

ΣΧΟΛΗ ΠΡΟΠΟΝΗΤΩΝ ΓΟΥΣΟΥ ΚΟΥΝΓΚ ΦΟΥ

Γ' ΕΠΙΠΕΔΟΥ



ΟΔΗΓΟΣ ΣΠΟΥΔΩΝ – ΚΑΝΟΝΙΣΜΟΣ ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑΣ

ΑΘΗΝΑ, 2025

Περιεχόμενα

Νομοθετικό πλαίσιο	2
Επιτροπή Διοίκησης	3
Πρόγραμμα σπουδών	3
Μαθήματα	3
1. Κύκλος / Τομέας 1-2: Γενικά μαθήματα – Θεωρητικά	4
2. Κύκλος / Τομέας 3: Μαθήματα ειδίκευσης: Θεωρητικά – Πρακτικά – Μικτά	4
3. Ειδικά Θέματα	5
4. Εποπτευόμενη / Καθοδηγούμενη Άσκηση	5
Πρόγραμμα μαθημάτων	6
Συνοπτικό πρόγραμμα μαθημάτων	13
Διάρκεια διδασκαλίας	14
Πλατφόρμα ασύγχρονης διαδικτυακής εκπαίδευσης	14
Διαδικαστικά θέματα	14
Επιτυχής παρακολούθηση	15
Απαλλαγή από μαθήματα	15
Επαρκής παρακολούθηση	15
Μετάθεση διδακτικών ημερών / ωρών ή τροποποίηση του προγράμματος	15
Εξετάσεις	15
▪ Οργάνωση των εξετάσεων	15
▪ Τρόπος αξιολόγησης στην τελική εξέταση ανά μάθημα	16
▪ Διαδικασία διεξαγωγής εξετάσεων πρακτικών μαθημάτων	17
▪ Διαδικασία διεξαγωγής γραπτών εξετάσεων	17
Βαθμολόγηση	17
Αξιολόγηση	17
Χορήγηση διπλώματος	17

Νομοθετικό Πλαίσιο

Η ίδρυση και η λειτουργία των Σχολών Προπονητών καθορίζονται από την παρ. 6, του άρθρου 136, του ν. 2725/1999 (ΦΕΚ Α' 21), όπως αντικαταστάθηκε με την παρ. 2, του άρθρου 78, του ν. 4170/2013 και τροποποιήθηκε με την παρ. 6, του άρθρου 20, του ν. 4726/2020, ως εξής: «6. 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 ρυθμίζονται τα θέματα λειτουργίας κάθε Σχολής, των προσόντων των υποψηφίων, του εκπαιδευτικού προσωπικού και κάθε άλλο συναφές θέμα. Στην απόφαση αυτή καθορίζονται επίσης, υποχρεωτικά: α) το χρηματικό ποσό για τα συνολικά δίδακτρα φοίτησης εκάστου υποψηφίου, καταβαλλόμενο 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 καμία περίπτωση να είναι λιγότερες του ενενήντα πέντε τοις εκατό (95%) των συνολικών ωρών διδασκαλίας για κάθε περίοδο. Στις Σχολές Προπονητών της ΓΓΑ την εκπαίδευση για θέματα αντντόπινγκ αναλαμβάνει ο αρμόδιος εθνικός φορέας αντντόπινγκ με τους πιστοποιημένους εκπαιδευτές του. Η ΓΓΑ ελέγχει τα διπλώματα των περιοδικών Σχολών Προπονητών ως προς τη νομιμότητά τους, δύναται δε να ορίζει ομάδα εργασίας, έργο της οποίας είναι η παρακολούθηση της πιστής τήρησης των όρων λειτουργίας της Σχολής, όπως αυτοί καθορίζονται με την απόφαση λειτουργίας της. Στα μέλη των ομάδων αυτών δεν καταβάλλεται αποζημίωση».

Σύμφωνα με την παρ. 2, του άρθρου 5 (Λειτουργία της Σχολής), της απόφασης ίδρυσης της παρούσας Σχολής Προπονητών Γουσού Κουνγκ Φου Γ' Επιπέδου (ΦΕΚ Β' 1789/11.04.2025) «Το χρηματικό ποσό για τα συνολικά δίδακτρα φοίτησης κάθε υποψηφίου καθορίζεται στο ποσό των € 450,00, το οποίο καταβάλλεται ανταποδοτικά (άρθρο 20, ν. 4726/2020) και κατατίθεται στο τραπεζικό λογαριασμό της Ομοσπονδίας, η οποία συντάσσει τον προϋπολογισμό της Σχολής και τον γνωστοποιεί στην Επιτροπή Διοίκησής της».

Απόφαση Ίδρυσης: ΓΓΑ/3659/21.03.2025 (ΦΕΚ 1789/Β'/11.04.2025)

Τροπ. Απόφασης: ΓΓΑ/11042/06.05.2025 (ΦΕΚ 2308/ Β'/12.05.2025),

Επιτροπή Διοίκησης

Η Σχολή Προπονητών Γουσού Κουνγκ Φου Γ' Επιπέδου διοικείται από πενταμελή επιτροπή, η οποία συγκροτείται από τους:

Λαρεντζάκη Ζωή	Υπάλληλος ΓΓΑ, ως Πρόεδρος
Στέλλα Μαρίνα	Υπάλληλος ΓΓΑ, ως Μέλος
Χαλκιά Ευαγγελία	Υπάλληλος ΓΓΑ, ως Μέλος
Καραπάνος Σπυρίδων	Πρόεδρος Δ.Σ της Ομοσπονδίας, ως Μέλος
Σκλιάμη Ανδριανή	Προπονήτρια Γουσού Κουνγκ Φου Α' Επιπέδου, ως Μέλος

Γραμματείς της Επιτροπής ορίζονται οι υπάλληλοι της ΓΓΑ κα Δουγένη Αγγελική και η κα Αξιώτη Ελευθερία.

Διευθυντής της Σχολής ορίζεται ο Δρ. Γαργαλιάνος Δημήτρης, Καθηγητής.

Πρόγραμμα Σπουδών

Τα μαθήματα, καθώς και το σύνολο των εκπαιδευτικών ωρών, όπως αυτές επιμερίζονται στο άρθρο 3 «ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΣΠΟΥΔΩΝ» της υπ' αριθ. 3659/21-3-2025 Απόφασης του Αναπληρωτή Προϊστάμενου της Γενικής Δ/σης Οργάνωσης Αθλητισμού, της ΓΓΑ του Υ.ΠΑΙ.Θ.Α (ΦΕΚ 1789/Β'/11-4-2025), όπως τροποποιήθηκε και ισχύει αναλύονται ως ακολούθως:

ΜΑΘΗΜΑΤΑ

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

Θεωρητικά χαρακτηρίζονται τα μαθήματα των οποίων η διδασκαλία πραγματοποιείται από τον εκπαιδευτή, σε αίθουσες διδασκαλίας (δια ζώσης ή ηλεκτρονικά). Σκοπό έχουν οι εκπαιδευόμενοι να κατανοήσουν το γνωστικό αντικείμενο κατάρτισης και να αποκτήσουν τις απαραίτητες γνώσεις και δεξιότητες. Οι διαλέξεις από απόσταση προσφέρονται μέσω ψηφιακής πλατφόρμας.

Πρακτικά χαρακτηρίζονται τα μαθήματα τα οποία αποβλέπουν στην απόκτηση γνώσεων για την εμπέδωση του θεωρητικού μέρους κατάρτισης και στην απόκτηση κυρίως κινητικών δεξιοτήτων και ικανοτήτων επικοινωνίας, διδασκαλίας και καθοδήγησης. Πραγματοποιούνται αποκλειστικά σε προπονητικούς χώρους.

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

Οι συμμετέχοντες/ουσες στη Σχολή υποχρεούνται να παρακολουθήσουν και να εξεταστούν επιτυχώς σε όλα τα παρακάτω μαθήματα:

1. Κύκλος / Τομέας 1 & 2: Γενικά Μαθήματα – Θεωρητικά Μαθήματα

1 ^{ος} κύκλος		Ώρες	Είδος μαθήματος	Τρόπος διεξαγωγής
1.	Ανατομία	12	Θεωρητικό	Ασύγχρονα - Διαδικτυακά
2.	Φυσιολογία	12	Θεωρητικό	Ασύγχρονα - Διαδικτυακά
3.	Εργοφυσιολογία	12	Θεωρητικό	Ασύγχρονα - Διαδικτυακά
4.	Φυσικοθεραπεία	12	Θεωρητικό	Ασύγχρονα - Διαδικτυακά
5.	Βιομηχανική	12	Θεωρητικό	Ασύγχρονα - Διαδικτυακά
6.	Γενική Προπονητική	20	Θεωρητικό	Ασύγχρονα - Διαδικτυακά
2 ^{ος} κύκλος		Ώρες	Είδος μαθήματος	Τρόπος διεξαγωγής
1.	Κινητική Μάθηση	15	Θεωρητικό	Ασύγχρονα - Διαδικτυακά
2.	Ο & Δ Αθλητισμού	15	Θεωρητικό	Διά ζώσης
3.	Αθλητική Ψυχολογία	15	Θεωρητικό	Ασύγχρονα - Διαδικτυακά
4.	Μεθοδολογία Αθλητικής Έρευνας	10	Θεωρητικό	Ασύγχρονα - Διαδικτυακά
5.	Αθλητική Παιδαγωγική	15	Θεωρητικό	Ασύγχρονα - Διαδικτυακά

2. Κύκλος / Τομέας 3: Μαθήματα Ειδίκευσης – Θεωρητικά (Θ) – Πρακτικά (Π) – Μικτά (Μ) Μαθήματα

		Ώρες	Είδος μαθήματος	Τρόπος διεξαγωγής
1.	Τεχνική Ανάλυση	20	Θεωρητικό 50% Πρακτικό 50%	Δια ζώσης
2.	Ειδική Προπονητική	15		
3.	Μεθοδολογία Διδασκαλίας	20		
4.	Προπονητική Εξάσκηση	45		
	Η Προπονητική Εξάσκηση θα περιλαμβάνει τα ακόλουθα:			
	Παραδοσιακά Tao Lu: Βόρεια γροθιά Νότια Γροθιά Taiji Quan Wing Chun			
	Μοντέρνα Tao Lu: Chang Quan Nan Quan			
	Sanda Tui Shou Bing Dao			
5.	Κανονισμοί Tao Lu Tui Shou Sanda	5	Θεωρητικό	Δια ζώσης

3. Ειδικά Θέματα

		Ωρες	Είδος μαθήματος	Τρόπος διεξαγωγής
1.	Αντιντόπινγκ	5	Θεωρητικό	Διά ζώσης
2.	Πλαίσιο παιδικής προστασίας	5	Θεωρητικό	Διά ζώσης
3.	Ηθική και ακεραιότητα στον αθλητισμό	5	Θεωρητικό	Διά ζώσης
4.	Υπολογιστές	5	Θεωρητικό	Σύγχρονα - Διαδικτυακά
5.	Ψηφιακή διαχείριση σωματείου	4	Θεωρητικό	Διά ζώσης
6.	Πρώτες βοήθειες	8	Θεωρητικό	Διά ζώσης
7.	Μητρώο Προπονητών & Αθλητικών Σωματείων	2	Θεωρητικό	Διά ζώσης
8.	Σημαντικά documents στον αθλητισμό	1	Θεωρητικό	Διά ζώσης

Η υλοποίηση μέρους του διδακτικού αντικειμένου (έως 50% των ωρών) μπορεί να γίνει με εκπαίδευση από απόσταση.

4. Εποπτευόμενη / Καθοδηγούμενη Πρακτική Άσκηση

Η εποπτευόμενη / καθοδηγούμενη πρακτική άσκηση έχει διάρκεια **50 ώρες**, είναι υποχρεωτική και πιστοποιείται με την διαδικασία την οποία ορίζει με απόφασή 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 τη διοργανώτρια αρχή (Ομοσπονδία – Ένωση – Σωματείο – Ευρωπαϊκοί και διεθνείς αγώνες) με σαφή αναφορά στις ώρες παρακολούθησης.
- Παρακολούθηση ή συμμετοχή σε προπονήσεις Εθνικών, ή προεθνικών ομάδων της Ομοσπονδίας, ή σωματείων της Ομοσπονδίας, τούτο πιστοποιημένο από την Ομοσπονδία ή το σωματείο αντίστοιχα, με υπογραφή προέδρου και γενικού γραμματέα, με σαφή αναφορά στις ώρες παρακολούθησης.

Η εποπτευόμενη / καθοδηγούμενη πρακτική άσκηση δεν περιλαμβάνεται στα μαθήματα που εξετάζονται και δεν συνυπολογίζεται στο βαθμό αξιολόγησης του υποψήφιου.

Πρόγραμμα Μαθημάτων

Κύκλος/Τομέας 1 & 2 – Γενικά Μαθήματα – Θεωρητικά

Τίτλος	Ανατομία (12 ώρες)
Διδάσκων	Δρ. Γιώργος Τσίγκανος, Λέκτορας Αθλητικής Φ/Θ, Ε.Κ.Π.Α.
Περιεχόμενα	- Εισαγωγή στην ανατομική - Οστά και αρθρώσεις - Σπονδυλική στήλη - Σύνδεσμοι σπονδυλικής στήλης - Οστά και αρθρώσεις άνω άκρου - Οστά και αρθρώσεις κάτω άκρου - Μυς σπονδυλικής στήλης - Μυς άνω άκρου - Μυς κάτω άκρου - Νευρικό σύστημα - Ιδιοδεκτικότητα - Λειτουργική μηχανική της σπονδυλικής στήλης

Τίτλος	Φυσιολογία (12 ώρες)
Διδάσκουσα	Δρ. Μαρία Μαριδάκη, Καθηγήτρια ΤΕΦΑΑ ΕΚΠΑ
Περιεχόμενα	- Εισαγωγή στην φυσιολογία - Βασική φυσιολογία κυττάρου και ομοιόσταση - Φυσιολογία καρδιαγγειακού συστήματος - Φυσιολογικοί δείκτες λειτουργίας καρδιαγγειακού συστήματος - Φυσιολογία αναπνευστικού συστήματος - Φυσιολογία νευρικού συστήματος - Φυσιολογία μυϊκού συστήματος I - Φυσιολογία μυϊκού συστήματος II - Ορμόνες και μεταβολισμός - Μεταβολισμός και ρύθμιση σωματικού βάρους - Φυσιολογία και υγιεινός τρόπος ζωής - Ομοιόσταση και θερμορύθμιση

Τίτλος	Εργοφυσιολογία (12 ώρες)
Διδάσκων	Δρ. Μαρία Μαριδάκη, Καθηγήτρια ΤΕΦΑΑ ΕΚΠΑ
Περιεχόμενα	- Εισαγωγή στην εργοφυσιολογία - Ενεργειακά συστήματα - Αερόβιος, αναερόβιος μηχανισμός παραγωγής ενέργειας και άσκηση - Πρακτικές εφαρμογές της χρήσης ενεργειακών υποστρωμάτων κατά την άσκηση - Βασική εργοφυσιολογία καρδιαγγειακού συστήματος - Βασική εργοφυσιολογία αναπνευστικού συστήματος - Βασική εργοφυσιολογία μυϊκού συστήματος & αρχές προπόνησης - Προπόνηση μυϊκού συστήματος - Προπόνηση καρδιαγγειακού συστήματος - Αξιολόγηση αθλητικών ικανοτήτων - Ενεργειακό ισοζύγιο και ρύθμιση σωματικού βάρους - Προπόνηση και αγώνας σε θερμό περιβάλλον - Ειδικά θέματα εργοφυσιολογίας (ύπνος, τεχνικές αποκατάστασης)

Τίτλος	Φυσικοθεραπεία (12 ώρες)
Διδάσκων	Δρ. Γιώργος Τσίγκανος, Λέκτορας Αθλητικής Φ/Θ, Ε.Κ.Π.Α.
Περιεχόμενα	• Εισαγωγή στην φυσικοθεραπεία • Μέσα και τρόποι αποκατάστασης τραυματισμών • Άμεση αντιμετώπιση τραυματισμών • Διάστρεμμα ποδοκνημικής • Τραυματισμός χιαστού συνδέσμου • Τραυματισμός μηνίσκου γόνατος • Τραυματισμοί ωμικής ζώνης • Τραυματισμοί τενόντων • Τραυματισμοί χόνδρων • Πρόληψη τραυματισμών • Εφαρμοσμένη λειτουργική αποκατάσταση τραυματισμών • Ασκήσεις ιδιοδεκτικότητας στην πρόληψη και στην αποκατάσταση

Τίτλος	Βιομηχανική (12 ώρες)
Διδάσκουσα	Δρ. Γιώργος Πίγκος, Διευθυντής ΓΓΑ
Περιεχόμενα	• Εισαγωγή στην αθλητική βιομηχανική • Συστήματα αναφοράς • Συλλογή κινηματικών δεδομένων • Γραμμικά κινηματικά μεγέθη: Θέση σώματος - Μετατόπιση - Διανυόμενο διάστημα • Γραμμικά κινηματικά μεγέθη: Ταχύτητα - Επιτάχυνση • Κινηματική ανάλυση - Ανάλυση κέντρου βάρους σώματος • Κινηματική ανάλυση βάδισης και τρεξίματος • Βλητική Κίνηση – Βολές • Γωνιακά κινηματικά μεγέθη - Γωνιακή κίνηση • Δυναμικά μεγέθη (μέρος Α): Χαρακτηριστικά δύναμης - Ανάλυση δυνάμεων - Νόμοι Νεύτωνα • Δυναμικά μεγέθη (μέρος Β): Τύποι δυνάμεων - Απεικόνιση δυνάμεων • Δυναμικά μεγέθη (μέρος Γ): Δύναμη ώθησης - Ορμή

Τίτλος	Γενική Προπονητική (20 ώρες)
Διδάσκων	Δρ. Σπύρος Μεθενίτης, Μεταδιδακτορικός Ερευνητής
Περιεχόμενα	• Εισαγωγή στην σύγχρονη προπονητική I • Εισαγωγή στην σύγχρονη προπονητική II • Εισαγωγή στη μεθοδολογία της προπόνησης I • Εισαγωγή στη μεθοδολογία της προπόνησης II • Βιολογία της προπόνησης I • Βιολογία της προπόνησης II • Εισαγωγή στις προπονητικές νομοτέλειες και στις προπονητικές αρχές • Προπονητικές αρχές: Δημιουργία βιολογικών προσαρμογών I • Προπονητικές αρχές: Δημιουργία βιολογικών προσαρμογών II • Προπονητικές αρχές: Δημιουργία βιολογικών προσαρμογών III • Προπονητικές αρχές: Δημιουργία βιολογικών προσαρμογών IV • Προπονητικές αρχές: Σταθεροποίηση των βιολογικών προσαρμογών I • Προπονητικές αρχές: Σταθεροποίηση των βιολογικών προσαρμογών II • Προπονητικές αρχές: Σταθεροποίηση των βιολογικών προσαρμογών III

	• Προπονητικές αρχές: Σταθεροποίηση των βιολογικών προσαρμογών IV • Προπονητικές αρχές: Καθοδήγηση - ρύθμιση των βιολογικών προσαρμογών I • Προπονητικές αρχές: Καθοδήγηση - ρύθμιση των βιολογικών προσαρμογών II • Προπονητικές αρχές: Καθοδήγηση - ρύθμιση των βιολογικών προσαρμογών III • Προπονητικές αρχές: Καθοδήγηση - ρύθμιση των βιολογικών προσαρμογών IV • Μακροχρόνιος προπονητικός σχεδιασμός
--	---

Τίτλος	Κινητική Μάθηση (15 ώρες)
Διδάσκων	Δρ. Νεκτάριος Σταύρου – Αναπληρωτής Καθηγητής Αθλητικής Ψυχολογίας & Κινητικής Συμπεριφοράς, ΣΕΦΑΑ, ΕΚΠΑ
Περιεχόμενα	• Εισαγωγή στην κινητική συμπεριφορά: Έννοιες και εφαρμογές • Κινητικός έλεγχος – Κινητική μάθηση • Βασικές θεωρητικές προσεγγίσεις στην κινητική συμπεριφορά • Έρευνα & κινητική συμπεριφορά (ερευνητικές προσεγγίσεις, μέθοδοι έρευνας) • Κινητικές δεξιότητες (είδη – ταξινόμηση κινητικών δεξιοτήτων, γενική – ειδική κινητική ικανότητα) • Νευρικό σύστημα και κινητική συμπεριφορά • Μνήμη και κινητική συμπεριφορά • Αντίληψη – Προσοχή • Ο ρόλος της προσοχής στην κινητική απόδοση • Πληροφοριακή διαδικασία και λήψη αποφάσεων στον αθλητισμό • Διαδικασία επεξεργασίας πληροφοριών: Μηχανισμοί & στάδια επεξεργασίας πληροφοριών • Ανατροφοδότηση I: Είδη ανατροφοδότησης – Η σημασία της ανατροφοδότησης στην αθλητική απόδοση • Ανατροφοδότηση II: Είδη ανατροφοδότησης – Η σημασία της ανατροφοδότησης στην αθλητική απόδοση • Κινητικό πρόγραμμα: Παραγωγή κινήσεων και κινητικών προτύπων I • Κινητικό πρόγραμμα: Παραγωγή κινήσεων και κινητικών προτύπων II

Τίτλος	Οργάνωση & Διοίκηση Αθλητισμού (15 ώρες)
Διδάσκων	Δρ. Δημήτρης Γαργαλιάνος, Καθηγητής, ΤΕΦΑΑ ΔΠΘ
Περιεχόμενα	• Ιστορία του μάνατζμεντ • Βασικές αρχές - Λειτουργίες του μάνατζμεντ • Περιβάλλον μάνατζμεντ (1^ο μέρος) • Περιβάλλον μάνατζμεντ (2^ο μέρος) • Αξίες - Φιλοσοφία - Όραμα • Στόχοι - Αντικειμενικοί σκοποί • Διαδικασία λήψης αποφάσεων • Stakeholders • Διοίκηση ανθρώπινου δυναμικού • Δεξιότητες ζωής • Οργάνωση αθλητικών δράσεων - εκδηλώσεων • Το μάνατζμεντ στην προπονητική • Οργάνωση ακαδημίας - αθλητικού σωματείου I • Οργάνωση ακαδημίας - αθλητικού σωματείου II • Χρηστή διακυβέρνηση

Τίτλος	Αθλητική Ψυχολογία (15 ώρες)
Διδάσκων	Δρ. Νεκτάριος Σταύρου – Αναπληρωτής Καθηγητής Αθλητικής Ψυχολογίας & Κινητικής Συμπεριφοράς, ΣΕΦΑΑ, ΕΚΠΑ
	Εισαγωγή στην αθλητική ψυχολογία: Έννοιες και εφαρμογές (ορισμός, αντικείμενο αθλητικής ψυχολογίας, προγράμματα ψυχολογικής προετοιμασίας)
	Βασικές θεωρητικές προσεγγίσεις στην αθλητική ψυχολογία (ψυχολογικές θεωρίες, γνωστική ψυχολογία, συμπεριφορισμός)
	Παιδικός αθλητισμός και αθλητική ψυχολογία (αναπτυξιακή ψυχολογία, σημασία της άσκησης στην παιδική ηλικία)
	Ο ρόλος των κινήτρων και της παρακίνησης στο αγωνιστικό αθλητισμό (σημασία – λειτουργία κινήτρων, εσωτερικά – εξωτερικά κίνητρα)
	Ο ρόλος των κινήτρων και της παρακίνησης στο αγωνιστικό αθλητισμό (θεωρία αυτοπροσδιορισμού, προσανατολισμός στόχων, ανάπτυξη/ υπονόμευση κινήτρων)
	Τοποθέτηση στόχων – Στοχοθεσία (είδη στόχων, σημασία τοποθέτησης στόχων)
	Τοποθέτηση στόχων – Στοχοθεσία (στρατηγικές – διαδικασία τοποθέτησης στόχων, δέσμευση αθλητή, προσαρμογή στόχων)
	Αγωνιστικό άγχος (έννοια άγχους, είδη άγχους, γνωστικό – σωματικό άγχος)
	Αγωνιστικό άγχος (αιτίες & συνέπειες του άγχους, σχέση άγχους με άλλα ψυχολογικά χαρακτηριστικά)
	Αγωνιστικό άγχος (τεχνικές ρύθμισης άγχους, ψυχοδιάγνωση)
	Εφαρμοσμένη αθλητική ψυχολογία: Ορισμός και βασικές έννοιες και ο ρόλος της στην αθλητική απόδοση
	Ψυχολογική προετοιμασία: Σκοπός, σημασία και φιλοσοφία της ψυχολογικής προετοιμασίας
	Χαρακτηριστικά και δομή των προγραμμάτων ψυχολογικής προετοιμασίας
	Τεχνικές χαλάρωσης – Τεχνική αναπνοών – Προοδευτική μυϊκή χαλάρωση
	Νοερή προπόνηση: Θεωρητικό υπόβαθρο, τύποι νοερής απεικόνισης, χρησιμότητα – αποτελεσματικότητα της νοερής προπόνησης

Τίτλος	Μεθοδολογία Αθλητικής Έρευνας (10 ώρες)
Διδάσκων	Δρ. Γιώργος Πίγκος, Διευθυντής ΓΓΑ
Περιεχόμενα	- Εισαγωγή στη μεθοδολογία της έρευνας - Αναζήτηση στην ακαδημαϊκή βιβλιοθήκη - Ερευνητικός σχεδιασμός - Βιβλιογραφική ανασκόπηση - Διατύπωση ερευνητικών ερωτήσεων και υποθέσεων - Δειγματοληψία - Εγκυρότητα και αξιοπιστία - Ποσοτική έρευνα με δομημένο ερωτηματολόγιο - Μέθοδοι ποιοτικής έρευνας - Εκπαίδευση στο πρόγραμμα eKouros

Τίτλος	Αθλητική Παιδαγωγική (15 ώρες)
Διδάσκων	Δρ. Κωνσταντίνος Τάμπαλης, Επίκουρος Καθηγητής ΤΕΦΑΑ ΕΚΠΑ

Περιεχόμενα	• Εισαγωγή στην Παιδαγωγική • Ορισμός, έννοιες, εξέλιξη και αντικείμενο της Αθλητικής Παιδαγωγικής • Ο παιδαγωγικός ρόλος του προπονητή • Θεωρίες μάθησης στον αθλητισμό • Τα στυλ διδασκαλίας/προπόνησης • Σχεδιασμός και προγραμματισμός της προπόνησης • Άσκηση και προσωπικότητα • Διαχείριση της ομάδας στον αθλητισμό • Η πειθαρχία στην άσκηση • Αμοιβές, ποινές και εσωτερικά κίνητρα των αθλουμένων/αθλητών • Φυσική δραστηριότητα παιδιών και εφήβων • Παρακίνηση στην άσκηση • Αξιολόγηση στην άσκηση • Συμπερίληψη στην άσκηση • Επαγγελματική ανάπτυξη προπονητών
-------------	--

Κύκλος/Τομέας 3 - Μαθήματα Ειδίκευσης

Τίτλος	Μεθοδολογία Διδασκαλίας (20 ώρες)
Διδάσκοντες	Αγγελική Σαλωμίδου – Θεόδωρος Λαμπάδας (προπονητές Α΄κατηγορίας)
Περιεχόμενα	• Μεθοδολογία εκμάθησης των λακτισμάτων • Μεθοδολογία εκμάθησης των βηματισμών (στάσεων) • Μυθολογία εκμάθησης βασικών τεχνικών χειρών • Μεθοδολογία ρυθμού στα Taolu (σκιαμαχίες) • Μεθοδολογία αλλαγής από βηματισμό σε βηματισμό

Τίτλος	Τεχνική Ανάλυση (20 ώρες)
Διδάσκων	Jun Rong (BA, Beijing Sport University)
Περιεχόμενα	• Βασικά τεχνικά στοιχεία του Γουσου Κουνγκ Φου • Ανάλυση των αλμάτων και των περιστροφών • Ανάλυση των ασκήσεων δυσκολίας Γ΄επιπέδου

Τίτλος	Ειδική Προπονητική (15 ώρες)
Διδάσκοντες	Tang Tung Wing (7 th Duan I.W.U.F.) - Κωνσταντίνος Αθανασίου
Περιεχόμενα	• Κινεζική ορολογία των τεχνικών (Λακτίσματα, βηματισμοί τεχνικές κλπ.) • Ειδικές μορφές προπόνησης στο Γουσου Κουνγκ Φου (ασκήσεις δυσκολίας) • Parawushu

Τίτλος	Κανονισμοί (5 ώρες)
Διδάσκοντες	Αθανάσιος Ρούσσος (Προέδρος Κ.Ε.Δ.) - Ιωάννης Στελετάρης (Διεθνής κριτής)
Περιεχόμενα	• Taolu (παραδοσιακά – μοντέρνα) • Sanda – light Sanda • Tui Shou

Τίτλος	Προπονητική Εξάσκηση (45 ώρες)		
Διδάσκοντες/ουσες	Παραδοσιακά Tao Lu:	Βόρεια γροθιά Νότια γροθιά Taiji Quan Wing Chun	Αγγελική Σαλωμίδου Tang Tung Wing Θεόδωρος Λαμπάδας Αγγελική Σαλωμίδου Tang Tung Wing
	Μοντέρνα Tao Lu:	Chang Quan Nan Quan Sanda Tui Shou	Rong Jun Rong Jun Raduncev Alexander Jose Sepulveda

Ειδικά Θέματα

Τίτλος	Αντιντόπινγκ (5 ώρες)
Διδάσκων	Χρήστος Παπούλιας, στέλεχος εκπαίδευσης ΕΟΚΑΝ
Περιεχόμενα	• Παραβάσεις αντιντόπινγκ – Πειθαρχικές – ποινικές κυρώσεις • Ρίσκα από την χρήση συμπληρωμάτων διατροφής / Συνέπειες υγείας, κοινωνικές και ψυχολογικές της χρήσης απαγορευμένων ουσιών • Κατάλογος απαγορευμένων ουσιών και TUE – Έλεγχος θεραπευτικής αγωγής. • Διαδικασία δειγματοληψίας • Σημασία του Γραφείου Έρευνας και Πληροφοριών

Τίτλος	Πλαίσιο Παιδικής Προστασίας (5 ώρες)
Διδάσκων	Δρ. Γιώργος Νικολαΐδης, Ψυχίατρος, Δ/ντής Δ/νσης Ψυχικής Υγείας & Κοινωνικής Πρόνοιας
Περιεχόμενα	▪ Παιδική ηλικία και παιδική προστασία ▪ Νομοθεσία – Ορισμοί ▪ Κατηγορίες κακοποίησης / παραμέλησης ▪ Ενδείξεις κακοποίησης / παραμέλησης ▪ Φορείς και υπηρεσίες παιδικής προστασίας και κοινωνικής πρόνοιας

Τίτλος	Ηθική και Ακεραιότητα στον Αθλητισμό (5 ώρες)
Διδάσκων	Βασίλης Μηνούδης, MSc στην Αθλητική Διοίκηση
Περιεχόμενα	• Ηθικά διλήμματα στον αθλητισμό από την αρχαιότητα μέχρι σήμερα • Χειραγώγηση στον αθλητισμό και στοιχηματισμός • Κώδικας Δεοντολογίας • Πλατφόρμες αναφορών • Εκπαιδευτικά εργαλεία – Πιστοποίηση από ΕΠΑΘΛΑ

Τίτλος	Υπολογιστές (5 ώρες)
Διδάσκων	Πέτρος Σκοπελίτης, Καθηγητής Πληροφορικής
Περιεχόμενα	• Βασικές Αρχές Διαδικτύου (Internet) • Κατανόηση του Internet, του World Wide Web και των ιστοσελίδων • Περιήγηση στο διαδίκτυο • Σύνδεση στο διαδίκτυο • Δομή του Uniform Resource Locator - (URL)

Τίτλος	Ψηφιακή Διαχείριση Σωματείου (4 ώρες)
Διδάσκων	Πέτρος Σκοπελίτης, Καθηγητής Πληροφορικής
Περιεχόμενα	• Υπολογιστικά συστήματα • Ο αθλητισμός στην ψηφιακή εποχή • Αγωνιστική πλατφόρμα αθλήματος • Διαχείριση δεδομένων

Τίτλος	Πρώτες βοήθειες (8 ώρες)
Διδάσκων	Δρ. Δημήτρης Μπακιρτζής
Περιεχόμενα	• Αρχές πρώτων βοηθειών • Εισαγωγή στην καρδιοαναπνευστική αναζωογόνηση • Διαδικασία επίδειξης αυτόματου απινιδωτή • Χρήση αυτόματου απινιδωτή

Τίτλος	Μητρώο Προπονητών – Μητρώο Αθλητικών Σωματείων (2 ώρες)
Διδάσκουσα	Εύη Τσολάκου, Προϊσταμένη Τμήματος Υποδομών και Συστημάτων, Διεύθυνση Υποστήριξης Αθλητισμού, Γενική Διεύθυνση Οργάνωσης Αθλητισμού, ΓΓΑ
Περιεχόμενα	Παρουσίαση του Μητρώου Προπονητών και του Μητρώου Αθλητικών Σωματείων της ΓΓΑ

Τίτλος	Σημαντικά documents στον Αθλητισμό (1 ώρα)
Διδάσκων	Δρ. Δημήτρης Γαργαλιάνος, Καθηγητής
Περιεχόμενα	

Συνοπτικό πρόγραμμα μαθημάτων

A/A	Τίτλος Μαθήματος	Ωρες	Έναρξη	Λήξη	Είδος
	• Προπονητική εξάσκηση • Μεθοδολογία διδασκαλίας • Τεχνική ανάλυση • Ειδική προπονητική	20 10 10 10	ΠΑ 26.09.2025	TP 30.09.2025	Διά ζώσης
	Υπολογιστές	5	ΣΑ 04.10	ΣΑ 04.10	Σύγχρονο - Διαδικτυακό
	Μεθοδολογία έρευνας	10	ΔΕ 06.10	ΚΥ 12.10	Ασύγχρονο - Διαδικτυακό
	Ανατομία	12	ΔΕ 13.10	ΚΥ 19.10	Ασύγχρονο - Διαδικτυακό
	Φυσιολογία	12	ΔΕ 20.10	ΚΥ 26.10	Ασύγχρονο - Διαδικτυακό
	Εργοφυσιολογία	12	ΔΕ 27.10	ΚΥ 02.11	Ασύγχρονο - Διαδικτυακό
	Φυσικοθεραπεία	12	ΔΕ 03.11	ΚΥ 09.11	Ασύγχρονο - Διαδικτυακό
	Βιομηχανική	12	ΔΕ 10.11	ΚΥ 16.11	Ασύγχρονο - Διαδικτυακό
	Γενική προπονητική	20	ΔΕ 17.11	ΚΥ 30.11	Ασύγχρονο - Διαδικτυακό
	Αθλητική ψυχολογία	15	ΔΕ 01.12	ΚΥ 14.12	Ασύγχρονο - Διαδικτυακό
	• Μεθοδολογία διδασκαλίας • Τεχνική ανάλυση • Ειδική προπονητική • Κανονισμοί	10 10 5 5	ΠΑ 16.01.2016	ΚΥ 18.01.2026	Διά ζώσης
	Κινητική μάθηση	15	ΔΕ 19.01	ΚΥ 01.02	Ασύγχρονο - Διαδικτυακό
	• Προπονητική εξάσκηση	25	ΠΑ 13.02	TP 17.02	Διά ζώσης
	• Ο & Δ αθλητισμού	15			
	Αθλητική παιδαγωγική	15	ΔΕ 23.02	ΚΥ 01.03	Ασύγχρονο - Διαδικτυακό
	• Πρώτες Βοήθειες • Μητρώο Προπονητών & Αθλητικών Σωματείων	8 2	TP 03.03	TP 03.03	Διά ζώσης
	• Ηθική & Ακεραιότητα • Πλαίσιο Παιδικής Προστασίας	5 5	TE 04.03	TE 04.03	Δια ζώσης
	• Αντιντόπινγκ • Ψηφιακή διαχείριση σωματείων • Σημαντικά documents για τον αθλητισμό	5 4 1	ΠΕ 05.03	ΠΕ 05.03	Δια ζώσης
	Άνοιγμα όλων των μαθημάτων (δυνατότητα αναπλήρωση)		ΔΕ 09.03	ΚΥ 22.03	

Διάρκεια διδασκαλίας

1. Η διάρκεια της ωριαίας διδασκαλίας για όλα τα μαθήματα **διά ζώσης** ή/και σε «**σύγχρονη**» μορφή είναι **45 λεπτά**. Μεταξύ των ωρών γίνεται διάλλειμα 15 λεπτά.
2. Η διάρκεια της ωριαίας διδασκαλίας σε «**ασύγχρονη**» μορφή μέσω διαδικτυακής πλατφόρμας είναι **35 λεπτά**.
3. Ο ανώτατος αριθμός των ωρών διδασκαλίας ανά ημέρα εκπαίδευσης ορίζεται σε δέκα (10).
4. Η διδασκαλία του πρακτικού μέρους μικτών μαθημάτων μπορεί να διαρκεί μέχρι τρεις (3) συνεχείς διδακτικές ώρες.

Πλατφόρμα ασύγχρονης διαδικτυακής εκπαίδευσης

1. Η πλατφόρμα της ασύγχρονης διαδικτυακής εκπαίδευσης βασίζεται στην πλατφόρμα moodle, η οποία είναι διασυνδεδεμένη με την πλατφόρμα της Microsoft 365 και καταγράφει την ώρα που συνδέθηκε και αποσυνδέθηκε κάθε εκπαιδευόμενος, για πόση ώρα παρέμεινε ενεργός, καθώς και τις δραστηριότητες που έκανε κατά τη διάρκεια που ήταν ενεργός.
2. Για κάθε ενότητα, κάθε μαθήματος που θα γίνεται με διαδικτυακή ασύγχρονη εκπαίδευση θα αναρτάται στην πλατφόρμα ένα βίντεο, το οποίο ο εκπαιδευόμενος θα πρέπει να παρακολουθήσει μέσα στο χρονικό διάστημα που θα προσδιορίζεται.
3. Στο τέλος κάθε ενότητας θα υπάρχουν οι σημειώσεις του συγκεκριμένου μαθήματος, ώστε να μπορούν οι εκπαιδευόμενοι τις «κατεβάσουν» στην συσκευή τους.
4. Για το χρονικό διάστημα που θα είναι προσβάσιμο κάθε μάθημα θα είναι διαθέσιμο 24 ώρες.
5. Η καταγραφή των παρουσιών για την παρακολούθηση κάθε ενότητας γίνεται μέσω 4 κουίζ/ερωτήσεων που έχει προσδιορίσει ο διδάσκων το μάθημα. Μετά από την παρακολούθηση κάθε διδακτικής ενότητας ο εκπαιδευόμενος θα πρέπει να απαντήσει σωστά τουλάχιστον 2 (50%) από αυτές τις ερωτήσεις, πράγμα το οποίο αποτελεί προϋπόθεση για να ανοίξει η επόμενη διδακτική ενότητα.
6. Σε περίπτωση αποτυχίας έχει τη δυνατότητα να προσπαθήσει ακόμα 2 φορές, αφού, όμως, κάθε φορά έχει παρακολουθήσει ξανά την διάλεξη της συγκεκριμένης ενότητας. Αν κάποιος και τις 3 φορές δεν έχει ποσοστό επιτυχίας τουλάχιστον 50% παίρνει απουσία για την συγκεκριμένη ενότητα (1 ώρα) και ξεκλειδώνεται η επόμενη ενότητα για να προχωρήσει.
7. Για όσους οφείλουν παρουσίες σε κάποια μαθήματα, αλλά και για σκοπούς επανάληψης της ύλης, στο τέλος όλων των μαθημάτων (1^{ου}, 2^{ου}, 3^{ου} κύκλου, Ειδικών Θεμάτων) θα ανοίξουν για 2 εβδομάδες όλα τα μαθήματα.
8. Σε περίπτωση που δεν ολοκληρώσει τις υποχρεώσεις αυτές μέσα στο χρονικό διάστημα που έχει προσδιοριστεί, θα θεωρείται ότι δεν έχει συμπληρώσει το απαιτούμενο όριο παρουσιών και δεν θα έχει δικαίωμα να προσέλθει στις τελικές εξετάσεις.
9. Για την κατοχύρωση των παρουσιών τα μαθήματα του 1^{ου} και 2^{ου} κύκλου που διαρκούν μέχρι δώδεκα (12) διδακτικές ώρες ασύγχρονης εκπαίδευσης θα είναι διαθέσιμα 1 εβδομάδα. Τα μαθήματα που διαρκούν περισσότερες από δώδεκα (12) διδακτικές ώρες θα είναι διαθέσιμα 2 εβδομάδες.
10. Τα μηνύματα που αποστέλλονται από τον διαχειριστή της πλατφόρμας στο ακαδημαϊκά e-mail των εκπαιδευομένων παραδίδονται σίγουρα, καθώς το σύστημα είναι ενδο - εταιρικό, δηλαδή δεν παρεμβάλλεται άλλος server.

Διαδικαστικά θέματα

1. Για την συμμετοχή στη διαδικτυακή εκπαίδευση οι εκπαιδευόμενοι χρειάζεται να διαθέτουν υπολογιστή, οθόνη, κάμερα, μικρόφωνο και **σύνδεση στο διαδίκτυο με καλώδιο**.
2. Κάθε εκπαιδευόμενος θα λάβει έναν μοναδικό κωδικό πρόσβασης για την είσοδό του στην πλατφόρμα.
3. Πριν ξεκινήσουν τα διαδικτυακά μαθήματα θα πραγματοποιηθεί εκπαίδευση όλων των συμμετεχόντων στην χρήση του ηλεκτρονικού υπολογιστή (πλοήγηση στο διαδίκτυο, Windows, κλπ.) και ειδικά στη χρήση της πλατφόρμας προκειμένου να εξασφαλιστεί ότι όλοι είναι εξοικειωμένοι με τη λειτουργία της.
4. Στην πλατφόρμα θα έχουν πρόσβαση τα μέλη της Επιτροπής Διοίκησης, τα στελέχη του αρμόδιου Τμήματος της ΓΓΑ, ο Διευθυντής της Σχολής και άτομα με εξουσιοδότηση από την Επιτροπή Διοίκησης.
5. Οι παρουσίες στα δια ζώσης διαδικτυακά μαθήματα, καθώς και στα πρακτικά μαθήματα θα καταγράφονται από τον εκάστοτε διδάσκοντα στην αρχή κάθε ενότητας.

6. Στα πρακτικά μαθήματα, μετά την είσοδο του εκπαιδευτή στην αίθουσα διδασκαλίας ή στον προπονητικό χώρο, δεν επιτρέπεται η είσοδος των εκπαιδευόμενων.

Επιτυχής παρακολούθηση

1. Η επιτυχής παρακολούθηση συνίσταται στην:
- Επαρκή παρακολούθηση όλων των μαθημάτων,
 - Συμμετοχή στις γραπτές εξετάσεις στα διδαχθέντα θεωρητικά μαθήματα,
 - Συμμετοχή στις εξετάσεις των πρακτικών μαθημάτων ειδίκευσης
 - Προσκόμιση των απαραίτητων εγγράφων με τα οποία αποδεικνύονται οι 50 ώρες πρακτικής άσκησης.

Απαλλαγή από μαθήματα

Πτυχιούχοι ΤΕΦΑΑ, άλλων τμημάτων ΑΕΙ, καθώς και απόφοιτοι προηγούμενων Σχολών Προπονητών της ΓΓΑ (μετά το 2016), αντίστοιχου επιπέδου, μπορούν να απαλλαχθούν από τις παρακολουθήσεις και τις εξετάσεις των γνωστικών αντικειμένων που έχουν διδαχθεί στα υποχρεωτικά μαθήματα των κύκλων 1 και 2.

Επαρκής παρακολούθηση

1. Ο συνολικός αριθμός των ωρών παρακολούθησης πρέπει να είναι ίσος ή μεγαλύτερος του **95%** των συνολικών ωρών διδασκαλίας.
2. Εάν ο αριθμός των απουσιών στα μαθήματα υπερβαίνει τον προβλεπόμενο αριθμό, με απόφαση του Διευθυντή της Σχολής η φοίτηση του υποψήφιου αναστέλλεται.
3. Εφόσον η παρακολούθηση ενός συμμετέχοντα / μίας συμμετέχουσας χαρακτηριστεί ως ανεπαρκής δεν έχει δικαίωμα προσέλευσης στις τελικές εξετάσεις.
4. Η αναγνώριση της επαρκούς παρακολούθησης γίνεται μετά το τέλος των μαθημάτων και πριν από την τελική εξέταση. Προκειμένου να λάβουν γνώση οι υποψήφιοι που έχουν δικαίωμα συμμετοχής στις τελικές εξετάσεις ο Διευθυντής της Σχολής θα ανακοινώσει τα αποτελέσματα της παρακολούθησης την επομένη της λήξης των μαθημάτων.

Μετάθεση διδακτικών ημερών / ωρών ή τροποποίηση του προγράμματος

Σε εξαιρετικές περιπτώσεις (π.χ., εμβόλιμες αγωνιστικές υποχρεώσεις της Ομοσπονδίας) και κατόπιν συνεννόησης μεταξύ του ΔΣ της Ομοσπονδίας, της Επιτροπής Διοίκησης και του Διευθυντή της Σχολής μπορούν να μετατεθούν οι μέρες / ώρες διδασκαλίας μαθημάτων.

Εξετάσεις

Οργάνωση των εξετάσεων

1. Οι ώρες των εξετάσεων δεν υπολογίζονται στις διδακτικές ώρες.
2. Μετά την ολοκλήρωση όλων των μαθημάτων υπάρχει εξεταστική περίοδος, κατά τη διάρκεια της οποίας οι υποψήφιοι δίνουν γραπτές εξετάσεις για τα θεωρητικά και πρακτικές για τα πρακτικά μαθήματα που προβλέπονται στο πρόγραμμα σπουδών.
3. Οι εξετάσεις διεξάγονται μέσα σε 20 ημέρες (ενδεικτικά) μετά το τέλος του μαθημάτων.
4. Τη γενική ευθύνη για την ορθή διεξαγωγή των εξετάσεων της Σχολής φέρει ο Διευθυντής, ο οποίος διασφαλίζει έγκαιρα την επάρκεια των εγκαταστάσεων, τη διαθεσιμότητα των υλικών και του εξοπλισμού και την ακεραιότητα των εξετάσεων.
5. Στα θεωρητικά μαθήματα οι πρακτικές εξετάσεις διεξάγονται με την ευθύνη τριμελούς επιτροπής, η οποία αποτελείται από 3 διδάσκοντες, ή άλλους συνεργάτες της Σχολής.
6. Οι ερωτήσεις στις γραπτές εξετάσεις θα είναι πολλαπλής επιλογής με 4 πιθανές απαντήσεις και 1 σωστή απάντηση για κάθε ερώτηση.
7. Ο χρόνος επεξεργασίας των ερωτήσεων στις γραπτές εξετάσεις δεν μπορεί να υπερβαίνει τις 3 ώρες

8. Ειδική μέριμνα θα υπάρξει για την προφορική εξέταση των υποψήφιων με αποδεδειγμένη δυσλεξία, την οποία πρέπει να έχουν αιτηθεί με τα απαραίτητα παραστατικά πριν από την έναρξη της Σχολής.
9. Αν κατά τις εξετάσεις ο υποψήφιος αποτύχει σε μάθημα ή μαθήματα (πρακτικά και θεωρητικά) οργανώνεται επανεξέταση, η ημερομηνία της οποίας ορίζεται με απόφαση της Επιτροπής Διοίκησης.

Τρόπος αξιολόγησης στη τελική εξέταση ανά μάθημα

ΚΥΚΛΟΣ/ΤΟΜΕΑΣ 1 & 2 - ΓΕΝΙΚΑ ΜΑΘΗΜΑΤΑ					
Μαθήματα	Γραπτές εξετάσεις	Τεστ πολλαπλών απαντήσεων	Προφορικές/πρακτικές εξετάσεις		
Ανατομία		100%			
Φυσιολογία		100%			
Εργοφυσιολογία		100%			
Φυσικοθεραπεία		100%			
Βιομηχανική		100%			
Γενική Προπονητική		100%			
Ο. & Δ. αθλητισμού		100%			
Αθλητική ψυχολογία		100%			
Μεθοδολογία αθλητικής έρευνας		100%			
Αθλητική παιδαγωγική		100%			
Κινητική μάθηση		100%			
ΚΥΚΛΟΣ/ΤΟΜΕΑΣ 3 - ΜΑΘΗΜΑΤΑ ΕΙΔΙΚΕΥΣΗΣ					
Μαθήματα	Γραπτές εξετάσεις	Τεστ πολλαπλών απαντήσεων	Προφορικές/Πρακτικές εξετάσεις	Προπονητική εξάσκηση	
Μεθοδολογία διδασκαλίας		100%			
Τεχνική ανάλυση στοιχείων του αθλήματος		50%	50%		
Ειδική προπονητική		100%			
Προπονητική εξάσκηση			100%		
Κανονισμοί αγώνων		100%			
ΕΙΔΙΚΑ ΘΕΜΑΤΑ					
Αντιντόπινγκ		100%			
Πλαίσιο παιδικής προστασίας		100%			
Ηθική και ακεραιότητα στον αθλητισμό		100%			
Υπολογιστές		100%			
Ψηφιακή διαχείριση σωματείου		100%			
Πρώτες βοήθειες		100%			
Μητρώο προπονητών και αθλητικών σωματείων		100%			
Σημαντικά documents στον αθλητισμό		100%			
Προπονητική εξάσκηση				ΝΑΙ/ΟΧΙ	

Διαδικασία διεξαγωγής εξετάσεων πρακτικών μαθημάτων

1. Οι εξεταζόμενοι πρέπει να έχουν στολή, πετσέτα, εξοπλισμό.
2. Θα μπαίνουν στον χώρο εξέτασης ανά 5.
3. Η εξεταστική επιτροπή θα αποτελείται από 3 άτομα.

Διαδικασία διεξαγωγής εξετάσεων θεωρητικών μαθημάτων

1. Για την ανάπτυξη των θεμάτων χορηγούνται στους εξεταζόμενους από τους επιτηρητές ειδικά σφραγισμένα και υπογεγραμμένα, ιδιόχειρα από τον εξεταστή του μαθήματος, κόλλες αναφοράς ή τυπωμένα ερωτηματολόγια.
2. Πριν την εξέταση οι επιτηρητές διενεργούν έλεγχο των στοιχείων ταυτότητας των εξεταζόμενων.
3. Μετά το πέρας της επεξεργασίας των θεμάτων τα φύλλα θεμάτων και απαντήσεων επιστρέφονται στους επιτηρητές.
4. Οι επιτηρητές διαγράφει τα ενδεχόμενα κενά στα φύλλα απαντήσεων, μονογράφουν στο τέλος της διαπραγμάτευσης των θεμάτων, καταμετρούν τα γραπτά, τα αντιπαραβάλλουν με την κατάσταση των υποψηφίων που είχαν δικαίωμα συμμετοχής στην εξέταση, πιστοποιούν τους απόντες, αναγράφουν το ονοματεπώνυμό τους στο φάκελο εξετάσεων και τα παραδίδουν στο Διευθυντή της Σχολής.

Βαθμολόγηση

1. Στα θεωρητικά μαθήματα ο αριθμός των ερωτήσεων σε κάθε μάθημα θα είναι ανάλογος με τις ώρες διδασκαλίας και προσδιορίζεται από τη σχέση 4 θέματα/10 ώρες εκπαίδευσης.
2. Οι ερωτήσεις θα είναι πολλαπλής επιλογής με 4 πιθανές απαντήσεις και μία σωστή απάντηση για κάθε ερώτηση.
3. Η βαθμολογική κλίμακα στα θεωρητικά μαθήματα ορίζεται από μηδέν (0) έως δέκα (10) και ως κατώτερος προβιβάσιμος βαθμός θεωρείται το πέντε (5) για κάθε μάθημα.
4. Στα πρακτικά μαθήματα η βαθμολογική κλίμακα των τελικών εξετάσεων ορίζεται από το μηδέν (0) έως το δέκα (10). Ο κατώτερος προβιβάσιμος βαθμός θεωρείται το πέντε (5). Από $5 - 6,4 =$ «καλώς», από $6,5 - 8,4 =$ «λίαν καλώς» και από $8,5 - 10 =$ «άριστα».

Αξιολόγηση

Η αξιολόγηση των γνώσεων, ικανοτήτων και δεξιοτήτων που αποκτούν οι σπουδαστές γίνεται λαμβάνοντας υπόψη την τελική εξέταση (γραφτές, πρακτικές εξετάσεις).

Χορήγηση Διπλώματος

1. Δίπλωμα της Σχολής Προπονητών Γουσσού Κουνγκ Φου Γ' Επιπέδου έχουν δικαίωμα να αποκτήσουν όσοι κατέχουν όλα τα απαραίτητα δικαιολογητικά που έχουν οριστεί από την ΓΓΑ, είχαν επαρκή παρακολούθηση και περάτωσαν με επιτυχία τις θεωρητικές και πρακτικές εξετάσεις.
2. Τα διπλώματα παραδίδονται στους επιτυχόντες από το αρμόδιο Τμήμα της ΓΓΑ.
3. Για να θεωρείται έγκυρο ένα δίπλωμα πρέπει να φέρει σφραγίδα και αρίθμηση από την ΓΓΑ.
4. Ο τύπος διπλωμάτων και τα όσα αναφέρονται σε αυτά είναι κοινός και σύμφωνος με πρότυπο που παραδίδει το αρμόδιο τμήμα της ΓΓΑ.