριος Σταύρου Αναπλ. Καθηγητής Αθλητικής Ψυχολογίας & Κινητικής Συμπεριφοράς, Σχολή Επιστήμης Φυσικής Αγωγής & Αθλητισμού, Εθνικό & Καποδιστριακό Πανεπιστήμιο Αθηνών
Περιεχόμενα	1. Μορφές βίας στον αθλητισμό
	2. Αιτίες και τρόποι αντιμετώπισης των βίαιων συμπεριφορών στον αθλητισμό

Αίθουσα διδασκαλίας: Διαδικτυακά

Τίτλος	ΚΑΝΟΝΙΣΜΟΙ
---------------	-------------------

	(5 διδακτικές ώρες)
Διδάσκων	Κατερίνα Πλακούδα Διεθνής Κριτής Τοξοβολίας – Καθηγήτρια Φυσικής Αγωγής
Περιεχόμενα	<ol style="list-style-type: none"> 1. Κανονισμοί τοξοβολίας 2. Κανονισμοί τοξοβολίας ολυμπιακού τόξου 3. Κανονισμοί τοξοβολίας σύνθετου τόξου 4. Κανονισμοί ασφάλειας στην τοξοβολία 5. Ο ρόλος και οι αρμοδιότητες του κριτή τοξοβολίας

Αίθουσα διδασκαλίας: Δια ζώσης

Ενδεικτικό Ωρολόγιο Πρόγραμμα

	Μάρτιος	Απρίλιος	Μάϊος	Ιούνιος	Ιούλιος	Αύγουστος	Σεπτέμβριος	Οκτώβριος	Νοέμβριος
Ανατομία			X						
Φυσιολογία			X						
Εργοφυσιολογία			X	X					
Φυσικοθεραπεία				X					
Βιομηχανική					X				
Κινητική Μάθηση				X					
Οργάνωση & διοίκηση αθλητισμού						X			
Αθλητική Ψυχολογία			X	X	X	X			
Αθλητική Παιδαγωγική				X	X				
Αθλητική Διαιτολογία						X			
Μεθοδολογία Έρευνας							X		
Γενική Προπονητική					X	X	X		
Τεχνική ανάλυση					X	X	X		
Ειδική Προπονητική					X	X	X		
Μεθοδολογία Διδασκαλίας					X	X	v		
Ειδικά θέματα						X	X	X	X
Προπονητική εξάσκηση					X	X	X		
Κανονισμοί							X		
Εξετάσεις									X

A. Διάρκεια Διδασκαλίας

1. Η διάρκεια της ωριαίας διδασκαλίας όλων των μαθημάτων καθορίζεται σε 45 λεπτά μετά τη λήξη της οποίας ακολουθεί διάλειμμα δεκαπέντε (15) λεπτών. Η διάρκεια της ωριαίας διδασκαλίας της εξ αποστάσεως ασύγχρονης εκπαίδευσης ορίζεται στα 25 - 35 λεπτά. Ο μέγιστος αριθμός των ωρών διδασκαλίας καθορίζεται σε έως δέκα (10) ώρες ανά ημέρα κατάρτισης.
2. Η διδασκαλία των πρακτικών ή του πρακτικού μέρους μικτών μαθημάτων είναι δυνατό να γίνεται μέχρι τρεις (3) ώρες ημερησίως.
3. Μετά την είσοδο του εκπαιδευτή στην αίθουσα διδασκαλίας ή στον προπονητικό χώρο δεν επιτρέπεται η είσοδος των εκπαιδευομένων.
4. Οι παρουσίες λαμβάνονται υποχρεωτικά ανά ώρα εκπαίδευσης κατά την έναρξη της και με ευθύνη του εκπαιδευτή ή των εκπαιδευτών.
5. Η διδασκαλία των μαθημάτων θα γίνει στην ελληνική γλώσσα.

B. Πλατφόρμα διαδικτυακής εκπαίδευσης Σχολή Προπονητών Τοξοβολίας Γ' Κατηγορίας

Η πλατφόρμα της ασύγχρονης διαδικτυακής εκπαίδευσης βασίζεται στην πλατφόρμα moodle, η οποία είναι διασυνδεδεμένη και ενοποιημένη με την πλατφόρμα της Microsoft Office 365 που πρόσφατα άλλαξε όνομα σε Microsoft 365. Υπάρχει πλήρης καταγραφή πότε συνδέθηκε και αποσυνδέθηκε ο χρήστης/εκπαιδευόμενος, για πόση ώρα παρέμεινε ενεργός, τις δραστηριότητες που έκανε κατά τη διάρκεια που ήταν ενεργός. Υπάρχει τρόπος καταγραφής παρουσιών για την παρακολούθηση κάθε ενότητας μέσω κουίζ ερωτήσεων που αποστέλλονται από τους υπευθύνους των μαθημάτων. Το συγκεκριμένο κουίζ ερωτήσεων θα πρέπει να απαντήσει ο εκπαιδευόμενος με ποσοστό επιτυχίας 75% μετά από την παρακολούθηση κάθε διδακτικής ενότητας. Η προϋπόθεση για το ξεκλείδωμα της επόμενης διδακτικής ενότητας είναι να έχει απαντήσει επιτυχώς στο κουίζ της προηγούμενης. Σε περίπτωση αποτυχίας έχει τη δυνατότητα συνολικά να προσπαθήσει το κουίζ 3 φορές, αφού όμως κάθε φορά ξανά παρακολουθήσει την διάλεξη της αντίστοιχης ενότητας. Σε περίπτωση που και τις τρεις φορές δεν έχει βαθμό επιτυχίας τουλάχιστον 75% παίρνει απουσία για την συγκεκριμένη ενότητα (1 ώρας) και ξεκλειδώνεται η επόμενη ενότητα για να προχωρήσει. Στο τέλος κάθε μαθήματος σε χώρο που είναι διαθέσιμος συνεχώς για όλους τους

εκπαιδευόμενους υπάρχουν οι σημειώσεις του συγκεκριμένου μαθήματος ώστε οι εκπαιδευόμενοι να τις κάνουν λήψη στην τοπική τους συσκευή. Τα μαθήματα είναι διαθέσιμα 24 ώρες το εικοσιτετράωρο. Παράλληλα υπάρχει σύστημα αποστολής μηνυμάτων στα ακαδημαϊκά e-mail των εκπαιδευομένων που σίγουρα θα παραδοθεί καθώς είναι ενδο-εταιρικό, δεν παρεμβάλλεται δηλαδή άλλος server για την παράδοση του.

Κάθε μάθημα του 1ου και 2ου κύκλου διάρκειας δέκα (10) διδακτικών ωρών ασύγχρονης εκπαίδευσης θα παραμένει διαθέσιμο για την κατοχύρωση της παρουσίας έως δέκα (10) μέρες. Αν η διάρκεια κάποιου μαθήματος περιλαμβάνει περισσότερες των δέκα (10) διδακτικών ωρών, οι μέρες που θα παραμένει διαθέσιμο το μάθημα θα αυξάνεται κατά αντιστοιχία του αριθμού των ωρών του μαθήματος και έως δεκαπέντε (15) μέρες.

Η πλατφόρμα της σύγχρονης διαδικτυακής εκπαίδευσης είναι η ευρέως διαδομένη πλατφόρμα Webex. Η συγκεκριμένη πλατφόρμα έχει τη δυνατότητα μεταφοράς ήχου και εικόνας με αποτέλεσμα την πλήρη και ολοκληρωμένη επικοινωνία εκπαιδευτή – εκπαιδευομένου. Μπορεί ο εκπαιδευόμενος να διατυπώσει τις ερωτήσεις του προφορικά ή γραπτά και να απαντηθούν από τον εκπαιδευτή σε κάθε στιγμή της εκπαιδευτικής διαδικασίας. Επίσης, ο εκπαιδευτής έχει τη δυνατότητα να ελέγχει την παρουσία των εκπαιδευομένων καθόλη τη διάρκεια μέσω της λήψης παρουσιών, οι οποίες μπορούν να ληφθούν και ηλεκτρονικά, δηλαδή αυτοματοποιημένα από την πλατφόρμα Webex. Η συγκεκριμένη πλατφόρμα μπορεί να καλύψει με πληρότητα τις ανάγκες τη φύση του διδακτικού αντικειμένου τόσο ως προς ποιοτικά στοιχεία (ήχος, εικόνα), όσο και ποσοτικά χαρακτηριστικά, όπως είναι ο αριθμός των εκπαιδευομένων.

Κάθε εκπαιδευόμενος είναι απαραίτητο να διαθέτει προκειμένου να συμμετέχει στη σχολή ηλεκτρονικό υπολογιστή, δυνατότητα λήψης και μεταφοράς ήχου, μικρόφωνο και κάμερα. Κατά τη διάρκεια της σύγχρονης διαδικτυακής εκπαίδευσης ο εκπαιδευόμενος είναι υποχρεωμένος να έχει ενεργή (ανοικτή) την κάμερα του υπολογιστή του και να είναι διαθέσιμος σε ερωτήσεις του διδάσκοντα του μαθήματος. Ο εκπαιδευτής και υπεύθυνος του μαθήματος κατά τη διάρκεια της σύγχρονης διαδικτυακής εκπαίδευσης μπορεί να διατυπώνει κουίζ ερωτήσεων (google forms) τις οποίες οι εκπαιδευόμενοι θα καλούνται να απαντήσουν σε σύντομο χρονικό διάστημα (έως 2 λεπτά), μέσω των οποίων ελέγχεται η παρακολούθηση και η παρουσία των εκπαιδευομένων στο μάθημα. Παράλληλα, το webex έχει τη δυνατότητα καταγραφής των παρουσιών των διδασκόμενων, μέσω της σημείωσης

της ώρα εισόδου και εξόδου από το σύστημα. Επίσης, το Webex σύστημα δίνει τη δυνατότητα να αποβάλει εκπαιδευόμενο από το μάθημα, να διατυπώσει ερωτήσεις ή μηνύματα στο σύνολο των εκπαιδευόμενων, ή προσωπικά σε εκπαιδευόμενο της επιλογής του.

Γ. Γραπτή εργασία

Στο πλαίσιο των διδακτικών υποχρεώσεων των συμμετεχόντων της Σχολής Προπονητών Τοξοβολίας Γ' κατηγορίας είναι η εκπόνηση γραπτής εργασίας. Η γραπτή εργασία θα πραγματοποιηθεί σε θεματολογία της διδασκόμενης ύλης της σχολής από τους συνεργαζόμενους διδάσκοντες της σχολής και κατόπιν απόφασης του Διευθυντή της Σχολής. Τα κριτήρια αξιολόγησης της γραπτής εργασίας θα είναι τα ακόλουθα: η σαφήνεια του λόγου και της παρουσίασης των ζητούμενων της εργασίας, η οργάνωση σε διακριτά μέρη απαντώντας στα ερωτήματα και τα θέματα της εργασίας, η χρήση επιστημονικού λόγου, η χρήση και η παράθεση βιβλιογραφικών αναφορών και επιστημονικής τεκμηρίωσης του κειμένου

Η εργασία μπορεί να είναι ατομική ή αποτέλεσμα της συνεργασίας δύο εκπαιδευόμενων. Η ατομική εργασία θα πρέπει να έχει έκταση από πέντε (5) έως οκτώ (8) σελίδες, ενώ στην περίπτωση που η εκπόνηση της εργασίας θα γίνει με τη συνεργασία δύο εκπαιδευόμενων η έκταση της εργασίας θα πρέπει να είναι από δέκα (10) έως δέκα πέντε (15) σελίδες. Η εργασία θα πρέπει να είναι γραμμένη με γραμματοσειρά Times New Roman ή Calibri, με μέγεθος της γραμματοσειράς 12 pt, το διάστιχο 1,5 και τα περιθώρια στη σελίδα θα πρέπει να είναι 2,5cm δεξιά, αριστερά της σελίδα καθώς και στο πάνω και κάτω μέρος της σελίδας. Η θεματολογία των εργασιών θα ορισθεί από το Διευθυντή της Σχολής Προπονητών Τοξοβολίας Γ' κατηγορίας σε συνεργασία με τους διδάσκοντες στη Σχολή.

Δ. 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 Τ.Ε.Φ.Α.Α. 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.

Ε. 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 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 τότε με απόφαση του Δ/ντη της Σχολής διακόπτεται η παρακολούθηση του.
4. 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 εικοσαημέρου (ενδεικτικά) μετά τη λήξη των μαθημάτων της Σχολής.
3. Ο Διευθυντής της Σχολής έχει τη γενική ευθύνη της εύρυθμης διεξαγωγής των εξετάσεων, ο οποίος παράλληλα 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 μιας τριμελούς επιτροπής αποτελούμενη από το Διευθυντή της Σχολής και δύο διδάσκοντες που δίδαξαν 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 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 της εξεταστικής επιτροπής, ειδικά σφραγισμένα και υπογεγραμμένα, ιδιόχειρα από τον εξεταστή του μαθήματος, φύλλα χάρτου-κόλλες αναφοράς ή τυπωμένα ερωτηματολόγια.
2. Στην αρχή της εξέτασης γίνεται από τα μέλη της Εξεταστικής Επιτροπής έλεγχος των στοιχείων ταυτότητας των εξεταζόμενων.

3. Τα φύλλα θεμάτων και απαντήσεων επιστρέφονται στα μέλη της Εξεταστικής Επιτροπής, μετά το πέρας της επεξεργασίας των θεμάτων.
4. Η Εξεταστική Επιτροπή αφού διαγράψει τα τυχόν κενά στα φύλλα απαντήσεων, καταμετρά τα γραπτά και τα αντιπαραβάλλει με την κατάσταση των υποψηφίων που είχαν δικαίωμα συμμετοχής στην εξέταση, πιστοποιεί τους απόντες και αναγράφει τα ονοματεπώνυμά 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 Τ.Ε.Φ.Α.Α. καθώς και άλλων τμημάτων Α.Ε.Ι. 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:

ΤΡΟΠΟΣ ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗΣ					
ΚΥΚΛΟΣ/ΤΟΜΕΑΣ 1 ΓΕΝΙΚΩΝ ΜΑΘΗΜΑΤΩΝ					
Μαθήματα	Γραπτές εξετάσεις	Τεστ πολλαπλών απαντήσεων	Προφορικές εξετάσεις	Αξιολόγηση εργασιών	Πρακτικές εξετάσεις
Ανατομία		100%			
Φυσιολογία		100%			
Εργοφυσιολογία		100%			
Φυσικοθεραπεία		100%			
Βιομηχανική		100%			
Αθλητική Διαιτολογία		100%			
Κινητική Μάθηση		100%			
Οργάνωση & διοίκηση αθλητισμού		100%			

ΤΡΟΠΟΣ ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗΣ					
ΚΥΚΛΟΣ/ΤΟΜΕΑΣ 1 ΓΕΝΙΚΩΝ ΜΑΘΗΜΑΤΩΝ					
Μαθήματα	Γραπτές εξετάσεις	Τεστ πολλαπλών απαντήσεων	Προφορικές εξετάσεις	Αξιολόγηση εργασιών	Πρακτικές εξετάσεις
Αθλητική Ψυχολογία		100%			
Αθλητική Παιδαγωγική		100%			
Μεθοδολογία Αθλητικής Έρευνας		100%			
Γενική Προπονητική		100%			
Τεχνική ανάλυση		100%			
Ειδική Προπονητική		100%			
Μεθοδολογία Διδασκαλίας		100%			
Ειδικά θέματα		100%			
Προπονητική εξάσκηση		100%			
Κανονισμοί		100%			

Χορήγηση Διπλώματος

Προπονητή Τοξοβολίας Γ' Κατηγορίας

1. Δίπλωμα της Σχολής Προπονητών Τοξοβολίας 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.