

**ΣΧΟΛΗ ΠΡΟΠΟΝΗΤΩΝ**  
**ΚΑΝΟΕΚΑΓΙΑΚ - SUP- SURFING**  
**Γ΄ ΚΑΤΗΓΟΡΙΑΣ**  
**ΑΘΗΝΑ 2024**

ΟΔΗΓΟΣ ΣΠΟΥΔΩΝ – ΚΑΝΟΝΙΣΜΟΣ ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑΣ



Ισχύει για τους συμμετέχοντες που εισήχθησαν για την περίοδο 2024

# Περιεχόμενα

---

---

ΝΟΜΟΘΕΤΙΚΟ ΠΛΑΙΣΙΟ.....	3
ΕΠΙΤΡΟΠΗ ΔΙΟΙΚΗΣΗΣ.....	4
ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΣΠΟΥΔΩΝ .....	5
ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΟ ΜΑΘΗΜΑΤΩΝ – ΔΙΔΑΚΤΙΚΟ ΠΡΟΣΩΠΙΚΟ .....	9
ΕΝΔΕΙΚΤΙΚΟ ΩΡΟΛΟΓΙΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ .....	36
ΕΞΕΤΑΣΕΙΣ.....	39
ΚΑΤΑΒΟΛΗ ΔΙΔΑΚΤΡΩΝ & ΧΟΡΗΓΗΣΗ ΔΙΠΛΩΜΑΤΟΣ... ..	43

## 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, καθορίζεται στο ποσό των 400 ευρώ για κάθε ειδικευση. Στην περίπτωση που οι υποψήφιοι επιθυμούν να λάβουν μέρος: α) και στις δύο (2) εξειδικεύσεις (πχ. ΚΑΝΟΕ - ΚΑΓΙΑΚ και Όρθιας Σανιδοκωπηλασίας (SUP) τα δίδακτρα της φοίτησης για τη δεύτερη εξειδίκευση καθορίζονται στα 200€ αντί 400€, σύνολο και για τις δύο 600€ και β) και στις τρεις (3) ειδικεύσεις (πχ. ΚΑΝΟΕ - ΚΑΓΙΑΚ, Όρθιας Σανιδοκωπηλασίας (SUP) και Κυματολίσθησης με σανίδα (SURFING)) τα δίδακτρα της φοίτησης για την τρίτη εξειδίκευση καθορίζονται στα 100€ αντί 400€, σύνολο και για τις τρεις εξειδικεύσεις 700€.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.»

## ΕπιτροπήΔιοίκησης

---

Η Σχολή Προπονητών Κάνοε Καγιάκ, Όρθιας Σανιδοκωπηλασίας (SUP) & Κυματολίσθησης με σανίδα (SURFING) Γ' Κατηγορίας σύμφωνα με την Υπουργική Απόφαση (ΦΕΚ 6779/Β/01.12.2023) διοικείται από πενταμελή επιτροπή που συγκροτείται από τους:

1. ΣΑΡΑΚΑΤΣΑΝΗ ΚΑΤΙΑ, υπάλληλος της Γ.Γ.Α., ως Πρόεδρος.
2. ΧΑΔΟΥ ΕΛΕΝΑ, υπάλληλος της Γ.Γ.Α., ως μέλος
3. ΣΤΑΥΡΟΓΙΑΝΝΗ ΕΥΦΡΟΣΥΝΗ, υπάλληλος της Γ.Γ.Α.ως μέλος.
- 4.ΝΙΚΟΛΟΠΟΥΛΟΣ ΑΝΤΩΝΙΟΣ, Γενικός Γραμματέας της Ελληνικής Ομοσπονδίας Κάνοε -Καγιάκ, ως μέλος.
5. ΒΙΛΛΙΩΤΗΣ ΑΘΑΝΑΣΙΟΣ, εκπρόσωπος προπονητών,ως μέλος.

Γραμματέας της Επιτροπής ορίζεται η ΣΑΚΕΛΛΑΡΟΠΟΥΛΟΥ ΑΝΔΡΙΑΝΑ, υπάλληλος της Γ.Γ.Α.

Διευθυντής της ενιαίας σχολής ορίζεται ο ΜΟΥΡΤΑΚΟΣ ΣΤΑΜΑΤΙΟΣ, κάτοχος Ph.D, Επιστημονικός Συνεργάτης και Διδάσκων Σ.Ε.Φ.Α.Α. του Ε.Κ.ΠΑ. και Τεχνικός Διευθυντής της Σχολής ο ΑΓΓΕΛΑΚΗΣ ΕΜΜΑΝΟΥΗΛ, Πτυχιούχος Φυσικής Αγωγής, Σ.Ε.Φ.Α.Α. του Ε.Κ.ΠΑ. MSc Τ.Ε.Φ.Α.Α, Δ.Π.Θ και Π.Θ, προπονητής Κάνοε Καγιάκ Α επιπέδου.

## Πρόγραμμα Σπουδών

### Α.Κατανομή Μαθημάτων

Τα μαθήματα Σχολής Προπονητών Κάνοε Καγάκ, Sup, Surfing Γ' Κατηγορίας διακρίνονται σε γενικά μαθήματα όπου αποτελούνται από θεωρητικά μαθήματα και σε μαθήματα ειδίκευσης όπου αποτελούνται από πρακτικά και θεωρητικά μαθήματα. Οι συμμετέχοντες πρέπει να παρακολουθήσουν και να εξεταστούν επιτυχώς σε όλα τα παρακάτω μαθήματα:

**ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΚΥΚΛΟΥ ΜΑΘΗΜΑΤΩΝ  
ΓΕΝΙΚΩΝ ΜΑΘΗΜΑΤΩΝ ΘΕΩΡΗΤΙΚΑ ΜΑΘΗΜΑΤΑ  
ΚΥΚΛΟΣ 1 /ΤΟΜΕΑΣ 1  
ΑΘΛΗΜΑΤΑ**

	<b>ΚΑΝΟΕ ΚΑΓΙΑΚ</b>		<b>SUP</b>		<b>SURF</b>	
	<b>ΚΥΚΛΟΣ/ΤΟΜΕΑΣ 1 ΓΕΝΙΚΑ ΜΑΘΗΜΑΤΑ (ΕΠΙΠΕΔΟ 1)</b>		<b>ΚΥΚΛΟΣ/ΤΟΜΕΑΣ 1 ΓΕΝΙΚΑ ΜΑΘΗΜΑΤΑ (ΕΠΙΠΕΔΟ 1)</b>		<b>ΚΥΚΛΟΣ/ΤΟΜΕΑΣ 1 ΓΕΝΙΚΑ ΜΑΘΗΜΑΤΑ (ΕΠΙΠΕΔΟ 1)</b>	
<b>A/A</b>	<b>ΜΑΘΗΜΑ</b>	<b>ΩΡΕΣ</b>	<b>ΜΑΘΗΜΑ</b>	<b>ΩΡΕΣ</b>	<b>ΜΑΘΗΜΑ</b>	<b>ΩΡΕΣ</b>
<b>1</b>	ΑΝΑΤΟΜΙΑ	<b>12</b>	ΑΝΑΤΟΜΙΑ	<b>12</b>	ΑΝΑΤΟΜΙΑ	<b>12</b>
<b>2</b>	ΦΥΣΙΟΛΟΓΙΑ	<b>12</b>	ΦΥΣΙΟΛΟΓΙΑ	<b>12</b>	ΦΥΣΙΟΛΟΓΙΑ	<b>12</b>
<b>3</b>	ΕΡΓΟΦΥΣΙΟΛΟΓΙΑ	<b>12</b>	ΕΡΓΟΦΥΣΙΟΛΟΓΙΑ	<b>12</b>	ΕΡΓΟΦΥΣΙΟΛΟΓΙΑ	<b>12</b>
<b>4</b>	ΦΥΣΙΚΟΘΕΡΑΠΕΙΑ	<b>12</b>	ΦΥΣΙΚΟΘΕΡΑΠΕΙΑ	<b>12</b>	ΦΥΣΙΚΟΘΕΡΑΠΕΙΑ	<b>12</b>
<b>5</b>	ΒΙΟΜΗΧΑΝΙΚΗ	<b>12</b>	ΒΙΟΜΗΧΑΝΙΚΗ	<b>12</b>	ΒΙΟΜΗΧΑΝΙΚΗ	<b>12</b>
	<b>ΚΥΚΛΟΣ/ΤΟΜΕΑΣ 2 ΓΕΝΙΚΑ ΜΑΘΗΜΑΤΑ (ΕΠΙΠΕΔΟ 1)</b>		<b>ΚΥΚΛΟΣ/ΤΟΜΕΑΣ 2 ΓΕΝΙΚΑ ΜΑΘΗΜΑΤΑ (ΕΠΙΠΕΔΟ 1)</b>		<b>ΚΥΚΛΟΣ/ΤΟΜΕΑΣ 2 ΓΕΝΙΚΑ ΜΑΘΗΜΑΤΑ (ΕΠΙΠΕΔΟ 1)</b>	
<b>A/A</b>	<b>ΜΑΘΗΜΑ</b>	<b>ΩΡΕΣ</b>	<b>ΜΑΘΗΜΑ</b>	<b>ΩΡΕΣ</b>	<b>ΜΑΘΗΜΑ</b>	<b>ΩΡΕΣ</b>
<b>1</b>	ΚΙΝΗΤΙΚΗ ΜΑΘΗΣΗ	<b>12</b>	ΚΙΝΗΤΙΚΗ ΜΑΘΗΣΗ	<b>12</b>	ΚΙΝΗΤΙΚΗ ΜΑΘΗΣΗ	<b>12</b>
<b>2</b>	ΟΡΓΑΝΩΣΗ ΔΙΟΙΚΗΣΗ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ	<b>12</b>	ΟΡΓΑΝΩΣΗ ΔΙΟΙΚΗΣΗ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ	<b>12</b>	ΟΡΓΑΝΩΣΗ ΔΙΟΙΚΗΣΗ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ	<b>12</b>
<b>3</b>	ΑΘΛΗΤΙΚΗ ΨΥΧΟΛΟΓΙΑ	<b>12</b>	ΑΘΛΗΤΙΚΗ ΨΥΧΟΛΟΓΙΑ	<b>12</b>	ΑΘΛΗΤΙΚΗ ΨΥΧΟΛΟΓΙΑ	<b>12</b>
<b>4</b>	ΑΘΛΗΤΙΚΗ ΠΑΙΔΑΓΩΓΙΚΗ	<b>12</b>	ΑΘΛΗΤΙΚΗ ΠΑΙΔΑΓΩΓΙΚΗ	<b>12</b>	ΑΘΛΗΤΙΚΗ ΠΑΙΔΑΓΩΓΙΚΗ	<b>12</b>
<b>5</b>	ΜΕΘΟΔΟΛΟΓΙΑ ΑΘΛΗΤΙΚΗΣ ΕΡΕΥΝΑΣ	<b>12</b>	ΜΕΘΟΔΟΛΟΓΙΑ ΑΘΛΗΤΙΚΗΣ ΕΡΕΥΝΑΣ	<b>12</b>	ΜΕΘΟΔΟΛΟΓΙΑ ΑΘΛΗΤΙΚΗΣ ΕΡΕΥΝΑΣ	<b>12</b>
	<b>ΥΠΟΣΥΝΟΛΟ ΩΡΩΝ ΚΥΚΛΩΝ 1 &amp; 2</b>	<b>120</b>	<b>ΥΠΟΣΥΝΟΛΟ ΩΡΩΝ ΚΥΚΛΩΝ 1 &amp; 2</b>	<b>120</b>	<b>ΥΠΟΣΥΝΟΛΟ ΩΡΩΝ ΚΥΚΛΩΝ 1 &amp; 2</b>	<b>120</b>
	<b>ΚΥΚΛΟΣ 3 /ΤΟΜΕΑΣ 3 ΜΑΘΗΜΑΤΑ ΕΙΔΙΚΕΥΣΗΣ (ΕΠΙΠΕΔΟ 1)</b>		<b>ΚΥΚΛΟΣ3 /ΤΟΜΕΑΣ 3 ΜΑΘΗΜΑΤΑ ΕΙΔΙΚΕΥΣΗΣ (ΕΠΙΠΕΔΟ 1)</b>		<b>ΚΥΚΛΟΣ3 /ΤΟΜΕΑΣ 3 ΜΑΘΗΜΑΤΑ ΕΙΔΙΚΕΥΣΗΣ (ΕΠΙΠΕΔΟ 1)</b>	
<b>A/A</b>	<b>ΜΑΘΗΜΑ</b>	<b>ΩΡΕΣ</b>	<b>ΜΑΘΗΜΑ</b>	<b>ΩΡΕΣ</b>	<b>ΜΑΘΗΜΑ</b>	<b>ΩΡΕΣ</b>
<b>1</b>	ΓΕΝΙΚΗ ΠΡΟΠΟΝΗΤΙΚΗ	<b>25</b>	ΓΕΝΙΚΗ ΠΡΟΠΟΝΗΤΙΚΗ	<b>25</b>	ΓΕΝΙΚΗ ΠΡΟΠΟΝΗΤΙΚΗ	<b>25</b>
<b>2</b>	ΤΕΧΝΙΚΗ ΑΝΑΛΥΣΗ	<b>15</b>	ΤΕΧΝΙΚΗ ΑΝΑΛΥΣΗ	<b>15</b>	ΤΕΧΝΙΚΗ ΑΝΑΛΥΣΗ	<b>20</b>
<b>3</b>	ΕΙΔΙΚΗ ΠΡΟΠΟΝΗΤΙΚΗ	<b>15</b>	ΕΙΔΙΚΗ ΠΡΟΠΟΝΗΤΙΚΗ	<b>15</b>	ΕΙΔΙΚΗ ΠΡΟΠΟΝΗΤΙΚΗ	<b>20</b>
<b>4</b>	ΜΕΘΟΔΟΛΟΓΙΑ ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑΣ	<b>10</b>	ΜΕΘΟΔΟΛΟΓΙΑ ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑΣ	<b>10</b>	ΜΕΘΟΔΟΛΟΓΙΑ ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑΣ	<b>10</b>
<b>5</b>	ΠΡΟΠΟΝΗΤΙΚΗ ΕΞΑΣΚΗΣΗ	<b>20</b>	ΠΡΟΠΟΝΗΤΙΚΗ ΕΞΑΣΚΗΣΗ	<b>20</b>	ΠΡΟΠΟΝΗΤΙΚΗ ΕΞΑΣΚΗΣΗ	<b>25</b>
<b>6</b>	ΚΑΝΟΝΙΣΜΟΙ	<b>10</b>	ΚΑΝΟΝΙΣΜΟΙ	<b>10</b>	ΚΑΝΟΝΙΣΜΟΙ	<b>10</b>

<b>8</b>	ΕΙΔΙΚΑ ΘΕΜΑΤΑ: 1.Αντιντόπινγκ & Ηθική και Ακεραιότητα στον αθλητισμό 2.Ασφάλεια και διάσωση στο ποτάμι 3.Ασφάλεια και διάσωση στη θάλασσα 4.Ναυαθλητικές δραστηριότητες αναψυχής Κανόε – Καγιάκ, Όρθια Σανιδοκωπηλασία (SUP) &Κυματολίσθηση με σανίδα (SURFING)-. 5.Πλαίσιο παιδικής προστασίας 6.Προσαρμογές αθλήματος για ΑμεΑ	<b>55</b>	ΕΙΔΙΚΑ ΘΕΜΑΤΑ: 1.Αντιντόπινγκ & Ηθική και Ακεραιότητα στον αθλητισμό 2.Ασφάλεια και διάσωση στο ποτάμι 3.Ασφάλεια και διάσωση στη θάλασσα 4.Ναυαθλητικές δραστηριότητες αναψυχής Κανόε – Καγιάκ, Όρθια Σανιδοκωπηλασία (SUP) &Κυματολίσθηση με σανίδα (SURFING)-. 5.Πλαίσιο παιδικής προστασίας 6.Προσαρμογές αθλήματος για ΑμεΑ	<b>55</b>	ΕΙΔΙΚΑ ΘΕΜΑΤΑ: 1.Αντιντόπινγκ & Ηθική και Ακεραιότητα στον αθλητισμό 2.Ασφάλεια και διάσωση στη θάλασσα 3.Ναυαθλητικές δραστηριότητες αναψυχής Κανόε – Καγιάκ, Όρθια Σανιδοκωπηλασία (SUP) &Κυματολίσθηση με σανίδα (SURFING)-. 4.Πλαίσιο παιδικής προστασίας 5.Προσαρμογές αθλήματος για ΑμεΑ	<b>40</b>
	<b>ΥΠΟΣΥΝΟΛΟ ΩΡΩΝ ΚΥΚΛΟΥ 3</b>	<b>150</b>	<b>ΥΠΟΣΥΝΟΛΟ ΩΡΩΝ ΚΥΚΛΟΥ 3</b>	<b>150</b>	<b>ΥΠΟΣΥΝΟΛΟ ΩΡΩΝ ΚΥΚΛΟΥ 3</b>	<b>150</b>
	<b>ΔΙΠΛΩΜΑΤΙΚΗ ΕΡΓΑΣΙΑ</b>	<b>30</b>	<b>ΔΙΠΛΩΜΑΤΙΚΗ ΕΡΓΑΣΙΑ</b>	<b>30</b>	<b>ΔΙΠΛΩΜΑΤΙΚΗ ΕΡΓΑΣΙΑ</b>	<b>30</b>
	<b>ΓΕΝΙΚΟ ΣΥΝΟΛΟ ΩΡΩΝ</b>	<b>300</b>	<b>ΓΕΝΙΚΟ ΣΥΝΟΛΟ ΩΡΩΝ</b>	<b>300</b>	<b>ΓΕΝΙΚΟ ΣΥΝΟΛΟ ΩΡΩΝ</b>	<b>300</b>

**ΕΠΟΠΤΕΥΟΜΕΝΗ ΚΑΘΟΔΗΓΟΥΜΕΝΗ ΠΡΑΚΤΙΚΗ ΕΞΑΣΚΗΣΗ: 50 ΩΡΕΣ**

**ΚΑΤΑΝΟΜΗ ΩΡΩΝ ΣΤΑ ΕΙΔΙΚΑ ΘΕΜΑΤΑ**

A/A	ΜΑΘΗΜΑ	ΩΡΕΣ	ΜΑΘΗΜΑ	ΩΡΕΣ	ΜΑΘΗΜΑ	ΩΡΕΣ
<b>8.1</b>	ΕΙΔΙΚΑ ΘΕΜΑΤΑ: Αντιντόπινγκ & Ηθική και Ακεραιότητα στον αθλητισμό	<b>10</b>	ΕΙΔΙΚΑ ΘΕΜΑΤΑ: Αντιντόπινγκ & Ηθική και Ακεραιότητα στον αθλητισμό	<b>10</b>	ΕΙΔΙΚΑ ΘΕΜΑΤΑ: Αντιντόπινγκ & Ηθική και Ακεραιότητα στον αθλητισμό	<b>10</b>
<b>8.2</b>	ΕΙΔΙΚΑ ΘΕΜΑΤΑ: Ασφάλεια και διάσωση στο ποτάμι	<b>15</b>	ΕΙΔΙΚΑ ΘΕΜΑΤΑ: Ασφάλεια και διάσωση στο ποτάμι	<b>15</b>		
<b>8.3</b>	ΕΙΔΙΚΑ ΘΕΜΑΤΑ: Ασφάλεια και διάσωση στη θάλασσα	<b>10</b>	ΕΙΔΙΚΑ ΘΕΜΑΤΑ: Ασφάλεια και διάσωση στη θάλασσα	<b>10</b>	ΕΙΔΙΚΑ ΘΕΜΑΤΑ: Ασφάλεια και διάσωση στη θάλασσα	<b>10</b>
<b>8.4</b>	Ναυαθλητικές δραστηριότητες αναψυχής Κανόε – Καγιάκ, Όρθια Σανιδοκωπηλασία (SUP) &Κυματολίσθηση με σανίδα (SURFING)	<b>5</b>	ΕΙΔΙΚΑ ΘΕΜΑΤΑ: Ναυαθλητικές δραστηριότητες αναψυχής Κανόε – Καγιάκ, Όρθια Σανιδοκωπηλασία (SUP) &Κυματολίσθηση με σανίδα (SURFING)	<b>5</b>	ΕΙΔΙΚΑ ΘΕΜΑΤΑ: Ναυαθλητικές δραστηριότητες αναψυχής Κανόε – Καγιάκ, Όρθια Σανιδοκωπηλασία (SUP) &Κυματολίσθηση με σανίδα (SURFING)	<b>5</b>

<b>8.5</b>	ΕΙΔΙΚΑ ΘΕΜΑΤΑ: Πλαίσιο παιδικής προστασίας	<b>5</b>	ΕΙΔΙΚΑ ΘΕΜΑΤΑ: Πλαίσιο παιδικής προστασίας	<b>5</b>	ΕΙΔΙΚΑ ΘΕΜΑΤΑ: Πλαίσιο παιδικής προστασίας	<b>5</b>
<b>8.6</b>	ΕΙΔΙΚΑ ΘΕΜΑΤΑ: Προσαρμογές αθλήματος για ΑμεΑ	<b>10</b>	ΕΙΔΙΚΑ ΘΕΜΑΤΑ: Προσαρμογές αθλήματος για ΑμεΑ	<b>10</b>	ΕΙΔΙΚΑ ΘΕΜΑΤΑ: Προσαρμογές αθλήματος για ΑμεΑ	<b>10</b>

Στον Κύκλο/Τομέα 1 & 2 περιλαμβάνονται αποκλειστικά θεωρητικά μαθήματα ενώ στον Κύκλο/Τομέα3 περιλαμβάνονται θεωρητικά, πρακτικά ή και μικτά μαθήματα.

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

Τα Μαθήματα που θα διδαχτούν με e- learning μέσω πλατφόρμας, προσφέρονται σε δύο (2) αρχικά και μία (1) πρόσθετη εναλλακτικές ώρες όπου θα καταγράφεται και θα διαπιστώνεται η παρουσία του κάθε εκπαιδευομένου. Η μη πλήρης παρακολούθηση μίας εκ των τριών παρουσιάσεων για κάθε εκπαιδευτική ώρα λογίζεται ως απουσία στη συγκεκριμένη εκπαιδευτική ώρα.

Η διάρκεια του μαθήματος e-learning ορίζεται σε 30’–40’ ανά εκπαιδευτική ώρα.

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.

## **1. 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 γενικού γραμματέα με σαφή αναφορά στις ώρες παρακολούθησης.

γ) Πρακτική εξάσκηση με σκάφη τύπου κανόε ή καγιάκ σπριντ/σλάλομ/ωκεάνια ή SUP αντίστοιχα όπως θα καθοριστούν από τον διδάσκοντα.

δ) Πρακτική διάσωση/ναυαγοσωστική στα αντίστοιχα αθλήματα.

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 (12ώρες)
Διδάσκων	Δρ Μάρκος Σγάντζος Αναπληρωτής Καθηγητής Ανατομίας στο Τμήμα Ιατρικής του Πανεπιστημίου.Θεσσαλίας
	Λειτουργική Ανατομική του Ανθρώπου
Περιεχόμενα	1.Εισαγωγή & Οργανικά συστήματα
	2.Δέρμα
	3.Μύες
	4. Οστά & Αρθρώσεις
	5.Ωμική ζώνη και άνω άκρα
	6.Μύες της άκρας χειρός
	7.Μυϊκή ενέργεια στο σύμπλεγμα καρπού
	8.Κάτω άκρα
	9.Άρθρωση του γόνατος.
	10.Ποδοκνημική άρθρωση και άκρος πόδας 1
	11. Ποδοκνημική άρθρωση και άκρος πόδας 2
	12. Ανακεφαλαίωση

Αίθουσα διδασκαλίας: E-Learning Πλατφόρμα ZOOM

<b>Τίτλος</b>	<b>ΦΥΣΙΟΛΟΓΙΑ (12 ώρες)</b>
<b>Διδάσκων</b>	<b>Δρ. Θανάσης Μουστογιαννης</b> <b>Πτυχιούχος ΣΕΦΑΑ Αθηνών, Μεταπτυχιακός Τίτλος</b> <b>Σπουδών: Εφαρμοσμένης και Μοριακής Φυσιολογίας</b> <b>Ιατρικής Σχολής Αθηνών, Διδάκτωρ Ιατρικής Σχολής Αθηνών</b> <b>- Εργαστήριο Φυσιολογίας</b>
<b>Περιεχόμενα</b>	<b>1. Εισαγωγή στην Φυσιολογία: Από το κύτταρο στα συστήματα</b>
	<b>2. Γενική επισκόπηση των φυσιολογικών συστημάτων</b>
	<b>3. Καρδιά και αγγεία</b>
	<b>4. Αναπνευστικό σύστημα</b>
	<b>5. Μυϊκό σύστημα</b>
	<b>6. Νευρικό σύστημα</b>
	<b>7. Ορμονικό σύστημα</b>
	<b>8. Πεπτικό Σύστημα</b>
	<b>9. Αλληλεπίδραση συστημάτων</b>
	<b>10. Επίδραση της προπόνησης</b>
	<b>11. Ομοιόσταση και η σημασία της στην προπόνηση</b>
	<b>12. Ομοιόσταση και η σημασία της στην προπόνηση</b>

**Αίθουσα διδασκαλίας: E-Learning Πλατφόρμα ZOOM**

<b>Τίτλος</b>	<b>ΕΡΓΟΦΥΣΙΟΛΟΓΙΑ (12 ώρες)</b>
<b>Διδάσκων</b>	<b>Δρ. Θανάσης Μουστόγιαννης</b> <b>Πτυχιούχος ΣΕΦΑΑ Αθηνών, Μεταπτυχιακός Τίτλος Σπουδών:</b> <b>Εφαρμοσμένης και Μοριακής Φυσιολογίας Ιατρικής Σχολής</b> <b>Αθηνών, Διδάκτωρ Ιατρικής Σχολής Αθηνών - Εργαστήριο</b> <b>Φυσιολογίας</b>
<b>Περιεχόμενα</b>	<b>1. Κυτταρική Δομή Σκελετικού Μυός</b> <b>2. Πηγές Ενέργειας</b> <b>3. Μυϊκό Σύστημα και Άσκηση</b> <b>4. Εισαγωγή στα Βασικά Ενεργειακά Συστήματα</b> <b>5. Βασικά Ενεργειακά Συστήματα /Αναερόβιος Μεταβολισμός</b> <b>6. Βασικά Ενεργειακά Συστήματα/Αερόβιος Μεταβολισμός</b> <b>7. Ενεργειακές Φάσεις Μυϊκού Εργου</b> <b>8. Καρδιαγγειακό Σύστημα</b> <b>9. Ενδοκρινικό Σύστημα και Άσκηση</b> <b>10. Θερμορύθμιση</b> <b>11. Προσαρμογές κατά την Άσκηση</b> <b>12. Άσκηση στην Παιδική Ηλικία</b>

**Αίθουσα διδασκαλίας: E-Learning Πλατφόρμα ZOOM**

<b>Τίτλος</b>	<b>ΦΥΣΙΚΟΘΕΡΑΠΕΙΑ (12 ώρες)</b>
<b>Διδάσκων</b>	<b>Παριωτάκης Παναγιώτης</b> Πτυχιούχος ΣΕΦΑΑ Αθηνών, Πτυχιούχος Φυσικοθεραπείας <b>Μεταπτυχιακός Τίτλος Σπουδών: Πρόληψη – Παρεμβαση -</b> <b>Αποκατάσταση ΤΕΦΑΑ Κομοτηνής, Υποψήφιος Διδάκτωρ</b> <b>στην πρόληψη τραυματισμών ΤΕΦΑΑ Κομοτηνής</b>
<b>Περιεχόμενα</b>	<p><b>1.</b> Η διαδικασία επούλωσης και οι προσαρμογές των βιολογικών υλικών στον τραυματισμό</p> <p><b>2.</b> Η διαδικασία αξιολόγησης στην πρόληψη και αποκατάσταση αθλητικών τραυματισμών</p> <p><b>3.</b> Βασικοί στόχοι σχεδιασμού προγραμμάτων λειτουργικής αποκατάστασης αθλητικών τραυματισμών</p> <p><b>4.</b> Μέσα λειτουργικής αποκατάστασης αθλητικών τραυματισμών</p> <p><b>5.</b> Ταξινόμηση και τύποι αθλητικών τραυματισμών</p> <p><b>6.</b> Κακώσεις της ωμικής ζώνης στον αθλητισμό</p> <p><b>7.</b> Κακώσεις της σπονδυλικής στήλης και της πυέλου στον αθλητισμό</p> <p><b>8.</b> Κακώσεις της βουβωνικής περιοχής και του ισχίου στον αθλητισμό</p> <p><b>9.</b> Κακώσεις του γόνατος στον αθλητισμό</p> <p><b>10.</b> Κακώσεις της ποδοκνημικής άρθρωσης και του ποδιού I</p> <p><b>11.</b> Κακώσεις της ποδοκνημικής άρθρωσης και του ποδιού II</p> <p><b>12.</b> Ανακεφαλαίωση</p>

**Αίθουσα διδασκαλίας: E-Learning Πλατφόρμα ZOOM**

<b>Τίτλος</b>	<b>ΒΙΟΜΗΧΑΝΙΚΗ(12ώρες)</b>
<b>Διδάσκων</b>	<b>Δρ.Μαρία Ελισσάβητ Νικολαΐδου PhD, Βιομηχανική, Ειδικό Επιστημονικό Προσωπικό (ΕΕΠ), Σχολή Επιστημών ΦΑΑ, Εθνικό &amp; Καποδιστριακό Πανεπιστήμιο Αθηνών.</b>
<b>Περιεχόμενα</b>	<p><b>1.</b>ΕισαγωγήστηΒιομηχανική:μηχανικήανάλυσητηςαθλητικής κίνησης, βασικές έννοιες και προσεγγίσεις της αθλητικής τεχνικής.</p> <p><b>2.</b>ΚινηματικήΑνάλυσηI.Βασικέςαρχές,μέθοδοιανάλυσης.</p> <p><b>3.</b>ΚινηματικήανάλυσηII.Εφαρμογές&amp;παραδείγματα.</p> <p><b>4.</b>ΚινηματικήανάλυσηIII.Εφαρμογές&amp;παραδείγματα.</p> <p><b>5.</b>Κινητικήανάλυση.Βασικέςαρχές,είδηδυνάμεων,νόμοι Νεύτωνα.</p> <p><b>6.</b>Υδρο-δυναμική.Υδροδυναμικήαντίστασηκαιθεωρίες ερμηνείας των προωθητικών δυνάμεων στο νερό.</p> <p><b>7.</b>ΚινητικήανάλυσηII.Εφαρμογές&amp;παραδείγματα.</p> <p><b>8.</b>ΚινητικήανάλυσηIII.Εφαρμογές&amp;παραδείγματα.</p> <p><b>9.</b>Μυϊκήδύναμη I.Αποτελεσματικήεφαρμογήκαιαξιολόγηση.</p> <p><b>10.</b> Μυϊκήδύναμη II. Αποτελεσματική εφαρμογήκαιαξιολόγηση</p> <p><b>11.</b>Νέεςτεχνολογίες για τη βελτίωσητηςαθλητική απόδοσης</p> <p><b>12.</b> Ανακεφαλαίωση</p>

**Αίθουσα διδασκαλίας: E-Learning Πλατφόρμα ZOOM**

**Β.Κύκλος/Τομέας2-Γενικών Μαθημάτων**

<b>Τίτλος</b>	<b>ΚΙΝΗΤΙΚΗ ΜΑΘΗΣΗ (12 ώρες)</b>
<b>Διδάσκων</b>	<b>Δρ. Αγγελική Δούκα PhD Ειδικό Επιστημονικό Προσωπικό (ΕΕΠ), Σχολή Επιστημών ΦΑΑ, Εθνικό &amp; Καποδιστριακό Πανεπιστήμιο Αθηνών.</b>
<b>Περιεχόμενα</b>	<b>1.Εισαγωγή στην κινητική μάθηση: Έννοιεςκαιεφαρμογές</b>
	<b>2.Βασικές θεωρητικές προσεγγίσεις στην κινητική μάθηση</b>
	<b>3.Πληροφοριακή διαδικασία και λήψη αποφάσεων στον αθλητισμό</b>
	<b>4.Κινητικές δεξιότητες: Είδη και διαφοροποιήσεις</b>
	<b>5.Μνήμη και κινητική μάθηση:Ε ίδη, διαδικασίες, στάδια( 1<sup>ο</sup>)</b>
	<b>6.Μνήμη και κινητική μάθηση: Είδη, διαδικασίες, στάδια( 2<sup>ο</sup>)</b>
	<b>7.Αντίληψη και κινητική μάθηση</b>
	<b>8.Προσοχή και κινητική μάθηση I</b>
	<b>9. Προσοχή και κινητική μάθηση II</b>
	<b>10.Σύστημαε πεξεργασίας πληροφοριών</b>
	<b>11.Κινητικό πρόγραμμα: Παραγωγή κινήσεων και κινητικών προτύπων</b>
	<b>12. Ανακεφαλαίωση</b>

**Αίθουσα διδασκαλίας: E–Learning Πλατφόρμα ZOOM**

<b>Τίτλος</b>	<b>ΟΡΓΑΝΩΣΗ &amp; ΔΙΟΙΚΗΣΗ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ (12 ώρες)</b>
<b>Διδάσκων</b>	<b>Δρ. Παναγιώτης Παναγιωτόπουλος, MSc, PhD, Αθλητική Διοίκηση, Αθλητικός τουρισμός, Βιώσιμη ανάπτυξη, Οικονομία. Εντεταλμένος Διδάσκων Οικονομικών στο Γεωπονικό Πανεπιστήμιο Αθηνών.</b>
<b>Περιεχόμενα</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Αθλητικός Οργανισμός- Η οργάνωση του αθλητισμού &amp; της Φυσικής Αγωγής</li> <li>2. Εισαγωγή στις Αθλητικές υπηρεσίες και προϊόντα</li> <li>3. Αθλητική Διοίκηση</li> <li>4. Αθλητικό Μάρκετινγκ &amp; χορηγίες</li> <li>5. Αθλητικός τουρισμός</li> <li>6. Αθλητισμός και βιώσιμη ανάπτυξη</li> <li>7. Σχεδιασμός και οργάνωση Προγραμμάτων αθλητισμού, άσκησης και αναψυχής</li> <li>8. Οικονομικά του Αθλητισμού</li> <li>9. Η διαχείριση αθλητικών έργων. Η οργάνωση αθλητικών αγώνων &amp; Εθελοντισμός</li> <li>10. Έλεγχος και αξιολόγηση απόδοσης- Δομή &amp; Λειτουργία αθλητικού συλλόγου</li> <li>11. Η διεύθυνση αθλητικών εγκαταστάσεων- Στρατηγική στον αθλητισμό</li> <li>12. Το στέλεχος αθλητικής διοίκησης</li> </ol>

**Αίθουσα διδασκαλίας: E-Learning Πλατφόρμα ZOOM**

Τίτλος	ΑΘΛΗΤΙΚΗ ΨΥΧΟΛΟΓΙΑ (12 ώρες)
<b>Διδάσκων</b>	<p><b>Ψούνη Σταυρούλα</b>  <b>Πτυχίο Ψυχολογίας:</b> Σχολή Κοινωνικών Επιστημών, Τμήμα Ψυχολογίας Πανεπιστήμιο Κρήτης  <b>Πτυχίο Επιστήμης Φυσικής Αγωγής κ Αθλητισμού:</b> Εθνικό Καποδιστριακό Πανεπιστήμιο Αθηνών  <b>Διδακτορικό Δίπλωμα:</b> Αθλητική Ψυχολογία &amp; Αγωγή Υγείας Σχολή Επιστήμης Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού, Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας  <b>Μεταπτυχιακό Δίπλωμα:</b> Τμήμα Επιστήμης Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού  ΑΣΚΗΣΗ ΚΑΙ ΠΟΙΟΤΗΤΑ ΖΩΗΣ «Μεγιστοποίηση Αθλητικής Απόδοσης &amp; Επίδοσης» Δημοκρίτειο Πανεπιστήμιο Θράκης  <b>Μεταπτυχιακό Δίπλωμα:</b> «Διοίκηση Πολιτιστικών Μονάδων». ΕΑΠ</p>
<b>Περιεχόμενα</b>	<b>1.</b> Εισαγωγή στην αθλητική ψυχολογία: Έννοιες και εφαρμογές (ορισμός, αντικείμενο αθλητικής ψυχολογίας,
	<b>2.</b> Βασικές θεωρητικές προσεγγίσεις στην αθλητική ψυχολογία (ψυχολογικές θεωρίες, γνωστική ψυχολογία, συμπεριφορισμός)
	<b>3.</b> Παιδικός αθλητισμός και αθλητική ψυχολογία (αναπτυξιακή, ψυχολογία, σημασία της άσκησης στην παιδική ηλικία)
	<b>4.</b> Ο ρόλος των κινήτρων και της παρακίνησης στο αγωνιστικό αθλητισμό (σημασία – λειτουργία κινήτρων, εσωτερικά – εξωτερικά κίνητρα)
	<b>5.</b> Ο ρόλος των κινήτρων και της παρακίνησης στον αγωνιστικό αθλητισμό (θεωρία αυτοπροσδιορισμού, προσανατολισμός στόχων, ανάπτυξη/ υπονόμηση κινήτρων)
	<b>6.</b> Τοποθέτηση στόχων – Στοχοθεσία (είδη στόχων, σημασία τοποθέτησης στόχων)
	<b>7.</b> Τοποθέτηση στόχων – Στοχοθεσία (στρατηγικές – διαδικασία τοποθέτησης στόχων, δέσμευση αθλητή, προσαρμογή στόχων)
	<b>8.</b> Αγωνιστικό άγχος (έννοια άγχους, είδη άγχους, γνωστικό-σωματικό άγχος)
	<b>9.</b> Αγωνιστικό άγχος (αιτίες & συνέπειες του άγχους, σχέση άγχους με άλλα ψυχολογικά χαρακτηριστικά)
	<b>10.</b> Αγωνιστικό άγχος (τεχνικές ρύθμισης άγχους, ψυχοδιάγνωση)
	<b>11.</b> Ψυχολογική προετοιμασία αθλητών
	<b>12.</b> Ανακεφαλαίωση

**Αίθουσα διδασκαλίας: E-Learning Πλατφόρμα ZOOM**



<b>Τίτλος</b>	<b>ΑΘΛΗΤΙΚΗ ΠΑΙΔΑΓΩΓΙΚΗ (12ώρες)</b>
<b>Διδάσκων</b>	<b>Δρ Κωνσταντίνος Τάμπαλης, Επίκουρος Καθηγητής ΣΕΦΑΑ, ΕΚΠΑ</b>
<b>Περιεχόμενα</b>	<b>1.ΕισαγωγήστηνΠαιδαγωγική–ΕτυμολογίακαιΟρισμοί</b> <b>2.Εξέλιξηκαιαντικείμενο της Αθλητικής Παιδαγωγικής</b> <b>3.Φιλοσοφία της Αθλητικής Παιδαγωγικής</b> <b>4.Περιεχόμενο της Αθλητικής Παιδαγωγικής</b> <b>5.Σκοποί και στόχοι της Αθλητικής Παιδαγωγικής</b> <b>6.Σωματική ανάπτυξη των παιδιών και εφήβων</b> <b>7. Αξιολόγηση της σωματικής ανάπτυξης των παιδιών</b> <b>8.Κινητική ανάπτυξη των παιδιών και εφήβων</b> <b>9.Η πειθαρχία στην άσκηση</b> <b>10.Φυσική δραστηριότητα των παιδιών και εφήβων</b> <b>11. Σχεδιασμός και προγραμματισμός</b> <b>12. Άσκηση και προσωπικότητα</b>

**Αίθουσα διδασκαλίας:Ε–Learning Πλατφόρμα ZOOM**

<b>Τίτλος</b>	<b>ΜΕΘΟΔΟΛΟΓΙΑ ΑΘΛΗΤΙΚΗΣ ΕΡΕΥΝΑΣ</b>
<b>Διδάσκων</b>	<b>Δρ Κωνσταντίνος Τάμπαλης, Επίκουρος Καθηγητής ΣΕΦΑΑ, ΕΚΠΑ</b>
<b>Περιεχόμενα</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li><b>1.</b> Εισαγωγή στη Μεθοδολογία της έρευνας</li> <li><b>2.</b> Είδη και στάδια της επιστημονικής έρευνας</li> <li><b>3.</b> Μέθοδοι δειγματοληψίας</li> <li><b>4.</b> Είδη επιστημονικών μεθόδων</li> <li><b>5.</b> Επιλογή προβλήματος και διατύπωση υποθέσεων</li> <li><b>6.</b> Είδη συνέντευξης</li> <li><b>7.</b> Ερωτηματολόγιο</li> <li><b>8.</b> Μέθοδοι παρατήρησης</li> <li><b>9.</b> Πειραματική έρευνα</li> <li><b>10.</b> Ατομική έρευνα</li> <li><b>11.</b> Μεθοδολογία, αποτελέσματα, συζήτηση έρευνας</li> <li><b>12.</b> Συγγραφή επιστημονικής έρευνας</li> </ol>

**Αίθουσα διδασκαλίας: E-Learning Πλατφόρμα ZOOM**

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

Τίτλος	ΓΕΝΙΚΗ ΠΡΟΠΟΝΗΤΙΚΗ (25ώρες)
Διδάσκων	<p><b>Δρ. Θανάσης Μουστόγιαννης</b>            Πτυχιούχος ΣΕΦΑΑ Αθηνών, Μεταπτυχιακός Τίτλος Σπουδών: Εφαρμοσμένης και Μοριακής Φυσιολογίας Ιατρικής Σχολής Αθηνών, Διδάκτωρ Ιατρικής Σχολής Αθηνών – Εργαστήριο Φυσιολογίας  <b>&amp; Δρ. Σταμάτης Μουρτάκος</b>            Πτυχιούχος ΣΕΦΑΑ ΕΚΠΑ, Μεταπτυχιακός Τίτλος Σπουδών: Διατροφή &amp; Άσκηση Χαροκόπειο Παν, Διδάκτωρ Χαροκοκοπέιου Παν, Μεταδιδακτορικός Ερευνητής Ιατρικής Σχολής Αθηνών</p>
Περιεχόμενα	<ol style="list-style-type: none"> <li>1.Γενικές αρχές προπόνησης</li> <li>2.Αερόβια προπόνηση</li> <li>3.Αναερόβια προπόνηση</li> <li>4.Προπόνηση ταχύτητας</li> <li>5.Προπόνηση δύναμης</li> <li>6.Προπόνηση ευλυγισίας I</li> <li>7.Προπόνηση ευλυγισίας II</li> <li>8. Προγραμματισμός και αρχές περιοδισμού I</li> <li>9.Προγραμματισμός και αρχές περιοδισμούII</li> <li>10.Φορμάρισμα</li> <li>11.Παρακολούθηση της προπόνησης και πρόληψη τραυματισμών</li> <li>12.Βασικές Αρχές Αθλητικής Διατροφής</li> <li>13.Συστήματα παραγωγής ενέργειας, ενεργειακή δαπάνη και ενεργειακή ισοροπία αθλητών δύναμης</li> <li>14.Πρωτεΐνες και αθλητική απόδοση στα αθλήματα Κανόε Καγιάκ – Sup &amp; Surfing</li> <li>15.Διατροφικά Εργογόνα Συμπληρώματα για αθλητές Κανόε Καγιάκ – Sup &amp; Surfing</li> <li>16.Υδατάνθρακες και αθλητική απόδοση στα αθλήματα Κανόε Καγιάκ – Sup &amp; Surfing</li> <li>17.Διατροφική προετοιμασία πριν τον αγώνα</li> <li>18.Ανακεφαλαίωση</li> </ol>

Αίθουσα διδασκαλίας: E-Learning Πλατφόρμα ZOOM

## ΚΑΝΟΕ ΚΑΓΙΑΚ

Τίτλος	<b>ΤΕΧΝΙΚΗ ΑΝΑΛΥΣΗ (ΚΑΝΟΕ –ΚΑΥΑΚ)</b>
	<b>SPRINT &amp; ΩΚΕΑΝΙΟ (ΩΡΕΣ ΘΕΩΡΙΑ: 10)</b>
Διδάσκων	Κιαπέκος Θεοδωρής Πτυχιούχος Φυσικής Αγωγής, Σ.Ε.Φ.Α.Α. του Ε.Κ.ΠΑ. MSc Τ.Ε.Φ.Α.Α, Δ.Π.Θ και Π.Θ, προπονητής Κάνοε Καγιάκ Α επιπέδου.
Περιεχόμενα	1 . Παρουσίαση της τεχνικής και της υδροδυναμικής
	2 . Κοινά σημεία τεχνικής καγιάκ και κανό
	3.Τεχνική του Καγιάκ, Ανάλυση με video
	4.Τεχνική του Κανό, Ανάλυση με video
	5.Τεχνική του Ωκεάνιου, Ανάλυση με video
	6. Τεχνική Πληρωμάτων
	7. Τεχνική Πληρωμάτων

Αίθουσα διδασκαλίας: ΠΟΙΑΘ & Ναυτικός Αθλητικός Σύνδεσμος

Τίτλος	<b>ΕΙΔΙΚΗ ΠΡΟΠΟΝΗΤΙΚΗ (ΚΑΝΟΕ ΚΑΓΙΑΚ SPRINT)</b>
	<b>SPRINT (ΩΡΕΣ ΘΕΩΡΙΑ:5)</b>
Διδάσκων	Κιαπέκος Θεοδωρής Πτυχιούχος Φυσικής Αγωγής, Σ.Ε.Φ.Α.Α. του Ε.Κ.ΠΑ. MSc Τ.Ε.Φ.Α.Α, Δ.Π.Θ και Π.Θ, προπονητής Κάνοε Καγιάκ Α επιπέδου.
Περιεχόμενα	1.Φυσιολογία του Αθλήματος, Ανθρωπομετρικά Χαρακτηριστικά
	2.Αντοχή–Δύναμη- Ταχύτητα
	3.Εξοπλισμός
	4.Προγραμματισμός Προπονητικού Πλάνου
	5.Εύρεση ταλέντων
	6. Εξοπλισμός–Τρόπος επιλογής πληρωμάτων
	7. Συγχρονισμός
	8.Προγραμματισμός Προπονητικού Πλάνου

Αίθουσα διδασκαλίας: ΠΟΙΑΘ & Ναυτικός Αθλητικός Σύνδεσμος

<b>Τίτλος</b>	<b>ΜΕΘΟΔΟΛΟΓΙΑ ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑΣ (CANOE-KAYAK)</b>
	<b>SPRINT (ΩΡΕΣ ΘΕΩΡΙΑ:5)</b>
<b>Διδάσκων</b>	<b>Κιαπέκος Θεοδωρής Πτυχιούχος Φυσικής Αγωγής, Σ.Ε.Φ.Α.Α. του Ε.Κ.ΠΑ. MSc Τ.Ε.Φ.Α.Α, Δ.Π.Θ και Π.Θ, προπονητής Κάνοε Καγιάκ Α επιπέδου.</b>
<b>Περιεχόμενα</b>	<b>1.Εισαγωγή αθλητή στο σκάφος και Έξοδος αθλητή από το σκάφος Χρήση Κουπιού, Χρήση Ποδιάς, Φάσεις Κουπιάς</b>
	<b>2.Πληρώματα,Ισορροπία , Συχνά λάθη στοΚάνοε - Καγιάκ</b>
	<b>3 Πτώση από σκάφος, τρόπος ρυμούλκησης του σκάφους</b>

**Αίθουσα διδασκαλίας: ΠΟΙΑΘ & Ναυτικός Αθλητικός Σύνδεσμος**

<b>Τίτλος</b>	<b>ΠΡΟΠΟΝΗΤΙΚΗ ΕΞΑΣΚΗΣΗ (CANOE-KAYAK)</b>
<b>B</b>	<b>SPRINT(ΩΡΕΣ ΠΡΑΚΤΙΚΗ:10)</b>
<b>Διδάσκων</b>	<b>Κιαπέκος Θεοδωρής Πτυχιούχος Φυσικής Αγωγής, Σ.Ε.Φ.Α.Α. του Ε.Κ.ΠΑ. MSc Τ.Ε.Φ.Α.Α, Δ.Π.Θ και Π.Θ, προπονητής Κάνοε Καγιάκ Α επιπέδου.</b>
<b>Περιεχόμενα</b>	<b>1.Βασικές Κουπιές</b>
	<b>2.Ισορροπία</b>
	<b>3. Κατεύθυνσης – Στροφής</b>
	<b>4. Κοφτές- Συνδυαστικές</b>
	<b>5.Ειδική Τεχνική για τη διατήρηση και την προσαρμογή της σωστής θέσης του σκάφους στο νερό</b>
	<b>6.Πληρώματα</b>

**Αίθουσα διδασκαλίας: ΝαυτικόςΑθλητικόςΣύνδεσμος**

<b>Τίτλος</b>	<b>ΤΕΧΝΙΚΗ ΑΝΑΛΥΣΗ (CANOE-KAYAK)</b>
<b>A</b>	<b>SLALOM (ΩΡΕΣ ΘΕΩΡΙΑ: 10)</b>
<b>Διδάσκων</b>	<b>Ζάχος Κωνσταντίνος, Πτυχιούχος Σχολής Επιστημών ΦΑΑ, Ειδίκευση ΚανόεΚαγιάκ, Προπονητής Γ.Γ.Α.Α'Κατηγορίας.</b>
<b>Περιεχόμενα</b>	<p>1.Βασικές Κουπιές</p> <p>2.Έλξης–Πρώθησης</p> <p>3.Κατεύθυνσης– Στροφής</p> <p>4.Κοφτές-Συνδυαστικές</p> <p>5.Ειδική Τεχνική για τη διατήρηση και την προσαρμογή της σωστής θέσης του σκάφους στο νερό</p> <p>6.Βασικά μοντέλα στησίματος–τοποθέτησης των πορτών στον αγωνιστικό στίβο του Κάνοε – Καγιάκ Σλάλομ</p> <p>7.Βασικά μοντέλα κινήσεων για το πέρασμα των πορτών και γενικότερες κατευθύνσεις</p>

**Αίθουσα διδασκαλίας: ΕΟΚΚ & Ναυτικός Αθλητικός Σύνδεσμος**

<b>Τίτλος</b>	<b>ΕΙΔΙΚΗ ΠΡΟΠΟΝΗΤΙΚΗ (CANOE-KAYAK)</b>
	<b>SLALOM (ΩΡΕΣΘΕΩΡΙΑ: 5 ΩΡΕΣ)</b>
<b>Διδάσκων</b>	<b>Ζάχος Κωνσταντίνος, Πτυχιούχος Σχολής Επιστημών ΦΑΑ, Ειδίκευση Κανόε Καγιάκ, Προπονητής Γ.Γ.Α.Α'Κατηγορίας.</b>
<b>Περιεχόμενα</b>	<p>1.Βασικά χαρακτηριστικά της ροής του νερού</p> <p>2.Ιδιομορφίες που συναντάμε σε μία πίστα σλάλομ</p> <p>3.Οαγωνιστικός Στίβος και η διάβαση του</p> <p>4.Διαφορές Φυσικής και τεχνητής πίστας</p> <p>5.Αγωνίσματα - Κατηγορίες</p> <p>6.Ιδιομορφίες που συναντάμε σε μία πίστα σλάλομ</p> <p>7.Οαγωνιστικός Στίβος και η διάβαση του, Πληρώματα</p>

**Αίθουσα διδασκαλίας: ΕΟΚΚ**

<b>Τίτλος</b>	<b>ΜΕΘΟΔΟΛΟΓΙΑ ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑΣ (CANOE-KAYAK)</b>
<b>A</b>	<b>SLALOM (ΩΡΕΣ: ΘΕΩΡΙΑ: 5)</b>
<b>Διδάσκων</b>	<b>Ζάχος Κωνσταντίνος, Πτυχιούχος Σχολής Επιστημών ΦΑΑ, Ειδίκευση Κανόε Καγιάκ, Προπονητής Γ.Γ.Α.Α'Κατηγορίας.</b>
<b>Περιεχόμενα</b>	<b>1.Εισαγωγή αθλητή στο σκάφος και Έξοδος αθλητή από το σκάφος, Χρήση Κουπιού, χρήση Ποδιάς, χρήση Κράνους, Βασικές Κουπιές</b>
	<b>2.Έλξης–Πρώθησης, Κατεύθυνσης – Στροφής, Κοφτές-Συνδυαστικές 3.Ειδική Τεχνική για τη διατήρηση και την προσαρμογή της σωστής θέσης του σκάφους στο νερό</b>

**Αίθουσα διδασκαλίας: ΕΟΚΚ& Ναυτικός Αθλητικός Σύνδεσμος**

<b>Τίτλος</b>	<b>ΠΡΟΠΟΝΗΤΙΚΗ ΕΞΑΣΚΗΣΗ (CANOE-KAYAK)</b>
<b>A</b>	<b>SLALOM (ΩΡΕΣΠΡΑΚΤΙΚΗ:10)</b>
<b>Διδάσκων</b>	<b>Ζάχος Κωνσταντίνος, Πτυχιούχος Σχολής Επιστημών ΦΑΑ, ΕιδίκευσηΚανόεΚαγιάκ, ΠροπονητήςΓ.Γ.Α.Α'Κατηγορίας.</b>
<b>Περιεχόμενα</b>	<b>1Βασικές Κουπιές</b>
	<b>2.Έλξης–Πρώθησης</b>
	<b>3. Κατεύθυνσης – Στροφής</b>
	<b>4. Κοφτές- Συνδυαστικές</b>
	<b>5.Ειδική Τεχνική για τη διατήρηση και την προσαρμογή της σωστής θέσης του σκάφους στο νερό</b>
	<b>6. Eskimoroll</b>

**Αίθουσα διδασκαλίας: Ναυτικός Όμιλος Χαλκίδας**

## Όρθια Σανιδοκωπηλασία (SUP)

<b>Τίτλος</b>	<b>ΤΕΧΝΙΚΗ ΑΝΑΛΥΣΗ (SUP) (ΩΡΕΣ ΘΕΩΡΙΑ: 15)</b>
<b>Διδάσκων</b>	Brown David, BSc, Kayaking, SUP Instructor and Coach, BSc Sport's Science and Leisure & PGCE in Physical Education. CanoeWales:A1741,Level5CoachSurf,WW&SeaKayakLevel3Coach OpenCanoe,UKCC/BC CoachEducationCourseDirectorandTrainer BC Paddlesport Leader Award & Guide modules Director. Founder/DirectorofAcwaTerra. National Coach to the Great Britain Women's Rafting Team – 3 years
<b>Περιεχόμενα</b>	1 . Στάση πάνω στο σκάφος (καθιστή)
	2 . Στάση πάνω στο σκάφος (όρθια)
	3 . Κουπιές( μπροστά – πίσω)
	4.Κωπηλατώντας σε ευθεία γραμμή
	5. Στροφές

Αίθουσα διδασκαλίας: ΠΟΙΑΘ & Ναυτικός Αθλητικός Σύνδεσμος

<b>Τίτλος</b>	<b>ΕΙΔΙΚΗ ΠΡΟΠΟΝΗΤΙΚΗ (SUP) (ΩΡΕΣ ΘΕΩΡΙΑ: 15 ΩΡΕΣ)</b>
<b>Διδάσκων</b>	Brown David, BSc, Kayaking, SUP Instructor and Coach, BSc Sport's Science and Leisure & PGCE in Physical Education. CanoeWales:A1741,Level5CoachSurf,WW&SeaKayakLevel3Coach OpenCanoe,UKCC/BCCoachEducationCourseDirectorandTrainer BC Paddlesport Leader Award & Guide modules Director. Founder/DirectorofAcwaTerra.NationalCoachtogreatBritainWomen's Rafting Team – 3 years
<b>Περιεχόμενα</b>	1. Φυσιολογία του Αθλήματος
	2. Αντοχή – Δύναμη - Ταχύτητα
	3. Μικρές – Μεγάλες Αποστάσεις
	4. Προγραμματισμός Προπονητικού Πλάνου - Τακτική αγώνα Τακτική συνεργασίας σε γκρουπ

Αίθουσα διδασκαλίας: ΠΟΙΑΘ & Ναυτικός Αθλητικός Σύνδεσμος



Τίτλος	ΜΕΘΟΔΟΛΟΓΙΑ (SUP) (ΩΡΕΣ ΘΕΩΡΙΑ: 10 ΩΡΕΣ)
Διδάσκων	Brown David, BSc, Kayaking, SUP Instructor and Coach, BSc Sport's Science and Leisure & PGCE in Physical Education. CanoeWales:A1741,Level5CoachSurf,WW&SeaKayakLevel3Coach OpenCanoe,UKCC/BC CoachEducationCourseDirectorandTrainer BC Paddlesport Leader Award & Guide modules Director. Founder/DirectorofAcwaTerra.NationalCoachtototheGreatBritainWomen'sRafting Team – 3 years
Περιεχόμενα	1.Εισαγωγή αθλητή στην Σανίδα
	2.Χρήση Κουπιού
	3.Φάσεις Κουπιάς
	4.Ισορροπία
	5.Στροφές
	6.Συχνά λάθη στο SUP

Αίθουσα, διδασκαλίας: ΠΟΙΑΘ & ΝαυτικόςΑθλητικός Σύνδεσμος

Τίτλος	ΠΡΟΠΟΝΗΤΙΚΗ ΕΞΑΣΚΗΣΗ (SUP) (ΩΡΕΣ ΠΡΑΚΤΙΚΗ 20)
Διδάσκων	Brown David, BSc, Kayaking, SUP Instructor and Coach, BSc Sport's Science and Leisure & PGCE in Physical Education. CanoeWales:A1741,Level5CoachSurf,WW&SeaKayakLevel3Coach OpenCanoe,UKCC/BC CoachEducationCourseDirectorandTrainer BC Paddlesport Leader Award & Guide modules Director. Founder/DirectorofAcwaTerra.NationalCoachtototheGreatBritainWomen'sRafting Team – 3 years
Περιεχόμενα	1.Εξοικείωση με τη σανίδα
	2.Εξοικείωση με το Κουπί
	3.Κουπιές
	4.Ισορροπία
	5.Πτώση από την σανίδα και ανάβαση στη σανίδα
	6.Ευθεία πορεία, Στροφές, Σταμάτημα σανίδας

Αίθουσα διδασκαλίας: Ναυτικός Όμιλος Αλίμου

## Κυματολίσθηση με σανίδα (SURFING)

Τίτλος	ΤΕΧΝΙΚΗ ΑΝΑΛΥΣΗ (SURFING) ΩΡΕΣ ΘΕΩΡΙΑ: 20
Διδάσκων	Δρ .Σταμάτης Μουρτάκος Πτυχιούχος ΣΕΦΑΑ ΕΚΠΑ, Μεταπτυχιακός Τίτλος Σπουδών: Διατροφή & Άσκηση Χαροκόπειο Παν, Διδάκτωρ Χαροκοκοπέιου Παν, Μεταδιδακτορικός Ερευνητής Ιατρικής Σχολής Αθηνών Επιστημονικός Συνεργάτης και Διδάσκων Σ.Ε.Φ.Α.Α. του Ε.Κ.ΠΑ στον τομέα του Υγρου Στίβου
Περιεχόμενα	1 . Στάση πάνω στην σανίδα (ξαπλωμένος ) 2 . Στάση πάνω στην σανίδα (στα γόνατα) 3 . Στάση πάνω στην σανίδα (όρθια) 4. Κωπηλατώντας στο κύμα 5.Στροφές

Αίθουσαδιδασκαλίας: ΠΟΙΑΘ & Ναυτικός Όμιλος Βάρκιζας

Τίτλος	ΕΙΔΙΚΗ ΠΡΟΠΟΝΗΤΙΚΗ (SURFING) (ΘΕΩΡΙΑ 20 ΩΡΕΣ)
Διδάσκων	Δρ .Σταμάτης Μουρτάκος Πτυχιούχος ΣΕΦΑΑ ΕΚΠΑ, Μεταπτυχιακός Τίτλος Σπουδών: Διατροφή & Άσκηση Χαροκόπειο Παν, Διδάκτωρ Χαροκοκοπέιου Παν, Μεταδιδακτορικός Ερευνητής Ιατρικής Σχολής Αθηνών Επιστημονικός Συνεργάτης και Διδάσκων Σ.Ε.Φ.Α.Α. του Ε.Κ.ΠΑ στον τομέα του Υγρου Στίβου
Περιεχόμενα	1.ΦυσιολογίατουΑθλήματος 2.Αντοχή-Δύναμη- Ταχύτητα 3. Προγραμματισμός Προπονητικού Πλάνου 4.Τακτική αγώνα 5. Χειρισμός και πέρασμα μέσα σε Κύμα

Αίθουσαδιδασκαλίας: ΠΟΙΑΘ & Ναυτικός Όμιλος Βάρκιζας

<b>Τίτλος</b>	<b>ΜΕΘΟΔΟΛΟΓΙΑ ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑΣ (SURFING) (ΘΕΩΡΙΑ 10 ΩΡΕΣ)</b>
<b>Διδάσκων</b>	<b>Δρ .Σταμάτης Μουρτάκος</b> Πτυχιούχος ΣΕΦΑΑ ΕΚΠΑ, Μεταπτυχιακός Τίτλος Σπουδών: Διατροφή & Άσκηση Χαροκόπειο Παν, Διδάκτωρ Χαροκοκοπέιου Παν, Μεταδιδακτορικός Ερευνητής Ιατρικής Σχολής Αθηνών Επιστημονικός Συνεργάτης και Διδάσκων Σ.Ε.Φ.Α.Α. του Ε.Κ.ΠΑ στον τομέα του Υγρου Στίβου
<b>Περιεχόμενα</b>	1.Εισαγωγή αθλητή στον αθλητικό εξοπλισμό
	2. Είσοδος στην θάλασσα με τη σανίδα
	3. Κωπηλάτιση με τα χέρια στα γονατα ή ξαπλωμένος στη σανίδα
	4. Ισορροπία
	5.Στροφές – Εκμάθηση αναγν.ωρισης και ανάβασης σε κύμα

**Αίθουσαδιδασκαλίας: ΠΟΙΑΘ & Ναυτικός Όμιλος Βάρκιζας**

<b>Τίτλος</b>	<b>ΠΡΟΠΟΝΗΤΙΚΗ ΕΞΑΣΚΗΣΗ (SURFING)) (ΩΡΕΣ ΠΡΑΚΤΙΚΗ 25)</b>
<b>Διδάσκων</b>	<b>Δρ .Σταμάτης Μουρτάκος</b> Πτυχιούχος ΣΕΦΑΑ ΕΚΠΑ, Μεταπτυχιακός Τίτλος Σπουδών: Διατροφή & Άσκηση Χαροκόπειο Παν, Διδάκτωρ Χαροκοκοπέιου Παν, Μεταδιδακτορικός Ερευνητής Ιατρικής Σχολής Αθηνών Επιστημονικός Συνεργάτης και Διδάσκων Σ.Ε.Φ.Α.Α. του Ε.Κ.ΠΑ στον τομέα του Υγρου Στίβου
<b>Περιεχόμενα</b>	1.Εξοικείωση με τη σανίδα
	2. Είσοδο από την Παραλία
	3.Κωπηλάτιση με τα χέρια στα γονατα ή ξαπλωμένος στην σανίδα
	4.Ισορροπία
	5.Πτώση από τη σανίδα και ανάβαση στη σανίδα
	6.Ευθεία πορεία, Στροφές, Σταμάτημα σανίδας
	7. Κυματολίσθηση πάνω σε κύμα

**Αίθουσαδιδασκαλίας: ΠΟΙΑΘ & Ναυτικός Όμιλος Βάρκιζας**

## ΚΑΝΟΝΙΣΜΟΙ

Τίτλος	ΚΑΝΟΝΙΣΜΟΙ (CANOE-KAYAK)
A	SLALOM (ΩΡΕΣΘΕΩΡΙΑ:5)
Διδάσκων	Καλομπράτσου Μαρία, Πτυχιούχος ΤΕΙ Λογιστικής, Διεθνής δαιτήτρια Κανόε Καγιάκ, Σλάλομ, Ωκεάνιου Καγιάκ και SUP, Συμμετοχή σε 3 Ολυμπιάδες (2004, 2008, 2012) & σε Special Olympics(2011,2015)
Περιεχόμενα	1.Κατηγορίες
	2.Σκάφη-Κουπιά- Εξοπλισμός
	3.ΕμπορικάΣήματα
	4.Διαιτησία
	5.ΚαθήκονταΔιαιτητών
	6.Προκηρύξεις
	7.ΔηλώσειςΣυμμετοχής
	8. Συμμετοχή
	9.ΠεριορισμόςσυμμετοχήςΑθλητών
	10.ΟργάνωσηΑγώνων
	11.Προκριματική-Ημιτελική-Τελική
	12.Σειρά Εκκίνησης
	13.Λίστα Κατάταξης
	14.Κληρώσεις Πρόγραμμα Αγώνων
	15.Απόσυρσης και αλλαγές πληρωμάτων
	16.Αριθμοί Εκκίνησης
	17. Στίβος
	18.Εκκίνηση, Διαστήματα Εκκίνησης, Εσφαλμένη Εκκίνηση, Τερματισμός
	19.Σήμανση Πορτών, Περάσματα, Ανακοίνωση ποινών από τους κριτές
	20.Απελευθέρωση Στίβου, Ανατροπή, Χρονομέτρηση,

	21.Υπολογισμός και Ανακοίνωση Αποτελεσμάτων, Ισοπαλία, Ενστάσεις, Εφέσεις, Ακύρωση Διαδρομής,
	22.Ειδικοί Κανονισμοί για το Extreme Slalom

**Αίθουσα διδασκαλίας: E–Learning Πλατφόρμα ZOOM**

<b>Τίτλος</b>	<b>ΚΑΝΟΝΙΣΜΟΙ(CANOE-KAYAK)</b>
<b>B</b>	<b>SPRINT(ΩΡΕΣ ΘΕΩΡΙΑ:5)</b>
<b>Διδάσκων</b>	<b>Γεωργακοπούλου Θωμαή Πτυχιούχος ΣΕΦΑΑ Αθηνών Πιστοποιημένη Διεθνής διατήτρια από την ICF</b>
<b>Περιεχόμενα</b>	1.Κατηγορίες
	2.Σκάφη–Κουπιά- Εξοπλισμός
	3.Εμπορικά Σήματα
	4.Διαιτησία
	5.Καθήκοντα Διαιτητών
	6.Προκηρύξεις
	7.Δηλώσεις Συμμετοχής
	8. Συμμετοχή
	9.Περιορισμός συμμετοχής Αθλητών
	10.Οργάνωση Αγώνων
	11.Προκριματική–Ημιτελική-Τελική
	12.Σειρά Εκκίνησης
	13.Λίστα Κατάταξης
	14.Κληρώσεις Πρόγραμμα Αγώνων
	15.Απόσυρσης και αλλαγές πληρωμάτων
	16.Αριθμοί Εκκίνησης
	17. Στίβος
	18.Εκκίνηση, Εσφαλμένη Εκκίνηση, Τερματισμός
	19., Ανατροπή

	20.Ανακοίνωση Αποτελεσμάτων, Ενστάσεις, Εφέσεις, Ακύρωσεις,
--	---

**Αίθουσα διδασκαλίας: E-Learning Πλατφόρμα ZOOM**

<b>Τίτλος</b>	<b>ΚΑΝΟΝΙΣΜΟΙ (SUP)</b>
<b>Γ</b>	<b>SUP (ΩΡΕΣ ΘΕΩΡΙΑ 10)</b>
<b>Διδάσκων</b>	<b>Σίνης Στέφανος Πτυχιούχος ΣΕΦΑΑ Αθηνών Πιστοποιημένος Διεθνής διατήτης από την ICF</b>
<b>Περιεχόμενα</b>	1.Κατηγορίες
	2.Σανίδες-Κουπιά- Εξοπλισμός
	3. Διαιτησία
	4. Καθήκοντα Διαιτητών
	5. Προκηρύξεις
	6. Δηλώσεις Συμμετοχής
	7. Συμμετοχή
	8. Περιορισμός συμμετοχής Αθλητών
	9.ΟργάνωσηΑγώνων
	10. Προκριματική-Ημιτελική-Τελική
	11.ΣειράΕκκίνησης
	12.ΛίσταΚατάταξης
	13.ΚληρώσειςΠρόγραμμαΑγώνων
	14.Απόσυρσηςκαιαλλαγέςπληρωμάτων
	15. Αριθμοί Εκκίνησης
	16. Στίβος
	17.Εκκίνηση,ΕσφαλμένηΕκκίνηση,Τερματισμός
	18. Ανατροπή
	20.ΑνακοίνωσηΑποτελεσμάτων,Ενστάσεις,Εφέσεις,Ακύρωσεις,

**Αίθουσα διδασκαλίας: E-Learning Πλατφόρμα ZOOM**

<b>Τίτλος</b>	<b>ΚΑΝΟΝΙΣΜΟΙ (SURFING )</b>
<b>Δ</b>	<b>SURFING (ΩΡΕΣ ΘΕΩΡΙΑ 10)</b>
<b>Διδάσκων</b>	<b>Κάτσαρης Μανώλης Πιστοποιημένος Διεθνής διατήτης από την ISA</b>
<b>Περιεχόμενα</b>	1.Κατηγορίες
	2.Σκάφη-Κουπιά- Εξοπλισμός
	3.Εμπορικά Σήματα
	4.Διαιτησία
	5.Καθήκοντα Διαιτητών
	6.Προκηρύξεις
	7.Δηλώσεις Συμμετοχής
	8. Συμμετοχή
	9.Περιορισμός συμμετοχής Αθλητών
	10.Οργάνωση Αγώνων
	11.Προκριματική – Ημιτελική-Τελική
	12.Σειρά Εκκίνησης

**Αίθουσα διδασκαλίας: E-Learning Πλατφόρμα ZOOM**

## ΕΙΔΙΚΑ ΜΑΘΗΜΑΤΑ

Τίτλος	<b>ΑΝΤΙΝΤΟΠΙΝΓΚ</b>
Διδάσκων	<b>Εθνικός Οργανισμός Καταπολέμησης του Ντόπινγκ - Ε.Ο.ΚΑ.Ν.</b>
Περιεχόμενα	1. Εννοιολογική Προσέγγιση
	2. Παρουσίαση Θεσμικού Πλαισίου
	3. Το Αντιντόπινγκ στην πράξη. Ελληνική και Διεθνής πραγματικότητα
	4. Πρακτικά ζητήματα

**Αίθουσα διδασκαλίας: E-Learning Πλατφόρμα ZOOM**

Τίτλος	<b>ΗΘΙΚΗ &amp; ΑΚΕΡΑΙΟΤΗΤΑ ΣΤΟΝ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟ</b>
Διδάσκων	<b>Αθανάσιος Στρίγκας, Ph.D., MBA</b>
Περιεχόμενα	1. Εννοιολογική Προσέγγιση
	2. Η ιδέα του αγαθού
	3. Οι ηθικές αξίες του αθλητισμού
	4. Ηθικές αξίες και δικαιώματα
	5. Η ελευθερία του αθλητή
	6. Η δικαιοσύνη στον αθλητισμό
	7. Ο ατομισμός του αθλητή απέναντι σε ηθικές αξίες
	8. Το παράδειγμα του αθλητή: η θεωρία των αρχών

**Αίθουσα διδασκαλίας: E-Learning Πλατφόρμα ZOOM**



<b>Τίτλος</b>	<b>ΑΣΦΑΛΕΙΑ ΚΑΙ ΔΙΑΣΩΣΗ ΣΤΟ ΠΟΤΑΜΙ (ΩΡΕΣ 15: ΘΕΩΡΙΑ: 9 &amp; ΠΡΑΚΤΙΚΗ 6 ΩΡΕΣ) (ΚΟΙΝΟ ΜΑΘΗΜΑ ΚΑΝΟΕ ΚΑΓΙΑΚ-SUP)</b>
<b>Διδάσκων</b>	<b>Χολέβας Γιάννης, Πτυχίο Πολιτικών Επιστημών ΕΚΠΑ, Προπονητής: α) Κανόε Καγιάκ Α Κατηγορίας, ΓΓΑ, β) Kayak Slalom Βρετανικής Ομοσπονδίας Κανό, γ) kayak Αναψυχής Βρετανικής Ομοσπονδίας Κανό. Εκπαιδευτής: α) Εκπαιδευτών Διάσωσης Ορμητικών Νερών Οργανισμός Rescue 3 international, β) Οδηγών Rafting Διεθνούς Ομοσπονδίας Rafting, γ) Διάσωσης Φαραγγιών Γαλλικής Ομοσπονδίας Ορειβάσις / Αναρρίχησης, δ) Τεχνικής Διάσωσης Οργανισμών Rescue 3 International.</b>
<b>Περιεχόμενα</b>	<b>1.Αποσαφήνιση των Όρων Ασφάλεια και Διάσωση</b>
	<b>2.Βασικές Αρχές Ασφάλειας και Διάσωσης</b>
	<b>3.Περιβάλλον Ορμητικών Νερών</b>
	<b>4.Υδροτοπογραφία</b>
	<b>5.Κλίμακα Αξιολόγησης Δυσκολίας Ορμητικών Νερών</b>
	<b>6.Σχοινιά Ρήψης για διάσωση και χρήση τους</b>
	<b>7.Κολύμβηση στα Ορμητικά Νερά</b>
	<b>8.Προετοιμασία για την προπόνηση στα Ορμητικά Νερά</b>
	<b>9.Εκτίμηση Κατάστασης για το περιβάλλον της προπόνησης</b>
	<b>10.Μέτρα Ασφάλεια και Διάσωσης κατά την Προπόνηση</b>

**Αίθουσα διδασκαλίας: Σε αθλητικό χώρο εντός Αττικής (θα προσδιοριστεί ο χώρος αργότερα βάση του ωρολογίου προγράμματος).**

<b>Τίτλος</b>	<b>ΑΣΦΑΛΕΙΑ ΚΑΙ ΔΙΑΣΩΣΗ ΣΤΗ ΘΑΛΑΣΣΑ (ΩΡΕΣ 10: ΘΕΩΡΙΑ 6 &amp; ΠΡΑΚΤΙΚΗ 4 ΩΡΕΣ) (ΚΟΙΝΟ ΜΑΘΗΜΑ ΚΑΝΟΕ ΚΑΓΙΑΚ-SUP- SURFING)</b>
<b>Διδάσκων</b>	<b>Στάθης Αβραμίδης DipEd, BEd, MSc, MPh, PhD Στέλεχος ΚΕΕΛΠΝΟ, Έφορος Αθλητικής Ναυαγοσωστικής ΕΟΥΔΑ, Διδάσκων Εφαρμοσμένης &amp; Αθλητικής Ναυαγοσωστικής ΣΕΦΑΑ-ΕΚΠΑ.</b>
<b>Περιεχόμενα</b>	<p>1. Μέτρα Ασφαλείας, Μοντέλα- Θεωρίες Διάσωσης, Σύγχρονα Συστήματα Εντοπισμού (Θ)</p> <p>2. Επιβίωση στη Θάλασσα (Θ)</p> <p>3. Επιβίωση στη Θάλασσα (Π)</p> <p>4. Τεχνικές Διάσωσης στο νερό (Θ)</p> <p>5. Διάσωση με άμεση σωματική επαφή (Π)</p> <p>6. Διάσωση με σωστικά μέσα I (Π)</p> <p>7. Διάσωση με σωστικά μέσα II (Π)</p> <p>8. Καρδιο-πνευμονική ανάνηψη ενηλίκου αθλητή (Θ-Π)</p> <p>9. Καρδιο-πνευμονική ανάνηψη ανήλικου αθλητή (Θ-Π)</p> <p>10. Πρώτες Βοήθειες</p> <p>11. Χρήση Αυτόματου εξωτερικού απινίδωτη</p> <p>12. Αγώνισμα Αθλητικής Ναυαγοσωστικής με Καγιάκ (Θ)</p>

**Αίθουσα διδασκαλίας: Σε αθλητικό σωματείο εντός Αττικής (θα προσδιοριστεί ο χώρος αργότερα βάση του ωρολογίου προγράμματος).**

<b>Τίτλος</b>	<b>Ναυταθλητικές δραστηριότητες αναψυχής Κανόε – Καγιάκ, Ορθια Σανιδοκωπηλασία (SUP) &amp;Κυματολίσθηση με σανίδα (SURFING)</b> <b>ΩΡΕΣ ΘΕΩΡΙΑ: 5</b> <b>(ΚΟΙΝΟ ΜΑΘΗΜΑ ΚΑΝΟΕ ΚΑΓΙΑΚ-SUP- SURFING)</b>
<b>Διδάσκων</b>	<b>Χολέβας Γιάννης, Πτυχίο Πολιτικών Επιστήμων ΕΚΠΑ, Προπονητής: α) Κανόε Καγιάκ Ά Κατηγορίας, ΓΓΑ, β) Kayak Slalom Βρετανικής Ομοσπονδίας Κανό, γ) kayak Αναψυχής Βρετανικής Ομοσπονδίας Κανό. Εκπαιδευτής: α) Εκπαιδευτών Διάσωσης Ορμητικών Νερών Οργανισμός Rescue 3 international, β) Οδηγών Rafting Διεθνούς Ομοσπονδίας Rafting, γ) Διάσωσης Φαραγγιών Γαλλικής Ομοσπονδίας Ορειβάσις / Αναρρίχησης, δ) Τεχνικής Διάσωσης Οργανισμών Rescue 3 International.</b>
<b>Περιεχόμενα</b>	<b>1.Αποσαφήνιση των Όρων Λίμνη &amp; Ποτάμι</b>
	<b>2.Περί Υπαίθριων Δραστηριοτήτων</b>
	<b>3.Περιβάλλον Ορμητικών Νερών</b>
	<b>4.Είδη Σκαφών</b>
	<b>5.Ταυτότητα Συμμετεχόντων</b>
	<b>6.Εκτίμηση Κατάστασης για το περιβάλλον της Δραστηριότητας</b>
	<b>7.Εισαγωγικό Μάθημα πριν την Δραστηριότητα</b>
	<b>8.Προετοιμασία για την Δραστηριότητα</b>
	<b>9.Μέτρα Ασφαλείας και Διάσωσης κατά την δραστηριότητα</b>
	<b>10.Πλάνο Δραστηριότητας</b>
	<b>11.Αξιολόγηση των Μέτρων Ασφαλείας και Διάσωσης μετά την Δραστηριότητα</b>

**Αίθουσα διδασκαλίας: E–LearningΠλατφόρμα ZOOM**

<b>Τίτλος</b>	<b>ΠΛΑΙΣΙΟ ΠΑΙΔΙΚΗΣ ΠΡΟΣΤΑΣΙΑΣ ΩΡΕΣ ΘΕΩΡΙΑ: 5 (ΚΟΙΝΟ ΜΑΘΗΜΑ ΚΑΝΟΕ ΚΑΓΙΑΚ-SUP- SURFING)</b>
<b>Διδάσκων</b>	Αλεξάνδρα Μοσχοπούλου
<b>Περιεχόμενα</b>	1.Εννοιολογική προσέγγιση του πλαισίου
	2.Νόμοι για την παιδική προστασία
	3. Παιδική προστασία και αθλητισμός
	4. Αθλητικές Ομοσπονδίες, Αθλητικοί σύλλογοι, προπονητές & πλαίσιο Παιδικής Προστασίας

**Αίθουσα διδασκαλίας: E–LearningΠλατφόρμα ZOOM**

<b>Τίτλος</b>	<b>ΠΡΟΣΑΡΜΟΓΕΣ ΑΘΛΗΜΑΤΩΝ ΓΙΑ ΑΜΕΑ ΩΡΕΣ ΘΕΩΡΙΑ: 10 (ΚΟΙΝΟ ΜΑΘΗΜΑ ΚΑΝΟΕ ΚΑΓΙΑΚ-SUP- SURFING)</b>
<b>Διδάσκων</b>	<b>Μαυρόπουλος Άρης, Μεταπτυχιακό στην Προσαρμοσμένη Κινητική Αγωγή &amp; Υποψήφιος Διδάκτωρ Υγρού Στίβου, Προπονητής Γ.Γ.Α. Ά κατηγορίας στην Προσαρμοσμένη Κινητική Αγωγή.</b>
<b>Περιεχόμενα</b>	1.Αθλητισμός για ΑμεΑ- ΙστορικήΑναδρομή
	2.Αθλητισμός για ΑμεΑ- Οφέλη
	3.Παρακανόε και Παραολυμπιακοί
	4.Παρακανόε στην Ελλάδα – Special Olympics Hellas
	5.Κινητικές Αναπηρίες και Διαταραχές της Όρασης
	6.Classification–Κατηγοριοποίηση στο Παρακανόε Classification–Κατηγοριοποίηση στα Special Olympics
	7.Ειδικός Εξοπλισμός και Προσαρμογές
	8.Προσβασιμότητα Περιβάλλοντος της Προπόνησης
	9.Αναπτυξιακές Διαταραχές και Αυτισμός
	10.Ένταξη στην Προπόνηση

**Αίθουσα διδασκαλίας: E–LearningΠλατφόρμα ZOOM**

## Ενδεικτικό Ωρολόγιο Πρόγραμμα

	ΑΠΡΙΛΙΟΣ	ΜΑΙΟΣ	ΙΟΥΝΙΟΣ	ΙΟΥΛΙΟΣ	ΑΥΓΟΥΣΤΟΣ	ΣΕΠΤΕΜΒΡΙΟΣ	ΟΚΤΩΒΡΙΟΣ
ΑΝΑΤΟΜΙΑ				12 ΩΡΕΣ			
ΦΥΣΙΟΛΟΓΙΑ	12 ΩΡΕΣ						
ΕΡΓΟΦΥΣΙΟΛΟΓΙΑ	12 ΩΡΕΣ						
ΦΥΣΙΚΟΘΕΡΑΠΕΙΑ	12 ΩΡΕΣ						
ΒΙΟΜΗΧΑΝΙΚΗ		12 ΩΡΕΣ					
ΚΙΝΗΤΙΚΗ ΜΑΘΗΣΗ				12 ΩΡΕΣ			
ΟΡΓ.&ΔΙΟΙΚ. ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ						12 ΩΡΕΣ	
ΑΘΛΗΤΙΚΗ ΨΥΧΟΛΟΓΙΑ			12 ΩΡΕΣ				
ΑΘΛΗΤΙΚΗ ΠΑΙΔΑΓΩΓΙΚΗ	12 ΩΡΕΣ						
ΜΕΘΟΔΟΛΟΓΙΑ ΑΘΛΗΤΙΚΗΣ ΕΡΕΥΝΑΣ		12 ΩΡΕΣ					
ΓΕΝΙΚΗ ΠΡΟΠΟΝΗΤΙΚΗ			25 ΩΡΕΣ				
ΤΕΧΝΙΚΗ ΑΝΑΛΥΣΗ ΚΑΝΟΕ ΚΑΓΙΑΚ				15 ΩΡΕΣ			
ΕΙΔΙΚΗ ΠΡΟΠΟΝΗΤΙΚΗ ΚΑΝΟΕ ΚΑΓΙΑΚ				15 ΩΡΕΣ			
ΜΕΘΟΔΟΛΟΓΙΑ ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑΣ ΚΑΝΟΕ ΚΑΓΙΑΚ				10 ΩΡΕΣ			
ΠΡΟΠΟΝΗΤΙΚΗ ΕΞΑΣΚΗΣΗ ΚΑΝΟΕ ΚΑΓΙΑΚ					20 ΩΡΕΣ		
ΚΑΝΟΝΙΣΜΟΙ ΚΑΝΟΕ ΚΑΓΙΑΚ			10 ΩΡΕΣ				
ΤΕΧΝΙΚΗ ΑΝΑΛΥΣΗ SUP		15 ΩΡΕΣ					
ΕΙΔΙΚΗ ΠΡΟΠΟΝΗΤΙΚΗ SUP		15 ΩΡΕΣ					
ΜΕΘΟΔΟΛΟΓΙΑ ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑΣ SUP		10 ΩΡΕΣ					
ΠΡΟΠΟΝΗΤΙΚΗ ΕΞΑΣΚΗΣΗ SUP			20 ΩΡΕΣ				
ΚΑΝΟΝΙΣΜΟΙ SUP						10 ΩΡΕΣ	
ΤΕΧΝΙΚΗ ΑΝΑΛΥΣΗ SURFING						20 ΩΡΕΣ	
ΕΙΔΙΚΗ ΠΡΟΠΟΝΗΤΙΚΗ SURFING						20 ΩΡΕΣ	
ΜΕΘΟΔΟΛΟΓΙΑ ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑΣ SURFING						10 ΩΡΕΣ	

ΠΡΟΠΟΝΗΤΙΚΗ ΕΞΑΣΚΗΣΗΣURFING						25 ΩΡΕΣ	
ΚΑΝΟΝΙΣΜΟΙ SURFING						10 ΩΡΕΣ	
ΑΝΤΙΤΟΠΙΝΓΚ, ΗΘΙΚΗ & ΑΚΕΡΑΙΟΤΗΤΑ ΣΤΟΝ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟ				10 ΩΡΕΣ			
ΑΣΦΑΛΕΙΑ ΚΑΙ ΔΙΑΣΩΣΗ ΣΤΟ ΠΟΤΑΜΙ						15 ΩΡΕΣ	
ΑΣΦΑΛΕΙΑ ΚΑΙ ΔΙΑΣΩΣΗ ΣΤΗ ΘΑΛΑΣΣΑ						10 ΩΡΕΣ	
ΝΑΥΤΑΘΛΗΤΙΚΕΣ ΑΘΛΗΤΙΚΕΣ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ ΑΝΑΨΥΧΗΣ ΚΑΝΟΕ ΚΑΓΙΑΚ – ΟΡΘΙΑ ΣΑΝΙΔΟΚΟΠΗΛΑΣΙΑ (SUP) &ΚΥΜΑΤΟΛΙΣΘΗΣΗ ΜΕ ΣΑΝΙΔΑ (SURFING)					5 ΩΡΕΣ		
ΠΛΑΙΣΙΟ ΠΑΙΔΙΚΗΣ ΠΡΟΣΤΑΣΙΑΣ					5 ΩΡΕΣ		
ΠΡΟΣΑΡΜΟΓΕΣ ΑΘΛΗΜΑΤΩΝ ΓΙΑ ΑΜΕΑ				10 ΩΡΕΣ			

## 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. Ο μέγιστος αριθμός των διδασκαλίας καθορίζεται σε οκτώ(8)ώρες ανά ημέρα κατάρτισης.

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

2. Η διάρκεια του μαθήματος **e-learning ορίζεται σε 30'–40' ανά εκπαιδευτική ώρα.**
3. Μετά την είσοδο του εκπαιδευτή στην αίθουσα διδασκαλίας ή στον προπονητικό χώρο δεν επιτρέπεται η είσοδος των καταρτιζόμενων.
4. Οι παρουσίες λαμβάνονται υποχρεωτικά ανά ώρα εκπαίδευσης κατά την έναρξη της και με ευθύνη του εκπαιδευτή ή των εκπαιδευτών.

## B. Επιτυχής Παρακολούθηση

Η επιτυχής παρακολούθηση συνίσταται:

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

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

## 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.
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.

#### **Δ. Διπλωματική εργασία βιβλιογραφικής ανασκόπησης**

Οι υποψήφιοι θα πρέπει να παραδώσουν ηλεκτρονικά, σε word, μια διπλωματική εργασία ανά άθλημα, έκτασης 2500-3000 λέξεις, με παράθεση 5-10 βιβλιογραφικών αναφορών.

Το θέμα της εργασίας είναι: π.χ. Η ιστορική εξέλιξη τους αθλήματος του Κανόε Καγιακ ή Sur ή Surfing και πια είναι η σημερινή του παρουσία στον κόσμο

Η βιβλιογραφική έρευνα θα αφορά επιστημονικές πηγές και θα γίνει διαμέσου έγκυρων μηχανών αναζήτησης, π.χ. GoogleScholar, PubMed

Οι βιβλιογραφικές αναφορές θα μπουν στο τέλος του κειμένου και δεν προσμετρούνται στον συνολικό αριθμό των λέξεων



## 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' όλητη διδακτέα ύλη (θεωρητική) που προβλέπεται από το αναλυτικό πρόγραμμα.
2. Οι πρακτικές εξετάσεις θα διεξαχθούν μετά την ολοκλήρωση των πρακτικών μαθημάτων στο τόπο που διεξάγονται τα πρακτικά μαθήματα
3. Οι εξετάσεις θα πραγματοποιηθούν εντός του πρώτου εικοσαήμερου (ενδεικτικά) μετά τη λήξη των μαθημάτων της Σχολής.
4. Τη γενική ευθύνη της εύρυθμης διεξαγωγής των εξετάσεων της Σχολής έχει ο Δ/ντης της Σχολής, ο οποίος μεριμνά έγκαιρα για την καταλληλότητα των χώρων, τη διαθεσιμότητα των υλικών και μέσων και γενικότερα για το αδιάβλητο των εξετάσεων.
5. Οι εξετάσεις διεξάγονται με την ευθύνη του εκπαιδευτικού προσωπικού που δίδαξε κατά τη διάρκεια της Σχολής.
6. Η διάρκεια επεξεργασίας των θεμάτων κατά τη γραπτή εξέταση σε καμιά περίπτωση δεν υπερβαίνει τις τρεις (3) ώρες.
7. Ειδική μέριμνα λαμβάνεται για την προφορική εξέταση υποψηφίων με αποδεδειγμένη, πριν από την εισαγωγή τους στη Σχολή, δυσλεξία όπως ορίζει.
8. 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 (γραφτές, πρακτικές εξετάσεις)

Ο τρόπος αξιολόγησης στη τελική εξέταση περιγράφεται ανά μάθημα ως

εξής:

ΤΡΟΠΟΣ ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗΣ					
ΚΥΚΛΟΣ/ΤΟΜΕΑΣ 1 ΓΕΝΙΚΩΝ ΜΑΘΗΜΑΤΩΝ					
ΜΑΘΗΜΑΤΑ	ΓΡΑΠΤΕΣ ΕΞΕΤΑΣΕΙΣ	ΤΕΣΤ ΠΟΛΛΑΠΛΩΝ ΑΠΑΝΤΗΣΕΩΝ	ΠΡΟΦΟΡΙΚΕΣ ΕΞΕΤΑΣΕΙΣ	ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ ΕΡΓΑΣΙΩΝ	ΠΡΑΚΤΙΚΕΣ ΕΞΕΤΑΣΕΙΣ
ΑΝΑΤΟΜΙΑ		100%			
ΦΥΣΙΟΛΟΓΙΑ		100%			
ΕΡΓΟΦΥΣΙΟΛΟΓΙΑ		100%			
ΦΥΣΙΚΟΘΕΡΑΠΕΙΑ		100%			
ΒΙΟΜΗΧΑΝΙΚΗ		100%			

ΤΡΟΠΟΣ ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗΣ					
ΚΥΚΛΟΣ/ΤΟΜΕΑΣ 2 ΓΕΝΙΚΩΝ ΜΑΘΗΜΑΤΩΝ					
ΜΑΘΗΜΑΤΑ	ΓΡΑΠΤΕΣ ΕΞΕΤΑΣΕΙΣ	ΤΕΣΤ ΠΟΛΛΑΠΛΩΝ ΑΠΑΝΤΗΣΕΩΝ	ΠΡΟΦΟΡΙΚΕΣ ΕΞΕΤΑΣΕΙΣ	ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ ΕΡΓΑΣΙΩΝ	ΠΡΑΚΤΙΚΕΣ ΕΞΕΤΑΣΕΙΣ
ΚΙΝΗΤΙΚΗ ΜΑΘΗΣΗ		100%			
ΟΡΓΑΝΩΣΗ ΚΑΙ ΔΙΟΙΚΗΣΗ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ		100%			
ΑΘΛΗΤΙΚΗ ΨΥΧΟΛΟΓΙΑ		100%			
ΑΘΛΗΤΙΚΗ ΠΑΙΔΑΓΩΓΙΚΗ		100%			
ΜΕΘΟΔΟΛΟΓΙΑ ΑΘΛΗΤΙΚΗΣ ΕΡΕΥΝΑΣ		100%			

ΤΡΟΠΟΣ ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗΣ					
ΚΥΚΛΟΣ/ΤΟΜΕΑΣ ΖΜΑΘΗΜΑΤΑ ΕΙΔΙΚΕΥΣΗΣ					
ΜΑΘΗΜΑΤΑ	ΓΡΑΠΤΕΣ ΕΞΕΤΑΣΕΙΣ	ΤΕΣΤ ΠΟΛΛΑΠΛΩΝ ΑΠΑΝΤΗΣΕΩΝ	ΠΡΟΦΟΡΙΚΕΣ ΕΞΕΤΑΣΕΙΣ	ΑΞΙΟΛΟΓΙΣΗ ΕΡΓΑΣΙΩΝ	ΠΡΑΚΤΙΚΕΣ ΕΞΕΤΑΣΕΙΣ
ΓΕΝΙΚΗ ΠΡΟΠΟΝΗΤΙΚΗ		100%			
ΤΕΧΝΙΚΗ ΑΝΑΛΥΣΗ ΚΑΝΟΕ ΚΑΓΙΑΚ		100%			
ΕΙΔΙΚΗ ΠΡΟΠΟΝΗΤΙΚΗ ΚΑΝΟΕ ΚΑΓΙΑΚ		100%			
ΜΕΘΟΔΟΛΟΓΙΑ ΔΙΑΔΑΣΚΑΛΙΑΣ ΚΑΝΟΕ ΚΑΓΙΑΚ		100%			

<b>ΠΡΑΚΤΙΚΗ ΕΞΑΣΚΗΣΗ ΚΑΝΟΕ ΚΑΓΙΑΚ</b>					<b>100%</b>
ΤΕΧΝΙΚΗ ΑΝΑΛΥΣΗ SUP		100%			
ΕΙΔΙΚΗ ΠΡΟΠΟΝΗΤΙΚΗ SUP		100%			
ΜΕΘΟΔΟΛΟΓΙΑ ΔΙΑΔΑΣΚΑΛΙΑΣ SUP		100%			
<b>ΠΡΑΚΤΙΚΗ ΕΞΑΣΚΗΣΗΣ SUP</b>					<b>100%</b>
ΤΕΧΝΙΚΗ ΑΝΑΛΥΣΗ SURFING		100%			
ΕΙΔΙΚΗ ΠΡΟΠΟΝΗΤΙΚΗ SURFING		100%			
ΜΕΘΟΔΟΛΟΓΙΑ ΔΙΑΔΑΣΚΑΛΙΑΣ SURFING		100%			
<b>ΠΡΑΚΤΙΚΗ ΕΞΑΣΚΗΣΗ SURFING</b>					<b>100%</b>
<b>ΚΑΝΟΝΙΣΜΟΙ ΚΑΝΟΕ ΚΑΓΙΑΚ</b>		100%			
<b>ΚΑΝΟΝΙΣΜΟΙ SUP</b>		100%			
<b>ΚΑΝΟΝΙΣΜΟΙ SURFING</b>		100%			
<b>ΑΝΤΙΝΤΟΠΙΝΓΚ, ΗΘΙΚΗ &amp; ΑΚΕΡΑΙΟΤΗΤΑ ΣΤΟΝ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟ</b>		100%			
<b>ΑΣΦΑΛΕΙΑ ΚΑΙ ΔΙΑΣΩΣΗ ΣΤΟΝ ΔΙΑΣΩΣΗΣΤΟΠΟΤΑΜΙ</b>		100%			
<b>ΑΣΦΑΛΕΙΑ ΚΑΙ ΔΙΑΣΩΣΗ ΣΤΗ ΘΑΛΑΣΣΑ</b>		100%			
<b>ΝΑΥΤΑΘΛΗΤΙΚΕΣ ΑΘΛΗΤΙΚΕΣ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ ΑΝΑΨΥΧΗΣ ΚΑΝΟΕ ΚΑΓΙΑΚ – ΟΡΘΙΑ ΣΑΝΙΔΟΚΩΠΗΛΑΣΙΑ (SUP) &amp; ΚΥΜΑΤΟΛΙΣΘΗΣΗ ΜΕ ΣΑΝΙΔΑ (SURFING)</b>		100%			
<b>ΠΛΑΙΣΙΟ ΠΑΙΔΙΚΗΣ ΠΡΟΣΤΑΣΙΑΣ</b>		100%			
<b>ΠΡΟΣΑΡΜΟΓΕΣ ΑΘΛΗΜΑΤΩΝ ΓΙΑ ΑΜΕΑ</b>		100%			
<b>ΚΑΤΑΘΕΣΗ ΕΡΓΑΣΙΑΣ</b>				<b>100%</b>	

## Καταβολή Διδάκτρων και Δικαίωμα Παρακολούθησης

Για την παρακολούθηση της σχολής κάθε συμμετέχων απαιτείται να καταβάλλει το ποσό των 400€ ή 600€ ή 700€ ανάλογα με το πόσες σχόλες θα παρακολουθήσει για δίδακτρα φοίτησης τα οποία θα τα κατατεθεί στον τραπεζικό λογαριασμό της ΕΟΚΚ σε δυο (2) δόσεις: α) η πρώτη δόση που αντιστοιχεί στο 50% των διδάκτρων και β) έως τις 01.06.2024 την δεύτερη δόση που αντιστοιχεί στο υπόλοιπο 50% των διδάκτρων. Στην περίπτωση που ο συμμετέχων δεν καταβάλλει τα δίδακτρα φοίτησης δεν μπορεί να παρακολουθήσει τη Σχολή ενώ στην περίπτωση που αποχωρήσει από τη Σχολή, για οποιοδήποτε λόγο, τα δίδακτρα δεν επιστρέφονται.

## Χορήγηση Διπλώματος

1. Δίπλωμα της Σχολής Προπονητών ΚάνοεΚαγιάκ, Sup & Surfing 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