

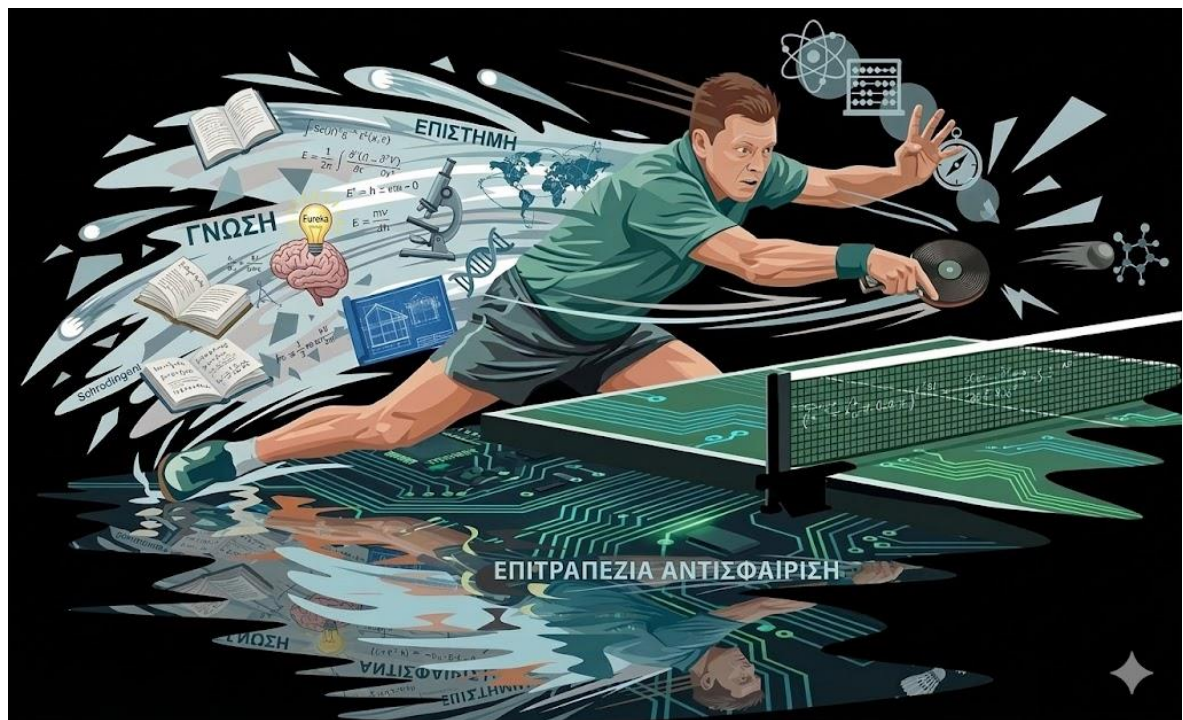
Γενική Γραμματεία Αθλητισμού



Ελληνική Φίλαθλη Ομοσπονδία Επιτραπέζιας Αντισφαίρισης

**ΣΧΟΛΗ ΠΡΟΠΟΝΗΤΩΝ ΕΠΙΤΡΑΠΕΖΙΑΣ
ΑΝΤΙΣΦΑΙΡΙΣΗΣ.**

Γ' Επιπέδου



ΟΔΗΓΟΣ ΣΠΟΥΔΩΝ – ΚΑΝΟΝΙΣΜΟΣ ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑΣ

ΑΘΗΝΑ 2026

Περιεχόμενα

Νομοθετικό Πλαίσιο	2
Επιτροπή Διοίκησης	3
Πρόγραμμα Σπουδών.....	4
Κατανομή Μαθημάτων	4
Εποπτευόμενη Πρακτική Άσκηση.....	6
Πρόγραμμα Μαθημάτων - Διδακτικό Προσωπικό	8
Διάρκεια Διδασκαλίας	25
Επαρκής Φοίτηση	26
Διαδικασία διεξαγωγής εξετάσεων θεωρητικών μαθημάτων	29
Επιτυχής Αποφοίτηση.....	30
Χορήγηση Διπλώματος.....	31
Παράρτημα	

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 "Ένσωμάτωση της οδηγίας 2011/16/ΕΕ, ρύθμιση θεμάτων της ΕΛ.Τ.Ε., αναμόρφωση Οργανισμού του Ν.Σ.Κ. και άλλες διατάξεις" «Η Γενική Γραμματεία μπορεί με απόφασή της, κατόπιν αιτήματος και με δαπάνη της οικείας αθλητικής ομοσπονδίας να ιδρύει περιοδικές Σχολές Προπονητών. Με την ίδια απόφαση τα θέματα λειτουργίας κάθε σχολής, των προσόντων των υποψηφίων, του εκπαιδευτικού προσωπικού και κάθε άλλο συναφές θέμα. Στην απόφαση αυτή καθορίζεται επίσης υποχρεωτικά: α) το χρηματικό ποσό για τα συνολικά δίδακτρα φοίτησης εκάστου υποψηφίου που δε μπορεί να υπερβεί κατ' ανώτατο όριο τα 350,00 ευρώ, καταβαλλόμενα 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 95% των συνολικών ωρών διδασκαλίας για κάθε περίοδο. Η Γενική Γραμματεία Αθλητισμού ελέγχει τα διπλώματα των περιοδικών Σχολών Προπονητών ως προς τη νομιμότητά 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».

Απόφαση Ίδρυσης: ΓΓΑ/27057/06.10.2025 ΦΕΚ Β΄5531/16.10.2025

Επιτροπή Διοίκησης

Η Σχολή Προπονητών Επιτραπέζιας Αντισφαίρισης Γ΄ κατηγορίας θα διεξαχθεί στην Αθήνα, σύμφωνα με την Υπουργική Απόφαση (ΦΕΚ 3062/17-6-2022) και διοικείται από πενταμελή επιτροπή που συγκροτείται από τους/τις:

- α) **Αικατερίνη Τσιάκλα**, υπάλληλο Γ.Γ.Α., ως Πρόεδρο.
- β) **Παναγιώτα Μამέκα**, υπάλληλο Γ.Γ.Α., ως μέλος
- γ) **Ελένη Παλληκάρη**, υπάλληλο Γ.Γ.Α., ως μέλος
- δ) **Ιωάννα Μωραΐτη**, Ειδική Γραμματέας Δ.Σ. της Ε.Φ.Ο.Επ.Α., ως μέλος
- ε) **Χρήστο Λάμη**, Εθνικός Ομοσπονδιακός Προπονητής της Ε.Φ.Ο.Επ.Α., ως μέλος.

Γραμματέας της Επιτροπής ορίζεται η Μαρία Περαματζί, υπάλληλος της Γ.Γ.Α.

Διευθυντής της σχολής ορίζεται ο Δρ. Μιχαήλ Κατσικαδέλης, Ph.D. Φυσικής Αγωγής, Προπονητής Επιτραπέζιας Αντισφαίρισης Α΄ Κατηγορίας.

Πρόγραμμα Σπουδών

Το σύνολο των εκπαιδευτικών ωρών απεικονίζεται στον παρακάτω πίνακα.

Επίπεδο	Διδακτικές Ωρες	Διπλωματική εργασία/ άλλες εργασίες	Πρακτική άσκηση	Διάρκεια λειτουργίας σχολής (ελάχιστη)	Συνολική διάρκεια
Γ	300(270)*	(30)*	50	6 μήνες	350

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

Κατανομή Μαθημάτων

Τα διδακτικά αντικείμενα της Σχολής Προπονητών Επιτραπέζιας Αντισφαίρισης Γ' κατηγορίας διακρίνονται σε Γενικά Μαθήματα (1^{ος} και 2^{ος} Κύκλος/ Τομέας) και Μαθήματα Ειδίκευσης (3^{ος} Κύκλος/ Τομέας). Το πρόγραμμα περιλαμβάνει εξ αποστάσεως σύγχρονη και ασύγχρονη διδασκαλία για τις θεωρητικές ενότητες και δια ζώσης εκπαίδευση για το πρακτικό σκέλος της ειδίκευσης. Τα θεωρητικά μαθήματα θα διεξαχθούν εξ αποστάσεως μέσω σύγχρονης και ασύγχρονης διδασκαλίας, ενώ τα πρακτικά αντικείμενα απαιτούν φυσική παρουσία των εκπαιδευομένων

Τα μαθήματα είναι εισαγωγικού επιπέδου σπουδών. Οι συμμετέχοντες/-ουσες πρέπει να παρακολουθήσουν και να εξεταστούν επιτυχώς σε όλα τα παρακάτω μαθήματα:

ΚΥΚΛΟΣ/ΤΟΜΕΑΣ 1-2 ΓΕΝΙΚΩΝ ΜΑΘΗΜΑΤΩΝ

ΘΕΩΡΗΤΙΚΑ ΜΑΘΗΜΑΤΑ

	1 ^{ος} Κύκλος	Ωρες	Είδος Μαθήματος	Τρόπος Διεξαγωγής
1	Ανατομία	10	Θεωρητικό	Διαδικτυακά/ Διαδικτυακά / Σύγχρονα και Ασύγχρονα
2	Φυσιολογία	10	Θεωρητικό	Διαδικτυακά/ Σύγχρονα
3	Εργοφυσιολογία	10	Θεωρητικό	Διαδικτυακά/ Σύγχρονα
4	Φυσικοθεραπεία	10	Θεωρητικό	Διαδικτυακά/ Σύγχρονα
5	Βιομηχανική	10	Θεωρητικό	Διαδικτυακά/ Σύγχρονα
6	Γενική	50	Θεωρητικό	Διαδικτυακά/ Δια ζώσης

	Προπονητική	(27/23)		με φυσική παρουσία
Σύνολο		100		

2^{ος} Κύκλος		Ώρες	Είδος Μαθήματος	Τρόπος Διεξαγωγής
1	Κινητική Μάθηση	10	Θεωρητικό	Διαδικτυακά/ Σύγχρονα
2	Οργάνωση & Διοίκηση Αθλητισμού	10	Θεωρητικό	Διαδικτυακά/ Σύγχρονα
2	Αθλητική Ψυχολογία	10	Θεωρητικό	Διαδικτυακά/ Ασύγχρονα
3	Μεθοδολογία Αθλητικής Έρευνας	10	Θεωρητικό	Διαδικτυακά/ Σύγχρονα
4	Αθλητική Παιδαγωγική	10	Θεωρητικό	Διαδικτυακά/ Σύγχρονα
Σύνολο		50		

ΚΥΚΛΟΣ/ΤΟΜΕΑΣ 3 ΜΑΘΗΜΑΤΑ ΕΙΔΙΚΕΥΣΗΣ ΘΕΩΡΗΤΙΚΑ (Θ) – ΠΡΑΚΤΙΚΑ (Π) ΜΑΘΗΜΑΤΑ

3^{ος} Κύκλος		Ώρες	Είδος Μαθήματος	Τρόπος Διεξαγωγής
1	Μεθοδολογία Διδασκαλίας	20	Θεωρητικό/ Πρακτικό	Δια ζώσης με φυσική παρουσία
2	Τεχνική Ανάλυση Στοιχείων Αθλήματος	20	Θεωρητικό/ Πρακτικό	Δια ζώσης με φυσική παρουσία
3	Ειδική Προπονητική	30	Θεωρητικό/ Πρακτικό	Δια ζώσης με φυσική παρουσία
4	Κανονισμοί Αγώνων	10	Θεωρητικό	Δια ζώσης με φυσική παρουσία
5	Ομαδική Τακτική	10	Θεωρητικό/ Πρακτικό	Δια ζώσης με φυσική παρουσία
Ειδικά Θέματα				
6	Αντιντόπινγκ	6	Θεωρητικό	Διαδικτυακά/ Σύγχρονα
7	Παραβίαση Δικαιωμάτων Παιδιού και Πλαίσιο Παιδικής Προστασίας	6	Θεωρητικό	Διαδικτυακά/ Σύγχρονα
8	Ηθική και Ακεραιότητα στον Αθλητισμό	6	Θεωρητικό	Διαδικτυακά/ Σύγχρονα

9	e-Kouros	5	Θεωρητικό	Διαδικτυακά/ Σύγχρονα
10	Α΄ Βοήθειες στο χώρο Άσκησης και Αγώνα	7	Θεωρητικό	Δια ζώσης με φυσική παρουσία
11	Προπονητική Εξάσκηση	30	Πρακτικό	Δια ζώσης με φυσική παρουσία
Σύνολο		150		

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

Θεωρητικά (Θ) χαρακτηρίζονται τα μαθήματα, των οποίων η διδασκαλία πραγματοποιείται, σε αίθουσες διδασκαλίας ή μέσω ηλεκτρονικής πλατφόρμας και έχουν ως σκοπό να αποκτήσουν οι υποψήφιοι/-ες προπονητές/-τριες τις γνώσεις που είναι απαραίτητες για να κατανοήσουν το γνωστικό αντικείμενο της κατάρτισής τους. Κάθε θεωρητικό μάθημα (διαδικτυακό / ασύγχρονο) θα είναι διαθέσιμο στην πλατφόρμα για μελέτη δύο (2) εβδομάδες.

Πρακτικά (Π) χαρακτηρίζονται τα μαθήματα τα οποία αποβλέπουν στην κατάρτιση και εμπέδωση του θεωρητικού μέρους καθώς και στην απόκτηση δεξιοτήτων, ενώ πραγματοποιούνται αποκλειστικά σε προπονητικούς χώρους.

Εποπτευόμενη Πρακτική Άσκηση

Κατά τη διάρκεια των σπουδών και πέραν των συμβατικών υποχρεώσεων συμμετοχής και παρακολούθησης των θεωρητικών και πρακτικών αντικειμένων, οι υποψήφιοι/-ες υποχρεούνται να συμμετέχουν στην πρακτική άσκηση.

Η πρακτική άσκηση είναι υποχρεωτική, πραγματοποιείται σε πενήντα (50) ώρες και περιλαμβάνει:

α) Παρακολούθηση αγώνων που διοργανώνονται από την Ελληνική Φίλαθλη Ομοσπονδία Επιτραπέζιας Αντισφαίρισης (Ε.Φ.Ο.Επ.Α.) οποιασδήποτε κατηγορίας, πιστοποιημένων από τη διοργανώτρια αρχή με σαφή αναφορά στις ώρες παρακολούθησης.

β) Παρακολούθηση ή συμμετοχή σε προπονήσεις Εθνικών ή προ-εθνικών ομάδων της Ομοσπονδίας ή σωματείων της Ομοσπονδίας που απασχολούν πιστοποιημένο προπονητή με άδεια άσκησης επαγγέλματος της ΓΓΑ, τούτο πιστοποιημένο από το σωματείο με υπογραφή προέδρου και γενικού γραμματεία με σαφή αναφορά στις ώρες

παρακολούθησης.

Η εποπτευόμενη και καθοδηγούμενη πρακτική άσκηση δεν αποτελούν μέρος της εξεταστικής περιόδου και δεν συνυπολογίζονται στο βαθμό αξιολόγησης του/της υποψηφίου/-ας. Αποτελούν ωστόσο κριτήριο on-off για την χορήγηση του διπλώματος.

Με το πέρας της πρακτικής άσκησης και εφόσον έχουν ολοκληρωθεί οι συνολικά (50) ώρες παρακολούθησης, οι σπουδαστές προωθούν τα έντυπα βεβαίωσης των ωρών παρακολούθησης.

Πρόγραμμα Μαθημάτων - Διδακτικό Προσωπικό

Κύκλος/Τομέας 1- Γενικών Μαθημάτων

Τίτλος	Ανατομία (10 ώρες) Εξ αποστάσεως – Σύγχρονα/ Ασύγχρονα
Διδάσκων	Ειρήνη Μάνθου, Bsc, MedSci, Phd Programme Leader MSc Applied Sport and Exercise Nutrition
Περιεχόμενα	1.Εισαγωγή-Κύτταρο (δομή, λειτουργία, λειτουργική προσαρμογή) 2. Ιστοί - Συστήματα 3. Οστίτης Ιστός I- Άνω άκρα, Ωμική Ζώνη, Κεφαλή 4. Οστίτης Ιστός II- Κάτω άκρα, Κορμός 5. Αρθρώσεις I 6. Αρθρώσεις II 7. Μυϊκός Ιστός I- Άνω άκρα, Κεφαλή 8. Μυϊκός Ιστός II- Κάτω άκρα, Κορμός

Τίτλος	Φυσιολογία (10 ώρες) Εξ αποστάσεως – Σύγχρονα
Διδάσκων	Δρ. Νικόλαος Μαντζουράνης ΕΕΠ Τομέα Προπονητικής – ΣΕΦΑΑ/ΔΠΘ Email: nmantzou@phyed.duth.gr
Περιεχόμενα	Συστήματα οργανισμού-Ομοιόσταση Μεταβολισμός του κυττάρου Ενδοκρινικό σύστημα Νευρικό σύστημα

Τίτλος	Έργοφυσιολογία (10 ώρες) Εξ αποστάσεως – Σύγχρονα
Διδάσκων	Δρ. Νικόλαος Μαντζουράνης ΕΕΠ Τομέα Προπονητικής – ΣΕΦΑΑ/ΔΠΘ Email: nmantzou@phyed.duth.gr
Περιεχόμενα	Συστήματα οργανισμού και άσκηση
	Ενεργειακά συστήματα και υποστρώματα
	Σύσταση σώματος και άσκηση
	Περιβαλλοντικές συνθήκες και άσκηση

Τίτλος	Φυσικοθεραπεία (10 ώρες) Εξ αποστάσεως – Σύγχρονα
Διδάσκων	Παναγιώτης Παριωτάκης, Υπ. Διδάκτωρ Δ.Π.Θ. Φυσικοθεραπευτής, MSc, Καθηγητής Φυσικής Αγωγής Email: ppariota@yahoo.gr
Περιεχόμενα	1. Εισαγωγή στη Φυσικοθεραπεία
	2. Οστά – Μύες – Αρθρώσεις
	3. Επιτραπέζια Αντισφαίριση - Ανθρώπινο σώμα
	4. Κακώσεις
	5. Τενοντίτιδες
	6. Αθλητική Φυσικοθεραπεία – Επιτραπέζια Αντισφαίριση
	7. Διατάσεις
	8. Περίδεση
	9. Πρόληψη τραυματισμών στην Επιτραπέζια Αντισφαίριση

Τίτλος	Βιομηχανική (10 ώρες) Εξ αποστάσεως – Σύγχρονα
Διδάσκων	Δρ. Φωτεινή Αραμπατζή Πρόεδρος του Τμήματος Επιστήμης Φυσικής Αγωγής και

	Αθλητισμού Σερρών Σχολή Επιστήμης Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού Αριστοτέλειο Πανεπιστήμιο Θεσσαλονίκης Email: farabaji@phed-sr.auth.gr
Περιεχόμενα	1. Εισαγωγή στην βιομηχανική (Ανθρώπινη κίνηση, ΚΒΣ, άξονες)
	2. Εισαγωγή στην βιομηχανική (Μυοσκελετικό σύστημα, Κινητικός Έλεγχος, Κινητική Ανάλυση)
	3. Βιομηχανική στα Αθλήματα με ρακέτα
	4. Βιομηχανική στην Επιτραπέζια Αντισφαίριση

Τίτλος	Γενική Προπονητική (50 ώρες), 27 Εξ αποστάσεως – Σύγχρονα /23 με φυσική παρουσία
Διδάσκων	Δρ. Μιχαήλ Κατσικαδέλης, Σύμβουλος Εκπαίδευσης Φυσικής Αγωγής Αχαΐας Προπονητής Επιτραπέζιας Αντισφαίρισης Α΄ κατηγορίας. ttcsdirector@gmail.com
Περιεχόμενα	1. Εισαγωγή στην επιστήμη της Προπονητικής
	2. Προθέρμανση - Αποθεραπεία
	3. Φυσικές Ικανότητες
	4. Συναρμοστικές Ικανότητες
	5. Περιοδικότητα - Προγραμματισμός
	6. Αποπροσαρμογή
	7. Μεθοδολογία Προπόνησης
	8. Εφαρμοσμένη προπονητική (II)
	9. Εφαρμοσμένη προπονητική Επιτραπέζιας Αντισφαίρισης Α (II)
	10. Εφαρμοσμένη προπονητική Επιτραπέζιας Αντισφαίρισης Β (II)

Κύκλος/Τομέας 2- Γενικών Μαθημάτων

Τίτλος	Κινητική Μάθηση (10 ώρες) Εξ αποστάσεως – Σύγχρονα
Διδάσκων	Δρ. Φωτεινή Αραμπατζή Πρόεδρος του Τμήματος Επιστήμης Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού Σερρών Σχολή Επιστήμης Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού Αριστοτέλειο Πανεπιστήμιο Θεσσαλονίκης Email: farabajj@phed-sr.auth.gr
Περιεχόμενα	<ol style="list-style-type: none"> 1. Απόκτηση δεξιοτήτων 2. Κινητικός έλεγχος 3. “Deliberate practice / Deliberate play” 4. Περιβάλλον και δεξιότητες 5. Monitoring - Αυτοαξιολόγηση - Στοχοθέτηση - Ανατροφοδότηση

Τίτλος	Οργάνωση και Διοίκηση Αθλητισμού (10 ώρες) Εξ αποστάσεως – Σύγχρονα
Διδάσκων	Αθανάσιος Στρίγκας, Ph.D., MBA Καθηγητής Πανεπιστημίου Πελοποννήσου/ Οργάνωση & Διαχείριση Αθλητισμού
Περιεχόμενα	<ol style="list-style-type: none"> 1. Νομικές έννοιες 2. Δομή του ερασιτεχνικού αθλητισμού στην Ελλάδα 3. Διεθνή αθλητικά νομικά Όργανα

Τίτλος	Αθλητική Ψυχολογία (10 ώρες) Εξ αποστάσεως Ασύγχρονα
Διδάσκων	Δρ. Χρήστος Κωνσταντινίδης Ψυχολόγος
Περιεχόμενα	1. Εισαγωγή στην Αθλητική Ψυχολογία

	2. Αιτίες συμμετοχής στον αθλητισμό και εγκατάλειψης του αθλήματος
	3. Καθορισμός στόχων στον αθλητισμό
	4. Γλώσσα και επικοινωνία
	5. Ενίσχυση, τιμωρία και εσωτερική παρακίνηση
	6. Εμπλοκή γονέων στον αθλητισμό
	7. Αθλητισμός & εφηβεία
	8. Ψυχολογία & τραυματισμοί
	9. Αρχές επικοινωνίας
	10. Ψυχολογική κατάρρευση

Τίτλος	Μεθοδολογία Επιστημονική Έρευνας (10 ώρες) Εξ αποστάσεως – Σύγχρονα
Διδάσκων	Κωνσταντίνος Ταμπάλης Επίκουρος Καθηγητής, Τομέας Κοινωνικών και Ανθρωπιστικών Επιστημών, ΣΕΦΑΑ, ΕΚΠΑ
Περιεχόμενα	Εισαγωγή στη Μεθοδολογία της Έρευνας
	Μεθοδολογία ερευνητικού προγραμματισμού
	Βασικές ερευνητικές μέθοδοι
	Υπολογισμός μεγέθους δείγματος
	Περιγραφική έρευνα
	Μέθοδοι παρατήρησης
	Επιδημιολογική έρευνα
	Μεθοδολογία ποιοτικής έρευνας
	Συνέντευξη
	Συγγραφή επιστημονικής έρευνας I

Αίθουσα διδασκαλίας: Ηλεκτρονική πλατφόρμα (Webex – Eclass).

Τίτλος	Αθλητική Παιδαγωγική
---------------	-----------------------------

	(10 ώρες) Εξ αποστάσεως – Σύγχρονα
Διδάσκων	Κωνσταντίνος Ταμπάλης Επίκουρος Καθηγητής, Τομέας Κοινωνικών και Ανθρωπιστικών Επιστημών, ΣΕΦΑΑ, ΕΚΠΑ
Περιεχόμενα	1 Εισαγωγή στην Παιδαγωγική
	2. Ορισμός, έννοιες, εξέλιξη και αντικείμενο της Αθλητικής Παιδαγωγικής
	3. Ο παιδαγωγικός ρόλος του προπονητή
	4. Θεωρίες μάθησης στον αθλητισμό
	5. Τα στυλ διδασκαλίας/προπόνησης
	6. Άσκηση και προσωπικότητα
	7. Η διαχείριση της ομάδας στον αθλητισμό
	8. Η πειθαρχία στην άσκηση
	9. Αμοιβές, ποινές και εσωτερικά κίνητρα των αθλουμένων/αθλητών
	10. Επαγγελματική ανάπτυξη προπονητών

Κύκλος/Τομέας 3- Μαθήματα Ειδίκευσης

Τίτλος	Μεθοδολογία Διδασκαλίας (20 ώρες) Δια Ζώσης με Φυσική Παρουσία
Διδάσκοντες	Δημήτριος Παπαδημητρίου, Ανδρέας Νικολακάκης, Διάνα Ζέρδिला Ε.Φ.Α./ Προπονητές Επιτραπέζιας Αντισφαίρισης
Περιεχόμενα	Αρχές Διδακτικής & Μάθησης: Στάδια κινητικής μάθησης: Από την πρώτη επαφή (γνωστικό στάδιο) στη σταθεροποίηση της κίνησης. Μέθοδοι διδασκαλίας: Συνολική vs Αναλυτική μέθοδος. Η επίδειξη: Πώς ο προπονητής δείχνει σωστά μια κίνηση και πώς χρησιμοποιεί τη λεκτική καθοδήγηση.

	Οργάνωση & Δομή Προπονητικής Μονάδας
	Παιγνιώδης Μορφή & Εισαγωγικές Ασκήσεις
	Μεθοδολογία Βασικών Χτυπημάτων
	Παιδαγωγική του Προπονητή
	Οργάνωση ενός "κυκλικού" προγράμματος

Τίτλος	Τεχνική Ανάλυση (20 ώρες) Δια Ζώσης με Φυσική Παρουσία
Διδάσκοντες	Δημήτριος Παπαδημητρίου, Ανδρέας Νικολακάκης, Διάνα Ζέρδιλα Ε.Φ.Α./ Προπονητές Επιτραπέζιας Αντισφαίρισης
Περιεχόμενα	Η Στάση του Σώματος & Η Λαβή της ρακέτας
	Ανάλυση των Βασικών Χτυπημάτων
	Τεχνική των περιστροφών
	Βασικές Μετακινήσεις
	Εισαγωγή στο Σερβίς
	Βασική Κινησιολογία (Footwork)
	Η Γεωμετρία του Τραπεζιού

Τίτλος	Ειδική Προπονητική (30 ώρες) Δια Ζώσης με Φυσική Παρουσία
Διδάσκοντες	Δρ. Μιχαήλ Κατσικαδέλης, Σύμβουλος Εκπαίδευσης Φυσικής Αγωγής Αχαΐας Προπονητής Επιτραπέζιας Αντισφαίρισης Α΄ κατηγορίας. ttcsdirector@gmail.com
Περιεχόμενα	1. Φυσική Κατάσταση για Αρχάριους
	2. Μεθοδολογία Multiball

	3. Η Προπόνηση στις Μικρές Ηλικίες
	4. Βασική Τακτική & Κανόνες Παιχνιδιού
	5. Αξιολόγηση Προόδου

Τίτλος	Κανονισμοί Αγώνων (10 ώρες) Δια Ζώσης με Φυσική Παρουσία
Διδάσκουσα	Κωνσταντίνα Κρόττα, Διεθνής Επιδιαίτητρια. ITTF Email: crottatina@gmail.com
Περιεχόμενα	1. Κανονισμός Παιδιάς
	2. Κανονισμός Διαιτησίας
	3. Κανονισμός Διεθνών Οργανώσεων

Τίτλος	Ομαδική Τακτική (10 ώρες) Δια Ζώσης με Φυσική Παρουσία
Διδάσκοντες	Δημήτριος Παπαδημητρίου, Ιωάννης Σταύρου Ε.Φ.Α./ Προπονητές Επιτραπέζιας Αντισφαίρισης
Περιεχόμενα	Εισαγωγή στην Τακτική
	Η Δομή του ομαδικού αγώνα
	Ο Ρόλος του Προπονητή στον Πάγκο
	Τακτική Διπλού
	Προετοιμασία πριν και κατά τον Αγώνα
	Δεοντολογία και Fair Play στην Ομάδα

Τίτλος	Anti-Doping (6 ώρες) Εξ αποστάσεως – Σύγχρονα
Διδάσκοντες	Χρήστος Παπούλιας, ΕΟΚΑΝ
Περιεχόμενα	1. Ιστορική αναδρομή
	2. Κατηγορίες απαγορευμένων ουσιών

	3. Η σημασία και λειτουργία της τεστοστερόνης
	4. Παρενέργειες απαγορευμένων ουσιών
	5. Anti – Doping και κοινωνικές προεκτάσεις της χρήσης απαγορευμένων ουσιών

Τίτλος	Παραβίαση Δικαιωμάτων Παιδιού/ Πλαίσιο Παιδικής Προστασίας (6 ώρες) Εξ αποστάσεως – Σύγχρονα
Διδάσκοντες	Αλεξάνδρα Μοσχοπούλου, Νομικός, Διδάκτωρ Εγκληματολογίας (Νομική Σχολή ΕΚΠΑ), ειδική επιστήμονας στον Συνήγορο του Πολίτη Email: lagadakia9@gmail.com
Περιεχόμενα	1. Δικαιώματα παιδιού και αθλητισμός 2. Ισχύον πλαίσιο 3. Φαινομενολογία και διαχείριση περιστατικών παραβίασης

Τίτλος	Ηθική και Ακεραιότητα στον Αθλητισμό (6 ώρες) Εξ αποστάσεως – Σύγχρονα
Διδάσκοντες	Αθανάσιος Στρίγκας, Ph.D., MBA Καθηγητής Πανεπιστημίου Πελοποννήσου/ Οργάνωση & Διαχείριση Αθλητισμού
Περιεχόμενα	1. Ηθική και Ακεραιότητα στον Αθλητισμό 2. Χειραγώγηση Αγώνων 3. Η Υπηρετική Ηγεσία στον Αθλητισμό

Τίτλος	e-Kouros (5 ώρες) Εξ αποστάσεως – Σύγχρονα
Διδάσκοντες	Δρ. Εύη Τσολάκου Προϊσταμένη Τμήματος Υποδομών και Συστημάτων Διεύθυνση Υποστήριξης Αθλητισμού Γενική Διεύθυνση Οργάνωσης Αθλητισμού email: etsolakou@gga.gov.gr

Περιεχόμενα	Επιχειρησιακό περιβάλλον λειτουργίας, θεσμικό πλαίσιο e-ΚΟΥΡΟΣ, Ηλεκτρονικό Μητρώο Αθλητικών Φορέων
	Παρουσίαση και ανάλυση βασικών παραμέτρων της ηλεκτρονικής πλατφόρμας των Ομοσπονδιών ως χρήστες ΓΓΑ και ως χρήστης Αθλητικής Ομοσπονδίας
	Παρουσίαση και ανάλυση βασικών παραμέτρων της ηλεκτρονικής πλατφόρμας Ηλεκτρονικό Μητρώο Αθλητικών Σωματείων
	Παρουσίαση και ανάλυση βασικών παραμέτρων της ηλεκτρονικής πλατφόρμας Υπομητρώο Αθλητών
	Παρουσίαση και ανάλυση βασικών παραμέτρων της ηλεκτρονικής πλατφόρμας Υπομητρώο Προπονητών

Τίτλος	Α΄ Βοήθειες στο χώρο Άσκησης και Αγώνα (7 ώρες) Δια Ζώσης με Φυσική Παρουσία
Διδάσκοντες	Χρήστος Γιαννακόπουλος, ΣΕΦΦΑ - ΕΚΠΑ
Περιεχόμενα	Εισαγωγή & Πρωτόκολλο Προσέγγισης
	Καρδιοπνευμονική Αναζωογόνηση (ΚΑΡΠΑ) & Απινιδωτής
	Διαχείριση Λιποθυμίας & Πνιγμονής

Τίτλος	Προπονητική Εξάσκηση (30 ώρες) Δια Ζώσης με Φυσική Παρουσία
Διδάσκοντες	Δημήτριος Παπαδημητρίου, Ιωάννης Σταύρου, Διάνα Ζέρδιλα, Ε.Φ.Α./ Προπονητές Επιτραπέζιας Αντισφαίρισης
Περιεχόμενα	Εισαγωγικά Στοιχεία
	Βασική Τεχνική Επιτραπέζιας Αντισφαίρισης
	Mutliball Training
	Διαχείριση Τμήματος & Σταθμοί Εργασίας
	Ασκησιολόγια

Ωρολόγιο Πρόγραμμα
Σχολή Γ Επιπέδου Γ.Γ.Α. – Ε.Φ.Ο.Επ.Α.

Μάιος 2026		
Σάββατο 30/5	10:00 – 12:00	Τελετή Έναρξης Σχολών Β-Γ Επιπέδου Δια Ζώσης με Φυσική Παρουσία – Αθήνα Πολιτιστικός Χώρος "Μάνος Λοΐζος, Θηβών 245, Νίκαια 184 54
	12:00 – 14:00	Διάλειμμα
	14:00 – 19:30	Α΄ Βοήθειες στο χώρο άσκησης και αγώνα (7ω)
Δια Ζώσης με Φυσική Παρουσία Αθήνα: Πολιτιστικός Χώρος "Μάνος Λοΐζος, Θηβών 245, Νίκαια 184 54		
Κυριακή 31/5	09:00 – 11:15	Κανονισμοί (3ώ - Μέρος Α)
	11:15 – 11:30	Διάλειμμα (15')
	11:30– 13:45	Κανονισμοί (3ώ - Μέρος Β)
	13:45 – 14:00	Διάλειμμα (15')
	14:00 – 16:30	Κανονισμοί (4ώ - Μέρος Γ)

Ιούνιος 2026		
Εξ αποστάσεως Διδασκαλία – Ασύγχρονη Αθλητική Ψυχολογία (10ώ) Ανατομία (8ω) Δευτέρα 1/6 – Κυριακή 21/6		
Δια Ζώσης με Φυσική Παρουσία Αθήνα: Πολιτιστικός Χώρος "Μάνος Λοΐζος, Θηβών 245, Νίκαια 184 54 Θεσσαλονίκη: ΧΑΝΘ - Χριστιανική Αδελφότητα Νέων Θεσσαλονίκης, Νικ. Γερμανού 1, Θεσσαλονίκη 546 21		
Παρασκευή 12/6	16:00 – 21:00	Γενική Προπονητική (6ω) Αθήνα

		Μεθοδολογία Διδασκαλίας (6ω) Θεσσαλονίκη
Σάββατο 13/6	09:00 – 18:00	Μεθοδολογία Διδασκαλίας (10ω) Αθήνα Μεθοδολογία Διδασκαλίας (10ω) Θεσσαλονίκη
Κυριακή 14/6	09:00 – 18:00	Γενική Προπονητική (10) Αθήνα Μεθοδολογία Διδασκαλίας (4)/Τεχνική Ανάλυση (6) Θεσσαλονίκη
Εξ αποστάσεως Διδασκαλία - Σύγχρονη		
Τρίτη 16/6	16:00 – 20:30	Γενική Προπονητική (5ώ)
Δια Ζώσης με Φυσική Παρουσία Θεσσαλονίκη: ΧΑΝΘ - Χριστιανική Αδελφότητα Νέων Θεσσαλονίκης, Νικ. Γερμανού 1, Θεσσαλονίκη 546 21		
Παρασκευή 19/6	16:00 – 21:30	Γενική Προπονητική (7) Θεσσαλονίκη
Σάββατο 20/6	09:00 – 18:00	Γενική Προπονητική (10) Θεσσαλονίκη
Κυριακή 21/6	09:00 – 18:00	Γενική Προπονητική (6)/ Ειδική Προπονητική (4) Θεσσαλονίκη
Εξ αποστάσεως Διδασκαλία - Σύγχρονη		

Δευτέρα 22/6	16:00 – 20:15	Ανατομία (2ώ) - Φυσιολογία (2ώ)
<p>Δια Ζώσης με Φυσική Παρουσία</p> <p>Αθήνα: Πολιτιστικός Χώρος "Μάνος Λοΐζος, Θηβών 245, Νίκαια 184 54</p> <p>Θεσσαλονίκη: ΧΑΝΘ - Χριστιανική Αδελφότητα Νέων Θεσσαλονίκης, Νικ. Γερμανού 1, Θεσσαλονίκη 546 21</p> <p>Βέροια: Φιλίππειο Κλειστό Δημοτικό Γυμναστήριο, 16ης Οκτωβρίου 5Α, Βέροια</p>		
Παρασκευή 26/6	16:00 – 21:00	Τεχνική Ανάλυση (6) Αθήνα Τεχνική Ανάλυση (6) Θεσσαλονίκη
Σάββατο 27/6	09:00 – 18:00	Γενική Προπονητική (7) / Ειδική Προπονητική (3) Αθήνα Τεχνική Ανάλυση (8)/ Προπονητική Εξάσκηση (2) Βέροια
Κυριακή 28/6	09:00 – 18:00	Μεθοδολογία (10) Αθήνα Ομαδική Τακτική (10) Βέροια
<p>Εξ αποστάσεως Διδασκαλία - Σύγχρονη</p>		
Δευτέρα 29/6	16:00 – 21:00	Φυσιολογία (2ώ) / Εργοφυσιολογία (4ώ)

<p>Ιούλιος 2026</p>		
<p>Εξ αποστάσεως Διδασκαλία - Σύγχρονη</p>		

Δευτέρα 6/7	16:00 – 21:00	Εργοφυσιολογία (6ώ)
<p>Δια Ζώσης με Φυσική Παρουσία</p> <p>Αθήνα: Πολιτιστικός Χώρος "Μάνος Λοΐζος, Θηβών 245, Νίκαια 184 54</p> <p>Καβάλα: 2^ο Γυμνάσιο Καβάλας, Αρκαδίου 2, Μεταμόρφωση 65404, Καβάλα</p>		
Παρασκευή 10/7	16:00 – 21:30	Ειδική Προπονητική (7) Αθήνα Προπονητική Εξάσκηση (7) Καβάλα
Σάββατο 11/7	09:00 – 18:30	Ειδική Προπονητική (10) Αθήνα Προπονητική Εξάσκηση (11) Καβάλα
Κυριακή 12/7	09:00 – 18:00	Τεχνική Ανάλυση (10) Αθήνα Προπονητική Εξάσκηση (10) Καβάλα
<p>Δια Ζώσης με Φυσική Παρουσία</p> <p>Αθήνα: Πολιτιστικός Χώρος "Μάνος Λοΐζος, Θηβών 245, Νίκαια 184 54</p>		
Παρασκευή 24/7	15:30 – 21:00	Τεχνική Ανάλυση (4) Αθήνα Ομαδική Τακτική (4)
Σάββατο 25/7	09:00 – 18:00	Ειδική Προπονητική (10)
Κυριακή 26/7	09:00 – 18:00	Προπονητική Εξάσκηση (10)

Τον Αύγουστο δεν θα πραγματοποιηθούν μαθήματα.

Σεπτέμβριος 2026

Δια Ζώσης με Φυσική Παρουσία

Αθήνα: Πολιτιστικός Χώρος "Μάνος Λοΐζος, Θηβών 245, Νίκαια 184

54

Καβάλα: 2^ο Γυμνάσιο Καβάλας, Αρκαδίου 2, Μεταμόρφωση
65404, Καβάλα

Παρασκευή 4/9	16:00– 19:00 16:00 – 21:00	Ομαδική Τακτική (4) Αθήνα Ειδική Προπονητική (6) Καβάλα
Σάββατο 5/9	09:00 – 18:00	Προπονητική Εξάσκηση (10) Αθήνα Ειδική Προπονητική (10) Καβάλα
Κυριακή 6/9	09:00 – 18:00	Προπονητική Εξάσκηση (10) Ειδική Προπονητική (10) Καβάλα
Εξ αποστάσεως Διδασκαλία - Σύγχρονη		
Δευτέρα 7/9	16:00 – 21:00	Φυσικοθεραπεία (4ώ) / Βιομηχανική (2ώ)
Τετάρτη 9/9	16:00 – 21:00	Φυσικοθεραπεία (6ώ)
Δευτέρα 14/9	16:00 – 21:00	Βιομηχανική (6ώ)
Δευτέρα 21/9	16:00 – 21:00	Βιομηχανική (2ώ) / Κινητική Μάθηση (4ώ)
Δευτέρα 28/9	16:00 – 21:00	Κινητική Μάθηση (6ώ)

Οκτώβριος 2026

Εξ αποστάσεως Διδασκαλία – Σύγχρονη

Παρασκευή 2/10	16:00 – 21:00	Γενική Προπονητική (6ώ)
Δευτέρα 5/10	16:00 – 21:00	Γενική Προπονητική (6ώ)
Δευτέρα 12/10	16:00 – 21:00	Γενική Προπονητική (6ώ)
Παρασκευή 16/10	16:00 – 19:30	Γενική Προπονητική (4ώ)

Νοέμβριος 2026

Εξ αποστάσεως Διδασκαλία – Σύγχρονη

Δευτέρα 2/11	16:00 – 21:00	Οργάνωση και Διοίκηση (5ώ)
Παρασκευή 6/11	16:00 – 20:00	Οργάνωση & Διοίκηση (5ώ)
Δευτέρα 9/11	16:00 – 21:00	Αντι-ντόπινγκ (6ώ)
Δευτέρα 16/11	16:00 – 21:45	Μεθοδολογία Έρευνας (7ώ)
Δευτέρα 23/11	16:00 – 21:00	Μεθοδ. Έρευνας (3ώ) / Αθλ. Παιδαγωγική (3ώ)
Δευτέρα 30/11	16:00 – 21:30	Αθλητική Παιδαγωγική (7ώ)

Δεκέμβριος 2026		
Εξ αποστάσεως Διδασκαλία – Σύγχρονη		
Παρασκευή 4/12	16:00 – 21:00	Παραβίαση Δικαιωμάτων Παιδιού και Πλαίσιο Παιδικής Προστασίας (6ώ)
Δευτέρα 7/12	16:00 – 21:00	Ηθική και Ακεραιότητα στον Αθλητισμό (6ώ)
Παρασκευή 11/12	16:00 – 20:00	ekouros (5ώ)
Ολοκλήρωση Σχολών – Εξεταστική Περίοδος Ιανουαρίου 2027		

Ενδεικτικό Ωρολόγιο Πρόγραμμα Εξ αποστάσεως Διδασκαλίας

Δευτέρα έως Παρασκευή:

1η 16:00 - 16:45, 2η 17:00 - 17:45, 3η 18:00 - 18:45, 4η 19:00 - 19:45, 5^η 20:00 – 20:45, 6^η 21:00 – 21:45

Ανάμεσα στις ώρες ακολουθεί 15λεπτο διάλειμμα. Είναι στην κρίση του διδάσκοντα/-ούσας και προκειμένου να εξασφαλίζεται η ομαλή "ροή" του μαθήματος το πρόγραμμα να τροποποιείται ως εξής:

1η - 2η 16:00 - 17:30, 3^η – 4^η 18:00 - 19:30, 5^η – 6^η 20:00 – 21:30

Σάββατο - Κυριακή:

1η 10:00 - 10:45, 2η 11:00 - 11:45, 3η 12:00 - 12:45, 4η 13:00 - 13:45

ή 1η-2η 10:00 - 11:30 3η - 4η 12:00 - 13:30

Ενδεικτικό Ωρολόγιο Πρόγραμμα Δια Ζώσης Διδασκαλίας

1^η -3^η 09:00 – 11:15, 3^η -6^η 12:00 – 14:15, 7^η-10^η 17:00 – 19:15

Το τελικό ωρολόγιο πρόγραμμα θα ανακοινωθεί 15 ημέρες πριν την οριστική έναρξη της σχολής. Οι σπουδαστές θα πρέπει να συνδέονται στην πλατφόρμα 5'λεπτά πριν την

έναρξη των μαθημάτων ώστε να κατοχυρώνουν την παρουσία τους και να αποφεύγονται λειτουργικά προβλήματα επιβάρυνσης του συστήματος. Σε εξαιρετικές περιπτώσεις με έγκριση του Δ/ντη της Σχολής δύναται να μεταβληθεί η ώρα έναρξης και λήξης των μαθημάτων.

Διάρκεια Διδασκαλίας

Η διάρκεια της ωριαίας διδασκαλίας όλων των μαθημάτων δια ζώσης και σύγχρονα καθορίζεται σε 45 λεπτά μετά τη λήξη της οποίας ακολουθεί διάλειμμα δεκαπέντε (15) λεπτών. Ο μέγιστος αριθμός των ωρών διδασκαλίας καθορίζεται σε δέκα (10) ώρες ανά ημέρα κατάρτισης. Η διάρκεια του μαθήματος με ασύγχρονη εκπαίδευση είναι τουλάχιστον 35 λεπτά.

Η διδασκαλία του πρακτικού μέρους των μαθημάτων είναι δυνατό να γίνεται συνεχόμενη μέχρι τρεις (3) συνεχείς διδακτικές ώρες.

1. Μετά την είσοδο του εκπαιδευτή στην αίθουσα διδασκαλίας ή στον προπονητικό χώρο δεν επιτρέπεται η είσοδος των καταρτιζόμενων.
2. Οι παρουσίες λαμβάνονται υποχρεωτικά ανά ώρα εκπαίδευσης κατά την έναρξη της και με ευθύνη του εκπαιδευτή ή των εκπαιδευτών.
3. Στα αντικείμενα που διδάσκονται ηλεκτρονικά (σύγχρονα) ως αποδεικτικό παρουσίας θεωρείται τόσο η ώρα εισόδου (log-in) και εξόδου (log-out) από το σύστημα (Webex), όσο και η on-line συμπλήρωση του ηλεκτρονικού παρουσιολογίου. Τα ηλεκτρονικά παρουσιολόγια οργανώνονται από τον τεχνικό υπεύθυνο της σχολής και δίνονται με τη μορφή υπερσυνδέσμου (link) στους διδάσκοντες πριν την έναρξη των μαθημάτων. Κατά τη διάρκεια του μαθήματος οι διδάσκοντες και σε ώρα που αυτοί επιθυμούν επικολλούν το link στο πλαίσιο chat της πλατφόρμας Webex για περιορισμένο χρονικό διάστημα και ενημερώνουν τους συμμετέχοντες. Επιπλέον, μετά το πέρας της διδακτικής ημέρας οι διδάσκοντες καταχωρούν σε ειδικό χώρο το δελτίο παρουσιών, το οποίο αποτελεί και αποδεικτικό στοιχείο καταχώρησης απουσιών και εξάγεται από το σύστημα.
4. Στα αντικείμενα που διδάσκονται ηλεκτρονικά (ασύγχρονα) ως αποδεικτικό παρουσίας θεωρείται η είσοδος στην πλατφόρμα ασύγχρονης εκπαίδευσης (Eclass) καθώς και η συμμετοχή στα τεστ που υποβάλλονται από τους διδάσκοντες. Οι εκπαιδευόμενοι θα πρέπει σε χρονικό διάστημα 15 ημερών από την ημερομηνία της ηλεκτρονικής παράδοσης του μαθήματος να συνδέονται στην πλατφόρμα, να μελετούν την

προτεινόμενη ύλη και να απαντούν στα ηλεκτρονικά τεστ προόδου. Καθ' όλη τη διάρκεια των ασύγχρονων μαθημάτων θα αξιοποιηθούν ψηφιακά εργαλεία μέσω του Συστήματος διαχείρισης μάθησης (LMS). Η χρήση ασκήσεων προόδου αποτελεί εκπαιδευτική προσέγγιση αυτοαξιολόγησης των σπουδαστών/-ιών και δεν λαμβάνεται υπόψιν στην τελική βαθμολογία. Οι σπουδαστές/-ιες ενθαρρύνονται ώστε να συμμετέχουν στα τεστ προόδου στο πλαίσιο της εμπέδωσης της διδαχθείσας ύλης.

5. Σε περιπτώσεις αδυναμίας πρόσβασης λόγω ανωτέρας βίας (διακοπή ρεύματος, ανεπάρκεια δικτύου κα) κατά τη διάρκεια της σύγχρονης εξ αποστάσεως διδασκαλίας, πρέπει να ενημερώνεται άμεσα **ο τεχνικός υπεύθυνος του προγράμματος**, για να παρέχει υποστήριξη καθώς και ο/η διδάσκων/-ουσα του μαθήματος. Εναπόκειται ωστόσο στους υποψηφίους η εξοικείωση με την πλατφόρμα και η χρήση κατάλληλης υλικοτεχνικής υποδομής, ώστε να συμμετέχουν στις εξ αποστάσεως διδασκαλίες. Σε κάθε περίπτωση συνεχής και επαναλαμβανόμενη απουσία από σύγχρονες συνεδρίες αποτελεί αιτία αποκλεισμού από τη διαδικασία των εξετάσεων λόγω ανεπαρκούς φοίτησης.

Επαρκής Φοίτηση

1. Οι συνολικές ώρες υποχρεωτικής παρουσίας στα διδακτικά αντικείμενα της σχολής για κάθε υποψήφιο, δεν μπορούν σε καμία περίπτωση να είναι λιγότερες του 95% των συνολικών ωρών διδασκαλίας.
2. Ο χαρακτηρισμός της επαρκούς φοίτησης των υποψηφίων γίνεται μετά την λήξη της διδασκαλίας των μαθημάτων και πριν από τις τελικές εξετάσεις.
3. Ο Δ/ντής της Σχολής ανακοινώνει τα αποτελέσματα της επαρκούς φοίτησης των υποψηφίων την επόμενη της λήξης της διδασκαλίας των μαθημάτων με σκοπό να συμμετέχουν όσοι δικαιούνται στις τελικές εξετάσεις.
4. Εάν ο υποψήφιος κατά τη διάρκεια της Σχολής συμπληρώσει μεγαλύτερο αριθμό απουσιών από τα προβλεπόμενα τότε με απόφαση του Δ/ντη της Σχολής διακόπτεται η φοίτησή του.
5. Ο υποψήφιος δεν έχει δικαίωμα προσέλευσης στις τελικές εξετάσεις, εφόσον η φοίτησή του χαρακτηρίστηκε ως ανεπαρκής.

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 100 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.

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 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.

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. 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 υποψηφίων 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

ΚΥΚΛΟΙ/ΤΟΜΕΙΣ 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%			
Οργάνωση & Διοίκηση Αθλητισμού		100%			
Αθλητική ψυχολογία		100%			
Μεθοδολογία αθλητικής έρευνας		100%			
Κινητική μάθηση		100%			
Αθλητική παιδαγωγική		100%			
ΚΥΚΛΟΣ/ΤΟΜΕΑΣ 3 – ΜΑΘΗΜΑΤΑ ΕΙΔΙΚΕΥΣΗΣ					
Μαθήματα	Γραπτές εξετάσεις	Τεστ πολλαπλών απαντήσεων	Προφορικά / Πρακτικές εξετάσεις	Αξιολόγηση εργασιών	
Μεθοδολογία διδασκαλίας		100%			
Τεχνική ανάλυση στοιχείων του αθλήματος		100%			
Ειδική προπονητική		100%			
Προπονητική εξάσκηση			100%		
Κανονισμοί αγώνων		100%			
Ομαδική τακτική		100%			
ΕΙΔΙΚΑ ΘΕΜΑΤΑ					
Αντιντόπινγκ		100%			
Πλαίσιο παιδικής προστασίας		100%			
Ηθική και ακεραιότητα στον αθλητισμό		100%			
e-Kouros		100%			
Α' βοήθειες στο χώρο άσκησης και αγώνα		100%			
Διπλωματική εργασία					ΝΑΙ/ΟΧΙ

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. 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.
3. 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
- την τελική εξέταση (γραπτές, πρακτικές εξετάσεις).

Επιτυχής Αποφοίτηση

Για την επιτυχή αποφοίτηση από την σχολή και την χορήγηση διπλώματος προπονητή στον σπουδαστή πρέπει να συντρέχουν σωρευτικά τα εξής:

- α) Επαρκής φοίτηση των μαθημάτων θεωρητικής διδασκαλίας και πρακτικής εξάσκησης
- β) Επιτυχής συμμετοχή στις εργασίες προόδου (ατομικές ή ομαδικές, προαιρετικές ή υποχρεωτικές, σε θέματα ή γνωστικά αντικείμενα)
- γ) Επιτυχής αποπεράτωση της πρακτικής άσκησης
- δ) Επιτυχή συμμετοχή με βαθμό πάνω από 50 σε κλίμακα βαθμολογίας από 01 έως

100, στις γραπτές εξετάσεις στα διδασκόμενα μαθήματα και πρακτικές εξετάσεις (για το πρακτικό μέρος των μαθημάτων ειδίκευσης).

Πτυχιούχοι Τ.Ε.Φ.Α.Α. καθώς και άλλων τμημάτων ΑΕΙ μπορούν να αιτηθούν την αναγνώριση μαθημάτων των γνωστικών αντικειμένων που έχουν διδαχθεί επιτυχώς και να απαλλαγθούν από την παρακολούθηση στα αντίστοιχα μαθήματα των κύκλων 1 και 2. Απαιτείται κατάθεση πρόσφατης αναλυτικής βαθμολογίας ή βεβαίωση από τη γραμματεία του ιδρύματος πριν την έναρξη του κύκλου 1 και 2.

Χορήγηση Διπλώματος

1. Δίπλωμα της Σχολής Προπονητών Επιτραπέζιας Αντισφαίρισης Γ' Επιπέδου έχουν δικαίωμα να αποκτήσουν όσοι κατέχουν όλα τα απαραίτητα δικαιολογητικά, είχαν επαρκή φοίτηση 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 διπλώματος και τα όσα αναφέρονται σε αυτά είναι κοινός και σύμφωνος με πρότυπο που παραδίδει το αρμόδιο τμήμα της Γ.Γ.Α.