

ΟΔΗΓΟΣ ΣΠΟΥΔΩΝ – ΚΑΝΟΝΙΣΜΟΣ ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑΣ

ΣΧΟΛΗΣ ΠΡΟΠΟΝΗΤΩΝ ΤΩΝ ΑΘΛΗΜΑΤΩΝ ΤΗΣ ΕΛΛΗΝΙΚΗΣ
ΟΜΟΣΠΟΝΔΙΑΣ ΑΘΛΗΜΑΤΩΝ ΑΚΡΙΒΕΙΑΣ

Γ' ΚΑΤΗΓΟΡΙΑΣ

ΑΘΗΝΑ –ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗ-ΗΡΑΚΛΕΙΟ

ΜΠΟΟΥΛΙΝΓΚ ΚΑΙ ΜΠΙΛΙΑΡΔΟ

* Στη Σχολή της Αθήνας θα διδαχθούν και τα δύο αθλήματα της ΕΟΑΑ

Ισχύει για τους συμμετέχοντες που εισήχθησαν για την
περίοδο

2024 -2025

Περιεχόμενα

ΝΟΜΟΘΕΤΙΚΟ ΠΛΑΙΣΙΟ.....	σελ.3
ΕΠΙΤΡΟΠΗ ΔΙΟΙΚΗΣΗΣ.....	σελ. 4
ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΣΠΟΥΔΩΝ.....	σελ. 5
ΩΡΟΛΟΓΙΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΜΠΟΥΛΙΝΓΚ ΜΠΙΛΙΑΡΔΟ	σελ. 17
ΚΑΝΟΝΙΣΜΟΣ ΠΑΡΑΚΟΛΟΥΘΗΣΗΣ.....	σελ. 19
ΕΞΕΤΑΣΕΙΣ.....	σελ. 20
ΧΟΡΗΓΗΣΗ ΔΙΠΛΩΜΑΤΟΣ.....	σελ. 23

Νομοθετικό Πλαίσιο

Η ίδρυση και η λειτουργία των σχολών προπονητών καθορίζονται σύμφωνα με το άρθρο 136, παρ. 6 του ν. 2725/1999 (ΦΕΚ Α' 21) «Μέχρι τη λειτουργία της Εθνικής Σχολής των Προπονητών του άρθρου 31 παρ. 4 του παρόντος η Γενική Γραμματεία Αθλητισμού μπορεί με απόφαση και δαπάνες της να ιδρύει περιοδικές σχολές προπονητών». Με την ίδια απόφαση ρυθμίζονται τα θέματα λειτουργίας των προαναφερόμενων σχολών, των προσόντων των υποψηφίων, καθώς και σε άλλο συναφές θέμα, όπως αντικαταστάθηκε με το άρθρο 78, παρ. 2 του ν. 4170/2013 "Ενσωμάτωση της οδηγίας 2011/16/ΕΕ, ρύθμιση θεμάτων της ΕΛ.Τ.Ε., αναμόρφωση Οργανισμού του Ν.Σ.Κ. και άλλες διατάξεις: «Η Γενική Γραμματεία Αθλητισμού μπορεί με απόφασή της, κατόπιν αιτήματος και με δαπάνη της οικείας αθλητικής ομοσπονδίας να ιδρύει περιοδικές Σχολές Προπονητών. Με την ίδια απόφαση ρυθμίζονται τα θέματα λειτουργίας κάθε σχολής, των προσόντων των υποψηφίων, του εκπαιδευτικού προσωπικού και κάθε άλλο συναφές θέμα. Στην απόφαση αυτή καθορίζεται επίσης υποχρεωτικά και η ελάχιστη χρονική διάρκεια σπουδών, καθώς και οι συνολικές ώρες υποχρεωτικής παρακολούθησης των μαθημάτων της σχολής για κάθε υποψήφιο, που δεν μπορούν σε καμιά περίπτωση να είναι λιγότερες του 95% των συνολικών ωρών διδασκαλίας για κάθε περίοδο. Η Γενική Γραμματεία Αθλητισμού ελέγχει τα διπλώματα των περιοδικών Σχολών Προπονητών ως προς τη νομιμότητα τους, δύναται δε να ορίζει ομάδα εργασίας έργο της οποίας θα είναι η παρακολούθηση της πιστής τήρησης όρων λειτουργίας της σχολής, όπως αυτοί καθορίζονται με την απόφαση λειτουργίας της. Στα μέλη των ομάδων αυτών δεν καταβάλλεται αποζημίωση».

Επιτροπή Διοίκησης

Σύμφωνα με την Υπουργική Απόφαση Τεύχος Β' 1428/04.03.2024 και την τροποποίηση αυτής Τεύχος Β' 2039/03.04.2024 Ιδρύεται Ενιαία Σχολή προπονητών Μπόουλινγκ και Μπιλιάρδου Γ' Επιπέδου ως προς τις πόλεις διεξαγωγής, Αθήνα, Θεσσαλονίκη και Ηράκλειο.

διοικείται από πενταμελή επιτροπή, που συγκροτείται από τους:

- 1.ΠΑΠΑΦΙΛΙΠΠΟΥ ΜΑΡΙΑ**, υπάλληλος της Γ.Γ.Α., ως Πρόεδρος
- 2. ΣΤΑΥΡΟΓΙΑΝΝΗ ΕΥΦΡΟΣΥΝΗ**, υπάλληλος της Γ.Γ.Α., ως μέλος
- 3. ΣΚΑΜΑΓΚΗ ΑΝΑΣΤΑΣΙΑ**, υπάλληλος της Γ.Γ.Α., ως μέλος
- 4. ΛΟΓΟΘΕΤΗΣ ΑΡΓΥΡΗΣ**, Γενικός Γραμματέας της Ε.Ο.Ο.Α. ως μέλος
- 5. ΖΩΡΖΟΥ ΑΘΗΝΑ**, Προπονήτρια Μπόουλινγκ Γ' Επιπέδου, ως μέλος

Γραμματείς της Επιτροπής ορίζονται οι υπάλληλοι της Γ.Γ.Α. **ΚΑΡΑΔΕΝΙΖΛΟΓΛΟΥ ΑΙΚΑΤΕΡΙΝΗ, ΜΠΡΟΥΣΟΒΑΝΑ ΔΗΜΗΤΡΑ, ΠΑΠΑΔΗΜΗΤΡΙΟΥ ΠΑΝΑΓΙΩΤΑ** και **ΠΑΠΑΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΥ ΒΑΣΙΛΙΚΗ**.

Στα μέλη της επιτροπής και στους γραμματείς δεν καταβάλλεται αποζημίωση, θα παρέχουν τις υπηρεσίες τους αμισθί.

Διευθύντρια της σχολής ορίζεται η **Παπαδοπούλου Μαρία**, M.Sc. ΠΦΑ, Προπονήτρια Α' Επιπέδου στη Ρυθμική Γυμναστική.

Τεχνικές Διευθύντριες ορίζονται: Αθήνα: **Μέλλου Φωτεινή**, ΠΦΑ με ειδίκευση στην Ενόργανη Γυμναστική, Τεχνική Σύμβουλος της Ε.Γ.Ο και διεθνής κριτής της Ενόργανης γυναικών. Θεσσαλονίκη: **Μήτσα Σμαραγδή**, ΠΦΑ, με ειδίκευση στην Ενόργανη Γυμναστική, Ομοσπονδιακή Προπονήτρια.

Πρόγραμμα Σπουδών

ΕΠΙΠΕΔΟ	ΔΙΔΑΚΤΙΚΕΣ ΩΡΕΣ	ΕΡΓΑΣΙΕΣ	ΠΡΑΚΤΙΚΗ ΕΞΑΣΚΗΣΗ	ΔΙΑΡΚΕΙΑ ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑΣ ΣΧΟΛΗΣ ΕΛΑΧΙΣΤΗ	ΣΥΝΟΛΙΚΗ ΔΙΑΡΚΕΙΑ ΩΡΩΝ
Γ	270	30 ώρες	50 ώρες	6 Μήνες	350 ώρες

Το σύνολο των εκπαιδευτικών ωρών απεικονίζεται στον πίνακα.

Τα μαθήματα της Σχολής Προπονητών της ΕΟΑΑ Γ' Κατηγορίας διακρίνονται σε Γενικά Μαθήματα, τα οποία αποτελούνται από θεωρητικά μαθήματα και σε Μαθήματα Ειδίκευσης, τα οποία αποτελούνται από θεωρητικά και πρακτικά μαθήματα. Όλα τα μαθήματα σε όλους τους κύκλους είναι 1ου επιπέδου. Οι συμμετέχοντες πρέπει να παρακολουθήσουν και να εξεταστούν επιτυχώς σε όλα τα παρακάτω μαθήματα:

ΚΥΚΛΟΣ/ΤΟΜΕΑΣ 1 ΓΕΝΙΚΩΝ ΜΑΘΗΜΑΤΩΝ (Επίπεδο 1)

Θεωρητικά (Θ) & Πρακτικά (Π) Μαθήματα

1	Ανατομία (Θ)	10 ώρες
2	Φυσιολογία (Θ)	10 ώρες
3	Εργοφυσιολογία (Θ)	10 ώρες
4	Φυσικοθεραπεία (Θ)	10 ώρες
5	Βιομηχανική (Θ)	10 ώρες
6	ΑΘΛΗΤΙΚΗ ΔΙΑΤΡΟΦΗ (Θ)	20 ώρες
	ΣΥΝΟΛΟ	70 ώρες

ΚΥΚΛΟΣ/ΤΟΜΕΑΣ 2 ΓΕΝΙΚΩΝ ΜΑΘΗΜΑΤΩΝ (Επίπεδο 1)

Θεωρητικά (Θ) & Πρακτικά (Π) Μαθήματα

1	ΚΙΝΗΤΙΚΗ ΜΑΘΗΣΗ (Θ)	10 ώρες
2	ΟΡΓΑΝΩΣΗ - ΔΙΟΙΚΗΣΗ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ (Θ)	10 ώρες
3	ΑΘΛΗΤΙΚΗ ΨΥΧΟΛΟΓΙΑ (Θ)	10 ώρες
4	ΑΘΛΗΤΙΚΗ ΠΑΙΔΑΓΩΓΙΚΗ (Θ)	10 ώρες
5	ΜΕΘΟΔΟΛΟΓΙΑ ΑΘΛ.ΕΡΕΥΝΑΣ (Θ)	10 ώρες
	ΣΥΝΟΛΟ	50 ώρες

ΚΥΚΛΟΣ/ΤΟΜΕΑΣ 3 ΜΑΘΗΜΑΤΑ ΕΙΔΙΚΕΥΣΗΣ (Επίπεδο 1)

Θεωρητικά (Θ) & Πρακτικά (Π) Μαθήματα

1	ΓΕΝΙΚΗ ΠΡΟΠΟΝΗΤΙΚΗ	10 ώρες
2	ΤΕΧΝΙΚΗ ΑΝΑΛΥΣΗ	25 ώρες
3	ΕΙΔΙΚΗ ΠΡΟΠΟΝΗΤΙΚΗ	25 ώρες
4	ΜΕΘΟΔΟΛΟΓΙΑ ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑΣ	25 ώρες
5	ΚΑΝΟΝΙΣΜΟΙ	20 ώρες
6	ΠΡΟΠΟΝΗΤΙΚΗ ΕΞΑΣΚΗΣΗ	30 ώρες
7	ΕΙΔΙΚΑ ΘΕΜΑΤΑ 15 ώρες- εκ των οποίων:- ΑΝΤΙΝΤΟΠΙΓΚ_ 5 ώρες, - ΠΑΡΑΒΙΑΣΗ ΔΙΚΑΙΩΜΑΤΩΝ ΠΑΙΔΙΟΥ ΚΑΙ ΠΛΑΙΣΙΟ ΠΑΙΔΙΚΗΣ ΠΡΟΣΤΑΣΙΑΣ_ 5 ώρες, - ΗΘΙΚΗ ΚΑΙ ΑΚΕΡΑΙΟΤΗΤΑ ΣΤΟΝ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟ_ 5 ώρες	15 ώρες
8	ΣΥΓΓΡΑΦΗ ΕΡΓΑΣΙΩΝ	30 ώρες
	ΣΥΝΟΛΟ	180 ώρες

Στον **Κύκλο/Τομέα 1-2** περιλαμβάνονται αποκλειστικά θεωρητικά μαθήματα. Στον **Κύκλο/Τομέα 3** περιλαμβάνονται θεωρητικά και πρακτικά μαθήματα. Θεωρητικά χαρακτηρίζονται τα μαθήματα των οποίων η διδασκαλία πραγματοποιείται από έναν εκπαιδευτή, σε αίθουσες διδασκαλίας και έχουν ως σκοπό να αποκτήσουν οι υποψήφιοι-ες τις γνώσεις που είναι απαραίτητες για να κατανοήσουν το γνωστικό αντικείμενο της κατάρτισής 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.

ΔΙΠΛΩΜΑΤΙΚΗ ΕΡΓΑΣΙΑ

Οι σπουδαστές είναι υποχρεωμένοι να παρουσιάσουν μια εργασία ατομική ή ανά δύο άτομα, διαθεματική που θα καλύπτει συνολικά 30 ώρες. Η εργασία είναι πρωτότυπη, με βιβλιογραφικές αναφορές. Έχει προγραμματιστεί συνάντηση ενημέρωσης με τους υποψηφίους ώστε να διασαφηνιστούν οι προϋποθέσεις καλής εκτέλεσης της εργασίας, και να οριστούν τα θέματα για όλους τους συμμετέχοντες στην σχολή. Οι εργασίες θα αξιολογηθούν από τους καθηγητές των αντίστοιχων μαθημάτων ειδίκευσης, οι οποίοι θα ενημερωθούν για την υποχρέωση τους αυτή και οι τριάντα ώρες θα προστεθούν μέσα στο ωράριο διδασκαλίας τους.

ΕΠΟΠΤΕΥΟΜΕΝΗ ΠΡΑΚΤΙΚΗ ΑΣΚΗΣΗ

Η πρακτική εποπτευόμενη ή καθοδηγούμενη άσκηση των 50 ωρών, όπως αναγράφεται στον πίνακα 1, είναι υποχρεωτική για τους σπουδαστές και περιλαμβάνει:

1) παρακολούθηση αγώνων της Ομοσπονδίας ή με την άδεια αυτής, οποιασδήποτε κατηγορίας, τούτο πιστοποιημένο από την διοργανώτρια αρχή (ομοσπονδία-ένωση-σύλλογο- Ευρωπαϊκοί και διεθνείς αγώνες) με σαφή αναφορά στις ώρες παρακολούθησης.

2) Παρακολούθηση ή συμμετοχή σε προπονήσεις Εθνικών ή προεθνικών ομάδων της Ομοσπονδίας ή των σωματείων της Ομοσπονδίας, τούτο πιστοποιημένο από το σωματείο με υπογραφή προέδρου και γενικού γραμματέα ή υπογραφή προπονητού της Ομοσπονδίας σε αθλητικό κέντρο με σαφή αναφορά στις ώρες παρακολούθησης.

Η εποπτευόμενη ή καθοδηγούμενη πρακτική άσκηση δεν αποτελεί μέρος της εξεταστικής περιόδου και δεν συνυπολογίζεται στον βαθμό αξιολόγησης του υποψηφίου.

Περιεχόμενο Μαθημάτων-Διδακτικό Προσωπικό

Χώροι υλοποίησης θεωρητικών και πρακτικών μαθημάτων

1. Κύκλος/Τομέας 1- Γενικών Μαθημάτων (e- learning- Σχολή Αθήνας)

Τίτλος	ΑΝΑΤΟΜΙΑ 10 ΩΡΕΣ
ΔΙΔΑΣΚΟΥΣΑ	ΜΑΝΘΟΥ ΕΛΙΣΑΒΕΤ MSc, PhD Programmer Leader, MSc Applied Sport and Exercise Nutrition
Περιεχόμενα	1. Εισαγωγή-Κύτταρο (δομή, λειτουργία, λειτουργική προσαρμογή). Ιστοί – Συστήματα
	2. Οστίτης Ιστός I- Άνω άκρα, Ωμική Ζώνη, Κεφαλή. Οστίτης Ιστός II- Κάτω άκρα, Κορμός
	3. Αρθρώσεις I Αρθρώσεις II
	4. Μυϊκός Ιστός I- Άνω άκρα, Κεφαλή Μυϊκός Ιστός II- Κάτω άκρα, Κορμός
	5. Όργανα I Όργανα II

Αίθουσα διδασκαλίας: E-LEARNING

Τίτλος	ΦΥΣΙΟΛΟΓΙΑ 10 ΩΡΕΣ
Διδάσκουσα	ΜΑΝΘΟΥ ΕΙΡΗΝΗ MSc, PhD Programmer Leader, MSc Applied Sport and Exercise Nutrition

Περιεχόμενα	1. Εισαγωγή- Σκοπός της φυσιολογίας – Οργάνωση ανθρωπίνου σώματος Σύσταση του σώματος- Μέτρηση σύστασης
	2. Καρδιαγγειακό Σύστημα I Καρδιαγγειακό Σύστημα II
	3. Καρδιοαναπνευστικό Σύστημα Νευρικό Σύστημα
	4. Μεταβολισμός – Μεταβολικές οδοί I Μεταβολισμός – Μεταβολικές οδοί II
	5. Μυϊκό Σύστημα Ενεργειακός μηχανισμός σκελετικού μυός

Αίθουσα διδασκαλίας: E-LEARNING

Τίτλος	ΕΡΓΟΦΥΣΙΟΛΟΓΙΑ 10 ΩΡΕΣ
Διδάσκουσα	ΜΑΡΙΔΑΚΗ ΜΑΡΙΑ, PhD Αν. Καθηγήτρια Εργοφυσιολογίας Σχολή Επιστήμης Φυσικής Αγωγής & Αθλητισμού Εθνικό και Καποδιστριακό Πανεπιστήμιο Αθηνών
Περιεχόμενα	1. ΚΥΤΤΑΡΙΚΗ ΔΟΜΗ ΣΚΕΛΕΤΙΚΟΥ ΜΥΟΣ ΜΥΙΚΗ ΑΠΟΔΟΣΗ
	2. ΠΗΓΕΣ ΕΝΕΡΓΕΙΑΣ ΒΑΣΙΚΑ ΕΝΕΡΓΕΙΑΚΑ ΣΥΣΤΗΜΑΤΑ/ΑΝΑΕΡΟΒΙΟΣ ΜΕΤΑΒΟΛΙΣΜΟΣ
	3. ΒΑΣΙΚΑ ΕΝΕΡΓΕΙΑΚΑ ΣΥΣΤΗΜΑΤΑ/ΑΕΡΟΒΙΟΣ ΜΕΤΑΒΟΛΙΣΜΟΣ ΕΝΕΡΓΕΙΑΚΕΣ ΦΑΣΕΙΣ ΜΥΙΚΟΥ ΕΡΓΟΥ
	4. ΚΑΡΔΙΑΓΓΕΙΑΚΟ ΣΥΣΤΗΜΑ ΠΡΟΣΑΡΜΟΓΕΣ ΚΑΤΑ ΤΗΝ ΑΣΚΗΣΗ
	5. ΘΕΡΜΟΡΥΘΜΙΣΗ ΑΣΚΗΣΗ ΣΤΗΝ ΠΑΙΔΙΚΗ ΗΛΙΚΙΑ

Αίθουσα διδασκαλίας: E-LEARNING

Τίτλος	ΦΥΣΙΚΟΘΕΡΑΠΕΙΑ 10 ΩΡΕΣ
Διδάσκουσα	ΚΕΝΤΡΟΥ ΕΥΑΓΓΕΛΙΑ Φυσικοθεραπεύτρια, Msc Εργ.Συνεργάτης ΤΕΙ Αθηνών Εξ.Συνεργάτης ΜΠΣ Παιδιατρικής Φυσικοθεραπείας ΤΕΙ Θεσ/νίκης
Περιεχόμενα	– Η Φυσικοθεραπεία στον Αθλητισμό

	Αποκατάσταση αθλητικών κακώσεων – Θερμοθεραπεία, Κρυοθεραπεία, Μάλαξη, Επιδέσεις – Αποκατάσταση μυϊκών κακώσεων – Αποκατάσταση συνδεσμικών κακώσεων -Αποκατάσταση καταγμάτων – Τραυματισμοί αθλητών στη Γυμναστική. Υγιεινή και Ασφάλεια της εργασίας στο αθλητικό περιβάλλον - Εργονομία και πρόληψη ΜΣΚ προβλημάτων κατά την εργασία
--	---

Αίθουσα διδασκαλίας: E-LEARNING

Τίτλος	ΒΙΟΜΗΧΑΝΙΚΗ 10 ΩΡΕΣ
Διδάσκων	ΝΤΑΛΑΣ ΓΙΩΡΓΟΣ PhD Επίκουρος Καθηγητής (Σ.Ε.Φ.Α.Α* - Τ.Ε.Φ.Α.Α * - Ε.Κ.Π.Α. *)
Περιεχόμενα	– Βιομηχανικά χαρακτηριστικά αθλητικής κίνησης – Κέντρο βάρους σώματος (ΚΒΣ): Προσδιορισμός ΚΒΣ – Μυο - Σκελετικό σύστημα και λειτουργία του – Επίπεδα και άξονες ανθρωπίνου σώματος – Μορφές και είδη μυϊκής συστολής - Είδη μυϊκής δύναμης – Μηχανικές ιδιότητες των μυών – Ισορροπία και είδη ισορροπίας – Μυϊκή συνέργεια – Ονοματολογία κινήσεων – Εφαρμογές στην αθλητική κίνηση – Κινηματική ανάλυση ανθρώπινης κίνησης: Χαρακτηριστικά χώρου, χαρακτηριστικά χρόνου, χαρακτηριστικά χώρου και χρόνου, χαρακτηριστικά αδράνειας, χαρακτηριστικά δύναμης, ενέργεια και μορφές ενέργειας.

Αίθουσα διδασκαλίας: E-LEARNING

Τίτλος	ΑΘΛΗΤΙΚΗ ΔΙΑΤΡΟΦΗ 20 ΩΡΕΣ
Διδάσκουσα	ΚΟΝΤΕΛΕ ΙΩΑΝΝΑ Διαιτολόγος-Διατροφολόγος Msc Δημόσια Υγεία
Περιεχόμενα	ΕΝΟΤΗΤΑ 1. ΓΕΝΙΚΕΣ ΑΡΧΕΣ ΔΙΑΤΡΟΦΗΣ ΕΝΟΤΗΤΑ 2. ΔΙΑΤΡΟΦΙΚΕΣ ΑΠΑΙΤΗΣΕΙΣ ΣΤΟΝ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟ ΕΝΟΤΗΤΑ 3. ΔΙΑΜΟΡΦΩΣΗ ΔΙΑΤΡΟΦΙΚΟΥ ΠΛΑΝΟΥ ΕΝΟΤΗΤΑ 4. ΔΙΑΤΡΟΦΗ ΣΤΑ ΑΘΛΗΜΑΤΑ ΤΗΣ ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗΣ ΕΝΟΤΗΤΑ 5. ΔΙΑΤΡΟΦΙΚΕΣ ΔΙΑΤΑΡΑΧΕΣ ΣΤΟΝ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟ

	ΕΝΟΤΗΤΑ 6. ΠΙΕΣΕΙΣ ΓΙΑ ΤΟ ΒΑΡΟΣ ΣΤΟΝ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟ
	ΕΝΟΤΗΤΑ 7. ΔΙΑΤΡΟΦΗ ΠΑΙΔΙΩΝ ΚΑΙ ΕΦΗΒΩΝ ΠΟΥ ΑΘΛΟΥΝΤΑΙ
	ΕΝΟΤΗΤΑ 8. ΔΙΑΤΡΟΦΙΚΕΣ ΠΑΡΕΜΒΑΣΕΙΣ ΓΙΑ ΡΥΘΜΙΣΗ ΤΟΥ ΣΩΜΑΤΙΚΟΥ ΒΑΡΟΥΣ
	ΕΝΟΤΗΤΑ 9. ΕΙΔΙΚΑ ΔΙΑΤΡΟΦΙΚΑ ΣΧΗΜΑΤΑ
	ΕΝΟΤΗΤΑ 10. ΣΥΜΠΛΗΡΩΜΑΤΑ ΔΙΑΤΡΟΦΗΣ ΣΤΟΝ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟ

ΚΥΚΛΟΣ/ ΤΟΜΕΑΣ 2 ΓΕΝΙΚΩΝ ΜΑΘΗΜΑΤΩΝ Ώρες – επίπεδο 1

Τίτλος	ΚΙΝΗΤΙΚΗ ΜΑΘΗΣΗ 10 ΩΡΕΣ
Διδάσκων	Νεκτάριος Σταύρου Επίκουρος Καθηγητής Αθλητικής Ψυχολογίας & Κινητικής Συμπεριφοράς, Σχολή Επιστήμης Φυσικής Αγωγής & Αθλητισμού, Εθνικό & Καποδιστριακό Πανεπιστήμιο Αθηνών
Περιεχόμενα	1. Εισαγωγή στην κινητική συμπεριφορά: Έννοιες και εφαρμογές Κινητικός έλεγχος: Ορισμός, βασικά χαρακτηριστικά 2. Κινητική μάθηση: Ορισμός, ιδιαίτερα χαρακτηριστικά Βασικές θεωρητικές προσεγγίσεις στην κινητική συμπεριφορά 3. Έρευνα & κινητική συμπεριφορά (ερευνητικές προσεγγίσεις, μέθοδοι έρευνας) Κινητικές δεξιότητες (είδη – ταξινόμηση κινητικών δεξιοτήτων, γενική – ειδική κινητική ικανότητα) 4. Νευρικό σύστημα και κινητική συμπεριφορά Μνήμη και κινητική συμπεριφορά 5. Αντίληψη – Προσοχή και ο ρόλος στην κινητική απόδοση Ο ρόλος της προσοχής στην κινητική και αθλητική απόδοση

Αίθουσα διδασκαλίας: E-LEARNING

Τίτλος	ΟΡΓΑΝΩΣΗ ΚΑΙ ΔΙΟΙΚΗΣΗ ΤΟΥ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ 10 ΩΡΕΣ
Διδάσκων	ΜΑΝΑΣΗΣ ΒΑΣΙΛΕΙΟΣ, Ph.D Διδάσκων ΣΕΦΑΑ / ΕΚΠΑ
Περιεχόμενα	1. Αθλητικές υπηρεσίες και προϊόντα
	2. Αρχές Οργάνωσης και Διοίκησης Αθλητισμού
	3. Αθλητικό Μάρκετινγκ
	4. Η Χορηγία στον Αθλητισμό
	5. Περιβάλλον Διοίκησης και Διαχείρισης Αθλητικών Οργανισμών & Σωματείων

Αίθουσα διδασκαλίας: E-LEARNING

Τίτλος	ΑΘΛΗΤΙΚΗ ΨΥΧΟΛΟΓΙΑ 10 ΩΡΕΣ
Διδάσκουσα	ΒΕΛΕΝΤΖΑ ΕΛΙΣΑΒΕΤ Diplom, Msc, Msc, Msc, MPhil
Περιεχόμενα	1. Ψυχολογικές Δεξιότητες
	2. Στόχοι και κίνητρα. Η σημασία στον αθλητισμό
	3. Άγχος και Αθλητική Απόδοση
	4. Αυτοσυγκέντρωση
	5. Προγραμματισμός και Προετοιμασία Τεχνικών Ψυχολογικής Παρέμβασης

Αίθουσα διδασκαλίας: E-LEARNING

Τίτλος	ΑΘΛΗΤΙΚΗ ΠΑΙΔΑΓΩΓΙΚΗ 10 ΩΡΕΣ
Διδάσκουσα	ΒΕΛΕΝΤΖΑ ΕΛΙΣΑΒΕΤ Diplom, Msc, Msc, Msc, MPhil
Περιεχόμενα	1. Η παιδαγωγική της Φυσικής Αγωγής και του Αθλητισμού
	2. Παιδαγωγική αξία της γνώσης των νόμων της σωματικής και κινητικής ανάπτυξης
	3. Μέθοδοι και Στυλ Διδασκαλίας
	4. Δια Βίου Άσκηση και Πρωταθλητισμός

	5. Σχεδιασμός και Προγραμματισμός ενός προπονητικού προγράμματος
--	--

Αίθουσα διδασκαλίας: E-LEARNING

Τίτλος	ΜΕΘΟΔΟΛΟΓΙΑ ΑΘΛΗΤΙΚΗΣ ΕΡΕΥΝΑΣ 10 ΩΡΕΣ
Διδάσκων	Νεκτάριος Σταύρου Επίκουρος Καθηγητής Αθλητικής Ψυχολογίας & Κινητικής Συμπεριφοράς, Σχολή Επιστήμης Φυσικής Αγωγής & Αθλητισμού, Εθνικό & Καποδιστριακό Πανεπιστήμιο Αθηνών
Περιεχόμενα	1.Εισαγωγή στη μεθοδολογία έρευνας Μεθοδολογία, μέθοδοι και δεδομένα 2. Ανασκόπηση βιβλιογραφίας: Σκοπός – χρησιμότητα Ανασκόπηση βιβλιογραφίας: Έλεγχος των πηγών 3. Ανασκόπηση βιβλιογραφίας: Μέθοδοι αναζήτησης πηγών Ανασκόπηση βιβλιογραφίας: Προβλήματα αναζήτησης πηγών 4. Ερωτηματολόγιο: Τρόπος κατασκευής και είδη ερωτήσεων Ερωτηματολόγιο: Χρησιμότητα και εφαρμογή στην προπονητική διαδικασία 5. Καταχώρηση ερευνητικών δεδομένων και τρόπος ανάλυσης και χρήσης τους Βασικές αρχές συγγραφής μιας εργασίας: Μέρη & δομή της εργασίας

Αίθουσα διδασκαλίας: E-LEARNING

ΚΥΚΛΟΣ/ΤΟΜΕΑΣ 3 ΜΑΘΗΜΑΤΑ ΕΙΔΙΚΕΥΣΗΣ Ώρες – επίπεδο 1 ΑΘΗΝΑ

Τίτλος	ΚΑΝΟΝΙΣΜΟΙ ΜΠΟΥΛΙΝΓΚ (Θ) 20 ώρες
Διδάσκων	ΣΤΕΦΟΠΟΥΛΟΣ ΒΑΣΙΛΕΙΟΣ Καθηγητής Φυσικής Αγωγής
Περιεχόμενα	– Αγωνιστικοί κανόνες – Προδιαγραφές διαδρόμων – Προδιαγραφές μπαλών – Προδιαγραφές κορυνών

Αίθουσα διδασκαλίας: E-LEARNING

Τίτλος	ΚΑΝΟΝΙΣΜΟΙ ΜΠΙΛΙΑΡΔΟΥ (Θ) 20 ώρες
Διδάσκων	Γερασιμόπουλος Νικόλαος , Διπλωματούχος Προπονητής Α κατηγορίας ΓΓΑ - Εκπαιδευτής
Περιεχόμενα	- Θεσμικό πλαίσιο - Διακανονισμοί - Αγωνιστικοί Κανόνες - Γενικές προδιαγραφές υλικού Γαλλικού μπιλιάρδου (Τραπέζια, Μπάλες, κτλ).

Αίθουσα διδασκαλίας: E-LEARNING

Τίτλος	ΓΕΝΙΚΗ ΠΡΟΠΟΝΗΤΙΚΗ (Θ) 10 ΩΡΕΣ
Διδάσκουσα	ΜΑΡΙΔΑΚΗ ΜΑΡΙΑ, PhD Αν. Καθηγήτρια Εργοφυσιολογίας Σχολή Επιστήμης Φυσικής Αγωγής & Αθλητισμού Εθνικό και Καποδιστριακό Πανεπιστήμιο Αθηνών
Περιεχόμενα	– Γενικές αρχές προπόνησης – Περιορισμός προπόνησης-Ετήσιος σχεδιασμός – Γενική προπονητική στην παιδική κι εφηβική ηλικία – Γενική προπονητική στους ενήλικους αθλητές – Προπόνηση και αθλητικό ταλέντο

Αίθουσα διδασκαλίας: E-LEARNING

Τίτλος	Ειδικά Θέματα Αντιντόπινγκ (Θεωρητικό Μάθημα) 5 ώρες
Διδάσκων	Χρήστος Παπούλιας, Υπεύθυνος Εκπαίδευσης του Εθνικού Οργανισμού Καταπολέμησης Ντόπινγκ (ΕΟΚΑΝ)
Περιεχόμενα	– Εννοιολογική προσέγγιση – Παρουσίαση θεσμικού πλαισίου – Ελληνική & διεθνής πραγματικότητα – Μελέτες Περίπτωσης

Αίθουσα διδασκαλίας: E-LEARNING

Τίτλος	Ειδικά Θέματα Ηθική & Ακεραιότητα στον Αθλητισμό (Θεωρητικό Μάθημα) 5 ώρες
Διδάσκοντες	Μηνούδης Β., M.Sc. στην Αθλητική Διοίκηση, Εθνική Πλατφόρμα Αθλητικής Ακεραιότητας.
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

Αίθουσα διδασκαλίας: E-LEARNING

Τίτλος	Ειδικά Θέματα Πλαίσιο Παιδικής Προστασίας (Θεωρητικό Μάθημα) 5 ώρες
Διδάσκων	Γιώργος Μόσχος, Νομικός, πρώην Βοηθός Συνήγορος του Πολίτη/ Συνήγορος του Παιδιού
Περιεχόμενα	– Ανθρώπινα δικαιώματα – Εννοιολογική προσέγγιση – Παραβίαση των δικαιωμάτων του παιδιού: Φαινομενολογία και το Πλαίσιο Παιδικής Προστασίας – Μορφές καταπάτησης των δικαιωμάτων των παιδιών – Μελέτες περίπτωσης

Αίθουσα διδασκαλίας: E-LEARNING

Τίτλος	ΤΕΧΝΙΚΗ ΑΝΑΛΥΣΗ 25 ΩΡΕΣ
Διδάσκων	ΣΤΕΦΟΠΟΥΛΟΣ ΒΑΣΙΛΕΙΟΣ- Καθηγητής Φυσικής Αγωγής
Περιεχόμενα	• ΘΕΩΡΙΑ 5 ώρες – Βασικές έννοιες προπονητικής – Βασικές έννοιες τεχνικής – Βασικές έννοιες τακτικής
	• ΠΡΑΚΤΙΚΟ 20 ώρες – Βασικές έννοιες προπονητικής – Βασικές έννοιες τεχνικής – Βασικές έννοιες τακτικής
	• ΕΡΓΑΣΙΑ 10 ώρες

Αίθουσα διδασκαλίας: Royal Bowling«ΜΕΤΡΟΠΟΛΙΤΑΝ» ΠΑΤΗΣΙΩΝ

Τίτλος	ΜΕΘΟΔΟΛΟΓΙΑ ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑΣ 25 ΩΡΕΣ και εργασία
Διδάσκων	ΣΤΕΦΟΠΟΥΛΟΣ ΒΑΣΙΛΕΙΟΣ- Καθηγητής Φυσικής Αγωγής
Περιεχόμενα	• ΘΕΩΡΙΑ 5 ώρες – Στόχοι, μέθοδοι και αρχές της διδασκαλίας του Μπόουλινγκ – Βασικές ασκήσεις εκμάθησης κινητικών δεξιοτήτων, ο ρόλος και τα καθήκοντα του προπονητή – Οργάνωση, εκτέλεση και αξιολόγηση της προπονητικής μονάδας

	• ΠΡΑΚΤΙΚΟ 20 ώρες – Στόχοι, μέθοδοι και αρχές της διδασκαλίας του Μπόουλινγκ – Βασικές ασκήσεις εκμάθησης κινητικών δεξιοτήτων, ο ρόλος και τα καθήκοντα του προπονητή – Οργάνωση, εκτέλεση και αξιολόγηση της προπονητικής μονάδας
	• ΕΡΓΑΣΙΑ 10 ώρες

Αίθουσες διδασκαλίας: Royal Bowling «ΜΕΤΡΟΠΟΛΙΤΑΝ» ΠΑΤΗΣΙΩΝ

Τίτλος	ΕΙΔΙΚΗ ΠΡΟΠΟΝΗΤΙΚΗ 25 ώρες και εργασία
Διδάσκων	ΣΤΕΦΟΠΟΥΛΟΣ ΒΑΣΙΛΕΙΟΣ Καθηγητής Φυσικής Αγωγής
Περιεχόμενα	• ΘΕΩΡΙΑ 5 ώρες – Ειδική ανάλυση τεχνικής – Ειδική ανάλυση τακτικής – Αθλητική Απόδοση – Προπονητικός – Αγωνιστικός σχεδιασμός
	• ΠΡΑΚΤΙΚΟ 20 ώρες – Ειδική ανάλυση τεχνικής – Ειδική ανάλυση τακτικής – Αθλητική Απόδοση – Προπονητικός – Αγωνιστικός σχεδιασμός
	• ΕΡΓΑΣΙΑ 10 ώρες

Αίθουσες διδασκαλίας: Royal Bowling «ΜΕΤΡΟΠΟΛΙΤΑΝ» ΠΑΤΗΣΙΩΝ

Τίτλος	ΠΡΟΠΟΝΗΤΙΚΗ ΕΞΑΣΚΗΣΗ 30 ώρες και εργασία
Διδάσκων	ΣΤΕΦΟΠΟΥΛΟΣ ΒΑΣΙΛΕΙΟ Καθηγητής Φυσικής Αγωγής
Περιεχόμενα	• ΠΡΑΚΤΙΚΟ 30 ώρες – Πρακτική εξάσκηση με ενδεικτικές ασκήσεις και προγράμματα στην προπονητική του Μπόουλινγκ.
	• ΕΡΓΑΣΙΑ 10 ώρες

Αίθουσες διδασκαλίας: «Royal Bowling» ΠΕΡΙΣΤΕΡΙ- «ΜΕΤΡΟΠΟΛΙΤΑΝ» ΠΑΤΗΣΙΩΝ

Τίτλος	ΤΕΧΝΙΚΗ ΑΝΑΛΥΣΗ 25 ΩΡΕΣ
Διδάσκων	Γερασιμόπουλος Νικόλαος , Διπλωματούχος Προπονητής Α κατηγορίας ΓΓΑ - Εκπαιδευτής

Περιεχόμενα	• ΘΕΩΡΙΑ 5 ώρες - Βασικές έννοιες προπονητικής μεθόδου - Βασικές έννοιες προπονητικής μεθόδου παιδικής, εφηβικής ηλικίας - Βασικές έννοιες τεχνικής - Βασικές έννοιες τακτικής
	• ΠΡΑΚΤΙΚΟ 20 ώρες - Βασικές έννοιες προπονητικής μεθόδου - Βασικές έννοιες προπονητικής μεθόδου παιδικής, εφηβικής ηλικίας - Βασικές έννοιες τεχνικής - Βασικές έννοιες τακτικής
	• ΕΡΓΑΣΙΑ 10 ώρες
Τίτλος	ΜΕΘΟΔΟΛΟΓΙΑ ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑΣ 25 ΩΡΕΣ και εργασία
Διδάσκων	Γερασιμόπουλος Νικόλαος , Διπλωματούχος Προπονητής Α κατηγορίας ΓΓΑ - Εκπαιδευτής
Περιεχόμενα	• ΘΕΩΡΙΑ 5 ώρες - Στόχοι, μέθοδοι και αρχές της διδασκαλίας του Γαλλικού μπιλιάρδου - Βασικές ασκήσεις εκμάθησης κινητικών δεξιοτήτων (στήσιμο σώματος, βασικές εκτελέσεις) , ο ρόλος και τα καθήκοντα του προπονητή - Προετοιμασία, οργάνωση, , παρουσίαση, καθοδήγηση ,αξιολόγηση (Feedback) της προπονητικής μονάδας - Προετοιμασία, οργάνωση, παρουσίαση, καθοδήγηση, αξιολόγηση ομαδικής προπονητικής μονάδας. - Προετοιμασία, οργάνωση, παρουσίαση, καθοδήγηση, αξιολόγηση ατομικής προπονητικής μονάδας.
	• ΠΡΑΚΤΙΚΟ 20 ώρες - Στόχοι, μέθοδοι και αρχές διδασκαλίας του Γαλλικού μπιλιάρδου - Βασικές ασκήσεις εκμάθησης κινητικών δεξιοτήτων (στήσιμο σώματος, βασικές εκτελέσεις) - Προετοιμασία, οργάνωση, παρουσίαση, καθοδήγηση, αξιολόγηση (Feedback) της προπονητικής μονάδας (ομαδικής, ατομικής)
	• ΕΡΓΑΣΙΑ 10 ώρες

Τίτλος	ΕΙΔΙΚΗ ΠΡΟΠΟΝΗΤΙΚΗ 25 ώρες και εργασία
Διδάσκων	Γερασιμόπουλος Νικόλαος , Διπλωματούχος Προπονητής Α κατηγορίας ΓΓΑ - Εκπαιδευτής
Περιεχόμενα	• ΘΕΩΡΙΑ 5 ώρες – Ειδική ανάλυση τεχνικής κλασικών παιχνιδιών και τρίποντου (βασικές γνώσεις τεχνικών χτυπημάτων) – Ειδική ανάλυση τακτικής κλασικών παιχνιδιών και τρίποντου (βασικές γνώσεις - κονσεψιον, συστήματα) – Αθλητική απόδοση – Προπονητικός - Αγωνιστικός σχεδιασμός
	• ΠΡΑΚΤΙΚΟ 20 ώρες – Ειδική ανάλυση τεχνικής κλασικών παιχνιδιών και τρίποντου – Ειδική ανάλυση τακτικής κλασικών παιχνιδιών και τρίποντου – Αθλητική απόδοση – Προπονητικός - Αγωνιστικός σχεδιασμός
	• ΕΡΓΑΣΙΑ 10 ώρες

Τίτλος	ΠΡΟΠΟΝΗΤΙΚΗ ΕΞΑΣΚΗΣΗ 30 ώρες και εργασία
Διδάσκων	Γερασιμόπουλος Νικόλαος , Διπλωματούχος Προπονητής Α κατηγορίας ΓΓΑ - Εκπαιδευτής
Περιεχόμενα	• ΠΡΑΚΤΙΚΟ 30 ώρες – Πρακτική εξάσκηση με ενδεικτικές ασκήσεις και προγράμματα στην προπονητική μπιλιάρδου (κλασικών παιχνιδιών και τρίποντου)
	• ΕΡΓΑΣΙΑ 10 ώρες

Αίθουσες διδασκαλίας: Αθλητικό σωματείο «Α.Ο.ΚΕΝΤΑΥΡΟΣ» «ΑΦΟΙ ΚΟΥΚΙΟΥ Ο.Ε.»
 Νέας Ελβετίας 5-9 Βύρωνας- «ΤΡΙΣΠΟΝΤΟ»

Ωρολόγιο Πρόγραμμα ΜΠΟΟΥΛΙΝΓΚ

Ημερομηνία	Τόπος	Ώρες
Παρασκευή - 19/07/2025		6
Σάββατο - 20/07/2025		9
Κυριακή- 21/07/2025		9
Πέμπτη - 28/08/2025		6
Παρασκευή - 29/08/2025		6

Σάββατο - 30/08/2025		9
Κυριακή- 31/08/2022		9
Δευτέρα - 01/09/2025		6
Πέμπτη - 25/09/2025		6
Παρασκευή - 26/09/2025		9
Σάββατο - 27/09/2025		9
Κυριακή- 28/09/2025	10.00 - 14.45	6
Κυριακή- 28/09/2025	15.00 - 17.00 ΕΞΕΤΑΣΕΙΣ	2

ΚΑΘΗΜΕΡΙΝΕΣ- ΩΡΑΡΙΟ	ΣΑΒΒΑΤΟ & ΚΥΡΙΑΚΗ - ΩΡΑΡΙΟ	26/9
17.00 - 17.45	10.00 - 10.45	13.00 - 13.45
17.45 - 18.30	10.45 - 11.30	13.45 - 14.30
18.30 - 19.15	11.30 - 12.15	14.30 - 15.15
19.15 - 19.30 (ΔΙΑΛΕΙΜΜΑ)	12.15 - 12.30 (ΔΙΑΛΕΙΜΜΑ)	15.15 - 15.30 (ΔΙΑΛΕΙΜΜΑ)
19.30 - 20.15	12.30 - 13.15	15.30 - 16.15
20.15 - 21.00	13.15 - 14.00	16.15 - 17.00
21.00 - 21.45	14.00 - 14.45	17.00 - 17.45
	14.45 - 15.00 (ΔΙΑΛΕΙΜΜΑ)	17.45 - 18.00 (ΔΙΑΛΕΙΜΜΑ)
	15.00 - 15.45	18.00 - 18.45
	15.45 - 16.30	18.45 - 19.30
	16.30 - 17.15	19.30 - 20.15

Ωρολόγιο Πρόγραμμα ΜΠΙΛΙΑΡΔΟ

ΗΜΕΡΟΜΗΝΙΑ	ΤΟΠΟΣ	ΩΡΕΣ
ΣΑΒΒΑΤΟ 5/7		10
ΚΥΡΙΑΚΗ 6/7		10
ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 18/7		5
ΣΑΒΒΑΤΟ 19/7		10
ΚΥΡΙΑΚΗ 20/7		10
ΤΡΙΤΗ 26/8		5
ΤΕΤΑΡΤΗ 27/8		5
ΠΕΜΠΤΗ 28/8		5
ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 29/8		5
ΣΑΒΒΑΤΟ 30/8		10
ΚΥΡΙΑΚΗ 31/8		10
ΔΕΥΤΕΡΑ 1/9		5
ΔΕΥΤΕΡΑ 1/9	ΕΞΕΤΑΣΕΙΣ	17.00- 19.00
ΦΡΟΝΤΙΣΤΗΡΙΑΚΟ		
ΣΑΒΒΑΤΟ 26/7		10
ΚΥΡΙΑΚΗ 27/7		10

ΚΑΘΗΜΕΡΙΝΕΣ- ΩΡΑΡΙΟ	ΣΑΒΒΑΤΟ & ΚΥΡΙΑΚΗ - ΩΡΑΡΙΟ	ΔΕΥΤΕΡΑ 1/9
17.00 - 17.45	9.30 - 10.15	10.00 - 10.45
17.45 - 18.30	10.15 - 11.00	10.45 - 11.30
18.30 - 19.15	11.00 - 11.45	11.30 - 12.15
19.15 - 19.30 (ΔΙΑΛΕΙΜΜΑ)	11.45 - 12.00 (ΔΙΑΛΕΙΜΜΑ)	12.15 - 12.30 (ΔΙΑΛΕΙΜΜΑ)
19.30 - 20.15	12.00 - 12.45	12.30 - 13.15
20.15 - 21.00	12.45 - 13.30	13.15 - 14.00
	13.30 - 14.15	
	14.15 - 15.30 (ΔΙΑΛΕΙΜΜΑ)	
	15.30 - 16.15	
	16.15 - 17.00	
	17.00 - 17.45	
	17.45- 18.30	

Α. Διάρκεια Διδασκαλίας

1. Η διάρκεια της ωριαίας διδασκαλίας όλων των μαθημάτων καθορίζεται σε 45 λεπτά με διάλειμμα δεκαπέντε (15) λεπτών ανά δύο ώρες. Ο μέγιστος αριθμός των διδασκαλίας καθορίζεται σε οκτώ (8) ώρες έως δέκα (10) ανά ημέρα κατάρτισης.
2. Η διάρκεια του μαθήματος **e-learning ορίζεται σε 30' – 40' ανά εκπαιδευτική ώρα.**
3. Η διδασκαλία των πρακτικών ή του πρακτικού μέρους μικτών μαθημάτων είναι δυνατό να γίνεται συνεχόμενη μέχρι τρεις (3) ώρες.
4. Μετά την είσοδο του εκπαιδευτή στην αίθουσα διδασκαλίας ή στον προπονητικό χώρο δεν επιτρέπεται η είσοδος των καταρτιζόμενων.
5. Οι παρουσίες λαμβάνονται υποχρεωτικά ανά ώρα εκπαίδευσης κατά την έναρξη της και με ευθύνη του εκπαιδευτή ή των εκπαιδευτών.

Β. Επιτυχής Παρακολούθηση

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

Πτυχιούχοι Τ.Ε.Φ.Α.Α. και άλλων τμημάτων ΑΕΙ, καθώς και απόφοιτοι σχολών προπονητών ΓΓΑ Γ' κατηγορίας που ιδρύθηκαν σύμφωνα με το νέο πλαίσιο οργάνωσης και λειτουργίας (ΥΠΠΟΑ/ 133562/21/4/2016, έγγραφο του ΓΓΑ) μπορούν να μεταφέρουν τις παρακολουθήσεις των γνωστικών αντικειμένων που έχουν διδαχθεί στα υποχρεωτικά μαθήματα των κύκλων 1 και 2 με τους αντίστοιχους βαθμούς.

Γ. Επαρκής Παρακολούθηση

1. Οι συνολικές ώρες υποχρεωτικής παρακολούθησης των μαθημάτων της σχολής για κάθε υποψήφιο, δεν μπορούν σε καμιά περίπτωση να είναι λιγότερες του 95% των συνολικών ωρών διδασκαλίας.

2. Ο χαρακτηρισμός της επαρκούς παρακολούθησης των υποψηφίων γίνεται μετά τη λήξη της διδασκαλίας των μαθημάτων και πριν από τις τελικές εξετάσεις. Ο Δ/ντής-τρια της Σχολής ανακοινώνει τα αποτελέσματα της επαρκούς παρακολούθησης των υποψηφίων την επόμενη της λήξης της διδασκαλίας των μαθημάτων με σκοπό να συμμετέχουν όσοι δικαιούνται στις τελικές εξετάσεις.
3. Εάν ο υποψήφιος κατά τη διάρκεια της Σχολής συμπληρώσει μεγαλύτερο αριθμό απουσιών από τα προβλεπόμενα τότε με απόφαση του Δ/ντη-τρια της Σχολής διακόπτεται η παρακολούθηση του.
4. Ο υποψήφιος δεν έχει δικαίωμα προσέλευσης στις τελικές εξετάσεις εφόσον η παρακολούθηση του χαρακτηρίστηκε ως ανεπαρκής.

Εξετάσεις

A. Οργάνωση Εξετάσεων.

1. Μετά τη λήξη των μαθημάτων ακολουθεί μια εξεταστική περίοδος, κατά τη διάρκεια της οποίας οι υποψήφιοι εξετάζονται γραπτά και πρακτικά σε όλη τη διδακτέα ύλη (θεωρητική και πρακτική), όπου προβλέπεται από το αναλυτικό πρόγραμμα **(πίνακας 3)**.
2. Οι εξετάσεις θα πραγματοποιηθούν εντός του πρώτου δεκαημέρου μετά τη λήξη των μαθημάτων της Σχολής.
3. Τη γενική ευθύνη της εύρυθμης διεξαγωγής των εξετάσεων των Σχολών έχουν ο Δ/ντής- ντρια των Σχολών, οι οποίοι μεριμνούν έγκαιρα για την καταλληλότητα των χώρων, τη διαθεσιμότητα των υλικών και μέσων και γενικότερα για το αδιάβλητο των εξετάσεων.
4. Το περιεχόμενο των εξετάσεων είναι με την ευθύνη του εκπαιδευτικού προσωπικού που δίδαξε κατά τη διάρκεια της Σχολής και οι εξετάσεις υπό την ευθύνη του Δ/ντή- ντριας.
5. Η διάρκεια των γραπτών εξετάσεων σε καμιά περίπτωση δεν μπορεί να υπερβαίνει τις τρεις (3) ώρες.
6. 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 γραπτή εξέταση των θεμάτων χορηγούνται στους εξεταζόμενους, με ευθύνη των επιτηρητών της αίθουσας, φύλλα χάρτου-κόλλες αναφοράς ή τυπωμένα ερωτηματολόγια υπογεγραμμένα από το διευθυντή-ντρια της σχολής.
2. Στην αρχή της εξέτασης γίνεται από τους επιτηρητές έλεγχος ταυτοπροσωπίας των εξεταζόμενων.

3. Τα φύλλα θεμάτων και απαντήσεων επιστρέφονται στον ορισθέντα επιτηρητή, μετά το πέρας της γραπτής εξέτασης.
4. Ο επιτηρητής αφού διαγράψει τα τυχόντα κενά στα φύλλα απαντήσεων, μονογραφεί στο τέλος του γραπτού, καταμετρά τα γραπτά και τα 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 τα γραπτά παραδίδονται από τον επιτηρητή στο Δ/ντή-ντρια της Σχολής.

Γ. Βαθμολόγηση- Αξιολόγηση.

1. Η βαθμολογική κλίμακα ορίζεται από μηδέν έως δέκα (0-10) και ως κατώτερος προβιβάσιμος βαθμός θεωρείται το πέντε (5).
2. Πτυχιούχοι ΤΕΦΑΑ και άλλων τμημάτων ΑΕΙ καθώς και απόφοιτοι σχολών προπονητών ΓΓΑ Γ' κατηγορίας που ιδρύθηκαν σύμφωνα με το νέο πλαίσιο οργάνωσης και λειτουργίας (ΥΠΠΟΑ/ 133562/21/4/2016, έγγραφο του ΓΓΑ) μπορούν να μεταφέρουν τις βαθμολογίες των γνωστικών αντικειμένων που έχουν διδαχθεί στα υποχρεωτικά μαθήματα των κύκλων 1 και 2 με τους αντίστοιχους βαθμούς.
3. Η αξιολόγηση των σπουδαστών θα γίνει λαμβάνοντας υπόψη τη βαθμολογία της γραπτής ή προφορικής και πρακτικής εξέτασης, καθώς επίσης και από την υποχρεωτική εργασία, την οποία θα καταθέσει ο σπουδαστής μετά το πέρας των μαθημάτων και εντός πέντε ημερών.

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

Στα γενικά μαθήματα οι εξετάσεις θα γίνονται μέσα σε αίθουσα και θα είναι γραπτές. Οι ερωτήσεις θα είναι πολλαπλών επιλογών (multiple choice). Τα ονόματα των σπουδαστών θα είναι καλυμμένα με ευθύνη της ΓΓΑ και τα γραπτά θα διορθωθούν από το διευθυντή-τρια της. Στα μαθήματα ειδίκευσης οι εξετάσεις θα είναι προφορικές. Πιο συγκεκριμένα στα μαθήματα ειδίκευσης Ειδική Προπονητική, Μεθοδολογία Διδασκαλίας και Προπονητική Εξάσκηση οι σπουδαστές είναι υποχρεωμένοι ανά δύο άτομα να εκπονήσουν μια διαθεματική εργασία ταυτόσημη ή με μεγάλη συνάφεια με τα παραπάνω μαθήματα. Ο κάθε σπουδαστής θα εξετάζεται ξεχωριστά και θα αξιολογείται στο πρακτικό και θεωρητικό μέρος του μαθήματος. Στο πρακτικό μέρος οι σπουδαστές θα πρέπει να είναι ικανοί να δείξουν κάποιες προασκήσεις, να εκτελέσουν μερικές ασκήσεις απλής δυσκολίας με σωστή τεχνική εκτέλεση και να γνωρίζουν τη βοήθεια σχετικά με το συγκεκριμένο ασκησιολόγιο που διδάχθηκαν.

Η εξέταση θα περιλαμβάνει περιγραφή των ασκήσεων, μεθοδολογία εκμάθησης των ασκήσεων, τρόπους βοήθειας και τρόπους αποφυγής τραυματισμού. Εξεταστής του κάθε μαθήματος θα είναι ένας ή και δύο διδάσκοντες του συγκεκριμένου μαθήματος, οι οποίοι θα οριστούν από τον Διευθυντή της Σχολής.

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

ΤΡΟΠΟΣ ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗΣ					
ΚΥΚΛΟΣ/ΤΟΜΕΑΣ 1 ΓΕΝΙΚΩΝ ΜΑΘΗΜΑΤΩΝ					
ΜΑΘΗΜΑΤΑ	ΓΡΑΠΤΕΣ ΕΞΕΤΑΣΕΙΣ	ΤΕΣΤ ΠΟΛΛΑΠΛΩΝ ΑΠΑΝΤΗΣΕΩΝ	ΠΡΟΦΟΡΙΚΕΣ ΕΞΕΤΑΣΕΙΣ	ΑΞΙΟΛΟΓΙΣΗ ΕΡΓΑΣΙΩΝ	ΠΡΑΚΤΙΚΕΣ ΕΞΕΤΑΣΕΙΣ
ΑΝΑΤΟΜΙΑ		100%			
ΦΥΣΙΟΛΟΓΙΑ		100%			
ΕΡΓΟΦΥΣΙΟΛΟΓΙΑ		100%			
ΦΥΣΙΚΟΘΕΡΑΠΕΙΑ		100%			
ΒΙΟΜΗΧΑΝΙΚΗ		100%			
ΑΘΛΗΤΙΚΗ ΔΙΑΤΡΟΦΗ		100%			
ΤΡΟΠΟΣ ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗΣ					
ΚΥΚΛΟΣ/ΤΟΜΕΑΣ 2 ΓΕΝΙΚΩΝ ΜΑΘΗΜΑΤΩΝ					
ΜΑΘΗΜΑΤΑ	ΓΡΑΠΤΕΣ ΕΞΕΤΑΣΕΙΣ	ΤΕΣΤ ΠΟΛΛΑΠΛΩΝ ΑΠΑΝΤΗΣΕΩΝ	ΠΡΟΦΟΡΙΚΕΣ ΕΞΕΤΑΣΕΙΣ	ΑΞΙΟΛΟΓΙΣΗ ΕΡΓΑΣΙΩΝ	ΠΡΑΚΤΙΚΕΣ ΕΞΕΤΑΣΕΙΣ
ΚΙΝΗΤΙΚΗ ΜΑΘΗΣΗ		100%			
ΟΡΓΑΝΩΣΗ ΚΑΙ ΔΙΟΙΚΗΣΗ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ		100%			
ΑΘΛΗΤΙΚΗ ΨΥΧΟΛΟΓΙΑ		100%			
ΑΘΛΗΤΙΚΗ ΠΑΙΔΑΓΩΓΙΚΗ		100%			
ΜΕΘΟΔΟΛΟΓΙΑ ΕΡΕΥΝΑΣ		100%			
ΤΡΟΠΟΣ ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗΣ					
ΚΥΚΛΟΣ/ΤΟΜΕΑΣ 3 ΜΑΘΗΜΑΤΑ ΕΙΔΙΚΕΥΣΗΣ					
ΜΑΘΗΜΑΤΑ	ΓΡΑΠΤΕΣ ΕΞΕΤΑΣΕΙΣ	ΤΕΣΤ ΠΟΛΛΑΠΛΩΝ ΑΠΑΝΤΗΣΕΩΝ	ΠΡΟΦΟΡΙΚΕΣ ΕΞΕΤΑΣΕΙΣ	ΑΞΙΟΛΟΓΙΣΗ ΕΡΓΑΣΙΩΝ	ΠΡΑΚΤΙΚΕΣ ΕΞΕΤΑΣΕΙΣ
ΓΕΝΙΚΗ ΠΡΟΠΟΝΗΤΙΚΗ		100%			
ΤΕΧΝΙΚΗ ΑΝΑΛΥΣΗ		25%			75%
ΕΙΔΙΚΗ ΠΡΟΠΟΝΗΤΙΚΗ		25%			75%
ΜΕΘΟΔΟΛΟΓΙΑ ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑΣ		25%			75%
ΕΙΔΙΚΑ ΘΕΜΑΤΑ		100%			

ΠΡΟΠΟΝΗΤΙΚΗ ΕΞΑΣΚΗΣΗ					100%
ΚΑΝΟΝΙΣΜΟΙ		100%			

Χορήγηση Διπλώματος

1. Δίπλωμα της Σχολής Προπονητών Γυμναστικής Γ' Κατηγορίας έχουν δικαίωμα να αποκτήσουν όσοι κατέχουν όλα τα απαραίτητα δικαιολογητικά, είχαν επαρκή παρακολούθηση και περάτωσαν με επιτυχία τις θεωρητικές και πρακτικές εξετάσεις.
2. Τα Διπλώματα παραδίδονται στους επιτυχόντες από το αρμόδιο Τμήμα της Γενικής Γραμματείας Αθλητισμού (Γ.Γ.Α.)
3. Το κάθε Δίπλωμα για να θεωρείται έγκυρο φέρει σφραγίδα και αρίθμηση από την Γ.Γ.Α.
4. Ο τύπος Διπλωμάτων και τα όσα αναφέρονται σε αυτά είναι κοινός και σύμφωνος με πρότυπο που παραδίδει το αρμόδιο τμήμα της Γ.Γ.Α.