

ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΠΑΙΔΕΙΑΣ, ΘΡΗΣΚΕΥΜΑΤΩΝ ΚΑΙ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ

ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΚΩΠΗΛΑΤΙΚΗ ΟΜΟΣΠΟΝΔΙΑ ΦΙΛΑΘΛΩΝ

ΝΑΥΤΙΚΩΝ ΣΩΜΑΤΕΙΩΝ



«ΣΧΟΛΗ ΠΡΟΠΟΝΗΤΩΝ ΚΩΠΗΛΑΣΙΑΣ Γ' ΕΠΙΠΕΔΟΥ »

ΟΔΗΓΟΣ ΣΠΟΥΔΩΝ



ΑΘΗΝΑ 2025

ΠΙΝΑΚΑΣ ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΩΝ

ΠΙΝΑΚΑΣ ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΩΝ	2
1. ΝΟΜΟΘΕΤΙΚΟ ΠΛΑΙΣΙΟ	3
2. ΕΠΙΤΡΟΠΗ ΔΙΟΙΚΗΣΗΣ –ΔΙΕΥΘΥΝΤΗΣ	3
3. ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΣΠΟΥΔΩΝ.....	4
4. ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΟ ΜΑΘΗΜΑΤΩΝ-ΔΙΔΑΚΤΙΚΟ ΠΡΟΣΩΠΙΚΟ	7
5. ΕΝΔΕΙΚΤΙΚΟ ΩΡΟΛΟΓΙΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ.....	15
6. ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑ.....	16
8. ΔΙΠΛΩΜΑΤΙΚΗ ΕΡΓΑΣΙΑ	17
9. ΕΞΕΤΑΣΕΙΣ	18
10. ΧΟΡΗΓΗΣΗ ΔΙΠΛΩΜΑΤΟΣ ΠΡΠΟΠΟΝΗΤΗ Γ'ΕΠΠΕΔΟΥ	20

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 το Υπουργείο Αθλητισμού μπορεί με απόφαση και δαπάνες της να ιδρύει περιοδικές σχολές προπονητών. Με την ίδια απόφαση ρυθμίζονται τα θέματα λειτουργίας των πιο πάνω σχολών, των προσόντων των υποψηφίων, καθώς και σε άλλο συναφές θέμα», όπως αντικαταστάθηκε με το άρθρο 78 παρ. 2 του ν. 4170/2013 Ένσωμάτωση της οδηγίας 2011/16/ΕΕ, ρύθμιση θεμάτων της ΕΛ.Τ.Ε., αναμόρφωση Οργανισμού του Ν.Σ.Κ. και άλλες διατάξεις «Το Υπουργείο Αθλητισμού μπορεί με απόφασή του, 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 **τριακόσια πενήντα ευρώ (350€)** 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.

Το Υπουργείο 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 –ΔΙΕΥΘΥΝΤΗΣ

Η Σχολή Προπονητών Γ΄ επιπέδου Κωπηλασίας θα υλοποιηθεί στην Αθήνα σύμφωνα με την Υπουργική Απόφαση ΓΓΑ/32196/25-11-2024(ΦΕΚ-Τεύχος Β/6674/2024) και διοικείται από πενταμελή επιτροπή που συγκροτείται από τους:

1. **ΠΛΕΥΡΑΚΗ ΝΙΚΗ**, υπάλληλος Υ.ΠΑΙ.Θ.Α. ως Πρόεδρος.
2. **ΜΠΕΜΠΕΛΗ ΔΗΜΗΤΡΑ**, υπάλληλος Υ.ΠΑΙ.Θ.Α. ως μέλος.
3. **ΑΞΙΩΤΗ ΕΛΕΥΘΕΡΙΑ**, υπάλληλος Υ.ΠΑΙ.Θ.Α. ως μέλος.
4. **ΠΟΛΥΜΕΡΟΣ ΒΑΣΙΛΕΙΟΣ**, Πρόεδρος της Ε.Κ.Ο.Φ.Ν.Σ, ως μέλος.

5. **ΓΙΑΝΝΙΟΥ ΔΗΜΗΤΡΑ**, εκπρόσωπος προπονητών της Ε.Κ.Ο.Φ.Ν.Σ., ως μέλος.

Γραμματέας της Επιτροπής ορίζονται η **ΛΕΟΝΤΑΡΑΚΗ ΣΤΑΜΑΤΙΚΗ**, υπάλληλος Υ.ΠΑΙ.Θ.Α

Διευθυντής της Σχολής ορίζεται ο **κ. ΒΡΑΜΠΑΣ ΙΩΑΝΝΗΣ**, Καθηγητής Εργοφυσιολογίας του Αριστοτελείου Πανεπιστημίου Θεσσαλονίκης.

3. ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΣΠΟΥΔΩΝ

Το σύνολο των εκπαιδευτικών ωρών απεικονίζεται στον πίνακα.

ΕΠΙΠΕΔΟ	ΔΙΔΑΚΤΙΚΕΣ ΩΡΕΣ	ΔΙΠΛΩΜΑΤΙΚΗ/ ΑΛΛΕΣ ΕΡΓΑΣΙΕΣ	ΠΡΑΚΤΙΚΗ ΑΣΚΗΣΗ	ΔΙΑΡΚΕΙΑ ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑΣ ΣΧΟΛΗΣ (ΕΛΑΧΙΣΤΗ)	ΣΥΝΟΛΙΚΗ ΔΙΑΡΚΕΙΑ ΩΡΩΝ
B	300(270)*	(30)*	50	6 Μήνες	350

*Το σύνολο των ωρών είναι 300. Οι αριθμοί σε παρένθεση απεικονίζουν τη δυνατότητα συνδυασμού διδακτικών ωρών και εργασιών.

3.1.ΚΑΤΑΝΟΜΗ ΜΑΘΗΜΑΤΩΝ

Τα μαθήματα Σχολής Προπονητών Κωπηλασίας 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:

ΚΥΚΛΟΣ/ΤΟΜΕΑΣ 1-2- ΓΕΝΙΚΩΝ ΜΑΘΗΜΑΤΩΝ-ΘΕΩΡΗΤΙΚΑ ΜΑΘΗΜΑΤΑ

A/A	ΜΑΘΗΜΑΤΑ ΚΥΚΛΟΥ/ΤΟΜΕΑ 1	Δ.Μ.
1	ΑΝΑΤΟΜΙΑ	10
2	ΦΥΣΙΟΛΟΓΙΑ	10
3	ΕΡΓΟΦΥΣΙΟΛΟΓΙΑ	10
4	ΦΥΣΙΚΟΘΕΡΑΠΕΙΑ	15
5	ΒΙΟΜΗΧΑΝΙΚΗ	10
6	ΓΕΝΙΚΗ ΠΡΟΠΟΝΗΤΙΚΗ	30
	ΣΥΝΟΛΟ	85

A/A	ΜΑΘΗΜΑΤΑ ΚΥΚΛΟΥ/ΤΟΜΕΑ 2	Δ.Μ.
	ΚΙΝΗΤΙΚΗ ΜΑΘΗΣΗ	15
1	ΟΡΓΑΝΩΣΗ ΚΑΙ ΔΙΟΙΚΗΣΗ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ	10
2	ΑΘΛΗΤΙΚΗ ΨΥΧΟΛΟΓΙΑ	15

3	ΜΕΘΟΔΟΛΟΓΙΑ ΑΘΛΗΤΙΚΗΣ ΕΡΕΥΝΑΣ	10
4	ΑΘΛΗΤΙΚΗ ΠΑΙΔΑΓΩΓΙΚΗ	15
	ΣΥΝΟΛΟ	65

ΚΥΚΛΟΣ/ΤΟΜΕΑΣ 3- ΜΑΘΗΜΑΤΑ ΕΙΔΙΚΕΥΣΗΣ

A/A	ΜΑΘΗΜΑΤΑ ΚΥΚΛΟΥ/ΤΟΜΕΑ 3	Δ.Μ.
1	ΜΕΘΟΔΟΛΟΓΙΑ ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑΣ	10
2	ΤΕΧΝΙΚΗ ΑΝΑΛΥΣΗ	20
3	ΕΙΔΙΚΗ ΠΡΟΠΟΝΗΤΙΚΗ	20
5	ΚΑΝΟΝΙΣΜΟΙ ΑΓΩΝΩΝ	5
6	ΝΤΟΠΙΝΓΚ	5
7	ΠΛΑΙΣΙΟ ΠΑΙΔΙΚΗΣ ΠΡΟΣΤΑΣΙΑΣ	5
8	ΗΘΙΚΗ ΚΑΙ ΑΚΕΡΑΙΟΤΗΤΑ ΣΤΟΝ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟ	5
	ΠΡΟΠΟΝΗΤΙΚΗ ΕΞΑΣΚΗΣΗ	30
	ΠΑΡΑΚΤΙΑ	20
9	ΔΙΠΛΩΜΑΤΙΚΗ ΕΡΓΑΣΙΑ	30
	ΣΥΝΟΛΟ	150

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.

Πτυχιούχοι ΤΕΦΑΑ, άλλων τμημάτων ΑΕΙ καθώς και απόφοιτοι σχολών προπονητών ΓΓΑ αντίστοιχης Κατηγορίας/Επιπέδου που ιδρύθηκαν σύμφωνα με το πλαίσιο οργάνωσης και λειτουργίας (ΥΠΠΟΑ/133562/21-4-2016 έγγραφο του Γενικού Γραμματέα Αθλητισμού), μπορούν να απαλλαγούν από την παρακολούθηση και εξέταση των γνωστικών αντικειμένων που έχουν διδαχθεί, για τα μαθήματα των κύκλων 1 και 2.

Μέρος του διδακτικού αντικειμένου σε ποσοστό 50% των ωρών θα υλοποιηθεί με την μέθοδο της εξ αποστάσεως εκπαίδευσης (Σύγχρονη και Ασύγχρονη). Πριν την έναρξη των μαθημάτων -της εξ αποστάσεως εκπαίδευσης- θα γίνει παρουσίαση της πλατφόρμας και εκπαίδευση όλων των σπουδαστών στη γενική χρήση του ηλεκτρονικού υπολογιστή (περιήγηση στο διαδίκτυο, windows κ.ά.), αλλά και ειδική χρήση (εξοικείωση με τη διαδικτυακή πλατφόρμα εξ αποστάσεως εκπαίδευσης),

έτσι ώστε να εκπαιδευτούν όλοι στον τρόπο λειτουργίας της εξ αποστάσεως εκπαίδευσης. Με τη μέθοδο αυτή θα καλυφθούν μαθήματα των Γενικών Κύκλων Σπουδών, αλλά και μαθήματα του Ειδικού Κύκλου Σπουδών. Η υποχρεωτική παρουσία για την Σύγχρονη εξ αποστάσεως εκπαίδευση εξασφαλίζεται με τη δυνατότητα παρακολούθησης της παραμονής των σπουδαστών στην ηλεκτρονική τάξη. Στην πλατφόρμα θα έχουν πρόσβαση άτομα με εξουσιοδότηση (διοίκηση σχολής, Διευθυντής/ντρια, αρμόδιο τμήμα του Υ.ΠΑΙ.Θ.Α.). Οι διδάσκοντες καθηγητές θα έχουν τη δυνατότητα να μεταφέρουν σε ψηφιακή μορφή ανακοινώσεις, τη διδακτέα ύλη, βιντεοσκοπημένη παράδοση μαθημάτων, ερωτηματολόγιο με δυνατότητα αυτόματης απάντησης, ή ότι άλλο θα μπορούσε να διευκολύνει την εξ αποστάσεως εκπαίδευση.

Η επιτυχής παρακολούθηση συνίσταται: (α) στην παρακολούθηση μαθημάτων (παρουσίες), (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). Οι ώρες των εξετάσεων δεν υπολογίζονται στις διδακτικές ώρες.

3.2. ΕΠΟΠΤΕΥΟΜΕΝΗ ή ΚΑΘΟΔΗΓΟΥΜΕΝΗ ΠΡΑΚΤΙΚΗ ΑΣΚΗΣΗ

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

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. Παρακολούθηση ή συμμετοχή σε προπονήσεις Εθνικών ή προ εθνικών ομάδων ή των σωματείων της ομοσπονδίας τούτο πιστοποιημένο από την ομοσπονδία και το σωματείο αντίστοιχα 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.

4. ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΟ ΜΑΘΗΜΑΤΩΝ-ΔΙΔΑΚΤΙΚΟ ΠΡΟΣΩΠΙΚΟ

Κύκλος/Τομέας 1- Γενικών Μαθημάτων

1. Τίτλος	ΑΝΑΤΟΜΙΑ (10 ώρες) Ασύγχρονο
Διδάσκων	ΜΑΡΙΝΟΣ ΓΕΩΡΓΙΟΣ Ph.D., Δ.Ε.Π, Ε.Κ.Π.Α
Περιεχόμενα	1.Η Επιστήμη της Ανατομίας
	2.Το Κύτταρο (δομή, λειτουργία)
	3. Βασικές γνώσεις Ιστών (συνδετικός, μυϊκός, επιθηλιακός, νευρικός)
	4. Το Μυϊκό Σύστημα
	5.Το Οστικό Σύστημα (Οστά και Αρθρώσεις)

2. Τίτλος	ΦΥΣΙΟΛΟΓΙΑ(10 ώρες) Ασύγχρονο
Διδάσκων	ΝΑΣΣΗΣ ΓΕΩΡΓΙΟΣ, MSc, PhD, ΕΡΓΟΦΥΣΙΟΛΟΓΟΣ ΛΕΚΤΟΡΑΣ ΣΕΦΑΑ - ΕΚΠΑ
Περιεχόμενα	1. Εισαγωγή στη Φυσιολογία του ανθρώπου
	2. Λειτουργία του ανθρώπινου σώματος/ Οργανικά συστήματα
	3.Φυσιολογία του αναπνευστικού συστήματος
	4.Φυσιολογία του κυκλοφορικού συστήματος
	5.Λειτουργία του νευρικού συστήματος
	6.Μυϊκό σύστημα και έλεγχος της κίνησης
	7.Καρδιοαναπνευστικές προσαρμογές
	8. Οι φυσιολογικές ιδιαιτερότητες στην προπόνηση των παιδιών
	9.Διατροφή και άσκηση.
	10.Οι επιδράσεις του περιβάλλοντος κατά την άσκηση

3. Τίτλος	ΕΡΓΟΦΥΣΙΟΛΟΓΙΑ(10 ώρες) Ασύγχρονο
Διδάσκων	ΝΑΣΣΗΣ ΓΙΩΡΓΟΣ, MSc, PhD, ΕΡΓΟΦΥΣΙΟΛΟΓΟΣ ΛΕΚΤΟΡΑΣ ΣΕΦΑΑ - ΕΚΠΑ
Περιεχόμενα	1. Θεμελιώδης αρχές της προπόνησης
	2.Βασικές αρχές Αερόβιας προπόνησης και προσαρμογές
	3.Βασικές αρχές Αναερόβιας προπόνησης και προσαρμογές
	4.Βασικές αρχές Μυϊκής ενδυνάμωσης
	5. Ρύθμιση του μεταβολισμού

4. Τίτλος	ΦΥΣΙΚΟΘΕΡΑΠΕΙΑ(15 ώρες) Ασύγχρονο
Διδάσκων	ΤΣΙΓΚΑΝΟΣ ΓΕΩΡΓΙΟΣ, Λέκτορας ΣΕΦΑΑ
Περιεχόμενα	1. Κακώσεις κάτω και άνω άκρων 2. Η Σπονδυλική Στήλη 3. Σύνδρομα Υπέρχρησης 4. Επιγονατιδομηριαίο σύνδρομο 5. Κακώσεις συνδέσμων 6. Βλάβες μηνίσκων - Ρήξεις χιαστών 7.Τενοντοπάθεια Αχιλλείου - Ρήξη Αχίλλειου 8.Διαστρέμματα – Θεραπεία - Αποκατάσταση 9.Ενδογενείς και εξωγενείς παράγοντες κινδύνου 10.Τενοντίτιδες- κατάγματα κόπωσης

5. Τίτλος	ΒΙΟΜΗΧΑΝΙΚΗ(10 ώρες) Ασύγχρονο
Διδάσκων	Δρ. ΧΕΡΟΥΦΕΙΜ ΕΥΓΕΝΙΑ-Κ.ΦΥΣΙΚΗΣ ΑΓΩΓΗΣ
Περιεχόμενα	1.Γενικές Αρχές Βιομηχανικής 2.Μυοσκελετικό σύστημα , Ερειστικό σύστημα 3. Συστήματα Επιβαρύνσεων 4. Μηχανικός άξονας οστών 5.Μυϊκό σύστημα, Διαδικασία μυϊκής λειτουργίας 6.Είδη Μυϊκής λειτουργίας - Διαφοροποιήσεις (έργου-εφαρμογών) 7. Μυϊκή δύναμη, Μυϊκή ισχύς, Μυϊκή αντοχή 8.Είδη μοχλών, Συνθήκες Ισορροπίας σώματος 9. Γωνιακά Κινηματικά Μεγέθη - Γωνιακή Κίνηση 10. Επιλογή Ασκήσεων εφαρμογής με κριτήριο την μείωση τραυματισμού

6. Τίτλος	ΓΕΝΙΚΗ ΠΡΟΠΟΝΗΤΙΚΗ (30 ώρες) Δια ζώσης & Σύγχρονο
Διδάσκων	Dr.Giovanni Postiglione, (Ομοσπονδιακός Προπονητής Ολυμπιακής Ομάδας Κωπηλασίας)
Περιεχόμενα	1.Βασικές αρχές της προπόνησης 2.Περίοδοι της προπόνησης 3.Δόμηση της προπόνησης 4.Αγωνιστικοί περίοδοι 5.Γενική προετοιμασία 6.Προπόνηση αντοχής

	7.Προπόνηση δύναμης
	8.Αξιολόγηση της προπονητικής διαδικασίας
	9.Υπερπροπόνηση
	10. Ξεκούραση και Αποκατάσταση

7. Τίτλος	ΚΙΝΗΤΙΚΗ ΜΑΘΗΣΗ (15 ώρες) Ασύγχρονο
Διδάσκων	ΝΕΚΤΑΡΙΟΣ ΣΤΑΥΡΟΥ Αναπληρωτής Καθηγητής Αθλητικής Ψυχολογίας & Κινητικής Συμπεριφοράς, ΣΕΦΑΑ ΕΚΠΑ
Περιεχόμενα	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 .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

8. Τίτλος	ΟΡΓΑΝΩΣΗ ΚΑΙ ΔΙΟΙΚΗΣΗ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ(10 ώρες) Ασύγχρονο
Διδάσκων	Δρ.ΓΑΡΓΑΛΙΑΝΟΣ ΔΗΜΗΤΡΗΣ/Καθηγητής ΣΕΦΑΑ
Περιεχόμενα	1.Ιστορία του αθλητικού μάνατζμεντ-Ορισμός του μάνατζμεντ/αθλητικού μάνατζμεντ 2.Όραμα- Αξίες- Στόχοι 3.Σχεδιασμός/Οργάνωση/ Ηγεσία/Έλεγχος/Αξιολόγηση. 4.Οργάνωση και Διοίκηση αθλητικών οργανισμών 5.Διοργάνωση αθλητικών γεγονότων 6.Συμβολή του μάνατζμεντ στην προπονητική διαδικασία 7.Πολιτικές και διαδικασίες

	8. Ιστορία της Κωπηλασίας/Διοικητική διάρθρωση του αθλήματος
	9.Venue Management/Εγκατάσταση
	10.Stable management

9. Τίτλος	ΑΘΛΗΤΙΚΗ ΨΥΧΟΛΟΓΙΑ (15 ώρες) Ασύγχρονο
Διδάσκων	ΒΛΑΧΟΠΟΥΛΟΣ ΣΥΜΕΩΝ Καθηγητής ΣΕΦΑΑ
Περιεχόμενα	1-Εισαγωγή στην αθλητική ψυχολογία και αρχές επικοινωνίας
	2 - Καθορισμός στόχων στον αθλητισμό
	3 - Ενίσχυση, τιμωρία και εσωτερική παρακίνηση
	4 - Παρακίνηση για επίτευξη και αιτιακές αποδόσεις
	5 - Στόχοι επίτευξης - κριτήρια ικανότητας και επιτυχίας
	6 - Η αυτοπεποίθηση στον αθλητισμό
	7 - Στρες και άγχος στον αθλητισμό
	8 - Δυναμική αθλητικής ομάδας
	9 - Η ψυχολογία του τραυματισμένου αθλητή
	10 - Ψυχολογική εξουθένωση και διατροφικές διαταραχές

10. Τίτλος	ΜΕΘΟΔΟΛΟΓΙΑ ΑΘΛΗΤΙΚΗΣ ΕΡΕΥΝΑΣ(10 ώρες) Σύγχρονο
Διδάσκων	Δρ. ΝΙΚΟΛΑΚΗ ΕΥΓΕΝΙΑ- ΦΥΣΙΚΗΣ ΑΓΩΓΗΣ
Περιεχόμενα	1. Γενικές Αρχές Μεθοδολογίας της Έρευνας-
	2. Είδη Έρευνας
	3.Στάδια διεξαγωγής έρευνας
	4.Μεθοδολογικές Προσεγγίσεις(Ποιοτική,Ποσοτική κ.λπ)
	5.Ερευνητικά Εργαλεία
	6.Δειγματοληψία - Μεταβλητές
	7.Αξιοπιστία και Εγκυρότητα
	8.Περιορισμοί Έρευνας
	9.Δεοντολογικά Ζητήματα
	10.Συγγραφή Διπλωματικής Εργασίας

11. Τίτλος	ΑΘΛΗΤΙΚΗ ΠΑΙΔΑΓΩΓΙΚΗ (15 ώρες) Ασύγχρονο
Διδάσκων	ΕΥΔΟΞΙΑ ΚΟΣΜΙΔΟΥ (PhD., PhD., MSc.) ΣΕΦΑΑ
Περιεχόμενα	1.Τι είναι αθλητική παιδαγωγική – σκοπός και ρόλος στον αθλητισμό και τον πρωταθλητισμό

	2.Ανάπτυξη των παιδιών στον κινητικό τομέα, τον γνωστική τομέα, τον συναισθηματικο-ηθικο-κοινωνικό τομέα. Ανάπτυξη και αθλητισμός.
	3.Ανάπτυξη των παιδιών στον συναισθηματικο-ηθικο-κοινωνικό τομέα. Ανάπτυξη και αθλητισμός.
	4.Η εφαρμογή της στοχοταξινόμιας Bloom στην προπονητική διαδικασία
	5.Παρακίνηση στον αθλητισμό και τον πρωταθλητισμό. Κλίμα παρακίνησης, Πρακτικές εφαρμογές για τη δημιουργία αποτελεσματικού κλίματος διδασκαλίας
	6.Είδη προσανατολισμών, στόχων και πως εξειδικεύονται στον αγωνιστικό αθλητισμό Πρακτικές εφαρμογές για τη δημιουργία κατάλληλου προσανατολισμού
	7.Ενίσχυση και τιμωρία. Ανατροφοδότηση, αντιμετώπιση λαθών, συστήματα διαχείρισης αμοιβών και «τιμωριών». Μείωση ανεπιθύμητων συμπεριφορών
	8.Επικοινωνία (γλώσσα του σώματος) με αθλήτριες-γονείς-σημαντικούς άλλους
	9.Ανάπτυξη θετικών στάσεων και συμπεριφορών
	10.Ανάπτυξη «υπευθυνότητας» Ηθική ανάπτυξη διαμέσου του αθλητισμού, αθλητική άμιλλα, Τίμιο παιχνίδι
	11.Ανάπτυξη δεξιοτήτων ζωής και εκτελεστικών δεξιοτήτων στον αθλητισμό
	12.Συνεργασία, ανταγωνισμός, μαθημένη αβοηθησία
	13.Μέθοδοι διδασκαλίας: μεταφορά από τη φυσική αγωγή στον αθλητισμό
	14.Το παιχνίδι στον αθλητισμό.
	15.Η δημιουργικότητα στα σπορ. Θεωρίες και μέθοδοι ανάπτυξης

12. Τίτλος	ΜΕΘΟΔΟΛΟΓΙΑ ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑΣ (10 ώρες) Δια Ζώσης
Διδάσκων	Dr.Giovanni Postiglione, Πέτρου Δημήτρης, Ζαχαρίου Άννα, Τσιάλιος Αθανάσιος (Ομοσπονδιακοί Προπονητές Ολυμπιακής/Εθνικής Ομάδας Κωπηλασίας)
Περιεχόμενα	1. Χαρακτηριστικά προπονητή κωπηλασίας 2. Μέθοδοι διδασκαλίας της κωπηλατικής τεχνικής 3. Βασικές αρχές της διδακτικής 4.Παράγοντες που επηρεάζουν την εκπαίδευση των κωπηλατών. 5. Γενικές προϋποθέσεις αρχαρίων. 6.Σχεδιασμός και οργάνωση.

	7.Παρουσίαση όλης της τεχνικής. I. Εισαγωγή – Προετοιμασία II. Επίδειξη – Παρουσίαση III. Πρακτική – Εφαρμογή IV. Ανατροφοδότηση
	8.Εκμάθηση πρώτο επίπεδο- Δεύτερο επίπεδο-Τρίτο επίπεδο – Τελειοποίηση
	9.Σύνηθες Λάθη της τεχνικής από νέους αθλητές (αιτίες – αποτελέσματα)
	10.Τρόποι διόρθωσης λαθών

13. Τίτλος	ΤΕΧΝΙΚΗ ΑΝΑΛΥΣΗ (20 ώρες) Δια Ζώσης
Διδάσκων	Dr.Giovanni Postiglione, Πέτρου Δημήτρης, Ζαχαρίου Άννα, Τσιάλιος Αθανάσιος, Γκουντούλας Νικόλαος (Ομοσπονδιακοί Προπονητές Ολυμπιακής/Εθνικής Ομάδας Κωπηλασίας)
Περιεχόμενα	1.Κλασική και Παράκτια κωπηλασία 2.Καθορισμός κωπηλατικών στυλ 3.Βασική θέση του κωπηλάτη 4.Τεχνική Διπλών κουπιών 5.Τεχνική πλευρικής κωπηλασίας 6.Τεχνική ανάλυση σύνθεσης 2Χ και 4Χ σκίφ. 7. Τεχνική ανάλυση σύνθεσης 2-,4- και 8+ 8. Ρυθμίσεις.

14. Τίτλος	ΕΙΔΙΚΗ ΠΡΟΠΟΝΗΤΙΚΗ (20 ώρες) Δια Ζώσης & Σύγχρονο
Διδάσκων	Dr.Giovanni Postiglione, Πέτρου Δημήτρης, Ζαχαρίου Άννα, Τσιάλιος Αθανάσιος (Ομοσπονδιακοί Προπονητές Ολυμπιακής/Εθνικής Ομάδας Κωπηλασίας)
Περιεχόμενα	1.Ιδιαιτερότητες της κωπηλασίας 2.Προπονητικός προγραμματισμός 3.Προπόνηση αρχαρίων 4.Προπόνηση αθλητών υψηλού επιπέδου 5.Προαγωνιστική περίοδος 6.Αγωνιστική περίοδος 7.Μεταβατική περίοδος 8.Ψυχολογική προετοιμασία

15. Τίτλος	ΚΑΝΟΝΙΣΜΟΙ ΑΓΩΝΩΝ(5 ώρες) Σύγχρονο
Διδάσκων	ΘΕΟΔΩΡΟΣ ΑΓΕΡΙΑΔΗΣ , Καθηγητής Φ.Α, Διαιτητής Κωπηλασίας
Περιεχόμενα	1.Γενικοί Κανονισμοί του Αθλήματος
	2.Αγωνίσματα –Προγράμματα- Συμμετοχές
	3.Προκηρύξεις Αγώνων

16. Τίτλος	ΕΙΔΙΚΑ ΘΕΜΑΤΑ ΑΝΤΙΝΤΟΠΙΝΓΚ (5 ώρες) Ασύγχρονο
Διδάσκων	ΔΗΜΗΤΡΗΣ ΜΠΡΑΟΥΔΑΚΗΣ & ΧΡΗΣΤΟΣ ΠΑΠΟΥΛΙΑΣ, Γραφείο Εκπαίδευσης Ε.Ο.ΚΑ.Ν.
Περιεχόμενα	1Η ΕΝΟΤΗΤΑ: - Αρχικό Ερωτηματολόγιο - Παραβάσεις Αντιντόπινγκ / Πειθαρχικές-ποινικές κυρώσεις
	2Η ΕΝΟΤΗΤΑ: - Συνέπειες υγείας, κοινωνικές και ψυχολογικές χρήσης απαγορευμένων ουσιών - Διαδικασία δειγματοληψίας - Κατάλογος Απαγορευμένων - Έλεγχος φαρμακευτικής αγωγής & TUE
	3Η ΕΝΟΤΗΤΑ: - Ρίσκα χρήσης συμπληρωμάτων διατροφής και πιθανή μόλυνση κρέατος - Έρευνες και Συλλογή Πληροφοριών - Μελέτες περίπτωσης - Τελικό Ερωτηματολόγιο

17. Τίτλος	ΠΛΑΙΣΙΟ ΠΑΙΔΙΚΗΣ ΠΡΟΣΤΑΣΙΑΣ(5 ώρες) Ασύγχρονο
Διδάσκων	ΓΙΩΡΓΟΣ ΝΙΚΟΛΑΪΔΗΣ MD,MA, MSc,PhD Ψυχίατρος, Δ/ντής Δ/νσης Ψυχικής Υγείας &Κοινωνικής Πρόνοιας
Περιεχόμενα	1.Παιδική ηλικία και παιδική προστασία
	2.Νομοθεσία
	3.Ορισμοί
	4.Κατηγορίες κακοποίησης παραμέλησης ενηλίκων
	5.Ενδείξεις κακοποίησης -παραμέλησης ενηλίκων
	6.Φορείς και υπηρεσίες παιδικής προστασίας και κοινωνικής πρόνοιας.

18. Τίτλος	ΗΘΙΚΗ ΚΑΙ ΑΚΕΡΑΙΟΤΗΤΑ ΣΤΟΝ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟ (5 ώρες)Ασύγχρονο
Διδάσκων	ΜΗΝΟΥΔΗΣ ΒΑΣΙΛΕΙΟΣ
Περιεχόμενα	1. Ηθικά διλήμματα στον αθλητισμό στην αρχαιότητα και σήμερα
	2. Χειραγώγηση στον Αθλητισμό και Στοιχηματισμός
	3. Κώδικας Δεοντολογίας
	4. Πλατφόρμες αναφορών
	5. Εκπαιδευτικά εργαλεία - πιστοποίηση από ΕΠΑΘΛΑ

19. Τίτλος	ΠΡΟΠΟΝΗΤΙΚΗ ΕΞΑΣΚΗΣΗ (30 ώρες) Δια ζώσης
Διδάσκων	Dr.Giovanni Postiglione, Πέτρου Δημήτρης, Ζαχαρίου Άννα, Τσιάλιος Αθανάσιος, Γκουντούλας Απόστολος (Ομοσπονδιακοί Προπονητές Ολυμπιακής/Εθνικής Ομάδας Κωπηλασίας)
Περιεχόμενα	1.Ετήσιος Προπονητικός προγραμματισμός στην ξηρά και στο νερό
	2.Ασκησιολόγιο με ελεύθερα βάρη & μηχανήματα
	3.Καλλιέργεια και εξάσκηση συναρμοστικών ικανοτήτων
	4.Εφαρμογή προπονητικού σχεδιασμού (Τύποι προπόνησης)
	5.Ρυθμίσεις σκαφών
	6.Μέτρα ασφάλειας στο νερό

20. Τίτλος	ΠΑΡΑΚΤΙΑ ΚΩΠΗΛΑΣΙΑ (20 ώρες) Δια ζώσης & Σύγχρονο
Διδάσκων	Γκουντούλας Νικόλαος & Γκουντούλας Απόστολος Κ.Φ.Α. (Ομοσπονδιακοί Προπονητές Κωπηλασίας)
Περιεχόμενα	1. Ιστορική αναδρομή
	2.Διαφορές Παράκτιας και Κλασικής κωπηλασίας
	3. Ονοματολογία σκάφους- Χαρακτηριστικά
	4. Ρυθμίσεις.
	5. Η προπόνηση στην Παράκτια
	6.Προετοιμασία σκάφους και αθλητή πριν το νερό
	7. Βασικές γνώσεις Μετεωρολογίας – Ανεμολόγιο- Βαρομετρικό- Θαλάσσια Αύρα.
	8. Ασφάλεια- Σενάρια κινδύνου στη θάλασσα και αντιμετώπιση τους

21. Τίτλος	ΔΙΠΛΩΜΑΤΙΚΗ ΕΡΓΑΣΙΑ (30 ώρες)
Διδάσκων	ΝΙΚΟΛΑΚΗ ΕΥΓΕΝΙΑ
Περιεχόμενα	Θέματα συγγραφής εργασιών

5. «ΕΝΔΕΙΚΤΙΚΟ» ΩΡΟΛΟΓΙΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ

Τα δια ζώσης μαθήματα, θα υλοποιηθούν στις ολυμπιακές εγκαταστάσεις του Σχινιά, για να αποφευχθεί η συνεχής μετακίνηση των υποψήφιων προπονητών που προέρχονται από την περιφέρεια.

	6/25	7/25	8/25	9/25	10/25	11/25	12/25	1/26	2/26
ΠΑΡΟΥΣΙΑ ΠΛΑΤΦΟΡΜΑΣ της ΕΞΑΕ	X								
ΑΝΑΤΟΜΙΑ (10) ΕΞΑΕ ΑΣΥΓΧΡΟΝΗ		X							ΕΞΕΤΑΣΤΙΚΗ ΠΕΡΙΟΔΟΣ
ΦΥΣΙΟΛΟΓΙΑ (10) ΕΞΑΕ ΑΣΥΓΧΡΟΝΗ		X							
ΕΡΓΟΦΥΣΙΟΛΟΓΙΑ (10) ΕΞΑΕ ΑΣΥΓΧΡΟΝΗ			X						
ΦΥΣΙΚΟΘΕΡΑΠΕΙΑ (15) ΕΞΑΕ ΑΣΥΓΧΡΟΝΗ			X						
ΒΙΟΜΗΧΑΝΙΚΗ(10) ΕΞΑΕ ΑΣΥΓΧΡΟΝΗ				X					
ΓΕΝΙΚΗ ΠΡΟΠΟΝΗΤΙΚΗ(30) Δια ζώσης & Συγχρ						X	X		
ΚΙΝΗΤΙΚΗ ΜΑΘΗΣΗ (15) ΕΞΑΕ ΑΣΥΓΧΡΟΝΗ				X					
ΟΡΓ. & ΔΙΟΙΚ. ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ (10) ΕΞΑΕ ΑΣΥΓΧΡΟΝΗ					X				
ΑΘΛΗΤΙΚΗ ΨΥΧΟΛΟΓΙΑ (15) ΕΞΑΕ ΑΣΥΓΧΡΟΝΗ					X				
ΜΕΘΟΔΟΛΟΓΙΑ ΑΘΛ. ΕΡΕΥΝΑΣ(10)ΕΞΑΕ ΣΥΓΧΡΟΝΗ	X								

ΑΘΛΗΤΙΚΗ ΠΑΙΔΑΓΩΓΙΚΗ (15) ΕΞΑΕ ΑΣΥΓΧΡΟΝΗ					X				
ΜΕΘΟΔΟΛΟΓΙΑ ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑΣ (10) ΔΙΑ ΖΩΣΗΣ						X	X	X	
ΤΕΧΝΙΚΗ ΑΝΑΛΥΣΗ(20 ΔΙΑ ΖΩΣΗΣ						X	X	X	
ΕΙΔΙΚΗ ΠΡΟΠΟΝΗΤΙΚΗ (20) Δια ζώσης & Συγχρ						X	X	X	
ΚΑΝΟΝΙΣΜΟΙ- ΑΓΩΝΕΣ (5)					X				
ΝΤΟΠΙΝΓΚ(5) ΕΞΑΕ ΑΣΥΓΧΡΟΝΗ					X				
ΠΛΑΙΣΙΟ ΠΑΙΔΙΚΗΣ ΠΡΟΣΤΑΣΙΑΣ(5) ΕΞΑΕ ΑΣΥΓΧΡΟΝΗ					X				
ΗΘΙΚΗ & ΑΚΕΡΑΙΟΤΗΤΑ ΣΤΟΝ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟ(5) ΕΞΑΕ ΑΣΥΓΧΡΟΝΗ					X				
ΠΑΡΑΚΤΙΑ ΚΩΠΗΛΑΣΙΑ (20) Δια ζώσης & Συγχρ						X	X		
ΠΡΟΠΟΝΗΤΙΚΗ ΕΞΑΣΚΗΣΗ (30)						X	X	X	
ΔΙΠΛΩΜΑΤΙΚΗ ΕΡΓΑΣΙΑ(30)								X	

ΣΗΜΕΙΩΣΗ: Το ωρολόγιο πρόγραμμα είναι ενδεικτικό ως προς τα δια ζώσης μαθήματα. Για τις ακριβείς ημερομηνίες διεξαγωγής αυτών θα ενημερωθείτε εγκαίρως, μέσω της πλατφόρμας διεξαγωγής των μαθημάτων.

6. ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑ

Τα μαθήματα του 1ου και 2ου κύκλου καθώς επίσης και ορισμένα μαθήματα του 3ου κύκλου θα δοθούν διαδικτυακά σε ασύγχρονη ή σύγχρονη μορφή και η διάρκεια της ωριαίας διδασκαλίας είναι 35 λεπτά. Πριν την έναρξη των διαδικτυακών μαθημάτων θα γίνει παρουσίαση της πλατφόρμας

και σε κάθε σπουδαστή θα δοθούν προσωπικοί κωδικοί ώστε να εισέρχεται στην ψηφιακή πλατφόρμα της τήλε-εκπαίδευσης και να παρακολουθεί τις διαλέξεις. Τα θεωρητικά μαθήματα που θα διεξαχθούν με τη μορφή της ασύγχρονης παρακολούθησης, θα παραμένουν ανοικτά στην πλατφόρμα μια εβδομάδα. Κατά τη διάρκεια παρακολούθησης του μαθήματος οι υποψήφιοι θα πρέπει να απαντούν σε ερωτήσεις ελέγχου μέσω των οποίων θα πιστοποιείται η παρουσία τους ανά ώρα διδασκαλίας

Η διάρκεια της ωριαίας διδασκαλίας των δια ζώσης 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.

Οι παρουσίες λαμβάνονται υποχρεωτικά κατά την έναρξη του μαθήματος και με ευθύνη του διδάσκοντα ή των διδασκόντων. Μετά την είσοδο του εκπαιδευτή στην αίθουσα διδασκαλίας ή στον προπονητικό χώρο δεν επιτρέπεται η είσοδος των καταρτιζόμενων. Οι συνολικές ώρες υποχρεωτικής παρακολούθησης των μαθημάτων της Σχολής για κάθε υποψήφιο, δεν μπορούν σε καμία περίπτωση να είναι λιγότερες του 95% των συνολικών ωρών διδασκαλίας. Σπουδαστής που θα απουσιάσει για οποιονδήποτε λόγο πέραν του 5% (15 ώρες), απορρίπτεται χωρίς δικαίωμα εξέτασης.

7. ΧΩΡΟΙ ΥΛΟΠΟΙΗΣΗΣ ΜΑΘΗΜΑΤΩΝ

1. Θεωρητικά μαθήματα

Ολυμπιακό Κωπηλατοδρόμιο Σχινιά

2. Πρακτικά μαθήματα

Ολυμπιακό Κωπηλατοδρόμιο Σχινιά

8. ΔΙΠΛΩΜΑΤΙΚΗ ΕΡΓΑΣΙΑ

Στο πλαίσιο των διδακτικών υποχρεώσεων των συμμετεχόντων της Σχολής Προπονητών Κωπηλασίας Γ' Επιπέδου είναι η εκπόνηση γραπτής εργασίας. Η γραπτή εργασία θα πραγματοποιηθεί σε θεματολογία της διδασκόμενης ύλης 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 εκπαιδευομένων 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 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.

9. ΕΞΕΤΑΣΕΙΣ

A. Οργάνωση των εξετάσεων

1. Μετά τη λήξη των μαθημάτων ακολουθεί μια εξεταστική περίοδος, κατά τη διάρκεια της οποίας οι υποψήφιοι εξετάζονται γραπτά και πρακτικά σ' όλη τη διδακτέα ύλη (θεωρητική και πρακτική) που προβλέπεται από το αναλυτικό πρόγραμμα.
2. Οι εξετάσεις θα πραγματοποιηθούν εντός του πρώτου εικοσαήμερου (ενδεικτικά) μετά τη λήξη των μαθημάτων της Σχολής.
3. 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 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. Ο αριθμός των ερωτήσεων σε κάθε μάθημα είναι ανάλογος με τις ώρες διδασκαλίας και προσδιορίζεται από τη σχέση 4 θέματα/10 ώρες εκπαίδευσης.
2. Η βαθμολογική κλίμακα των γραπτών εξετάσεων ορίζεται από μηδέν έως δέκα (0-10) και ως κατώτερος προβιβάσιμος βαθμός θεωρείται το πέντε (5), για κάθε μάθημα.
3. Η βαθμολογική κλίμακα των τελικών πρακτικών εξετάσεων ορίζεται από πέντε (5) έως το δέκα (10).
4. 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)
5. 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.

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

ΤΡΟΠΟΣ ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗΣ				
ΚΥΚΛΟΣ/ΤΟΜΕΑΣ 1 & 2 ΓΕΝΙΚΩΝ ΜΑΘΗΜΑΤΩΝ				
Μαθήματα	Γραπτές εξετάσεις	Τεστ πολλαπλών απαντήσεων	Προφορικές/πρακτικές εξετάσεις	Αξιολόγηση εργασιών
ΑΝΑΤΟΜΙΑ (10)		100%		
ΦΥΣΙΟΛΟΓΙΑ (10)		100%		
ΕΡΓΟΦΥΣΙΟΛΟΓΙΑ(10)		100%		
ΦΥΣΙΚΟΘΕΡΑΠΕΙΑ (15)		100%		
ΒΙΟΜΗΧΑΝΙΚΗ (10)		100%		
ΓΕΝΙΚΗ ΠΡΟΠΟΝΗΤΙΚΗ(30)		100%		
ΚΙΝΗΤΙΚΗ ΜΑΘΗΣΗ (15)		100%		
ΟΡΓ.& ΔΙΟΙΚ. ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ (10)		100%		
ΑΘΛΗΤΙΚΗ ΨΥΧΟΛΟΓΙΑ (15)		100%		
ΜΕΘΟΔΟΛΟΓΙΑ ΑΘΛΗΤΙΚΗΣ ΕΡΕΥΝΑΣ(10)		100%		

ΑΘΛΗΤΙΚΗ ΠΑΙΔΑΓΩΓΙΚΗ(15)		100%		
ΤΡΟΠΟΣ ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗΣ				
ΚΥΚΛΟΣ/ΤΟΜΕΑΣ 3 ΜΑΘΗΜΑΤΩΝ ΕΙΔΙΚΕΥΣΗΣ				
Μαθήματα	Γραπτές εξετάσεις	Τεστ πολλαπλών απαντήσεων	Προφορικές/ Πρακτικές εξετάσεις	Αξιολόγηση εργασιών
ΜΕΘΟΔΟΛΟΓΙΑ ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑΣ (10)		100%		
ΤΕΧΝΙΚΗ ΑΝΑΛΥΣΗ ΣΤΟΙΧΕΙΩΝ ΤΟΥ ΑΘΛΗΜΑΤΟΣ (20)		50%	50%	
ΕΙΔΙΚΗ ΠΡΟΠΟΝΗΤΙΚΗ(20)		50%	50%	
ΚΑΝΟΝΙΣΜΟΙ ΑΓΩΝΩΝ (5)		100%		
ΝΤΟΠΙΝΓΚ (5)		100%		
ΠΛΑΙΣΙΟ ΠΑΙΔΙΚΗΣ ΠΡΟΣΤΑΣΙΑΣ (5)		100%		
ΗΘΙΚΗ ΚΑΙ ΑΚΕΡΑΙΟΤΗΤΑ ΣΤΟΝ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟ (5)		100%		
ΠΑΡΑΚΤΙΑ (20)		100%		
ΠΡΟΠΟΝΗΤΙΚΗ ΕΞΑΣΚΗΣΗ(30)			100%	
ΔΙΠΛΩΜΑΤΙΚΗ ΕΡΓΑΣΙΑ(30)				ΝΑΙ

10.ΧΟΡΗΓΗΣΗ ΔΙΠΛΩΜΑΤΟΣ ΠΡΠΟΠΟΝΗΤΗ Γ'ΚΑΤΗΓΟΡΙΑΣ

1. Δίπλωμα της Σχολής Προπονητών Κωπηλασίας Γ' 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 του Υ.ΠΑΙ.Θ.Α
3. Το κάθε Δίπλωμα για να θεωρείται έγκυρο φέρει σφραγίδα και αρίθμηση από το Υ.ΠΑΙ.Θ.Α.
4. Ο τύπος Διπλωμάτων και τα όσα αναφέρονται σε αυτά είναι κοινός και σύμφωνος με πρότυπο που παραδίδει το αρμόδιο τμήμα του Υ.ΠΑΙ.Θ.Α.