

ΣΧΟΛΗ ΠΡΟΠΟΝΗΤΩΝ ΣΑΒΑΤ / ΧΟΚΕΪ

Γ' ΕΠΙΠΕΔΟΥ



ΟΔΗΓΟΣ ΣΠΟΥΔΩΝ – ΚΑΝΟΝΙΣΜΟΣ ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑΣ

ΑΓΡΙΝΙΟ - ΑΘΗΝΑ, 2026 / 2027

Περιεχόμενα

Νομοθετικό πλαίσιο	2
Επιτροπή Διοίκησης	3
Πρόγραμμα σπουδών	3
Μαθήματα	3
1. Κύκλος / Τομέας 1-2: Γενικά μαθήματα – Θεωρητικά	4
2. Κύκλος / Τομέας 3: Μαθήματα ειδίκευσης: Θεωρητικά – Πρακτικά – Μικτά	4
3. Ειδικά Θέματα	5
4. Εποπτευόμενη / Καθοδηγούμενη Άσκηση	5
Περιεχόμενο μαθημάτων	6
Συνοπτικό πρόγραμμα μαθημάτων	14
Διάρκεια διδασκαλίας	15
Πλατφόρμα ασύγχρονης διαδικτυακής εκπαίδευσης	15
Διαδικαστικά θέματα	16
Επιτυχής παρακολούθηση	16
Απαλλαγή από μαθήματα	16
Επαρκής παρακολούθηση	16
Τροποποίηση του προγράμματος	17
Εξετάσεις	17
▪ Οργάνωση των εξετάσεων	17
▪ Τρόπος αξιολόγησης στην τελική εξέταση ανά μάθημα	17
Βαθμολόγηση	18
Αξιολόγηση	18
Χορήγηση διπλώματος	18

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 αντιντόπινγκ αναλαμβάνει ο αρμόδιος εθνικός φορέας αντιντόπινγκ 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 απόφαση 8759 της ΓΓΑ (Ίδρυση Ενιαίας Σχολής Προπονητών Σαβάτ και Χόκεϊ επί χόρτου Γ' Επιπέδου, στο Αγρίνιο και στην Αθήνα (ΦΕΚ Β' 2178/16.04.2026) «Το χρηματικό ποσό για τα συνολικά δίδακτρα φοίτησης κάθε υποψήφιου καθορίζεται στο ποσό των € 450,00, το οποίο καταβάλλεται ανταποδοτικά (άρθρο 20, ν. 4726/2020) και κατατίθεται στο τραπεζικό λογαριασμό της Ομοσπονδίας, η οποία συντάσσει τον προϋπολογισμό της Σχολής και τον γνωστοποιεί στην Επιτροπή Διοίκησής της».

Απόφαση Ίδρυσης: ΓΓΑ/8759/16.04.2026 (ΦΕΚ 2178/Β'/16.04.2026)

Επιτροπή Διοίκησης

Η Σχολή Προπονητών Σαβάτ και Χόκεϊ Γ' Επιπέδου διοικείται από πενταμελή επιτροπή, η οποία συγκροτείται από τους:

1. Αικατερίνη Τσιάκλα Υπάλληλος ΓΓΑ, ως Πρόεδρος
2. Ελένη Παλληκάρη Υπάλληλος ΓΓΑ, ως Μέλος
3. Σταματική Λεονταράκη Υπάλληλος ΓΓΑ, ως Μέλος
4. Χρήστος Κάκος Πρόεδρος της Ελληνικής Ομοσπονδίας Σαβάτ, ως μέλος
5. Ιωάννης Παπαευθυμίου Γενικός Γραμματέας της Ελληνικής Ομοσπονδίας Σαβάτ, ως μέλος.

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

Διευθυντής της Σχολής ορίζεται ο Δρ. Δημήτρης Γαργαλιάνος, 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)
Γ	300 (270)	Προαιρετικά έως 30 ώρες (ΑΕ)	50	6 μήνες	350

* Οι ώρες συνολικά είναι 300. 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 των οποίων η διδασκαλία πραγματοποιείται από τον εκπαιδευτή, σε αίθουσες διδασκαλίας (δια ζώσης ή ηλεκτρονικά). Σκοπό έχουν οι εκπαιδευόμενοι να κατανοήσουν το γνωστικό αντικείμενο κατάρτισης και να αποκτήσουν τις απαραίτητες γνώσεις και δεξιότητες. Οι διαλέξεις από απόσταση προσφέρονται μέσω ψηφιακής πλατφόρμας.

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

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

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

Με πράσινο χρώμα προσδιορίζονται τα κοινά μαθήματα των δύο αθλημάτων.

Με κίτρινο χρώμα προσδιορίζονται τα μαθήματα που αφορούν στο Σαβάτ

Με μπλε χρώμα προσδιορίζονται τα μαθήματα που αφορούν στο Χόκεϊ

1. Κύκλος / Τομέας 1 & 2: Γενικά Μαθήματα – Θεωρητικά Μαθήματα (κοινά για τα 2 αθλήματα)

1 ^{ος} κύκλος		Ωρες	Είδος μαθήματος	Τρόπος διεξαγωγής
1.	Ανατομία	12	Θεωρητικό	Ασύγχρονα - Διαδικτυακά
2.	Φυσιολογία	12	Θεωρητικό	Ασύγχρονα - Διαδικτυακά
3.	Εργοφυσιολογία	12	Θεωρητικό	Ασύγχρονα - Διαδικτυακά
4.	Φυσικοθεραπεία	12	Θεωρητικό	Ασύγχρονα - Διαδικτυακά
5.	Βιομηχανική	12	Θεωρητικό	Διά ζώσης
6.	Γενική Προπονητική	20	Θεωρητικό	Διά ζώσης
Σύνολο		80		
2 ^{ος} κύκλος		Ωρες	Είδος μαθήματος	Τρόπος διεξαγωγής
1.	Κινητική Μάθηση	15	Θεωρητικό	Ασύγχρονα - Διαδικτυακά
2.	Ο & Δ Αθλητισμού	15	Θεωρητικό	Διά ζώσης
3.	Αθλητική Ψυχολογία	15	Θεωρητικό	Ασύγχρονα - Διαδικτυακά
4.	Μεθοδολογία Αθλητικής Έρευνας	10	Θεωρητικό	Ασύγχρονα - Διαδικτυακά
5.	Αθλητική Παιδαγωγική	15	Θεωρητικό	Διά ζώσης
Σύνολο		70		

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

		Ωρες	Είδος μαθήματος	Τρόπος διεξαγωγής
1.	Μεθοδολογία Διδασκαλίας	20	Θεωρητικό 50% Πρακτικό 50%	Διά ζώσης
2.	Τεχνική Ανάλυση	20		Διά ζώσης
3.	Ειδική Προπονητική	25		Διά ζώσης
4.	Κανονισμοί	15		Διά ζώσης
5.	Προπονητική εξάσκηση	30		Διά ζώσης
Σύνολο		110		

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

		Ωρες	Είδος μαθήματος	Τρόπος διεξαγωγής
1.	Μεθοδολογία Διδασκαλίας	15	Θεωρητικό 50% Πρακτικό 50%	Διά ζώσης
2.	Τεχνική Ανάλυση	20		Διά ζώσης
3.	Ειδική Προπονητική	30		Διά ζώσης
4.	Κανονισμοί	25		Διά ζώσης
5.	Προπονητική εξάσκηση	30		Διά ζώσης
Σύνολο		120		

3. Ειδικά Θέματα (Σαβάτ)

		Ωρες	Είδος μαθήματος	Τρόπος διεξαγωγής
1.	Αντιντόπινγκ	5	Θεωρητικό	Διά ζώσης
2.	Πλαίσιο παιδικής προστασίας	5	Θεωρητικό	Διά ζώσης
3.	Ηθική και ακεραιότητα	5	Θεωρητικό	Διά ζώσης
4.	e-Kouros	5	Θεωρητικό	Διά ζώσης
5.	Υπολογιστές	5	Θεωρητικό	Διά ζώσης
6.	Ψηφιακή διαχείριση σωματείου	4	Θεωρητικό	Διά ζώσης
7.	Πρώτες βοήθειες	8	Θεωρητικό	Διά ζώσης
8.	Σημαντικά documents στον αθλητισμό	3	Θεωρητικό	Διά ζώσης
Σύνολο		40		

3. Ειδικά Θέματα (Χόκεϊ)

		Ωρες	Είδος μαθήματος	Τρόπος διεξαγωγής
1.	Αντιντόπινγκ	5	Θεωρητικό	Διά ζώσης
2.	Πλαίσιο παιδικής προστασίας	5	Θεωρητικό	Διά ζώσης
3.	Ηθική και ακεραιότητα	5	Θεωρητικό	Διά ζώσης
4.	e-Kouros	5	Θεωρητικό	Διά ζώσης
5.	Θέματα αγώνων	10	Θεωρητικό	Διά ζώσης
Σύνολο		30		

4. Εποπτευόμενη / Καθοδηγούμενη Πρακτική Άσκηση

Η εποπτευόμενη / καθοδηγούμενη πρακτική άσκηση έχει διάρκεια **50 ώρες**, είναι υποχρεωτική και πιστοποιείται με τη διαδικασία την οποία ορίζει με απόφασή της η Επιτροπή Διοίκησης, όπου καθορίζονται οι όροι και οι προϋποθέσεις επιτυχούς άσκησης. Ειδικότερα η πρακτική άσκηση περιλαμβάνει:

- Παρακολούθηση αγώνων της Ομοσπονδίας (π.χ., Πανελλήνιο πρωτάθλημα), ή αγώνων οποιασδήποτε κατηγορίας που διεξάγονται με την άδεια αυτής (π.χ., Διασυλλογικά, διεθνείς αγώνες), με πιστοποίηση από τη διοργανώτρια αρχή (Ομοσπονδία – Ένωση – Σωματείο) και σαφή αναφορά στις ώρες παρακολούθησης.
- Παρακολούθηση ή συμμετοχή σε προπονήσεις Εθνικών, ή προεθνικών ομάδων της Ομοσπονδίας, ή σωματείων της Ομοσπονδίας που είναι εγγεγραμμένα στο Μητρώο της ΓΓΑ, η οποία πιστοποιείται από την Ομοσπονδία ή το σωματείο αντίστοιχα, με υπογραφή προέδρου και γενικού γραμματέα, με σαφή αναφορά στις ώρες παρακολούθησης.

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

Περιεχόμενο Μαθημάτων

Με πράσινο χρώμα επισημαίνονται τα μαθήματα που είναι κοινά και στα 2 αθλήματα.

Με κίτρινο χρώμα επισημαίνονται τα μαθήματα που αφορούν μόνο στο Σαβάτ.

Με μπλε χρώμα επισημαίνονται τα μαθήματα που αφορούν μόνο στο Χόκεϊ.

Κύκλος/Τομέας 1 & 2 – Γενικά Μαθήματα – Θεωρητικά

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

Τίτλος	Φυσιολογία (12 ώρες)
Διδάσκουσα	Γιώργος Νάσσης
Περιεχόμενα	- Εισαγωγή στην φυσιολογία - Βασική φυσιολογία κυττάρου και ομοιόσταση - Φυσιολογία καρδιαγγειακού συστήματος - Φυσιολογικοί δείκτες λειτουργίας καρδιαγγειακού συστήματος - Φυσιολογία αναπνευστικού συστήματος - Φυσιολογία νευρικού συστήματος - Φυσιολογία μυϊκού συστήματος I - Φυσιολογία μυϊκού συστήματος II - Ορμόνες και μεταβολισμός - Μεταβολισμός και ρύθμιση σωματικού βάρους - Φυσιολογία και υγιεινός τρόπος ζωής - Ομοιόσταση και θερμορύθμιση

Τίτλος	Εργοφυσιολογία (12 ώρες)
Διδάσκων	Γιώργος Νάσσης
Περιεχόμενα	- Εισαγωγή στην εργοφυσιολογία - Ενεργειακά συστήματα - Αερόβιος, αναερόβιος μηχανισμός παραγωγής ενέργειας και άσκηση - Πρακτικές εφαρμογές της χρήσης ενεργειακών υποστρωμάτων κατά την άσκηση - Βασική εργοφυσιολογία καρδιαγγειακού συστήματος - Βασική εργοφυσιολογία αναπνευστικού συστήματος - Βασική εργοφυσιολογία μυϊκού συστήματος & αρχές προπόνησης - Προπόνηση μυϊκού συστήματος - Προπόνηση καρδιαγγειακού συστήματος

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

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

Τίτλος	Βιομηχανική (12 ώρες)
Διδάσκουσα	Δρ. Γιώργος Πίγκος, Διευθυντής ΓΓΑ
Περιεχόμενα	• Εισαγωγή στην αθλητική βιομηχανική • Συστήματα αναφοράς • Συλλογή κινηματικών δεδομένων • Γραμμικά κινηματικά μεγέθη: Θέση σώματος - Μετατόπιση - Διανυόμενο διάστημα • Γραμμικά κινηματικά μεγέθη: Ταχύτητα - Επιτάχυνση • Κινηματική ανάλυση κέντρου βάρους σώματος • Κινηματική ανάλυση βάδισης και τρεξίματος • Βλητική κίνηση – Βολές • Γωνιακά κινηματικά μεγέθη - Γωνιακή κίνηση • Δυναμικά μεγέθη 1: Χαρακτηριστικά δύναμης - Ανάλυση δυνάμεων - Νόμοι Νεύτωνα • Δυναμικά μεγέθη 2: Τύποι δυνάμεων - Απεικόνιση δυνάμεων • Δυναμικά μεγέθη 3: Δύναμη ώθησης - Ορμή

Τίτλος	Γενική Προπονητική (20 ώρες)
Διδάσκων	Δρ. Σπύρος Μεθενίτης, Μεταδιδακτορικός Ερευνητής
Περιεχόμενα	• Εισαγωγή στην σύγχρονη προπονητική 1, 2, 3, 4 • Βιολογία της προπόνησης 1, 2 • Εισαγωγή στις προπονητικές νομοτέλειες και στις προπονητικές αρχές • Προπονητικές αρχές: Δημιουργία βιολογικών προσαρμογών 1, 2, 3, 4 • Προπονητικές αρχές: Σταθεροποίηση των βιολογικών προσαρμογών 1, 2, 3, 4 • Προπονητικές αρχές: Καθοδήγηση - ρύθμιση των βιολογικών προσαρμογών 1, 2, 3, 4 • Μακροχρόνιος προπονητικός σχεδιασμός

Τίτλος	Κινητική Μάθηση (15 ώρες)
Διδάσκων	Δρ. Νεκτάριος Σταύρου – Αναπληρωτής Καθηγητής Αθλητικής Ψυχολογίας & Κινητικής Συμπεριφοράς, ΣΕΦΑΑ, ΕΚΠΑ
Περιεχόμενα	- Εισαγωγή στην κινητική συμπεριφορά: Έννοιες και εφαρμογές - Κινητικός έλεγχος – Κινητική μάθηση - Βασικές θεωρητικές προσεγγίσεις στην κινητική συμπεριφορά - Έρευνα & κινητική συμπεριφορά (ερευνητικές προσεγγίσεις, μέθοδοι έρευνας) - Κινητικές δεξιότητες (είδη – ταξινόμηση κινητικών δεξιοτήτων, γενική – ειδική κινητική ικανότητα) - Νευρικό σύστημα και κινητική συμπεριφορά - Μνήμη και κινητική συμπεριφορά - Αντίληψη – Προσοχή - Ο ρόλος της προσοχής στην κινητική απόδοση - Πληροφοριακή διαδικασία και λήψη αποφάσεων στον αθλητισμό - Διαδικασία, μηχανισμοί & στάδια επεξεργασίας πληροφοριών - Ανατροφοδότηση 1, 2: Είδη ανατροφοδότησης – Η σημασία της ανατροφοδότησης στην αθλητική απόδοση - Κινητικό πρόγραμμα: Παραγωγή κινήσεων και κινητικών προτύπων 1, 2

Τίτλος	Οργάνωση & Διοίκηση Αθλητισμού (15 ώρες)
Διδάσκων	Δρ. Δημήτρης Γαργαλιάνος, Καθηγητής, ΕΑΠ
Περιεχόμενα	- Βασικές αρχές του μάνατζμεντ - Λειτουργίες του μάνατζμεντ - Περιβάλλον μάνατζμεντ - Οργάνωση ακαδημίας - αθλητικού σωματείου - Αξίες - Φιλοσοφία - Όραμα - Στόχοι - Αντικειμενικοί σκοποί - Διαδικασία λήψης αποφάσεων - Stakeholders - Δεξιότητες ζωής - Οργάνωση αθλητικών δράσεων - εκδηλώσεων - Το μάνατζμεντ στην προπονητική

Τίτλος	Αθλητική Ψυχολογία (15 ώρες)
Διδάσκων	Δρ. Νεκτάριος Σταύρου – Αναπληρωτής Καθηγητής Αθλητικής Ψυχολογίας & Κινητικής Συμπεριφοράς, ΣΕΦΑΑ, ΕΚΠΑ
	Εισαγωγή στην αθλητική ψυχολογία (ορισμός, αντικείμενο, προγράμματα ψυχολογικής προετοιμασίας)
	- Βασικές θεωρητικές προσεγγίσεις στην αθλητική ψυχολογία - Αναπτυξιακή ψυχολογία, σημασία της άσκησης στην παιδική ηλικία - Ο ρόλος των κινήτρων και της παρακίνησης στο αγωνιστικό αθλητισμό (εσωτερικά – εξωτερικά κίνητρα) - Ο ρόλος των κινήτρων και της παρακίνησης στο αγωνιστικό αθλητισμό (θεωρία αυτοπροσδιορισμού, προσανατολισμός στόχων, ανάπτυξη/ υπονόμηση κινήτρων) - Τοποθέτηση στόχων – Στοχοθεσία (είδη στόχων, σημασία τοποθέτησης στόχων) - Τοποθέτηση στόχων – Στοχοθεσία (στρατηγικές – διαδικασία τοποθέτησης στόχων, δέσμευση αθλητή, προσαρμογή στόχων) - Αγωνιστικό άγχος (έννοια άγχους, είδη άγχους, γνωστικό – σωματικό άγχος)

	- Αγωνιστικό άγχος (αιτίες & συνέπειες του άγχους, σχέση άγχους με άλλα ψυχολογικά χαρακτηριστικά) - Αγωνιστικό άγχος (τεχνικές ρύθμισης άγχους, ψυχοδιάγνωση) - Εφαρμοσμένη αθλητική ψυχολογία (ορισμός και βασικές έννοιες και ο ρόλος της στην αθλητική απόδοση) - Ψυχολογική προετοιμασία (σκοπός, σημασία και φιλοσοφία της ψυχολογικής προετοιμασίας) - Χαρακτηριστικά και δομή των προγραμμάτων ψυχολογικής προετοιμασίας - Τεχνικές χαλάρωσης – Τεχνική αναπνοών – Προοδευτική μυϊκή χαλάρωση - Νοερή προπόνηση (θεωρητικό υπόβαθρο, τύποι, χρησιμότητα – αποτελεσματικότητα)
--	---

Τίτλος	Μεθοδολογία Αθλητικής Έρευνας (10 ώρες)
Διδάσκων	Δρ. Ευγενία Γκορτσίλα, ΕΕΠ ΤΕΦΑΑ ΕΚΠΑ
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

Τίτλος	Αθλητική Παιδαγωγική (15 ώρες)
Διδάσκων	Δρ. Κωνσταντίνος Τάμπαλης, Επίκουρος Καθηγητής ΤΕΦΑΑ ΕΚΠΑ
Περιεχόμενα	- Εισαγωγή στην Παιδαγωγική - Ορισμός, έννοιες, εξέλιξη και αντικείμενο της Αθλητικής Παιδαγωγικής - Ο παιδαγωγικός ρόλος του προπονητή - Θεωρίες μάθησης στον αθλητισμό - Τα στυλ διδασκαλίας/προπόνησης - Σχεδιασμός και προγραμματισμός της προπόνησης - Άσκηση και προσωπικότητα - Διαχείριση της ομάδας στον αθλητισμό - Η πειθαρχία στην άσκηση - Αμοιβές, ποινές και εσωτερικά κίνητρα των αθλουμένων/αθλητών - Φυσική δραστηριότητα παιδιών και εφήβων - Παρακίνηση στην άσκηση - Αξιολόγηση στην άσκηση - Συμπερίληψη στην άσκηση - Επαγγελματική ανάπτυξη προπονητών

Κύκλος/Τομέας 3 - Μαθήματα Ειδίκευσης (Σαβάτ)

Τίτλος	Μεθοδολογία Διδασκαλίας (20 ώρες)
Διδάσκοντες	Miroslav Odzic, Νικήτας Ζαρουχλιώτης
Περιεχόμενα	• Διδασκαλία χτυπημάτων • Μεθοδολογία της άμυνας • Συνδυασμοί • Ασφάλεια στο μάθημα

Τίτλος	Τεχνική Ανάλυση (20 ώρες)
Διδάσκων	Miroslav Odzic, Νικήτας Ζαρουχλιώτης
Περιεχόμενα	• Ντιρέκτ • Κροσέ • Άπερκατ • Κυκλικό λάκτισμα • Πλάγιο ή ευθύ σπρώξιμο • Ανάποδο κυκλικό λάκτισμα • Χαμηλό χτύπημα σάρωσης (κου ντε πιέ μπα) • Αποκρούσεις (μπλοκαρίσματα) • Αποφυγές με το σώμα • Αποφυγές με τα πόδια (μετατοπίσεις)

Τίτλος	Ειδική Προπονητική (25 ώρες)
Διδάσκων	Miroslav Odzic, Νικήτας Ζαρουχλιώτης
Περιεχόμενα	• Αερόβια & αναερόβια προπόνηση με βάση την επίθεση και την άμυνα • Ταχύτητα, εκρηκτικότητα & ορολογία των τεχνικών • Ευλυγισία, κινητικότητα & ανάλυση των θέσεων • Ισορροπία, ιδιοδεκτικότητα & στρατηγική • Ειδικές μορφές προπόνησης (ασκήσεις δυσκολίας) ανά επίπεδο • Προοδευτική επιβάρυνση στην προπόνηση • Παιδιά (ηλικίες 5 - 12 χρόνων) • Αρχάριοι, ενήλικες, έφηβοι • Έμπειροι & αγωνιστικοί αθλητές • Άτομα τρίτης ηλικίας

Τίτλος	Κανονισμοί (15 ώρες)
Διδάσκοντες	Maja Odzic
Περιεχόμενα	• Οι δύο μορφές αγώνων • Επιτρεπόμενα και απαγορευμένα σημεία χτυπημάτων • Ο ρόλος του διαιτητή και των κριτών

Τίτλος	Προπονητική Εξάσκηση (30 ώρες)
Διδάσκοντες	Miroslav Odzic, Νικήτας Ζαρουχλιώτης
Περιεχόμενα	• Πρακτική διδασκαλία & διαχείριση τμήματος • Εξειδίκευση στο κράτημα στόχων & pao • Καθοδήγηση σε sparring & διόρθωση λαθών

	• Παρακολούθηση αγώνων Πανελληνίων πρωταθλημάτων • Προπονητικό φιλικό μεταξύ των σπουδαστών της Σχολής
--	---

Κύκλος/Τομέας 3 - Μαθήματα Ειδίκευσης (Χόκεϊ)

Τίτλος	Μεθοδολογία Διδασκαλίας (15 ώρες)
Διδάσκων	Νικόλαος Αναστασιάδης (προπονητής Β' Επιπέδου)
Περιεχόμενα	• Μεθοδολογία εκμάθησης της βασικής λαβής του μπάστουνιού • Μεθοδολογία εκμάθησης του χειρισμού του μπάστουνιού για ντρίμπλα • Μεθοδολογία για έλεγχο (κατοχή) της μπάλας • Μεθοδολογία για μεταβίβαση και υποδοχή της μπάλας • Μεθοδολογία για κίνηση με την μπάλα και αλλαγή κατεύθυνσης

Τίτλος	Τεχνική Ανάλυση (20 ώρες)
Διδάσκων	Νικόλαος Αναστασιάδης (προπονητής Β' Επιπέδου)
Περιεχόμενα	• Σουτ • Ντρίμπλα • Πάσα • Υποδοχή • Τάκλιν • Drug Flick • Aerial ball • Penalty Corner • Penalty Stroke • Shoot Out

Τίτλος	Ειδική Προπονητική (30 ώρες)
Διδάσκων	Νικόλαος Αναστασιάδης (προπονητής Β' Επιπέδου)
Περιεχόμενα	• Ορολογία των τεχνικών (είδη πάσας, είδη σουτ) • Ειδικές μορφές προπόνησης (ασκήσεις δυσκολίας) ανάλογα με το επίπεδο • Προοδευτική επιβάρυνση • Θέσεις στο γήπεδο • Άμυνα • Κέντρο • Επίθεση • Τερματοφύλακας

Τίτλος	Κανονισμοί (25 ώρες)
Διδάσκων	Χρήστος Σιδερίδης (Διαιτητής)
Περιεχόμενα	• Outdoor • Indoor • Hockey 5

Τίτλος	Προπονητική Εξάσκηση (30 ώρες)
Διδάσκων	Νικόλαος Αναστασιάδης (προπονητής Β' Επιπέδου)
Περιεχόμενα	• Τακτικές Outdoor • Τακτικές Indoor • Παρακολούθηση αγώνων Πανελληνίων πρωταθλημάτων

	• Προπονητικό φιλικό μεταξύ των σπουδαστών της Σχολής • Φιλικά με προπονητές τους σπουδαστές της Σχολής
--	--

Ειδικά Θέματα

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

Τίτλος	Πλαίσιο Παιδικής Προστασίας (5 ώρες)
Διδάσκουσα	Αλεξάνδρα Μοσχοπούλου, Δικηγόρος
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	Δρ. Θανάσης Στρίγκας, Καθηγητής ΤΟΔΑ
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	e-Kouros (5 ώρες)
Διδάσκων	Εύη Τσολάκου, Προϊσταμένη Τμήματος Υποδομών και Συστημάτων, Διεύθυνση Υποστήριξης Αθλητισμού, Γενική Διεύθυνση Οργάνωσης Αθλητισμού, ΓΓΑ
Περιεχόμενα	• Επιχειρησιακό περιβάλλον λειτουργίας, θεσμικό πλαίσιο, Ηλεκτρονικό Μητρώο Αθλητικών Φορέων • Παρουσίαση / ανάλυση βασικών παραμέτρων της ηλεκτρονικής πλατφόρμας των Ομοσπονδιών ως χρήστες ΓΓΑ και ως χρήστης Αθλητικής Ομοσπονδίας • Παρουσίαση / ανάλυση βασικών παραμέτρων του Ηλεκτρονικού Μητρώου Αθλητικών Σωματείων • Παρουσίαση / ανάλυση βασικών παραμέτρων του Υπομητρώου Αθλητών • Παρουσίαση / ανάλυση βασικών παραμέτρων του Υπομητρώου Προπονητών

Τίτλος	Υπολογιστές (5 ώρες)
Διδάσκων	Εύη Τσολάκου, Προϊσταμένη Τμήματος Υποδομών και Συστημάτων, Διεύθυνση Υποστήριξης Αθλητισμού, Γενική Διεύθυνση Οργάνωσης Αθλητισμού, ΓΓΑ
Περιεχόμενα	• Βασικά μέρη υπολογιστή • Οργάνωση αρχείων σε φακέλους • Αποθήκευση / διαγραφή αρχείων

	• Χρήση προγράμματος επεξεργασίας κειμένου • Χρήση προγράμματος υπολογιστικών φύλλων • Χρήση του διαδικτύου για την εύρεση πληροφοριών • Χρήση του ηλεκτρονικού ταχυδρομείου • Χρήση του υπολογιστή για επικοινωνία μεταξύ ατόμων • Διευκολύνσεις που παρέχει ο υπολογιστής στο σύγχρονο τρόπο ζωής
--	--

Τίτλος	Ψηφιακή Διαχείριση Σωματείου (4 ώρες)
Διδάσκων	Εύη Τσολάκου, Προϊσταμένη Τμήματος Υποδομών και Συστημάτων, Διεύθυνση Υποστήριξης Αθλητισμού, Γενική Διεύθυνση Οργάνωσης Αθλητισμού, ΓΓΑ
Περιεχόμενα	• Ο αθλητισμός στην ψηφιακή εποχή • Αγωνιστική πλατφόρμα αθλήματος • Διαχείριση δεδομένων

Τίτλος	Πρώτες Βοήθειες (8 ώρες)
Διδάσκων	Ανδρέας Σουριτζίδης
Περιεχόμενα	• Αρχές πρώτων βοηθειών • Καρδιοαναπνευστική αναζωογόνηση • Επίδειξη αυτόματου απινιδωτή • Χρήση αυτόματου απινιδωτή

Τίτλος	Σημαντικά Documents στον Αθλητισμό (3 ώρες)
Διδάσκων	Δρ. Δημήτρης Γαργαλιάνος, Καθηγητής
Περιεχόμενα	Ολυμπιακός Χάρτης, Χάρτης για τον Αθλητισμό του Συμβουλίου της Ευρώπης, Χάρτης για τον Αθλητισμό της UNESCO, κ.α.

Συνοπτικό πρόγραμμα μαθημάτων

Τελετή έναρξης		Παρασκευή 28.08.2026		Αγρίνιο	Διά ζώσης
Ενημέρωση για τη χρήση της πλατφόρμας		11:00 – 13:00			
Τίτλος Μαθήματος	Ώρες	Έναρξη	Λήξη	Τόπος	Είδος
Υπολογιστές	5	ΠΑ απόγευμα	KY πρωί	Αγρίνιο	Διά ζώσης
Οργάνωση & διοίκηση	15	28.08.2026	30.08.2026		
Ανατομία	12	ΔΕ 31.08	KY 06.09		Ασύγχρονο
Φυσιολογία	12	ΔΕ 21.09	KY 27.09		Ασύγχρονο
Εργοφυσιολογία	12	ΔΕ 28.09	KY 04.10		Ασύγχρονο
Φυσικοθεραπεία	12	ΔΕ 05.10	KY 11.10		Ασύγχρονο
Βιομηχανική	12	ΣΑ πρωί	KY απόγευμα	Αγρίνιο	Διά ζώσης
Πρώτες βοήθειες	8	17.10	18.10		
Μεθοδολογία έρευνας	10	ΔΕ 19.10	KY 25.10		Ασύγχρονο
Αθλητική ψυχολογία	15	ΔΕ 26.10	KY 01.11		Ασύγχρονο
Κινητική μάθηση	15	ΔΕ 02.11	KY 08.11		Ασύγχρονο
Κανονισμοί	15	ΣΑ πρωί	KY απόγευμα	Αγρίνιο	Διά ζώσης
		14.11	15.11		
Ειδική προπονητική	25	ΠΑ απόγευμα	KY απόγευμα	Αγρίνιο	Διά ζώσης
		18.12	20.12		
Μεθοδολογία διδασκαλίας	20	ΣΑ πρωί	KY απόγευμα	Αγρίνιο	Διά ζώσης
		16.01.2027	17.01.2027		
Τεχνική ανάλυση	20	ΣΑ πρωί	KY απόγευμα	Αγρίνιο	Διά ζώσης
		13.02	14.02		
Προπονητική εξάσκηση	30	ΠΑ πρωί	KY απόγευμα	Αγρίνιο	Διά ζώσης
		26.02	28.02		
Γενική προπονητική	20	ΣΑ πρωί	KY απόγευμα	Αθήνα	Διά ζώσης
		06.03	07.03		
Αθλητική παιδαγωγική	15	ΣΑ πρωί	KY απόγευμα	Αθήνα	Διά ζώσης
Σημαντικά documents	3	20.03	21.03		
Αντιντόπινγκ	5	ΠΑ απόγευμα	KY απόγευμα	Αθήνα	Διά ζώσης
E-Kouros	5				
Ψηφιακή διαχείρ. σωματείων	4				
Ηθική & ακεραιότητα	5				
Πλαίσιο παιδικής προστασίας	5	02.04	04.04		
Πρακτική άσκηση	50				
Άνοιγμα όλων των θεωρητικών ασύγχρονων μαθημάτων		ΔΕ 05.04	KY 11.04		

Συνοπτικό πρόγραμμα πρακτικών μαθημάτων Χόκεϊ

Τίτλος Μαθήματος	Ώρες	Έναρξη	Λήξη	Τόπος	Είδος
Μεθοδολογία διδασκαλίας	15	ΠΑ απόγευμα 20.11.26	ΚΥ πρωί 22.11.26	Αθήνα ΟΑΚΑ Αίθουσα Κασιμάτης	Διά ζώσης
Ειδική προπονητική	30	ΠΑ πρωί 11.12.26	ΚΥ απόγευμα 13.12.26	Αθήνα ΟΑΚΑ Αίθουσα Κασιμάτης	Διά ζώσης
Τεχνική ανάλυση	20	ΠΑ απόγευμα 22.01.2027	ΚΥ πρωί 24.01.2027	Αθήνα ΟΑΚΑ Αίθουσα Κασιμάτης	Διά ζώσης
Κανονισμοί	25	ΠΑ πρωί 5.02.27	ΚΥ πρωί 7.02.27	Αθήνα ΟΑΚΑ Αίθουσα Κασιμάτης	Διά ζώσης
Προπονητική εξάσκηση	30	ΠΑ πρωί 12.03.27	ΚΥ απόγευμα 14.03.27	Αθήνα ΟΑΚΑ Αίθουσα Κασιμάτης	Διά ζώσης
Θέματα αγώνων	10	ΣΑ πρωί 10.04.27	ΣΑ απόγευμα 10.04.27	Αθήνα ΟΑΚΑ Αίθουσα Κασιμάτης	Διά ζώσης

Διάρκεια διδασκαλίας

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

Πλατφόρμα ασύγχρονης διαδικτυακής εκπαίδευσης

1. Η πλατφόρμα της ασύγχρονης διαδικτυακής εκπαίδευσης βασίζεται στην πλατφόρμα moodle, η οποία είναι διασυνδεδεμένη με την πλατφόρμα της Microsoft 365 και καταγράφει την ώρα που συνδέθηκε και αποσυνδέθηκε κάθε εκπαιδευόμενος, για πόση ώρα παρέμεινε ενεργός, καθώς και τις δραστηριότητες που έκανε κατά τη διάρκεια που ήταν ενεργός.
2. Για κάθε ενότητα, κάθε μαθήματος που θα γίνεται με διαδικτυακή ασύγχρονη εκπαίδευση θα αναρτάται στην πλατφόρμα ένα βίντεο, το οποίο ο εκπαιδευόμενος θα πρέπει να παρακολουθήσει μέσα στο χρονικό διάστημα που θα προσδιορίζεται.
3. Στο τέλος κάθε ενότητας θα υπάρχουν οι σημειώσεις του συγκεκριμένου μαθήματος, ώστε να μπορούν οι εκπαιδευόμενοι τις «κατεβάσουν» στην συσκευή τους.
4. Την εβδομάδα που θα ανοίγει ένα μάθημα θα είναι προσβάσιμο 24 ώρες.
5. Η καταγραφή των παρουσιών για την παρακολούθηση κάθε ενότητας γίνεται μέσω 4 κουίζ/ερωτήσεων που έχει προσδιορίσει ο διδάσκων το μάθημα. Μετά από την παρακολούθηση κάθε διδακτικής ενότητας ο εκπαιδευόμενος θα πρέπει να απαντήσει σωστά τουλάχιστον 2 (50%) από αυτές τις ερωτήσεις, πράγμα το οποίο αποτελεί προϋπόθεση για να ανοίξει η επόμενη διδακτική ενότητα.
6. Σε περίπτωση αποτυχίας έχει τη δυνατότητα να προσπαθήσει ακόμα 2 φορές, αφού, όμως, κάθε φορά έχει παρακολουθήσει ξανά την διάλεξη της συγκεκριμένης ενότητας. Αν κάποιος και τις 3 φορές δεν έχει ποσοστό επιτυχίας τουλάχιστον 50% παίρνει απουσία για την συγκεκριμένη ενότητα (1 ώρα) και ξεκλειδώνεται η επόμενη ενότητα για να προχωρήσει.
7. Για όσους οφείλουν παρουσίες σε κάποια μαθήματα, αλλά και για σκοπούς επανάληψης της ύλης, στο τέλος όλων των μαθημάτων (1^{ου}, 2^{ου}, 3^{ου} κύκλου, Ειδικών Θεμάτων) θα ανοίξουν για 2 εβδομάδες όλα τα μαθήματα.
8. Σε περίπτωση που δεν ολοκληρώσει τις υποχρεώσεις αυτές μέσα στο χρονικό διάστημα που έχει

προσδιοριστεί, θα θεωρείται ότι δεν έχει συμπληρώσει το απαιτούμενο όριο παρουσιών και δεν θα έχει δικαίωμα να προσέλθει στις τελικές εξετάσεις.

9. Για την κατοχύρωση των παρουσιών τα μαθήματα του 1^{ου} και 2^{ου} κύκλου που διαρκούν μέχρι δώδεκα (12) διδακτικές ώρες ασύγχρονης εκπαίδευσης θα είναι διαθέσιμα 1 εβδομάδα. Τα μαθήματα που διαρκούν περισσότερες από δώδεκα (12) διδακτικές ώρες θα είναι διαθέσιμα 2 εβδομάδες.
10. Το σύστημα επικοινωνίας της πλατφόρμας είναι ενδο-εταιρικό, δηλαδή δεν παρεμβάλλεται άλλος server. Αυτό σημαίνει ότι τα μηνύματα που αποστέλλονται από το διαχειριστή στο ακαδημαϊκά e-mail των εκπαιδευόμενων παραδίδονται οπωσδήποτε.

Διαδικαστικά θέματα

1. Για τη συμμετοχή στη διαδικτυακή εκπαίδευση οι εκπαιδευόμενοι χρειάζεται να διαθέτουν υπολογιστή, οθόνη, κάμερα και μικρόφωνο.
2. Κάθε εκπαιδευόμενος/η θα λάβει ένα μοναδικό κωδικό πρόσβασης για την είσοδό του/της στην πλατφόρμα.
3. Πριν ξεκινήσουν τα διαδικτυακά μαθήματα θα πραγματοποιηθεί εκπαίδευση όλων των συμμετεχόντων στη 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 επίσης πρόσβαση τα μέλη της Επιτροπής Διοίκησης, τα στελέχη του αρμόδιου Τμήματος της ΓΓΑ, ο Διευθυντής της Σχολής και άτομα με εξουσιοδότηση από την Επιτροπή Διοίκησης.
5. Οι παρουσίες στα δια ζώσης διαδικτυακά μαθήματα, καθώς και στα πρακτικά μαθήματα θα καταγράφονται από τον εκάστοτε διδάσκοντα στην αρχή κάθε ενότητας.
6. Στα πρακτικά μαθήματα, μετά την είσοδο του εκπαιδευτή στην αίθουσα διδασκαλίας ή στον προπονητικό χώρο, δεν επιτρέπεται η είσοδος των εκπαιδευόμενων.

Επιτυχής παρακολούθηση

1. Η επιτυχής παρακολούθηση συνίσταται στην:
 - Επαρκή παρακολούθηση όλων των μαθημάτων.
 - Συμμετοχή στις γραπτές εξετάσεις στα διδαχθέντα θεωρητικά μαθήματα.
 - Συμμετοχή στις εξετάσεις των πρακτικών μαθημάτων ειδίκευσης.
 - Προσκόμιση των απαραίτητων εγγράφων με τα οποία αποδεικνύονται οι 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 μόνο των γνωστικών αντικειμένων που έχουν διδαχθεί για τα μαθήματα των κύκλων 1 και 2. Από πτυχία ΑΕΙ εξωτερικού μπορούν να αναγνωριστούν μαθήματα μόνον 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. Εφόσον η παρακολούθηση ενός συμμετέχοντα / μίας συμμετέχουσας χαρακτηριστεί ως ανεπαρκής δεν έχει δικαίωμα συμμετοχής στις τελικές εξετάσεις.
3. 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 μετά τη λήξη των μαθημάτων.

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 επέλθει κάποια τροποποίηση στο πρόγραμμα.

Εξετάσεις

Οργάνωση των εξετάσεων

1. Οι ώρες των εξετάσεων δεν υπολογίζονται στις διδακτικές ώρες.
2. Μετά την ολοκλήρωση όλων των μαθημάτων θα υπάρξει εξεταστική περίοδος, κατά τη διάρκεια της οποίας οι υποψήφιοι θα δώσουν γραπτές εξετάσεις για τα θεωρητικά και πρακτικές για τα πρακτικά μαθήματα που προβλέπονται στο πρόγραμμα σπουδών.
3. Οι εξετάσεις θα διεξαχθούν 20 ημέρες (ενδεικτικά) μετά το τέλος του μαθημάτων.
4. Τη γενική ευθύνη για την ορθή διεξαγωγή των εξετάσεων της Σχολής θα φέρει ο Διευθυντής, ο οποίος θα διασφαλίσει έγκαιρα την επάρκεια των εγκαταστάσεων, τη διαθεσιμότητα των υλικών και του εξοπλισμού και την ακεραιότητα των εξετάσεων.
5. Οι πρακτικές εξετάσεις θα διεξαχθούν με την ευθύνη τριμελούς επιτροπής, η οποία θα αποτελείται από 3 διδάσκοντες, ή άλλους συνεργάτες της Σχολής.
6. Οι ερωτήσεις στις γραπτές εξετάσεις θα είναι πολλαπλής επιλογής με 4 πιθανές απαντήσεις και 1 σωστή απάντηση για κάθε ερώτηση.
7. Ο χρόνος επεξεργασίας των ερωτήσεων στις γραπτές εξετάσεις δεν μπορεί να υπερβαίνει τις 3 ώρες.
8. Ειδική μέριμνα θα υπάρξει για την προφορική εξέταση των υποψηφίων με αποδεδειγμένη δυσλεξία, την οποία πρέπει να έχουν αιτηθεί με τα απαραίτητα παραστατικά πριν από την έναρξη της Σχολής.
9. Αν κατά τις εξετάσεις ο υποψήφιος αποτύχει σε μάθημα ή μαθήματα (πρακτικά ή/και θεωρητικά) θα οργανωθεί επανεξέταση, η ημερομηνία της οποίας θα οριστεί με απόφαση της Επιτροπής Διοίκησης.

Τρόπος αξιολόγησης στη τελική εξέταση ανά μάθημα

Θεωρητικά μαθήματα	Γραπτές εξετάσεις	Τεστ πολλαπλών απαντήσεων	Προφορικές/πρακτικές εξετάσεις
Ανατομία		100%	
Φυσιολογία		100%	
Εργοφυσιολογία		100%	
Φυσικοθεραπεία		100%	
Βιομηχανική		100%	
Γενική Προπονητική		100%	
Ο. & Δ. αθλητισμού		100%	
Αθλητική ψυχολογία		100%	
Μεθοδολογία αθλητικής έρευνας		100%	
Αθλητική παιδαγωγική		100%	
Κινητική μάθηση		100%	
Πρακτικά μαθήματα	Γραπτές εξετάσεις	Τεστ πολλαπλών απαντήσεων	Προφορικές/Πρακτικές εξετάσεις
Μεθοδολογία διδασκαλίας		50%	50%

Τεχνική ανάλυση στοιχείων του αθλήματος		50%	50%
Ειδική προπονητική		100%	
Προπονητική εξάσκηση			100%
Κανονισμοί αγώνων		100%	
Ειδικά θέματα			
Αντιντόπινγκ		100%	
Πλαίσιο παιδικής προστασίας		100%	
Ηθική και ακεραιότητα στον αθλητισμό		100%	
Υπολογιστές		100%	
Ψηφιακή διαχείριση σωματείου		100%	
Πρώτες βοήθειες		100%	
E-Kouros		100%	
Θέματα αγώνων (Χόκεϊ)		100%	
Σημαντικά documents στον αθλητισμό		100%	

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 και 1 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).

Αξιολόγηση

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

Χορήγηση Διπλώματος

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