

**ΓΕΝΙΚΗ ΓΡΑΜΜΑΤΕΙΑ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ**

**ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΟΜΟΣΠΟΝΔΙΑ ΧΕΙΜΕΡΙΝΩΝ ΑΘΛΗΜΑΤΩΝ**

**ΕΝΙΑΙΑ ΣΧΟΛΗ ΠΡΟΠΟΝΗΤΩΝ ΧΙΟΝΟΔΡΟΜΙΑΣ, ΚΑΛΛΙΤΕΧΝΟΥ  
ΠΑΤΙΝΑΖ, ΧΟΚΕΥ ΣΤΟΝ ΠΑΓΟ Γ'ΕΠΙΠΕΔΟΥ**

**ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗ ΑΘΗΝΑ ΜΕΤΣΟΒΟ**

# **ΟΔΗΓΟΣ ΣΠΟΥΔΩΝ**



**2024**

## ΠΙΝΑΚΑΣ ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΩΝ

1. ΝΟΜΟΘΕΤΙΚΟ ΠΛΑΙΣΙΟ .....	3
2. ΕΠΙΤΡΟΠΗ ΔΙΟΙΚΗΣΗΣ –ΔΙΕΥΘΥΝΤΗΣ.....	3
3. ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΣΠΟΥΔΩΝ .....	4
4. ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΟ ΜΑΘΗΜΑΤΩΝ-ΔΙΔΑΚΤΙΚΟ ΠΡΟΣΩΠΙΚΟ .....	6
5. ΕΝΔΕΙΚΤΙΚΟ ΩΡΟΛΟΓΙΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ .....	19
6. ΜΑΘΗΜΑΤΑ ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑ.....	20
7. ΕΞΕΤΑΣΕΙΣ.....	23
8. ΧΟΡΗΓΗΣΗ ΔΙΠΛΩΜΑΤΟΣ ΠΡΟΠΟΝΗΤΗ Γ΄ ΚΑΤΗΓΟΡΙΑΣ.....	26

## **1. ΝΟΜΟΘΕΤΙΚΟ ΠΛΑΙΣΙΟ**

Η ίδρυση και η λειτουργία των Σχολών προπονητών καθορίζονται σύμφωνα με το άρθρο 136 παρ. 6 του ν. 2725/1999 (ΦΕΚ Α21) «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 πιο πάνω 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 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 300,00 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 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.»

## **2. ΕΠΙΤΡΟΠΗ ΔΙΟΙΚΗΣΗΣ –ΔΙΕΥΘΥΝΤΗΣ**

Η Ενιαία Σχολή Προπονητών Χιονοδρομίας Γ' Επιπέδου στη Θεσσαλονίκη, Αθήνα και στο Μέτσοβο ή σε όποιο άλλο χιονοδρομικό κέντρο υπάρχουν ιδανικές χιονοδρομικές και οργανωτικές συνθήκες, σύμφωνα με την τροποποιημένη Υπουργική Απόφαση ΓΓΑ/354725 / 19.10.2023 (ΦΕΚ/Τεύχος Β' 5654/26.09.2023), διοικείται από πενταμελή επιτροπή που συγκροτείται από τους:

Η σχολή διοικείται από πενταμελή επιτροπή, που συγκροτείται από τους:

1. ΣΚΑΜΑΓΚΗ ΑΝΑΣΤΑΣΙΑ, υπάλληλος της Γ.Γ.Α., ως Πρόεδρος.
2. ΚΑΡΑΔΕΝΙΖΛΟΓΛΟΥ ΑΙΚΑΤΕΡΙΝΗ, υπάλληλος της Γ.Γ.Α., ως μέλος.
3. ΛΕΟΝΤΑΡΑΚΗ ΣΤΑΜΑΤΙΚΗ, υπάλληλος της Γ.Γ.Α. ως μέλος.
4. ΠΕΝΤΕΦΟΥΝΤΑ ΧΡΥΣΑΝΘΗ ΑΝΑΣΤΑΣΙΑ, υπάλληλος γραμματείας της Ομοσπονδίας, ως μέλος.
5. ΑΡΑΧΩΒΙΤΗΣ ΓΕΩΡΓΙΟΣ, πρόεδρος της ΠΕΔΠΧ, ως μέλος.

Γραμματέας της Επιτροπής ορίζεται η ΔΗΜΗΤΡΙΟΥ ΑΝΑΣΤΑΣΙΑ, υπάλληλος της Γ.Γ.Α.

Διευθυντής της Σχολής ορίζεται ο ΤΣΟΥΡΕΚΑΣ ΤΙΜΟΛΕΩΝ, τεχνικός σύμβουλος ΕΟΧΑ, ΠΦΑ, Μ(σc), προπονητής Χιονοδρομίας Α' κατηγορίας.

### **3. ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΣΠΟΥΔΩΝ**

Το σύνολο των εκπαιδευτικών ωρών απεικονίζεται στον πίνακα

ΕΠΙΠΕΔΟ	ΔΙΔΑΚΤΙΚΕΣ ΩΡΕΣ	ΠΡΑΚΤΙΚΗ ΑΣΚΗΣΗ	ΔΙΑΡΚΕΙΑ ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑΣ ΣΧΟΛΗΣ (ΕΛΑΧΙΣΤΗ)	ΣΥΝΟΛΙΚΗ ΔΙΑΡΚΕΙΑ ΩΡΩΝ
Γ	300	50 ώρες	6 μήνες	350

\* Το σύνολο των ωρών είναι 300.

#### **ΚΑΤΑΝΟΜΗ ΜΑΘΗΜΑΤΩΝ**

Στον Κύκλο/Τομέα 1-2 περιλαμβάνονται αποκλειστικά θεωρητικά μαθήματα

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) και έχουν ως σκοπό να αποκτήσουν οι υποψήφιοι τις απαραίτητες γνώσεις και δεξιότητες για να κατανοήσουν το γνωστικό αντικείμενο κατάρτισης.

Τα θεωρητικά μαθήματα με τις e-learning διαλέξεις προσφέρονται με ψηφιακή πλατφόρμα και οι λεπτομέρειες αναφέρονται παρακάτω στον οδηγό σπουδών.

**Πρακτικά** χαρακτηρίζονται τα μαθήματα εκείνα τα οποία αποβλέπουν στην απόκτηση γνώσεων για την εμπέδωση του θεωρητικού μέρους κατάρτισης και στην απόκτηση κυρίως κινητικών δεξιοτήτων και ικανοτήτων επικοινωνίας ενώ πραγματοποιούνται αποκλειστικά σε προπονητικούς χώρους.

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

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

**ΚΥΚΛΟΣ/ΤΟΜΕΑΣ 1 - ΓΕΝΙΚΩΝ ΜΑΘΗΜΑΤΩΝ**

ΜΑΘΗΜΑΤΑ		ΩΡΕΣ ΔΙΑΔΙΚΤΥΑΚΑ	ΣΥΝΟΛΟ
1	Ανατομία	12	12
2	Φυσιολογία	12	12
3	Εργοφυσιολογία	12	12
4	Φυσικοθεραπεία	12	12
5	Βιομηχανική	12	12
ΣΥΝΟΛΟ		60	60

**ΚΥΚΛΟΣ/ΤΟΜΕΑΣ 2 - ΓΕΝΙΚΩΝ ΜΑΘΗΜΑΤΩΝ**

ΜΑΘΗΜΑΤΑ		ΩΡΕΣ ΔΙΑΔΙΚΤΥΑΚΑ	ΣΥΝΟΛΟ
1	Αθλητική Παιδαγωγική	12	12
2	Αθλητική Ψυχολογία	12	12
3	Οργάνωση & Διοίκηση Αθλητισμού	12	12
4	Κινητική Μάθηση	12	12
5	Μεθοδολογία Αθλητικής Έρευνας	12	12
ΣΥΝΟΛΟ		60	60

**ΚΥΚΛΟΣ/ΤΟΜΕΑΣ 3 - ΜΑΘΗΜΑΤΑ ΕΙΔΙΚΕΥΣΗΣ**

ΜΑΘΗΜΑΤΑ		ΩΡΕΣ δια ζώσης	ΩΡΕΣ εξ αποστάσεως	ΣΥΝΟΛΟ
1	Γενική Προπονητική		12	12
2	Ειδική Προπονητική		16	16
3	Κανονισμοί Αγώνων	14		14
4	Τεχνική Ανάλυση		8	8
5	Μεθοδολογία Διδασκαλίας	1	9	10
6	Προπονητική Εξάσκηση	105		105
7	Αντιντοπινγκ		5	5
8	Παραβίαση δικαιωμάτων παιδιού		5	5
9	Ακεραιότητα στον αθλητισμό		5	5
ΣΥΝΟΛΟ		120	60	180

## **ΕΠΟΠΤΕΥΟΜΕΝΗ ή ΚΑΘΟΔΗΓΟΥΜΕΝΗ ΠΡΑΚΤΙΚΗ ΑΣΚΗΣΗ**

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

α) Παρακολούθηση αγώνων της ομοσπονδίας ή με την άδεια αυτής, οποιασδήποτε κατηγορίας, τούτο πιστοποιημένο από την διοργανώτρια αρχή (Ομοσπονδία – Ένωση – Σύλλογος – Ευρωπαϊκοί και διεθνείς αγώνες) με σαφή αναφορά στις ώρες παρακολούθησης.

β) Παρακολούθηση ή συμμετοχή σε προπονήσεις Εθνικών ή προεθνικών ομάδων της Ομοσπονδίας ή των σωματείων της Ομοσπονδίας τούτο πιστοποιημένο από το σωματείο με υπογραφή προέδρου 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.

## **4. ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΟ ΜΑΘΗΜΑΤΩΝ-ΔΙΔΑΚΤΙΚΟ ΠΡΟΣΩΠΙΚΟ**

### **ΚΥΚΛΟΣ/ΤΟΜΕΑΣ 1 - ΓΕΝΙΚΩΝ ΜΑΘΗΜΑΤΩΝ**

<b>ΤΙΤΛΟΣ</b>	<b>ΑΝΑΤΟΜΙΑ</b>
<b>ΔΙΔΑΣΚΩΝ</b>	<b>ΔΑΛΚΙΡΑΝΗΣ Αναστάσιος, PHD, ΣΕΦΑΑ ΑΠΘ</b>
<b>ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ</b>	<b>Λειτουργική Ανατομική του ανθρώπου</b>
	<b>Εισαγωγή Οργανικά συστήματα</b>
	<b>Δέρμα</b>
	<b>Μύες</b>
	<b>Οστά Αρθρώσεις</b>
	<b>Ωμική ζώνη και άνω άκρα</b>
	<b>Μύες της άκρας χειρός</b>
	<b>Μυική ενέργεια στο σύμπλεγμα καρπού</b>
	<b>Κάτω άκρα</b>
	<b>Άρθρωση του γόνατος</b>
	<b>Ποδοκνημική άρθρωση και άκρος πόδα</b>

<b>ΤΙΤΛΟΣ</b>	<b>ΦΥΣΙΟΛΟΓΙΑ</b>
<b>ΔΙΔΑΣΚΩΝ</b>	<b>ΑΝΥΦΑΝΤΗ Μαρία, PHD ΣΕΦΑΑ ΑΠΘ</b>
<b>ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ</b>	<b>Κύτταρο</b>
	<b>Μυικό σύστημα</b>
	<b>Νευρικό σύστημα</b>
	<b>Ενδοκρινικό σύστημα</b>
	<b>Αίμα</b>
	<b>Κυκλοφοριακό σύστημα</b>
	<b>Αναπνευστικό σύστημα</b>
	<b>Πεπτικό σύστημα</b>

<b>3. ΤΙΤΛΟΣ</b>	<b>ΕΡΓΟΦΥΣΙΟΛΟΓΙΑ</b>
<b>ΔΙΔΑΣΚΩΝ</b>	<b>ΜΑΝΔΡΟΥΚΑΣ Αθανάσιος, PHD</b>
<b>ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ</b>	<b>Ανθρωμετρικά χαρακτηριστικά</b>
	<b>Αερόβια Ικανότητα - Μέθοδοι Προσδιορισμού</b>
	<b>Ανερόβιο Γαλακτικό Κατώφλι - Μέθοδοι Προσδιορισμού</b>
	<b>Οικονομία - Μέθοδοι Προσδιορισμού</b>
	<b>Ισχύς - Μέθοδοι Προσδιορισμού</b>
	<b>Οξείες και χρόνιες προσαρμογές στην προπόνηση</b>
	<b>Ορμονικές ανισορροπίες και υπερπροπόνηση</b>
	<b>Μακροχρόνιος αθλητικός σχεδιασμός στον νεαρό αθλητή</b>
	<b>Προπόνηση δύναμης</b>
	<b>Προπόνηση σε υψόμετρο</b>

<b>ΤΙΤΛΟΣ</b>	<b>ΦΥΣΙΚΟΘΕΡΑΠΕΙΑ</b>
<b>ΔΙΔΑΣΚΩΝ</b>	<b>ΣΥΚΑΡΑΣ Ευάγγελος, PHD</b>
<b>ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ</b>	<b>Φυσιοθεραπευτικά μέσα</b>
	<b>Θερμοθεραπεία - Κρυοθεραπεία</b>
	<b>Επιδέσεις - λειτουργικές επιδέσεις - λειτουργικοί νάρθηκες</b>
	<b>Φυσιοθεραπευτική αγωγή σε μυϊκές και τενόντιες κακώσεις</b>
	<b>Φυσιοθεραπευτική αγωγή σε συνδεσμικές και οστικές κακώσεις</b>
	<b>Προπόνηση επανένταξης μετά από κάκωση</b>
	<b>Φυσιοθεραπευτική αγωγή και αποκατάσταση σε κακώσεις άνω άκρων</b>
	<b>Φυσιοθεραπευτική αγωγή και αποκατάσταση σε κακώσεις κάτω άκρων</b>
<b>Φυσιοθεραπευτική αγωγή και αποκατάσταση σε κακώσεις κορμού</b>	

<b>ΤΙΤΛΟΣ</b>	<b>ΒΙΟΜΗΧΑΝΙΚΗ</b>
<b>ΔΙΔΑΣΚΩΝ</b>	<b>ΚΟΤΖΑΜΑΝΙΔΟΥ Μαριάννα, Phd</b>
<b>ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ</b>	<b>Εισαγωγή στη Βιομηχανική/Βιοκινητική - Η Βιοκινητική ως επιστήμη του αθλητισμού</b>
	<b>Βιοκινητική της ανθρώπινης κίνησης (επίπεδα - άξονες - μοχλοί - είδη επιβαρύνσεων)</b>
	<b>Βιοκινητική Μυοσκελετικού συστήματος (μηχανική των οστών και των αρθρώσεων - μηχανικός άξονας οστών - μηχανική φόρτιση ιστών)</b>
	<b>Βιοκινητική Μυοσκελετικού συστήματος (μηχανική μυϊκής λειτουργίας - μηχανικό μοντέλο του μυός - μηχανικές ιδιότητες των μυών)</b>
	<b>Βιοκινητική Μυοσκελετικού συστήματος (μορφολογική/λειτουργική διάκριση μυών, νευρομυϊκή λειτουργία, μηχανισμοί απορρόφησης φορτίσεων)</b>

<b>ΤΙΤΛΟΣ</b>	<b>ΒΙΟΜΗΧΑΝΙΚΗ</b>
<b>ΔΙΔΑΣΚΩΝ</b>	<b>ΚΟΤΖΑΜΑΝΙΔΟΥ Μαριάννα, Phd</b>
	<b>Βιοκινητική Νευρομυϊκής λειτουργίας (μυϊκή δύναμη/ισχύς/ αντοχή, μυϊκός κάματος, αντανεκλαστικά)</b>
	<b>Κινηματική (παράμετροι γραμμικής κίνησης - παράμετροι περιστροφικής κίνησης)</b>
	<b>Δυναμική (κινητικές παράμετροι, ιδιότητες της δύναμης, συνθήκες ισορροπίας)</b>
	<b>Διανυσματική ανάλυση των παραμέτρων της κίνησης</b>
	<b>Προσδιοριστικό μοντέλο της απόδοσης των τεχνικών της χιονοδρομίας</b>
	<b>Βιοκινητική αξιολόγηση της αθλητικής απόδοσης (εργαστηριακές μετρήσεις, εφαρμοσμένα παραδείγματα στη χιονοδρομία)</b>
	<b>Βιοκινητική αξιολόγηση της αθλητικής προσπάθειας (μέθοδοι έρευνας, εφαρμοσμένα παραδείγματα στη χιονοδρομία)</b>

## ΚΥΚΛΟΣ/ΤΟΜΕΑΣ 2 - ΓΕΝΙΚΩΝ ΜΑΘΗΜΑΤΩΝ

<b>ΤΙΤΛΟΣ</b>	<b>ΑΘΛΗΤΙΚΗ ΠΑΙΔΑΓΩΓΙΚΗ</b>
<b>ΔΙΔΑΣΚΩΝ</b>	<b>ΜΟΥΡΑΤΙΔΟΥ Αικατερίνη, Καθηγήτρια ΣΕΦΑΑ Σερρών</b>
<b>ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ</b>	<b>Ηθική ανάπτυξη στον αθλητισμό</b>
	<b>Αποτελεσματικό κλίμα διδασκαλίας</b>
	<b>Μέθοδοι διδασκαλίας στον αθλητισμό</b>
	<b>Μέθοδοι εξάσκησης στον αθλητισμό</b>
	<b>Ενίσχυση - παροχή ανατροφοδότησης</b>

<b>ΤΙΤΛΟΣ</b>	<b>ΑΘΛΗΤΙΚΗ ΨΥΧΟΛΟΓΙΑ</b>
<b>ΔΙΔΑΣΚΩΝ</b>	<b>ΓΡΟΥΙΟΣ Γεώργιος, Καθηγητής ΑΠΘ</b>
<b>ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ</b>	<b>Κίνητρα στον αθλητισμό</b>

<b>ΤΙΤΛΟΣ</b>	<b>ΑΘΛΗΤΙΚΗ ΨΥΧΟΛΟΓΙΑ</b>
<b>ΔΙΔΑΣΚΩΝ</b>	<b>ΓΡΟΥΙΟΣ Γεώργιος, Καθηγητής ΑΠΘ</b>
	Άγχος στον αθλητισμό
	Τεχνικές μείωσης του άγχου
	Τεχνικές ενεργοποίησης
	Βελτίωση της απόδοσης
	Ειδικά θέματα αθλητικής ψυχολογίας

<b>ΤΙΤΛΟΣ</b>	<b>ΟΡΓΑΝΩΣΗ &amp; ΔΙΟΙΚΗΣΗ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ</b>
<b>ΔΙΔΑΣΚΩΝ</b>	<b>ΚΑΡΑΓΙΩΡΓΟΣ Αθανάσιος, ΡΗΔ ΣΕΦΑΑ ΑΠΘ</b>
<b>ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ</b>	Διοίκηση αθλητικών οργανισμών-βασικές αρχές Management
	Διαχείριση αθλητικών εγκαταστάσεων
	Διοργάνωση αθλητικών γεγονότων
	Διοίκηση ανθρώπινου δυναμικού- Ηγεσία-Εθελοντισμός
	New Media και αθλητισμός
	Αθλητικό Marketing – βασικές αρχές marketing
	Αρμοδιότητες Προπονητή
	Αθλητισμός και Ηθική

<b>ΤΙΤΛΟΣ</b>	<b>ΚΙΝΗΤΙΚΗ ΜΑΘΗΣΗ</b>
<b>ΔΙΔΑΣΚΩΝ</b>	<b>ΓΡΟΥΙΟΣ Γεώργιος, Καθηγητής ΑΠΘ</b>
<b>ΠΕΙΡΕ</b>	Εισαγωγή στην κινητική συμπεριφορά: Έννοιες και εφαρμογές
	Κινητικός έλεγχος – Κινητική μάθηση
	Βασικές θεωρητικές προσεγγίσεις στην κινητική συμπεριφορά
	Έρευνα & κινητική συμπεριφορά (ερευνητικές προσεγγίσεις, μέθοδοι έρευνας)

<b>ΤΙΤΛΟΣ</b>	<b>ΚΙΝΗΤΙΚΗ ΜΑΘΗΣΗ</b>
<b>ΔΙΔΑΣΚΩΝ</b>	<b>ΓΡΟΥΙΟΣ Γεώργιος, Καθηγητής ΑΠΘ</b>
	<b>Κινητικές δεξιότητες (είδη – ταξινόμηση κινητικών δεξιοτήτων, γενική – ειδική κινητική ικανότητα)</b>
	<b>Νευρικό σύστημα και κινητική συμπεριφορά</b>
	<b>Μνήμη και κινητική συμπεριφορά</b>
	<b>Αντίληψη – Προσοχή και ο ρόλος στην κινητική απόδοση</b>

<b>ΤΙΤΛΟΣ</b>	<b>ΜΕΘΟΔΟΛΟΓΙΑ ΑΘΛΗΤΙΚΗΣ ΕΡΕΥΝΑΣ</b>
<b>ΔΙΔΑΣΚΩΝ</b>	<b>Πατσιαούρας Αστέριος, PHD, ΤΕΦΑΑ Θεσσαλίας</b>
<b>ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ</b>	<b>Η σημασία της έρευνας</b>
	<b>Τα στάδια της έρευνας</b>
	<b>Τα είδη έρευνας</b>
	<b>Βιβλιογραφία</b>
	<b>Συλλογή δεδομένων</b>
	<b>Ερωτηματολόγια- κλίμακες μέτρησης</b>
	<b>Αναφορά και αξιολόγηση της έρευνας</b>
	<b>Συγγραφή μιας ποσοτικής έρευνας</b>
	<b>Ερευνητική πρόταση</b>
	<b>Εγκυρότητα της έρευνας-Αξιοπιστία και εγκυρότητα οργάνου μέτρησης</b>

### ΚΥΚΛΟΣ/ΤΟΜΕΑΣ 3 - ΜΑΘΗΜΑΤΑ ΕΙΔΙΚΕΥΣΗΣ

<b>ΤΙΤΛΟΣ</b>	<b>ΓΕΝΙΚΗ ΠΡΟΠΟΝΗΤΙΚΗ</b>
<b>ΔΙΔΑΣΚΩΝ</b>	<b>ΚΕΛΛΗΣ ΣΠΥΡΙΔΩΝ, Ομότιμος καθηγητής ΑΠΘ</b>
<b>ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ</b>	<b>Βασικές έννοιες προπονητικής</b>
	<b>Αρχές προπόνησης</b>
	<b>α) Μακροχρόνιος σχεδιασμός</b>
	<b>β) Ετήσιος σχεδιασμός</b>
	<b>γ) Κινητικότητα των αρθρώσεων (ευκαμψία)</b>
	<b>Τεχνική</b>

<b>ΤΙΤΛΟΣ</b>	<b>ΕΙΔΙΚΗ ΠΡΟΠΟΝΗΤΙΚΗ</b>
<b>ΔΙΔΑΣΚΩΝ</b>	<b>ΚΕΛΛΗΣ ΣΠΥΡΙΔΩΝ, Ομότιμος καθηγητής ΑΠΘ</b>
<b>ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ</b>	<b>Ανάπτυξη φυσικής κατάστασης</b>
	<b>α) Δύναμη</b>
	<b>β) Ταχύτητα</b>
	<b>γ) Αντοχή</b>
	<b>Σχεδιασμός προπονητικών προγραμμάτων</b>
	<b>Καθοδήγηση-ρύθμιση της προπονητικής διαδικασίας</b>
	<b>Αξιολόγηση αθλητικής απόδοσης</b>

<b>ΤΙΤΛΟΣ</b>	<b>ΑΝΤΙΝΤΟΠΙΝΓΚ (ΦΑΡΜΑΚΟΔΙΕΡΓΕΣΗ)</b>
<b>ΔΙΔΑΣΚΩΝ</b>	<b>ΠΑΠΟΥΛΙΑΣ Χρήστος, Γραφείο εκπαίδευσης ΕΟΚΑΝ</b>
<b>ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ο Παγκόσμιος Κώδικας Αντιντόπινγκ</li> <li>• Διαδικασίες Εναρμόνισης</li> <li>• Τα Διεθνή Πρότυπα</li> <li>• Ο κατάλογος Απαγορευμένων Ουσιών και Μεθόδων</li> <li>• Πολιτικές πρόληψης και επιμόρφωσης</li> <li>• Κανονιστικό πλαίσιο, κατευθυντήριες γραμμές και πρωτόκολλα</li> <li>• Σύστημα εντοπισμού αθλητών</li> <li>• Διαδικασίες ελέγχων</li> <li>• Βιολογικό διαβατήριο αθλητή</li> <li>• Προστασία προσωπικών δεδομένων</li> <li>• Κατ' εξαίρεση χρήση απαγορευμένων ουσιών και μεθόδων</li> </ul>

<b>ΤΙΤΛΟΣ</b>	<b>ΗΘΙΚΗ ΚΑΙ ΑΚΕΡΑΙΟΤΗΤΑ ΣΤΟΝ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟ</b>
<b>ΔΙΔΑΣΚΩΝ</b>	<b>ΜΗΝΟΥΔΗΣ Βασίλειος, Msc Sports Management</b>
<b>ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Ηθικά διλήμματα στον αθλητισμό στην αρχαιότητα και σήμερα</li> <li>2. Χειραγώγηση στον Αθλητισμό και Στοιχηματισμός</li> <li>3. Κώδικας Δεοντολογίας</li> <li>4. Πλατφόρμες αναφορών</li> <li>5. Εκπαιδευτικά εργαλεία - πιστοποίηση από ΕΠΑΘΛΑ</li> </ol>

<b>ΤΙΤΛΟΣ</b>	<b>ΠΑΡΑΒΙΑΣΗ ΔΙΚΑΙΩΜΑΤΩΝ ΠΑΙΔΙΟΥ &amp; ΠΛΑΙΣΙΟ ΠΑΙΔΙΚΗΣ ΠΡΟΣΤΑΣΙΑΣ</b>
<b>ΔΙΔΑΣΚΩΝ</b>	<b>ΝΙΚΟΛΑΙΔΗΣ Γιώργος Ψυχίατρος, MD, MA, MSc, PhD</b>
<b>ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ</b>	<p>1<sup>η</sup> ενότητα: Τα ανθρώπινα δικαιώματα και τα δικαιώματα του παιδιού</p> <p>2<sup>η</sup> ενότητα: Παρουσίαση θεσμικού πλαισίου και μηχανισμών για την παιδική προστασία</p> <p>3<sup>η</sup> ενότητα: Κατανόηση και εφαρμογή των δικαιωμάτων του παιδιού</p>

<b>ΤΙΤΛΟΣ</b>	<b>ΚΑΝΟΝΙΣΜΟΙ</b>
<b>ΔΙΔΑΣΚΩΝΤΕΣ</b>	<b>ΤΣΟΥΡΕΚΑΣ</b> Τιμολέων, ΚΦΑ, Msc, Τεχνικός διευθυντής ΕΟΧΑ, Διεθνής τεχνικός εκπρόσωπος FIS & IBU <b>ΜΟΥΛΕΛΗΣ</b> Ηλίας, ΚΦΑ, Msc, Διεθνής Τεχνικός Εκπρόσωπος FIS, προπονητής Α κατηγορίας <b>ΝΤΕΛΙΤΣ</b> Σλόμπονταν, διεθνής κριτής (ISU) <b>ΝΤΟΥΜΠΡΑΚΕ</b> Μιρέλ, π. Ομοσπονδιακός Προπονητής
<b>ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ</b>	Γενικοί Κανονισμοί ΕΟΧΑ
	Κανονισμοί Αγώνων ΕΟΧΑ
	<b>1. Χιονοδρομίας:</b>
	Κανονισμοί Αλπικών
	Κανονισμοί Δρ. Αντοχής
	Κανονισμοί Διάθλου
	Κανονισμοί Ελεύθερου Σκι
	Κανονισμοί Χιονοσανίδας
	<b>2. Καλλιτεχνικού Πατινάζ</b>
<b>3. Χόκευ</b>	

<b>ΤΙΤΛΟΣ</b>	<b>ΤΕΧΝΙΚΗ ΑΝΑΛΥΣΗ ΧΙΟΝΟΔΡΟΜΙΑΣ</b>
<b>ΔΙΔΑΣΚΩΝΤΕΣ</b>	<b>ΑΝΑΣΤΑΣΙΑΔΗΣ</b> Νικόλαος, ΚΦΑ, Ομοσπονδιακός προπονητής, προπονητής Α κατηγορίας, Διεθνής τεχνικός εκπρόσωπος FIS & IBU <b>ΤΙΤΑΣ</b> Χρήστος, ΚΦΑ, Ομοσπονδιακός προπονητής, προπονητής Α κατηγορίας, <b>ΜΟΥΛΕΛΗΣ</b> Ηλίας, ΚΦΑ, Msc, Διεθνής Τεχνικός Εκπρόσωπος FIS, προπονητής Α κατηγορίας <b>ΚΑΙΜΑΚΑΜΗΣ</b> Δημήτριος, Επίκουρος καθηγητής ΑΠΘ, προπονητής χιονοδρομίας
<b>ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ</b>	Τεχνική Ανάλυση Αλπικών Αγωνισμάτων
	Τεχνική Ανάλυση Χιονοσανίδας
	Τεχνική Ανάλυση Ελεύθερου Σκι
	Τεχνική Ανάλυση Δρ. Αντοχής

<b>ΤΙΤΛΟΣ</b>	<b>ΜΕΘΟΔΟΛΟΓΙΑ ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑΣ ΧΙΟΝΟΔΡΟΜΙΑΣ</b>
<b>ΔΙΔΑΣΚΩΝΤΕΣ</b>	ΑΝΑΣΤΑΣΙΑΔΗΣ Νικόλαος, ΚΦΑ, Ομοσπονδιακός προπονητής, προπονητής Α κατηγορίας, Διεθνής τεχνικός εκπρόσωπος FIS & IBU ΤΙΤΑΣ Χρήστος, ΚΦΑ, Ομοσπονδιακός προπονητής, προπονητής Α κατηγορίας, ΜΟΥΛΕΛΗΣ Ηλίας, ΚΦΑ, Msc, Διεθνής Τεχνικός Εκπρόσωπος FIS, προπονητής Α κατηγορίας ΚΑΙΜΑΚΑΜΗΣ Δημήτριος, Επίκουρος καθηγητής ΑΠΘ, προπονητής χιονοδρομίας
<b>ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ</b>	Η μεθοδολογία της διδασκαλίας
	Κινητική μάθηση
	Η μέθοδος διδασκαλίας
	Η μέθοδος εκμάθησης
	Η ανάθεση ασκήσεων
	Τα συναισθηματικά στοιχεία
	Η οργάνωση του μαθήματος
	Παρατήρηση τεχνικών, απαντήσεις και βελτιώσεις ΑΝΤΟΧΗ
	Παρατήρηση τεχνικών, απαντήσεις και βελτιώσεις ΑΛΠΙΚΟ
	Παρατήρηση τεχνικών, απαντήσεις και βελτιώσεις ΔΙΑΘΛΟ
	Παρατήρηση τεχνικών, απαντήσεις και βελτιώσεις ΕΛΕΥΘΕΡΟ ΣΚΙ
	Παρατήρηση τεχνικών, απαντήσεις και βελτιώσεις ΧΙΟΝΟΣΑΝΙΔΑ

<b>ΤΙΤΛΟΣ</b>	<b>ΠΡΟΠΟΝΗΤΙΚΗ ΕΞΑΣΚΗΣΗ ΑΛΠΙΚΩΝ</b>
<b>ΔΙΔΑΣΚΩΝΤΕΣ</b>	ΖΟΥΡΑΡΗΣ Μιχάλης, ΚΦΑ π. Ομοσπονδιακός Προπονητής ΜΟΥΛΕΛΗΣ Ηλίας, Msc, ΚΦΑ, Διεθνής Τεχνικός Εκπρόσωπος ΚΥΡΙΑΚΗΣ Δημήτριος, ΚΦΑ, Ομοσπονδιακός Προπονητής
<b>ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ</b>	Βασικά χαρακτηριστικά των Αλπικών Αγωνισμάτων (θεωρητικό)
	Παράλληλη οδήγηση της στροφής με εναλλακτικές μεθόδους εκμάθηση παιδιών (πρακτικό)
	Μετάβαση στο αγωνιστικό σκι (πρακτικό)
	Χάραξη αγωνιστικών διαδρομών (θεωρητικό και πρακτικό)
	Ελεύθερη κατάβαση ( Freeride ) – σκι σε μη οριοθετημένες περιοχές (πρακτικό)

<b>ΤΙΤΛΟΣ</b>	<b>ΠΡΟΠΟΝΗΤΙΚΗ ΕΞΑΣΚΗΣΗ ΑΛΠΙΚΩΝ</b>
<b>ΔΙΔΑΣΚΩΝΤΕΣ</b>	<b>ΖΟΥΡΑΡΗΣ Μιχάλης, ΚΦΑ π. Ομοσπονδιακός Προπονητής ΜΟΥΛΕΛΗΣ Ηλίας, Msc, ΚΦΑ, Διεθνής Τεχνικός Εκπρόσωπος ΚΥΡΙΑΚΗΣ Δημήτριος, ΚΦΑ, Ομοσπονδιακός Προπονητής</b>
	<b>Μέτρα ασφάλειας στο βουνό (πρακτικό θεωρητικό)</b>

<b>ΤΙΤΛΟΣ</b>	<b>ΠΡΟΠΟΝΗΤΙΚΗ ΕΞΑΣΚΗΣΗ ΣΚΙ ΑΝΤΟΧΗΣ &amp; ΔΙΑΘΛΟΥ</b>
<b>ΔΙΔΑΣΚΩΝΤΕΣ</b>	<b>ΑΝΑΣΤΑΣΙΑΔΗΣ Νικόλαος, ΚΦΑ, Ομοσπονδιακός προπονητής, προπονητής Α κατηγορίας, Διεθνής τεχνικός εκπρόσωπος FIS &amp; IBU ΤΙΤΑΣ Χρήστος, ΚΦΑ, Ομοσπονδιακός προπονητής, προπονητής Α κατηγορίας, ΞΑΝΘΗΣ Κυριάκος, Πτυχιούχος ΦΑ, Ομοσπονδιακός Προπονητής, προπονητής Α κατηγορίας ΤΣΟΥΡΕΚΑΣ Τιμολέων, ΚΦΑ, Msc, Τεχνικός διευθυντής ΕΟΧΑ, Διεθνής τεχνικός εκπρόσωπος FIS &amp; IBU, προπονητής Α κατηγορίας</b>
<b>ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ</b>	<b>Βασικά χαρακτηριστικά του Σκι αντοχής &amp; Διάθλου (θεωρητικό)</b>
	<b>Εκμάθηση τεχνικών σκι αντοχής σε παιδιά και αρχάριους (πρακτικό)</b>
	<b>Αγωνιστικές τεχνικές (πρακτικό)</b>
	<b>Κλασσική</b>
	<b>Ελεύθερη τεχνική</b>
	<b>Κατάβαση</b>
	<b>Ο αγωνιστικός στίβος (θεωρητικό και πρακτικό)</b>
	<b>Πεδίο βολής (θεωρητικό και πρακτικό)</b>
	<b>Σκοποβολή (πρακτικό)</b>
	<b>Μορφές ξηρής προπόνησης</b>
	<b>Εξοπλισμός</b>

<b>ΤΙΤΛΟΣ</b>	<b>ΠΡΟΠΟΝΗΤΙΚΗ ΕΞΑΣΚΗΣΗ ΧΙΟΝΟΣΑΝΙΔΑΣ &amp; ΕΛΕΥΘΕΡΟ ΣΚΙ</b>
<b>ΔΙΔΑΣΚΩΝ</b>	<b>ΚΑΙΜΑΚΑΜΗΣ Δημήτριος, Επίκουρος καθηγητής ΑΠΘ, προπονητής χιονοδρομίας</b>
<b>ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ</b>	<b>Βασικές δεξιότητες, εκμάθηση</b>
	<b>Στροφές</b>
	<b>Χαρακτή στροφή (Carve)</b>
	<b>Αγωνιστική χιονοσανίδα</b>
	<b>Ελεύθερη κατάβαση – Freeride</b>
	<b>Ελεύθερο στυλ – Freestyle</b>
	<b>Αλπική χιονοσανίδα - Alpine</b>

<b>ΤΙΤΛΟΣ</b>	<b>ΤΕΧΝΙΚΗ ΑΝΑΛΥΣΗ ΧΟΚΕΥ</b>
<b>ΔΙΔΑΣΚΩΝ</b>	<b>ΝΤΟΥΜΠΡΑΚΕ Μιρέλ, π. Ομοσπονδιακός Προπονητής ΕΥΚΑΡΠΙΔΗΣ Παναγιώτης, π. Ομοσπονδιακός Προπονητής</b>
<b>ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ</b>	<b>Skating</b>
	<b>Puck Handing</b>
	<b>Shooting</b>
	<b>Goalkeeping Technical</b>

<b>ΤΙΤΛΟΣ</b>	<b>ΜΕΘΟΔΟΛΟΓΙΑ ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑΣ ΧΟΚΕΥ</b>
<b>ΔΙΔΑΣΚΩΝ</b>	<b>ΝΤΟΥΜΠΡΑΚΕ Μιρέλ, π. Ομοσπονδιακός Προπονητής ΕΥΚΑΡΠΙΔΗΣ Παναγιώτης, π. Ομοσπονδιακός Προπονητής</b>
<b>ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ</b>	<b>Begining Skating</b>
	<b>Puck Handing</b>
	<b>Puck Control Skills</b>
	<b>Passing and Receiving</b>
	<b>Shooting</b>
	<b>Goalkeeping Technical</b>
	<b>Learn through Play</b>

<b>ΤΙΤΛΟΣ</b>	<b>ΠΡΟΠΟΝΗΤΙΚΗ ΕΞΑΣΚΗΣΗ ΧΟΚΕΥ</b>
<b>ΔΙΔΑΣΚΩΝ</b>	<b>ΝΤΟΥΜΠΡΑΚΕ Μιρέλ, π. Ομοσπονδιακός Προπονητής ΕΥΚΑΡΠΙΔΗΣ Παναγιώτης, π. Ομοσπονδιακός Προπονητής</b>
<b>ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ</b>	<b>Begining Skating</b>
	<b>Skating Skiils</b>
	<b>Puck Control Skills</b>
	<b>Checking Skills</b>
	<b>Individual Tactics</b>
	<b>Individual Offensive and Defensive Tactics II</b>
	<b>Offensive Team Tactics and Principles</b>
	<b>Defensive Team Tactics and Principles</b>
	<b>Cross-ice Hockey and Small-area Games</b>
	<b>Practice Planning</b>
<b>Game Situation Roles</b>	
<b>ΤΙΤΛΟΣ</b>	<b>ΤΕΧΝΙΚΗ ΑΝΑΛΥΣΗ ΚΑΛ. ΠΑΤΙΝΑΖ</b>
<b>ΔΙΔΑΣΚΟΥΣΑ</b>	<b>ΖΕΛΕΝΚΟΒΑ Μάγια, Προπονήτρια Καλ. Πατινάζ ISU</b>
<b>ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ</b>	<b>Turns and Steps</b>
	<b>Spins</b>
	<b>Jumps</b>
<b>ΤΙΤΛΟΣ</b>	<b>ΜΕΘΟΔΟΛΟΓΙΑ ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑΣ ΚΑΛ. ΠΑΤΙΝΑΖ</b>
<b>ΔΙΔΑΣΚΟΥΣΑ</b>	<b>ΖΕΛΕΝΚΟΒΑ Μάγια, Προπονήτρια Καλ. Πατινάζ ISU</b>
<b>ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ</b>	<b>Φυσιολογικά Χαρακτηριστικά</b>
	<b>Rotational movements</b>
	<b>Body movements in jumps</b>
	<b>Ο ρόλος της χορογραφίας</b>

<b>ΤΙΤΛΟΣ</b>	<b>ΠΡΟΠΟΝΗΤΙΚΗ ΕΞΑΣΚΗΣΗ ΚΑΤ. ΠΑΤΙΝΑΖ</b>
<b>ΔΙΔΑΣΚΟΥΣΑ</b>	<b>ΖΕΛΕΝΚΟΒΑ Μάγια, Προπονήτρια Καλ. Πατινάζ ISU</b>
<b>ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ</b>	<b>Εισαγωγή στο skating</b>
	<b>Skating δεξιότητες</b>
	<b>Body movements in jumps</b>
	<b>Steps and Spirals</b>
	<b>Spins</b>
	<b>Flying spins</b>
	<b>Αλματα</b>

## **5. ΕΝΔΕΙΚΤΙΚΟ ΩΡΟΛΟΓΙΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ**

<b>ΜΑΘΗΜΑ ΩΡΕΣ</b>	<b>ΙΑΝ ΟΥΑ ΡΙΟΣ</b>	<b>ΦΕΒ ΡΟΥ ΑΡΙ ΟΣ</b>	<b>ΜΑ ΡΤΙΟ Σ</b>	<b>ΑΠΡ ΙΛΙΟ Σ</b>	<b>ΜΑΙ ΟΣ</b>	<b>ΙΟΥ ΝΙΟ Σ</b>	<b>ΙΟΥΛ ΙΟΣ</b>	<b>ΑΥΓ ΟΥΣ ΤΟΣ</b>	<b>ΣΕΠ ΤΕΜ ΒΡΙ ΟΣ</b>	<b>ΟΚΩ ΒΡΙ ΟΣ</b>
<b>ΑΝΑΤΟΜΙΑ (12)</b>				X						
<b>ΦΥΣΙΟΛΟΓΙΑ (12)</b>					X					
<b>ΕΡΓΟΦΥΣΙΟΛΟΓΙΑ (12)</b>					X	X				
<b>ΦΥΣΙΚΟΘΕΡΑΠΕΙΑ (12)</b>										
<b>ΒΙΟΜΗΧΑΝΙΚΗ (12)</b>					X	X				
<b>ΟΡΓ. &amp; ΔΙΟΙΚ. ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ (12)</b>					X					
<b>ΑΘΛΗΤΙΚΗ ΨΥΧΟΛΟΓΙΑ (12)</b>				X						
<b>ΑΘΛΗΤΙΚΗ ΠΑΙΔΑΓΩΓΙΚΗ (12)</b>				X						
<b>ΜΕΘΟΔΟΛΟΓΙΑ ΑΘΛ. ΕΡΕΥΝΑΣ (12)</b>				X						
<b>ΓΕΝΙΚΗ ΠΡΟΠΟΝΗΤΙΚΗ (12)</b>				X	X					

ΕΙΔΙΚΗ ΠΡΟΠΟΝΗΤΙΚΗ ΣΤΗΝ ΧΙΟΝΟΔΡΟΜΙΑ (16)						X			ΕΞΕΤΑΣΤΙΚΗ ΠΕΡΙΟΔΟΣ	ΕΠΑΝΕΞΕΤΑΣΗ
ΕΙΔΙΚΑ ΘΕΜΑΤΑ ΑΝΤΙΝΤΟΠΙΓΚ (5)						X				
ΕΙΔΙΚΑ ΘΕΜΑΤΑ ΠΑΡΑΒΙΑΣΗ ΔΙΚΑΙΩΜΑΤΩΝ ΠΑΙΔΙΟΥ ΠΛΑΙΣΙΟ ΠΑΙΔΙΚΗΣ ΠΡΟΣΤΑΣΙΑΣ (5)						X				
ΕΙΔΙΚΑ ΘΕΜΑΤΑ ΗΘΙΚΗ & ΑΚΕΡΑΙΟΤΗΤΑ ΣΤΟΝ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟ(5)						X				
ΜΕΘΟΔΟΛΟΓΙΑ ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑΣ ΧΙΟΝΟΔΡΟΜΙΑΣ (10)	X		X		X					
ΤΕΧΝΙΚΗ ΑΝΑΛΥΣΗ ΤΗΣ ΧΙΟΝΟΔΡΟΜΙΑΣ (8)	X		X		X					
ΠΡΟΠΟΝΗΤΙΚΗ ΕΞΑΣΚΗΣΗ ΧΙΟΝΟΔΡΟΜΙΑΣ (105)	X		X		X					
ΜΕΘΟΔΟΛΟΓΙΑ ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑΣ ΧΟΚΕΥ (10)		X	X	X	X					
ΤΕΧΝΙΚΗ ΑΝΑΛΥΣΗ ΤΟΥ ΧΟΚΕΥ (8)		X	X	X	X					
ΠΡΟΠΟΝΗΤΙΚΗ ΕΞΑΣΚΗΣΗ ΧΟΚΕΥ (105)		X	X	X	X					
ΜΕΘΟΔΟΛΟΓΙΑ ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑΣ ΚΑΛ. ΠΑΤΙΝΑΣ (10)		X	X	X	X					
ΤΕΧΝΙΚΗ ΑΝΑΛΥΣΗ ΤΟΥ ΚΑΛ. ΠΑΤΙΝΑΣ (8)		X	X	X	X					
ΠΡΟΠΟΝΗΤΙΚΗ ΕΞΑΣΚΗΣΗ ΚΑΛ.ΠΑΤΙΝΑΣ105)		X	X	X	X					
ΚΑΝΟΝΙΣΜΟΙ ΤΩΝ ΑΘΛΗΜΑΤΩΝ (14)	X									
ΕΠΟΠΤΕΥΟΜΕΝΗ & ΚΑΘΟΔΗΓΟΥΜΕΝΗ ΠΡΑΚΤΙΚΗ ΕΡΓΑΣΙΑ (50)	X	X	X	X	X	X	X	X		

## **6. ΜΑΘΗΜΑΤΑ- ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑ**

### **A. Διδασκαλία**

#### **Πρακτικά Μαθήματα.**

1. Τα Μαθήματα του Κύκλου 3 θα λάβουν χώρα στο Μέτσοβο ή σε όποιο άλλο χιονοδρομικό κέντρο θα διαθέτει κατάλληλες οργανωτικές και χιονοδρομικές συνθήκες την περίοδο λειτουργίας της σχολής.

Η ανακοίνωση του χιονοδρομικού κέντρου, θα γίνεται σε εύλογο χρονικό διάστημα πριν την έναρξη των μαθημάτων.

Ανάλογα με τον αριθμό των υποψηφίων μπορούν σε κάθε σχολή να δημιουργούνται τμήματα με σκοπό την καλύτερη λειτουργία της σχολής και την επίτευξη των μαθησιακών στόχων. Τα τμήματα αυτά μπορούν να αφορούν το σύνολο των μαθημάτων ή μέρος αυτών και ιδιαίτερα του πρακτικού μέρους. Ο ανώτατος αριθμός του κάθε τμήματος για τα θεωρητικό μέρος είναι 120 άτομα και για το πρακτικό μέρος 50 άτομα.

2. Η διάρκεια της ωριαίας διδασκαλίας όλων των μαθημάτων καθορίζεται σε 45 λεπτά μετά τη λήξη της οποίας ακολουθεί διάλειμμα δέκα (10) με δέκα πέντε (15) λεπτών. Η διδασκαλία των πρακτικών ή του πρακτικού μέρους μικτών μαθημάτων είναι δυνατό να γίνεται συνεχόμενη μέχρι τρεις (3) ώρες. Επιπρόσθετα, ο συνολικός αριθμός των διδαχθέντων ωρών δεν πρέπει να ξεπερνά τις δέκα (10) ανά ημέρα.

3. Μετά την είσοδο του εκπαιδευτή στην αίθουσα διδασκαλίας ή στον προπονητικό χώρο δεν επιτρέπεται η είσοδος των καταρτιζόμενων.

4. Οι παρουσίες λαμβάνονται υποχρεωτικά κατά την έναρξη του μαθήματος και με ευθύνη του διδάσκοντα ή των διδασκόντων.

#### **Θεωρητικά μαθήματα**

1. Αναφορικά με τα θεωρητικά μαθήματα αυτά θα διεξαχθούν διαδικτυακά με τη μορφή της συγχρονισμένης ή/και ασύγχρονης παρακολούθησης. Οι σπουδαστές με τη χρήση του κωδικού θα μπορούν να παρακολουθούν το μάθημα. Ο κωδικός για κάθε μάθημα θα είναι διαφορετικός.

2. Κατά τη διάρκεια παρακολούθησης του μαθήματος οι φοιτητές θα πρέπει να απαντούν σε ερωτήσεις, μέσω των οποίων θα πιστοποιείται η παρουσία τους ανά ώρα διδασκαλίας.

3. Η διάρκεια της για κάθε ώρας διδασκαλίας ορίζεται σε 45 λεπτά. Επιπρόσθετα, ο συνολικός αριθμός των διδαχθέντων ωρών δεν πρέπει να ξεπερνά τις δέκα (10) ανά ημέρα.

4. Μετά την είσοδο του διδάσκοντα στην εφαρμογή δεν επιτρέπεται η είσοδος των καταρτιζόμενων.

5. Η υποχρεωτική παρουσία για την εξ' αποστάσεως εκπαίδευση εξασφαλίζεται είτε με την καταγραφή των παρόντων από τον διδάσκοντα ανά ώρα μαθήματος, είτε μέσω των τεχνικών δυνατοτήτων καταγραφής της εκάστοτε χρησιμοποιούμενης ηλεκτρονικής πλατφόρμας (επίσης ανά ώρα μαθήματος). Η κάμερα του υπολογιστή θα παραμένει ανοικτή σε όλη την διάρκεια της διδασκαλίας. Το μικρόφωνο θα πρέπει να παραμένει κλειστό σε όλη τη διάρκεια της διδασκαλίας και θα ανοίγει μόνο με την άδεια του διδάσκοντα.

6. Στην πλατφόρμα θα έχουν πρόσβαση τα άτομα με εξουσιοδότηση διοίκησης σχολής, ο διευθυντής, το αρμόδιο τμήμα της ΓΓΑ.

7. Πριν την έναρξη των μαθημάτων της εξ' αποστάσεως εκπαίδευσης θα γίνει παρουσίαση της πλατφόρμας και εκπαίδευση όλων των σπουδαστών στη γενική χρήση του ηλεκτρονικού υπολογιστή αλλά και ειδική χρήση (εξοικείωση με τη διαδικτυακή πλατφόρμα εξ' αποστάσεως εκπαίδευσης) έτσι ώστε να εκπαιδευτούν όλοι στον τρόπο λειτουργίας της εξ αποστάσεως εκπαίδευσης.

## **B. 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).

Πτυχιούχοι ΤΕΦΑΑ μπορούν να μεταφέρουν τις παρακολουθήσεις των γνωστικών αντικειμένων που έχουν διδαχθεί στα υποχρεωτικά μαθήματα των κύκλων 1 και 2 με τους αντίστοιχους βαθμούς.

## **Γ. 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 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 της Σχολής διακόπτεται η παρακολούθηση του.

4. Δύναται με απόφαση του Διευθυντή η διεξαγωγή συμπληρωματικών μαθημάτων για την κάλυψη απουσιών των σπουδαστών εφόσον ο αριθμός τους κρίνεται μεγάλος.
5. Ο υποψήφιος δεν έχει δικαίωμα προσέλευσης στις τελικές εξετάσεις εφόσον η παρακολούθηση του χαρακτηρίστηκε ως ανεπαρκής.

## **7. ΕΞΕΤΑΣΕΙΣ**

### **A. Οργάνωση των εξετάσεων**

1. Μετά τη λήξη των μαθημάτων ακολουθεί μια εξεταστική περίοδος, κατά τη διάρκεια της οποίας οι υποψήφιοι εξετάζονται γραπτά και πρακτικά σ' όλη τη διδακτέα ύλη (θεωρητική και πρακτική) που προβλέπεται από το αναλυτικό πρόγραμμα.
2. α) Οι εξετάσεις με τέστ επιλογών θα πραγματοποιηθούν με την ολοκλήρωση όλων των μαθημάτων, σε ημερομηνία και χώρο που θα επιδείξει ο διευθυντής της Σχολής. β) Οι προφορικές και πρακτικές εξετάσεις θα πραγματοποιηθούν με την ολοκλήρωση των μαθημάτων, σε ημερομηνία και χώρο που θα επιδείξει ο διευθυντής της Σχολής.
3. Ο Διευθυντής της Σχολής έχει τη γενική ευθύνη της εύρυθμης διεξαγωγής των εξετάσεων, ο οποίος παράλληλα μεριμνά έγκαιρα για την καταλληλότητα των χώρων, τη διαθεσιμότητα των υλικών και μέσων και γενικότερα για το αδιάβλητο των εξετάσεων.
4. Οι εξετάσεις διεξάγονται με την ευθύνη μιας τριμελούς επιτροπής αποτελούμενη από το Διευθυντή της Σχολής και δύο διδάσκοντες που δίδαξαν κατά τη διάρκεια της Σχολής.
5. Η διάρκεια επεξεργασίας των θεμάτων κατά τη γραπτή εξέταση σε καμιά περίπτωση δεν υπερβαίνει τις τρεις (3) ώρες.
6. Ειδική μέριμνα λαμβάνεται για την προφορική εξέταση υποψηφίων με αποδεδειγμένη, πριν από την εισαγωγή τους στη Σχολή, δυσλεξία όπως ορίζει.
7. Αν ο υποψήφιος αποτύχει σε μάθημα ή μαθήματα κατά την εξεταστική περίοδο γίνεται επανεξέταση και η επαναληπτική εξεταστική περίοδος ορίζεται με απόφαση της Επιτροπής Διοίκησης.

### **B. Διαδικασία διεξαγωγής εξετάσεων**

1. Για την ανάπτυξη των θεμάτων χορηγούνται στους εξεταζόμενους, με ευθύνη των επιτηρητών της αίθουσας, ειδικά σφραγισμένα και υπογεγραμμένα, ιδιόχειρα από τον εξεταστή του μαθήματος, φύλλα χάρτου-κόλλες αναφοράς ή τυπωμένα ερωτηματολόγια.

2. Στην αρχή της εξέτασης γίνεται από τους επιτηρητές και έλεγχος των στοιχείων ταυτότητας των εξεταζόμενων.
3. Τα φύλλα θεμάτων και απαντήσεων επιστρέφονται στον ορισθέντα επιτηρητή, μετά το πέρας της επεξεργασίας των θεμάτων.
4. Ο επιτηρητής αφού διαγράψει τα τυχόντα κενά στα φύλλα απαντήσεων, μονογραφεί στο τέλος της διαπραγμάτευσης των θεμάτων, καταμετρά τα γραπτά και 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 παραδίδονται στο Δ/ντη της Σχολής.

### Γ. Βαθμολόγηση- Αξιολόγηση

1. Η βαθμολογική κλίμακα ορίζεται από μηδέν έως δέκα (0-10) και ως κατώτερος προβιβασίμος βαθμός θεωρείται το πέντε (5).
2. Πτυχιούχοι ΤΕΦΑΑ μεταφέρουν τις παρακολουθήσεις των γνωστικών αντικειμένων που έχουν διδαχθεί στα υποχρεωτικά μαθήματα των κύκλων 1 και 2 με τους αντίστοιχους βαθμούς.
3. Η αξιολόγηση των γνώσεων, ικανοτήτων και δεξιοτήτων των σπουδαστών γίνεται λαμβάνοντας υπόψη (α) την αξιολόγηση συμμετοχής σε εργασίες (ατομικές ή ομαδικές έως τρία (3) άτομα υποχρεωτικές) (β) την τελική εξέταση (γραπτές εξετάσεις).

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

### ΚΥΚΛΟΣ/ΤΟΜΕΑΣ 1 - ΓΕΝΙΚΩΝ ΜΑΘΗΜΑΤΩΝ

	ΜΑΘΗΜΑΤΑ	ΓΡΑΠΤΕΣ ΕΞΕΤΑΣΕΙΣ	ΤΕΣΤ ΠΟΛΛΑΠΛΩΝ ΕΠΙΛΟΓΩΝ	ΠΡΟΦΟΡΙΚΕΣ/ ΠΡΑΚΤΙΚΕΣ
1	Ανατομία		100%	
2	Φυσιολογία		100%	
3	Εργοφυσιολογία		100%	
4	Φυσικοθεραπεία		100%	
5	Βιομηχανική		100%	

### ΚΥΚΛΟΣ/ΤΟΜΕΑΣ 2 - ΓΕΝΙΚΩΝ ΜΑΘΗΜΑΤΩΝ

ΜΑΘΗΜΑΤΑ		ΓΡΑΠΤΕΣ ΕΞΕΤΑΣΕΙΣ	ΤΕΣΤ ΠΟΛΛΑΠΛΩΝ ΕΠΙΛΟΓΩΝ	ΠΡΟΦΟΡΙΚΕΣ/ ΠΡΑΚΤΙΚΕΣ
1	Αθλητική Παιδαγωγική		100%	
2	Αθλητική Ψυχολογία		100%	
3	Οργάνωση & Διοίκηση Αθλητισμού		100%	
4	Κινητική Μάθηση		100%	
5	Μεθοδολογία Αθλητικής Έρευνας		100%	

### ΚΥΚΛΟΣ/ΤΟΜΕΑΣ 3 - ΜΑΘΗΜΑΤΑ ΕΙΔΙΚΕΥΣΗΣ

ΜΑΘΗΜΑΤΑ		ΓΡΑΠΤΕΣ ΕΞΕΤΑΣΕΙΣ	ΤΕΣΤ ΠΟΛΛΑΠΛΩΝ ΕΠΙΛΟΓΩΝ	ΠΡΟΦΟΡΙΚΕΣ/ ΠΡΑΚΤΙΚΕΣ
1	Γενική Προπονητική		100%	
2	Ειδική Προπονητική		100%	
3	Κανονισμοί Αγώνων		100%	
4	Προπονητική Εξάσκηση			100%
5	Τεχνική Ανάλυση		100%	
6	Μεθοδολογία Διδασκαλίας		100%	
8	Παραβίαση δικαιωμάτων παιδιού πλάσιο παιδικής προστασίας		100%	
	Ηθική ακεραιότητα		100%	
	Αντιντοπιγκ		100%	

## **8. ΧΟΡΗΓΗΣΗ ΔΙΠΛΩΜΑΤΟΣ ΠΡΟΠΟΝΗΤΗ Γ ΚΑΤΗΓΟΡΙΑΣ**

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