

ΣΧΟΛΗ ΠΡΟΠΟΝΗΤΩΝ ΓΟΥΣΟΥ ΚΟΥΝΓΚ ΦΟΥ

Β' 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 πρακτική άσκηση	5
5. Διπλωματική εργασία	6
Πρόγραμμα μαθημάτων	6
Συνοπτικό πρόγραμμα μαθημάτων	12
Διάρκεια διδασκαλίας	13
Πλατφόρμα ασύγχρονης διαδικτυακής εκπαίδευσης	13
Διαδικαστικά θέματα	14
Επιτυχής παρακολούθηση	14
Απαλλαγή από μαθήματα	14
Επαρκής παρακολούθηση	14
Μετάθεση διδακτικών ημερών / ωρών ή τροποποίηση του προγράμματος	15
Εξετάσεις	15
▪ Οργάνωση των εξετάσεων	15
▪ Τρόπος αξιολόγησης στην τελική εξέταση ανά μάθημα	15
▪ Διαδικασία διεξαγωγής εξετάσεων πρακτικών μαθημάτων	16
▪ Διαδικασία διεξαγωγής εξετάσεων θεωρητικών μαθημάτων	16
Βαθμολόγηση	16
Αξιολόγηση	16
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: «*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 Β' Επιπέδου (ΦΕΚ Β'/2279/09.05.2025) «*Το χρηματικό ποσό για τα συνολικά δίδακτρα φοίτησης κάθε υποψήφιου καθορίζεται στο ποσό των €700, το οποίο καταβάλλεται ανταποδοτικά (άρθρο 20, ν. 4726/2020) και κατατίθεται στον τραπεζικό λογαριασμό της Ομοσπονδίας, η οποία συντάσσει τον προϋπολογισμό της Σχολής και τον γνωστοποιεί στην Επιτροπή Διοίκησής της*».

Απόφαση Ίδρυσης: ΓΓΑ/4715 /05-05-2025

Επιτροπή Διοίκησης

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

Δήμα Φανή	Υπάλληλος ΓΓΑ, ως Πρόεδρος
Γιαγιά Ιωάννα	Υπάλληλος ΓΓΑ, ως Μέλος
Στέλλα Μαρίνα	Υπάλληλος ΓΓΑ, ως Μέλος
Καραπάνος Σπυρίδων	Πρόεδρος της Ομοσπονδίας Γουσσού Κουνγκ Φου, ως Μέλος
Σκλιάμη Ανδριανή	Προπονήτρια Γουσσού Κουνγκ Φου Α' Επιπέδου, ως Μέλος

Γραμματέας της Επιτροπής ορίζεται η υπάλληλος της ΓΓΑ: κα Μπακετέα Μαρία.

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

Πρόγραμμα Σπουδών

Το σύνολο των εκπαιδευτικών ωρών παρατίθεται στον παρακάτω πίνακα:

Επίπεδο	Διδακτικές ώρες	Διπλωματική εργασία (ΔΕ) Άλλες εργασίες (ΑΕ)	Πρακτική Άσκηση (ώρες)	Ελάχιστη διάρκεια λειτουργίας Σχολής	Συνολική διάρκεια (ώρες)
Β'	300 (250)	Υποχρεωτικά έως 50 ώρες (ΔΕ)	100	6 μήνες	400

* Το σύνολο των ωρών είναι 400. Οι αριθμοί σε παρένθεση απεικονίζουν τη δυνατότητα συνδυασμού διδακτικών ωρών και εργασιών.

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 τα οποία στοχεύουν στην κατανόηση του εκάστοτε γνωστικού αντικειμένου κατάρτισης από τους εκπαιδευόμενους και την απόκτηση των απαραίτητων γνώσεων και δεξιοτήτων. Η διδασκαλία πραγματοποιείται από τον εκπαιδευτή μέσω ψηφιακής πλατφόρμας είτε σύγχρονα, είτε ασύγχρονα.

Πρακτικά χαρακτηρίζονται τα μαθήματα τα οποία αποβλέπουν στην εμπέδωση του θεωρητικού μέρους κατάρτισης και στην απόκτηση κυρίως κινητικών δεξιοτήτων και ικανοτήτων επικοινωνίας, διδασκαλίας και καθοδήγησης. Πραγματοποιούνται αποκλειστικά δια ζώσης 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	10	Θεωρητικό	Ασύγχρονα - Διαδικτυακά
2.	Φυσιολογία	10	Θεωρητικό	Ασύγχρονα - Διαδικτυακά
3.	Εργοφυσιολογία	10	Θεωρητικό	Ασύγχρονα - Διαδικτυακά
4.	Φυσικοθεραπεία	10	Θεωρητικό	Ασύγχρονα - Διαδικτυακά
5.	Αθλητιατρική	10	Θεωρητικό	Ασύγχρονα - Διαδικτυακά
6.	Αθλητική Διαιτολογία	10	Θεωρητικό	Ασύγχρονα - Διαδικτυακά
7.	Βιομηχανική	10	Θεωρητικό	Ασύγχρονα - Διαδικτυακά
8.	Γενική Προπονητική	20	Θεωρητικό	Διά Ζώσης
Σύνολο		90		
2 ^{ος} κύκλος		Ώρες	Είδος μαθήματος	Τρόπος διεξαγωγής
1.	Οργάνωση & Διοίκηση του Αθλητισμού	10	Θεωρητικό	Διά ζώσης
2.	Αθλητική Ψυχολογία	10	Θεωρητικό	Δια Ζώσης
3.	Μεθοδολογία Έρευνας	10	Θεωρητικό	Ασύγχρονα - Διαδικτυακά
4.	Αθλητική Κοινωνιολογία	10	Θεωρητικό	Ασύγχρονα - Διαδικτυακά
5.	Αθλητική Στατιστική	10	Θεωρητικό	Ασύγχρονα - Διαδικτυακά
6.	Αθλητικό Δίκαιο	10	Θεωρητικό	Ασύγχρονα - Διαδικτυακά
Σύνολο		60		

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

3 ^{ος} κύκλος		Ώρες	Είδος μαθήματος	Τρόπος διεξαγωγής
1.	Μεθοδολογία Διδασκαλίας	25	Θεωρητικά 50% Πρακτικά 50%	Δια ζώσης
2.	Τεχνική Ανάλυση	25		
3.	Ειδική Προπονητική	25		
4.	Προπονητική Εξάσκηση	25		
<u>Αναλυτικά</u>				
Παραδοσιακά Taolu:				
Κοντά όπλα (10)				
Διπλά σπαθιά (5)				
Μακριά όπλα (5)				
Άλλα στυλ όπλα (5)				
Taiji ξίφος (10)				
Αγωνίσματα επίσημου προγράμματος των Ολυμπιακών Αγώνων Νέων (Ντακάρ, Σενεγάλη, 2026)				
Chang Quan (5)				
Gun Shu (5)				
Taiji Shan (10)				
Taiji Quan (10)				
Sanda (25)				
Tui Shou (5)				
Bing Dao (5)				

5.	Κανονισμοί αγώνων Taolu (7) Sanda (3) Tui Shou (5)	15	Θεωρητικό	Δια ζώσης
	Σύνολο	115		

3. Ειδικά Θέματα

		Ωρες	Είδος μαθήματος	Τρόπος διεξαγωγής
1.	Υπολογιστές	3	Θεωρητικό	Σύγχρονα – Διαδικτυακά
2.	Ψηφιακή διαχείριση σωματείου	3	Θεωρητικό	Δια ζώσης
3.	Πλαίσιο παιδικής προστασίας	5	Θεωρητικό	Δια ζώσης
4.	Πρώτες βοήθειες	8	Θεωρητικό	Δια ζώσης
5.	Ντόπινγκ	5	Θεωρητικό	Δια ζώσης
6.	Ηθική και ακεραιότητα στον αθλητισμό	5	Θεωρητικό	Δια ζώσης
7.	Μητρώο προπονητών και αθλητικών σωματείων	2	Θεωρητικό	Δια ζώσης
8.	Σημαντικά documents στον αθλητισμό	1	Θεωρητικό	Δια ζώσης
	Σύνολο	32		

Η υλοποίηση μέρους του διδακτικού αντικειμένου (έως 40% των ωρών) μπορεί να γίνει με εκπαίδευση από απόσταση.

4. Εποπτευόμενη / Καθοδηγούμενη Πρακτική Άσκηση

- Η εποπτευόμενη / καθοδηγούμενη πρακτική άσκηση έχει διάρκεια **100 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: α) την εποπτεία, β) παρακολούθηση και γ) πιστοποίηση από τον Διευθυντή της Σχολής ή το διδακτικό προσωπικό των μαθημάτων ειδίκευσης ή προπονητές Α' και Β' Επιπέδου που ορίζονται με απόφαση της Επιτροπής Διοίκησης του παρεχόμενου από τον εκπαιδευόμενο προπονητικού έργου (ως προπονητής ή εκπαιδευόμενος προπονητής). Η πρακτική άσκηση μπορεί να γίνει κατά τη διάρκεια:
 - Αγώνων οποιασδήποτε κατηγορίας (τοπικών, περιφερειακών, εθνικών, διεθνών) που οργανώνονται από την Ομοσπονδία, ή με την άδεια αυτής και
 - Προπονήσεων Εθνικών, ή προεθνικών ομάδων της Ομοσπονδίας, ή σωματείων της Ομοσπονδίας.
- Η παρακολούθηση πιστοποιείται από την οργανώτρια αρχή (Ομοσπονδία – Ένωση – σωματείο), με υπογραφή του προέδρου και του εποπτεύοντα προπονητή Α' ή Β' επιπέδου, με σαφή παράθεση των ωρών παρακολούθησης.
- Η εποπτευόμενη / καθοδηγούμενη πρακτική άσκηση **δεν** περιλαμβάνεται στα μαθήματα που εξετάζονται και **δεν** συνυπολογίζεται στο βαθμό αξιολόγησης του υποψήφιου.

5. Διπλωματική εργασία

1. Στις εκπαιδευτικές υποχρεώσεις των συμμετεχόντων στη Σχολή Προπονητών Γουσου Κουνγκ Φου Β' Επιπέδου περιλαμβάνεται η εκπόνηση γραπτής εργασίας, η οποία μπορεί να πραγματοποιηθεί σε θεματολογία από οποιοδήποτε μάθημα της διδασκόμενης ύλης.
2. Τα κριτήρια αξιολόγησής της είναι τα ακόλουθα: α) σαφήνεια του λόγου και της παρουσίασης των ζητούμενων της εργασίας, β) η οργάνωσή της σε διακριτά μέρη, γ) η απάντηση στα ερωτήματα που τίθενται στην αρχή της, δ) η χρήση επιστημονικού λόγου και ε) η επιστημονική τεκμηρίωση του κειμένου με την χρήση και παράθεση βιβλιογραφικών αναφορών.
3. Μπορεί να είναι ατομική ή αποτέλεσμα της συνεργασίας δύο (2) εκπαιδευόμενων.
4. Όταν είναι ατομική πρέπει να έχει έκταση από πέντε (5) έως οκτώ (8) σελίδες, ενώ στην περίπτωση που θα γίνει με τη συνεργασία δύο (2) εκπαιδευόμενων πρέπει να έχει έκταση από δέκα (10) έως δέκα πέντε (15) σελίδες.
5. Η γραμματοσειρά πρέπει να είναι Times New Roman, μέγεθος 12, διάστιχο 1,5 και περιθώρια στη σελίδα 2,5 εκ. δεξιά, αριστερά, στο πάνω και στο κάτω μέρος της σελίδας.
6. Το θέμα της εργασίας πρέπει να δηλωθεί στον Διευθυντή της Σχολής μέχρι το τέλος Οκτωβρίου 2025.
7. Η εργασία πρέπει να παραδοθεί στον Διευθυντή της Σχολής το αργότερο 35 μέρες πριν το τελευταίο μάθημα της τελευταίας εβδομάδας των μαθημάτων, ώστε να υπάρχει χρόνος για ενδεχόμενες διορθώσεις.
8. Στην αρχή των μαθημάτων θα γίνει ένα σεμινάριο για την εκπόνηση της εργασίας.

Πρόγραμμα Μαθημάτων

Κύκλος/Τομέας 1 & 2 – Γενικά Μαθήματα – Θεωρητικά

Τίτλος	Ανατομία (10 ώρες)
Διδάσκων	Δρ. Γιώργος Τσίγκανος, Λέκτορας Αθλητικής Φ/Θ, ΤΕΦΑΑ, ΕΚΠΑ
Περιεχόμενα	▪ Εισαγωγή στην ανατομική ▪ Οστά – Αρθρώσεις - Μυς ▪ Σπονδυλική στήλη – Σύνδεσμοι - Μυς ▪ Νευρικό σύστημα ▪ Ιδιοδεκτικότητα

Τίτλος	Φυσιολογία (10 ώρες)
Διδάσκων	Δρ. Μαρία Μαριδάκη, Καθηγήτρια, ΤΕΦΑΑ ΕΚΠΑ
Περιεχόμενα	▪ Εισαγωγή στην φυσιολογία ▪ Βασική φυσιολογία του κυττάρου – Ομοιόσταση - Θερμορύθμιση ▪ Φυσιολογία καρδιαγγειακού - αναπνευστικού - νευρικού - μυϊκού συστήματος ▪ Φυσιολογικοί δείκτες λειτουργίας καρδιαγγειακού συστήματος ▪ Ορμόνες – Μεταβολισμός – Ρύθμιση σωματικού βάρους ▪ Φυσιολογία και υγιεινός τρόπος ζωής

Τίτλος	Εργοφυσιολογία (10 ώρες)
Διδάσκων	Δρ. Μαρία Μαριδάκη, Καθηγήτρια, ΤΕΦΑΑ ΕΚΠΑ
Περιεχόμενα	▪ Εισαγωγή στην εργοφυσιολογία ▪ Ενεργειακά συστήματα – Αερόβιος / αναερόβιος μηχανισμός παραγωγής ενέργειας ▪ Πρακτικές εφαρμογές της χρήσης ενεργειακών υποστρωμάτων κατά την άσκηση ▪ Βασική εργοφυσιολογία καρδιαγγειακού - αναπνευστικού - μυϊκού συστήματος ▪ Αρχές προπόνησης

	▪ Προπόνηση καρδιαγγειακού - μυϊκού συστήματος ▪ Αξιολόγηση αθλητικών ικανοτήτων ▪ Ενεργειακό ισοζύγιο και ρύθμιση σωματικού βάρους ▪ Προπόνηση και αγώνας σε θερμό περιβάλλον ▪ Ειδικά θέματα εργοφυσιολογίας (ύπνος, τεχνικές αποκατάστασης)
--	--

Τίτλος	Φυσικοθεραπεία (10 ώρες)
Διδάσκων	Δρ. Γιώργος Τσίγκανος, Λέκτορας Αθλητικής Φ/Θ, ΤΕΦΑΑ, ΕΚΠΑ
Περιεχόμενα	▪ Εισαγωγή στην φυσικοθεραπεία ▪ Μέσα και τρόποι αποκατάστασης τραυματισμών ▪ Άμεση αντιμετώπιση τραυματισμών ▪ Διάστρεμμα ποδοκνημικής ▪ Τραυματισμός χιαστού συνδέσμου - μηνίσκου γόνατος - ωμικής ζώνης – τενόντων - χόνδρων ▪ Πρόληψη τραυματισμών ▪ Εφαρμοσμένη λειτουργική αποκατάσταση τραυματισμών ▪ Ασκήσεις ιδιοδεκτικότητας στην πρόληψη και στην αποκατάσταση

Τίτλος	Αθλητιατρική (10 ώρες)
Διδάσκων	Δρ, Ελένη Μπέλα, Αθλίατρος - Ορθοπεδικός
Περιεχόμενα	▪ Εισαγωγή στην αθλητιατρική ▪ Ορισμός - Αντικείμενο - Πρόληψη ▪ Διάγνωση - Θεραπεία - Πρώτες βοήθειες ▪ Καρδιοαναπνευστικό σύστημα ▪ Επιδημιολογία αθλητικών κακώσεων ▪ Σύνδρομο υπερπροπόνησης - Σύνδρομο υπέρχρησης ▪ Κακώσεις άνω / κάτω άκρων και σπονδυλικής στήλης

Τίτλος	Διαιτολογία (10 ώρες)
Διδάσκων	Δρ. Ειρήνη Κοΐδου, Καθηγήτρια, ΤΕΦΑΑ ΑΠΘ - Σέρρες
Περιεχόμενα	▪ Εισαγωγή στη διαιτολογία ▪ Ενεργειακές πηγές - Υδατάνθρακες, λίπη, πρωτεΐνες ▪ Βασικές αρχές διατροφής στα στάδια της ζωής ▪ Ενεργειακό ισοζύγιο - Ρύθμιση βάρους σώματος, ▪ Διατροφή πριν, κατά τη διάρκεια & μετά την προπόνηση ▪ Βιταμίνες, πρωτεΐνες, συμπληρώματα διατροφής ▪ Ισοζύγιο νερού στον οργανισμό

Τίτλος	Βιομηχανική (10 ώρες)
Διδάσκων	Δρ. Γιώργος Πίγκος Διευθυντής ΓΓΑ
Περιεχόμενα	▪ Εισαγωγή στην αθλητική βιομηχανική ▪ Συστήματα αναφοράς ▪ Συλλογή κινηματικών δεδομένων ▪ Γραμμικά κινηματικά μεγέθη: Θέση σώματος - Μετατόπιση - Διανυόμενο διάστημα - Ταχύτητα - Επιτάχυνση ▪ Ανάλυση κέντρου βάρους σώματος ▪ Κινηματική ανάλυση βάδισης και τρεξίματος ▪ Βλητική κίνηση – Βολές ▪ Γωνιακά κινηματικά μεγέθη - Γωνιακή κίνηση ▪ Δυναμικά μεγέθη: Χαρακτηριστικά δύναμης - Ανάλυση δυνάμεων - Νόμοι Νεύτωνα - Τύποι δυνάμεων - Απεικόνιση δυνάμεων - Δύναμη ώθησης - Ορμή

Τίτλος	Γενική Προπονητική (20 ώρες)
Διδάσκων	Δρ. Σπύρος Μεθενίτης, Μεταδιδακτορικός Ερευνητής
Περιεχόμενα	- Εισαγωγή στην σύγχρονη προπονητική - Εισαγωγή στη μεθοδολογία της προπόνησης - Βιολογία της προπόνησης - Εισαγωγή στις προπονητικές νομοτέλειες και στις προπονητικές αρχές - Προπονητικές αρχές: Δημιουργία βιολογικών προσαρμογών - Προπονητικές αρχές: Σταθεροποίηση των βιολογικών προσαρμογών - Προπονητικές Αρχές: Καθοδήγηση - ρύθμιση των βιολογικών προσαρμογών Ι - Μακροχρόνιος προπονητικός σχεδιασμός

Τίτλος	Οργάνωση & Διοίκηση Αθλητισμού (10 ώρες)
Διδάσκων	Δρ. Δημήτρης Γαργαλιάνος, Καθηγητής, ΤΕΦΑΑ ΔΠΘ
Περιεχόμενα	- Οργάνωση ακαδημίας – αθλητικού σωματείου - Συγκρούσεις - Διαπραγματεύσεις - Αθλητικό μάρκετινγκ - Διοίκηση Ολικής Ποιότητας - Οργάνωση του χρόνου - Διπλή Καριέρα των αθλητών

Τίτλος	Αθλητική Ψυχολογία (10 ώρες)
Διδάσκων	Δρ. Νεκτάριος Σταύρου – Αναπληρωτής Καθηγητής, ΤΕΦΑΑ, ΕΚΠΑ
Περιεχόμενα	- 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) - Στοχοθεσία (είδη στόχων, σημασία τοποθέτησης στόχων) - Στοχοθεσία (στρατηγικές – διαδικασία τοποθέτησης στόχων, δέσμευση αθλητή, προσαρμογή στόχων) - Αυτοπεποίθηση - Αγωνιστικό άγχος (έννοια άγχους, είδη άγχους, γνωστικό – σωματικό άγχος) - Αγωνιστικό άγχος (αιτίες & συνέπειες του άγχους, σχέση άγχους με άλλα ψυχολογικά χαρακτηριστικά) - Προσανατολισμός στο έργο - Εγώ - Αυτοδιάλογος - Επικοινωνία στον αθλητισμό

Τίτλος	Μεθοδολογία 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 - Πρόγραμμα eΚouros

Τίτλος	Αθλητική Κοινωνιολογία (10 ώρες)
Διδάσκων	Δρ. Νεκτάριος Σταύρου – Αναπληρωτής Καθηγητής, ΣΕΦΑΑ, ΕΚΠΑ
Περιεχόμενα	- Εισαγωγή στην κοινωνιολογία - Κοινωνιολογική προσέγγιση της αθλητικής συμμετοχής - Αθλητισμός και κοινωνική ενσωμάτωση - Ο γονικός ρόλος στην αθλητική συμμετοχή - Κακοποίηση και καταπιεστικές μορφές συμπεριφοράς στον αθλητισμό - Ο ρόλος του φύλου στην αθλητική συμμετοχή - Γυναίκες και σπορ - Κοινωνικοοικονομική κληρονομιά των Ολυμπιακών Αγώνων - Χρήση αναβολικών στον επαγγελματικό αθλητισμό - Ο ρόλος της Διοίκησης - Στημένα παιχνίδια στον αθλητισμό - Ο ρόλος της Διοίκησης - Βία στον αθλητισμό - Ο ρόλος της Διοίκησης - Επιθετικότητα στον αθλητισμό - Αμοιβές - Τιμωρίες

Τίτλος	Στατιστική (10 ώρες)
Διδάσκων	Δρ. Αλέξανδρος Καψής
Περιεχόμενα	- Εισαγωγή στην στατιστική - Βασικές έννοιες της στατιστικής (διαστήματα εμπιστοσύνης, βαθμοί ελευθερίας, επίπεδο εμπιστοσύνης) - Είδη μεταβλητών – μελετών - Στατιστικά μοντέλα - Γραφήματα: Είδη γραφημάτων - Μεροληψία: Εντοπισμός - προσδιορισμός - τρόποι μείωσης - Κατηγορικά δεδομένα - Σύγκριση μέσων όρων - Συσχέτιση

Τίτλος	Αθλητικό Δίκαιο (10 ώρες)
Διδάσκων	Δρ. Ανδρέας Μαλάτος, τ. Διευθυντής ΓΤΑ, Διδάκτωρ Νομικής, καθηγητής Αθλητικού Δικαίου
Περιεχόμενα	- Αθλητισμός και Δίκαιο – Εννοιολογικές, νομικές και συνταγματικές προσεγγίσεις - Το αθλητικό σωματείο στο νόμο 2725/1999: Έννοια, ίδρυση και λειτουργία. - Το νομικό καθεστώς του προπονητή. - Η αθλητική ομοσπονδία στον νόμο 2725/1999: Ίδρυση και λειτουργία – Η ομοσπονδία ως ανάδοχος δημοσίου καθήκοντος. - Η ειδική αθλητική αναγνώριση και το μητρώο αθλητικών φορέων: Έννοια και λειτουργία. - Το επάγγελμα του προπονητή σε αθλητικά σωματεία, σε ιδιωτικά γυμναστήρια και σε ιδιωτικές σχολές εκμάθησης αθλημάτων.

Κύκλος/Τομέας 3 - Μαθήματα Ειδίκευσης

Τίτλος	Μεθοδολογία Διδασκαλίας (25 ώρες)
Διδάσκοντες	Αγγελική Σαλωμίδου – Θεόδωρος Λαμπάδας (προπονητές Α΄ κατηγορίας)
Περιεχόμενα	- Μεθοδολογία εκμάθησης των περιστροφών ως προετοιμασία εκτέλεσης των ασκήσεων δυσκολίας - Μεθοδολογία εκμάθησης των βηματισμών (στάσεων) - Μεθοδολογία εκμάθησης προχωρημένων τεχνικών χειρών - Μεθοδολογία ρυθμού, συντονισμού και έκρηξης στα Taolu (σκιαμαχίες) - Μεθοδολογία αλλαγής από βηματισμό σε βηματισμό

Τίτλος	Τεχνική Ανάλυση (25 ώρες)
Διδάσκων	Jun Rong (BA, Beijing Sport University)
Περιεχόμενα	- Βασικά τεχνικά στοιχεία του Γουσου Κουνγκ Φου - Ανάλυση των αλμάτων και των περιστροφών για εκτέλεση μεσαίου επιπέδου ασκήσεων δυσκολίας - Ανάλυση των ασκήσεων δυσκολίας Β'Επιπέδου

Τίτλος	Ειδική Προπονητική (25 ώρες)
Διδάσκοντες	Tang Tung Wing (7 th Duan I.W.U.F.) - Κωνσταντίνος Αθανασίου (BA Ε.Κ.ΠΑ)
Περιεχόμενα	- Κινεζική ορολογία των τεχνικών (λακτίσματα, βηματισμοί τεχνικές κλπ.) - Ειδικές μορφές προπόνησης στο Γουσου Κουνγκ Φου (ασκήσεις δυσκολίας) - Parawushu

Τίτλος	Προπονητική Εξάσκηση (25 ώρες)																								
Διδάσκοντες / Διδάσκουσες	Παραδοσιακά Taolu:																								
Περιεχόμενα	<table> <tr> <td>Νότιο σπαθί</td><td>Θεόδωρος Λαμπάδας</td></tr> <tr> <td>σπαθί</td><td>Αγγελική Σαλωμίδου</td></tr> <tr> <td>Διπλά σπαθιά</td><td>Αγγελική Σαλωμίδου</td></tr> <tr> <td>Μακριά όπλα</td><td>Αγγελική Σαλωμίδου</td></tr> <tr> <td>Άλλα στυλ όπλα</td><td>Tang Tung Wing</td></tr> <tr> <td>Taiji ξίφος</td><td>Tang Tung Wing</td></tr> </table> Αγωνίσματα του επίσημου προγράμματος των Ολυμπιακών Αγώνων Νέων (Ντακάρ, Σενεγάλη, 2026) <table> <tr> <td>Chang Quan</td><td>Rong Jun</td></tr> <tr> <td>Gun Shu</td><td>Rong Jun</td></tr> <tr> <td>Taiji Shan</td><td>Rong Jun</td></tr> <tr> <td>Taiji Quan</td><td>Rong Jun</td></tr> </table> <table> <tr> <td>Sanda</td><td>Alexander Radunchev</td></tr> <tr> <td>Tui Shou</td><td>Tang Tung Wing</td></tr> </table>	Νότιο σπαθί	Θεόδωρος Λαμπάδας	σπαθί	Αγγελική Σαλωμίδου	Διπλά σπαθιά	Αγγελική Σαλωμίδου	Μακριά όπλα	Αγγελική Σαλωμίδου	Άλλα στυλ όπλα	Tang Tung Wing	Taiji ξίφος	Tang Tung Wing	Chang Quan	Rong Jun	Gun Shu	Rong Jun	Taiji Shan	Rong Jun	Taiji Quan	Rong Jun	Sanda	Alexander Radunchev	Tui Shou	Tang Tung Wing
Νότιο σπαθί	Θεόδωρος Λαμπάδας																								
σπαθί	Αγγελική Σαλωμίδου																								
Διπλά σπαθιά	Αγγελική Σαλωμίδου																								
Μακριά όπλα	Αγγελική Σαλωμίδου																								
Άλλα στυλ όπλα	Tang Tung Wing																								
Taiji ξίφος	Tang Tung Wing																								
Chang Quan	Rong Jun																								
Gun Shu	Rong Jun																								
Taiji Shan	Rong Jun																								
Taiji Quan	Rong Jun																								
Sanda	Alexander Radunchev																								
Tui Shou	Tang Tung Wing																								

Τίτλος	Κανονισμοί (15 ώρες)
Διδάσκοντες	Αθανάσιος Ρούσος (Προέδρος Κ.Ε.Δ.) - Ιωάννης Στελετάρης (Διεθνής κριτής)
Περιεχόμενα	- Taolu (παραδοσιακά – μοντέρνα) - Sanda – light Sanda - Tui Shou

Κύκλος 4: Ειδικά Θέματα

Τίτλος	Ντόπινγκ (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/σης 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 (3 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 (3 ώρες)
Διδάσκων	Πέτρος Σκοπελίτης, Καθηγητής Πληροφορικής
Περιεχόμενα	▪ Υπολογιστικά συστήματα ▪ Ο αθλητισμός στην ψηφιακή εποχή ▪ Αγωνιστική πλατφόρμα ▪ Διαχείριση δεδομένων

Τίτλος	Πρώτες Βοήθειες (8 ώρες)
Διδάσκων	Δρ. Δημήτρης Μπακιρτζής
Περιεχόμενα	• Αρχές διαχείρισης τραύματος • Χειρουργικές κακώσεις • Ορθοπεδικές κακώσεις από στατικές ουσίες • Διαχείριση του τραύματος

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	

Τίτλος	Διπλωματική εργασία (3 ώρες)
Διδάσκουσα	Δρ. Δημήτρης Γαργαλιάνος, Καθηγητής
Περιεχόμενα	

Συνοπτικό πρόγραμμα μαθημάτων

A/A	Τίτλος Μαθήματος	Ωρες	Έναρξη	Λήξη	Είδος
	- Προπονητική εξάσκηση - Μεθοδολογία διδασκαλίας - Τεχνική ανάλυση - Ειδική προπονητική	15 15 15 5	ΠΑ 26.09.2025	TP 30.09.2025	Διά ζώσης
	Υπολογιστές	3	ΠΑ 03.10	ΠΑ 03.10	Σύγχρονο - Διαδικτυακό
	Διπλωματική εργασία	3	KY 05.10	KY 05.10	Σύγχρονο - Διαδικτυακό
	Μεθοδολογία αθλητικής έρευνας	10	ΔΕ 06.10	KY 12.10	Ασύγχρονο – Διαδικτυακό
	Αθλητική Στατιστική	10	ΔΕ 13.10	KY 19.10	Ασύγχρονο – Διαδικτυακό
	Φυσικοθεραπεία	10	ΔΕ 20.10	KY 26.10	Ασύγχρονο – Διαδικτυακό
	Γενική Προπονητική	20	ΣΑ 15.11	KY 16.11	Δια ζώσης
	Αθλητική Κοινωνιολογία	10	ΔΕ 17.11	KY 23.11	Ασύγχρονο – Διαδικτυακό
	Αθλητική Ψυχολογία	10	ΔΕ 24.11	KY 30.11	Δια ζώσης
	Αθλητικό Δίκαιο	10	ΔΕ 01.12	KY 07.12	Ασύγχρονο – Διαδικτυακό
	Φυσιολογία	10	ΔΕ 08.12	KY 14.12	Ασύγχρονο – Διαδικτυακό
	Εργοφυσιολογία	10	ΔΕ 15.12	KY 21.12	Ασύγχρονο – Διαδικτυακό
	- Ντόπινγκ - Ψηφιακή διαχείριση σωματείου - Σημαντικά documents στον αθλητισμό	5 3 1	ΠΑ 16.01.2026	ΠΑ 16.01.2026	Διά ζώσης
	- Πλαίσιο παιδικής προστασίας - Ηθική & ακεραιότητα	5 5	ΣΑ 17.01	ΣΑ 17.01	Διά ζώσης
	- Πρώτες βοήθειες - Μητρώο Προπονητών & Αθλητικών Σωματείων	8 2	KY 18.01	KY 18.01	Διά ζώσης
	Ανατομία	10	ΔΕ 19.01	KY 25.01	Ασύγχρονο – Διαδικτυακό
	Βιομηχανική	10	ΔΕ 26.01	KY 01.02	Ασύγχρονο – Διαδικτυακό
	Τελική ημερομηνία παράδοσης διπλωματικών εργασιών		KY 01.02		
	Αθλητιατρική	10	ΔΕ 02.02	KY 08.02	Ασύγχρονο – Διαδικτυακό
	- Προπονητική εξάσκηση - Μεθοδολογία διδασκαλίας - Τεχνική ανάλυση - Ειδική προπονητική	10 10 10 10	ΠΑ 13.02	TP 17.02	Διά ζώσης

	▪ Κανονισμοί	10			
	Αθλητική Διαιτολογία	10	ΔΕ 23.02	KY 01.03	Ασύγχρονο – Διαδικτυακό
	Κανονισμοί	5	TP 03.03	TP 03.03	Διά ζώσης
	Ειδική Προπονητική	10	TE 04.03	TE 04.03	Διά ζώσης
	Ο & Δ του Αθλητισμού	10	ΠΕ 05.03	ΠΕ 05.03	Διά ζώσης
	Άνοιγμα όλων των μαθημάτων		ΔΕ 09.03	KY 22.03	

Διάρκεια διδασκαλίας

1. Η διάρκεια της ωριαίας διδασκαλίας για όλα τα μαθήματα **διά ζώσης** ή σύγχρονα διαδικτυακά 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 δέκα (10) διδακτικές ώρες ασύγχρονης εκπαίδευσης θα είναι διαθέσιμα 1 εβδομάδα. Τα μαθήματα που διαρκούν περισσότερες από δέκα (10) 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:
 - Παρακολούθηση των πρακτικών και θεωρητικών μαθημάτων (παρουσίες).
 - Συμμετοχή στις εξετάσεις των πρακτικών και των θεωρητικών μαθημάτων.
 - Εμπρόθεσμη υποβολή εργασίας (ατομικής / ομαδικής / προαιρετικής / υποχρεωτικής).
 - 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 ΓΓΑ αντίστοιχου Επιπέδου που ιδρύθηκαν μετά το 2016 (σύμφωνα με το πλαίσιο οργάνωσης και λειτουργίας των Σχολών, ΥΠΠΟΑ/133562/21.04.2016 έγγραφο του Γενικού Γραμματέα Αθλητισμού), μπορούν να απαλλαγούν από την παρακολούθηση και την εξέταση των γνωστικών αντικειμένων που έχουν διδαχθεί για τα μαθήματα των κύκλων 1 και 2. Για να συμβεί αυτό, πρέπει να υποβάλλουν στον Διευθυντή της Σχολής πτυχίο και αναλυτική βαθμολογία (απόφοιτοι ΑΕΙ) ή δίπλωμα Σχολής Προπονητών της ΓΓΑ αντίστοιχου επιπέδου. Πτυχία εξωτερικού αναγνωρίζουν μαθήματα μόνο αν έχουν ισοτιμία τίτλου σπουδών από το ΔΟΑΤΑΠ.

Επαρκής παρακολούθηση

1. Ο συνολικός αριθμός των ωρών παρακολούθησης πρέπει να είναι ίσος ή μεγαλύτερος του 95% των συνολικών ωρών διδασκαλίας. Το ποσοστό αυτό αφορά στον πραγματικό αριθμό ωρών που παρακολουθούν οι σπουδαστές και όχι στις ώρες των μαθημάτων που απαλλάσσονται.
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 τόσο στα πρακτικά, όσο και στα θεωρητικά μαθήματα, 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. Στις εξετάσεις θα προηγηθούν τα πρακτικά μαθήματα και θα ακολουθήσουν τα θεωρητικά.
6. Στα θεωρητικά μαθήματα οι πρακτικές εξετάσεις διεξάγονται με την ευθύνη τριμελούς επιτροπής, η οποία αποτελείται από 3 διδάσκοντες, ή άλλους συνεργάτες της Σχολής.
7. Οι ερωτήσεις θα είναι πολλαπλής επιλογής με 4 πιθανές απαντήσεις και 1 σωστή απάντηση για κάθε ερώτηση.
8. Ο χρόνος επεξεργασίας των ερωτήσεων στις γραπτές εξετάσεις δεν μπορεί να υπερβαίνει τις 3 ώρες.
9. 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.
10. Αν κατά τις εξετάσεις ο υποψήφιος αποτύχει σε μάθημα ή μαθήματα (πρακτικά / θεωρητικά) οργανώνεται επανεξέταση, η ημερομηνία της οποίας ορίζεται με απόφαση της Επιτροπής Διοίκησης.

Τρόπος αξιολόγησης στη τελική εξέταση ανά μάθημα

ΚΥΚΛΟΣ/ΤΟΜΕΑΣ 1 & 2 - ΘΕΩΡΗΤΙΚΑ ΜΑΘΗΜΑΤΑ					
Μαθήματα	Γραπτές εξετάσεις	Τεστ πολλαπλών απαντήσεων	Προφορικές/πρακτικές εξετάσεις	Αξιολόγηση εργασιών	
Ανατομία		100%			
Φυσιολογία		100%			
Εργοφυσιολογία		100%			
Φυσικοθεραπεία		100%			
Αθλητιατρική		100%			
Διαιτολογία		100%			
Βιομηχανική		100%			
Γενική προπονητική		100%			
Ο. & Δ. αθλητισμού		100%			
Αθλητική ψυχολογία		100%			
Μεθοδολογία αθλητικής έρευνας		100%			
Αθλητική κοινωνιολογία		100%			
Αθλητική στατιστική		100%			
Αθλητικό δίκαιο		100%			
ΚΥΚΛΟΣ/ΤΟΜΕΑΣ 3 - ΜΑΘΗΜΑΤΑ ΕΙΔΙΚΕΥΣΗΣ					
Μαθήματα	Γραπτές εξετάσεις	Τεστ πολλαπλών απαντήσεων	Προφορικές/Πρακτικές εξετάσεις	Αξιολόγηση εργασιών	

Μεθοδολογία διδασκαλίας		100%			
Τεχνική ανάλυση στοιχείων του αθλήματος		100%			
Ειδική προπονητική		100%			
Προπονητική εξάσκηση			100%		
Κανονισμοί αγώνων		100%			
ΕΙΔΙΚΑ ΘΕΜΑΤΑ					
Ντόπινγκ		100%			
Πλαίσιο παιδικής προστασίας		100%			
Ηθική & ακεραιότητα στον αθλητισμό		100%			
Υπολογιστές		100%			
Ψηφιακή διαχ. Σωματείου		100%			
Πρώτες βοήθειες		100%			
Μητρώο προπονητών και αθλητικών σωματείων		100%			
Σημαντικά documents στον αθλητισμό		100%			
Διπλωματική εργασία				NAI	

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. Οι επιτηρητές δίνουν στους εξεταζόμενους ειδικά σφραγισμένες και υπογεγραμμένες, ιδιόχειρα από τον εξεταστή του μαθήματος, κόλλες αναφοράς ή τυπωμένα ερωτηματολόγια.
2. Κατά τη διάρκεια της εξέτασης οι επιτηρητές διενεργούν έλεγχο των στοιχείων ταυτότητας των εξεταζόμενων. Συνεπώς, οι εξεταζόμενοι πρέπει να έχουν μαζί τους επίσημο έγγραφο ταυτοποίησης (π.χ., ταυτότητα, ή διαβατήριο, ή δίπλωμα οδήγησης).
3. Μετά το πέρας της επεξεργασίας των θεμάτων τα φύλλα θεμάτων και απαντήσεων επιστρέφονται στους επιτηρητές.
4. Οι επιτηρητές διαγράφουν τα ενδεχόμενα κενά στα φύλλα απαντήσεων, μονογράφουν τα φύλλα στο τέλος της εξέτασης, καταμετρούν τα γραπτά, τα αντιπαραβάλλουν με την κατάσταση των υποψήφιων 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 αξιολόγηση της γραπτής εργασίας (ατομικής ή ομαδικής, προαιρετικής ή υποχρεωτικής) και
- τις τελικές εξετάσεις στα θεωρητικά και πρακτικά μαθήματα.

Χορήγηση Διπλώματος

1. Δικαίωμα να αποκτήσουν Δίπλωμα της Σχολής Προπονητών Γουσού Κουνγκ Φου Β' Επιπέδου έχουν όσοι:
 - κατέχουν όλα τα απαραίτητα δικαιολογητικά που έχουν οριστεί από την ΓΓΑ,
 - είχαν επαρκή παρακολούθηση και
 - περάτωσαν με επιτυχία τις πρακτικές και θεωρητικές 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 του διπλώματος και τα όσα αναφέρονται σε αυτό είναι κοινός και σύμφωνος με πρότυπο που παραδίδει το αρμόδιο τμήμα της ΓΓΑ.