

ΕΘΝΙΚΟ ΚΑΙ ΚΑΠΟΔΙΣΤΡΙΑΚΟ
ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΑΘΗΝΩΝ



ΤΜΗΜΑ ΕΠΙΣΤΗΜΗΣ
ΦΥΣΙΚΗΣ ΑΓΩΓΗΣ & ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ

www.phed.uoa.gr

ΟΔΗΓΟΣ
ΠΡΟΠΤΥΧΙΑΚΩΝ
ΣΠΟΥΔΩΝ

ΑΘΗΝΑ
ΣΕΠΤΕΜΒΡΙΟΣ 2005

Επιτροπή Έκδοσης Οδηγού Σπουδών

Καθηγητής Ι. Ζέρβας, Πρόεδρος Επιτροπής Π.Π.Σ.
Καθηγητής Γ. Βαγενάς, Συντάκτης Οδηγού
Καθηγητής Η. Δήμας, μέλος Επιτροπής

Η σύνταξη του οδηγού σπουδών και η κωδικοποίηση των μαθημάτων έγινε από τον καθηγητή Γ. Βαγενά από την αρχική έκδοση του νέου Π.Π.Σ. (1999).

Η σύνταξη του οδηγού συγγραφής εργασιών έγινε από τον καθηγητή Ι. Ζέρβα. Την Αγγλική έκδοση του πίνακα μαθημάτων κατά Τομείς επιμελήθηκαν η Λέκτορας Ειρήνη Καμπερίδου και το μέλος Ε.Ε.Δι.Π. Αικατερίνη Κάκκαβα. Για τις διορθώσεις του κειμένου καθώς και για τον έλεγχο των κωδικών, των δ.μ. και των τίτλων των μαθημάτων συνεργάστηκαν η Στυλιανή Δασκαλάκη και ο Θανάσης Ζώτος.

Το νέο Πρόγραμμα Προπτυχιακών Σπουδών (Π.Π.Σ.) εγκρίθηκε στην αρχική του μορφή από τη Γ.Σ. του τμήματος (10-06-99, 14-07-99). Η τροποποίησή του έγινε επίσης με σχετικές αποφάσεις της Γ.Σ. (17-5-04, 19-4-05) και κατ'έξουσιοδότησή της με συμπληρωματικές αποφάσεις του Διοικητικού Συμβουλίου (2-12-04, 28-9-05).

Στην αρχική του μορφή το Π.Π.Σ. ισχύει από το Σεπτέμβριο του 1999, ενώ στην παρούσα μορφή ισχύει από το Σεπτέμβριο του 2004.

Το Τμήμα Επιστήμης Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού, ως θεματοφύλακας των ολυμπιακών παραδόσεων και εστία έρευνας και αθλητικής παιδείας, έχει έμβλημα που συμβολίζει την ενότητα αγώνα και πολιτισμού.



Η σφραγίδα του φέρει την παράσταση τού θεού αγώνα, όπως εμφανίζεται σε αρχαίο νόμισμα τού 4^{ου} αιώνα, το δε χρώμα της τηβέννου του είναι κεραμιδί, για να εκφράζει αφενός την ελληνική αρχαιότητα, που ενέπνευσε και διαμόρφωσε την αθλητική ιδέα, και αφετέρου το γήινο στοιχείο από το οποίο αντλεί τη δύναμή του το σώμα.

Πρόλογος

Ο παρών οδηγός κωδικοποιεί τις αποφάσεις των οργάνων του τμήματος για το νέο πρόγραμμα προπτυχιακών σπουδών, στο πλαίσιο του οποίου οριοθετούνται και υλοποιούνται συνθετικά πολυσχιδείς διδακτικές αναζητήσεις και δημιουργικοί επιστημονικοί προβληματισμοί μιας εικοσαετίας.

Οι ακαδημαϊκές προσδοκίες μιας ολόκληρης γενιάς αθλητικών επιστημόνων έχουν ενσωματωθεί στη γενική φιλοσοφία του νέου προγράμματος, του οποίου προορισμός είναι ο αρμονικός μετασχηματισμός των διακριτών πτυχών της σύγχρονης παιδαγωγικής και αθλητικής επιστημονικής γνώσης σε αντίστοιχα γνωστικά πεδία και αντικείμενα.

Απώτερος στόχος μας είναι, πέρα από τη σχολική Φυσική Αγωγή, να αναδειχθούν επιστημονικά και νέες επαγγελματικές προοπτικές, όπως αυτές αναδύονται αβίαστα μέσα από τις τρέχουσες κοινωνικές και τεχνολογικές συνθήκες, οι οποίες καθιστούν αναγκαία :

- την προαγωγή της υγείας και της ευρωστίας του ανθρώπου με την καθημερινή σωματική άσκηση και την ήπιας έντασης αθλητική δραστηριότητα,
- την ενίσχυση των μεγάλων ψυχοκινητικών δυνατοτήτων των ατόμων με ειδικές ανάγκες μέσα από την πολύπλευρη ανάπτυξη της κινητικής τους αγωγής,
- την αναμόρφωση της οργάνωσης των αθλητικών αγώνων και της διοίκησης του αθλητισμού από στελέχη με σύγχρονες θεωρητικές και εφαρμοσμένες γνώσεις,
- την μεταλαμπάδευση των Ολυμπιακών αρχών και ιδεωδών στους νέους μας και τη διεπιστημονική μελέτη των σύγχρονων προβλημάτων των Ολυμπιακών Αγώνων,
- την καλλιέργεια και διάδοση του πολιτιστικού και λαογραφικού πλούτου των ελληνικών παραδοσιακών χορών καθώς και των ποικίλων μορφών κινητικής έκφρασης, και
- την επαναφορά του αγωνιστικού αθλητισμού στην ανθρωποκεντρική του βάση με την ανάδειξη αθλητικών επιστημόνων - προπονητών σε όλα τα Ολυμπιακά αθλήματα.

Βασικός προσανατολισμός του παρόντος οδηγού σπουδών είναι η επιτυχής καθοδήγηση των φοιτητών μας σε όλη τη διάρκεια των σπουδών τους, τόσο σε θέματα σχετικά με την εκπαιδευτική τους εξέλιξη, όσο και σε θέματα σχετικά με τους κανόνες λειτουργίας του προγράμματος. Έτσι, διασφαλίζεται και η ανάδειξη τριών λειτουργικών προϋποθέσεων της επιτυχίας του νέου προγράμματος σπουδών που αφορούν:

- την παροχή ενός σαφούς πλαισίου πολλαπλών επιλογών και εναλλακτικών δυνατοτήτων μόρφωσης και κατάρτισης,
- την ανάπτυξη της φοιτητικής άμιλλας και του ομαδικού πνεύματος για τη διεύρυνση των ορίων της μάθησης, και
- την καθιέρωση των αρχών της ισονομίας, της αξιοκρατίας και των ίσων ευκαιριών για την ανάδειξη των καλύτερων.

Με τη βεβαιότητα ότι ο οδηγός αυτός θα αποτελέσει όχι μόνο «εργαλείο» επιλογής μαθημάτων και σχεδιασμού σπουδών, αλλά και γόνιμη αφετηρία αναζήτησης μεταπτυχιακής επιμόρφωσης, εύχομαι στο διδακτικό προσωπικό του τμήματος ποιοτική και αποδοτική διδασκαλία, και στους φοιτητές και στις φοιτήτριές μας συνεχή μελέτη και άσκηση, αγάπη για την αθλητική επιστήμη και καλή επιτυχία στις σπουδές τους ...!

Καθηγητής Γιώργος Βαγενάς
Πρόεδρος του Τμήματος

**ΕΘΝΙΚΟ ΚΑΙ ΚΑΠΟΔΙΣΤΡΙΑΚΟ
ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΑΘΗΝΩΝ**

Πρύτανης
Καθηγητής Γεώργιος Μπαμπινιώτης

Αντιπρύτανης
Ακαδημαϊκών Υποθέσεων και Προσωπικού
Καθηγητής Χρήστος Κίττας

Αντιπρύτανης
Οικονομικού Προγραμματισμού και Ανάπτυξης
Καθηγητής Μιχαήλ Δερμιτζάκης

Αντιπρύτανης
Στρατηγικού Σχεδιασμού Έργων και Φοιτητικής Μέριμνας
Καθηγητής Δημοσθένης Ασημακόπουλος

**ΤΜΗΜΑ ΕΠΙΣΤΗΜΗΣ
ΦΥΣΙΚΗΣ ΑΓΩΓΗΣ ΚΑΙ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ**

Πρόεδρος
Καθηγητής Γεώργιος Βαγενάς

Αναπληρωτής Πρόεδρος
Καθηγητής Ηλίας Δήμας

Διευθυντές Τομέων
Θεωρητικών Επιστημών
Καθηγητής Ιωάννης Ζέρβας

Αθλητιατρικής & Βιολογίας της Άσκησης
Καθηγητής Κωνσταντίνος Μπουντόλος

Αθλοπαιδιών
Καθηγητής Μιχαήλ Αναστασιάδης

Γυμναστικής & Χορού
Καθηγητής Ηλίας Δήμας

Κλασικού Αθλητισμού
Καθηγητής Σταύρος Τζιωρτζής

Υγρού Στίβου
Αναπλ. Καθηγήτρια Χρυσούλα Χαιροπούλου

ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

1. ΘΕΣΜΙΚΟ ΠΛΑΙΣΙΟ	7
1.1 ΑΠΟΣΤΟΛΗ ΑΝΩΤΑΤΩΝ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΩΝ ΙΔΡΥΜΑΤΩΝ	7
1.2 ΟΡΓΑΝΩΣΗ ΤΩΝ ΣΠΟΥΔΩΝ	8
2. ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΣΠΟΥΔΩΝ	12
2.1 ΑΡΧΕΣ και ΔΙΑΡΘΡΩΣΗ	12
2.2 ΠΙΝΑΚΑΣ ΜΑΘΗΜΑΤΩΝ ΚΑΤΑ ΤΟΜΕΑ.....	16
2.3 ΕΝΔΕΙΚΤΙΚΗ ΚΑΤΑΝΟΜΗ ΜΑΘΗΜΑΤΩΝ.....	26
3. ΤΟΜΕΑΣ ΑΘΛΗΤΙΑΤΡΙΚΗΣ & ΒΙΟΛΟΓΙΑΣ ΤΗΣ ΑΣΚΗΣΗΣ (ΑΒ).....	30
3.1 ΥΠΟΧΡΕΩΤΙΚΑ ΜΑΘΗΜΑΤΑ.....	30
3.2 ΕΠΙΛΟΓΗΣ ΜΑΘΗΜΑΤΑ	33
3.3 ΕΙΔΙΚΕΥΣΗ «ΕΥΡΩΣΤΙΑ & ΥΓΕΙΑ».....	38
4. ΤΟΜΕΑΣ ΘΕΩΡΗΤΙΚΩΝ ΕΠΙΣΤΗΜΩΝ (ΘΕ).....	45
4.1 ΥΠΟΧΡΕΩΤΙΚΑ ΜΑΘΗΜΑΤΑ	45
4.2 ΕΠΙΛΟΓΗΣ ΜΑΘΗΜΑΤΑ	50
4.3 ΕΙΔΙΚΕΥΣΗ «ΠΡΟΣΑΡΜΟΣΜΕΝΗ ΚΙΝΗΤΙΚΗ ΑΓΩΓΗ»	57
4.4 ΕΙΔΙΚΕΥΣΗ «ΑΘΛΗΤΙΚΗ ΔΙΟΙΚΗΣΗ».....	62
4.5 ΕΙΔΙΚΕΥΣΗ «ΟΛΥΜΠΙΑΚΕΣ ΣΠΟΥΔΕΣ».....	67
5. ΤΟΜΕΑΣ ΑΘΛΟΠΑΙΔΙΩΝ (ΑΠ).....	71
5.1 ΥΠΟΧΡΕΩΤΙΚΑ ΜΑΘΗΜΑΤΑ.....	71
5.2 ΕΠΙΛΟΓΗΣ ΜΑΘΗΜΑΤΑ	74
5.3. ΕΙΔΙΚΕΥΣΕΙΣ	77
6. ΤΟΜΕΑΣ ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗΣ & ΧΟΡΟΥ (ΓΧ).....	84
6.1 ΥΠΟΧΡΕΩΤΙΚΑ ΜΑΘΗΜΑΤΑ	84
6.2 ΕΠΙΛΟΓΗΣ ΜΑΘΗΜΑΤΑ	87
6.3 ΕΙΔΙΚΕΥΣΗ «ΕΛΛΗΝΙΚΟΣ ΠΑΡΑΔΟΣΙΑΚΟΣ ΧΟΡΟΣ».....	89
6.4 ΕΙΔΙΚΕΥΣΕΙΣ	94
7. ΤΟΜΕΑΣ ΚΛΑΣΙΚΟΥ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ (ΚΑ).....	99
7.1 ΥΠΟΧΡΕΩΤΙΚΑ ΜΑΘΗΜΑΤΑ.....	99
7.2 ΕΠΙΛΟΓΗΣ ΜΑΘΗΜΑΤΑ	101
7.3 ΕΙΔΙΚΕΥΣΕΙΣ	105
8. ΤΟΜΕΑΣ ΥΓΡΟΥ ΣΤΙΒΟΥ (ΥΣ)	114

8.1 ΥΠΟΧΡΕΩΤΙΚΑ ΜΑΘΗΜΑΤΑ	114
8.2 ΕΠΙΛΟΓΗΣ ΜΑΘΗΜΑΤΑ	115
8.3 ΕΙΔΙΚΕΥΣΕΙΣ	118
9. ΔΙΔΑΚΤΙΚΟ ΠΡΟΣΩΠΙΚΟ	133
9.1 ΤΟΜΕΑΣ ΘΕΩΡΗΤΙΚΩΝ ΕΠΙΣΤΗΜΩΝ.....	133
9.2 ΤΟΜΕΑΣ ΑΘΛΗΤΙΑΤΡΙΚΗΣ & ΒΙΟΛΟΓΙΑΣ ΑΣΚΗΣΗΣ	137
9.3 ΤΟΜΕΑΣ ΑΘΛΟΠΑΙΔΙΩΝ	139
9.4 ΤΟΜΕΑΣ ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗΣ & ΧΟΡΟΥ.....	143
9.5 ΤΟΜΕΑΣ ΚΛΑΣΙΚΟΥ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ	146
9.6 ΤΟΜΕΑΣ ΥΓΡΟΥ ΣΤΙΒΟΥ	149
9.7 ΑΦΥΠΗΡΕΤΗΣΑΝΤΕΣ	151
10. ΟΔΗΓΟΣ ΣΥΓΓΡΑΦΗΣ ΕΡΓΑΣΙΩΝ	154
10.1 ΣΥΓΓΡΑΦΗ ΠΤΥΧΙΑΚΗΣ ΕΡΓΑΣΙΑΣ	154
10.2 ΚΟΡΜΟΣ ΕΡΓΑΣΙΑΣ	155
10.3 ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΚΗ ΕΡΕΥΝΑ.....	159
10.4 ΓΕΝΙΚΑ ΤΕΧΝΙΚΑ ΣΤΟΙΧΕΙΑ ΠΤΥΧΙΑΚΗΣ ΕΡΓΑΣΙΑΣ	160
11. ΦΟΙΤΗΤΙΚΑ ΘΕΜΑΤΑ	163
11.1 ΓΡΑΜΜΑΤΕΙΑ	163
11.2 ΒΙΒΛΙΟΘΗΚΗ	164
11.3 ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΣΩΚΡΑΤΗΣ-ERASMUS	166
11.4 ΥΠΟΤΡΟΦΙΕΣ Ι.Κ.Υ.	167
12. UNDERGRADUATE PROGRAMME.....	170
12.1 DEP. OF SPORT MED. & BIOLOGY OF EXERCISE (BA).....	170
12.2 DEPARTMENT OF THEORETICAL SCIENCES (ΘΕ)	171
12.3 DEPARTMENT OF TEAM SPORTS (ΑΠ)	172
12.4 DEPARTMENT OF GYMNASSTICS & DANCE (ΓΧ)	174
12.5 DEPARTMENT OF TRACK & FIELD (ΚΑ)	175
12.6 DEPARTMENT OF AQUATICS (ΥΣ).....	178
13. ΕΥΡΕΤΗΡΙΟ ΔΙΔΑΣΚΟΝΤΩΝ, ΜΑΘΗΜΑΤΩΝ, ΕΙΔΙΚΕΥΣΕΩΝ	180

1. ΘΕΣΜΙΚΟ ΠΛΑΙΣΙΟ

1.1 ΑΠΟΣΤΟΛΗ ΑΝΩΤΑΤΩΝ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΩΝ ΙΔΡΥΜΑΤΩΝ

Τα Ανώτατα Εκπαιδευτικά Ιδρύματα έχουν ως **Αποστολή** :

Να παράγουν και να μεταδίδουν τη γνώση με την έρευνα και τη διδασκαλία και να καλλιεργούν τις τέχνες.

Να συντείνουν στη διαμόρφωση υπεύθυνων ανθρώπων με επιστημονική, κοινωνική, πολιτιστική και πολιτική συνείδηση.

Να παρέχουν τα απαραίτητα εφόδια, που θα εξασφαλίσουν την άρτια κατάρτισή τους για επιστημονική και επαγγελματική σταδιοδρομία.

Να συμβάλλουν στην αντιμετώπιση των κοινωνικών, πολιτιστικών και αναπτυξιακών αναγκών του τόπου.

Να συμβάλλουν στην αντιμετώπιση της ανάγκης για συνεχιζόμενη εκπαίδευση και διαρκή επιμόρφωση του λαού.

Στα Α.Ε.Ι. ισχύουν οι εξής **Ακαδημαϊκές Ελευθερίες**:

Κατοχυρώνεται ακαδημαϊκή ελευθερία στη διδασκαλία και στην έρευνα καθώς και η ελεύθερη διακίνηση των ιδεών.

Δεν επιτρέπεται η επιβολή ορισμένων μόνο επιστημονικών απόψεων και ιδεών και η διεξαγωγή απόρρητης έρευνας.

Οι φοιτητές είναι ελεύθεροι να εκφράζονται συλλογικά μέσα από τα συνδικαλιστικά τους όργανα, που διευκολύνονται στη λειτουργία τους από τις πανεπιστημιακές αρχές.

Για την κατοχύρωση της ακαδημαϊκής ελευθερίας, της ελεύθερης επιστημονικής αναζήτησης και της ελεύθερης διακίνησης των ιδεών, αναγνωρίζεται το Πανεπιστημιακό Άσυλο.

Το **Τμήμα Επιστήμης Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού** έχει ως **Αποστολή**:

Να καλλιεργεί και να προάγει την Επιστήμη της Φυσικής Αγωγής και του Αθλητισμού με βασική και εφαρμοσμένη έρευνα.

Να παρέχει στους πτυχιούχους του τα απαραίτητα εφόδια, που θα εξασφαλίσουν την άρτια κατάρτισή τους για την επιστημονική και την επαγγελματική τους σταδιοδρομία.

Να συμβάλλει στην πρόοδο του Ελληνικού Αθλητισμού και ταυτόχρονα να καλλιεργεί και να διαδίδει στο λαό την Αθλητική Ιδέα.

Να συμβάλλει στη συνειδητοποίηση από το λαό της σημασίας της Φυσικής Αγωγής ως βασικού παράγοντα για τη βελτίωση της ποιότητας της ζωής.

1.2 ΟΡΓΑΝΩΣΗ ΤΩΝ ΣΠΟΥΔΩΝ

Γενικά

Το ακαδημαϊκό έτος αρχίζει την 1^η Σεπτεμβρίου και λήγει την 31^η Αυγούστου. Το εκπαιδευτικό έργο κάθε ακαδημαϊκού έτους διαρθρώνεται χρονικά σε δύο εξάμηνα : χειμερινό, εαρινό. Το χειμερινό εξάμηνο αρχίζει την 1^η Σεπτεμβρίου και λήγει την 15^η Φεβρουαρίου, ενώ το εαρινό αρχίζει την 16^η Φεβρουαρίου και λήγει την 30^η Ιουνίου. Οι ακριβείς ημερομηνίες καθορίζονται από τη Σύγκλητο του Πανεπιστημίου για κάθε ακαδημαϊκό έτος. Κάθε εξάμηνο περιλαμβάνει τουλάχιστο δεκατρείς (13) πλήρεις εβδομάδες διδασκαλίας και τρεις (3) εβδομάδες για εξετάσεις.

Αν για οποιοδήποτε λόγο ο αριθμός των ωρών διδασκαλίας που πραγματοποιήθηκαν σε ένα μάθημα είναι μικρότερος από τα 4/5 του προβλεπόμενου στο πρόγραμμα για τις εργάσιμες μέρες του αντίστοιχου εξαμήνου, το αντίστοιχο μάθημα θεωρείται ως μη διδαχθέν.

Στο περιεχόμενο των μαθημάτων περιλαμβάνεται κάθε μορφής επιτελούμενο διδακτικό έργο. Το περιεχόμενο εξηγείται την πρώτη μέρα της διδασκαλίας του μαθήματος και ανακοινώνεται ο τρόπος αξιολόγησης της απόδοσης των φοιτητών και η βασική βιβλιογραφία του.

Στο διδακτικό έργο περιλαμβάνονται : α) η αυτοτελής διδασκαλία του μαθήματος, β) τα φροντιστήρια και οι φροντιστηριακές ασκήσεις, γ) οι εργαστηριακές ασκήσεις και η πρακτική εξάσκηση των φοιτητών, δ) η επίβλεψη πτυχιακών ή και άλλων εργασιών και ε) η πραγματοποίηση σεμιναρίων ή άλλων δραστηριοτήτων, που αποσκοπούν στην εμπέδωση των γνώσεων των φοιτητών.

Το διδακτικό έργο συμπληρώνεται με αντίστοιχα διδακτικά βιβλία ή άλλα βοηθήματα, τα οποία χορηγούνται στους φοιτητές δωρεάν, όπως και με την εξασφάλιση επιπλέον της ενημέρωσης και της πρόσβασης των φοιτητών στη σχετική ελληνική και ξένη βιβλιογραφία.

Δήλωση Μαθημάτων

Η κατανομή των εξαμηνιαίων μαθημάτων στο πρόγραμμα σπουδών είναι ενδεικτική και όχι υποχρεωτική για τους φοιτητές. Αν ο φοιτητής δε δηλώσει μαθήματα προτίμησης, θεωρείται ότι αποδέχεται το ενδεικτικό πρόγραμμα.

Γενικά, συνιστάται στους φοιτητές να προσαρμόζουν τα ατομικά τους προγράμματα όσο γίνεται περισσότερο στο ενδεικτικό πρόγραμμα σπουδών, τουλάχιστον σε ότι αφορά τα υποχρεωτικά μαθήματα, καθότι το ενδεικτικό πρόγραμμα αποτελεί βάση για το ωρολόγιο πρόγραμμα διδασκαλίας των μαθημάτων.

Κάθε φοιτητής υποχρεούται να εγγράφεται στην αρχή κάθε εξαμήνου στα μαθήματα που προτίθεται να παρακολουθήσει στο εξάμηνο αυτό.

Η εγγραφή γίνεται με τη συμπλήρωση ειδικού εντύπου που χορηγείται στη Γραμματεία του Τμήματος. Οι ημερομηνίες εγγραφής είναι 1-15 Σεπτεμβρίου για το Χειμερινό εξάμηνο και 1-15 Φεβρουαρίου για το Εαρινό εξάμηνο.

Ο φοιτητής υποχρεούται πριν την έναρξη κάθε εξαμήνου και εντός των χρονικών προθεσμιών που ορίζονται από το Τμήμα να δηλώσει στη Γραμματεία τα μαθήματα επιλογής. Μετά το πέρας του 6^{ου} εξαμήνου σπουδών έχει το δικαίωμα να επιλέξει Ειδίκευση.

Με έγγραφη δήλωσή του ο φοιτητής έχει δικαίωμα να αποσύρει τη δήλωσή του για μάθημα ή για ειδίκευση, στην οποία έχει εγγραφεί. Η δήλωση απόσυρσης κατατίθεται το αργότερο εντός των δύο πρώτων εβδομάδων διδασκαλίας κάθε εξαμήνου. Στην περίπτωση αυτή, η εγγραφή του φοιτητή στο μάθημα ή στην ειδίκευση, από το οποίο αποσύρεται, ακυρώνεται.

Εξετάσεις

Οι τελικές εξετάσεις κάθε μαθήματος πραγματοποιούνται αμέσως μετά τη λήξη της διδακτικής περιόδου του αντίστοιχου εξαμήνου και διαρκούν 2-4 εβδομάδες.

Αν η τελική βαθμολογία του φοιτητή είναι μικρότερη του 5 ο φοιτητής μπορεί να επανεξεταστεί στο αντίστοιχο μάθημα κατά τη συμπληρωματική περίοδο του Σεπτεμβρίου, κατά την οποία εξετάζονται μαθήματα και των δύο κανονικών εξαμήνων (χειμερινού & εαρινού), ενώ κατά την περίοδο του Ιουνίου εξετάζονται μαθήματα μόνο του εαρινού εξαμήνου.

Ο διδάσκων μπορεί να οργανώσει κατά την κρίση του γραπτές ή και προφορικές εξετάσεις σε θέματα της διδαχθείσας ύλης και σε εργαστηριακές ασκήσεις. Η διάρκεια επεξεργασίας των θεμάτων κατά τη γραπτή εξέταση κάθε μαθήματος σε καμιά περίπτωση δεν μπορεί να υπερβαίνει τις τρεις (3) ώρες. Οι εξετάσεις κάθε μαθήματος διεξάγονται με ευθύνη του μέλους ΔΕΠ που έχει την ανάθεση του μαθήματος. Στην αρχή της εξέτασης ελέγχονται από τους επιτηρητές τα στοιχεία ταυτότητας των εξεταζομένων.

Σε δέκα (10) ημέρες από τη διεξαγωγή των εξετάσεων ενός μαθήματος, το υπεύθυνο μέλος ΔΕΠ ανακοινώνει τη βαθμολογία των φοιτητών και προσδιορίζει ακριβή ημερομηνία και ώρα κατά την οποία οι φοιτητές μπορούν να δουν το γραπτό τους, να κατανοήσουν τυχόν σφάλματα και να λάβουν καθοδήγηση για καλύτερη μελέτη.

Αξιολόγηση - Βαθμοί

Η βαθμολογία καθορίζεται από το μέλος ΔΕΠ, που έχει την ανάθεση του μαθήματος από τη Γ.Σ. του αντίστοιχου τομέα. Αλλαγές βαθμών που έχουν ήδη υποβληθεί στη Γραμματεία δεν επιτρέπονται. Τα αποτελέσματα των μαθημάτων (βαθμοί) ανακοινώνονται με βάση τους Αριθμούς Εκπαιδευτικού Μητρώου (ΑΕΜ) των φοιτητών και όχι ονομαστικά.

Σε περίπτωση αποτυχίας σε υποχρεωτικό μάθημα ο φοιτητής μπορεί να το επαναλάβει σε επόμενο εξάμηνο. Σε περίπτωση αποτυχίας σε κατ' επιλογήν υποχρεωτικό μάθημα ο φοιτητής είναι υποχρεωμένος ή να το επαναλάβει σε επόμενα εξάμηνα ή να το αντικαταστήσει με άλλο κατ' επιλογήν μάθημα. Ο φοιτητής ολοκληρώνει τις σπουδές του και παίρνει πτυχίο όταν επιτύχει στα προβλεπόμενα μαθήματα και συγκεντρώσει τον απαιτούμενο αριθμό διδακτικών μονάδων (130). Το Τμήμα Επιστήμης Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού του Πανεπιστημίου Αθηνών απονέμει πτυχίο, στο οποίο αναγράφεται η ονομασία του Τμήματος, το ακαδημαϊκό έτος απονομής και ο βαθμός πτυχίου.

Με το πτυχίο μπορεί να χορηγείται Δίπλωμα Ειδίκευσης στο οποίο αναγράφονται η ονομασία του Τμήματος, το ακαδημαϊκό έτος, η Ειδίκευση και ο βαθμός.

Ο βαθμός πτυχίου για τους τελειόφοιτους του Τμήματός μας εξάγεται σύμφωνα με τις κείμενες διατάξεις. Ο βαθμός πτυχίου για τους τελειόφοιτους, που προέρχονται από μετεγγραφή, εξάγεται μετά από συνεκτίμηση των μαθημάτων που επιτυχώς παρακολούθησε ο φοιτητής κατά τη διάρκεια των σπουδών του τόσο στο Τμήμα μας όσο και στο Τμήμα προέλευσης. Για τον υπολογισμό του βαθμού πτυχίου των φοιτητών λαμβάνονται υπόψη οι βαθμοί όλων των μαθημάτων που απαιτούνται για τη λήψη του πτυχίου. Αν φοιτητής έχει βαθμολογηθεί σε περισσότερα μαθήματα, από όσα αντιστοιχούν στον κατά το Πρόγραμμα Σπουδών απαιτούμενο ελάχιστο αριθμό διδακτικών μονάδων για τη λήψη πτυχίου, μπορεί να μην συυπολογίσει για την εξαγωγή του βαθμού πτυχίου τους βαθμούς ενός αριθμού κατ' επιλογήν υποχρεωτικών μαθημάτων, με την προϋπόθεση ότι ο αριθμός των διδακτικών μονάδων, που αντιστοιχούν στα εναπομένοντα μαθήματα, είναι τουλάχιστον ίσος με τον απαιτούμενο για τη λήψη του πτυχίου.

Ο βαθμός πτυχίου υπολογίζεται με βάση τις διατάξεις αυτές με προσέγγιση ενός δεκαδικού ψηφίου και χαρακτηρίζεται με βάση την ακόλουθη βαθμολογική κλίμακα : Καλώς (5,0-6,4), Λίαν Καλώς (6,5-8,4), Άριστα (8,5-10). Οι φοιτητές που επιτυγχάνουν στις πτυχιακές εξετάσεις και έχουν εκπληρώσει τις λοιπές υποχρεώσεις, που προβλέπονται από τις κείμενες διατάξεις, δίνουν ενώπιον του Πρύτανη και του Προέδρου του Τμήματος την καθομολόγηση της ορκωμοσίας.

Υποχρεώσεις Φοιτητών

Κάθε **φοιτητής**, κάθε **φοιτήτρια** κατανοεί και **αποδέχεται** ότι:

1. Οι σπουδές στην αθλητική επιστήμη για να πετύχουν θέλουν αγάπη για τα ιδανικά και την πολιτιστική αξία του αθλητισμού.
2. Η κατάρτιση της μόρφωσης στο ευρύ πεδίο της αθλητικής επιστήμης χρειάζεται αποφασιστικότητα, συνεχή μελέτη και ανελλιπή παρακολούθηση των μαθημάτων.
3. Ο βαθμός προσωπικής κατάρτισης εξαρτάται από την ατομική προσπάθεια και το ενδιαφέρον πέραν των ελάχιστων ορίων αξιολόγησης.
4. Το αναφαίρετο δικαίωμα για μάθηση και απόκτηση πτυχίου σε καμία περίπτωση δεν μπορεί να είναι εις βάρος των κανόνων ακαδημαϊκής δεοντολογίας.
5. Στις μαθησιακές και άλλες δυσκολίες και απαιτήσεις του προγράμματος σπουδών θα πρέπει να επιδείξει συνέπεια, επιμονή και εργατικότητα.
6. Η συνολική διαδρομή στο πανεπιστήμιο θα πρέπει να αντικατοπτρίζει ατομική ακαδημαϊκή εικόνα και να αποτελεί έργο προσωπικών ικανοτήτων.
7. Η συμμετοχή του στις δραστηριότητες του προγράμματος θα πρέπει, είτε για αξιολόγηση είτε για επιμόρφωση, να είναι πρόθυμη και δημιουργική.
8. Έχει υποχρέωση να αποδέχεται τις προϋποθέσεις που ορίζει ο διδάσκων για τη διδακτική & βαθμολογική διαχείριση του μαθήματός του στα πλαίσια του προγράμματος.
9. Η φοίτηση στο προπτυχιακό πρόγραμμα σπουδών είναι υποχρεωτική και για τα μαθήματα ειδικότητας, κύκλων σπουδών, εργαστήρια και πρακτικές εφαρμογές.

Υποχρεώσεις Διδασκόντων

Κάθε **διδάσκων**, κάθε **διδάσκουσα** στο πρόγραμμα **θα πρέπει** :

1. Να σέβεται έμπρακτα τις ακαδημαϊκές αρχές και ελευθερίες, αποτελώντας παράδειγμα ήθους, ευπρέπειας και δημοκρατικότητας για τους διδασκόμενους.
2. Να αποδέχεται την αρχή ότι επίκεντρο ενός σύγχρονου προγράμματος πανεπιστημιακών σπουδών είναι η προσωπικότητα του φοιτητή, την οποία πρέπει να σέβεται χωρίς όρους και διακρίσεις.
3. Να ακολουθεί πιστά τις αρχές της διδακτικής και ακαδημαϊκής δεοντολογίας, παρέχοντας στους φοιτητές δικαιώματα που προβλέπει ο νόμος και η ακαδημαϊκή ηθική.
4. Να εμπνέει σιγουριά και αξιοπιστία και να δημιουργεί συνθήκες ευνοϊκές για την ανάπτυξη πνεύματος πρωτοβουλίας και δημιουργικότητας από πλευράς φοιτητών.
5. Να δίνει προτεραιότητα στη διδακτική διαδικασία και στην κατάρτιση των φοιτητών, οργανώνοντας και υλοποιώντας δομημένα σχέδια διδασκαλίας μαθημάτων με σαφή θεματολογία και πλούσια βιβλιογραφία.
6. Να εμπλουτίζει συνεχώς τις επιστημονικές του γνώσεις και εμπειρίες, προκειμένου να μπορεί να υποδεικνύει στους φοιτητές κατάλληλες πηγές μελέτης και έρευνας.
7. Να δημιουργεί νέες δυνατότητες για την αποδοτικότερη έκβαση των διδακτικών του καθηκόντων, με απώτερο στόχο την τελειοποίηση της μόρφωσης των φοιτητών.
8. Να συγκροτεί σχέδιο μαθήματος, στο οποίο να περιλαμβάνονται με σαφήνεια οι στόχοι, οι απαιτήσεις και οι προϋποθέσεις αξιολόγησης της απόδοσης των φοιτητών.
9. Να συνεργάζεται με τους φοιτητές σε εβδομαδιαία βάση, ώστε να έχουν την ευκαιρία της προσωπικής επικοινωνίας και της συμβουλευτικής ενημέρωσης.

Καθομολόγηση Πτυχιούχου

Η απονομή του πτυχίου επιστήμης φυσικής αγωγής & αθλητισμού γίνεται σε ειδική Τελετή που οργανώνεται στην Μεγάλη Αίθουσα Τελετών του Πανεπιστημίου, παριστάμενου του Πρυτάνεως, του Προέδρου του Τμήματος, των μελών του Ερευνητικού Διδακτικού Προσωπικού & του κοινού. Η Καθομολόγηση των Πτυχιούχων έχει ως εξής:

*«Του πτυχίου της Επιστήμης Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού αξι-
ωθείς όρκον ομνύω προ του Προέδρου του Τμήματος Επιστήμης
Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού και πίστιν καθομολογώ τήνδε. Από
του ιερού περιβάλλου του σεπτού τούτο τεμένους των Μουσών εξερ-
χόμενος κατ'επιστήμην βιώσομαι, ασκών ταύτην δίκην θρησκείας εν
πνεύματι και αληθεία. Ούτε χρήσιμον εμαυτόν καταστήσω προς ά-
παντας τους δεομένους της εμής αρωγής και εν πάση ανθρώπων
κοινωνία αεί προς ειρήνην και χρηστότητα ηθών συντελέσω βαιών
εν ευθεία του βίου οδώ, προς την αλήθειαν και το δίκαιον αποβλέ-
πων και τον βίον ανυψών εις τύπον αρετής υπό την σκέπην της Σο-
φίας. Ταύτην την επαγγελίαν επιτελούντι είη μοι συν ταις ευχαίς των
εμών διδασκάλων ο Θεός βοηθός εν των βίω».*

2. ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΣΠΟΥΔΩΝ

2.1 ΑΡΧΕΣ και ΔΙΑΡΘΡΩΣΗ

Ενιαίο Πτυχίο - Το Τμήμα χορηγεί ενιαίο πτυχίο στην «Επιστήμη της Φυσικής Αγωγής και του Αθλητισμού». όλοι οι φοιτητές εκπαιδεύονται σε ενιαία βάση καθ' όλη τη διάρκεια των σπουδών τους, προκειμένου να ανταποκριθούν : α) στη διδασκαλία της Φυσικής Αγωγής και του Αθλητισμού σε όλες τις βαθμίδες της εκπαίδευσης, στα αθλητικά σωματεία, στα πολιτιστικά σωματεία και στους χώρους δουλειάς (γυμναστήρια, χώροι αναψυχής, κ.ά.), β) στη διεύθυνση και εποπτεία γυμναστηρίων και αθλητικών εγκαταστάσεων και ως σύμβουλοι ή συνεργάτες σε αθλητικούς οργανισμούς ή άλλους φορείς.

Το νέο **Πρόγραμμα Σπουδών** διαρκεί τουλάχιστον οκτώ (8) εξάμηνα, απαιτεί εκ μέρους των φοιτητών (-τριών) τη συμπλήρωση τουλάχιστον 130 διδακτικών μονάδων για την απόκτηση πτυχίου, και περιλαμβάνει :

- Υποχρεωτικά Μαθήματα,
- Επιλογής Υποχρεωτικά Μαθήματα,
- Προαπαιτούμενα και Προπαρασκευαστικά Μαθήματα,
- Ειδίκευση σε Όλα τα Ολυμπιακά Αθλήματα και στα Θεωρητικά Πεδία :
«Ευρωστία & Υγεία», «Προσαρμοσμένη Κινητική Αγωγή», «Αθλητική Διοίκηση»,
«Ολυμπιακές Σπουδές», «Ελληνικός Παραδοσιακός Χορός»,
- Πρακτική Εξάσκηση,
- Εκπόνηση Πτυχιακής Εργασίας.

Δίπλωμα Ειδίκευσης - Το Δίπλωμα Ειδίκευσης χορηγείται: (α) στην Προπονητική των *Αθλημάτων του Ολυμπιακού Προγράμματος* που καλύπτει το Πρόγραμμα, και αποτελεί φυσική συνέχεια της εκπαίδευσης των φοιτητών στα πλαίσια των αθλητικο-κινητικών δεξιοτήτων που έχουν σχέση με τη μεγιστοποίηση της αθλητικής απόδοσης. (β) στα Θεωρητικά γνωστικά Πεδία *Ευρωστία & Υγεία* (Τομέας Αθλητιατρικής και Βιολογίας της Άσκησης), *Προσαρμοσμένη Κινητική Αγωγή, Αθλητική Διοίκηση, Ολυμπιακές Σπουδές* (Τομέας Θεωρητικών Επιστημών), *Ελληνικός Παραδοσιακός Χορός* (Τομέας Γυμναστικής & Χορού). Οι προϋποθέσεις του Διπλώματος Ειδίκευσης ορίζονται από τις Γ.Σ. των αντίστοιχων Τομέων. Η απόκτηση Διπλώματος Ειδίκευσης δεν είναι υποχρεωτική. Για την πλήρωση των υποχρεώσεων της Ειδίκευσης απαιτείται η συμπλήρωση τουλάχιστον 20 δ.μ. από τα προβλεπόμενα στην κάθε ειδίκευση μαθήματα. **Πρόσθετο Δίπλωμα Ειδίκευσης** - Παρέχεται η δυνατότητα απόκτησης δεύτερου Διπλώματος Ειδίκευσης με απόφαση του οικείου Τομέα.

Υποχρεωτικά Μαθήματα - Το σύνολο των υποχρεωτικών μαθημάτων για λήψη πτυχίου είναι 94 δ.μ. για τους άνδρες και 92 δ.μ. για τις γυναίκες ως εξής: 24 δ.μ. από τον Τομέα Αθλητιατρικής και Βιολογίας της Άσκησης, 28 δ.μ. από τον Τομέα Θεωρητικών Επιστημών, 42 δ.μ. για τους άνδρες και 40 δ.μ. για τις γυναίκες από τους Προπονητικούς Τομείς: Αθλοπαιδιών 16 & 12 δ.μ., Γυμναστικής & Χορού 11 & 13 δ.μ., Κλασικού Αθλητισμού 11 & 11 δ.μ. και Υγρού Στίβου 4 & 4 δ.μ.

Πίνακας 1 - Κατανομή Διδακτικών Μονάδων για Απόκτηση Πτυχίου

ΑΚΑΔΗΜΑΪΚΕΣ ΥΠΟΧΡΕΩΣΕΙΣ		δ.μ.	
ΥΠΟΧΡΕΩΤΙΚΑ ΜΑΘΗΜΑΤΑ (Υπ.)		Α	Γ
Τ	ΑΘΛΗΤΗΤΙΑΤΡΙΚΗΣ & ΒΙΟΛΟΓΙΑΣ ΤΗΣ ΑΣΚΗΣΗΣ (ΒΑ)	24	24
Ο	ΘΕΩΡΗΤΙΚΩΝ ΕΠΙΣΤΗΜΩΝ (ΘΕ)	28	28
Μ	ΑΘΛΟΠΑΙΔΙΩΝ (ΑΠ)	16	12
Ε	ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗΣ & ΧΟΡΟΥ (ΓΧ)	11	13
Ι	ΚΛΑΣΙΚΟΥ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ (ΚΑ)	11	11
Σ	ΥΓΡΟΥ ΣΤΙΒΟΥ (ΥΣ)	4	4
ΜΑΘΗΜΑΤΑ ΕΙΔΙΚΕΥΣΗΣ (Ει.)		20	20
ΕΠΙΛΟΓΗΣ ΜΑΘΗΜΑΤΑ (Επ.)		12	14
ΠΤΥΧΙΑΚΗ ΕΡΓΑΣΙΑ (Πτ.)		4	4
Σύνολο διδακτικών μονάδων		130	130

δ.μ. = διδακτικές μονάδες, Α = άνδρες, Γ = γυναίκες.

Επιλογής Υποχρεωτικά Μαθήματα

Για τη λήψη πτυχίου απαιτούνται τουλάχιστον 32 δ.μ. στους άνδρες και 34 δ.μ. στις θήλεις: 20 δ.μ. από τα μαθήματα Ειδίκευσης και τουλάχιστον 12 δ.μ. και 14 δ.μ., αντίστοιχα, από μαθήματα ελεύθερης επιλογής.

Προαπαιτούμενα Μαθήματα

Κάθε Τομέας μπορεί να ορίζει μαθήματα ως προαπαιτούμενα. Τα προαπαιτούμενα μαθήματα περιορίζονται μόνο στις ειδικεύσεις και καθορίζονται από τους τομείς σε 2 το πολύ.

Προπαρασκευαστικά Μαθήματα

Είναι προαιρετικά και τα παρακολουθούν φοιτητές που κρίνουν ότι πρέπει να βελτιώσουν τις κινητικές τους δεξιότητες σε αντίστοιχο υποχρεωτικό μάθημα αθλήματος και δεν χρεώνονται με διδακτικές μονάδες. Η Γ.Σ. του Τομέα αποφασίζει για το πλαίσιο οργάνωσης και λειτουργίας αυτών των μαθημάτων. Στην αρχή κάθε ακαδημαϊκού εξαμήνου οι αντίστοιχοι Τομείς ορίζουν, ανάλογα με τις δυνατότητές τους σε διδακτικό προσωπικό, τα μαθήματα που θα διδαχθούν.

Διατμηματική Αναγνώριση Μαθημάτων

Θεσμοθετείται η δυνατότητα αναγνώρισης δ.μ. για μαθήματα που παρακολούθησε ο φοιτητής σε άλλα Τμήματα του ίδιου ή άλλων Πανεπιστημίων της ημεδαπής ή αλλοδαπής.

Εφαρμογή Προγράμματος Σπουδών

Το Πρόγραμμα ισχύει στην παρούσα μορφή από το ακαδημαϊκό έτος 2004-05. Δίνεται η δυνατότητα σε όλους τους φοιτητές ενδιάμεσων ετών από το ακαδημαϊκό έτος 2004-05 να επιλέξουν Ειδίκευση. Θεσμοθετούνται σύμβουλοι σπουδών για τους πρωτοετείς και τους φοιτητές Ειδικεύσεων.

Πτυχιακή Εργασία

1. Η πτυχιακή εργασία είναι υποχρεωτική και εκπονείται στο πλαίσιο της ειδίκευσης του φοιτητή ή σε άλλο γνωστικό αντικείμενο-πεδίο (συνδυασμός μαθημάτων) της απολύτου επιλογής του μετά από συνεννόηση με τον επιβλέποντα καθηγητή.
2. Η πτυχιακή εργασία είναι ατομική. Σε ειδικές όμως περιπτώσεις (π.χ. πειραματική έρευνα) είναι δυνατόν να εκπονηθεί με τη συνεργασία μέχρι τριών (3) φοιτητών κατά την κρίση του επιβλέποντα καθηγητή.
3. Η πτυχιακή εργασία έχει διδακτικό βάρος 4 δ.μ. και αποτελεί προϋπόθεση απόκτησης πτυχίου και όχι εκπλήρωσης των απαιτήσεων (συνόλου 20 δ.μ.) της ειδίκευσης. Σε περιπτώσεις ομαδικής εργασίας οι φοιτητές παίρνουν τις ίδιες διδακτικές μονάδες (4), όπως προβλέπεται και στις ατομικές εργασίες.
4. Σε περίπτωση 2^{ης} ή 3^{ης} ειδίκευσης δεν απαιτείται 2^η ή 3^η πτυχιακή εργασία.
5. Ο επιβλέπων καθηγητής ορίζει τις επί μέρους προϋποθέσεις έναρξης, δομής, ολοκλήρωσης, συγγραφής, παρουσίασης, αξιολόγησης και κατάθεσης της εργασίας.
6. Μετά την ολοκλήρωσή της η εργασία αξιολογείται από τον επιβλέποντα καθηγητή με βάση τις βαθμολογικές κατηγορίες «καλώς» (5-6.4), «λίαν καλώς» (6.5-8.4) και «άριστα» (8.5-10), που ισχύουν και για το πτυχίο και την ειδίκευση.
7. Μετά την επιτυχή αξιολόγηση της εργασίας, ο επιβλέπων καθηγητής συμπληρώνει και καταθέτει στην γραμματεία ειδικό έντυπο με το βαθμό και τον τίτλο της εργασίας.
8. Ολόκληρη η πτυχιακή εργασία κατατίθεται στον Τομέα ή στο αντίστοιχο σπουδατήριο / εργαστήριο. Στη βιβλιοθήκη του Τμήματος κατατίθεται σε ηλεκτρονική μορφή εκτεταμένη περίληψη τριών (3) σελίδων της εργασίας (περίπου 1400 λέξεις) για αρχειοθέτηση και ενημέρωση των μελλοντικών φοιτητών.
9. Καθιερώνονται τα ακόλουθα προαπαιτούμενα μαθήματα κορμού για την έναρξη εκπόνησης της πτυχιακής εργασίας : 233 Μεθοδολογία Αθλητικής Έρευνας, 234 Στατιστική Φ.Α.Α.
10. Συνιστάται η γνώση ξένης γλώσσας (π.χ. 149 Ξένη Γλώσσα, κατά προτίμηση Αγγλικά), και πληροφορικής (word, excell κ.λπ., π.χ. 147 Πληροφορική στη Φ.Α.Α.).
11. Καθιερώνονται από τον επιβλέποντα καθηγητή ενιαία και κατά περίπτωση προαπαιτούμενα μαθήματα σχετικά με το γνωστικό πεδίο της εργασίας, ανάλογα με τους επισημονικές απαιτήσεις της.
12. Η διαδικασία της πτυχιακής εργασίας αρχίζει τυπικά το Σεπτέμβριο (7^ο εξάμηνο) και η κατάθεσή της στον επιβλέποντα καθηγητή γίνεται το αργότερο στο τέλος Μαΐου (8^ο εξαμήνου), ώστε να υπάρχει επαρκής χρόνος για την αξιολόγησή της.

Κωδικοποίηση Μαθημάτων

Τα μαθήματα του προγράμματος σπουδών παρουσιάζονται στους ακόλουθους πίνακες σύμφωνα με την εξής κωδικοποίηση:

Τομείς : **ΑΒ** - Αθλητιατρικής & Βιολογίας της Άσκησης
 ΘΕ - Θεωρητικών Επιστημών
 ΑΠ - ΑθλοΠαιδιών
 ΓΧ - Γυμναστικής & Χορού
 ΚΑ - Κλασικού Αθλητισμού
 ΛΑ - Λοιπά Αθλήματα
 ΥΣ - Υγρού Στίβου

Θεωρητικά Πεδία : **ΕΥ** - *Ευρωστία & Υγεία*
 ΠΑ - *Προσαρμοσμένη (Κινητική) Αγωγή*
 ΑΔ - *Αθλητική Διοίκηση*
 ΟΣ - *Ολυμπιακές Σπουδές*
 ΕΧ - *Ελληνικός (Παραδοσιακός) Χορός*

Υποχρεωτικά Μαθήματα :

100 - 199	Α΄ έτος		
200 - 299	Β΄ έτος		Υπ - Υποχρεωτικά
300 - 399	Γ΄ έτος		Επ - Επιλογής
400 - 499	Δ΄ έτος		

Μαθήματα Επιλογής : 100 & 199

Τα μαθήματα αυτά κωδικοποιούνται έτσι (όπως τα μαθήματα του Α΄ έτους) ακριβώς για το λόγο ότι μπορούν να τα παρακολουθήσουν οι φοιτητές από το Α΄ έτος.

Α : Άνδρες, **Γ** : Γυναίκες

Παραδείγματα Κωδικοποίησης:

ΘΕ-131Υπ Ιστορία Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού

Το μάθημα ανήκει στον τομέα Θεωρητικών Επιστημών (ΘΕ), διδάσκεται στο Α΄ έτος (131) και είναι υποχρεωτικό (Υπ).

ΑΒ-405ΕΥ Άσκηση, Ευρωστία, Υγεία

Το μάθημα ανήκει στον τομέα Αθλητιατρικής & Βιολογίας της Άσκησης (ΑΒ), διδάσκεται στο Δ΄ έτος (405) και περιέχεται στον κύκλο *Ευρωστία & Υγεία* (ΕΥ).

ΥΣ-186Επ Υδατοσφαίριση

Το μάθημα ανήκει στον τομέα Υγρού Στίβου (ΥΣ), διδάσκεται στους φοιτητές του Α΄ έτους (186) και είναι επιλογής (Επ).

2.2 ΠΙΝΑΚΑΣ ΜΑΘΗΜΑΤΩΝ ΚΑΤΑ ΤΟΜΕΑ

ΤΟΜΕΑΣ ΑΘΛΗΤΙΑΤΡΙΚΗΣ & ΒΙΟΛΟΓΙΑΣ ΤΗΣ ΑΣΚΗΣΗΣ (ΑΒ)

Κωδικός	ΥΠΟΧΡΕΩΤΙΚΑ ΜΑΘΗΜΑΤΑ (Υπ)	Θ	Ε	δ.μ.
AB-101Υπ	Λειτουργική Ανατομική του Ανθρώπου	3,5	1	4
AB-102Υπ	Φυσιολογία του Ανθρώπου	3,5	1	4
AB-201Υπ	Εργοφυσιολογία	3,5	1	4
AB-202Υπ	Εργομετρία	1,5	1	2
AB-301Υπ	Αθλητική Φυσικοθεραπεία	2,5	1	3
AB-302Υπ	Αθλητική Βιομηχανική	3,5	1	4
AB-303Υπ	Αθλητιατρική	2,5	1	3
	ΕΠΙΛΟΓΗΣ ΜΑΘΗΜΑΤΑ (Επ)			
AB-110Επ	Βιοχημεία της Άσκησης	1,5	1	2
AB-111Επ	Κινησιολογία	1,5	1	2
AB-112Επ	Φυσιολογικά Ρυθμιστικά Συστήματα	1,5	1	2
AB-113Επ	Πειραματική Φυσιολογία	1	2	2
AB-114Επ	Εφαρμοσμένη Αθλητική Εργοφυσιολογία	1,5	1	2
AB-115Επ	Εφαρμοσμένη Αθλητική Βιομηχανική	1,5	1	2
AB-116Επ	Μέθοδοι & Τεχν. Έρευνας στην Αθλητ. Βιομηχαν.	1	2	2
AB-117Επ	Αθλητικό Ταλέντο: Επιλογή και Προετοιμασία	2	-	2
AB-118Επ	Πρόληψη Τραυματισμών κατά την Άθληση	1,5	1	2
AB-119Επ	Ανατομική Συστημάτων	1,5	1	2
	ΜΑΘΗΜΑΤΑ ΕΙΔΙΚΕΥΣΗΣ «ΕΥΡΩΣΤΙΑ ΚΑΙ ΥΓΕΙΑ» (ΕΥ)			
AB-401ΕΥ	Διατροφή	3	-	3
AB-402ΕΥ	Ανάπτυξη, Ωρίμανση και Άσκηση*	2,5	1	3
AB-403ΕΥ	Άσκηση και Γυναίκα*	2	-	2
AB-404ΕΥ	Φυσική Δραστηριότητα και Γήρανση	2	-	2
AB-405ΕΥ	Άσκηση, Ευρωστία και Υγεία	2,5	3	4
AB-406ΕΥ	Εργονομία	2,5	1	3
AB-408ΕΥ	Αυτόν. Κατάδυση: Φυσιολογία & Ασφάλεια	2	-	2
AB-409ΕΥ	Παθοκινησιολογία	2	2	3
AB-410ΕΥ	Αποκατάσταση Μυοσκελετικών Δυσλειτουργιών	2	2	3
AB-411ΕΥ	Υγιεινή	2	2	2
AB-412ΕΥ	Παθήσεις και Άσκηση	2	-	2
AB-413ΕΥ	Κατευθυνόμενη Μελέτη	2	-	2
AB-414ΕΥ	Σεμινάριο Ειδικών Θεμάτων*	2	-	2
AB-415ΕΥ	Καθοδηγούμενη Πρακτική Εξάσκηση*	-	3	2
AB-420ΕΥ	Ερευνητική Εργασία**	3	-	3

* Συνδιδάσκεται με τον Τομέα Θεωρητικών Επιστημών. ** Ο φοιτητής επιλέγει για την επίβλεψη της εργασίας του, ανάλογα με το περιεχόμενό της, μέλος ΔΕΠ του Τομέα Αθλητιατρικής και Βιολογίας της Άσκησης ή του Τομέα Θεωρητικών Επιστημών. Θ = ώρες θεωρίας, Ε = ώρες εξάσκησης (εργαστήριο ή πρακτική αθλήματος)

ΤΟΜΕΑΣ ΘΕΩΡΗΤΙΚΩΝ ΕΠΙΣΤΗΜΩΝ (ΘΕ)

Κωδικός	ΜΑΘΗΜΑΤΑ ΥΠΟΧΡΕΩΤΙΚΑ (Υπ)	Θ	Ε	δ.μ.
ΘΕ-131Υπ	Ιστορία Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού	2	-	2
ΘΕ-132Υπ	Οργάνωση και Διοίκηση στον Αθλητισμό	2	-	2
ΘΕ-231Υπ	Αθλητικό Δίκαιο	2	-	2
ΘΕ-232Υπ	Εισαγωγή στην Προσαρμ. Κινητική Αγωγή	2	-	2
ΘΕ-233Υπ	Μεθοδολογία Αθλητικής Έρευνας	2	-	2
ΘΕ-234Υπ	Στατιστική Φυσικής Αγωγής & Αθλητισμού	2	-	2
ΘΕ-235Υπ	Κινητική Συμπεριφορά	2	2	3
ΘΕ-331Υπ	Αθλητική Ψυχολογία	2	2	3
ΘΕ-332Υπ	Αθλητική Παιδαγωγική	2	2	3
ΘΕ-333Υπ	Διδακτική Φυσικής Αγωγής	2	2	3
ΘΕ-334Υπ	Κοινωνιολογία του Αθλητισμού	2	-	2
ΘΕ-335Υπ	Φιλοσοφία του Αθλητισμού	2	-	2
	ΕΠΙΛΟΓΗΣ ΜΑΘΗΜΑΤΑ (Επ)			
ΘΕ-140Επ	Εισαγωγή στη Φιλοσοφία	2	-	2
ΘΕ-141Επ	Εισαγωγή στην Κοινωνιολογία	2	-	2
ΘΕ-142Επ	Γενική Παιδαγωγική	2	-	2
ΘΕ-143Επ	Εισαγωγή στην Ψυχολογία	2	-	2
ΘΕ-144Επ	Εφαρμοσμένη Αθλητική Ψυχολογία	2	-	2
ΘΕ-145Επ	Άσκηση και Αθλητισμός για Όλους	2	-	2
ΘΕ-146Επ	Μετρήσεις & Αξιολόγηση στη Φ. Α. & Α.	2	-	2
ΘΕ-147Επ	Πληροφορική στη Φυσική Αγωγή	2	-	2
ΘΕ-148Επ	Μουσική	2	-	2
ΘΕ-149Επ	Ξένη Γλώσσα (Αγγλικά I)	2	-	2
ΘΕ-150 Επ	Ξένη Γλώσσα (Αγγλικά II)	2	-	2
ΘΕ-121Επ	Ξένη Γλώσσα (Γαλλικά)	2	-	2
ΘΕ-122Επ	Κατασκηνωτικά & Υπαίθριες Δραστηρ. Αναψυχής	2	-	2
ΘΕ-123Επ	Ιστορία Πολιτισμού	2	-	2
ΘΕ-124Επ	Κοινωνικό Φύλο και Αθλητισμός	2	-	2
	ΜΑΘΗΜΑΤΑ ΕΙΔΙΚΕΥΣΗΣ			
	«ΠΡΟΣΑΡΜΟΣΜΕΝΗ ΚΙΝΗΤΙΚΗ ΑΓΩΓΗ» (ΠΑ)			
ΘΕ-421ΠΑ	Ειδικά Θέματα στην Προσαρ. Κινητική Αγωγή	2	-	2
ΘΕ-424ΠΑ	Μετρήσεις & Αξιολ. στην Προσαρ. Κινητική Αγωγή	1	2	2
ΘΕ-425ΠΑ	Ανάπτυξη και Κινητική Εξέλιξη	2	-	2
ΘΕ-427ΠΑ	Προσαρμ. Άσκηση για Όλους - Κινητική Αναψυχή	2	-	2
ΘΕ-428ΠΑ	Αναπτυξιακές Διαταραχές	3	-	3
ΘΕ-429ΠΑ	Πρακτική Εξάσκηση I**	-	4	2
ΘΕ-430ΠΑ	Κινητικές Αναπηρίες - Αισθητηριακές Διαταραχές	3	-	3
ΘΕ-431ΠΑ	Πρακτική Εξάσκηση II***	-	4	2
ΘΕ-432ΠΑ	Νευρομυϊκές Διευκολύνσεις*	1	2	2
ΘΕ-433ΠΑ	Λειτουργική Αποκατάστ. Κινητικών Αναπηριών*	2	1	2

* Διδάσκεται από τον Τομέα Αθλητιατρικής και Βιολογίας της Άσκησης. ** Πρακτική εξάσκηση του μαθήματος ΘΕ-428ΠΑ. *** Πρακτική εξάσκηση του μαθήματος ΘΕ-430ΠΑ.

ΜΑΘΗΜΑΤΑ ΕΙΔΙΚΕΥΣΗΣ				
Κωδικός	«ΑΘΛΗΤΙΚΗ ΔΙΟΙΚΗΣΗ» (ΑΔ)	Θ	Ε	δ.μ.
ΘΕ-435ΑΔ	Διοικητική Επιστήμη - Γενικές Αρχές	2	-	2
ΘΕ-436ΑΔ	Αθλητική Αγοραγνωσία	2	-	2
ΘΕ-437ΑΔ	Αθλητικές Εργασιακές Σχέσεις	2	-	2
ΘΕ-438ΑΔ	Οργάνωση και Διοίκηση Εγκαταστάσεων	2	-	2
ΘΕ-439ΑΔ	Αθλητική Οικονομία	2	-	2
ΘΕ-441ΑΔ	Διεθνείς Αθλητικοί Οργανισμοί & Δίκαιο Ο.Α.	2	-	2
ΘΕ-442ΑΔ	Οργάνωση Αθλητικών Αγώνων	2	-	2
ΘΕ-445ΑΔ	Στατιστική Αθλητικών Αγώνων	2	-	2
ΘΕ-446ΑΔ	Οργάνωση Προγραμμάτων Κινητικής Αναψυχής	2	-	2
ΘΕ-447ΑΔ	Πρακτική Εξάσκηση	1	2	2
ΜΑΘΗΜΑΤΑ ΕΙΔΙΚΕΥΣΗΣ				
«ΟΛΥΜΠΙΑΚΕΣ ΣΠΟΥΔΕΣ» (ΟΣ)				
ΘΕ-490ΟΣ	Αρχαίοι Ολυμπ. Αγώνες & Ιστορία της Αθλ. Τέχνης	4	-	4
ΘΕ-491ΟΣ	Ιστορία Σύγχρονων Ολυμπιακών Αγώνων	2	-	2
ΘΕ-492ΟΣ	Ολυμπιακή Παιδεία & Αθλητική Ηθική	4	-	4
ΘΕ-493ΟΣ	Ολυμπ. & Ανθρωπ. Σπουδές: Φιλοσοφ. Προσέγγιση	4	-	4
ΘΕ-494ΟΣ	Οργάνωση Ολυμπιακών Αγώνων	4	-	4
ΘΕ-495ΟΣ	Ολυμπισμός: Κοινωνιολογική Προσέγγιση	2	-	2

ΤΟΜΕΑΣ ΑΘΛΟΠΑΙΔΙΩΝ (ΑΠ)

ΥΠΟΧΡΕΩΤΙΚΑ ΜΑΘΗΜΑΤΑ (Υπ)				
ΑΠ-153Υπ	Ποδοσφαίριση (Α)	1	2	2
ΑΠ-154Υπ	Χειροσφαίριση	1	2	2
ΑΠ-157Υπ	Διδακτική Ποδοσφαίρισης (Α)	1	2	2
ΑΠ-158Υπ	Διδακτική Χειροσφαίρισης	1	2	2
ΑΠ-253Υπ	Καλαθοσφαίριση	1	2	2
ΑΠ-254Υπ	Πετοσφαίριση	1	2	2
ΑΠ-256Υπ	Διδακτική Καλαθοσφαίρισης	1	2	2
ΑΠ-257Υπ	Διδακτική Πετοσφαίρισης	1	2	2
ΜΑΘΗΜΑΤΑ ΕΠΙΛΟΓΗΣ (Επ)				
ΑΠ-162Επ	Αντισφαίριση	2	2	3
ΑΠ-164Επ	Επιτραπέζια Αντισφαίριση	1	2	2
ΑΠ-177Επ	Παιδιάς	1	2	2
ΑΠ-180Επ	Ποδοσφαίριση (Γ)	1	2	2
ΑΠ-187Επ	Προχωρημένο Επίπεδο Αθλήματος	1	2	2
ΑΠ-190Επ	Πετοσφαίριση επί Άμμου	1	2	2
ΑΠ-192Επ	Γκολφ	1	2	2
ΑΠ-193Επ	Τοιχοσφαίριση	1	2	2
ΑΠ-194Επ	Διαιτησία Αθλημάτων	1	2	2

Σημείωση : Φοιτητές-τριες μπορούν να παρακολουθήσουν επιπλέον προπαρασκευαστικά μαθήματα που αντιστοιχούν σε υποχρεωτικά μαθήματα αθλημάτων.

Κωδικός	ΜΑΘΗΜΑΤΑ ΕΙΔΙΚΕΥΣΗΣ «ΚΑΛΑΘΟΣΦΑΙΡΙΣΗ» (ΚΑ)	Θ	Ε	δ.μ.
ΑΠ-470ΚΑ	Τεχνική & Μηχαν. Ανάλυση Καλαθοσφαίρισης	2	4	4
ΑΠ-471ΚΑ	Προπονητική Καλαθοσφαίρισης	2	4	4
ΑΠ-473ΚΑ	Ειδικά Θέματα Καλαθοσφαίρισης	2	-	2
ΑΠ-477ΚΑ	Καθοδηγούμ. Μελέτη στην Καλαθοσφαίριση	2	-	2
ΑΠ-479ΚΑ	Ομαδική Τακτική Καλαθοσφαίρισης	2	4	4
ΑΠ-480ΚΑ	Προπονητική Εξάσκηση Καλαθοσφαίρισης	2	4	4
	ΜΑΘΗΜΑΤΑ ΕΙΔΙΚΕΥΣΗΣ «ΠΕΤΟΣΦΑΙΡΙΣΗ» (ΠΕ)			
ΑΠ-470ΠΕ	Τεχνική & Μηχαν. Ανάλυση Πετοσφαίρισης	2	4	4
ΑΠ-471ΠΕ	Προπονητική Πετοσφαίρισης	2	4	4
ΑΠ-473ΠΕ	Ειδικά Θέματα Πετοσφαίρισης	2	-	2
ΑΠ-477ΠΕ	Καθοδηγούμενη Μελέτη στην Πετοσφαίριση	2	-	2
ΑΠ-479ΠΕ	Ομαδική Τακτική Πετοσφαίρισης	2	4	4
ΑΠ-480ΠΕ	Προπονητική Εξάσκηση Πετοσφαίρισης	2	4	4
	ΜΑΘΗΜΑΤΑ ΕΙΔΙΚΕΥΣΗΣ «ΧΕΙΡΟΣΦΑΙΡΙΣΗ» (ΧΕ)			
ΑΠ-470ΧΕ	Τεχνική & Μηχαν. Ανάλυση Χειροσφαίρισης	2	4	4
ΑΠ-471ΧΕ	Προπονητική Χειροσφαίρισης	2	4	4
ΑΠ-473ΧΕ	Ειδικά Θέματα Χειροσφαίρισης	2	-	2
ΑΠ-477ΧΕ	Καθοδηγούμενη Μελέτη στη Χειροσφαίριση	2	-	2
ΑΠ-479ΧΕ	Ομαδική Τακτική Χειροσφαίρισης	2	4	4
ΑΠ-480ΧΕ	Προπονητική Εξάσκηση Χειροσφαίρισης	2	4	4
	ΜΑΘΗΜΑΤΑ ΕΙΔΙΚΕΥΣΗΣ «ΠΟΔΟΣΦΑΙΡΙΣΗ» (ΠΟ)			
ΑΠ-470ΠΟ	Τεχνική & Μηχαν. Ανάλυση Ποδοσφαίρισης	2	4	4
ΑΠ-471ΠΟ	Προπονητική Ποδοσφαίρισης	2	4	4
ΑΠ-473ΠΟ	Ειδικά Θέματα Ποδοσφαίρισης	2	-	2
ΑΠ-477ΠΟ	Καθοδηγούμενη Μελέτη στην Ποδοσφαίριση	2	-	2
ΑΠ-479ΠΟ	Ομαδική Τακτική Ποδοσφαίρισης	2	4	4
ΑΠ-480ΠΟ	Προπονητική Εξάσκηση Ποδοσφαίρισης	2	4	4
	ΜΑΘΗΜΑΤΑ ΕΙΔΙΚΕΥΣΗΣ «ΑΝΤΙΣΦΑΙΡΙΣΗ» (ΑΝ)			
ΑΠ-470ΑΝ	Τεχνική & Μηχαν. Ανάλυση Αντισφαίρισης	2	4	4
ΑΠ-471ΑΝ	Προπονητική Αντισφαίρισης	2	4	4
ΑΠ-472ΑΝ	Μεθοδολογία Διδασκαλίας Αντισφαίρισης	2	4	4
ΑΠ-473ΑΝ	Ειδικά Θέματα Αντισφαίρισης	2	-	2
ΑΠ-477ΑΝ	Καθοδηγούμενη Μελέτη στην Αντισφαίριση	2	-	2
ΑΠ-480ΑΝ	Προπονητική Εξάσκηση Αντισφαίρισης	2	4	4
	ΜΑΘΗΜΑΤΑ ΕΙΔΙΚΕΥΣΗΣ «ΕΠΙΤΡΑΠΕΖΙΑ ΑΝΤΙΣΦΑΙΡΙΣΗ» (ΕΑ)			
ΑΠ-470ΕΑ	Τεχνική & Μηχαν. Ανάλυση Επιτρ. Αντισφαίρισης	2	4	4
ΑΠ-471ΕΑ	Προπονητική Επιτραπέζιας Αντισφαίρισης	2	4	4

ΑΠ-472ΕΑ	Μεθοδολογία Διδασκαλίας Επιτρ. Αντισφαίρισης	2	4	4
ΑΠ-473ΕΑ	Ειδικά Θέματα Επιτραπέζιας Αντισφαίρισης	2	-	2
ΑΠ-477ΕΑ	Καθοδηγούμενη Μελέτη στην Επιτρ. Αντισφαίριση	2	-	2
ΑΠ-480ΕΑ	Προπονητική Εξάσκηση Επιτρ. Αντισφαίρισης	2	4	4
ΜΑΘΗΜΑΤΑ ΕΙΔΙΚΕΥΣΗΣ				
Κωδικός	«ΠΕΤΟΣΦΑΙΡΙΣΗ ΕΠΙ ΑΜΜΟΥ» (ΒΑ)	Θ	Ε	δ.μ.
ΑΠ-470ΒΑ	Τεχνική & Μηχαν. Ανάλυση Πετοσφ. Επί Άμμου	2	4	4
ΑΠ-471ΒΑ	Προπονητική Πετοσφαίρισης Επί Άμμου	2	4	4
ΑΠ-473ΒΑ	Ειδικά Θέματα Πετοσφαίρισης Επί Άμμου	2	-	2
ΑΠ-477ΒΑ	Καθοδηγ. Μελέτη στην Πετοσφαίριση Επί Άμμου	2	-	2
ΑΠ-479ΒΑ	Ομαδική Τακτική Πετοσφαίρισης Επί Άμμου	2	4	4
ΑΠ-480ΒΑ	Προπονητική Εξάσκηση Πετοσφαίρισης Επί Άμμου	2	4	4

ΤΟΜΕΑΣ ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗΣ & ΧΟΡΟΥ (ΓΧ)

ΜΑΘΗΜΑΤΑ ΥΠΟΧΡΕΩΤΙΚΑ (Υπ)				
ΓΧ-151Υπ	Βασική Γυμναστική	1	2	2
ΓΧ-155Υπ	Ελληνικός Παραδοσιακός Χορός	1	2	2
ΓΧ-156Υπ	Διδακτική Βασικής Γυμναστικής	1	2	2
ΓΧ-159Υπ	Διδακτική Ελληνικού Παραδοσιακού Χορού	1	2	2
ΓΧ-252Υπ	Ενόργανη Γυμναστική	1	4	3
ΓΧ-255Υπ	Ρυθμική Αγωνιστική Γυμναστική (Γ)	1	2	2
ΜΑΘΗΜΑΤΑ ΕΠΙΛΟΓΗΣ (Επ)				
ΓΧ-160Επ	Αεροβική Γυμναστική	1	2	2
ΓΧ-172Επ	Κινητική Αγωγή - Αυτοσχεδιασμός	1	2	2
ΓΧ-187Επ	Προχωρημένο Επίπεδο Αθλήματος	1	2	2
ΓΧ-188Επ	Λαϊκοί Χοροί Άλλων Χωρών	2	-	2
ΓΧ-189Επ	Δημιουργικός Χορός Ι	1	2	2
ΓΧ-125Επ	Θεατρικό Παιχνίδι	1	2	2
ΜΑΘΗΜΑΤΑ ΕΙΔΙΚΕΥΣΗΣ				
«ΕΛΛΗΝΙΚΟΣ ΠΑΡΑΔΟΣΙΑΚΟΣ ΧΟΡΟΣ» (ΕΧ)				
ΓΧ-461ΕΧ	Ανάλυση και Κριτική του Χορού - Εισαγωγή στην Αισθητική Μορφολογία	2	-	2
ΓΧ-462ΕΧ	Καθοδηγ. Εξάσκηση Ελλην. Παραδοσιακού Χορού	-	4	2
ΓΧ-463ΕΧ	Διδακτική Ελληνικού Παραδοσιακού Χορού	1	4	3
ΓΧ-464ΕΧ	Μορφολογία Ελληνικού Παραδοσιακού Χορού	2	2	3
ΓΧ-465ΕΧ	Ιστορία Ελληνικού Παραδοσιακού Χορού	2	-	2
ΓΧ-466ΕΧ	Ειδικά Θέματα Ελληνικού Παραδοσιακού Χορού	2	2	3
ΓΧ-467ΕΧ	Εθνοχορολογία	2	-	2
ΓΧ-468ΕΧ	Σημειογραφία του Χορού	1	-	1
ΓΧ-469ΕΧ	Καθοδηγούμενη Εργασία	2	-	2
ΜΑΘΗΜΑΤΑ ΕΙΔΙΚΕΥΣΗΣ				
«ΕΝΟΡΓΑΝΗ ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗ» (ΕΓ)				

ΓΧ-470ΕΓ	Τεχνική & Μηχαν. Ανάλυση Ενόργ. Γυμναστικής	2	4	4
ΓΧ-471ΕΓ	Προπονητική Ενόργανης Γυμναστικής	2	4	4
ΓΧ-472ΕΓ	Μεθοδολογία Διδασκαλίας Ενόργ. Γυμναστικής	2	4	4
ΓΧ-473ΕΓ	Ειδικά Θέματα Ενόργανης Γυμναστικής	2	-	2
ΓΧ-477ΕΓ	Καθοδηγούμενη Μελέτη στην Ενόργ. Γυμναστική	2	-	2
ΓΧ-480ΕΓ	Προπονητική Εξάσκηση Ενόργανης Γυμναστικής	2	4	4
	ΜΑΘΗΜΑΤΑ ΕΙΔΙΚΕΥΣΗΣ			
	«ΟΡΧΗΣΤΙΚΗ» (ΟΡ)	Θ	Ε	δ.μ.
Κωδικός				
ΓΧ-461ΟΡ	Ο Χορός στην Εκπαίδευση	2	-	2
ΓΧ-462ΟΡ	Μουσικοκινητική Αγωγή	1	4	3
ΓΧ-463ΟΡ	Διδακτική του Χορού στην Εκπαίδευση	2	2	3
ΓΧ-464ΟΡ	Στοιχεία Σύγχρονου Χορού	1	2	2
ΓΧ-465ΟΡ	Δημιουργικός Χορός ΙΙ	1	4	3
ΓΧ-466ΟΡ	Ειδικά Θέματα Ορχηστικής	2	-	2
ΓΧ-467ΟΡ	Παραδοσ. Παιχνίδια και Χοροί απ' Όλο τον Κόσμο	1	4	3
ΓΧ-469ΟΡ	Καθοδηγούμενη Εργασία	2	-	2
	ΜΑΘΗΜΑΤΑ ΕΙΔΙΚΕΥΣΗΣ			
	«ΡΥΘΜΙΚΗ ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΗ ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗ» (ΡΓ)			
ΓΧ-470ΡΓ	Τεχνική & Μηχαν. Ανάλυση Ρυθμ. Αγων. Γυμναστικής	2	4	4
ΓΧ-471ΡΓ	Προπονητική Ρυθμ. Αγωνιστ. Γυμναστικής	2	4	4
ΓΧ-472ΡΓ	Μεθοδολογία Διδασκαλίας Ρυθμ. Αγων. Γυμναστικής	2	4	4
ΓΧ-473ΡΓ	Ειδικά Θέματα Ρυθμ. Αγωνιστ. Γυμναστικής	2	-	2
ΓΧ-477ΡΓ	Καθοδηγούμενη Μελέτη στην Ρυθμ. Αγων. Γυμναστική	2	-	2
ΓΧ-480ΡΓ	Προπονητική Εξάσκηση Ρυθμ. Αγων. Γυμναστικής	2	4	4

ΤΟΜΕΑΣ ΚΛΑΣΙΚΟΥ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ (ΚΑ)

	ΥΠΟΧΡΕΩΤΙΚΑ ΜΑΘΗΜΑΤΑ (Υπ)			
ΚΑ-152Υπ	Αθλητικοί Δρόμοι	1	4	3
ΚΑ-251Υπ	Αθλητικά Άλματα	1	4	3
ΚΑ-351Υπ	Αθλητικές Ρίψεις	1	4	3
ΚΑ-354Υπ	Θεωρία Αθλητικής Προπόνησης	2	-	2
	ΜΑΘΗΜΑΤΑ ΕΠΙΛΟΓΗΣ (Επ)			
ΚΑ-163Επ	Άρση Βαρών	1	2	2
ΚΑ-165Επ	Σκοποβολή	1	2	2
ΚΑ-167Επ	Ίππασία	1	2	2
ΚΑ-175Επ	Ξιφασκία	1	2	2
ΚΑ-176Επ	Ορεινές Δραστηριότητες	1	2	2
ΚΑ-178Επ	Πάλη	1	2	2
ΚΑ-179Επ	Ποδηλασία	1	2	2
ΚΑ-181Επ	Πυγμαχία	1	2	2
ΚΑ-183Επ	Τάε-Κβο-Ντο	1	2	2
ΚΑ-184Επ	Τζούντο	1	2	2
ΚΑ-185Επ	Χιονοδρομία	1	2	2

KA-187Επ	Προχωρημένο Επίπεδο Αθλήματος	1	2	2
KA-196Επ	Μυϊκή Ενδυνάμωση	2	1	2

Σημείωση : Φοιτητές-τριες μπορούν να παρακολουθήσουν επιπλέον προπαρασκευαστικά μαθήματα που αντιστοιχούν σε υποχρεωτικά μαθήματα αθλημάτων.

Κωδικός	ΜΑΘΗΜΑΤΑ ΕΙΔΙΚΕΥΣΗΣ «ΑΘΛΗΤΙΚΟΙ ΔΡΟΜΟΙ» (ΔΡ)	Θ	Ε	δ.μ.
KA-470ΔΡ	Τεχνική & Μηχανική Ανάλυση Αθλητικών Δρόμων	2	4	4
KA-471ΔΡ	Προπονητική Αθλητικών Δρόμων	2	4	4
KA-472ΔΡ	Μεθοδολογία Διδασκαλίας Αθλητικών Δρόμων	2	4	4
KA-473ΔΡ	Ειδικά Θέματα Αθλητικών Δρόμων	2	-	2
KA-477ΔΡ	Καθοδηγούμενη Μελέτη στους Αθλητικούς Δρόμους	2	-	2
KA-480ΔΡ	Προπονητική Εξάσκηση Αθλητικών Δρόμων	2	4	4
	ΜΑΘΗΜΑΤΑ ΕΙΔΙΚΕΥΣΗΣ «ΑΘΛΗΤΙΚΑ ΑΛΜΑΤΑ» (ΑΛ)			
KA-470ΑΛ	Τεχνική & Μηχανική Ανάλυση Αθλητικών Αλμάτων	2	4	4
KA-471ΑΛ	Προπονητική Αθλητικών Αλμάτων	2	4	4
KA-472ΑΛ	Μεθοδολογία Διδασκαλίας Αθλητικών Αλμάτων	2	4	4
KA-473ΑΛ	Ειδικά Θέματα Αθλητικών Αλμάτων	2	-	2
KA-477ΑΛ	Καθοδηγούμενη Μελέτη στα Αθλητικά Άλματα	2	-	2
KA-480ΑΛ	Προπονητική Εξάσκηση Αθλητικών Αλμάτων	2	4	4
	ΜΑΘΗΜΑΤΑ ΕΙΔΙΚΕΥΣΗΣ «ΑΘΛΗΤΙΚΕΣ ΡΙΨΕΙΣ» (ΡΙ)			
KA-470ΡΙ	Τεχνική & Μηχανική Ανάλυση Αθλητικών Ρίψεων	2	4	4
KA-471ΡΙ	Προπονητική Αθλητικών Ρίψεων	2	4	4
KA-472ΡΙ	Μεθοδολογία Διδασκαλίας Αθλητικών Ρίψεων	2	4	4
KA-473ΡΙ	Ειδικά Θέματα Αθλητικών Ρίψεων	2	-	2
KA-477ΡΙ	Καθοδηγούμενη Μελέτη στις Αθλητικές Ρίψεις	2	-	2
KA-480ΡΙ	Προπονητική Εξάσκηση Αθλητικών Ρίψεων	2	4	4

ΛΟΙΠΑ ΑΘΛΗΜΑΤΑ (ΛΑ)

	ΜΑΘΗΜΑΤΑ ΕΙΔΙΚΕΥΣΗΣ «ΞΙΦΑΣΚΙΑ» (ΞΙ)			
KA-470ΞΙ	Τεχνική & Μηχανική Ανάλυση Ξιφασκίας	2	4	4
KA-471ΞΙ	Προπονητική Ξιφασκίας	2	4	4
KA-472ΞΙ	Μεθοδολογία Διδασκαλίας Ξιφασκίας	2	4	4
KA-473ΞΙ	Ειδικά Θέματα Ξιφασκίας	2	-	2
KA-477ΞΙ	Καθοδηγούμενη Μελέτη στην Ξιφασκία	2	-	2
KA-480ΞΙ	Προπονητική Εξάσκηση Ξιφασκίας	2	4	4
	ΜΑΘΗΜΑΤΑ ΕΙΔΙΚΕΥΣΗΣ «ΑΡΣΗ ΒΑΡΩΝ» (ΑΒ)			
KA-470ΑΒ	Τεχνική & Μηχαν. Ανάλυση Άρσης Βαρών	2	4	4
KA-471ΑΒ	Προπονητική Άρσης Βαρών	2	4	4
KA-472ΑΒ	Μεθοδολογία Διδασκαλίας Άρσης Βαρών	2	4	4

KA-473AB	Ειδικά Θέματα Άρσης Βαρών	2	-	2
KA-477AB	Καθοδηγούμενη Μελέτη στην Άρση Βαρών	2	-	2
KA-480AB	Προπονητική Εξάσκηση Άρσης Βαρών	2	4	4
	ΜΑΘΗΜΑΤΑ ΕΙΔΙΚΕΥΣΗΣ			
	«ΠΥΓΜΑΧΙΑ» (ΠΥ)	Θ	Ε	δ.μ.
KA-470ΠΥ	Τεχνική & Μηχανική Ανάλυση Πυγμαχίας	2	4	4
KA-471ΠΥ	Προπονητική Πυγμαχίας	2	4	4
KA-472ΠΥ	Μεθοδολογία Διδασκαλίας Πυγμαχίας	2	4	4
KA-473ΠΥ	Ειδικά Θέματα Πυγμαχίας	2	-	2
KA-477ΠΥ	Καθοδηγούμενη Μελέτη στην Πυγμαχία	2	-	2
KA-480ΠΥ	Προπονητική Εξάσκηση Πυγμαχίας	2	4	4
	ΜΑΘΗΜΑΤΑ ΕΙΔΙΚΕΥΣΗΣ			
	«ΠΑΛΗ» (ΠΑ)			
KA-470ΠΑ	Τεχνική & Μηχανική Ανάλυση Πάλης	2	4	4
KA-471ΠΑ	Προπονητική Πάλης	2	4	4
KA-472ΠΑ	Μεθοδολογία Διδασκαλίας Πάλης	2	4	4
KA-473ΠΑ	Ειδικά Θέματα Πάλης	2	-	2
KA-477ΠΑ	Καθοδηγούμενη Μελέτη στην Πάλη	2	-	2
KA-480ΠΑ	Προπονητική Εξάσκηση Πάλης	2	4	4
	ΜΑΘΗΜΑΤΑ ΕΙΔΙΚΕΥΣΗΣ			
	«ΧΙΟΝΟΔΡΟΜΙΑ» (ΧΙ)			
KA-470ΧΙ	Τεχνική & Μηχανική Ανάλυση Χιονοδρομίας	2	4	4
KA-471ΧΙ	Προπονητική Χιονοδρομίας	2	4	4
KA-472ΧΙ	Μεθοδολογία Διδασκαλίας Χιονοδρομίας	2	4	4
KA-473ΧΙ	Ειδικά Θέματα Χιονοδρομίας	2	-	2
KA-477ΧΙ	Καθοδηγούμενη Μελέτη στην Χιονοδρομία	2	-	2
KA-480ΧΙ	Προπονητική Εξάσκηση Χιονοδρομίας	2	4	4
	ΜΑΘΗΜΑΤΑ ΕΙΔΙΚΕΥΣΗΣ			
	«ΙΠΠΑΣΙΑ» (ΙΠ)			
KA-470ΙΠ	Τεχνική & Μηχανική Ανάλυση Ιππασίας	2	4	4
KA-471ΙΠ	Προπονητική Ιππασίας	2	4	4
KA-472ΙΠ	Μεθοδολογία Διδασκαλίας Ιππασίας	2	4	4
KA-473ΙΠ	Ειδικά Θέματα Ιππασίας	2	-	2
KA-477ΙΠ	Καθοδηγούμενη Μελέτη στην Ιππασία	2	-	2
KA-480ΙΠ	Προπονητική Εξάσκηση Ιππασίας	2	4	4
	ΜΑΘΗΜΑΤΑ ΕΙΔΙΚΕΥΣΗΣ			
	«ΤΑΕ ΚΒΟ ΝΤΟ» (ΤΚ)			
KA-470ΤΚ	Τεχνική & Μηχανική Ανάλυση Ταε κβο ντο	2	4	4
KA-471ΤΚ	Προπονητική Ταε κβο ντο	2	4	4
KA-472ΤΚ	Μεθοδολογία Διδασκαλίας Ταε κβο ντο	2	4	4
KA-473ΤΚ	Ειδικά Θέματα Ταε κβο ντο	2	-	2
KA-477ΤΚ	Καθοδηγούμενη Μελέτη Ταε κβο ντο	2	-	2
KA-480ΤΚ	Προπονητική Εξάσκηση Ταε κβο ντο	2	4	4

ΤΟΜΕΑΣ ΥΓΡΟΥ ΣΤΙΒΟΥ (ΥΣ)

Κωδικός	ΥΠΟΧΡΕΩΤΙΚΑ ΜΑΘΗΜΑΤΑ (Υπ)	Θ	Ε	δ.μ.
ΥΣ-352Υπ	Κολύμβηση	1	2	2
ΥΣ-353Υπ	Διδακτική Κολύμβησης	1	2	2
	ΕΠΙΛΟΓΗΣ ΜΑΘΗΜΑΤΑ (Επ)			
ΥΣ-166Επ	Θαλάσσιο Σκι	1	2	2
ΥΣ-168Επ	Ιστιοπλοΐα	1	2	2
ΥΣ-169Επ	Ιστιοσανίδα	1	2	2
ΥΣ-170Επ	Κανόε Καγιάκ	1	2	2
ΥΣ-171Επ	Καταδύσεις	1	2	2
ΥΣ-173Επ	Κωπηλασία	1	2	2
ΥΣ-174Επ	Ναυαγσωστική	1	1	1
ΥΣ-182Επ	Συγχρονισμένη Κολύμβηση	1	2	2
ΥΣ-186Επ	Υδατοσφαίριση	1	2	2
ΥΣ-187Επ	Προχωρημένο Επίπεδο Αθλήματος	1	2	2
	ΜΑΘΗΜΑΤΑ ΕΙΔΙΚΕΥΣΗΣ «ΚΟΛΥΜΒΗΣΗ» (ΚΟ)			
ΥΣ-470ΚΟ	Τεχνική & Μηχανική Ανάλυση Κολύμβησης	2	4	4
ΥΣ-471ΚΟ	Προπονητική Κολύμβησης	2	4	4
ΥΣ-472ΚΟ	Μεθοδολογία Διδασκαλίας Κολύμβησης	2	4	4
ΥΣ-473ΚΟ	Ειδικά Θέματα Κολύμβησης	2	-	2
ΥΣ-477ΚΟ	Καθοδηγούμενη Μελέτη στην Κολύμβηση	2	-	2
ΥΣ-480ΚΟ	Προπονητική Εξάσκηση Κολύμβησης	2	4	4
	ΜΑΘΗΜΑΤΑ ΕΙΔΙΚΕΥΣΗΣ «ΚΩΠΗΛΑΣΙΑ» (ΚΩ)			
ΥΣ-470ΚΩ	Τεχνική & Μηχανική Ανάλυση Κωπηλασίας	2	4	4
ΥΣ-471ΚΩ	Προπονητική Κωπηλασίας	2	4	4
ΥΣ-472ΚΩ	Μεθοδολογία Διδασκαλίας Κωπηλασίας	2	4	4
ΥΣ-473ΚΩ	Ειδικά Θέματα Κωπηλασίας	2	-	2
ΥΣ-477ΚΩ	Καθοδηγούμενη Μελέτη στην Κωπηλασία	2	-	2
ΥΣ-480ΚΩ	Προπονητική Εξάσκηση Κωπηλασίας	2	4	4
	ΜΑΘΗΜΑΤΑ ΕΙΔΙΚΕΥΣΗΣ «ΥΔΑΤΟΣΦΑΙΡΙΣΗ» (ΥΔ)			
ΥΣ-470ΥΔ	Τεχνική & Μηχανική Ανάλυση Υδατοσφαίρισης	2	4	4
ΥΣ-471ΥΔ	Προπονητική Υδατοσφαίρισης	2	4	4
ΥΣ-473ΥΔ	Ειδικά Θέματα Υδατοσφαίρισης	2	-	2
ΥΣ-477ΥΔ	Καθοδηγούμενη Μελέτη στην Υδατοσφαίριση	2	-	2
ΥΣ-479ΥΔ	Ομαδική Τακτική Υδατοσφαίρισης	2	4	4
ΥΣ-480ΥΔ	Προπονητική Εξάσκηση Υδατοσφαίρισης	2	4	4

Κωδικός	ΜΑΘΗΜΑΤΑ ΕΙΔΙΚΕΥΣΗΣ «ΣΥΓΧΡΟΝΙΣΜΕΝΗ ΚΟΛΥΜΒΗΣΗ» (ΣΚ)	Θ	Ε	δ.μ.
ΥΣ-470ΣΚ	Τεχνική & Μηχαν. Ανάλ. Συγχρον. Κολύμβησης	2	4	4
ΥΣ-471ΣΚ	Προπονητική Συγχρον. Κολύμβησης	2	4	4
ΥΣ-473ΣΚ	Ειδικά Θέματα Συγχρον. Κολύμβησης	2	-	2
ΥΣ-477ΣΚ	Καθοδηγούμενη Μελέτη στη Συγχρον.Κολύμβηση	2	-	2
ΥΣ-479ΣΚ	Ομαδική Τακτική Συγχρον. Κολύμβησης	2	4	4
ΥΣ-480ΣΚ	Προπονητική Εξάσκηση Συγχρον. Κολύμβησης	2	4	4
	ΜΑΘΗΜΑΤΑ ΕΙΔΙΚΕΥΣΗΣ «ΘΑΛΑΣΣΙΟ ΣΚΙ» (ΘΣ)			
ΥΣ-470ΘΣ	Τεχνική & Μηχανική Ανάλυση Θαλάσσιου Σκι	2	4	4
ΥΣ-471ΘΣ	Προπονητική Θαλάσσιου Σκι	2	4	4
ΥΣ-472ΘΣ	Μεθοδολογία Διδασκαλίας Θαλάσσιου Σκι	2	4	4
ΥΣ-473ΘΣ	Ειδικά Θέματα Θαλάσσιου Σκι	2	-	2
ΥΣ-477ΘΣ	Καθοδηγούμενη Μελέτη στο Θαλάσσιο Σκι	2	-	2
ΥΣ-480ΘΣ	Προπονητική Εξάσκηση Θαλάσσιου Σκι	2	4	4
	ΜΑΘΗΜΑΤΑ ΕΙΔΙΚΕΥΣΗΣ «ΙΣΤΙΟΠΛΟΪΑ» (ΙΣ)			
ΥΣ-470ΙΣ	Τεχνική & Μηχανική Ανάλυση Ιστιοπλοΐας	2	4	4
ΥΣ-471ΙΣ	Προπονητική Ιστιοπλοΐας	2	4	4
ΥΣ-472ΙΣ	Μεθοδολογία Διδασκαλίας Ιστιοπλοΐας	2	4	4
ΥΣ-473ΙΣ	Ειδικά Θέματα Ιστιοπλοΐας	2	-	2
ΥΣ-477ΙΣ	Καθοδηγούμενη Μελέτη στην Ιστιοπλοΐα	2	-	2
ΥΣ-480ΙΣ	Προπονητική Εξάσκηση Ιστιοπλοΐας	2	4	4
	ΜΑΘΗΜΑΤΑ ΕΙΔΙΚΕΥΣΗΣ «ΚΑΝΟΕ ΚΑΓΙΑΚ» (ΚΚ)			
ΥΣ-470ΚΚ	Τεχνική & Μηχανική Ανάλυση Κανόε Καγιάκ	2	4	4
ΥΣ-471ΚΚ	Προπονητική Κανόε Καγιάκ	2	4	4
ΥΣ-472ΚΚ	Μεθοδολογία Διδασκαλίας Κανόε Καγιάκ	2	4	4
ΥΣ-473ΚΚ	Ειδικά Θέματα Κανόε Καγιάκ	2	-	2
ΥΣ-477ΚΚ	Καθοδηγούμενη Μελέτη στο Κανόε Καγιάκ	2	-	2
ΥΣ-480ΚΚ	Προπονητική Εξάσκηση Κανόε Καγιάκ	2	4	4

2.3 ΕΝΔΕΙΚΤΙΚΗ ΚΑΤΑΝΟΜΗ ΜΑΘΗΜΑΤΩΝ

ΜΑΘΗΜΑΤΑ ΚΑΤΑ ΕΞΑΜΗΝΑ

Κωδικός	Μαθήματα	Θ	Ε	δ.μ.
---------	----------	---	---	------

Α΄ ΕΞΑΜΗΝΟ (1^ο)

ΑΒ-101Υπ	Λειτουργική Ανατομική του Ανθρώπου	3,5	1	4
ΘΕ-131Υπ	Ιστορία Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού	2	2	2
ΓΧ-151Υπ	Βασική Γυμναστική	1	2	2
ΚΑ-152Υπ	Αθλητικοί Δρόμοι	1	4	3
ΑΠ-153Υπ	Ποδοσφαίριση (Α)	1	2	2
ΑΠ-154Υπ	Χειροσφαίριση	1	2	2
ΓΧ-155Υπ	Ελληνικός Παραδοσιακός Χορός	1	2	2

17 δ.μ.

Β΄ ΕΞΑΜΗΝΟ (2^ο)

ΑΒ-102Υπ	Φυσιολογία του Ανθρώπου	3,5	1	4
ΘΕ-132Υπ	Οργάνωση και Διοίκηση στον Αθλητισμό	2	-	2
ΓΧ-156Υπ	Διδακτική Βασικής Γυμναστικής	1	2	2
ΑΠ-157Υπ	Διδακτική Ποδοσφαίρισης (Α)	1	2	2
ΑΠ-158Υπ	Διδακτική Χειροσφαίρισης	1	2	2
ΓΧ-159Υπ	Διδακτική Ελλην. Παραδοσιακού Χορού	1	2	2
--- --- Επ	Μαθήματα Επιλογής			4

18 δ.μ.

Γ΄ ΕΞΑΜΗΝΟ (3^ο)

ΑΒ-201Υπ	Εργοφυσιολογία	3,5	1	4
ΘΕ-231Υπ	Αθλητικό Δίκαιο	2	-	2
ΘΕ-232Υπ	Εισαγωγή στην Προσαρμ. Κινητική Αγωγή	2	-	2
ΘΕ-233Υπ	Μεθοδολογία Αθλητικής Έρευνας	2	-	2
ΚΑ-251Υπ	Αθλητικά Άλματα	1	4	3
ΓΧ-252Υπ	Ενόργανη Γυμναστική	1	4	3
ΑΠ-253Υπ	Καλαθοσφαίριση	1	2	2
ΑΠ-254Υπ	Πετοσφαίριση	1	2	2

20 δ.μ.

Δ΄ ΕΞΑΜΗΝΟ (4^ο)

ΑΒ-202Υπ	Εργομετρία	1,5	1	2
ΘΕ-234Υπ	Στατιστική Φυσικής Αγωγής & Αθλητισμού	2	-	2
ΘΕ-235Υπ	Κινητική Συμπεριφορά	2	2	3
ΓΧ-255Υπ	Ρυθμική Αγωνιστική Γυμναστική (Γ)	1	2	2
ΑΠ-256Υπ	Διδακτική Καλαθοσφαίρισης	1	2	2
ΑΠ-257Υπ	Διδακτική Πετοσφαίρισης	1	2	2
--- --- Επ	Μαθήματα Επιλογής			4

17 δ.μ.

Κωδικός	Μαθήματα	Θ	Ε	δ.μ.
---------	----------	---	---	------

Ε΄ ΕΞΑΜΗΝΟ (5^ο)

ΑΒ-301Υπ	Αθλητική Φυσικοθεραπεία	2,5	1	3
ΑΒ-302Υπ	Αθλητική Βιομηχανική	3,5	1	4
ΘΕ-331Υπ	Αθλητική Ψυχολογία	2	2	3
ΘΕ-332Υπ	Αθλητική Παιδαγωγική	2	2	3
ΚΑ-351Υπ	Αθλητικές Ρίψεις	1	3	3
ΥΣ-352Υπ	Κολύμβηση	1	2	2

18 δ.μ.

ΣΤ΄ ΕΞΑΜΗΝΟ (6^ο)

ΑΒ-303Υπ	Αθλητιατρική	2,5	1	3
ΘΕ-333Υπ	Διδακτική Φυσικής Αγωγής	2	2	3
ΘΕ-334Υπ	Κοινωνιολογία του Αθλητισμού	2	-	2
ΘΕ-335Υπ	Φιλοσοφία του Αθλητισμού	2	-	2
ΥΣ-353Υπ	Διδακτική Κολύμβησης	1	2	2
ΑΠ-354Υπ	Θεωρία Αθλητικής Προπόνησης	2	-	2
--- - --- Επ	Μαθήματα Επιλογής			4

18 δ.μ.

Ζ΄ ΕΞΑΜΗΝΟ (7^ο)

ΠΤ-499Υπ	ΜΑΘΗΜΑΤΕΙΔΙΚΕΥΣΗΣ ΠΤΥΧΙΑΚΗ ΕΡΓΑΣΙΑ			10 2
--- - --- Επ	ΜΑΘΗΜΑΤΑ ΕΠΙΛΟΓΗΣ			2 *

14 δ.μ.

Η΄ ΕΞΑΜΗΝΟ (8^ο)

ΠΤ-499Υπ	ΜΑΘΗΜΑΤΕΙΔΙΚΕΥΣΗΣ ΠΤΥΧΙΑΚΗ ΕΡΓΑΣΙΑ			10 2
--- - --- Επ	ΜΑΘΗΜΑΤΑ ΕΠΙΛΟΓΗΣ			*

12 δ.μ.

* Επιπρόσθετα μαθήματα επιλογής.

Θ = ώρες θεωρητικής διδασκαλίας,

Ε = ώρες εξάσκησης (εργαστήρια ή πρακτική αθλήματος).

ΜΑΘΗΜΑΤΑ ΚΑΤΑ ΤΟΜΕΙΣ ΚΑΙ ΕΞΑΜΗΝΑ**ΤΟΜΕΑΣ ΑΘΛΗΤΙΑΤΡΙΚΗΣ & ΒΙΟΛΟΓΙΑΣ ΤΗΣ ΑΣΚΗΣΗΣ (ΑΒ)**

Κωδικός	ΜΑΘΗΜΑΤΑ	1ο	2ο	3ο	4ο	5ο	6ο	7ο	8ο
ΑΒ-101Υπ	Λειτουργική Ανατομική του Ανθρώπου	✓							
ΑΒ-102Υπ	Φυσιολογία του Ανθρώπου		✓						
ΑΒ-201Υπ	Εργοφυσιολογία			✓					
ΑΒ-202Υπ	Εργομετρία				✓				
ΑΒ-301Υπ	Αθλητική Φυσικοθεραπεία					✓			
ΑΒ-302Υπ	Αθλητική Βιομηχανική					✓			
ΑΒ-303Υπ	Αθλητιατρική Ειδίκευση						✓	✓	✓

ΤΟΜΕΑΣ ΘΕΩΡΗΤΙΚΩΝ ΕΠΙΣΤΗΜΩΝ (ΘΕ)

Κωδικός	ΜΑΘΗΜΑΤΑ	1ο	2ο	3ο	4ο	5ο	6ο	7ο	8ο
ΘΕ-131Υπ	Ιστορία Φυσικής Αγωγής & Αθλητισμού	✓							
ΘΕ-132Υπ	Οργάν. και Διοίκηση στον Αθλητισμό		✓						
ΘΕ-231Υπ	Αθλητικό Δίκαιο			✓					
ΘΕ-232Υπ	Εισαγ. στην Προσαρμ. Κινητική Αγωγή			✓					
ΘΕ-233Υπ	Μεθοδολογία Αθλητικής Έρευνας			✓					
ΘΕ-234Υπ	Στατιστική Φ. Αγωγής & Αθλητισμού				✓				
ΘΕ-235Υπ	Κινητική Συμπεριφορά				✓				
ΘΕ-331Υπ	Αθλητική Ψυχολογία					✓			
ΘΕ-332Υπ	Αθλητική Παιδαγωγική					✓			
ΘΕ-333Υπ	Διδακτική Φυσικής Αγωγής						✓		
ΘΕ-334Υπ	Κοινωνιολογία του Αθλητισμού						✓		
ΘΕ-335Υπ	Φιλοσοφία του Αθλητισμού Ειδίκευση						✓	✓	✓

ΤΟΜΕΑΣ ΑΘΛΟΠΑΙΔΙΩΝ (ΑΠ)

Κωδικός	ΜΑΘΗΜΑΤΑ	1ο	2ο	3ο	4ο	5ο	6ο	7ο	8ο
ΑΠ-153Υπ	Ποδοσφαίριση (Α)	✓							
ΑΠ-154Υπ	Χειροσφαίριση	✓							
ΑΠ-157Υπ	Διδακτική Ποδοσφαίρισης (Α)		✓						
ΑΠ-158Υπ	Διδακτική Χειροσφαίρισης		✓						
ΑΠ-253Υπ	Καλαθοσφαίριση			✓					
ΑΠ-254Υπ	Πετοσφαίριση			✓					
ΑΠ-256Υπ	Διδακτική Καλαθοσφαίρισης				✓				
ΑΠ-257Υπ	Διδακτική Πετοσφαίρισης Ειδίκευση				✓			✓	✓

ΤΟΜΕΑΣ ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗΣ & ΧΟΡΟΥ (ΓΧ)

Κωδικός	ΜΑΘΗΜΑΤΑ	1ο	2ο	3ο	4ο	5ο	6ο	7ο	8ο
ΓΧ-151Υπ	Βασική Γυμναστική	✓							
ΓΧ-155Υπ	Ελληνικός Παραδοσιακός Χορός	✓							
ΓΧ-156Υπ	Διδακτική Βασικής Γυμναστικής		✓						
ΓΧ-159Υπ	Διδακτική Ελλην. Παραδοσ. Χορού		✓						
ΓΧ-252Υπ	Ενόργανη Γυμναστική			✓					
ΓΧ-255Υπ	Ρυθμική Αγωνιστική Γυμναστική (Γ) Ειδίκευση				✓			✓	✓

ΤΟΜΕΑΣ ΚΛΑΣΙΚΟΥ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ (ΚΑ)

Κωδικός	ΜΑΘΗΜΑΤΑ	1ο	2ο	3ο	4ο	5ο	6ο	7ο	8ο
ΚΑ-152Υπ	Αθλητικοί Δρόμοι	✓							
ΚΑ-251Υπ	Αθλητικά Άλματα			✓					
ΚΑ-351Υπ	Αθλητικές Ρίψεις					✓			
ΚΑ-354Υπ	Θεωρία Αθλητικής Προπόνησης Ειδίκευση						✓	✓	✓

ΤΟΜΕΑΣ ΥΓΡΟΥ ΣΤΙΒΟΥ (ΥΣ)

Κωδικός	ΜΑΘΗΜΑΤΑ	1ο	2ο	3ο	4ο	5ο	6ο	7ο	8ο
ΥΣ-352Υπ	Κολύμβηση					✓			
ΥΣ-353Υπ	Διδακτική Κολύμβησης Ειδίκευση						✓	✓	✓

**Συγκεντρωτικός Πίνακας Ενδεικτικής
Κατανομής Διδακτικών Μονάδων σε Εξάμηνα**

ΑΚΑΔΗΜΑΪΚΕΣ ΥΠΟΧΡΕΩΣΕΙΣ	Ε Ξ Α Μ Η Ν Α								Σύνολο δ. μ.
	1ο	2ο	3ο	4ο	5ο	6ο	7ο	8ο	
Υποχρεωτικά	17	14	20	13	18	14	-	-	96 *
Επιλογής	-	4	-	4	-	4	2	-	14
Ειδικότητα	-	-	-	-	-	-	10	10	20
Πτυχιακή	-	-	-	-	-	-	2	2	4
Σύνολο δ. μ.	17	18	20	17	18	18	14	12	134 *

* Οι φοιτήτριες δεν έχουν Ποδοσφαίριση (- 4 δ.μ.) : 134 - 4 = 130 δ.μ.

* Οι φοιτητές δεν έχουν ΡΑΓ και έχουν 2 δ.μ. επιλογής λιγότερες (- 4 δ.μ.) : 134 - 4 = 130 δ.μ.

3. ΤΟΜΕΑΣ ΑΘΛΗΤΙΑΤΡΙΚΗΣ & ΒΙΟΛΟΓΙΑΣ ΤΗΣ ΑΣΚΗΣΗΣ (ΑΒ)

Διευθυντής: Καθηγητής Κ. Μπουντόλος

Ο Τομέας Αθλητιατρικής και Βιολογίας της Άσκησης έχει ως κύρια αποστολή την παραγωγή και διάδοση της νέας γνώσης στο ευρύτερο επιστημονικό πεδίο των προσαρμογών του ανθρώπινου οργανισμού κατά τη σωματική άσκηση. Επίσης, αποβλέπει στη διοχέτευση επιστημονικών πληροφοριών για τη βελτίωση και διατήρηση της υγείας και ευρωστίας του ανθρώπου, καθώς και στη μεγιστοποίηση της απόδοσής του. Στα πλαίσια αυτά ο Τομέας:

- Προσφέρει υποχρεωτικά μαθήματα υποστήριξης των προπτυχιακών σπουδών και μαθήματα κατ' επιλογήν υποχρεωτικά για την ενίσχυση των ειδικεύσεων στην προπονητική αθλημάτων του Ολυμπιακού προγράμματος, καθώς και των θεωρητικών ειδικεύσεων σε διάφορες γνωστικές περιοχές.
- Παρέχει μαθήματα της Ειδίκευσης με τίτλο «*Ευρωστία και Υγεία*», που οδηγεί στην απόκτηση αντίστοιχου διπλώματος.
- Έχει την ευθύνη του Πρόγραμματος Μεταπτυχιακών Σπουδών, που οδηγεί στη χορήγηση Μεταπτυχιακού Διπλώματος Ειδίκευσης και Διδακτορικού Διπλώματος Βιολογία της Άσκησης. Οι πτυχιούχοι του Τμήματος και άλλων επιστημών έχουν δυνατότητα να συνεχίσουν τις σπουδές τους αποκτώντας υψηλού επιπέδου κατάρτιση, συμβάλλοντας με τον τρόπο αυτό στην παραπέρα ανάπτυξη της αθλητικής έρευνας και της επιστήμης στον τόπο μας.
- Λειτουργεί σύμφωνα με το ΠΔ αρ. 9, ΦΕΚ αρ. 6, 20/10/2003 τα εργαστήρια *Αθλητιατρικής με διευθυντή τον Αναπλ. Καθηγητή Π. Μπαλτόπουλο, Αθλητικής Βιομηχανικής με διευθυντή τον Καθηγητή Κ. Μπουντόλο, Αθλητικής Φυσιοθεραπείας με διευθυντή τον Αναπλ. Καθηγητή Σπ. Αθανασόπουλο και Εργοφυσιολογίας – Εργομετρίας με διευθύντρια την Επίκουρο Καθηγήτρια Μ. Μαριδάκη.*
- Τα εργαστήρια χρησιμοποιούνται για τις εργαστηριακές ασκήσεις των προπτυχιακών φοιτητών, τη διεξαγωγή ερευνών στα πλαίσια των μεταπτυχιακών σπουδών και την υλοποίηση ερευνητικών προγραμμάτων των μελών του διδακτικού και ερευνητικού προσωπικού. Επίσης παρέχουν υπηρεσίες στα μέλη της πανεπιστημιακής κοινότητας και στο κοινωνικό σύνολο γενικότερα.
- Τα γνωστικά αντικείμενα του Τομέα είναι συνολικά 32 και διακρίνονται σε Υποχρεωτικά (7), σε Επιλογής Υποχρεωτικά (10) και στα του Κύκλου «*Ευρωστία και Υγεία*» (15).
- Τα μέλη ΔΕΠ του Τομέα είναι επτά (7) και περιλαμβάνουν έναν Καθηγητή, τρεις Αναπληρωτές Καθηγητές, μια Επίκουρο Καθηγήτρια και δύο Λέκτορες. Επίσης βρίσκεται σε διαδικασία προκήρυξης και κάλυψης τεσσάρων (4) νέων θέσεων ΔΕΠ.

3.1 ΥΠΟΧΡΕΩΤΙΚΑ ΜΑΘΗΜΑΤΑ

ΑΒ-101Υπ Λειτουργική Ανατομική του Ανθρώπου (4 δ.μ. - 1^ο εξάμηνο)

Αναπληρωτής Καθηγητής Π. Μπαλτόπουλος

Γενικοί στόχοι: Αρχές της δομής και λειτουργίας του ανθρώπινου σώματος. Ιδιαίτερη έμφαση στην κατασκευή και συμπεριφορά του μυοσκελετικού συστήματος. Γνωριμία με τα λοιπά

συστήματα και τη δράση τους. **Αξιολόγηση:** γραπτή εξέταση, εργαστηριακές ασκήσεις, εκπόνηση εργασίας. **Θεματικές ενότητες** • Κύτταρο. • Ιστοί. • Μύες. • Οστά - Αρθρώσεις. • Σπονδυλική στήλη. • Ωμική ζώνη και Άνω άκρα. • Κάτω άκρα. • Κεφαλή. • Νευρικό σύστημα. • Αναπνευστικό σύστημα. • Καρδιαγγειακό σύστημα. • Πεπτικό σύστημα. **Ενδεικτική βιβλιογραφία** • Μπαλτόπουλος, Π. Ι. (1994). Λειτουργική Ανατομική του Ανθρώπου I & II. Αθήνα : Ιατρικές Εκδόσεις Πασχαλίδης. • Moore, K. L. (1998). Κλινική Ανατομική I & II. Αθήνα : Ιατρικές Εκδόσεις Πασχαλίδης.

AB-102Υπ Φυσιολογία του Ανθρώπου (4 δ.μ. - 2^ο εξάμηνο)

Αναπληρωτής Καθηγητής Ν. Γελαδάς

Γενικοί στόχοι: Εισαγωγή σε βασικές, γενικές έννοιες της λειτουργίας των συστημάτων του ανθρώπινου σώματος που άπτονται άμεσα των κινητικών δραστηριοτήτων του ατόμου. Επίλυση απλών προβλημάτων πρόκλησης ενός ομοιοστατικού μηχανισμού. **Αξιολόγηση:** Γραπτή ενδιάμεση και τελική εξέταση. **Θεματικές ενότητες** • Χημική σύνθεση του σώματος και βασικές λειτουργίες κυττάρου. • Διαπερατότητα μεμβρανών και κυτταρική επικοινωνία. • Ομοιοστατικός μηχανισμός. • Μηχανισμοί νευρικού ελέγχου. • Διεγερσιμότητα νευρικού κυττάρου. • Συντονιστικές λειτουργίες νευρικού συστήματος. • Συνείδηση και συμπεριφορά. • Λειτουργία μυός. • Έλεγχος της σωματικής κίνησης. • Αναπνευστικές λειτουργίες. • Αίμα και λειτουργία της καρδιάς. • Λειτουργία των αγγείων και ρύθμιση της αρτηριακής πίεσης. **Ενδεικτική βιβλιογραφία** • Vander, A. J. & συνεργάτες. (2000). Φυσιολογία του Ανθρώπου. Αθήνα : Ιατρικές Εκδόσεις Πασχαλίδης. • McGeown, J. G. (2000). Συνοπτική φυσιολογία του ανθρώπου. Αθήνα : Ιατρικές Εκδόσεις Πασχαλίδης. • Berne, R. M. & Levy, M. N. (1999). Αρχές φυσιολογίας. Ηράκλειο : Πανεπιστημιακές Εκδόσεις Κρήτης.

AB-201Υπ Εργοφυσιολογία (4 δ.μ. - 3^ο εξάμηνο)

Επίκουρος Καθηγήτρια Μ. Μαριδάκη, Λέκτορας Μ. Κοσκολού

Γενικοί στόχοι: Μύηση των φοιτητών στην κατανόηση της λειτουργίας του ανθρώπινου οργανισμού κατά τη μυϊκή προσπάθεια, των ρυθμιστικών μηχανισμών, των φυσιολογικών προσαρμογών και των παραγόντων που τις επηρεάζουν. Δίνεται έμφαση στην επίδραση της άσκησης στην υγεία, την ευρωστία και την αθλητική απόδοση. **Αξιολόγηση:** Γραπτές εξετάσεις, Εργαστηριακές ασκήσεις, ενεργός συμμετοχή στο μάθημα. **Θεματικές ενότητες** • Δομή και Λειτουργία του Σκελετικού Μυός • Νευρολογικός Έλεγχος της Κίνησης • Νευρομυϊκές Προσαρμογές στην Προπόνηση με αντιστάσεις • Μεταβολισμός, Ενέργεια και τα Βασικά Ενεργειακά Συστήματα • Ορμονική Ρύθμιση κατά την άσκηση • Μεταβολικές Προσαρμογές κατά την Προπόνηση • Καρδιαγγειακός Έλεγχος κατά τη Διάρκεια της Άσκησης • Ρύθμιση της Αναπνοής Κατά τη Διάρκεια της Άσκησης • Καρδιαγγειακές και Αναπνευστικές Προσαρμογές στην Προπόνηση • Άσκηση σε Θερμό και Ψυχρό περιβάλλον: Θερμορύθμιση • Άσκηση σε Περιβάλλον Υποβαρικό, Υπερβαρικό και Περιβάλλον μικροβαρύτητας • Φυσιολογικές αρχές της Προπόνησης • Διατροφή και Αθλητισμός • Σωματικό βάρος, Σωματική Σύσταση και Αθλητισμός • Εργογόνα Βοηθήματα και Αθλητισμός • Άσκηση και Αθλητισμός Παιδιών και Εφήβων • Άσκηση και Γήρανση • Διαφορές των δύο φύλων στον Αθλητισμό και την Άσκηση • Συνταγογραφία Άσκησης για Υγεία και Φυσική Κατάσταση • Καρδιαγγειακή νόσος και Φυσική Δραστηριότητα • Παχυσαρκία, Διαβήτης και Φυσική Δραστηριότητα. **Ενδεικτική βιβλιογραφία** • Κλεισούρας, Β. (2004). Εργοφυσιολογία Τόμος Α'. Αθήνα Εκδόσεις Πασχαλίδης. • Wilmore, J.H.A. & Costill, D.L. 3^η έκδοση (2004). Φυσιολογία της Άθλη-

σης και της Άσκησης.

AB-202Υπ Εργομετρία (2 δ.μ. – 4^ο εξάμηνο)

Επίκουρος Καθηγήτρια Μ. Μαριδάκη

Γενικοί στόχοι: Μύηση των φοιτητών στη μέτρηση και αξιολόγηση της μυϊκής προσπάθειας, χρησιμοποιώντας ιδιότυπες δοκιμασίες και αποβλέποντας στην βελτίωση της ευρωστίας και τη μεγιστοποίηση της αθλητικής απόδοσης. **Αξιολόγηση:** Εργαστηριακές ασκήσεις, γραπτές εξετάσεις, ενεργός συμμετοχή στο μάθημα. **Θεματικές ενότητες** • Προληπτικός έλεγχος υγείας και ταξινόμηση των κινδύνων • Σκοποί μέτρησης και ελέγχου της φυσικής κατάστασης • Εγκυρότητα αξιοπιστία και αντικειμενικότητα των μετρήσεων • Εισαγωγή στην ερμηνεία αποτελεσμάτων των εργομετρήσεων • Μέτρηση και αξιολόγηση της Καρδιοαναπνευστικής λειτουργίας: Πρωτόκολλα με υπομέγιστη άσκηση, πρωτόκολλα με μέγιστη άσκηση, υπαίθριες δοκιμασίες, δοκιμασίες για παιδιά και μεγαλύτερους σε ηλικία ενήλικες • Σχεδιασμός προγραμμάτων για βελτίωση της καρδιοαναπνευστικής λειτουργίας • Μέτρηση και αξιολόγηση της μυϊκής δύναμης, ισχύος και μυϊκής αντοχής • Σχεδιασμός προγραμμάτων για βελτίωση της μυϊκής δύναμης, ισχύος και μυϊκής αντοχής • Μέτρηση και αξιολόγηση της σωματικής σύστασης • Σχεδιασμός προγραμμάτων ελέγχου σωματικού βάρους • Μέτρηση και αξιολόγηση της ευλυγισίας • Σχεδιασμός προγραμμάτων βελτίωσης της ευλυγισίας. **Ενδεικτική βιβλιογραφία** • Εργομετρία. Β. Κλεισούρα. Εκδόσεις Συμμετρία • ACSM (2000). Guidelines for exercise testing and prescription (6th edition). Philadelphia: Lippincott William and Wilkins. • Advanced Fitness Assessment & Exercise Prescription, V.H. Heyward, 2002 Champaign Il: Human Kinetics

AB-301Υπ Αθλητική Φυσικοθεραπεία (3 δ.μ. – 5^ο εξάμηνο)

Αναπληρωτής Καθηγητής Σ. Αθανασόπουλος, *Λέκτορας* Γ. Τσίγκανος

Γενικοί στόχοι: Δυνατότητα αποκατάστασης του τραυματία αθλητή και ασκούμενου με τη χρήση φυσικών μέσων και μεθόδων. Δίδεται έμφαση στην κινησιοθεραπεία, η οποία εκτελείται στο τρίτο στάδιο της λειτουργικής αποκατάστασης και έχει στόχο την επαναφορά του τραυματία αθλητή στα προ του τραυματισμού επίπεδα φυσικής κατάστασης. **Αξιολόγηση:** Εργαστηριακές ασκήσεις, Γραπτές εξετάσεις. **Θεματικές ενότητες** • Μηχανικές ιδιότητες των βιολογικών υλικών. • Προσαρμογές των βιολογικών υλικών στον τραυματισμό. • Προσαρμογές των τραυματισμένων βιολογικών υλικών στην ακινητοποίηση και την άθληση. • Φυσιοθεραπευτική αξιολόγηση του τραυματία αθλητή. • Λειτουργική αποκατάσταση τραυματισμών των κολλαγόνων ιστών στα κάτω άκρα. • Λειτουργική αποκατάσταση τραυματισμών των κολλαγόνων ιστών στα άνω άκρα. • Προγράμματα άσκησης για αποκατάσταση καταγμάτων. • Λειτουργική αποκατάσταση τραυματισμών του αρθρικού χόνδρου. • Λειτουργική αποκατάσταση τραυματισμών των μηνίσκων. • Άμεση αντιμετώπιση και λειτουργική αποκατάσταση θλάσεων. • Προγράμματα άσκησης για λειτουργική αποκατάσταση τενοντίτιδων. • Λειτουργική αποκατάσταση μετά από συνδεσμοπλαστική πρόσθιου χιαστού συνδέσμου. **Ενδεικτική βιβλιογραφία** • Αθανασόπουλος, Σ. (1989). Κινησιοθεραπεία. Αθήνα : Εκδόσεις Κ. Ντούζγος. • Zuluaga, M. (1995). Sports Physiotherapy. Applied science & practice. New York: Churchill Livingstone. • Tidswell, M.. (1998). Orthopedic Physiotherapy. London: Mosby.

ΑΒ-302Υπ Αθλητική Βιομηχανική (4 δ.μ. – 5^ο εξάμηνο)

Καθηγητής Κ. Μπουντόλος

Γενικοί στόχοι Να εξασφαλίσει τις προϋποθέσεις ώστε ο φοιτητής-τρια να γνωρίσει τα βασικά μέρη του ανθρώπινου κινητικού μηχανισμού, τις λειτουργίες του καθώς και τη μηχανική βάση της ανθρώπινης κίνησης, προκειμένου να μελετήσει την αθλητική προσπάθεια.

Αξιολόγηση Συμμετοχή σε διαλέξεις, εργαστηριακές ασκήσεις, εκπόνηση εργασιών, Γραπτές εξετάσεις. **Θεματικές ενότητες** • Βασική ορολογία και έννοιες, Τομείς μελέτης, Ανάλυση & Περιγραφείς κίνησης, Συστήματα αναφοράς. • Σκελετικές Εκτιμήσεις για την κίνηση. • Μυϊκές Εκτιμήσεις για την κίνηση. • Νευρολογικές εκτιμήσεις για την κίνηση. • Λειτουργική ανατομική και Βιομηχανική άνω άκρων. • Λειτουργική ανατομική και Βιομηχανική κάτω άκρων • Λειτουργική ανατομική και Βιομηχανική του κορμού (σπονδυλικής στήλης) και κρανίου • Μηχανική παραμορφώσιμων σωμάτων, Μορφές φόρτισης • Γραμμική Κινηματική, Ειδικές εφαρμογές και ανάλυση αθλητικών δραστηριοτήτων • Γωνιακή Κινηματική, Ειδικές εφαρμογές και ανάλυση αθλητικών δραστηριοτήτων. • Γραμμική Κινητική, Ειδικές εφαρμογές δύναμης και ανάλυση αθλητικών δραστηριοτήτων. • Γωνιακή Κινητική, Κέντρο Μάζας και Υπολογισμοί, Ειδικές εφαρμογές ροπής δύναμης σε διάφορες αθλητικές δραστηριότητες. • Γραμμική ώθηση και ορμή, Γωνιακή ώθηση και ορμή (στροφορμή). Ειδικές εφαρμογές σε αθλητικές δραστηριότητες. **Ενδεικτική Βιβλιογραφία** • Μπουντόλος, Κ. (1996). Αθλητική Βιο-Μηχανική : Μηχανική βάση της ανθρώπινης κίνησης - Μελέτη της αθλητικής προσπάθειας. Αθήνα. • Hammil, J., Knutzen K.M (2003). Biomechanical Basis of Human Movement, 2nd edition, Lippincott Williams & Wilkins. • Ozkaya, N., M. Nordin (2003). Θεμελιώδεις Αρχές Βιο-Μηχανικής - Ισορροπία, Κίνηση και Παραμόρφωση, 2^η έκδοση, Επιμέλεια Ελληνικής Έκδοσης, Κ. Μπουντόλος, Ιατρικές Εκδόσεις Π.Χ. Πασχαλίδης.

ΑΒ-303Υπ Αθλητιατρική (3 δ.μ. – 6^ο εξάμηνο)

Αναπληρωτής Καθηγητής Π. Μπαλτόπουλος

Γενικοί στόχοι: Αρχές που διέπουν τις αθλητικές κακώσεις και ανάλυση των συνηθέστερων. Εκμάθηση της παθολογίας του αθλητή. Ιδιαιτερότητες αθλητών ειδικών κατηγοριών (γυναίκες, παιδιά κ.ά.). **Αξιολόγηση:** Γραπτή εξέταση, εργαστηριακές ασκήσεις, εκπόνηση εργασίας. **Θεματικές ενότητες** • Καρδιο-αναπνευστική Αναζωογόνηση. • Αιφνίδιος Θάνατος του Αθλητή. • Παθήσεις του Αναπνευστικού Συστήματος και Άσκηση (άσθμα) • Αναιμίες αθλητών. • Ασκησιογενείς μεταβολές της σύστασης των ούρων και νεφρικές λειτουργίες. • Κακώσεις μαλακών μορίων και οστών. • Κακώσεις και σύνδρομα υπέρχρησης. • Κακώσεις στην σπονδυλική στήλη. • Κακώσεις άνω άκρου. • Κακώσεις γόνατος. • Κακώσεις ποδοκνημικής. • Αθλητιατρικά προβλήματα ειδικών κατηγοριών. **Ενδεικτική βιβλιογραφία** : • Χατζηκωνσταντίνου, Σ. (1993). Ιατρική της Σωματικής Άσκησης : Ιατρική Παθολογία. Αθήνα. Παρισιάνος. • Αμπατζίδης, Γ. Ι. (1998). Αθλητικές Κακώσεις. Θεσσαλονίκη, University Studio Press • American Orthopaedic Society for Sports Medicine (1994). Sports Medicine. Illinois. American Academy of Orthopaedic Surgeons.

3.2 ΕΠΙΛΟΓΗΣ ΜΑΘΗΜΑΤΑ**ΑΒ-110Επ Βιοχημεία της Άσκησης** (2 δ.μ.)

Αναπληρωτής Καθηγητής Λ. Συντώσης (Χαροκόπειο Παν/μιο)

Γενικοί στόχοι: Η παρουσίαση των βασικών βιοχημικών λειτουργιών του ανθρωπίνου σώματος που έχουν άμεση σχέση με την άσκηση. **Αξιολόγηση:** Εκπόνηση εργασίας, εργαστήριο, εξετάσεις. **Θεματικές Ενότητες:** • Εισαγωγή στις βασικές έννοιες της βιοχημείας. • Ενεργειακός μεταβολισμός : βασικές έννοιες και σχεδιασμός. • Γλυκόλυση. • Κύκλος του κιτρικού οξέος. • Οξειδωτική φωσφορυλίωση. • Δομή και μεταβολισμός υδατανθράκων στην άσκηση. • Δομή και μεταβολισμός λιπιδίων στην άσκηση. • Δομή και μεταβολισμός πρωτεϊνών στην άσκηση. • Χρήση ενεργειακών υποστρωμάτων στην άσκηση. • Βιοχημική παρακολούθηση αθλητών, αθλουμένων. • Εργαστηριακές μέθοδοι μέτρησης του ενεργειακού μεταβολισμού. **Ενδεικτική βιβλιογραφία:** • Lubert, S. (1997). Βιοχημεία. Πανεπιστημιακές Εκδόσεις Κρήτης : Ηράκλειο. • Caret, R., Denniston, K., & Topping, J. (2000). Αρχές και εφαρμογές της ανόργανης, οργανικής και βιολογικής χημείας. Αθήνα : Ιατρικές Εκδόσεις Πασχαλίδης.

AB-111Επ Κινησιολογία (2 δ.μ.)

Καθηγητής Κ. Μπουρντόλος, Αναπληρωτής Καθηγητής Σ. Αθανασόπουλος

Γενικοί στόχοι: Μελέτη της ανθρώπινης κίνησης από την πλευρά της κινησιολογικής ανάλυσης των άνω άκρων, του κρανίου, της σπονδυλικής στήλης και των κάτω άκρων. Ανάλυση και αξιολόγηση των μυϊκών δυνάμεων και ροπών, όπως και των εκδηλούμενων φορτίων σε κρίσιμες αρθρώσεις και σημεία του μυοσκελετικού μηχανισμού, κατά την εκτέλεση διαφόρων δραστηριοτήτων της καθημερινότητας. **Αξιολόγηση:** Γραπτή εξέταση, Εκπόνηση εργασίας, Ασκήσεις και Πρακτική εξάσκηση **Θεματικές Ενότητες:** • Εισαγωγή στην Κινησιολογία, Βασικές αρχές ανάλυσης, Μαθηματικές έννοιες, Μυϊκές Δυνάμεις και Ροπές, Στατική και Μυοσκελετικές ιδιαιτερότητες, Μηχανικές ιδιότητες τενόντων και αρθρώσεων • Κινησιολογία των άνω άκρων, Ωμικό σύμπλεγμα, Αγκώνας, Πηχεοκαρπική και άκρο χέρι, Δομή και λειτουργία των αρθρώσεων, Ανάλυση δυνάμεων σε διάφορες δραστηριότητες. • Κινησιολογία του κρανίου και της σπονδυλικής στήλης, Δομή και λειτουργία των αρθρώσεων, Ανάλυση δυνάμεων σε διάφορες δραστηριότητες. • Κινησιολογία των κάτω άκρων, Ισχίο, Γόνατο, Ποδοκνημική και Άκρο πόδι, Δομή και λειτουργία των αρθρώσεων, Ανάλυση δυνάμεων σε διάφορες δραστηριότητες. • Κινησιολογικά χαρακτηριστικά της ανθρώπινης στάσης και της βάδισης. **Ενδεικτική βιβλιογραφία:** • Hammil, J., Knutzen K.M (2003). Biomechanical Basis of Human Movement, 2nd edition, Lippincott Williams & Wilkins. • Ozkaya, N., M. Nordin (2003). Θεμελιώδεις Αρχές Βιο-Μηχανικής, - Ισορροπία, Κίνηση και Παραμόρφωση, 2^η έκδοση, Επιμέλεια Ελληνικής Έκδοσης, Κ. Μπουρντόλος, Ιατρικές Εκδόσεις Π.Χ. Πασχαλίδης. • Oatis, C.A. (2004). Kinesiology – The Mechanics & Pathomechanics of Human Movement, Lippincott Williams & Wilkins

AB-112Υπ Φυσιολογικά Ρυθμιστικά Συστήματα (2 δ.μ.)

Αναπληρωτής Καθηγητής Ν. Γελαδάς

Γενικοί στόχοι: Η εμβάθυνση στη γνώση της λειτουργίας και της συνεργασίας των διαφόρων φυσιολογικών συστημάτων κατά την ηρεμία και των προσαρμογών που προκαλούνται ύστερα από διαταραχές καθημερινής διαβίωσης. **Αξιολόγηση:** Γραπτή ενδιάμεση και τελική εξέταση. **Θεματικές Ενότητες:** • Νευρο-ορμονικοί μηχανισμοί ελέγχου. • Ορμονικοί μηχανισμοί ελέγχου. • Ακοή, όραση και κιναισθησία. • Πέψη και απορρόφηση τροφής. • Ρύθμιση του οργανικού μεταβολισμού. • Θερμορρύθμιση και ενεργειακή ισορροπία. • Έλεγχος σωματικού βάρους. • Νεφροί και ρύθμιση σωματικού ύδατος και ιόντων. • Οξεοβασική ισορροπία. • Αναπαραγωγή και ρύθμιση της σωματικής ανάπτυξης. • Ανοσοποιητικοί μηχανισμοί.

σμοί. • Χειρισμός ξενοσωματικών ουσιών και οργανισμών. **Ενδεικτική βιβλιογραφία:** • Vander, A. J. & συνεργάτες. (2000). Φυσιολογία του Ανθρώπου. Αθήνα : Ιατρικές Εκδόσεις Πασχαλίδης. • McGeown, J. G. (2000). Συνοπτική φυσιολογία του ανθρώπου. Αθήνα : Ιατρικές Εκδόσεις Πασχαλίδης. • Berne, R. M. & Levy, M. N. (1999). Αρχές φυσιολογίας. Ηράκλειο : Πανεπιστημιακές Εκδόσεις Κρήτης.

AB-113Επ Πειραματική Φυσιολογία (2 δ.μ.)

Αναπληρωτής Καθηγητής Ν. Γελαδάς

Γενικοί στόχοι: Κατανόηση και εμπέδωση βασικών φυσιολογικών αρχών και λειτουργιών με την επίλυση θεωρητικών και πειραματικών προβλημάτων. Εξοικείωση του φοιτητή με πηγές λάθους και με εργαστηριακά όργανα. (Προσπαιτούμενο : AB-102Υπ Φυσιολογία του Ανθρώπου). **Αξιολόγηση:** Εργαστηριακές αναφορές, προφορική τελική εξέταση. **Θεματικές Ενότητες:** • Μικροσκοπική μελέτη της κυτταρικής λειτουργίας. • Διθλαμική ημιπερατή μεμβράνη και δημιουργία δυναμικού ενέργειας. • Ηλεκτροεγκεφαλογράφημα. • Επίδειξη αρχών λειτουργίας του αναπνευστικού με απλό και ευρηματικό ανάλογο πρότυπο. • Σπυρογράφημα, αναπνευστική ορμή. • Χρόνος αντίδρασης, ηλεκτρική και μηχανική ανταπόκριση του μυός. • Επίδειξη αρχών λειτουργίας του καρδιαγγειακού με απλό και ευρηματικό ανάλογο πρότυπο. • Διέγερση καρωτιδικών τασεοϋποδοχέων και ρύθμιση της αρτηριακής πίεσης. • Νεφρική ρύθμιση όγκου και ιόντων αίματος. • Οξεοβασική ισορροπία. • Διατροφή & ρύθμιση της γλυκόζης του αίματος. • Θερμορρυθμιστική ανταπόκριση σε έκθεση ψυχρού περιβάλλοντος. **Ενδεικτική βιβλιογραφία:** • Γελαδάς, Ν. & συνεργάτες (2001). Εγχειρίδιο Πειραματικής Φυσιολογίας. Αθήνα : Ιατρικές Εκδόσεις Πασχαλίδης. • Berne, R. M. & Levy, M. N. (1994). Case studies in Physiology. Usa : Mosby. • Burton, R. F. (1994). Physiology by numbers. U.K. : Cambridge University Press.

AB-114Επ Εφαρμοσμένη Αθλητική Εργοφυσιολογία (2 δ.μ.)

Επίκουρος Καθηγήτρια Μ. Μαριδάκη, Λέκτορας Μ. Κοσκολού

Γενικοί στόχοι: Σύνδεση της επιστήμης με την πράξη, εφαρμόζοντας θεμελιώδεις γνώσεις της εργοφυσιολογίας στην προπονητική ολυμπιακών αθλημάτων. **Αξιολόγηση:** εκπόνηση εργασίας, εξετάσεις. **Θεματικές Ενότητες:** • Βιοδυναμικά χαρακτηριστικά πρωταθλητών. • Εργοφυσιολογικά κριτήρια οριοθέτησης της απόδοσης. • Ενεργειακές απαιτήσεις και βιολογικές προσαρμογές σε αθλητικές δραστηριότητες. • Εργογόνες ουσίες και αθλητική απόδοση. • Σύνδρομο υπερκόπωσης. • Κορύφωση αθλητικής απόδοσης. • Βιορυθμοί και αθλητική απόδοση. • Περιοδικός εργομετρικός έλεγχος αθλητών. • Φυσιολογία ομαδικών αθλημάτων. • Φυσιολογία ατομικών αγωνισμάτων αντοχής. • Φυσιολογία ατομικών αγωνισμάτων ισχύος. **Ενδεικτική βιβλιογραφία:** • Hawley, J. A. (2001). Η επιστήμη των δρόμων. Αθήνα : Ιατρικές Εκδόσεις Πασχαλίδη. • Costiel, D. H., Maglisco, E. W. & Richardson, A. B. (2001). Η επιστήμη της κολύμβησης. Αθήνα : Ιατρικές Εκδόσεις Πασχαλίδη. • Ekblom, B. (2001). Η επιστήμη του ποδοσφαίρου. Αθήνα : Ιατρικές Εκδόσεις Πασχαλίδη.

AB-115Επ Εφαρμοσμένη Αθλητική Βιομηχανική (2 δ.μ.)

Καθηγητής Κ. Μπουντόλος

Γενικοί στόχοι: Να γνωρίσει ο φοιτητής την ανάλυση της τεχνικής των κινήσεων στις βασικές δραστηριότητες ατομικών και ομαδικών αθλημάτων και να μπορέσει να την εφαρμόσει

στην αθλητική προπόνηση. **Αξιολόγηση:** Εργαστηριακές ασκήσεις, εκπόνηση εργασίας, εξετάσεις.

Θεματικές Ενότητες: • Βασικές αρχές της βιο-μηχανικής ανάλυσης των αθλητικών κινήσεων. • Τεχνική αγωνισμάτων Κλασικού Αθλητισμού (δρόμοι, άλματα, ρίψεις). • Τεχνική αγωνισμάτων γυμναστικής (ενόργανης & ρυθμικής). • Τεχνική αγωνισμάτων υγρού στίβου (κολύμβηση, καταδύσεις, υδατοσφαίριση). • Τεχνική βαρέων αθλημάτων (άρση βαρών, πάλη, πυγμαχία). • Τεχνική στις αθλοπαιδιές (καλαθοσφαίριση, πετοσφαίριση σε διαφορετικές συνθήκες, χειροσφαίριση, ποδοσφαίριση, αντισφαίριση). • Τεχνική κινήσεων ακρίβειας στόχου (σκοποβολή, τοξοβολία κ.ά). • Τεχνική κινήσεων σε χειμερινά αθλήματα (σκι, πατινάζ κ.ά). • Τεχνική στην ποδηλασία, κωπηλασία, ιστιοσανίδα κ.ά. • Μέθοδοι αξιολόγησης τεχνικών δεξιοτήτων αθλητών σε ατομικά αγωνίσματα. • Μέθοδοι αξιολόγησης τεχνικών δεξιοτήτων αθλητών σε ομαδικά αθλήματα. **Ενδεικτική βιβλιογραφία:** • Μπουρνόλος, Κ. (1999). Αθλητική Βιο-Μηχανική (Μηχανική βάση της ανθρώπινης κίνησης - Μελέτη της αθλητικής προσπάθειας). Αθήνα. • Hay, J. (1985). The Biomechanics of Sports Techniques (3rd ed.). N. J. : Prentice Hall Inc. • Hammil, J., Knutzen K.M (2003). Biomechanical Basis of Human Movement, 2nd edition, Lippincott Williams & Wilkins.

AB-116Επ Μέθοδοι και Τεχνικές Έρευνας στην Αθλητική Βιομηχανική (2 δ.μ.)

Καθηγητής Κ. Μπουρνόλος

Γενικοί στόχοι: Γνωριμία και εκμάθηση μεθόδων και τρόπων έρευνας, όπως και τεχνικές που εφαρμόζει η Αθλητική Βιο-μηχανική, ώστε να μπορεί στοιχειωδώς να τις χρησιμοποιεί ο φοιτητής, προκειμένου να μελετήσει την αθλητική κίνηση. **Αξιολόγηση:** • Εργασία και γραπτή εξέταση **Θεματικές Ενότητες:** • Εισαγωγή σε τεχνικές βιο-μηχανικής ανάλυσης, κριτήρια μέτρησης • Ανθρωπομετρία και αξιοποίηση δεδομένων και παραμέτρων • Κινηματική ανάλυση σε δύο και τρεις διαστάσεις • Άμεσες τεχνικές μέτρησης, γωνιομέτρηση, χρονομέτρηση, επιταχυνσιομέτρηση • Οπτικές μέθοδοι, βιντεογράφιση και κινηματική ανάλυση • Τεχνικές για μετατροπή δεδομένων σε αναλογική και σε ψηφιακή μορφή. • Χρήση ισοκινητικού δυναμόμετρου και εφαρμογές. • Κινητική ανάλυση σε τρεις διαστάσεις • Χρήση ηλεκτρονικού δυναμοδάπεδου και εφαρμογές • Ηλεκτρομυογράφιση και εφαρμογές • Μετρήσεις & υπολογισμοί ΚΒΣ, αδράνειας μελών, μυοσκελετικά μοντέλα. **Ενδεικτική βιβλιογραφία:** • Μπουρνόλος, Κ. (1999). Αθλητική Βιο-Μηχανική (Μηχανική βάση της ανθρώπινης κίνησης - Μελέτη της αθλητικής προσπάθειας). Αθήνα. • Hammil, J., Knutzen K.M (2003). Biomechanical Basis of Human Movement, 2nd edition, Lippincott Williams & Wilkins. • Robertson, G., et all (2004). Research Methods in Biomechanics, Human Kinetics. • Winter, D. A. (1990). Biomechanics and Motor Control of Human Movement (2nd ed.). N.Y. : A. Wiley - Interscience Publication, John Wiley & Sons.

AB-117Επ Αθλητικό Ταλέντο: Επιλογή και Προετοιμασία (2 δ.μ.)

Καθηγητής Κ. Μπουρνόλος, Αναπληρωτής Καθηγητής Ν. Γελαδάς

Γενικοί στόχοι: Να γνωρίσει ο φοιτητής τις διεργασίες εξέλιξης του νεανικού οργανισμού βάσει των βιολογικών (σωματομορφικών, λειτουργικών, φυσιολογικών και κινησιολογικών) μεταβολών και την επίδραση του γονότυπου και του περιβάλλοντος στην αθλητική απόδοση. **Αξιολόγηση:** Εκπόνηση εργασίας, γραπτή εξέταση. **Θεματικές Ενότητες:** • Βασικές νομοτέλειες του αναπτυσσόμενου οργανισμού. • Αρχές και κριτήρια της αθλητικής επιλογής. • Πρότυπα χαρακτηριστικά αθλητών υψηλών επιδόσεων ατομικών αθλημάτων. • Πρότυπα

χαρακτηριστικά αθλητών υψηλών επιδόσεων ομαδικών αθλημάτων. • Γενετικά όρια της αθλητικής απόδοσης. • Κληρονομικότητα και προσαρμοστικότητα οριζουσών της αθλητικής απόδοσης. • Πρόβλεψη αθλητικών επιδόσεων. • Παιδαγωγική παρέμβαση στα διάφορα στάδια προετοιμασίας του αθλητικού ταλέντου. **Ενδεικτική βιβλιογραφία:** • Bouchard, V., Malina, R. M. & Perusse, L. (1997). Genetics of fitness and physical performance. Champaign, IL : Human Kinetics. • Μπουντόλος, Κ. (1993). Επιλογή ταλέντων στην κολύμβηση. Αθήνα. • Bar-or O. (1995). The child and the adolescent athlete. London, U.K.: Blackwell Science.

ΑΒ-118Επ Πρόληψη Τραυματισμών κατά την Άθληση (2 δ.μ.)

Λέκτορας Γ. Τσίγκανος

Γενικοί στόχοι: Εστιάζεται στη διερεύνηση των παραγόντων κινδύνου πρόκλησης τραυματισμών κατά την άθληση, οι οποίοι μπορεί να είναι εσωτερικοί, σχετικοί με τον αθλητή, ή εξωτερικοί π.χ. προπονητής, όργανα, περιβάλλον. **Αξιολόγηση:** Διαλέξεις, εργαστηριακές ασκήσεις, εκπόνηση εργασίας, εξετάσεις. **Θεματικές Ενότητες:** • Έλεγχος πριν από την συμμετοχή στην άθληση. • Αιτίες πρόκλησης τραυματισμών (σύνδρομα υπέρχρησης και οξείς τραυματισμοί). • Προστατευτικά μέσα πρόληψης (κηδεμόνες - νάρθηκας - παπούτσια). • Υλικά και τεχνικές περίδεσης. • Υλικά και τεχνικές επίδεσης. • Ενεργητικά μέσα πρόληψης (ασκήσεις νευρομυϊκού συντονισμού). • Αιτίες πρόκλησης και τρόποι πρόληψης των τραυματισμών σε δρομείς. • Πρόληψη τραυματισμών σε αθλητές που χρησιμοποιούν το χέρι πάνω από το κεφάλι. • Μηχανισμοί πρόκλησης & τρόποι πρόληψης τραυματισμών υπέρχρησης σε κολυμβητές • Πρόληψη συνδρόμων υπέρχρησης κάτω άκρων σε άλτες • Πρόληψη τραυματισμών στην αναπτυξιακή ηλικία • Επιδημιολογικά στοιχεία τραυματισμών άρθρωσης ανά άθλημα. **Ενδεικτική βιβλιογραφία:** • Irvin, R. (1998). Sports Medicine : Prevention, Assessment, Management, and Rehabilitation of Athletic Injuries. Boston : Allyn & Bacon. • Bird, S. (1997). Sports Injuries : Causes Diagnosis Treatment and Prevention. Cheltenham, U.K. : Stanley Thornes (Publ.). • Fu, F. & Stone, D. (1994). Sports Injuries : Mechanisms, Prevention, and Treatment. Baltimore : Williams & Wilkins.

ΑΒ-119Επ Ανατομική Συστημάτων (2 δ.μ.)

Αναπληρωτής Καθηγητής Π. Μπαλτόπουλος

Γενικοί στόχοι: Παρουσίαση των συστημάτων του ανθρωπίνου σώματος και λειτουργική αλληλοσυσχέτισή τους. Επίδραση των αθλητικών δραστηριοτήτων στην κατασκευή και λειτουργία τους. **Αξιολόγηση:** Γραπτή εξέταση, εργαστηριακές ασκήσεις, εργασία. **Θεματικές Ενότητες:** • Κατασκευή και λειτουργία της Καρδιάς. • Λειτουργική του Αγγειακού Συστήματος. • Λειτουργική του Αναπνευστικού Συστήματος. • Σύστημα Ενδοκρινών Αδένων. • Ουροποιητικό –Γεννητικό Σύστημα. • Κατασκευή και λειτουργία του Νευρικού Συστήματος. • Λειτουργική των περιφερικών νεύρων. • Στάση. • Βάδιση. • Μυϊκή Λειτουργία των Άνω Άκρων. • Μυϊκή Λειτουργία των Κάτω Άκρων. • Λειτουργική Ανατομική κατά την Εκτέλεση Διαφόρων Αθλημάτων. **Ενδεικτική βιβλιογραφία:** • Μπαλτόπουλος, Π. Ι. (1994). Λειτουργική Ανατομική του Ανθρώπου I & II. Αθήνα : Ιατρικές Εκδόσεις Πασχαλίδης. • Gray, H. & Clemente, C. (1980). Gray's Anatomy. New York : Williams & Williams.

3.3 ΕΙΔΙΚΕΥΣΗ «ΕΥΡΩΣΤΙΑ ΚΑΙ ΥΓΕΙΑ»

Συντονιστής *Αναπληρωτής Καθηγητής* Σπ. Αθανασόπουλος

Τα μαθήματα της Ειδικεύσεως εστιάζονται στην τριαδική σχέση και αλληλεπίδραση ανάμεσα στην άσκηση, στην ευρωστία και στην υγεία, με ιδιαίτερη έμφαση στο ρόλο της ευρωστίας στην πρόληψη ασθενειών και στη διατήρηση καλής υγείας. Ακόμα δίνεται έμφαση στους παράγοντες που επηρεάζουν τη σωματική δραστηριότητα και ευρωστία, όπως διατροφή, ψυχολογική κατάσταση, κοινωνικό και φυσικό περιβάλλον, γενετική προδιάθεση, καθώς και σε ειδικούς πληθυσμούς, όπως *νεαρά άτομα* με δημιουργική και ωφέλιμη αξιοποίηση του ελεύθερου χρόνου, *στρατευμένους* για βελτίωση της ευρωστίας και ανύψωση του βιολογικού τους δυναμικού, *ηλικιωμένους, πάσχοντες από χρόνιες νόσους, άτομα με ειδικές ανάγκες, παχύσαρκους κ.ά.*

Το Πρόγραμμα είναι σχεδιασμένο έτσι, ώστε να συνδέει τη θεωρία με την πράξη και την παραγωγή, παρέχοντας παιδεία, εξειδίκευση και κατάρτιση (γνώση, εμπειρίες και δεξιότητες) που θα δώσουν τη δυνατότητα στους αποφοίτους να συμβάλουν στην προαγωγή της άσκησης, της ευρωστίας και της ποιότητας ζωής, αποβλέποντας στη δημιουργία μιας υγιέστερης και ευτυχέστερης κοινωνίας.

Η Ειδίκευση εισάγεται για πρώτη φορά στο πρόγραμμα σπουδών του Τμήματος κατά το ακαδημαϊκό έτος 1999-2000 και την ευθύνη για την οργάνωση και λειτουργία της έχουν ο Τομέας Αθλητιατρικής και Βιολογίας της Άσκησης και ο Τομέας Θεωρητικών Επιστημών.

Στους αποφοίτους χορηγείται Δίπλωμα Ειδικεύσεως με τίτλο «*Ευρωστία και Υγεία*». Για την απόκτησή του απαιτούνται 20 δ.μ. από τα κατ' επιλογήν μαθήματα της ειδικεύσεως.

Για τους κατόχους του Πιστοποιητικού υπάρχει ένα ευρύ πεδίο δράσης, επαγγελματικής σταδιοδρομίας και απασχόλησης. Το πεδίο αυτό περιλαμβάνει οργανωμένες παρεμβάσεις άσκησης σε χώρους εργασίας και αναψυχής, σε θερινά και χειμερινά θέρετρα, καθώς και σε γυμναστήρια, ιδιωτικά και τοπικής αυτοδιοίκησης.

AB-401ΕΥ Διατροφή (3 δ.μ.)

Αναπληρωτής Καθηγητής Ν. Γελαδάς, *Επίκουρος Καθηγήτρια* Μ. Μαριδάκη,
Λέκτορας Μ. Κοσκολού

Γενικοί στόχοι: Κατανόηση των βασικών εννοιών σε θέματα ανθρώπινης διατροφής και μεταβολισμού των ενεργειακών πηγών στην ηρεμία και κατά τη διάρκεια της άσκησης. **Αξιολόγηση:** Εξετάσεις. **Θεματικές Ενότητες:** • Ενεργειακός μεταβολισμός. • Μεταβολισμός υδατανθράκων στην άσκηση και στην ηρεμία. • Μεταβολισμός λιπών στην άσκηση και στην ηρεμία. • Χρήση υδατανθράκων και λιπών ως εργογόνα βοηθήματα. • Μεταβολισμός πρωτεϊνών στην άσκηση και στην ηρεμία. • Ρόλος των πρωτεϊνούχων συμπληρωμάτων στην αθλητική απόδοση. • Επίδραση της προπόνησης στο μεταβολισμό των ενεργειακών πηγών. • Βιταμίνες και ανόργανα συστατικά. • Νερό και ηλεκτρολύτες. • Ρύθμιση σωματικού βάρους και σύστασης σώματος. • Διατροφή, άσκηση και παχυσαρκία : εισαγωγή. • Ο ρόλος της άσκησης και της διατροφής στη θεραπεία της παχυσαρκίας. **Ενδεικτική βιβλιογραφία:** • Williams, M. (2001). Διατροφή: Ευρωστία, Υγεία και αθλητική Επίδοση. Αθήνα : Ιατρικές Εκδόσεις Πασχαλίδης • Παπαηλιού, Α. (1993). Δίαιτα : Θεωρία και Πράξη. Αθήνα : Ιατρικές Εκδόσεις Πασχαλίδης. • Lubert, S. (1997). Βιοχημεία.. Ηράκλειο : Πανεπιστημιακές Εκδόσεις Κρήτης

AB-402ΕΥ Ανάπτυξη, Ωρίμανση και Άσκηση (3 δ.μ.)

Επίκουρος Καθηγήτρια Μ. Μαριδάκη

Γενικοί στόχοι: Εξετάζονται οι φυσιολογικές διαφοροποιήσεις των ιστών του σώματος κατά τις διάφορες φάσεις της ανάπτυξης μέχρι την πλήρη ωρίμανση. Με την εκτίμηση της βιολογικής ηλικίας αξιολογούνται οι βιολογικές ικανότητες που εξαρτώνται από αυτήν και ελέγχεται η επίδραση της άσκησης στην ανάπτυξη και στην ωρίμανση. **Αξιολόγηση:** Εργαστήρια, εκπόνηση εργασίας, Γραπτές εξετάσεις. **Θεματικές Ενότητες:** • Σωματική ανάπτυξη - Αλλαγές : σωματική σύσταση, καρδιά & πνεύμονες, δύναμη & κινητική απόδοση, αερόβια & αναερόβια ικανότητα, θερμορρύθμιση. • Βιολογική Ωρίμανση : μεταβολές στην ανάπτυξη, μεταβολές στην απόδοση • Παράγοντες ανάπτυξης και ωρίμανσης : γενετική ρύθμιση, δράση αδένων, πρόωμη καθυστερημένη ήβη, διατροφικές & ενεργειακές απαιτήσεις, φυσική δραστηριότητα. • Άσκηση κατά την παιδική και εφηβική ηλικία : επίδραση στα οστά, μυϊκή δύναμη & ισχύς, μυϊκή αντοχή, καρδιοαναπνευστικές και μεταβολικές προσαρμογές. • Προφίλ του έφηβου αθλητή. • Εκτίμηση βιολογικής ηλικίας από τη ραγδαία αύξηση αναστήματος. • Εκτίμηση βιολογικής ηλικίας από σκελετική ωριμότητα. • Σωματομετρικές αξιολογήσεις. • Σωματική σύσταση, σωματότυπος. • Αξιολόγηση κινητικών ικανοτήτων. **Ενδεικτική βιβλιογραφία:** • Armstrong, N. & Welsman, J. (1997). Young People and Physical Activity. Oxford University Press. • Docherty, D. (1996). Measurement in pediatric exercise science. Champaign, IL. : Human Kinetics. • Malina, R. & Bouchard C (1991). Growth, Maturation and Physical Activity. Champaign, IL. : Human Kinetics.

AB-403ΕΥ Άσκηση και Γυναίκα (2 δ.μ.)

Επίκουρος Καθηγήτρια Μ. Μαριδάκη

Γενικοί στόχοι: Διερεύνηση των μορφολογικών και λειτουργικών ιδιοτεροτήτων που διέπουν το γυναικείο οργανισμό, κατά τη διάρκεια της αναπαραγωγικής και μη ηλικίας. **Αξιολόγηση:** Γραπτές εξετάσεις, Εκπόνηση εργασίας **Θεματικές Ενότητες:** • Δομή γυναικείου οργανισμού : σκελετικό & μυϊκό σύστημα, διαφορές & ομοιότητες με τον άντρα, γεννητικό σύστημα, δευτερογενή χαρακτηριστικά, σωματική διάπλαση, σωματικό λίπος. • Λειτουργία γυναικείου οργανισμού : σύστημα μεταφοράς και κατανάλωσης οξυγόνου, θερμορρύθμιση, αναερόβια ικανότητα, ιστοχημικά χαρακτηριστικά, ανάπτυξη δύναμης. • Αναπαραγωγική λειτουργία : φυσιολογία εφηβίας, εμμηναρχής & εμμηνόπαυσης. • Άσκηση και έμμηνος λειτουργία : φάσεις του κύκλου, ορμονικές αλλαγές, επίδραση στην αθλητική απόδοση, αναπαραγωγικές δυσλειτουργίες, αθλητική αμηνόρροια. • Βιολογικές προσαρμογές : προεφηβική και εφηβική ηλικία, εμμηνόπαυση, τρίτη ηλικία. • Άσκηση, εγκυμοσύνη, λοχεία : επίδραση της εγκυμοσύνης στην αθλήτρια. • Γυναίκα άσκηση και διατροφή : ανάγκες διατροφής σε διάφορες ηλικιακές φάσεις, παχυσαρκία-άσκηση και έλεγχος βάρους. • Προφίλ αθλητριών. **Ενδεικτική βιβλιογραφία:** • Wells, I. Ch. (1991). Women, Sport and Performance. A physiological perspective. Champaign, IL. : Human Kinetics. • Willmore, J. & Costill, D. (1994). Physiology of Sport Exercise. Champaign, IL. : Human Kinetics. • Guyton, A. (1991). Ιατρική φυσιολογία (8^η έκδ.). Αθήνα : Ιατρ. Εκδόσεις Γ. Παρισιάνος.

AB-404ΕΥ Φυσική Δραστηριότητα και Γήρανση (2 δ.μ.)

Λέκτορας Μ. Κοσκολού

Γενικοί στόχοι: Διδασκαλία των μηχανισμών γήρανσης και η επίδρασή τους στη σωματική ομοιόσταση και στις ανθρώπινες ικανότητες. Ανάδειξη της επίδρασης της άσκησης ως μέσο αναχαίτισης της γήρανσης με ειδικές πρακτικές αναφορές στον καθορισμό προγράμματος εκγύμνασης γηραιών ατόμων. **Αξιολόγηση:** Γραπτή εξέταση, εκπόνηση εργασίας. **Θεματικές Ενότητες:** • Εισαγωγή – Ορισμός της Γήρανσης – Γηράσκουσες κοινωνίες. • Δημογραφικά στοιχεία, οικονομικές και κοινωνικές συνέπειες. • Θεωρίες γήρανσης. • Γήρανση ιστών και άλλων οργάνων. • Γήρανση ομοιοστατικών μηχανισμών. • Επίδραση της γήρανσης στην ασκησιογενή ανταπόκριση υπομέγιστης έντασης. • Επίδραση της γήρανσης στην ασκησιογενή ανταπόκριση μέγιστης έντασης. • Αναχαιτιστική επίδραση της άσκησης στη διαδικασία γήρανσης. • Η άσκηση ως μέσο θεραπείας και πρόληψης ασθενειών. • Φυσική δραστηριότητα, διατροφή, ευρωστία και μακροζωΐα. • Αρχές γύμνασης γερόντων. • Δομή προγραμμάτων φυσικής κατάστασης ατόμων τρίτης ηλικίας. **Ενδεικτική βιβλιογραφία:** • Spiriduso, W. W. (2001). Φυσική δραστηριότητα και γήρανση. Αθήνα : Ιατρικές Εκδόσεις Πασχαλίδης. • Shephard, R. J. (1997). Aging, Physical Activity, and Health. Champaign, IL. : Human Kinetics. • Bellany, D. (1995). Ageing : A Biomedical perspective. U.K.: J. Willey & Sons.

AB-405ΕΥ Άσκηση, Ευρωστία και Υγεία (4 δ.μ.)

Επίκουρος Καθηγήτρια Μ. Μαριδάκη, *Λέκτορας* Μ. Κοσκολού

Γενικοί στόχοι: Τεκμηρίωση της αλληλεπίδρασης ανάμεσα στην άσκηση, την ευρωστία και την υγεία και η απόκτηση γνώσεων, εμπειριών και δεξιοτήτων, που θα δώσουν τη δυνατότητα στους φοιτητές επαγγελματικής σταδιοδρομίας και απασχόλησης στο εν λόγω πεδίο. **Αξιολόγηση:** Εργαστηριακές ασκήσεις, γραπτές και προφορικές εξετάσεις και ενεργός συμμετοχή στο μάθημα. **Θεματικές Ενότητες:** • Άσκηση, ευρωστία, υγεία : τριαδική ενότητα. • Άσκηση και φυσική δραστηριότητα : μέθοδοι εκτίμησης και ταξινόμησης. • Ευρωστία : μορφολογικές, μεταβολικές, νευρομυϊκές & καρδιοαναπνευστικές συνιστώσες. • Υγεία : ασκησιογενείς ευεργετικές επιδράσεις. • Παράγοντες που επηρεάζουν την υγεία : ενδογενείς και εξωγενείς. • Έλεγχος σωματικού βάρους : κληρονομικότητα, άσκηση, διατροφή. • Παράγοντες καρδιακού κινδύνου : υπέρταση, υπερχοληστεραιμία, κάπνισμα, παχυσαρκία, διαβήτης, υποκινητικότητα. • Υγιεινός κανόνας άσκησης : εξοπλισμός, εγκαταστάσεις, καιρικές συνθήκες, προθέρμανση, αποθεραπεία, διατατικές ασκήσεις, λουτρό, ψυχική διάθεση. • Υγιής τρόπος ζωής : άσκηση, σωστή διατροφή, διαχείριση άγχους, ξέεις. • Συνταγογραφία άσκησης : δοσολογία, αερόβια άσκηση, άσκηση με βάρη, μυϊκές διατάσεις. • Προαγωγή της άσκησης για όλους : επιδημιολογικές μελέτες, κίνητρα, στρατηγικές. **Ενδεικτική βιβλιογραφία:** • Corbin, C., Lindsey, R. & Welk, I. (2001). Άσκηση, Ευρωστία και Υγεία. Αθήνα : Ιατρικές Εκδόσεις Πασχαλίδης. • Sharkey, B.J. (1997). Fitness and Health. Champaign, IL. : Human Kinetics.

AB-406ΕΥ Εργονομία (3 δ.μ.)

Καθηγητής Κ. Μπουντόλος, *Αναπληρωτής Καθηγητής* Ν. Γελαδάς, *Αναπληρωτής Καθηγητής* Σ. Αθανασόπουλος.

Γενικοί στόχοι: Ανάλυση βασικών εμβιομηχανικών και φυσιολογικών παραγόντων που επηρεάζουν την ποιότητα ζωής και απόδοσης στο χώρο εργασίας. Δίδεται ειδική έμφαση σε προγράμματα φυσικής κατάστασης εργαζομένων και αναδεικνύονται οι επιδράσεις τους στην παραγωγικότητα και στην ατομική υγιεινή και ευρωστία. **Αξιολόγηση:** Γραπτή εξέταση,

εκπόνηση εργασίας. **Θεματικές Ενότητες:** • Εργασία, παραγωγικότητα, ευρωστία και άσκηση. Αρχές σχεδίασης εργασίας. • Λειτουργική ανάλυση, κινανθρωπομετρία, οργάνωση χώρου-τρόπου, εργασίας και εργαλείων. Εργασιογενείς μυοσκελετικές βλάβες. • Προληπτική παρέμβαση με φυσική δραστηριότητα. Αρχές επαγγελματικής υγιεινής. • Επαγγελματικές ασθένειες, θόρυβος-δονήσεις, ακτινοβολία, θερμότητα, χημικοί κίνδυνοι και ψυχικές εντάσεις. Βιορυθμοί, απόδοση και εργασία κατά βάρδιες. • Φυσική κατάσταση εργαζομένων (ανά επάγγελμα). Κίνητρα για προσκόληση σε προγράμματα φυσικής δραστηριότητας εργαζομένων. • Προγράμματα φυσικής κατάστασης εργαζομένων. **Ενδεικτική βιβλιογραφία:** • Bridger, R. S. (1995). Introduction to Ergonomics. N.Y. : McGraw Hill. • Kumar, S. (1999). Biomechanics in Ergonomics. Washington D.C. : Taylor & Francis Washington D.C • Hancock, P. (1999). Human performance and ergonomics. N.Y. : Academic Press.

AB-408ΕΥ Αυτόνομη Κατάδυση: Φυσιολογία και Ασφάλεια (2 δ.μ)

Αναπληρωτής Καθηγητής Ν. Γελαδάς

Γενικοί στόχοι: Θεωρητική κατάρτιση των φυσιολογικών ανταποκρίσεων του οργανισμού που επιστρατεύονται για την επιβίωση του ανθρώπου σε υποβρύχιο περιβάλλον μέσα στο οποίο βρίσκεται για λόγους αναψυχής, εργασίας ή έρευνας. **Αξιολόγηση:** τελική γραπτή εξέταση, εκπόνηση εργασίας. **Θεματικές Ενότητες:** • Σύνομη ιστορία των καταδυτικών δραστηριοτήτων. • Φυσικοί νόμοι και κατάδυση. • Υποβρύχια ελεύθερη κατάδυση, ασφάλεια και απόδοση. • Συσκευές αυτόνομης κατάδυσης. • Αναπνευστικές προσαρμογές και βλάβες. • Νάρκωση αζώτου και Σύνδρομο Υψηλών Πίεσεων. • Πρόληψη νόσου της αποσυμπίεσης. • Τοξικότητα εισπνεόμενων αερίων. • Πρόληψη υποθερμίας. • Οργάνωση και σχεδιασμός υποβρύχιας κατάδυσης. • Πρόληψη και χειρισμός πνιγμού. • Βαθιά κατάδυση μείγματα αναπνευστικών αερίων. **Ενδεικτική βιβλιογραφία:** • Graver, D. K. (2000). Αυτόνομη Κατάδυση. Αθήνα : Ιατρικές Εκδόσεις Πασχαλίδη. • Bone, A. A. (1997). Diving medicine. Philadelphia : W. B. Saunders Company. • Bennett, P. B. & Elliott, D. H. (1993). The physiology and medicine of diving. Philadelphia : W. B. Saunders Company.

AB-409ΕΥ Παθοκινησιολογία (3 δ.μ.)

Αναπληρωτής Καθηγητής Σ. Αθανασόπουλος

Γενικοί στόχοι: Η παθοκινησιολογία εστιάζεται στους παράγοντες που επηρεάζουν, τροποποιούν, ή αποδιοργανώνουν την κίνηση του ανθρωπίνου σώματος, καθώς επίσης και στις τεχνικές ανάλυσης και αξιολόγησης της παθολογικής κίνησης. **Αξιολόγηση:** Εργαστηριακές ασκήσεις, εκπόνησης εργασίας, Γραπτές εξετάσεις. **Θεματικές Ενότητες:** • Παράγοντες που επηρεάζουν, τροποποιούν ή αποδιοργανώνουν την ανθρώπινη κίνηση. • Παθολογική λειτουργία των αρθρώσεων & των βιολογικών υλικών που την συνιστούν. • Παθοκινησιολογία του ώμου μετά από διαταραχή του «αμοβραχιόνιου ρυθμού», σύνδρομο πρόσκρουσης σε αθλητές ρίψεων, εξάρθρωμα. • Τραυματικές βλάβες νεύρων και μαλακών μορίων στην περιοχή του αγκώνα και η διαταραχή της κίνησης των παρακείμενων αρθρώσεων. • Τεχνικές ανάλυσης και αξιολόγησης της παθολογικής κίνησης. • Παθοκινησιολογία καρπού και άκρας χειρός σε βλάβες μαλακών μορίων, νευρολογικές. • Χαλάρωση κοιλιακών, βράχυνση ισχιοκνημιαίων, διαταραχές στην κίνηση και στη λειτουργικότητα της οσφυϊκής μοίρας. • Παθοκινησιολογία του ισχίου σε μυϊκή αδυναμία, αρθρίτιδα. • Λειτουργική ανεπάρκεια στους μύς του γόνατος μετά από χρόνιες ανεπάρκειες συνδέσμων, αρθρίτιδας. • Διαταραχές της φυσιολογικής κίνησης της επιγονατιδομηριαίας σε αθλητές με μεγάλη «Q

γωνία», ραιβά γόνατα. • Παθοκινησιολογία ποδοκνημικής και άκρου ποδός μετά από μονόπλευρη πλατυποδία, λειτουργική ανισοσκελία. • Ανάλυση της βάδισης σε επώδυνα σύνδρομα και λειτουργικές ανισοσκελίες **Ενδεικτική βιβλιογραφία:** • Soderberg, G. (1997). Kinesiology. Application to Pathological Motion. Baltimore : Williams & Wilkins. • Steindler, A. (1977). Kinesiology of the Human Body Under Normal and Pathological Conditions. Springfield, Ill. : Charles Thomas Publ. • Frontera, W., Dawson D. & Slovik D. (1999). Exercise in Rehabilitation Medicine. New York : Human Kinetics

AB-410ΕΥ Αποκατάσταση Μυοσκελετικών Δυσλειτουργιών (3 δ.μ.)

Αναπληρωτής Καθηγητής Σ. Αθανασόπουλος

Γενικοί στόχοι: Η αναγνώριση, αξιολόγηση και αποκατάσταση δυσλειτουργιών του μυοσκελετικού συστήματος, από τον αθλητικό επιστήμονα, με στόχο την υποβολή των αθλουμένων σε άσκηση με ασφάλεια και αποδοτικότητα. **Αξιολόγηση:** Εργαστηριακές ασκήσεις, εκπόνηση εργασίας, εξετάσεις **Θεματικές Ενότητες:** • Αξιολόγηση εύρους τροχιάς των αρθρώσεων. • Αναγνώριση διαταραχών συνλειτουργίας της λεκάνης, των ισχίων και των κάτω άκρων • Αποκατάσταση δυσλειτουργίας των διαρθρικών και των μονοαρθρικών μυών των κάτω άκρων. • Αξιολόγηση στάσης. • Αποκατάσταση δυσλειτουργίας μυών κορμού και άνω άκρων. • Βελτίωση λανθασμένων στάσεων • Άσκηση και οσφυαλγία • Αποκατάσταση σκολιώσεως. • Θεραπευτικές εφαρμογές άσκησης κλειστής και ανοικτής κινηματικής αλυσίδας. • Θεραπευτικές εφαρμογές πλειομετρικών προγραμμάτων άσκησης. • Ισοκινητική αξιολόγηση. Εφαρμογή στην αποκατάσταση μυοσκελετικών προβλημάτων. • Θεραπευτικές εφαρμογές άσκησης στο νερό. **Ενδεικτική βιβλιογραφία:** • Norkin, C. & Levangie, P. (1983). Joint Structure & Function. A comprehensive Analysis. Philadelphia : F. A. Davis. • Brownstein, B. & Bronner, S. (1997). Functional Movement in Orthopaedic and Sports. Physical Therapy : Evaluation, Treatment and Outcomes. New York : Churchill Livingstone. • Gould, J. (1990). Orthopaedic and Sports Physical Therapy. St. Louis : Mosby.

AB-411ΕΥ Υγιεινή (2 δ.μ.)

Αναπληρωτής Καθηγητής Π. Μπαλτόπουλος

Γενικοί στόχοι: Να δώσει στους φοιτητές τις απαραίτητες γνώσεις σε γενικά και ειδικά θέματα της υγιεινής. **Αξιολόγηση:** εκπόνηση εργασίας, εργαστηριακές ασκήσεις, εξέταση. **Θεματικές Ενότητες:** • Υγείας - Υγιεινή - Κλάδοι Υγιεινής. • Δημόσια υγιεινή. Γενικά αίτια παθήσεων ή νόσων, εμβόλια, πρόληψη λοιμώξεων. • Υγιεινή τροφίμων, διατροφή και δημόσια υγεία. • Επίδραση θερμότητας και αερισμού στη δημόσια υγεία. Φωτισμός και δημόσια υγεία. Η επίδραση του θορύβου στην υγεία. • Μόλυνση της ατμόσφαιρας και υγεία. Έλεγχος των λοιμώξεων που μεταδίδονται με τον αέρα. Υγεία - Ιονίζουσες ακτινοβολίες και ραδιενεργές ουσίες. • Προβλήματα υγείας εφήβων και νεαρών ενηλίκων. Η τοξικομανία. • Η φαρμακευτική εξάρτηση ως πρόβλημα δημόσιας υγείας. Αλκοολισμός, κ.ά. • Υγεία παιδιών σχολικής ηλικίας, οικογενειακός προγραμματισμός, έλεγχος των γεννήσεων, εκτρώσεις. • Αφροδίσια νοσήματα. • Σύνδρομο επίκτητης ανοσολογικής ανεπάρκειας (aids). • Υγιεινή χώρων ασκουμένων και αθλητών. Υγιεινή εξοπλισμού. • Σχολική υγιεινή. **Ενδεικτική βιβλιογραφία:** • Hobson, W. (1998). The theory and practice of public health (9th Ed.). London : Oxford University Press. • Ροκάς, Κ. (1998). Ατομική, Δημόσια και Κοινωνική Υγιεινή. Αθήνα : ΟΕΔΒ. • Crundy, F. (1991). Public health (9th Ed.). London.

AB-412ΕΥ Παθήσεις και Άσκηση (2 δ.μ.)

Αναπληρωτής Καθηγητής Π. Μπαλτόπουλος

Γενικοί στόχοι: Παρουσίαση παθολογικών καταστάσεων (νοσημάτων) και η συχνότητα εμφάνισής τους στους ασκούμενους. Εκμάθηση βασικών μεθόδων αναγνώρισης, εντόπισης και αντιμετώπισής τους. Δυνατότητες και τρόποι άσκησης πασχόντων ατόμων. **Αξιολόγηση:** Γραπτή εξέταση, εργαστηριακές ασκήσεις, εκπόνηση εργασίας. **Θεματικές Ενότητες:** • Άτομα με ειδικές Ανάγκες και Άσκηση. • Doping-Φάρμακα- Χρήση -Κατάχρηση. • Διαβήτης - Άσκηση. • Καρδιαγγειακό & Άσκηση. • Οστεοπόρωση & Άσκηση. • Σωματική Άσκηση & Καρκίνος. • Ανοσολογικό Σύστημα και Άσκηση. • Παθήσεις του Πεπτικού Συστήματος & Άσκηση. • Ανάλυση Βάδισης. **Ενδεικτική βιβλιογραφία:** • Χατζηκωνσταντίνου, Σ. (1993). Ιατρική της Σωματικής Άσκησης : *Ιατρική Παθολογία*. Αθήνα : Παρισιάνος. • Harries, M., Williams, C., Stanish, W. D., & Micheli, L. J. (1996). Oxford Text Book of Sports Medicine. New York : Oxford University Press. • Fu, F. H., & Stone , D. A. (1994). Sports Injuries : *Mechanisms-Prevention-Treatment*. Baltimore : Williams & Wilkins.

AB-413ΕΥ Κατευθυνόμενη Μελέτη (2 δ.μ.)

Συντονιστές: Αναπληρωτής Καθηγητής Ν. Γελαδός, Επίκουρος Καθηγήτρια Μ. Μαριδάκη, Λέκτορας Μ. Κοσκολού

Βιβλιογραφική ανασκόπηση ενός διερευνημένου θέματος που επιλέγεται από τον φοιτητή σύμφωνα με τα ενδιαφέροντά του και που καταλήγει στη συγγραφή μιας εργασίας υπό την καθοδήγηση μέλους του Διδακτικού Ερευνητικού Προσωπικού. Η αξιολόγηση της απόδοσης του φοιτητή γίνεται με βάση την εκπόνηση της εργασίας. Η εργασία αυτή μπορεί ν' αποτελέσει τον πυρήνα της πτυχιακής εργασίας του φοιτητή.

AB-414ΕΥ Σεμινάριο Ειδικών Θεμάτων (2 δ.μ.)

Συντονιστής: Αναπληρωτής Καθηγητής Σπ. Αθανασόπουλος σε συνεργασία με τα μέλη ΔΕΠ που διδάσκουν μαθήματα της Ειδικότητας

Παρουσίαση εξειδικευμένης και πρωτότυπης γνώσης σε σεμιναριακή μορφή, η οποία δεν καλύπτεται από τα δομημένα μαθήματα του Προγράμματος Σπουδών. Παρέχεται από μέλη του Διδακτικού Ερευνητικού Προσωπικού, Επισκέπτες Καθηγητές και Ειδικούς Επιστήμονες. Η αξιολόγηση γίνεται με γραπτές εξετάσεις.

AB-415ΕΥ Καθοδηγούμενη Πρακτική Εξάσκηση (2 δ.μ.)

Ο εκάστοτε συντονιστής της Ειδικότητας «Ευρωστία Υγεία»

Γενικοί στόχοι: Εφαρμογή των θεωρητικών αρχών βελτίωσης βιολογικών και ψυχολογικών παραμέτρων της λειτουργίας του ανθρωπίνου σώματος σε εξειδικευμένους επαγγελματικούς χώρους. **Αξιολόγηση:** πρακτικές υποδειγματικές διδασκαλίες, εξετάσεις **Θεματικές Ενότητες:** • Προγράμματα μαζικού αθλητισμού. • Προγράμματα άθλησης στην τοπική αυτοδιοίκηση. • Προγράμματα άσκησης σε σωφρονιστικά ιδρύματα. • Συμμετοχή στην οργάνωση αγώνων μαζικού αθλητισμού. • Υποδειγματική διδασκαλία στην άσκηση ατόμων τρίτης ηλικίας. • Συμμετοχή σε συμβούλια & συναντήσεις προσωπικού. • Αξιολόγηση ευρωστίας ειδικών πληθυσμών • Διαμονή σε καταφύγιο ή κατασκήνωση. Ορεινή πεζοπορία, ποδηλασία. • Το παιχνίδι. Παραδοσιακό & σύγχρονο. **Ενδεικτική βιβλιογραφία:** • Corbin, C. Lindsey, R. & Welk, I. (2001). Άσκηση, Ευρωστία, Υγεία. Αθήνα : Ιατρικές Εκδόσεις Πασχαλίδης. • Council of Europe. (1992). Eurofit : Για την αξιολόγηση της φυσικής κατάστασης. Θεσ/νίκη : Salto.

ΑΒ-420ΕΥ Ερευνητική Εργασία (3 δ.μ.)

Όλα τα μέλη ΔΕΠ του Τομέα σε συνεργασία με το συντονιστή της Ειδίκευσης

Γενικοί στόχοι: Εξοικείωση με το σχεδιασμό, την οργάνωση και τη διεξαγωγή ερευνητικής εργασίας, υπό την επίβλεψη μέλους ΔΕΠ της επιλογής των φοιτητών (-τριων) από τους Τομείς Αθλητιατρικής και Βιολογίας της Άσκησης και Θεωρητικών Επιστημών. Το Α΄ μέρος περιλαμβάνει επεξηγήσεις & παραδόσεις (παρακάτω θεματικές ενότητες), ενώ το Β΄ αφορά τη διεξαγωγή της έρευνας και τη συγγραφή της. **Αξιολόγηση:** Εκπόνηση εργασίας. **Θεματικές Ενότητες:** • Γενική δομή μιας ερευνητικής εργασίας. • Εισαγωγή (σκοπός & βάση του ερευνητικού προβλήματος, υποθέσεις, οριοθετήσεις & περιορισμοί, όροι, σπουδαιότητα-χρησιμότητα του προτεινόμενου ερευνητικού έργου). • Ανασκόπηση βιβλιογραφίας (συστηματική παρουσίαση, μέθοδος και κριτήρια επιλογής των επιστημονικών ερευνών, αντιπαράθεση ερευνητικών δεδομένων, μεθοδολογικές διαφορές, ανακεφαλαίωση των επιστημονικών ερευνών, αιτιολόγηση της έρευνας). • Μεθοδολογία έρευνας (δείγμα, όργανα μέτρησης, παρεμβάσεις, συλλογή και επεξεργασία δεδομένων, χρονοδιάγραμμα εκτέλεσης μιας ερευνητικής εργασίας). • Αποτελέσματα (παρουσίαση των αποτελεσμάτων, Πίνακες, Σχήματα). • Συζήτηση και συμπεράσματα (συζήτηση των ευρημάτων σύμφωνα με τις υποθέσεις, διατύπωση συμπερασμάτων, προτάσεις για περαιτέρω έρευνα). • Βιβλιογραφία (τρόπος παράθεσης άρθρων, κεφαλαίων, συγγραμμάτων, διατριβών κλπ.) • Τεχνικά στοιχεία συγγραφής μιας ερευνητικής εργασίας. • Κανόνες δεοντολογίας. **Ενδεικτική βιβλιογραφία:** • Α.Ρ.Α. (1994). *Publication Manual* (4th ed.). Washington, DC. : American Psychological Association. • Shaughnessy, J.J.& Zechmeister, E.B. (1990). *Research Methods in Psychology*. New York : McGraw-Hill. • Thomas, J.R. & Nelson, J.K. (1991). *Introduction to Research in Health Physical education, Recreation and Dance*. Champaign, IL. : Human Kinetics.

4. ΤΟΜΕΑΣ ΘΕΩΡΗΤΙΚΩΝ ΕΠΙΣΤΗΜΩΝ (ΘΕ)

Διευθυντής Καθηγητής Ιωάννης Ζέρβας

Ο Τομέας Θεωρητικών Επιστημών είναι ο κατ' εξοχήν ανθρωποκεντρικός τομέας που αναγορεύει το φοιτητή σε οντότητα και αξία με πνευματική, κοινωνική και ηθική προοπτική.

Ο τομέας διατηρεί την παράδοση στη διδασκαλία των κλασικών γνωστικών αντικειμένων, με την προσθήκη πολλών νέων μαθημάτων, σύμφωνα με την εξέλιξη της επιστήμης της φυσικής αγωγής και του αθλητισμού. Τον βασικό κορμό γνώσης του τομέα αποτελούν οι ανθρωπιστικές, κοινωνικές και συμπεριφορικές σπουδές.

Οι ανθρωπιστικές σπουδές περιλαμβάνουν μαθήματα ιστορίας και φιλοσοφίας, αλλά και μαθήματα μουσικής και ξένων γλωσσών. Οι κοινωνικές και συμπεριφορικές σπουδές περιλαμβάνουν μαθήματα όπως η παιδαγωγική και διδακτική, η ψυχολογία, η κοινωνιολογία και η ειδική αγωγή με αντίστοιχα μαθήματα στην άσκηση και τον αθλητισμό.

Στα παραπάνω μαθήματα έχουν προστεθεί η στατιστική, η μεθοδολογία επιστημονικής έρευνας, η διοίκηση και οργάνωση, η αθλητική νομοθεσία και η πληροφορική που συνθέτουν ένα σύγχρονο κορμό επιστημονικής γνώσης.

Η διδασκαλία και η εκπαίδευση εστιάζονται στην απόκτηση βαθιάς επιστημονικής γνώσης όλων των γνωστικών αντικειμένων του τομέα. Παράλληλα, επιδιώκεται η απόκτηση ικανοτήτων και δεξιοτήτων των φοιτητών για συζήτηση και κριτική σκέψη.

Ο τομέας συμμετέχει στα Προγράμματα Μεταπτυχιακών Σπουδών «Φυσική Αγωγή και Αθλητισμός» και «Βιολογία της Άσκησης» με τη διδασκαλία των μαθημάτων κορμού, όπως η *Μεθοδολογία επιστημονικής έρευνας* και η *Στατιστική* και μαθήματα ειδικευσης.

Επίσης, ο τομέας έχει την ευθύνη της λειτουργίας των εργαστηρίων *Αθλητικής Ψυχολογίας & Κινητικής Συμπεριφοράς με διευθυντή τον Καθηγητή Ι. Ζέρβα, Αθλητικής Παιδαγωγικής και Διδακτικής με διευθυντή τον Καθηγητή Δ. Χατζηχαριστό και Προσαρμοσμένης Κινητικής Αγωγής με διευθύντρια την Καθηγήτρια Δ. Κουτσούκη.*

Στον τομέα λειτουργούν και τα σπουδαστήρια *Ιστορίας Φ.Α και Αθλητισμού, Φιλοσοφίας του Αθλητισμού, Κοινωνιολογίας του Αθλητισμού και Αθλητικού Δικαίου*, τα οποία χρησιμοποιούνται για τις ασκήσεις και τη διδασκαλία των φοιτητών καθώς και για τη διεξαγωγή σεμιναρίων και επιστημονικής έρευνας.

4.1 ΥΠΟΧΡΕΩΤΙΚΑ ΜΑΘΗΜΑΤΑ

ΘΕ-131Υπ Ιστορία Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού (2 δ.μ. - 1^ο εξάμηνο)

Καθηγητής Ι. Ζέρβας, Ε.Ε.Δι.Π. Σ. Γιαννάκη

Γενικοί στόχοι: Εκμάθηση των βασικών αρχών, του περιεχομένου και των επιδιώξεων της Ιστορίας Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού από την απώτερη αρχαιότητα μέχρι σήμερα σε παγκόσμια κλίμακα. **Αξιολόγηση:** Εκπόνηση εργασιών, Γραπτές εξετάσεις. **Θεματικές Ενότη-**

τες: • Εισαγωγή στις μεθόδους και βασικές έννοιες της Ιστορίας της Φυσικής Αγωγής. • Η Φυσική Αγωγή και ο Αθλητισμός στους λαούς της Ασίας, της Μέσης Ανατολής και της Αφρικής. • Η Φυσική Αγωγή και ο Αθλητισμός στον Ελληνικό χώρο. • Μινωική Φυσική Αγωγή. • Μυκηναϊκή Φυσική Αγωγή. • Ιεροί Πανελλήνιοι Αγώνες (Ολύμπια) • Ιεροί Πανελλήνιοι Αγώνες (Πύθια). • Ιεροί Πανελλήνιοι Αγώνες (Νέμεα) • Ιεροί Πανελλήνιοι Αγώνες (Ισθμια) • Αθηναϊκή και Σπαρτιατική Φυσική Αγωγή. • Αρχαίοι Μεσογειακοί Αγώνες. • Ελληνορωμαϊκή και Βυζαντινή Φυσική Αγωγή. **Ενδεικτική βιβλιογραφία**: • Γιαννάκης, Θ. (1999). Ιστορία Φυσικής Αγωγής, Αθήνα • Μουρατίδης, Ι. (1995). Ιστορία Φυσικής Αγωγής, Θεσσαλονίκη. • Golden M. (1998). Sport and Society in Ancient Greece. Cambridge University Press.

ΘΕ-132Υπ Οργάνωση και Διοίκηση στον Αθλητισμό (2 δ.μ. – 2ο εξάμηνο)

Επίκουρος Καθηγητής Ι. Αυθίνος, Ε.Ε.ΔΙ.Π. Α. Σωτηριάδης

Γενικοί στόχοι: Κατανόηση των βασικών αρχών και εννοιών της διοίκησης και οργάνωσης του αθλητισμού, παράλληλα με θεμελιακές γνώσεις των δομών και λειτουργίας της οργάνωσης του ελληνικού αθλητισμού. **Αξιολόγηση**: Γραπτές εξετάσεις. **Θεματικές Ενότητες**: • Εξέλιξη, αρχές και έννοιες της διοικητικής και οργανωτικής επιστήμης. • Λειτουργίες της διοίκησης. • Διοίκηση προσωπικού. • Λήψη αποφάσεων. • Επικοινωνία και δημόσιες σχέσεις. • Η διοικητική και οργανωτική δομή της φυσικής αγωγής και του αθλητισμού στην εκπαίδευση. • Η διοικητική και οργανωτική δομή του αθλητισμού. • Φορείς αθλητικής πολιτικής. • Σχεδιασμός αθλητικού προγράμματος. • Προϋπολογισμός. • Σχεδιασμός αθλητικών εγκαταστάσεων και ο ρόλος της διοίκησης. • Αθλητικά κέντρα και γυμναστήρια. **Ενδεικτική βιβλιογραφία** : • Παπαδημητρίου, Δ. & Γαργαλιάνος, Δ. (1997). Το μάντζεμντ του αθλητισμού : Εισαγωγή σε βασικά θέματα οργάνωσης και διοίκησης αθλητικών οργανισμών. Αθήνα : Αθλότυπο. • Parks, J., Zanger, B. & Quarterman, J. (1998). Contemporary sport management. Champaign, IL. : Human Kinetics.

ΘΕ-231Υπ Αθλητικό Δίκαιο (2 δ.μ. – 3ο εξάμηνο)

Αναπληρωτής Καθηγητής Δ. Παναγιωτόπουλος

Γενικοί στόχοι: Εξοικείωση των φοιτητών με τις βασικές έννοιες του αθλητικού δικαίου και εισαγωγή τους στον κόσμο του θεσμού της αθλητικής δραστηριότητας, των δικαιωμάτων και των υποχρεώσεων των φυσικών και νομικών προσώπων του αθλητισμού, καθώς, και την κατανόηση του γνωστικού αντικείμενου του αθλητικού δικαίου και την εφαρμογή του, επί των προβλημάτων που ανακύπτουν στο αθλητικό γίγνεσθαι. **Αξιολόγηση**: φροντιστηριακές ασκήσεις, εξετάσεις με άσκηση και θεωρία, εκπόνηση μελέτης. **Θεματικές Ενότητες**: • Περί δικαίου και αθλητισμού • Τι είναι αθλητικό δίκαιο. • Εθνική και διεθνής αθλητική έννομη τάξη. • Lex Sportiva. • Πηγές και υποκείμενα αθλητικού δικαίου. • Συνταγματική εποπτεία και έλεγχος στον αθλητισμό. • Ευθύνη στην αθλητική και φίλαθλη δράση. • Αθλητικά - Αγωνιστικά και φίλαθλα ήθη. • Αθλητικό σωματείο – αθλητική Ομοσπονδία. • Αθλητική Ανώνυμη Εταιρεία και αμειβόμενη αθλητική δράση • Δίκαιο του αθλητή -Προπονητή. • Αθλητικά αδικήματα. • Ειδικά θέματα Αθλητικού Δικαίου • Ειδικό Αθλητικό φορείς • Αθλητική Δικαιοδοσία **Ενδεικτική βιβλιογραφία**: • ΔΗΜΗΤΡΙΟΣ Π. ΠΑΝΑΓΙΩΤΟΠΟΥΛΟΣ (2005), *Αθλητικό Δίκαιο I* Συστηματική Θεμελίωση – Εφαρμογή. Νομική Βιβλιοθήκη:Αθήνα. • ΑΝΔΡΕΑΣ Λ. ΜΑΛΑΤΟΣ (2005). Παραδόσεις Αθλητικού Δικαίου. Αντ. Ν. Σάκκουλας: Αθήνα- Κομοτηνή • DIMITRIOS P. PANAGIOTOPOULOS (2004), *Sports Law [Lex Sportiva] in the World*, Ant. Sakkoulas: Athens. • DIMITRIOS. P. PANAGIOTOPOULOS (2003), *Sports law: a European Dimension*,

ant. N. Sakkoulas: Athens • ΔΗΜΗΤΡΙΟΣ Π. ΠΑΝΑΓΙΩΤΟΠΟΥΛΟΣ (2001), *Αθλητικό Δίκαιο: Συστηματική Θεμελίωση και Εφαρμογή*, Αντ. Ν. Σάκκουλας: Αθήνα • WALTER. T Y CHAMPION, JR. (2000). *Sports Law (in a nutshell)*, West Group. St. Paul. Minnesota. • Hylton G. Joseph, Anderson M. Paul (1999), *Sports Law and Regulation*, NSLI Marquette Un. Law School: Milwaukee (USA). • PAUL ANDERSON (1999), *Sports law: A desktop Handbook*, NSLI Marquette Un. Law School: Milwaukee (USA). • DIMITRIOS. P. ΠΑΝΑΓΙΩΤΟΠΟΥΛΟΣ (1998). *Sports & European Community Law and International Implications*. Proceedings of the 5th IASL International Congress on Sports Law, International Association of Sports Law (IASL, 1998) Nafplio, July. 10-12, 1997, IASL/HELLIN: Athens. • ΔΗΜΗΤΡΙΟΣ Π. ΠΑΝΑΓΙΩΤΟΠΟΥΛΟΣ (1997). *Αθλητική Δικαιοδοσία*, Αντ. Ν. Σάκκουλας: Αθήνα. • DIMITRIOS. P. ΠΑΝΑΓΙΩΤΟΠΟΥΛΟΣ (1993). *The science of sports law*. Ελληνικό Κέντρο Έρευνας Αθλητικού Δικαίου (1st IASL Congress). Telethron: Athens.

ΘΕ-232Υπ Εισαγωγή στην Προσαρμοσμένη Κινητική Αγωγή (2 δ.μ. – 3^ο εξάμηνο)

Καθηγήτρια Δ. Κουτσούκη

Λέκτορας Ε. Σκορδίλης

Γενικοί στόχοι: Ανάπτυξη μιας γενικής θεωρητικής προσέγγισης στη μελέτη των κινητικών και αναπτυξιακών διαταραχών σε επιλεγμένες ομάδες. **Αξιολόγηση:** Γραπτή εξέταση. **Θεματικές Ενότητες:** • Σκοποί και στόχοι της Προσαρμοσμένης Κινητικής Αγωγής και Αθλητισμού. • Γενικές εκπαιδευτικές αρχές. • Βασικές έννοιες, αιτιολογία, χαρακτηριστικά και εκπαιδευτική αντιμετώπιση των ατόμων με ειδικές ανάγκες. • Νοητική καθυστέρηση. • Μαθησιακές δυσκολίες. • Αυτισμός. • Εγκεφαλική παράλυση. • Τύφλωση. • Κώφωση.

Ενδεικτική βιβλιογραφία: • Sherill, C. (1998). *Adapted Physical Activity, Recreation and Sport. Crossdisciplinary and Life Span*. WCP : McGraw Hill. • Winnick, P. J. (2000). *Adapted Physical Education and Sport* (3rd ed.). New York: Human Kinetics Publishers. **Ελληνική Βιβλιογραφία:** • Αγγελοπούλου-Σακαντάμη, Ν. (2004). *Ειδική Αγωγή. Αναπτυξιακές διαταραχές και χρόνιες μειονεξίες*. Θεσ/νίκη: Εκδόσεις Πανεπιστημίου Μακεδονίας. • Κουτσούκη, Δ. (1997). *Ειδική Φυσική Αγωγή. Θεωρία και Πρακτική*. Αθήνα. • Κουτσούκη, Δ. (1998). *Κινητικές Διαταραχές και Εξέλιξη. Θεωρία και Μεθοδολογία*. Αθήνα. • Σωτηριάδη-Γκουτζιαμάνη, Κ. (1993). *Παιδιά με ειδικές εκπαιδευτικές ανάγκες*. Αθήνα.

ΘΕ-233Υπ Μεθοδολογία Αθλητικής Έρευνας (2 δ.μ. – 3^ο εξάμηνο)

Αναπληρωτής Καθηγητής Κ. Καρτερολιώτης

Γενικοί στόχοι: Εκμάθηση τρόπων αναζήτησης, απόκτησης και ανάπτυξης αθλητικής έρευνας. Παρουσίαση των βασικών ερευνητικών διαδικασιών (επιλογή προβλήματος, διατύπωση υποθέσεων, σχεδιασμός, συλλογή δεδομένων, αξιολόγηση και ερμηνεία αποτελεσμάτων). Προετοιμασία εκπόνησης πτυχιακής εργασίας. **Αξιολόγηση:** Διαλέξεις, εργασίες, εξετάσεις. **Θεματικές Ενότητες:** • Είδη και στάδια επιστημονικής έρευνας. • Επιλογή προβλήματος. Διατύπωση υποθέσεων. • Μέθοδοι δειγματοληψίας. • Είδη επιστημονικών μεθόδων. • Ερωτηματολόγιο. • Είδη συνέντευξης. • Μέθοδοι παρατήρησης. • Πειραματική έρευνα. Πειραματικά σχέδια. • Ιστορική έρευνα. • Ατομική έρευνα. • Μεθοδολογία, αποτελέσματα, συζήτηση. • Συγγραφή ερευνητικής εργασίας. **Ενδεικτική βιβλιογραφία:** • Thomas, J.R., & Nelson, J.K. (2002). *Μέθοδοι έρευνας στη φυσική δραστηριότητα (Τόμοι Α & Β)* (Κ. Καρτερολιώτης, επιμέλεια έκδοσης). Αθήνα: Εκδόσεις Πασχαλίδη. (έτος πρωτότυπης έκδοσης 1996). • Παρασκευόπουλος, Ι. (1993). *Μεθοδολογία επιστημονικής έρευνας*. Αθήνα.

ΘΕ-234Υπ Στατιστική Φυσικής Αγωγής & Αθλητισμού (2 δ.μ. – 4^ο εξάμηνο)

Καθηγητής Γ. Βαγενάς

Γενικοί στόχοι: Η εκμάθηση των βασικών στατιστικών εφαρμογών για την επίλυση προβλημάτων από τη Φυσική Αγωγή, τον Αθλητισμό, την Εκπαίδευση, τη Βιολογία της Άσκησης και την Έρευνα. **Αξιολόγηση:** Εκπόνηση εργασίας, Γραπτές εξετάσεις. **Θεματικές ενότητες:** • Βασικές έννοιες: Πληθυσμός (n), Δείγμα (N), Μεταβλητές (X, Y), Σφάλμα (e). • Κατανομές Συχνότητας: Απλές, Ομαδοποιημένες, Ανάλυση (f, %f, cf, c%f) • Γραφήματα κατανομών: Ιστόγραμμα (f), Πολύγωνα (f, %f), Καμπύλες (cf, c%f). • Κύρια μέτρα θέσης: Μέσος (M), Διάμεσος (Md), Κορυφή (Mo), Ιδιότητες. • Άλλα μέτρα θέσης: Τετραγωνικός Μέσος (Q), Κινητός Μέσος, Χρονοσειρές. • Μέτρα διασποράς: Διασπορά (s^2), Τυπ. Απόκλιση (s), Μεταβλ. (cv), Τιμές z • Κανονική κατανομή: Καμπύλη (Sk, Ku), Χώροι (ρ), Τυπική Κανονική ($\mu_z=0$). • Δειγματική κατανομή: Βασικά, Κατανομή Μέσου (O), Διαφορών (O₁-O₂). • Εκτίμηση & υπόθεση: Υποθέσεις (H₀, H_A), Σφάλματα (I, II), Πιθανότητες (α, β). • Απλή συσχέτιση: Συντελεστής Pearson (r), Spearman (r_s), Εφαρμογές. • Σύγκριση δύο μέσων: Έλεγχος t - Εξαρτημένα Δείγματα (r ≠ 0, N), • Σύγκριση δύο μέσων t - Ανεξάρτητα Δείγματα (r = 0, N₁, N₂). **Ενδεικτική βιβλιογραφία:** • Βαγενάς, Γ. (2002). Στατιστικές Εφαρμογές στην Αθλητική Επιστήμη (4^η έκδοση). Αθήνα. • Vincent, W. J. (1995). Statistics in Kinesiology. Champaign, IL.: Human Kinetics. • Verducci, F. M. (1980). Measurement Concepts in Physical Education. London: C.V. Mosby. • Παρασκευόπουλος, Ι. (1990). Στατιστική Εφαρμ. στις Επιστήμες Συμπεριφοράς. Αθήνα. • Μπαγιάτης, Κ. (1989). Η Στατιστική στην Εκπαίδευση και στη Φυσική Αγωγή. Θεσ/νίκη.

ΘΕ-235Υπ Κινητική Συμπεριφορά (3 δ.μ. – 4^ο εξάμηνο)

Καθηγητής Ι. Ζέρβας, Λέκτορας Μ. Ψυχουντάκη

Γενικοί στόχοι: Η κατανόηση των νευρο-ψυχολογικών εννοιών που συντελούν στον έλεγχο, στη μάθηση και στην εκτέλεση κινητικών δεξιοτήτων. Η ενημέρωση γύρω από τη διεθνή έρευνα και βιβλιογραφία σε θέματα Κινητικής Συμπεριφοράς. Η κατανόηση των τεχνικών μέτρησης ψυχοκινητικών ικανοτήτων και δεξιοτήτων. Η εξοικείωση με το σχεδιασμό και τη διεξαγωγή ερευνητικών εργασιών στο χώρο της Κινητικής Συμπεριφοράς. **Αξιολόγηση:** Εργαστηριακές ασκήσεις, γραπτή εξέταση. **Θεματικές Ενότητες:** • Εισαγωγή στη μελέτη της Κινητικής Συμπεριφοράς • Κινητικές δεξιότητες και ικανότητες. • Νευρικό σύστημα και κινητική συμπεριφορά. • Μνήμη, αντίληψη, προσοχή. • Επεξεργασία πληροφοριών. • Ανατροφοδότηση. Μεταφορά μάθησης • Θεωρίες μάθησης και ελέγχου των κινήσεων. • Νοερή εξάσκηση. • Φυσική δραστηριότητα και πνευματική απόδοση • Η κινητική μάθηση στα παιδιά με μαθησιακές δυσκολίες. **Ενδεικτική βιβλιογραφία:** • Ζέρβας, Ι. (2006). Εισαγωγή στην κινητική συμπεριφορά-Κινητικός έλεγχος και μάθηση. Αθήνα. • Rose, D. J. (1998). Κινητική μάθηση και κινητικός έλεγχος-μια πολυδιάστατη προσέγγιση. Θεσ/νίκη: University studio Press. • Schmidt, R. A. (1991). Κινητική μάθηση & απόδοση. Αθήνα: Αθλότυπο.

ΘΕ-331Υπ Αθλητική Ψυχολογία (3 δ.μ. – 5^ο εξάμηνο)

Καθηγητής Ι. Ζέρβας, Λέκτορας Μ. Ψυχουντάκη

Γενικοί στόχοι: Η ανάλυση των ψυχολογικών εννοιών, που συντελούν στον έλεγχο της αθλητικής συμπεριφοράς και στη μεγιστοποίηση της αθλητικής προσπάθειας και απόδοσης. Η ενημέρωση γύρω από τη διεθνή έρευνα και βιβλιογραφία σε θέματα Αθλητικής Ψυχολογίας. Η κατανόηση των τεχνικών μέτρησης ψυχολογικών ικανοτήτων και δεξιοτήτων. Η εξοικείωση με το σχεδιασμό και τη διεξαγωγή ερευνητικών εργασιών στο χώρο της Αθλητικής Ψυχολογίας.

κείωση με το σχεδιασμό και τη διεξαγωγή ερευνητικών εργασιών στο χώρο της Αθλητικής Ψυχολογίας. **Αξιολόγηση:** Παρακολούθηση, γραπτή εξέταση. **Θεματικές Ενότητες:** • Εισαγωγή στην Αθλητική Ψυχολογία. • Προσωπικότητα. • Κίνητρα. • Αθλητικό στρες, ψυχική επιβάρυνση. • Τεχνικές ψυχολογικής παρέμβασης. • Ηγετική συμπεριφορά. • Συνοχή, σύμπνοια ομάδας. • Προγράμματα ψυχολογικής προετοιμασίας. • Τυπικά ψυχολογικά προβλήματα που απασχολούν τον προπονητή. • Οι επιδράσεις του αθλητικού συναγωνισμού στα παιδιά. **Ενδεικτική βιβλιογραφία:** • Ζέρβας, Ι. (2002). Ψυχολογία φυσικής αγωγής και αθλητισμού. Αθήνα. • Martens, R. (1987). Προπονητής και αθλητική ψυχολογία. Θεσσαλονίκη : Salto. • Παπαϊωάννου, Α., Θεοδωράκης, Γ. & Γούδας, Μ. (1999). Για μια καλύτερη διδασκαλία της φυσικής αγωγής. Θεσσαλονίκη : Salto.

ΘΕ-332Υπ Αθλητική Παιδαγωγική (3 δ.μ. – 5^ο εξάμηνο)

Καθηγητής Δ. Χατζηχαριστός, Επίκουρος Καθηγήτρια Αικ. Ζουνχιά.

Γενικοί στόχοι: Να γνωρίσουν οι φοιτητές τις συνιστώσες του παιδαγωγικού έργου του καθηγητή Φυσικής Αγωγής και του προπονητή, να εξοικειωθούν με τις θεμελιώδεις απόψεις της Παιδαγωγικής για το φαινόμενο της πραγματοποίησης σωματικών ασκήσεων και να αναπτύξουν τις απαραίτητες ικανότητες ώστε να μπορούν να υλοποιούν στόχους Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού σύμφωνα με τις γενικές και ειδικές παιδαγωγικές αρχές. Στο πλαίσιο του μαθήματος της Αθλητικής Παιδαγωγικής οι φοιτητές/τριες πραγματοποιούν διδακτική εξάσκηση σε δημοτικά σχολεία. **Αξιολόγηση:** Εξετάσεις, εργασία στη διδακτική εξάσκηση. **Θεματικές ενότητες:** • Αντικείμενο, εξέλιξη και στόχοι της Αθλητικής Παιδαγωγικής. • Θέση της Φυσικής Αγωγής στο εκπαιδευτικό σύστημα. • Σκοποί και στόχοι Φυσικής Αγωγής. • Σωματική ανάπτυξη των μαθητών. • Κινητική ανάπτυξη των μαθητών. • Σχεδιασμός και προγραμματισμός της Φυσικής Αγωγής. • Αξιολόγηση των μαθητών και του εκπαιδευτικού έργου. • Προσωπικότητα του καθηγητή Φυσικής Αγωγής. • Η πειθαρχία στη Φυσική Αγωγή. • Αγωγή υγείας στο πλαίσιο της Φυσικής Αγωγής. **Ενδεικτική βιβλιογραφία:** • Ζουνχιά Κ. (2000). Φυσική Αγωγή στο δημοτικό σχολείο. Προς τη δια βίου άσκηση. Εκδοτικός οίκος: Αυτοέκδοση. Αθήνα. • Barrete, G., Feingold, R., Rees, C. & Piéron, M. (1987). Myths, Models & Methods in Sport Pedagogy. Champaign, IL: Human Kinetics. • Χατζηχαριστός Δ. (2003). Σύγχρονο Σύστημα Φυσικής Αγωγής. Από τη θεωρία στην πράξη. Εκδοτικός οίκος: Αυτοέκδοση. Αθήνα.

ΘΕ-333Υπ Διδακτική Φυσικής Αγωγής (3 δ.μ. – 6^ο εξάμηνο)

Καθηγητής Δ. Χατζηχαριστός, Επίκουρος Καθηγήτρια Αικ. Ζουνχιά.

Γενικοί στόχοι: Να μηθούν οι μέλλοντες ειδικοί της Φυσικής Αγωγής και του Αθλητισμού στην «τέχνη» της διδασκαλίας. Να αποκτήσουν την απαραίτητη θεωρητική κατάρτιση, ώστε να καταστούν ικανοί να διδάξουν τη Φυσική Αγωγή σε όλες τις εκπαιδευτικές βαθμίδες, τον Αθλητισμό στα αθλητικά σωματεία και την Άσκηση στα γυμναστήρια, σύμφωνα με τις διδακτικές και παιδαγωγικές αρχές. Στο πλαίσιο του μαθήματος της Διδακτικής Φυσικής Αγωγής οι φοιτητές/τριες πραγματοποιούν διδακτική εξάσκηση σε γυμνάσια. **Αξιολόγηση:** Εξετάσεις, εργασία στη διδακτική εξάσκηση. **Θεματικές ενότητες:** • Αντικείμενο, εξέλιξη και στόχοι της Διδακτικής της Φυσικής Αγωγής. • Σκοποί και στόχοι της διδασκαλίας. • Οργάνωση, σχεδιασμός και αξιολόγηση της διδασκαλίας • Μέσα Φυσικής Αγωγής. • Μέθοδοι διδασκαλίας. • Διδακτικές αρχές. • Ανάλυση αλληλεπίδρασης στην τάξη. • Διατήρηση της ισότητας στη Φυσική Αγωγή. • Προτάσεις για ανάπτυξη θετικού κλίματος παρακίνησης. • Ανάπτυξη θει-

κών στάσεων προς τη Φυσική Αγωγή και την Υγεία. **Ενδεικτική βιβλιογραφία:** • Διγγελίδης Ν. & Παπαϊωάννου Α. (2003). Για ένα ενδιαφέρον μάθημα Φυσικής Αγωγής στο δημοτικό σχολείο. Θεσσαλονίκη: Εκδόσεις Χριστοδουλίδη. • Παπαϊωάννου Α., Θεοδωράκης Ι. & Γούδας Μ. (2003). Για μια καλύτερη Φυσική Αγωγή. Θεσσαλονίκη: Εκδόσεις Χριστοδουλίδη. • Σορμπατζούδης Χ. (2003). Εξελικτική και διδακτική προσέγγιση της Φυσικής Αγωγής στο σχολείο. Θεσσαλονίκη: Εκδόσεις Χριστοδουλίδη.

ΘΕ-334Υπ Κοινωνιολογία του Αθλητισμού (2 δ.μ. – 6^ο εξάμηνο)

Καθηγητής Ι. Σταμίρης, Λέκτορα Ν. Πατσαντάρα

Γενικοί στόχοι: Η παρουσίαση και εξέταση του αθλητισμού ως πολυδιάστατου φαινομένου, το οποίο επηρεάζει τη συνολική παραγωγική ζωή της κοινωνίας, την κοινωνική συμπεριφορά και τον τρόπο ζωής στις συνθήκες της τηλεοπτικής πραγματικότητας. **Αξιολόγηση:** Γραπτές εξετάσεις. **Θεματικές Ενότητες:** • Εισαγωγή στα σπορ, η κοινωνιολογία του αθλητισμού και των σπορ. • Αθλητές και φίλαθλοι, η κοινωνιολογική μελέτη του σύγχρονου αθλητισμού. • Φανερές και λανθάνουσες λειτουργίες του αθλητισμού. • Ελεύθερος χρόνος και σπορ, μέσα μαζικής επικοινωνίας και σπορ. • Γυναίκα και σπορ, βία και αθλητισμός, σπορ και εθνικές κουλτούρες. • Έλληνες και σπορ, η κοινωνικοποίηση του ατόμου μέσω των σπορ. • Η διαδικασία και τα στάδια της έρευνας : μοντέλα, μέθοδοι, στάδια , παρατήρηση, ερωτηματολόγιο, συνέντευξη, δειγματοληψία. • Αξίες, προσαρμογή και επαγγελματική αποκατάσταση στον Αγωνιστικό Αθλητισμό - Πρωταθλητισμό. • Η διαφοροποίηση της αθλητικής κοινωνικής περιοχής. **Ενδεικτική βιβλιογραφία:** • Σταμίρης, Ι. (2005). Κοινωνιολογία του Αθλητισμού. Δεύτερη Ανανεωμένη Έκδοση. (Κείμενα και επιμέλεια ξένων κειμένων). Εκδόσεις Απικό Μέλλον, Αθήνα. • Σταμίρης, Ι. (2005). Ειδικά Κοινωνιολογικά Ζητήματα. Δεύτερη Ανανεωμένη Έκδοση (Επιμέλεια). Εκδόσεις Απικό Μέλλον, Αθήνα. • Dunning, E. (1971). The Sociology of Sport. London : Cass. • Patsantaras Nikolaos (1994) Der Trainer als Sportberuf. Schorndorf. Verlag Karl Hofmann.

ΘΕ-335Υπ Φιλοσοφία του Αθλητισμού (2 δ.μ. – 6^ο εξάμηνο)

Καθηγητής Γ. Φαράντος, Επίκουρος Καθηγήτρια Κ. Γογγάκη

Γενικοί στόχοι : Τα κεντρικά θέματα του αθλητικού φαινομένου και γεγονότος, Ο άνθρωπος και ο αθλητισμός και η φυσική αγωγή ως ανθρωπολογικά, παιδευτικά, κινησιολογικά, ηθικά, και αισθητικά ιστορικά κέντρα. **Αξιολόγηση :** Εργασίες, Εξετάσεις. **Θεματικές Ενότητες:** • Φιλοσοφία του αθλητισμού. • Αθλητικές κατηγορίες. • Ηθική του αθλητισμού. • Ανθρωπολογία του αθλητισμού. • Αισθητική του αθλητισμού. • Αθλητισμός και ελληνική φιλοσοφία. • Αθλητισμός και ελληνική παιδεία. • Βιο-ηθική του αθλητισμού. • Μεθοδολογία και έρευνα. • Θεωρία της επιστήμης. • Ολυμπιακή παράδοση ως παιδεία και τέχνη. • Πολιτισμός, κριτική, μέλλον. **Ενδεικτική βιβλιογραφία:** • Φαράντος, Γ. Δ. (1996). Προλεγόμενα Θεωρίας- Φιλοσοφίας αθλητισμού. Αθήνα : Εκδόσεις Τελέθριον. • Αρχαίοι και Βυζαντινοί Συγγραφείς : Βιβλιοθήκη Ελλήνων Πατέρων & Εκκλησιαστικών Συγγραφέων (ΒΕΠΕΣ). Απ. Διακονία. Αθήνα. • Lenk, H. (1972). Sport in philosophischer Sricht. • Γογγάκη Κ., (2003). Οι Αντιλήψεις των αρχαίων Ελλήνων για τον αθλητισμό, Εκδόσεις Τυπωθήτω-Γ. Δαρδανός, Αθήνα.

4.2 ΕΠΙΛΟΓΗΣ ΜΑΘΗΜΑΤΑ

ΘΕ-140Υπ. Εισαγωγή στη Φιλοσοφία (2 δ.μ.)

Καθηγητής Γ. Φαράντος,

Γενικοί στόχοι: Εισαγωγή στα προβλήματα, την επιστήμη, την ιστορία, τα ρεύματα, τις μεθόδους την έρευνά χθες και σήμερα. **Αξιολόγηση:** Εργασίες, Εξετάσεις. **Θεματικές Ενότητες:**

- Τι είναι φιλοσοφία. • Αρχαία ελληνική φιλοσοφία. • Σύγχρονη φιλοσοφία. • Ιστορία, σχολές, ρεύματα. • Μέθοδοι και μεθοδολογία. • Έρευνα και θεωρία της αλήθειας. • Ηθική, αισθητική, λογική. • Ανθρωπολογία και πολιτισμός. • Λόγος και πράξη. • Η γνώση και η θεωρία της επιστήμης. • Ο διάλογος και η γλώσσα. • Η διαλεκτική του πνεύματος και ο σύγχρονος κόσμος. **Ενδεικτική βιβλιογραφία:** • Φαράντου, Γ. Δ. (1984). I) Ηράκλειτος, II) Θεωρία Απάτης. Αθήνα : Εκδ. Μπουκουμάνης. • Φαράντου, Γ. Δ. (1991). Φιλοσοφία 20ου αιώνα. Αθήνα : Τελέθριον. • Thilly, F. (1973). History of Philosophy. Chicago : Von Wood.

ΘΕ-141Υπ Εισαγωγή στην Κοινωνιολογία (2 δ.μ.)

Καθηγητής Ι. Σταμίρης

Γενικοί στόχοι: Η εξοικείωση του φοιτητή με την ορολογία, τον προβληματισμό και το αντικείμενο της κοινωνιολογίας με έμφαση στις κύριες κοινωνικές μονάδες και στους μεταξύ τους συσχετισμούς, στην κοινωνική συμπεριφορά, στην κοινωνική δράση και στην κουλτούρα. **Αξιολόγηση:** Γραπτές εξετάσεις. **Θεματικές Ενότητες:** • Η επιστήμη της κοινωνιολογίας. κοινωνική διαστρωμάτωση, κοινωνική συμπεριφορά. • Κοινωνία, κουλτούρα, οικογένεια, παρεκκλίνουσα συμπεριφορά. • Κοινωνικοποίηση, γραφειοκρατία, κοινωνία και θρησκεία, κοινωνία και εκπαίδευση, αποξένωση και μοναξιά. • Σκαπανείς της κοινωνιολογικής σκέψης : Αύγουστος Κοντ, Κάρολος Μαρξ, Χέρμπερτ Σπένσερ, Εμίλ Ντερκχάιμ, Μαξ Βέμπερ, Γκεόργκ Ζίμμελ, Τζώρτζ Χέρμπερτ Μιντ, Βιλφρέντο Παρέτο, Κάρλ Μανχάιμ. • Ο Μάξ Βέμπερ και η αξιολογική ουδετερότητα στις κοινωνικές επιστήμες • Υποκειμενισμός και αντικειμενισμός στις κοινωνικές επιστήμες • Προσέγγιση της θεωρίας και της πρακτικής του κράτους. **Ενδεικτική βιβλιογραφία:** • Σταμίρης, Ι. (2005). Γενική Κοινωνιολογία. Εκδόσεις Αττικό Μέλλον, Αθήνα. • Σταμίρης, Ι. (2005). Κοινωνιολογικά Θέματα. Εκδόσεις Αττικό Μέλλον, Αθήνα. • Giddens, A. (1996). Sociology. (2nd ed.). Cambridge, U.K. : Polity Press. • Καμπερίδου Ει. (2005). Κοινωνιολογία των Φύλων: Πανεπιστημιακές Σημειώσεις. • Καμπερίδου, Ει. (2004) Ο Έμφυλος Ηρωισμός του Αθλητισμού. Η Αθλήτρια ως Κοινωνικό Είδωλο: Ένα Καινούργιο Αρχέτυπο. *Γυναίκα & Αθληση*. Τόμος II, τεύχος 3. Έκδοση της Π.Ε.Π.Γ.Α.Σ, Θεσσαλονίκη.

ΘΕ-142Επ Γενική Παιδαγωγική (2 δ.μ.)

Καθηγητής Δ. Χατζηχαριστός

Γενικοί στόχοι: Εισαγωγή στις θεμελιώδεις έννοιες της Παιδαγωγικής επιστήμης μέσα από τη διαχρονική της εξέλιξη. Κατανόηση του αντικειμένου της Παιδαγωγικής και των βασικότερων θεωριών της μαζί με την επιστημολογική τους προέλευση. Παρουσίαση των σκοπών και των ορίων της αγωγής, των θεσμών και των μορφών οργάνωσής της, καθώς και τη σχέση της Παιδαγωγικής με τις άλλες ανθρωπιστικές επιστήμες. **Αξιολόγηση:** Γραπτές εξετάσεις. **Θεματικές ενότητες:** • Αντικείμενο, εξέλιξη και στόχοι της Παιδαγωγικής. • Δομικά γνωρίσματα και βασικές προϋποθέσεις της παιδαγωγικής διαδικασίας. • Σκοποί και μέσα αγωγής και μάθησης. • Παιδαγωγικές ομάδες και εκπαιδευτικά ιδρύματα. • Προέλευση και ιστορική εξέλιξη του σχολείου. • Κωνικές λειτουργίες του σχολείου και σχολική κοινωνικοποίηση. • Το έργο και ο ρόλος του εκπαιδευτικού. • Μαθητής: μάθηση και ψυχική εξέλιξη. • Η σχολική τάξη ως κοινωνική ομάδα. • Μεταρρυθμίσεις στη σύγχρονη εκπαίδευση. **Ενδεικτική βιβλιογραφία:** • Ξωχέλλης, Π. (1999). Εισαγωγή στην Παιδαγωγική. Θεμελιώδη προ-

βλήματα της παιδαγωγικής επιστήμης. Θεσσαλονίκη: Εκδοτικός οίκος αδελφών Κυριακίδη Α.Ε. • Ξωχέλλης, Π. (1999). Παιδαγωγική του σχολείου. Θεσσαλονίκη: Εκδοτικός οίκος αδελφών Κυριακίδη Α.Ε. • Κρίβας, Σ. (1999). Παιδαγωγική επιστήμη: Βασική θεματική. Αθήνα: Gutenberg.

ΘΕ-143Επ Εισαγωγή στην Ψυχολογία (2 δ.μ.)

Καθηγητής Ν. Γιαννίτσας

Γενικοί στόχοι: Εισαγωγή του φοιτητή στο αντικείμενο της ψυχολογίας με έμφαση στην ανάπτυξη του ατόμου στις διάφορες φάσεις της ζωής του. **Αξιολόγηση:** γραπτές εξετάσεις. **Θεματικές Ενότητες:** • Έργο της Ψυχολογίας. • Ιστορική εξέλιξη της Ψυχολογίας. • Μέθοδοι έρευνας της ψυχολογίας. • Κλάδοι της Ψυχολογίας. Σύγχρονες τάσεις. • Έννοια και έργο της εξελικτικής ψυχολογίας. • Εξέλιξη ανάπτυξης. Αρχές της ανάπτυξης. • Θεωρητικές κατευθύνσεις στην εξελικτική ψυχολογία • Χαρακτηριστικά γνωρίσματα και πορεία της βιοσωματικής -ψυχοκινητικής, νοητικής-γλωσσικής, συναισθηματικής-κοινωνικής ανάπτυξης. • Αναλυτική περιγραφή της ανάπτυξης στις διάφορες φάσεις της ζωής του ατόμου : προγεννητική περίοδος, βρεφική ηλικία, νηπιακή ηλικία, σχολική ηλικία, εφηβική ηλικία. • Φυσιολογική συμπεριφορά και παραλλαγές της στις διάφορες ηλικίες. Κριτήρια καθορισμού και μορφές παθολογικής συμπεριφοράς. • Διαγνωστικές και θεραπευτικές προσεγγίσεις αναπτυξιακών διαταραχών. • Επιδράσεις της οικογένειας στην ψυχο-κοινωνική ανάπτυξη του παιδιού. Συμβουλευτική γονέων. **Ενδεικτική βιβλιογραφία:** • Παρασκευόπουλος, Ι. Ν. (1985). Εξελικτική Ψυχολογία, τ. Α', Β', Γ' & Δ'. Αθήνα. • Παρασκευόπουλος, Ι. Ν. (1992). Ψυχολογία ατομικών διαφορών. Αθήνα. • Hayes, Ν. (1998). Εισαγωγή στην Ψυχολογία, τ. Α' & Β' (Επόπτης έκδοσης Ι. Ν. Παρασκευόπουλος). Αθήνα : Ελληνικά Γράμματα.

ΘΕ-144Επ Εφαρμοσμένη Αθλητική Ψυχολογία (2 δ.μ.)

Λέκτορας Μ. Ψυχουντάκη

Γενικοί στόχοι: Η διδασκαλία και η χρήση των ψυχολογικών τεχνικών και της συμβουλευτικής για την ανάπτυξη της προσωπικότητας των αθλητών. Η αποτελεσματική αξιοποίηση των ψυχοφυσικών δεξιοτήτων για την αύξηση της απόδοσης των αθλητών και των αθλητικών ομάδων. Η εφαρμογή των ψυχολογικών αρχών στην προπόνηση για τη βελτίωση της αποτελεσματικότητας του προπονητή. Η κατανόηση των τεχνικών και μέσω αξιολόγησης των ψυχικών δεξιοτήτων. Η εξοικείωση με τα μέσα και τις μεθόδους έρευνας στην εφαρμοσμένη αθλητική ψυχολογία. **Αξιολόγηση:** Εργασία, γραπτή εξέταση. **Θεματικές Ενότητες:** • Φιλοσοφία, αρχές, ηθικές σταθερές. • Μεθοδολογία έρευνας στην εφαρμοσμένη αθλητική ψυχολογία. • Ψυχολογικές παρεμβάσεις στον αθλητισμό : τεχνικές χαλάρωσης, γνωστικές τεχνικές, στρατηγικές ενεργοποίησης. • Πρόγραμμα ψυχολογικής προετοιμασίας αθλητών. • Αγωνιστικό άγχος και αντιμετώπισή του. • Αγωνιστική αυτοπεποίθηση και ανάπτυξη της. • Κατάθλιψη και αντιμετώπισή της. • Βελτίωση προσοχής και αυτοσυγκέντρωσης. • Τοποθέτηση στόχων, ανάπτυξη κινήτρων. • Θέματα κοινωνικής αθλητικής ψυχολογίας : ηγετική συμπεριφορά, επικοινωνία, συνοχή ομάδας, κοινωνική διευκόλυνση. • Αγωνιστικός αθλητισμός στη νεαρή ηλικία : ένα εκπαιδευτικό μοντέλο. • Πρόωρο τέλος της αθλητικής καριέρας, τερματισμός αθλητικής καριέρας, «κοινωνική επανένταξη». **Ενδεικτική βιβλιογραφία:** • Bull, S. J., Albinson, J. G. & Shambrook, J. C. (1996). The mental game plan : Getting psyched for sport. Brighton : Sport dynamics. • Hardy, L., Jones, G. & Gould, D. (1997). Understanding psychological preparation for sport : Theory and practice of elite performers. New York :

Wiley. • Williams, J. M. (1998). Applied sport psychology : Personal growth to peak performance. Mountain View, CA : Mayfield.

Θ.Ε-145Επ Άσκηση και Αθλητισμός για Όλους (2 δ.μ)

Επίκουρος Καθηγητής Ν. Νικηταράς.

Γενικοί στόχοι: Η ευαισθητοποίηση των φοιτητών απέναντι στο δικαίωμα του πολίτη για άσκηση. Η αντίληψη του ρόλου της άσκησης του πολίτη στο κοινωνικό γίνεσθαι. Η ανάδυση και η κατανόηση του ρόλου της Πόλης –Κράτος της Κλασικής Εποχής. **Αξιολόγηση:** Εκπόνηση εργασίας, εξετάσεις. **Θεματικές ενότητες :** • Η πόλη-κράτος της Κλασικής εποχής. Η σχέση της Πόλης με την Άσκηση του πλήθους. • Η άσκηση στα «Φύσιος Όρια » κατά τον Ιπποκράτη. Η «Γυμναστική μεσότης» ως αντίληψη. • Ο ελεύθερος χρόνος. • Η διαχρονική εξέλιξη της γυμναστικής του πλήθους μέχρι την έναρξη της Βιομηχανικής επανάστασης. • Η αναψυχή και Υπαίθριες κινητικές δραστηριότητες. • Η ευρωπαϊκή και η ελληνική πολιτική για τον αθλητισμό μετά την βιομηχανική επανάσταση. • Η Διακήρυξη «αθλητισμός για όλους» του Συμβουλίου της Ευρώπης : Ερμηνεία. • Η Ελληνική πολιτική για τα σπορ μετά την Διακήρυξη του Συμβουλίου της Ευρώπης • Ο «Αθλητισμός για Όλους» ως κίνημα .Η σχέση του με τα άλλα κινήματα. • Διεθνής αποφάσεις, διεθνείς φορείς του κινήματος. • Οι Ο.Τ.Α. απέναντι στην άσκηση των πολιτών. • Η άσκηση στις πληθυσμιακές ομάδες. • Η Σύμβαση για τα δικαιώματα του παιδιού. Το παιχνίδι. **Ενδεικτική Βιβλιογραφία:** • Olin, K. (1981). Sport for all and competitive sport as social systems. Finland : University of Yuvaskyla, Dep. of Sociology and Planning for Physical Culture. • Νικηταράς, Ν. (2003). Η Πόλη και η άσκηση του Πολίτη, Διαχρονική εξέλιξη. Αθήνα : Τελέθριον. • Houlihanm B., 2003. Sport & Society SAGE Publications, London.

ΘΕ-146Επ Μετρήσεις και Αξιολόγηση στη Φυσική Αγωγή & στον Αθλητισμό (2 δ.μ)

Αναπληρωτής Καθηγητής Κ. Καρτερολιώτης

Γενικοί στόχοι: Εξοικείωση με την κατασκευή, τη χορήγηση και την ερμηνεία των βασικότερων δοκιμασιών (τεστ) στο χώρο της φυσικής αγωγής και του αθλητισμού. Παρουσίαση των κύριων κριτηρίων επιλογής των δοκιμασιών. **Αξιολόγηση:** Εργασίες, εξετάσεις. **Θεματικές Ενότητες:** • Εισαγωγή στις μετρήσεις και την αξιολόγηση. • Χρήση των ηλεκτρονικών υπολογιστών στη μέτρηση και στην αξιολόγηση. • Μέθοδοι μέτρησης των σφαλμάτων στις δοκιμασίες. • Αξιολόγηση των μέσων και διαδικασιών συλλογής των δεδομένων. • Είδη εγκυρότητας. • Είδη αξιοπιστίας. Αντικειμενικότητα. • Δέσμες δοκιμασιών αθλητικής απόδοσης. • Δέσμες δοκιμασιών φυσικής κατάστασης. • Ψυχολογικές δοκιμασίες στη φυσική αγωγή και στον αθλητισμό. • Κατασκευή ερωτηματολογίων. • Κατασκευή δοκιμασιών. • Μέτρηση και αξιολόγηση της επίδοσης. **Ενδεικτική βιβλιογραφία:** • Καμπίτσης, Χ. (1990). Αθλητικές μετρήσεις. Θεσσαλονίκη : Salto. • Morrow, J., Jackson, A., Disch, J. & Mood, D. (1995). Measurement & evaluation in human performance. Champaign, IL : Human Kinetics.

ΘΕ-147Επ Πληροφορική στη Φυσική Αγωγή (2 δ.μ.)

Αναπληρωτής Καθηγητής Κ. Καρτερολιώτης

Γενικοί στόχοι: Θεωρητική και πρακτική εκμάθηση των βασικών λειτουργιών των Ηλεκτρονικών Υπολογιστών. Εφαρμογές διαχείρισης δεδομένων, αριθμητικών υπολογισμών, γραφικών αναλύσεων και πληροφορικής στήριξης προγραμμάτων από τη Φυσική Αγωγή και τον Αθλητισμό. **Αξιολόγηση:** Συμμετοχή, εργαστήρια, εργασίες, εξετάσεις. **Θεματικές Ενότη-**

τες: • Αρχές λειτουργίας των ηλεκτρονικών υπολογιστών (H/Y). • Το υλικό των ηλεκτρονικών υπολογιστών (hardware). • Το λειτουργικό σύστημα MS-DOS. • Το λειτουργικό σύστημα των Windows. • Προγράμματα επεξεργασίας κειμένου. • Προγράμματα υπολογισμών. • Προγράμματα παρουσιάσεων. • Προγράμματα γραφικών. • Εισαγωγή στο διαδίκτυο. • Επικοινωνία, μεταφορά και αποστολή δεδομένων. • Εφαρμογές των H/Y στη Φυσική Αγωγή και στον Αθλητισμό. • Επιλεγμένα Θέματα Πληροφορικής. **Ενδεικτική βιβλιογραφία:** • Καρτσάκλης, Δ. (2002). Windows XP, Office XP: Εισαγωγή στου H/Y. Αθήνα: Εκδόσεις Κλειδάριθμος. • Κοίλας, Χ., Καλαφατούδης, Σ. & Αντωνακόπουλος, Κ. (2000). Χρήση Υπολογιστή - Εισαγωγή, Windows, Word, Excel. Αθήνα : Εκδόσεις Νέων Τεχνολογιών.

ΘΕ-148Επ Μουσική (2 δ.μ.)

Επίκουρος Καθηγήτρια Α. Ζουνχιά, *Ε.Ε.ΔΙ.Π.* Μ. Ειρηνάιου

Γενικοί στόχοι: Γενική μουσική κατάρτιση (θεωρητική-πρακτική) για την προσέγγιση και κατανόηση διαφόρων μουσικολογικών φαινομένων και μουσικών μορφών με σκοπό την ικανότητα χρησιμοποίησης και προσαρμογής τους στα γνωστικά αντικείμενα της ανθρώπινης κίνησης (γυμναστική, ρυθμική, χορός, αθλητισμός). **Αξιολόγηση:** Εκπόνηση εργασίας, εξετάσεις. **Θεματικές Ενότητες:** • Ήχος, σημειογραφία, κλίμακες, σχέσεις βαθμίδων. • Μουσικές αξίες, ρυθμός, μελωδία, αρμονία, πολυφωνία. • Μέτρο, ρυθμική αγωγή, μουσικοκινητικές αξίες (χρονικές διάρκειες). • Τονικότητα – μετατροπία, χρωματισμός, προσωδία, χαρακτηρισήρας. • Συγκοπή – αντιχρονισμός, τρίηχο, εξάηχο, πολύηχο, ποικίλματα. • Μουσικοκινητική προσαρμογή στα απλά, σύνθετα και μεικτά μέτρα. • Τονικότητα – διαστάσεις. Ένταση – βάρος. Χοριά ηχητική και κινητική. • Μορφολογική δομή στις μουσικές και κινητικές μορφές (ανάλυση, ταύτιση). • Αντίστιξη, χαρακτήρας, ύφος και στυλ στη μουσική και στην κίνηση. • Ελληνική παραδοσιακή μουσική : ιστορία, μορφολογία, απλά μέτρα. • Ελληνική παραδοσιακή μουσική : σύνθετα και μεικτά μέτρα. • Ξένες λαϊκές μουσικοχορευτικές μορφές : ιστορία, μορφολογία, μέτρα. **Ενδεικτική βιβλιογραφία:** • Παναγιωτίδου, Α. (1997). Μουσική – Κίνηση. Αθήνα. Τελέθριον. • Δήμας, Η. (1993). Οι. Ελληνικοί παραδοσιακοί χοροί. Αθήνα. • Dalcroze, J. (1920). Le Rythme, la musique et l' Education. Lausanne : Institute Dalcroze.

ΘΕ-149Επ Ξένη Γλώσσα (Αγγλικά Ι) (2 δ.μ.)

Ε.Ε.ΔΙ.Π. : Α. Κάκκαβα, Α. Γιωτοπούλου, Α. Βεκιαρέλλη, Π. Κοντοπόδης

Γενικοί στόχοι: Ανάπτυξη των ειδικών γλωσσικών δεξιοτήτων που απαιτούνται για τη συστηματική μελέτη επιστημονικών κειμένων στην αγγλική γλώσσα με ιδιαίτερη έμφαση στην ανάπτυξη της αθλητικής ορολογίας. **Αξιολόγηση:** Εκπόνηση εργασίας, ενεργός συμμετοχή στο μάθημα, εξετάσεις. **Θεματικές Ενότητες:** • Answering pre-reading questions about texts. • Reading for general idea. • Reading for specific information. • Strategies for vocabulary development. • Academic vocabulary • Specialized (physical education and sport science) vocabulary • Detailed reading • Efficient use of dictionaries. **Ενδεικτική βιβλιογραφία:** • Kontopodis, P., (2005). English for Sports Purposes. Athens. • Kontopodis, P., (2005). English for Medical Purposes. Athens. • Kontopodis, P., (2002). Analyzing the Grammar of English. Athens. • Kakkava, C., Vekiarelli, A., & Yioutopoulou, A. (n.d.). Structured sets of subject-specific language material, organized according to topic, with practice in the set skills of the course.

ΘΕ-150Επ Ξένη Γλώσσα (Αγγλικά II) (2 δ.μ.)

Ε.Ε.ΔΙ.Π. : Α. Κάκκαβα, Α. Γιωτοπούλου, Α. Βεκιαρέλλη, Π. Κοντοπόδης

Γενικοί στόχοι: Το μάθημα «Αγγλικά II» αποτελεί συνέχεια του μαθήματος «Αγγλικά I» με εξειδίκευση στη μετάφραση επιστημονικών κειμένων που αφορούν στο γνωστικό πεδίο της φυσικής αγωγής. **Αξιολόγηση:** Εκπόνηση εργασίας, ενεργός συμμετοχή στο μάθημα, εξετάσεις. **Θεματικές Ενότητες:** • Systematic analysis of specific types of scientific texts: Research Reports Literature Reviews • Translation: Aspects of Scientific Translation Translation of selected scientific texts related to Physical Education and Sport Science • Development of specialized (physical education and sport science) vocabulary. **Ενδεικτική βιβλιογραφία:** • Kontopodis, P., (2005). English for Sports Purposes. Athens. • Kontopodis, P., (2005). English for Medical Purposes. Athens. • Kontopodis, P., (2002). Analyzing the Grammar of English. Athens. • Kakkava, C., Vekiarelli, A., & Yiotopoulou, A. (n.d.). Structured sets of subject-specific language material, organized according to topic, with practice in the set skills of the course.

ΘΕ-121Επ Ξένη Γλώσσα (Γαλλικά) (2 δ.μ.)

Λέκτορας Ε. Καμπερίδου,

Γενικοί στόχοι: Κατανόηση κειμένων, ανάπτυξη αθλητικής ορολογίας, προσέγγιση γαλλικής βιβλιογραφίας με σκοπό την βελτίωση της γλώσσας, την έρευνα ή τη γενική πληροφόρηση στον τομέα της επιστήμης της φυσική αγωγής και του αθλητισμού. Η συγκέντρωση και η επεξεργασία ξενόγλωσσου υλικού για χρήση σε ελληνικές εργασίες / έρευνες. **Αξιολόγηση:** Εξετάσεις (αποκλειστικά η ύλη που καλύπτεται σε κάθε μάθημα), συμμετοχή στο μάθημα, και η εκπόνηση μεταφραστικής ή ερευνητικής εργασίας- (μη υποχρεωτική). **Θεματικές Ενότητες:** • Introduction, test de classement, et questions express-riponse instantanie. • Comprehension du texte : lecture et traduction, vocabulaire du sport. • Questions portant sur des thèmes de connaissance ginirale de sport, Vocabulaire du sport, lecture et traduction. • Lecture et Questions-sur «Les Stars du Sport», vocabulaire du sport. • Vocabulaire du sport, comprihension du texte : lecture et traduction. • Comprihension du texte : lecture et traduction. • Vocabulaire du sport, lecture et traduction, dictie. • Questions express-pas de preparation-riponse instantanie, et 'comment soumettre ou preparer un texte, une itude'etc. • Vocabulaire du sport, lecture et traduction, dictie. • Comprehension du texte : lecture et traduction, vocabulaire du sport. • Vocabulaire du sport, lecture et traduction, dictie. • Vocabulaire du sport, lecture et traduction. **Ενδεικτική βιβλιογραφία:** • Pariente, R., & Lagorce, G. (1988). La Fabuleuse Histoire Des Jeux Olympique. Paris : Editions O.D.I.L., Nathan. • Mogore, Christian, (1992). La Grande Histoire Des Jeux Olympiques D' Hiver. Agraf, 1992 • Bouilly, J., & Bordas S.A. (1987). Les stars du sport. Paris : Bordas S.A.

ΘΕ-122Επ Κατασκηνωτικά & Υπαίθριες Δραστηριότητες Αναψυχής (2 δ.μ)

Επίκουρος Καθηγητής Ν. Νικηταράς

Γενικοί στόχοι: Δημιουργία στελεχών κατασκήνωσης. Προώθηση της γνώσης και πληροφόρησης των φοιτητών σε θέματα κατασκήνωσης, σε περιβαλλοντικά και οικολογικά προβλήματα του πλανήτη, σε υπαίθριες δραστηριότητες αναψυχικές, μαζικού χαρακτήρα (ορεινή πεζοπορία, προσανατολισμός κ.λ.π.). **Αξιολόγηση:** Εκπόνηση εργασίας, Γραπτές εξετάσεις. **Θεματικές Ενότητες:** • Ο κατασκηνωτικός θεσμός : Διαχρονική εξέλιξη. • Οργανωτική δομή και λειτουργία των κατασκήνωσης. • Ψυχαγωγία και υπαίθριες δραστηριότητες στην

κατασκήνωση. • Περιβαλλοντικά προβλήματα. • Το δάσος και η συμβολή του στην υγεία. • Το πρόγραμμα «Νέοι και Βουνό» • Ορεινή πεζοπορία, τεχνική, ένδυση, υπόδηση. • Προσανατολισμός στη φύση. • Η σχέση «άνθρωπος - περιβάλλον». • Διαμονή σε κατασκήνωση ή καταφύγιο. Πρακτική Εξάσκηση • Ελεύθερος χρόνος • Αναψυχή. **Ενδεικτική Βιβλιογραφία:** • Ζερεφός, Χ. (1988). Φυσικές και Ανθρωπογενείς κλιματικές μεταβολές. Επιστήμη και Πολιτική. Αθήνα : Κέντρο Νεοελληνικών Ερευνών. • Giayne, R. J. (1977). Leisure and Recreation. Introduction and Overview. Philadelphia : Lea & Febiger. • Νικηταράς, Ν. (2004). Υπαίθρια Ζωή, Β΄ Έκδοση. Αθήνα : Τελέθριον.

ΘΕ-123Επ Ιστορία Πολιτισμού (2 δ.μ.)

Καθηγητής Γ. Φαράντος, Ε.Ε.ΔΙ.Π. Σ. Γιαννάκη

Γενικοί στόχοι: Παροχή γενικών γνώσεων από την Ιστορία των Πολιτισμών με έμφαση στις πολιτισμικές ιδιαιτερότητες των διαφόρων λαών. **Αξιολόγηση:** Εκπόνηση εργασιών, εξετάσεις. **Θεματικές Ενότητες:** • Εισαγωγή στην ιστορία του πολιτισμού. • Αρχαίοι πολιτισμοί (Κίνα-Ιαπωνία). • Αρχαίοι πολιτισμοί (Ασσυρία-Βαβυλωνία). • Αρχαίοι πολιτισμοί (Αίγυπτος). • Αρχαίοι πολιτισμοί (Μινωική εποχή). • Αρχαίοι πολιτισμοί (Μυκηναϊκή εποχή). • Αρχαίοι πολιτισμοί (Κλασική εποχή). • Αρχαίοι πολιτισμοί (Ελληνιστική - Ρωμαϊκή εποχή). • Βυζαντινός πολιτισμός. • Αναγέννηση. • Διαφωτισμός. • Σύγχρονη εποχή. **Ενδεικτική βιβλιογραφία:** • Durant, W. (1978). Παγκόσμιος Ιστορία του Πολιτισμού. Τόμοι 1-2. Αθήνα : Εκδόσεις Αφοί Σπυρόπουλοι. • Aeger, W., (1959). Παιδεία τόμοι 1-3. Αθήνα : Εκδόσεις Παιδεία. • Golden, Mark (1998). Sport and Society in Ancient Greece. Cambridge University Press.

ΘΕ-124Επ Κοινωνικό Φύλο και Αθλητισμός (2 δ.μ.)

Λέκτορας Ε. Καμπερίδου

Γενικοί Στόχοι: Η ενημέρωση και εξοικείωση των φοιτητών/τριών σε θέματα Φύλου (Gender Issues) και Σπουδές Φύλου (Gender Studies) και ειδικότερα με το Κοινωνικό Φύλο (gender) ως αναλυτική κατηγορία στην σύγχρονη έμφυλη κοινωνία και κοινωνικο-πολιτική πραγματικότητα. Το ενδιαφέρον εστιάζεται σε ζητήματα, παραμέτρους και μεταβλητές που αφορούν κοινωνικές ανισότητες, κοινωνικούς αποκλεισμούς, κατηγορίες της 'διαφοράς' και κατηγορίες 'ομοιοτήτων' (commonalities/sameness) του έμφυλου υποκειμένου. **Αξιολόγηση:** Εξετάσεις, εργασία. **Θεματικές Ενότητες:** • Η Έμφυλη Κοινωνία • Κοινωνιολογία του Φύλου και Σπουδές Φύλου. • 'Sex & Gender': Η έννοια, ο ορισμός και το νόημα του Βιολογικού Φύλου (sex) και του Κοινωνικού Φύλου/ του Έμφυλου (gender). • Έθνος, Τάξη, Κουλτούρα, Πολιτισμός: Το κοινωνικό φύλο (έμφυλο), σε αντίθεση με το βιολογικό φύλο (sex) διαφέρει, μεταβάλλεται, μεταλλάσσεται και εξελίσσεται. Αλλαγές στις αντιλήψεις και στάσεις περί έμφυλων ρόλων, έμφυλων στερεότυπων και έμφυλων σχέσεων. • Η Κοινωνία της Πληροφορίας της Ε.Ε. και η Ψηφιακή Ελίτ. • Νέες Μορφές Αυτονομίας & Νέες Μορφές Κοινωνικού Αποκλεισμού, Περιορισμού, Περιθωριοποίησης και Δουλείας. • Νέες Αθλητικές Ταυτότητες: Επίδραση και Ρόλος του Αθλητισμού στην Ταυτότητα του Φύλου. • Ο Έμφυλος Ηρωισμός του Αθλητισμού στα ΜΜΕ.: ο ήρωας-αθλητής και η αθλήτρια-ηρωίδα (υπερ-αρσενικοί αθλητές και υπερ-θηλυκές αθλήτριες) • Έμφυλη Ισότητα στην Εμπορευματοποίηση-Μοντελοποίηση του Σώματος: Το ανθρώπινο εμπόριο του καταναλωτισμού, της ψυχαγωγίας και του θεάματος • Μια Καινούργια Αισθητική του Σώματος. • Ίσες Ευκαιρίες στην Έ-

μπορικο-Σεξουαλική Εκμετάλλευση: Η Θηλυκοποίηση του Αθλητή, η Αρσενικοποίηση της Αθλήτριας, και το Άφυλο Υποκείμενο, ο Άφυλος Αθλητής και η Άφυλη Αθλήτρια (genderless athletes). • Η Τεχνολογία του Σώματος: “Η Σκοτεινή Πλευρά του Αθλητισμού”. • “Το Έτος της Γυναίκας στους Ολυμπιακούς Αγώνες”. • Η Έμφυλη Διχοτόμηση στον Αγωνιστικό Αθλητισμό. • Η Διχοτόμηση των Φύλων πέραν της Ολυμπιακής Αγωνιστικής Δράσης: Έμφυλες διακρίσεις στους αθλητικούς θεσμούς, στις ευκαιρίες αναρρίχησης στην θεσμική ιεραρχία, κ.α. **Ενδεικτική Βιβλιογραφία:** • Kimmel, Michael S. (2004). The Gendered Society. N.Y: Oxford Un. Press • Kamberidou, I. & Patsantaras, N. (2004). The European Commission Information Society. Brussels: E.C. • Heywood, Leslie & Dworkin, L. Shari (2003). Build to win: The female athlete as cultural icon. Minn: Un. Of Minnesota Press • Hargreaves, Jennifer (2000). Heroins of Sport: The political difference an identity. N.Y.: Routledge.

4.3 ΕΙΔΙΚΕΥΣΗ «ΠΡΟΣΑΡΜΟΣΜΕΝΗ ΚΙΝΗΤΙΚΗ ΑΓΩΓΗ»

Συντονίστρια *Καθηγήτρια* Δήμητρα Κουτσούκη

Η Ειδίκευση “Προσαρμοσμένη Κινητική Αγωγή” αφορά στη μελέτη των αναπτυξιακών και κινητικών διαταραχών και στην εκπαιδευτική αντιμετώπισή τους. Οι αναπτυξιακές και κινητικές διαταραχές είναι ένα διεπιστημονικό πεδίο το οποίο προσεγγίζεται από διαφορετικά γνωστικά αντικείμενα, όπως αυτά της φυσικής αγωγής και του αθλητισμού, της ψυχολογίας, της παιδαγωγικής, της νευροφυσιολογίας, της νευροψυχολογίας και της κοινωνιολογίας. Πρωταρχικός στόχος του κύκλου είναι η μελέτη των θεωρητικών, ερευνητικών και πρακτικών ζητημάτων με εφαρμογές κυρίως στην εκπαίδευση και στον αθλητισμό. Δηλαδή η μελέτη των αναπτυξιακών διαταραχών, η έγκαιρη ανίχνευση, αξιολόγηση, και η πρώιμη εκπαιδευτική παρέμβαση. Αυτό επιτυγχάνεται με τον σχεδιασμό και την εκπόνηση εξατομικευμένων προγραμμάτων διδασκαλίας και εξάσκησης που να απευθύνονται όσο πιο ακριβέστερα γίνεται στις ειδικές ανάγκες του εκπαιδευόμενου.

Οι ειδικότεροι στόχοι αφορούν κυρίως τις επιμέρους εφαρμογές σε άλλες περιοχές, όπως ο πρωταθλητισμός για άτομα με αναπηρίες, η άσκηση ως μέσο αναψυχής και διατήρησης της υγείας, η πρόληψη και η αποκατάσταση και επανεκπαίδευση δεξιοτήτων σε άτομα που έχουν προσβληθεί από ασθένειες και τραυματισμούς και έχουν απολέσει τις κινητικές και αθλητικές τους δεξιότητες, καθώς επίσης και άτομα της τρίτης ηλικίας.

Η φιλοσοφία του κύκλου στηρίζεται στην αρχή των ίσων ευκαιριών στην άσκηση και στην άθληση για όλα τα άτομα με ειδικές ανάγκες, καθώς επίσης και στην αρχή της συμπεριληπτικής εκπαίδευσης και άθλησης.

Οι κάτοχοι του διπλώματος της Ειδίκευσης Προσαρμοσμένη Κινητική Αγωγή, εκτός από τη γενική εκπαίδευση και τον αθλητισμό, μπορούν να εργαστούν σε Ειδικά Σχολεία, μονάδες Ειδικής Αγωγής και Επαγγελματικής Εκπαίδευσης, σε συλλόγους αθλητών με αναπηρίες ως προπονητές, σε προγράμματα Μαζικού Αθλητισμού και αναψυχής, σε προγράμματα αποκατάστασης και επανένταξης μειονοτικών ομάδων, σε νοσοκομεία ως μέλη της θεραπευτικής ομάδας και ως στελέχη οργάνωσης αθλητικών δραστηριοτήτων σε ειδικές πληθυσμιακές ομάδες.

ΘΕ-421ΠΑ Ειδικά Θέματα στην Προσαρμοσμένη Κινητική Αγωγή (2 δ.μ.)

Λέκτορας Ε. Σκορδίλης

Γενικοί στόχοι: Η διεπιστημονική προσέγγιση συναφών θεμάτων στην Προσαρμοσμένη Κινητική Αγωγή. **Αξιολόγηση:** Γραπτή εξέταση. **Θεματικές Ενότητες:** • Αναπηρία, απόκλιση, κοινωνικές αναπαραστάσεις. • Πρώιμη παρέμβαση, ένταξη ατόμων με Ειδικές Ανάγκες • Ψυχοσωματικές ασθένειες και κινητική θεραπευτική παρέμβαση. • Διαταραχές διατροφής, νευρική ανορεξία, βουλιμία. • Διαταραχές διάθεσης, κατάθλιψη. • Ο ρόλος της φυσικής δραστηριότητας σε προγράμματα απεξάρτησης από χημικές ουσίες. • Ψυχώσεις στην παιδική ηλικία και ο ρόλος της άσκησης. • Ελάχιστη εγκεφαλική δυσλειτουργία. • Καρδιοαναπνευστικά νοσήματα στην παιδική ηλικία. **Ενδεικτική βιβλιογραφία:** • Barnes, C., Mercer, G., & Shakespeare, T. (1999). *Exploring Disability. A sociological introduction*. UK: Polity Press. • Martensen, E. (1993). Therapeutic Implications of Exercise for Clinically Anxious and Depressed Patients. *International Journal of Sport Psychology*, 24, 185-199. • Dunn, J. & Watkinson, E. (1996). Problems with Identification of Children who are Physically Awkward Using the TOMI. *APAQ*, 13, 347-356. • Toro, J., Cervera, M., Osejo, E., & Salamero, M. (1992). Obsessive-Compulsive Disorder in Childhood and Adolescence : a Clinical Study. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 33(6), 1025-1037. • Winnick, P. J. (2000). *Adapted Physical Education and Sport* (3rd ed.). New York: Human Kinetics Publishers.

ΘΕ-424ΠΑ Μετρήσεις & Αξιολόγηση στην Προσαρμοσμένη Κινητική Αγωγή (2 δ.μ.)
Λέκτορας Ε. Σκορδίλης, Ε.Ε.Δ.Ι.Π. Κ. Σωτηριάδη

Γενικοί στόχοι: Η γνώση και εφαρμογή μεθόδων αξιολόγησης και εκτίμησης της κινητικής συμπεριφοράς και των αποκλίσεών της. **Αξιολόγηση:** γραπτή εξέταση. **Θεματικές Ενότητες:** • Στόχοι της αξιολόγησης. • Μέθοδοι αξιολόγησης στη Φυσική Αγωγή με έμφαση στην Προσαρμοσμένη Κινητική Αγωγή - Τομείς αξιολόγησης • α. Κινητικά πρότυπα - Βασικές κινητικές δεξιότητες • β. Αντίληψη του σώματος • γ. Αδρή και λεπτή κινητικότητα • δ. Κατεύθυνση και προσανατολισμός στο χώρο • ε. Οπτικο-κινητικός συντονισμός • στ. Ισορροπία • ζ. Φυσική κατάσταση. **Ενδεικτική βιβλιογραφία:** • Bruininks, R. H. (1978). *Bruininks-Oseretsky Test of Motor Proficiency. Examiners Manual*. Circle Pines, MN: American Guidance Service. • Eurofit (1992). Ευρωτεστ για την αξιολόγηση της φυσικής κατάστασης (επιμέλεια: Σάββας Τοκμακίδης). Αθήνα: Εκδόσεις Salto. • Jansma, P., & French, R. (1994). *Special physical education. Physical Activity, Sports and Recreation*. New York, NY: Prentice-Hall, Inc. • Eichstaedt, C., & Lavay, B. (1992). *Physical Activity for Individuals with Mental Retardation*. Champaign, IL: Human Kinetics. • Henderson, S. E., & Sugden, D. A. (1992). *Manual: Movement Assessment Battery for Children*. London: The Psychological Corporation Ltd. • Russell, D. J., Rosenbaum, P. L., Avery, L. M., & Lane, M. (2002). *Gross Motor Function Measure (GMFM-66 & GMFM-88) User's Manual*. High Holborn, London: Cambridge University Press. • Sherrill, C. (1998). *Adapted Physical Activity Recreation and Sport Crossdisciplinary and Life Span*. WCP : McGraw Hill. • Steadward, R. D., Wheeler, G. D., & Watkinson, J. E. (2003). *Adapted Physical Activity*. Edmonton, Alberta, Canada: The University of Alberta Press. • Stott, D. H., Moyes, F. A. & Henderson, M. A. (1984). *Test of Motor Impairment*. Slough. UK : National Foundation for Educational research. • Ulrich, D. A. (1985). *Test of Gross Motor Development*. Austin, TX : PRO-ED. • Winnick, P. J. (2000). *Adapted Physical Education and Sport* (3rd ed.). New York: Human Kinetics Publishers.

ΘΕ-425 Ανάπτυξη και Κινητική Εξέλιξη (2 δ. μ.)
Καθηγήτρια Δ. Κουτσούκη

Γενικοί στόχοι: Η κατανόηση βασικών εννοιών της Ανάπτυξης, της Κινητικής Εξέλιξης και του ρόλου των διαταραχών στην κινητική συμπεριφορά. **Αξιολόγηση:** Γραπτή εξέταση **Θεματικές Ενότητες:** • Ο ρόλος της κίνησης στην εξέλιξη του ανθρώπου • Μοντέλα και παράγοντες που επηρεάζουν την κινητική ανάπτυξη • Φυσική ανάπτυξη. Προγεννητικοί παράγοντες που την επηρεάζουν • Βρεφική ανάπτυξη. Αντανακλαστικά, Στοιχειώδεις κινήσεις • Θεμελιώδη Κινητικά Πρότυπα, Αθλητικές Δεξιότητες • Νευρολογικές Παράμετροι και Κινητικές Ικανότητες • Γνωστική εξέλιξη και Κινητική Μάθηση • Αντιληπτικο-κινητικές δεξιότητες. Διαταραχές της Κίνησης • Ανάπτυξη και Κινητική Εξέλιξη στην Παιδική Ηλικία • Ανάπτυξη και Κινητική Εξέλιξη στην Εφηβεία και την Ενηλικίωση • Ανάπτυξη και Κινητική Εξέλιξη στην Τρίτη Ηλικία • Σχεδιασμός Σχολικών Προγραμμάτων σύμφωνα με τα Αναπτυξιακά και Κινητικά Χαρακτηριστικά των παιδιών. **Ενδεικτική βιβλιογραφία:** • Atkinson L.R., Atkinson C.R., Smith E.E., Bem J.D. and Hoeksema S. (1996). *Introduction to PSYCHOLOGY* (12th ed.). Harcourt Brace College Publishers. • Gallahue, L. D., & Ozmun, J. (1998). *Understanding Motor Development. Infants, Children, Adolescents, Adults*. WCB. McGraw-Hill Companies, USA. • Haywood, M. K. (1986). *Life Span Motor Development*. Human Kinetics Publishers, INC. • Kalat, W. J. (1999). *Βιολογική Ψυχολογία* -1^{ος} Τόμος (5^η έκδοση). Εκδόσεις "Ελλην", Αθήνα. • Winnick, P. J. (2000). *Adapted Physical Education and Sport* (3rd ed.). New York: Human Kinetics Publishers. **Ελληνική βιβλιογραφία:** • Αγγελοπούλου-Σακαντάμη, Ν. (2004). *Ειδική Αγωγή. Αναπτυξιακές διαταραχές και χρόνιες μειονεξίες. Θεσ/νίκη: Εκδόσεις Πανεπιστημίου Μακεδονίας.* • Κουτσούκη Δήμητρα (1998). *Κινητικές Διαταραχές και Εξέλιξη. Θεωρία και Μεθοδολογία.* Αθήνα. • Κουτσούκη Δήμητρα (1997). *Ειδική Φυσική Αγωγή. Θεωρία και Πρακτική.* Αθήνα.

ΘΕ-427ΠΑ Προσαρμοσμένη Άσκηση για Όλους - Κινητική Αναψυχή (2 δ.μ.)

Λέκτορας Ε. Σκορδίλης

Γενικοί στόχοι: Η κατανόηση της έννοιας «κινητική αναψυχή» και η θεωρητική προσέγγιση της διαδικασίας σχεδιασμού και εκπόνησης προγραμμάτων κινητικής αναψυχής για τις ειδικές ομάδες πληθυσμού. **Αξιολόγηση:** Γραπτή εξέταση. **Θεματικές Ενότητες:** • Εισαγωγή στην κινητική αναψυχή. • Σχεδιασμός προγραμμάτων κινητικής αναψυχής. • Προσδιορισμός ειδικών πληθυσμιακών ομάδων- Σκοποί και στόχοι των προγραμμάτων προσαρμοσμένης κινητικής αναψυχής. • Προσαρμοσμένη κινητική αναψυχή για άτομα με νοητική καθυστέρηση. • Προσαρμοσμένη κινητική αναψυχή για άτομα με κινητικές διαταραχές. • Προσαρμοσμένη κινητική αναψυχή για άτομα με προβλήματα όρασης. • Προσαρμοσμένη κινητική αναψυχή για άτομα τρίτης ηλικίας. **Ενδεικτική βιβλιογραφία:** • Kasser, S. L. (1995). *Inclusive Games. Movement fun for everyone*. Champaign IL- Human Kinetics. • Miller, P. D. (1995). *Fitness programming & physical disability. A publication for disabled sports*. USA Champaign IL.: Human Kinetics. • Sherill, C. (1998). *Adapted Physical Activity, Recreation and Sport. Crossdisciplinary and Life Span*. WCP : McGraw Hill. **Ελληνική βιβλιογραφία:** • Αυθίνος, Γ. (1998). *Άσκηση-άθληση-κινητική αναψυχή. Οργανωτική διάσταση.* Αθήνα.

ΘΕ-428ΠΑ Αναπτυξιακές Διαταραχές (3 δ.μ.)

Λέκτορας Ε. Σκορδίλης

Γενικοί στόχοι: Η απόκτηση ολοκληρωμένης γνώσης των αναπτυξιακών διαταραχών και της εκπαιδευτικής αντιμετώπισης τους με έμφαση στον τομέα της κινητικής αγωγής. **Αξιολόγηση:** Γραπτή εξέταση, εκπόνηση εργασίας. **Θεματικές Ενότητες:** • Θεωρητικά μοντέλα γνωστικής

και κινητικής ανάπτυξης • Νοητική καθυστέρηση. • Μαθησιακές δυσκολίες - Σύνδρομο : διαταραχών προσοχής, υπερκινητικότητας, διαταραχών κινητικού συντονισμού. • Αυτισμός. • Διαταραχές του συναισθήματος και της συμπεριφοράς. • Για κάθε ενότητα αναπτύσσονται : α. Ορισμός, βασικές έννοιες β. Αιτιολογία γ. Χαρακτηριστικά δ. Διάγνωση, μέσα διάγνωσης, αξιολόγηση κινητικής συμπεριφοράς ε. Εκπαιδευτική αντιμετώπιση στ. Κινητική συμπεριφορά, ιδιαιτερότητες ζ. Φυσική αγωγή, διδακτική προσέγγιση.

Ενδεικτική βιβλιογραφία: • Eichstaedt, C., & Lavay, B. (1992). *Physical Activity for Individuals with Mental Retardation*. Champaign, IL: Human Kinetics. • Jacobson, J.W., & Mulick, J.A. (3rd ed. 2002) (Eds.). *Manual of diagnosis and professional practice in mental retardation*. Washington, DC: American Psychological Association. • Hodapp, R.M. (1998). *Development and disabilities*. USA: Cambridge University Press. • Sanberg, P.R., Ossenkopp, K.P. and Kavaliers, M. (1996). (Eds.) *Motor Activity and Movement Disorders. Research Issues and Applications*. Humana Press. • Sherill, C. (1998). *Adapted Physical Activity, Recreation and Sport. Crossdisciplinary and Life Span*. WCP : McGraw Hill. • Weeks, D.J., Chua, R., & Elliott, D. (Eds.) (2000). *Perceptual- Motor Behavior in Down Syndrome*. Champaign, IL: Human Kinetics. • Winnick, P. J. (2000). *Adapted Physical Education and Sport* (3rd ed.). New York: Human Kinetics Publishers. **Ελληνική Βιβλιογραφία:** • Αγγελτοπούλου-Σακαντάμη, Ν. (2004). *Ειδική Αγωγή. Αναπτυξιακές διαταραχές και χρόνιες μειονεξίες*. Θεσ/νίκη: Εκδόσεις Πανεπιστημίου Μακεδονίας. • Κουτσούκη, Δ. (1997). *Ειδική Φυσική Αγωγή. Θεωρία και Πρακτική*. Αθήνα : Εκδ. της ίδιας. • Κουτσούκη, Δ. (1998). *Κινητικές Διαταραχές και Εξέλιξη. Θεωρία και Μεθοδολογία*. Αθήνα : Εκδ. της ίδιας. • Σωτηριάδη, Κ. (1993). *Παιδιά με ειδικές εκπαιδευτικές ανάγκες*. Αθήνα: Εκδ. της ίδιας.

ΘΕ-429ΠΑ Πρακτική Εξάσκηση Ι (2 δ.μ.)

Ε.Ε.Δ.Ι.Π. Κ. Σωτηριάδη

Αποβλέπει στην απόκτηση διδακτικής εμπειρίας με έμφαση στο σχεδιασμό και στην εφαρμογή διδακτικών μεθόδων και διδακτικών προγραμμάτων (εξατομικευμένων) σε ειδικά σχολεία όπου φοιτούν παιδιά με αναπτυξιακές διαταραχές, όπως νοητική καθυστέρηση, μαθησιακές δυσκολίες, αυτισμό ή και διαταραχές του συναισθήματος και της συμπεριφοράς. Η αξιολόγηση γίνεται με βάση την εφαρμογή διδακτικών εξατομικευμένων προγραμμάτων.

ΘΕ-431ΠΑ Πρακτική Εξάσκηση ΙΙ (2 δ.μ.)

Καθηγήτρια Δ. Κουτσούκη, Λέκτορας Ε. Σκορδίλης, Ε.Ε.Δ.Ι.Π. Κ. Σωτηριάδη

Δίνεται έμφαση: στην εφαρμογή μέσων αξιολόγησης της κινητικότητας μαθητών / τριών, στο σχεδιασμό και στην εφαρμογή εξατομικευμένου προγράμματος σε ειδικά σχολεία, όπου φοιτούν παιδιά με κινητικές αναπηρίες και αισθητηριακές διαταραχές. Η αξιολόγηση γίνεται με βάση τη διδακτική επάρκεια στην εφαρμογή εξατομικευμένων προγραμμάτων.

ΘΕ-430ΠΑ Κινητικές Αναπηρίες - Αισθητηριακές Διαταραχές (3 δ.μ.)

Καθηγήτρια Δ. Κουτσούκη, Ε.Ε.Δ.Ι.Π. Κ. Σωτηριάδη

Γενικοί στόχοι: Η απόκτηση ολοκληρωμένης γνώσης των κινητικών αναπηριών και αισθητηριακών διαταραχών και της εκπαιδευτικής αντιμετώπισής τους με έμφαση στον τομέα της κινητικής αγωγής. **Αξιολόγηση:** Γραπτή εξέταση, εκπόνηση εργασίας. **Θεματικές Ενότητες:** • Εγκεφαλική παράλυση. • Κινητικές αναπηρίες (άλλης αιτιολογίας). • Τύφλωση. • Κώφωση, βαρκοϊα. • Για κάθε ενότητα αναπτύσσονται : α. Ορισμός - Βασικές έννοιες β. Αιτιολογία

γ. Χαρακτηριστικά δ. Διάγνωση, μέσα διάγνωσης, αξιολόγηση κινητικής συμπεριφοράς ε. Εκπαιδευτική αντιμετώπιση στ. Κινητική συμπεριφορά, ιδιαιτερότητες στη Φυσική Αγωγή, διδακτική προσέγγιση. **Ενδεικτική βιβλιογραφία:** • Mason, H. & McCall, S. (Eds.) (1997). *Visual Impairment. Access to Education for Children and Young People*. London: David Foulton Publishers Ltd. • Sherill, C. (1998). *Adapted Physical Activity, Recreation and Sport. Crossdisciplinary and Life Span*. WCP : McGraw Hill. • Winnick, P. J. (2000). *Adapted Physical Education and Sport* (3rd ed.). New York: Human Kinetics Publishers. • **Ελληνική Βιβλιογραφία:** • Αγγελοπούλου-Σακαντάμη, Ν. (2004). *Ειδική Αγωγή. Αναπτυξιακές διαταραχές και χρόνιες μειονεξίες*. Θεσ/νίκη: Εκδόσεις Πανεπιστημίου Μακεδονίας. • Κουτσούκη, Δ. (1997). *Ειδική Φυσική Αγωγή. Θεωρία και Πρακτική*. Αθήνα. • Κουτσούκη, Δ. (1998). *Κινητικές Διαταραχές και Εξέλιξη. Θεωρία και Μεθοδολογία*. Αθήνα. • Σωτηριάδη, Κ. (1993). *Παιδιά με ειδικές εκπαιδευτικές ανάγκες*. Αθήνα.

ΘΕ-432ΠΑ **Νευρομυϊκές Διευκολύνσεις** (2 δ.μ.)

Αναπληρωτής Καθηγητής Σ. Αθανασόπουλος

Γενικοί στόχοι: Εξετάζονται οι νευρογενείς μηχανισμοί με τους οποίους επηρεάζεται η ανθρώπινη κίνηση, είτε υπό μορφή αναχαίτισης σε υπερτονικούς μυς, είτε υπό μορφή ενίσχυσης σε υποτονικούς. Ιδιαίτερη έμφαση δίδεται στην κινητική απάντηση δια του ερεθισμού των ιδιοδεκτικών υποδοχέων της μυϊκής ατράκτου και των θυλακο-συνδεσμικών στοιχείων των αρθρώσεων. Αναπτύσσονται προγράμματα αποκατάστασης και πρακτικές εφαρμογές κινητικών προτύπων με στόχο τη μεγιστοποίηση της απόδοσης των αθλουμένων.

Αξιολόγηση: Εργαστήρια, εξετάσεις. **Θεματικές Ενότητες:** • Νευροφυσιολογική άποψη της κίνησης, αντανακλαστικά. • Κινητικά πρότυπα άνω άκρων. • Κινητικά πρότυπα κάτω άκρων. • Κινητικά πρότυπα κεφαλής-αυχένα. • Κινητικά πρότυπα κορμού με χρησιμοποίηση των κάτω άκρων. • Τεχνικές ισχυροποίησης μυών. • Τεχνικές χαλάρωσης μυών. • Ρυθμική σταθεροποίηση τμημάτων σώματος. • Βελτίωση ισορροπίας. • Βελτίωση βάρδισης. • Αυτοεξυπηρέτηση. • Προγράμματα λειτουργικής αποκατάστασης - πρακτικές εφαρμογές. **Ενδεικτική βιβλιογραφία:** • Adler, S., Beckers, D. & Bluck, M. (2000). *PNF in Practice : An Illustrated Guide*. NY : Springer. • Mc Atee, R. (1993). *Facilitated Stretching : PNF Stretching Made Easy*. NY : Churchill Livingstone. • Voss, D., Ionta, M., & Meyers, B. (1985). *Proprioceptive neuromuscular facilitation : patterns and techniques*. Philadelphia : Harper & Row.

ΘΕ-433ΠΑ **Λειτουργική Αποκατάσταση Κινητικών Αναπηριών** (2 δ.μ.)

Λέκτορας Γ. Τσίγκανος

Γενικοί στόχοι: Εξετάζονται οι λειτουργικές ιδιαιτερότητες που παρουσιάζονται στα κινητικά ανάπηρα άτομα. Οι κινητικές αναπηρίες αξιολογούνται και κατατάσσονται ανάλογα με το αίτιο που τις προκάλεσε, καθώς και με την περιοχή, το μέγεθος και το είδος της βλάβης. Η λειτουργική αποκατάσταση εστιάζεται κυρίως στο ρόλο της κίνησης στην αποκατάσταση προβλημάτων του κεντρικού νευρικού συστήματος, στην αξιολόγηση της κινητικότητας, της μυϊκής λειτουργικής ικανότητας και στη δυνατότητα συμμετοχής σε αθλητικές δραστηριότητες των παραπληγικών που χρησιμοποιούν τροχοκαρέκλα. **Αξιολόγηση:** Πρακτική εξάσκηση, εξετάσεις. **Θεματικές Ενότητες:** • Νευρο-φυσιολογία και κινητικές λειτουργίες. • Ο ρόλος της κίνησης στην αποκατάσταση προβλημάτων του Κ.Ν.Σ. • Αξιολόγηση κινητικότητας και όργανα μέτρησης αθλητών με κινητικές αναπηρίες. • Αξιολόγηση κοινωνικών προβλημάτων αθλητών με βλάβες Κ.Ν.Σ. • Κινητική αποκατάσταση τραυματικών βλαβών του νωτιαίου

μυελού. • Κινητική αποκατάσταση τραυματικών βλαβών του εγκεφάλου. • Κινητική αποκατάσταση γενετικών βλαβών Κ.Ν.Σ. • Αθλητικές δραστηριότητες παραπληγικών αθλητών που χρησιμοποιούν τροχοκαρέκλα. • Ρίψεις : ακόντιο, δίσκος, σφαίρα. • Δρόμοι, αθλοπαιδιές, κολύμβηση. • Προγράμματα παρέμβασης • Ο ρόλος της ομάδας αποκατάστασης. **Ενδεικτική βιβλιογραφία:** • Stokes, M. (1998). *Neurological Physiotherapy*. London : Mosby. • Cohen, H. (1999). *Neuroscience for Rehabilitation*. Philadelphia : Williams & Wilkins. • Whalley, H. (1995). *Spinal cord injury rehabilitation*. London : Chapman & Hall.

4.4 ΕΙΔΙΚΕΥΣΗ «ΑΘΛΗΤΙΚΗ ΔΙΟΙΚΗΣΗ»

Συντονιστής *Επίκουρος Καθηγητής* Γιάννης Αυθίνος

Τα μαθήματα της Ειδίκευσης εστιάζονται σε βασικά θέματα που καλύπτουν σφαιρικά την αθλητική διοίκηση, δίνοντας τη δυνατότητα στους αποφοίτους να αποκτήσουν εργασιακή σχέση στον χώρο του αθλητισμού με νέα σύγχρονα επαγγέλματα. Συγκεκριμένα διδάσκονται γνωστικά αντικείμενα από το χώρο της διοίκησης αθλητισμού, της φυσικής αγωγής και της αναψυχής, τα οποία καθιστούν ικανούς τους αποφοίτους στο χειρισμό θεμάτων μάντζιμεντ, μάρκετινγκ, διοίκησης ανθρώπινων πόρων, αθλητικών σχέσεων, νομικών αθλητικών θεμάτων, αγώνων, εγκαταστάσεων, και ειδικών επιστημονικών παραμέτρων της διοικητικής αθλητικής επιστήμης. Τα πιο πάνω, συνδυάζονται με την εκπόνηση πτυχιακής εργασίας και εποπτευόμενης πρακτικής των φοιτητών σε φορείς επιλογής τους.

Το πεδίο αυτό περιλαμβάνει θέσεις εργασίας σε ολόκληρο το φάσμα της διοικητικής αθλητικής επιστήμης, σε φορείς, όπως η Εθνική Ολυμπιακή Επιτροπή, η Γενική Γραμματεία Αθλητισμού, Δημοτικοί Αθλητικοί Οργανισμοί, Αθλητικοί Σύλλογοι, Ομοσπονδίες, Εθνικά Αθλητικά Κέντρα, Δημοτικά Στάδια, Ιδιωτικά γυμναστήρια, κ.ά.

Οι ρόλοι των αποφοίτων της Ειδίκευσης "Αθλητική Διοίκηση" στους πιο πάνω φορείς αναλαμβάνονται, σε κάθε διοικητικό επίπεδο, από απλή στελέχωση έως και γενική διεύθυνση. Ενδεικτικοί τίτλοι θέσεων εργασίας είναι : Διευθυντής δημοτικών προγραμμάτων άθλησης, υπεύθυνος χορηγιών, στέλεχος μάρκετινγκ, στέλεχος τμήματος πωλήσεων εταιρίας αθλητικού μάρκετινγκ, κ.ά.

Τα θέματα τα οποία θα χειρίζονται οι απόφοιτοι της Ειδίκευσης "Αθλητική Διοίκηση" είναι : δόμησης αθλητικών οργανισμών, στελέχωσης / διεύθυνσης αθλητικών οργανισμών και προγραμμάτων, δημιουργία πλάνων αθλητικού μάρκετινγκ για ολόκληρο το φάσμα του αθλητισμού (ΠΑΕ, ΚΑΕ, συλλόγων, ενώσεων, ομοσπονδιών), δημιουργία και επιμέλεια χορηγικών προγραμμάτων κ.α.

ΘΕ-435ΑΔ Διοικητική Επιστήμη - Γενικές Αρχές (2 δ.μ.)

Επίκουρος Καθηγητής Ι. Αυθίνος, *Ε.Ε.ΔΙ.Π. Α.* Σωτηριάδης

Γενικοί στόχοι: Κατανόηση βασικών αρχών της διοικητικής επιστήμης, με πρακτική εφαρμογή σε ολόκληρο το φάσμα της φυσικής αγωγής, του αθλητισμού και της αναψυχής. **Αξιολόγηση:** Εξετάσεις. **Θεματικές Ενότητες:** • Τι είναι το μάντζιμεντ. • Μάντζιμεντ : κοινωνική ευθύνη. • Λήψη αποφάσεων. • Η λειτουργία του προγραμματισμού. • Διοίκηση με στόχους. • Οργάνωση και δομές. • Διοίκηση ανθρώπινων πόρων. • Ηγεσία : Θεωρία και πράξη. • Ομάδες εργασίας, επικοινωνία. • Αντιμετώπιση της αλλαγής στην οργάνωση, συγκρούσεις.

• Διευθυντικές δεξιότητες. • Συστήματα πληροφοριών διεύθυνσης. **Ενδεικτική βιβλιογραφία:** • Montana, P., Charnov, B. (1998). Μάνατζμεντ. Αθήνα : Κλειδάριθμος. • Slack, T. (1997). Understanding sport organizations. Champaign, IL. : Human Kinetics. • Mull, R., Bayless, K., Ross C., & Jamieson, L. (1997). Recreational sport management, (3rd Ed.). Champaign, IL. : Human Kinetics.

ΘΕ-436ΑΔ Αθλητική Αγοραγνωσία (2 δ.μ.)

Επίκουρος Καθηγητής Ι. Αυθίνος, Λέκτορας Ι. Δουβής, Ε.Ε.ΔΙ.Π. Α. Σωτηριάδης

Γενικοί στόχοι: Εκμάθηση βασικών αρχών και διαδικασιών εφαρμογής του μάρκετινγκ σε ολόκληρο το φάσμα της φυσικής αγωγής, του αθλητισμού και της αναψυχής. **Αξιολόγηση:** Εκπόνηση εργασίας, εξετάσεις. **Θεματικές Ενότητες:** • Η διαδικασία του αθλητικού μάρκετινγκ : Βασικές έννοιες. • Η διεργασία της διεύθυνσης του αθλητικού μάρκετινγκ. • Το περιβάλλον του αθλητικού μάρκετινγκ. • Τα συστήματα αθλητικού μάρκετινγκ. • Συστήματα πληροφοριών μάρκετινγκ και έρευνα αθλητικής αγοράς. • Συμπεριφορά καταναλωτών αθλητισμού. • Η αθλητική αγορά. • Διεύθυνση αθλητικών προϊόντων. • Διεύθυνση αθλητικών υπηρεσιών. • Διανομή του αθλητικού προϊόντος και υπηρεσιών. • Τιμολόγηση των αθλητικών προϊόντων και υπηρεσιών. • Προώθηση και πώληση των αθλητικών προϊόντων και υπηρεσιών. **Ενδεικτική βιβλιογραφία:** • Sandhusen, R. (1993). Μάρκετινγκ. Αθήνα : Κλειδάριθμος. • Pits, B., Stotlar, D. (1996). Fundamentals of sport marketing. Morgantown, WV : Fitness Information Technology. • Mullin, R., Hardy, S. & Sutton, W. (1993). Sport marketing. Champaign, IL. : Human Kinetics.

ΘΕ-437ΑΔ Αθλητικές Εργασιακές Σχέσεις (2 δ.μ.)

Αναπληρωτής Καθηγητής Δ. Παναγιωτόπουλος

Γενικοί στόχοι: Η μύηση των φοιτητών στο αντικείμενο της μορφή και της φύσης των σχέσεων που αναπτύσσονται στην αθλητική δραστηριότητα κατά την προσφορά και την παροχή αθλητικών και προπονητικών υπηρεσιών. Επίσης η γνώση της εξασφάλισης των δικαιωμάτων των συμβαλλομένων στην αθλητική δραστηριότητα στο δημόσιο και ιδιωτικό τομέα. **Αξιολόγηση:** Εξετάσεις με άσκηση & θεωρία, εκπόνηση μελέτης. **Θεματικές ενότητες:** • Εισαγωγή στις εργασιακές σχέσεις. • Σύμβαση εργασίας, Δημόσιος και ιδιωτικός τομέας. • Κατ' επάγγελμα αθλητική δραστηριότητα. • Αθλητικές υπηρεσίες και Κοινωνικό δίκαιο. • Ιδιωτικός Τομέας αθλητικής δραστηριότητας • Εργασιακές σχέσεις αθλητών και προπονητών. • Προσφορά και Παροχή αθλητικών υπηρεσιών. • Σχέσεις επαγγελματικών αθλητικών φορέων και αθλητών. • Παροχές στους αθλητές, κοινωνική ασφάλιση. • Συμβάσεις αθλητών & φύση της σύμβασης εργασίας. • Παροχή προπονητικών υπηρεσιών. • Παροχή εργασιών σωματικής άσκησης σε ιδιωτικά γυμναστήρια. • Παροχή υπηρεσιών φυσικής Αγωγής. • Ένδικη προστασία **Ενδεικτική βιβλιογραφία:** • Χάρης Ταγαράς (2002). Η ελεύθερη κυκλοφορία εμπορευμάτων, προσώπων, υπηρεσιών, κεφαλαίων στην Ευρωπαϊκή Ένωση. Αντ. Ν. Σάκουλας: Αθήνα -Κομοτηνή. • Gaiger A, Gardiner S. (2001 eds.) *Professional Sport in the EUQ Regulation and Re - regulation*, T.M.C.Asser Press: Hague. • Δ. Π. Παναγιωτόπουλος (επιμ.1999). *Το Αθλητικό Δίκαιο στον 21ο Αιώνα: Αθλητική Δραστηριότητα Κατ' Επάγγελμα*. ΕΚΕΑΔ 1999. Πρακτικά 1^{ου} Πανελληνίου Συνεδρίου Αθλητικού Δικαίου, Παραδόσεις, ΙΩΝ: Αθήνα. • Δ. Π. Παναγιωτόπουλος (2000). *Εργασιακές Σχέσεις στον Αθλητισμό*. Παν/μιακές Παραδόσεις, Αθήνα: Έλλην. • M. Greenberg (1992). *Sport Law Practice*, Vol. I & II. Wisconsin, U.S.A.: National Sports Law Institute.

ΘΕ-438ΑΔ Οργάνωση και Διοίκηση Εγκαταστάσεων (2 δ.μ.)

Επίκουρος Καθηγητής Ι. Αυθίνος, *Λέκτορας* Ι. Δουβής, *Ε.Ε.ΔΙ.Π.* Α. Σωτηριάδης

Γενικοί στόχοι: Εκμάθηση βασικών στοιχείων σχεδιασμού, οργάνωσης, λειτουργίας και αξιολόγησης των εγκαταστάσεων που καλύπτουν όλο το φάσμα της φυσικής αγωγής, του αθλητισμού και της αναψυχής. **Αξιολόγηση:** Εκπόνηση εργασίας, εξετάσεις. **Θεματικές Ενότητες:** • Αναδρομή στις αθλητικές εγκαταστάσεις. • Εγκαταστάσεις άσκησης, άθλησης και κινητικής αναψυχής σε αστικό και περιαστικό περιβάλλον. • Παιδικές χαρές. • Παιχνιδότοποι : χώροι αθλοπαιδιών, αθλητικά κέντρα άσκησης και κινητικής αναψυχής. • Πάρκα & πλατείες. • Εξειδικευμένες εγκαταστάσεις άσκησης, άθλησης, κινητικής αναψυχής. • Εγκαταστάσεις άσκησης, άθλησης και κινητικής αναψυχής σε υπαίθριο περιβάλλον. • Διαδικασία δημιουργίας εγκαταστάσεων άσκησης, άθλησης, κινητικής αναψυχής. • Οργάνωση εγκαταστάσεων. • Διεύθυνση εγκαταστάσεων. • Αξιολόγηση εγκαταστάσεων. • Μελλοντικές τάσεις σχεδιασμού και λειτουργίας των αθλητικών εγκαταστάσεων. **Ενδεικτική βιβλιογραφία:** • Farmer, P., Mulrooney, A. & Ammon, R. (1996). Sport facility planning and management. Morgantown, WV : Fitness Information Technology. • Patton, R., Grantham, W., Gerson, R. & Gettman, L. (1989). Developing and managing health / fitness facilities. Champaign, IL. : Human Kinetics Books.

ΘΕ-439ΑΔ Αθλητική Οικονομία (2 δ.μ.)

Αναπληρωτής Καθηγητής Δ. Παναγιωτόπουλος

Γενικοί στόχοι: Συστηματική προσέγγιση της οικονομικής πλευράς της αθλητικής δραστηριότητας και αναλυτική εξοικείωση με τις οικονομικές παραμέτρους της ανάπτυξης της αθλητικής δράσης. **Αξιολόγηση:** Εξετάσεις με άσκηση και θεωρία, εκπόνηση μελέτης **Θεματικές Ενότητες:** • Εισαγωγή στην οικονομική θεωρία. • Οικονομία και αθλητική δραστηριότητα. • Αθλητικές εμπορικές εταιρείες. • Μακροοικονομικά και μικροοικονομικά μεγέθη. • Θεωρία αξίας και χρήματος. • Πολιτική οικονομία και αθλητική δράση. • Εισαγωγή στην οικονομική διαχείριση (αθλητικών) οργανισμών. • Προϋπολογισμός & εναλλακτικές πηγές χρηματοδότησης οργανισμών. • Διαδικασία πραγματοποίησης μειοδοτικών & πλειοδοτικών διαγωνισμών. • Εισαγωγή στη χρήση λογισμικών προγραμμάτων οικονομικής διαχείρισης. **Ενδεικτική βιβλιογραφία:** • Παπανίκος, Α. (1994). Management και Marketing στον Αθλητισμό., Αθήνα. Τελέθριον. • Houvardas, A. (1997). Homo Economicus Athleticus. International Sports law Review Pandektis (ISLR/Pandektis), Vol II, 1: 2. • Adreff, W. (1989). Economie Politique du Sports. Dalloz: Centre de Droit et d'economie du sport. Paris.

ΘΕ-441ΑΔ Διεθνείς Αθλητικοί Οργανισμοί & Δίκαιο Ο.Α. (2 δ.μ.)

Αναπληρωτής Καθηγητής Δ. Παναγιωτόπουλος

Γενικοί στόχοι: Δικαιϊκή προσέγγιση-ανάλυση των θεσμικών πτυχών των Ολυμπιακών Αγώνων στην αρχαία και στη σύγχρονη εποχή, των προβλημάτων που ανακύπτουν και των νομικών πλευρών δομής και λειτουργίας τους. Η γνώση της λειτουργίας του αθλητισμού και των φορέων του διεθνώς (αθλητικοί οργανισμοί : σύσταση, φύση & δομή). Η σχέση των φορέων αυτών με τη διεθνώς οργανωμένη κοινωνία και η λειτουργία τους στο αθλητικό γίνεσθαι και οι διεθνείς αθλητικές σχέσεις που αναπτύσσονται, όπως και η γνώση των πολυμερών συμβάσεων στον αθλητισμό, των πράξεων των διεθνών οργανισμών και τα ανθρώπινα δικαιώματα. **Αξιολόγηση:** Εξετάσεις με άσκηση και θεωρία, εκπόνηση μελέτης. **Θεματικές Ενότητες:** • Ελληνική Αγωνιστική Θεσμική Παράδοση • Πόλις και Αθλητικός Αγώ-

νας • Γενεαλογία των Ολυμπίων Αγώνων • Συνθήκες και Διελληνικές Σχέσεις • Πόλις – κράτος και τα Ολύμπια • Παράλληλοι θεσμοί με τα ολύμπια και τους Αγώνες • Δίκαιο Διεθνούς Αθλητικής Δραστηριότητας • Διεθνείς αθλητικοί και ολυμπιακοί θεσμοί • Δίκαιο και διεθνής οργάνωση • Lex Sportiva και παραδοσιακές έννομες τάξεις • Lex Sportiva και αθλητική δικαιοδοσία • Ολυμπιακοί θεσμοί • Διεθνής Ολυμπιακή Επιτροπή (Δ.Ο.Ε.) • Διεθνείς Αθλητικοί θεσμοί • Διεθνής Αθλητική Ομοσπονδία (Δ.Ο.) • Ειδικά θέματα διεθνών ομοσπονδιών • Πολυμερείς Συμβάσεις για τον Αθλητισμό • Πράξεις διεθνών Οργανισμών για τον αθλητισμό • Διεθνείς Αθλητικές και Ολυμπιακές Σχέσεις • Αθλητισμός και Ανθρώπινα Δικαιώματα. **Ενδεικτική βιβλιογραφία:** • DIMITRIOS. P. PANAGIOTOPOULOS (2005). *Sports Law: Implementation And the Olympic Games* (10th IASL Congrss2005). Ant. N. Sakkoulas: Athens. • ΔΗΜΗΤΡΙΟΣ Π. ΠΑΝΑΓΙΩΤΟΠΟΥΛΟΣ (2005). *Διεθνείς Αθλητικοί και Ολυμπιακοί Θεσμοί*. Εκδ. Έννοια: Αθήνα. • Ν. ΚΛΑΜΑΡΗΣ Α. ΜΠΡΕΔΗΜΑΣ .Α. ΜΑΛΑΤΟΣ (2005). *Ολυμπιακοί Αγώνες και Δίκαιο*. Πρακτικά Διεθνούς Συνεδρίου (Αθήνα 21-23 Μαΐου 2003). Αν.Ν. Σάκκουλας: Αθήνα. • JAMES A.R NAFZIGER (2004). *International Sports Law*. Transnational Publishers: N. York. • DIMITRIOS. P. PANAGIOTOPOULOS (2004 Ed). *Sports Law [Lex Sportiva] in the World*. Ant. N. Sakkoulas: Athens • ΔΗΜΗΤΡΙΟΣ Π. ΠΑΝΑΓΙΩΤΟΠΟΥΛΟΣ (2001). *Αθλητικές Σχέσεις* Ελληνική και διεθνής Αγωνιστική. Αντ. Ν. Σάκκουλας: Αθήνα. • ΓΙΑΝΝΑΚΟΥΡΟΥ Γ, ΤΡΟΒΑ Ε.(2001). *Ολυμπιακοί Αγώνες και Δίκαιο*. Αντ. Σάκκουλας: Αθήνα. • ΔΗΜΗΤΡΙΟΣ Π.. ΠΑΝΑΓΙΩΤΟΠΟΥΛΟΣ (1994). *Δίκαιο Διεθνών Αθλητικών Σχέσεων και θεσμών*. Αντ. Ν. Σάκκουλας: Αθήνα. • ΔΗΜΗΤΡΙΟΣ Π. ΠΑΝΑΓΙΩΤΟΠΟΥΛΟΣ (1993). *Ο θεσμός των Ολυμπιακών Αγώνων - Διεπιστημονική προσέγγιση*. Πρακτικά Διεθνούς Συνεδρίου Ελληνικού Κέντρου Έρευνας Αθλητικού Δικαίου (ΕΚΕΑΔ). Ολυμπία, 3-7 Σεπτεμβρίου 1991. Αθήνα : Τελέθριον. • ΔΗΜΗΤΡΙΟΣ Π. ΠΑΝΑΓΙΩΤΟΠΟΥΛΟΣ (1991). *Δίκαιο των Ολυμπιακών Αγώνων, θεσμικό πλαίσιο στην αρχαία και σύγχρονη εποχή*, αντ. Ν. Σάκκουλας: Αθήνα-Κομοτηνή. • PIER COLLOMB (1988). *Sport Droit et Relations Internationales*. Economica, Paris. • M. DRUON (1980). *The Olympic Games and the Outlook for their Future*. In Parliamentary Assembly, Doc. 4585, Strasbourg.

ΘΕ-442ΑΔ Οργάνωση Αθλητικών Αγώνων (2 δ.μ.)

Επίκουρος Καθηγητής Ι. Αυθινός, *Ε.Ε.ΔΙ.Π.* Α. Σωτηριάδης

Γενικοί στόχοι: Γνώση βασικών παραμέτρων διοργάνωσης αθλητικών αγώνων και ανάπτυξη ικανότητας εφαρμογής τους. **Αξιολόγηση:** Συμμετοχή σε διοργάνωση αθλητικού γεγονότος, εξετάσεις. **Θεματικές Ενότητες:** • Αναδρομή στους αθλητικούς συναγωνισμούς. • Είδη συναγωνισμών. Διάρκεια διεξαγωγής αθλητικών αγώνων. • Διερεύνηση εφικτότητας, ανάπτυξη συνεργασιών υποστήριξης αγώνων. • Οργανωτικά σχήματα και εκτροπές. • Τομείς οργάνωσης I & II. • Προσωπικό οργάνωσης αθλητικών αγώνων. • Διεξαγωγή αθλητικών αγώνων. • Αξιολόγηση αθλητικών αγώνων. • Προετοιμασία διεξαγωγής αθλητικού αγώνα (εργαστήριο). • Διεξαγωγή αθλητικού αγώνα (εργαστήριο). • Ανάλυση οργανωτικών θεμάτων & προβλημάτων διεξαγωγής αθλητικών αγώνων. **Ενδεικτική βιβλιογραφία:** • Graham S., Goldblatt J. & Delpy L. (1995). *The ultimate guide to special events management & marketing*. New York : McGraw-Hill. • Byl, J. (1999). *Organising successful tournaments* (2nd ed.). Champaign, IL. : Human Kinetics.

ΘΕ-445ΑΔ Στατιστική Αθλητικών Αγώνων (2 δ.μ.)

Καθηγητής Γ. Βαγενάς

Γενική στόχοι: Κλασικές & εναλλακτικές μέθοδοι ανάλυσης αθλητικών δεδομένων. Χωρο-χρονικές μεταβλητές. Αναλύσεις αποτελεσμάτων αγώνων. Συλλογή, επεξεργασία, ερμηνεία & παρουσίαση δεδομένων αθλητών, φιλάθλων, διαιτητών, οργάνωσης πρωταθλημάτων, Ολυμπιακών επιδόσεων, ντόπινγκ, αντιαθλητικής συμπεριφοράς. **Αξιολόγηση:** Συμμετοχή & Κινητικότητα στις Διαλέξεις, Εκπόνηση Εργασίας, Μετρήσεις, Έρευνα, Εξέταση. **Θεματικές Ενότητες:** • Απλή Συσχέτιση (Pearson). • Σύγκριση 2 Μέσων (έλεγχος t: ανεξ. & εξαρ. δείγματα). • Γραμμική Παλινδρόμηση • Εφαρμογές χ^2 • Απαραμετρικές Συσχετίσεις (r_s , C, Φ , r_{pb}) • Ανάλυση Αγώνων Ποδοσφαίρου. • Στατιστικά Αγώνων Μπάσκετ. • Επιδόσεις Κλασικού Αθλητισμού. • Στατιστικά Ντόπινγκ & Ελέγχων. • Στατιστικά Διαιτησίας Αγώνων. • Στατιστικά Θεατών - Φιλάθλων. • Στατιστικά Ολυμπιακών Αγώνων. • Στατιστικά Αθλ. Συμπεριφοράς. **Ενδεικτική βιβλιογραφία:** • Bennett, J. (1998). Statistics in Sport (Arnold Appl. of Stats Series). Oxford University Press. • Vincent, W. J. (1995). Statistics in Kinesiology. Champaign, IL. : Human Kinetics. • Verducci, F. M. (1980). Measurement Concepts in Physical Education. London : C.V. Mosby. • Βαγενάς, Γ. (2002). Στατιστικές Εφαρμογές στην Αθλητική Επιστήμη. Έκδοση 4^η, Αθήνα.

ΘΕ-446ΑΔ Οργάνωση Προγραμμάτων Κινητικής Αναψυχής (2 δ.μ.)

Επίκουρος Καθηγητής Ι. Αυθίνος, Λέκτορας Ι. Δουβής, Ε.Ε.ΔΙ.Π. Α. Σωτηριάδης

Γενικοί στόχοι: Βασικές γνώσεις οργάνωσης, υλοποίησης και αξιολόγησης προγραμμάτων άσκησης για όλους σε συγκεκριμένους χώρους εφαρμογής τους. **Αξιολόγηση:** Εκπόνηση εργασίας, εξετάσεις. **Θεματικές Ενότητες:** • Σχόλη & αναψυχή, Φυσική Αγωγή & Αθλητισμός, άσκηση για όλους (ΑγΟ). • Η ΑγΟ σε άλλες χώρες - διεθνείς οργανισμοί. • Η ΑγΟ στη σύγχρονη Ελλάδα : διαχρονική αναδρομή και λειτουργική δομή. • Οργάνωση & διεύθυνση γυμναστηρίων άσκησης. • Διαδικασία δημιουργίας προγραμμάτων ΑγΟ. • Οργάνωση Προγραμμάτων στην τοπική αυτοδιοίκηση, σε χώρους τουρισμού, διακοπών, εργασίας, στην ύπαιθρο, στα σώματα ασφαλείας και σε άτομα με προβλήματα συμπεριφοράς και εξαρτήσεων. • Στέλεχος ΑγΟ & κινητικής αναψυχής. **Ενδεικτική βιβλιογραφία:** • Αυθίνος, Ι. (1998). Άσκηση - Άθληση - Κινητική Αναψυχή : Οργανωτική διάσταση. Αθήνα. • Carpenter, G. & Howe, C. (1985). Programming leisure experiences : A cyclical approach. Englewood Cliffs, New Jersey : Prentice-Hall • Standeven, J., De Knop, D., & De Knop, P. (1999). Sport tourism. Champaign IL : Human Kinetics.

ΘΕ-447ΑΔ Πρακτική Εξάσκηση (2 δ.μ.)

Επίκουρος Καθηγητής Ι. Αυθίνος, Ε.Ε.ΔΙ.Π. Α. Σωτηριάδης

Γενικοί στόχοι: Εξοικείωση και εφαρμογή των θεωρητικών παραμέτρων της αθλητικής διοίκησης στους χώρους υλοποίησής της. **Αξιολόγηση:** Εκπόνηση εργασίας, εργασιακή αξιολόγηση. **Πρακτική εξάσκηση :** • Οι φοιτητές επιλέγουν από σχετικό κατάλογο συγκεκριμένη θέση πρακτικής εξάσκησης σε ιδιωτικό ή δημόσιο φορέα. • Πριν την έναρξη ενημερώνονται για τις απαιτήσεις των καθηκόντων και τις παραμέτρους εργασίας (τόπος, ημέρες, ώρες, κ.λπ.). • Η πρακτική γίνεται υπό την εποπτεία / αξιολόγηση πτυχιούχου με συναφή ειδικότητα και αναγνωρισμένη εμπειρία στο συγκεκριμένο αντικείμενο, το οποίο θα τυγχάνει της έγκρισης του υπεύθυνου για την πρακτική της συγκεκριμένης ειδίκευσης. • Στο τέλος της πρακτικής, οι φοιτητές υποχρεούνται να καταθέσουν στον υπεύθυνο της πρακτικής την έκ-

θεση με τις εργασιακές εμπειρίες συνοδευόμενη από σχετικό έντυπο υλικό και την αξιολόγησή τους από τον υπεύθυνο πρακτικής του φορέα, όπου θα φαίνεται αν ο φοιτητής επέδειξε ικανοποιητική εξάσκηση των καθηκόντων του. **Ενδεικτική βιβλιογραφία:** • Cuneen, J., Sidwell, M. (1994). Sport management field experiences. Morgantown, WV. : Fitness Information Technology. • Chelladurai, P. (1999). Human resource management in sport and recreation. Champaign IL. : Human Kinetics. • Kestner, J. (1996). Program evaluation for sport directors. Champaign IL. : Human Kinetics.

4.5 ΕΙΔΙΚΕΥΣΗ «ΟΛΥΜΠΙΑΚΕΣ ΣΠΟΥΔΕΣ»

Συντονιστής Καθηγητής Γεώργιος Φαράντος

Η Ειδικευση Ολυμπιακών Σπουδών εντάσσεται στα πλαίσια της γενικότερης αναμόρφωσης του Προγράμματος Σπουδών με στόχο την προσαρμογή του στις σύγχρονες συνθήκες και στις απαιτήσεις της κοινωνίας.

Τα γνωστικά αντικείμενα της Ειδικευσης περιλαμβάνουν ένα ευρύ φάσμα των πτυχών της ιστορίας, της οργάνωσης, της λειτουργίας και του πνευματικού περιεχομένου των Ολυμπιακών Αγώνων.

Με την παροχή εξειδικευμένων γνώσεων δίδεται η δυνατότητα στους φοιτητές να αποκτήσουν μια ολοκληρωμένη κατάρτιση και εκπαίδευση σε ένα τομέα που για πρώτη φορά αναπτύσσεται στην χώρα μας σε πανεπιστημιακό επίπεδο.

Με αυτή την καινοτομία το Τμήμα μας διευρύνει τους εκπαιδευτικούς του ορίζοντες παρέχοντας στην κοινωνία στελέχη που στο μέλλον θα κληθούν να καλύψουν τις ολοένα διευρυνόμενες εκπαιδευτικές ανάγκες στα θέματα της Ολυμπιακής Εκπαίδευσης, της Οργάνωσης των Ολυμπιακών Αγώνων και της προβολής του υψηλού ιδεολογικού τους περιεχομένου.

ΘΕ-4900Σ Αρχαίοι Ολυμπιακοί Αγώνες & Ιστορία της Αθλητικής Τέχνης (4 δ.μ.)

Καθηγητής Γ. Φαράντος, Ε.Ε.ΔΙ.Π. Σ. Γιαννάκη

Γενικοί στόχοι: Εκμάθηση της ιστορίας των Αρχαίων Ολυμπιακών Αγώνων, των αρχαίων ολυμπιακών αθλημάτων και των μεθόδων προπόνησης και συνολικής προετοιμασίας των αθλητών για την συμμετοχή τους σ' αυτούς. Εκμάθηση της Ιστορίας της Αθλητικής Τέχνης από την αρχαιότητα έως τις μέρες μας, με έμφαση στην επίδραση του Ολυμπιακού Πνεύματος και των Ολυμπιακών Αγώνων στη διαμόρφωση του περιεχομένου της. **Αξιολόγηση:** Εκπόνηση φροντιστηριακών εργασιών, εξετάσεις. **Θεματικές Ενότητες:** • Αιτίες αγώνων κατά την αρχαιότητα. • Ιστορική αφετηρία Ολυμπιακών Αγώνων. • Αρχαία Ολυμπιακά Αγώνισματα. • Αθλητικοί Δρόμοι. • Πάλη. • Πυγμή. • Παγκράτιο. • Άλμα. • Δισκοβολία. • Ακοντισμός. • Μέθοδοι και συστήματα προπόνησης. • Βοηθητικά μέσα στην άσκηση - προπόνηση, (θετικές - αρνητικές επιδράσεις). • Σχέση αγωνιστικής και αρχαίας θρησκείας. • Εισαγωγή στην Ιστορία της τέχνης. • Μινωική - Αιγαιακή τέχνη, Γεωμετρικοί χρόνοι • Αρχαϊκή τέχνη, Κούροι. • Κλασικοί χρόνοι. • Ελληνιστικοί χρόνοι. • Ρωμαϊοκρατία. • Βυζαντινή τέχνη. • Αναγεννησιακή τέχνη. • Διαγωνισμοί τεχνών στην Ολυμπία και στις σύγχρονες Ολυμπιάδες. • Καλλιτεχνική δημιουργία και αθλητισμός (19^{ος} - 20^{ος} αιώνας). • Η αθλητική τέχνη υπό το πρίσμα της σύγχρονης τεχνολογίας. • Το μέλλον της αθλητικής τέχνης. **Ενδεικτική βιβλιογραφία:** • Γιαννάκης, Θ. (1999). Ιστορία Φυσικής Αγωγής. Αθήνα. • Μουρατίδης, Ι.. (1995). Ιστορία Φυσικής Αγωγής. Θεσ/νίκη : Εκδόσεις Χριστοδουλίδη. • Γιαννάκης, Θ. & Σακελλά-

ρης, Ι. (1998). Αρχαία Ολυμπιακά Αγώνισματα. Αθήνα. • Τσουντα, Χ. (1995). Ιστορία της Αρχαίας Τέχνης. Αθήνα. • Boardman, J. (1989). Ιστορία της Ελληνικής Γλυπτικής. Αθήνα : Εκδόσεις Καρδαμίτση • Richter, G. (1988). Αρχαία Ελληνική Τέχνη, Αθήνα : Εκδόσεις Καρδαμίτση

ΘΕ-4910Σ Ιστορία Σύγχρονων Ολυμπιακών Αγώνων (2 δ.μ.)

Καθηγητής Γ. Φαράντος, Ε.Ε.ΔΙ.Π. Σ. Γιαννάκη

Γενικοί στόχοι: Εκμάθηση της Ιστορίας των Σύγχρονων Ολυμπιακών Αγώνων, από τις πρώτες προσπάθειες αναβίωσής τους μέχρι και τη διοργάνωση των Ολυμπιακών Αγώνων του 1996. **Αξιολόγηση:** Εκπόνηση εργασιών, εξετάσεις. **Θεματικές Ενότητες:** • Η επίδραση της Αναγέννησης στην Φυσική Αγωγή στην Ευρώπη. • Η ανάπτυξη των ευρωπαϊκών γυμναστικών συστημάτων. • Η Φυσική Αγωγή και ο Αθλητισμός στο νεοελληνικό κράτος. • Πρώτες προσπάθειες ανασύστασης των Ολυμπιακών Αγώνων. • Οι Ζάππειες Ολυμπιάδες. • Οι προσπάθειες ανασύστασης των Ολυμπιακών Αγώνων στην Ευρώπη. • Οι πρώτοι Σύγχρονοι Ολυμπιακοί Αγώνες στην Αθήνα (1896). • Ολυμπιακοί Αγώνες 1900-1912 : η περίοδος του σχηματισμού. • Ολυμπιακοί Αγώνες 1920-1936 : η περίοδος της εδραίωσης. • Ολυμπιακοί Αγώνες 1948-1972 : η περίοδος της διεύρυνσης & της καθολικής αποδοχής. • Ολυμπιακοί Αγώνες 1976-1996 : η γιγάντωση και η ανάδυση των προβλημάτων. • Η Διεθνής Ολυμπιακή Επιτροπή, η Διεθνής Ολυμπιακή Ακαδημία και το έργο τους. **Ενδεικτική βιβλιογραφία:** • Γιαννάκης, Θ. (1999). Ζάππειες και Σύγχρονες Ολυμπιάδες. Αθήνα. • Ανδρόνικος, Μ. κ.α. (1992). Ιστορία των Ολυμπιακών Αγώνων. Εκδοτική Αθηνών • Mandell, R.A., (1984). Sport, A Cultural History. New York : Ares Publishers.

ΘΕ-4920Σ Ολυμπιακή Παιδεία & Αθλητική Ηθική (4 δ.μ.)

Καθηγητής Γ. Φαράντος, Ε.Ε.ΔΙ.Π. Σ. Γιαννάκη

Θεματικές Ενότητες: • Η Αθλητική – Ολυμπιακή Παιδεία: Ιστορική και εννοιολογική επισκόπηση. • Ολυμπισμός: Ιστορική και εννοιολογική επισκόπηση • Τα θεματικά πεδία της Αθλητικής-Ολυμπιακής Παιδείας • Η έννοια της ηθικής στην Φιλοσοφία. • Οι θεωρίες της ηθικής ανάπτυξης στην Ψυχολογία • Ηθική ανάπτυξη και η φυσική αγωγή. • Εκπαιδευτικές στρατηγικές για την ηθική ανάπτυξη. • Εκπαιδευτικές στρατηγικές για την ηθική ανάπτυξη σε σχέση με την φυσική αγωγή. • Η Αθλητική – Ολυμπιακή Παιδεία στην πρωτοβάθμια και δευτεροβάθμια εκπαίδευση. • Η Αθλητική – Ολυμπιακή Παιδεία στον αθλητικό σύλλογο. • Η αξιολόγηση των δραστηριοτήτων της Αθλητικής – Ολυμπιακής Παιδείας. • Μοντέλα προγραμμάτων εφαρμογής Αθλητικής – Ολυμπιακής Παιδείας στην Ελλάδα και το εξωτερικό. **Ενδεικτική βιβλιογραφία:** • David Shields and Brenda Bredetneier., (1995), Character Development and Physical Activity, University of California, Human Kinetics. • Dean Binder, (2000), Be a champion in Life, Athens, Foundation of Olympic and Sport Education. • Don Hellison, (2003), Teaching responsibility through Physical Activity, University of Illinois, Human Kinetics • Michele Borba, (2001), Building Moral Intelligence, San Francisco, Jossey-Bass. • Γιάννης Γκιόσος (επιμ), (2000), Ολυμπιακή Παιδεία, Αθήνα, εκδ. Προπομπός.

ΘΕ-4930Σ Ολυμπισμός & Ανθρωπιστικές Σπουδές: Φιλοσοφική Προσέγγιση (4 δ.μ.)

Καθηγητής Γ. Φαράντος, Ε.Ε.ΔΙ.Π. Σ. Γιαννάκη

Γενικοί στόχοι: Θεμελίωση και εισαγωγή στα προβλήματα σπουδών και ολυμπιακής (αρχαίας και νέας) παράδοσης. Θεμελίωση και εισαγωγή στα προβλήματα των αρχαίων και

νέων ολυμπιακών αγώνων. **Αξιολόγηση:** Εργασίες, εξετάσεις. **Θεματικές Ενότητες:** • Προϊστορία της Ολυμπίας. • Γλωσσολογία, Μυολογία, Θρησκευολογία. • Φιλολογία. • Τέχνη - Αισθητική. • Πολιτική Θεωρία. • Πολιτισμός του Σώματος & Πολιτισμοί. • Θεολογία του σώματος (και απαγορεύσεις). • Θεολογία και Αθλητισμός. • Οικονομική θεωρία αθλητικών αγώνων. • ΜΜΕ και Ολυμπιακοί αγώνες. • Ολυμπιακοί αγώνες, άνθρωπος, ανθρωπισμός. • Επιστημολογία του ολυμπιακού πολιτισμού. • Ολυμπία και πολιτισμός • Ολυμπία και παιδεία. • Ολυμπία και φιλολογία. • Ολυμπία και τέχνη. • Ολυμπία και ανθρωπισμός. • Ολυμπία και αρχαίος κόσμος. • Ολυμπία και σύγχρονος κόσμος. • Οι θεωρητικές βάσεις της Ολυμπίας. • Το νόημα της ολυμπιακής παράδοσης. • Η σημασία της ολυμπιακής παράδοσης για το σύγχρονο άνθρωπο. • Ολυμπία και αρνητικά φαινόμενα της Ιστορίας. **Ενδεικτική βιβλιογραφία:** • Φαράντος, Γ. Δ. (1996). Προλεγόμενα Θεωρίας- Φιλοσοφίας αθλητισμού. Αθήνα : Εκδόσεις Τελέθριον. • Φαράντος Γ. (1996). Προλεγόμενη Θεωρία Φιλοσοφίας Αθλητισμού. Αθήνα : Τελέθριον. • Plessner, H. (1967). Sport und Leibeserziehung. Munchen. • Slucher, H. S. (1967). Man, Sport and Existance : A critical analysis. Philadelphia : Lea and Febiger.

ΘΕ-4940Σ Οργάνωση Ολυμπιακών Αγώνων (4 δ.μ.)

Επίκουρος Καθηγητής Ι. Αυθίνος, *Ε.Ε.ΔΙ.Π.* Α. Σωτηριάδης

Γενικοί στόχοι: Εξοικείωση με τις βασικότερες παραμέτρους οργάνωσης και διοίκησης των Ολυμπιακών αγώνων, από τη σύνταξη του φακέλου υποψηφιότητας μέχρι και την σύνταξη του απολογισμού των αγώνων. **Αξιολόγηση:** Εξετάσεις. **Θεματικές Ενότητες:** • Εισαγωγή στους Ολυμπιακούς αγώνες. • Οργάνωση και διοίκηση των αρχαίων Ολυμπιακών αγώνων. • Διαχρονική αναδρομή της οργάνωσης των σύγχρονων Ολυμπιακών αγώνων. • Οι οργανωτικές επιτροπές των Ολυμπιακών αγώνων ως αθλητικοί οργανισμοί. • Η διαδικασία διεκδίκησης μιας Ολυμπιάδας. • Ο φάκελος των υποψηφίων πόλεων. • Το χρονοδιάγραμμα της διοργάνωσης μιας Ολυμπιάδας. • Το προσωπικό της διοργάνωσης μιας Ολυμπιάδας. • Το μάρκετινγκ των Ολυμπιακών αγώνων. • Οικονομικές παράμετροι των Ολυμπιακών αγώνων. • Η επικοινωνία των Ολυμπιακών αγώνων. • Οργανωτικά θέματα μιας Ολυμπιάδας. **Ενδεικτική βιβλιογραφία:** • Thomas, J. & Chalip L. (1996). Sport governance in the global community. Morgantown, WV. : Fitness Information Technology. • Lucas, J. (1992). Future of the Olympic games. Champaign, IL. : Human Kinetics. • Senn, A. (1999). Power, politics and the Olympic games. Champaign, IL. : Human Kinetics.

ΘΕ-4950Σ Ολυμπισμός: Κοινωνιολογική Προσέγγιση (2 δ.μ.)

Καθηγητής Ι. Σταμίρης

Γενικοί στόχοι: Η συστηματική μελέτη των κυρίων παραμέτρων του Ολυμπιακού Κινήματος και της συμβολής του στη ζωή της σύγχρονης κοινωνίας. **Αξιολόγηση:** προφορική ή γραπτή εξέταση ή γραπτή εργασία. **Θεματικές Ενότητες:** • Ορισμός, προέλευση και ιδανικά του Ολυμπισμού. • Κοινωνιολογική Θεμελίωση του Ολυμπισμού. • Ο Θεσμός των Ολυμπιακών Αγώνων διαχρονικά. • Το Σύστημα Αξιών του Ολυμπιακού Αθλητισμού και οι Προϋποθέσεις Κοινωνικής Ενεργοποίησής του. • Σκοπός, αρμοδιότητες και λειτουργία των εθνικών και διεθνών Ολυμπιακών Επιτροπών και Οργανισμών. • Η Εργαλειοποίηση του Ολυμπιακού Κινήματος-των Ολυμπιακών Αγώνων από το πολιτικό και το οικονομικό σύστημα και από τα ΜΜΕ. • Η οικονομική πλευρά των Ολυμπιακών Αγώνων για την διοργανώτρια Χώρα. • Επιστήμη και τεχνολογία στην υπηρεσία των Ολυμπιακών Αγώνων. • Οι Ολυμπιακοί Αγώνες

ως μοντέλο της παγκόσμιας οργανωμένης αθλητικής δραστηριότητας – Η επιδίωξη της νίκης και η κατασκευή ολυμπιονικών. • Οι Γυναίκες και οι Ολυμπιακοί Αγώνες: η πάλη των γυναικών για ισονομία. • Ολυμπιακοί Αγώνες και Doping. • Οι Ολυμπιακοί Αγώνες του 2004 : Διαρκής έρευνα, εξέταση και ανάλυση της εθνικής αθλητικής προετοιμασίας και οργανωτικής προσπάθειας. • Οι Ολυμπιακοί Αγώνες και η κοινωνία του 21ου Αιώνα – προς μία πολιτιστική ολυμπιάδα. **Ενδεικτική βιβλιογραφία:** • Σταμίρης, Ι. (2005). Κοινωνιολογία του Αθλητισμού. Δεύτερη Ανανεωμένη Έκδοση. (Κείμενα και επιμέλεια ξένων κειμένων): Εκδόσεις Απτικό Μέλλον, Αθήνα. • Σταμίρης, Ι. (2005). Ειδικά Κοινωνιολογικά Ζητήματα. Δεύτερη Ανανεωμένη Έκδοση (Επιμέλεια). Εκδόσεις Απτικό Μέλλον, Αθήνα. • Πατσαντάρας, Νικόλαος (2005). Το Φαινόμενο Ντόπινγκ: Η Αθλητική Αγωνιστική Δράση Μεταξύ Προσαρμογής και Απόκλισης. (υπό έκδοση). • Καμπερίδου, Ει. & Πατσαντάρας, Ν. (2005). Ο Προβληματισμός περί Έμφυλου Υποκειμένου στον Ολυμπιακό Αθλητισμό. *Αθληση & Κοινωνία, Περιοδικό Αθλητικής Επιστήμης*. Έκτακτο Τεύχος 39, σελ. 55-56. ΤΕΦΑΑ του Δημοκρίτειου Πανεπιστημίου Θράκης, Κομοτηνή. • Πατσαντάρας, Ν. (2004). Ολυμπισμός: Κοινωνιολογική Προσέγγιση. Πανεπιστημιακές Σημειώσεις. • Πατσαντάρας, Νικόλαος (2004). «Συστατικά Στοιχεία του Ολυμπισμού και Ολυμπιακή Παιδεία». Εισήγηση στο 8^ο Πανελλήνιο Συνέδριο Πτυχιούχων Φυσικής Αγωγής & Αθλητισμού (ΠΕΠΦΑ), 7-9 Μαΐου, Αθήνα. • Καμπερίδου, Ει. (2004). Ο Έμφυλος Ηρωισμός του Αθλητισμού. Η Αθλήτρια ως Κοινωνικό Είδωλο: Ένα Καινούργιο Αρχέτυπο. *Γυναίκα & Αθληση*. Τόμος II, τεύχος 3. Έκδοση της Π.Ε.Π.Γ.Α.Σ. Θεσσαλονίκη. • Καμπερίδου, Ειρήνη (2004). Το Έμφυλο και ο Ολυμπισμός. Εισήγηση στο 8^ο Πανελλήνιο Συνέδριο Πτυχιούχων Φυσικής Αγωγής & Αθλητισμού (ΠΕΠΦΑ), 7-9 Μαΐου, Αθήνα. • Patsantaras, Nikolaos (1998). Trainer (-in), Training-Trainerethos. In: Lexikon der Ethik im Sport. 1. Hrsg. Im Auftr. Des Budensinstituts fuer Sportwissenschaft. Verlag Karl Hofmann, Schorndorf, 566-569. • Πατσαντάρας, Νικόλαος (1997). «Αποκλίνουσα συμπεριφορά στον Αθλητισμό: Θέμα της Ηθικής, ή του Δικαίου;». Επετηρίδα Αθλητικού Δικαίου 3. Κατ' Επάγγελμα Αθλητική Δραστηριότητα. Εκδόσεις Σάκουλα. • Πατσαντάρας, Νικόλαος (1997). Είναι ο Παιδικός Πρωταθλητισμός ένα Κοινωνικό Πρόβλημα; Επετηρίδα Αθλητικού Δικαίου 3. Κατ' Επάγγελμα Αθλητική Δραστηριότητα. Εκδόσεις Σάκουλα.

5. ΤΟΜΕΑΣ ΑΘΛΟΠΑΙΔΙΩΝ (ΑΠ)

Διευθυντής: Καθηγητής Μιχαήλ Αναστασιάδης

Ο Τομέας Αθλοπαιδιών έχει ως κύριο αντικείμενό του την ανάλυση της τεχνικής και της τακτικής των ατομικών και ομαδικών αθλημάτων, καθώς και τη μελέτη της διδακτικής μεθοδολογία τους στα διάφορα επίπεδα του αγωνιστικού και του σχολικού αθλητισμού.

Η ειδική προπονησιολογία και η μεγιστοποίηση της ατομικής και ομαδικής απόδοσης στα ομαδικά και μη- αθλήματα αποτελεί για τον Τομέα κατ' εξοχήν πεδίο έρευνας και εφαρμογών.

Στα πλαίσια της αποστολής του ο Τομέας :

- Προσφέρει υποχρεωτικά μαθήματα και μαθήματα επιλογής υποχρεωτικά, που καλύπτουν όλες σχεδόν τις γνωστές και παγκοσμίου ενδιαφέροντος αθλοπαιδιές.
- Παρέχει μέσω εξειδικευμένου προγράμματος μαθημάτων *Δίπλωμα Ειδίκευσης* στην προπονητική των *Ολυμπιακών Αθλημάτων* με στόχο την επιστημονική κατάρτιση των νέων πτυχιούχων μας, προκειμένου να είναι σε θέση να ασκήσουν προπονητική υψηλού επιπέδου στο άθλημα της εξειδίκευσής τους.
- Συνεργάζεται με τους Τομείς των Θεωρητικών Επιστημών και της Αθλητιατρικής & Βιολογίας της Άσκησης, όπως και με τους άλλους τρεις Τομείς των Προπονητικών Επιστημών για την παραγωγή και διάδοση της νέας γνώσης και την εφαρμογή της στον χώρο της ειδικής προπονητικής των αθλοπαιδιών.
- Συμμετέχει στο Πρόγραμμα Μεταπτυχιακών Σπουδών *Βιολογίας της Άσκησης* και στο Πρόγραμμα Μεταπτυχιακών Σπουδών *Φυσική Αγωγή και Αθλητισμός* προσφέροντας ακαδημαϊκά κίνητρα στους πτυχιούχους με Προπονητική Ειδίκευση να συνεχίσουν τις σπουδές τους και σε μεταπτυχιακό επίπεδο, ώστε να μπορούν να συμβάλλουν στην ανάπτυξη της αθλητικής έρευνας και της αθλητικής επιστημονικής σκέψης στον τόπο μας.

5.1 ΥΠΟΧΡΕΩΤΙΚΑ ΜΑΘΗΜΑΤΑ

ΑΠ-153Υπ Ποδοσφαίριση (2 δ.μ. – 1^ο εξάμηνο)

Λέκτορας Α. Σπηρόπουλος, Ε.Ε.ΔΙ.Π. Δ. Γεωργούλιας

Γενικοί στόχοι: Εισαγωγή στην ποδοσφαίριση, ιστορική εξέλιξη, βασική τεχνική, μέθοδος διδασκαλίας και βασικές αρχές τακτικής. **Αξιολόγηση:** Εκπόνηση εργασίας, εξετάσεις. **Θεματικές Ενότητες:** • Φύση του αθλήματος της ποδοσφαίρισης • Ιστορική ανασκόπηση. • Βασικοί κανόνες της ποδοσφαίρισης • Έλεγχος. • Μεταβίβαση. • Ελιγμός. • Σουτ. • Γλίστηγμα. • Τεχνική τερματοφύλακα. • Ατομικές επιθετικές ενέργειες. • Ατομικές αμυντικές ενέργειες. **Ενδεικτική βιβλιογραφία:** • Corbeau, J. (1988). Ποδόσφαιρο : Από το σχολείο στις ομοσπονδίες. Αθήνα : Εκδόσεις Παν. Νιφλής. • Μπεκρής, Ε. (1998). Σχεδιάζοντας την ποδοσφαιρική προπόνηση. Αθήνα : Εκδ. Μπουζάλα. • Σπηρόπουλος, Α. & συνεργάτες (2001). Το Ποδόσφαιρο. Αθήνα : Τελέθριον.

ΑΠ-154Υπ Χειροσφαίριση (2 δ.μ. – 1^ο εξάμηνο)

Επίκουρος Καθηγητής Ι. Μπάγιος, Λέκτορας Α. Κουτουλούης, Ε.Ε.ΔΙ.Π. Π. Κορορός.

Γενικοί στόχοι: Εκμάθηση των βασικών τεχνικών στοιχείων του παιχνιδιού : κράτημα μπά-

λας, υποδοχή, μεταβίβαση, τρίπλα, προσποίηση, αμυντικές κινήσεις. Κανονισμοί παιχνιδιού, τεχνική τερματοφύλακα. **Αξιολόγηση:** Πρακτική αξιολόγηση της τεχνικής και τακτικής του αθλήματος-θεωρητικές εξετάσεις σε θέματα τεχνικής και κανονισμών-εργασίες **Θεματικές Ενότητες:** • Χαρακτηριστικά του αθλήματος, ιστορικά στοιχεία & εισαγωγή στη χειροσφαίριση. • Βασικές θέσεις, μετακινήσεις, βασικοί κανόνες. • Κράτημα μπάλας, υποδοχή, βασική πάσα. • Άλλες πάσες & συνδυασμοί ασκήσεων πάσας. • Τρίπλα : συνδυασμός ασκήσεων πάσας & τρίπλας. • Σουτ με στήριξη στο έδαφος : συνδυασμοί ασκήσεων πάσας, τρίπλας & σουτ. • Σουτ με άλμα : συνδυασμός ασκήσεων πάσας, τρίπλας & σουτ. • Άλλα είδη σουτ : ασκήσεις. • Προσποίηση : συνδυασμός ασκήσεων. • Άλλες προσποιήσεις : ασκήσεις. • Μαρκάρισμα παίκτη, κλέψιμο μπάλας, μπλόκ & διεκδίκηση. • Τεχνική τερματοφύλακα : βασικές θέσεις, μετακίνηση, αποκρούσεις. **Ενδεικτική βιβλιογραφία** • Μπάγιος, Ι. (1999). Η τεχνική της χειροσφαίρισης. Αθήνα. • Μπάγιος, Ι., Καρράς, Δ., Κορορός, Π. & Κουτουλούλης, Α. (1991). Χειροσφαίριση. Αθήνα.

ΑΠ-157Υπ Διδακτική Ποδοσφαίρισης (2 δ.μ. – 2^ο εξάμηνο)

Λέκτορας Α. Σωτηρόπουλος, *Ε.Ε.ΔΙ.Π.* Δ. Γεωργούλιας

Γενικοί στόχοι: Ομαδική επίθεση και άμυνα. Παιδικό ποδόσφαιρο. Φυσική κατάσταση. **Αξιολόγηση:** Εκπόνηση εργασίας, εξετάσεις. **Θεματικές Ενότητες:** • Βασικές αρχές ομαδικής επίθεσης και άμυνας • Άμυνες ζώνης. • Οφθαίιτ - Διάσπαση και εφαρμογή. • Συστήματα παιχνιδιού. • Εφαρμοσμένες τακτικές επίθεσης : πλάτος, βάθος. • Βασικές αρχές προπονητικής της Ποδοσφαίρισης. • Προγραμματισμός. • Φυσική κατάσταση. • Η ποδοσφαίριση στο σχολείο. **Ενδεικτική βιβλιογραφία** • Corbeau, J. (1988). Ποδόσφαιρο : Από το σχολείο στις ομοσπονδίες. Αθήνα : Εκδόσεις Παν. Νιφλής. • Mercier, J. (1990). Ποδόσφαιρο στο σταυροδρόμι των μεθόδων. Αθήνα : Εκδ. Παν. Νιωλής. • Δράμπης Κ., Κέλλης Σ., Λιάπης Δ., Μούγιος, Σάλτας Π. & Τερζίδης Ι. (1996). Το Ποδόσφαιρο στην Παιδική και Εφηβική ηλικία. Θεσ/νίκη : Εκδόσεις Salto.

ΑΠ-158Υπ Διδακτική Χειροσφαίρισης (2 δ.μ. – 2^ο εξάμηνο)

Επίκουρος Καθηγητής Ι. Μπάγιος, *Λέκτορας* Α. Κουτουλούλης, *Ε.Ε.ΔΙ.Π.* Π. Κορορός.

Γενικοί στόχοι: Εκμάθηση της διδακτικής του παιχνιδιού σε συνδυασμό με την ατομική, τμηματική και ομαδική τακτική στην άμυνα και στην επίθεση. Τακτική τερματοφύλακα **Αξιολόγηση:** Διδακτική του αθλήματος, θεωρία τακτικής (γραπτές εξετάσεις), πρακτική αξιολόγηση επιλεγμένων τακτικών ενεργειών του παιχνιδιού, εργασίες. **Θεματικές Ενότητες:** • Εισαγωγή στην τακτική του παιχνιδιού : σκοπός, κανόνες, μορφές, αρχές. • Ατομική τακτική άμυνας : μοίρασμα παικτών, τοποθέτηση, μαρκάρισμα. • Τμηματική τακτική άμυνας : παραλαβή, παράδοση, αλληλοκάλυψη, αλλαγή παικτών. • Τμηματική τακτική άμυνας : αποφυγή φράγματος, κλείσιμο διαδρόμων, συνεργασία με τερματοφύλακα. • Ομαδική τακτική άμυνας : άμυνα ζώνης 6 : 0, 5 : 1 & 3 : 2 : 1. • Ομαδική τακτική άμυνας : ειδικές καταστάσεις άμυνας. • Ατομική τακτική επίθεσης : επιθετικές θέσεις, υποδοχή και πάσα, σουτ, προσποίηση, κίνηση μπρος-πίσω, διείσδυση. • Τμηματική τακτική επίθεσης : απλός, διευρυμένος αιφνιδιασμός. • Ομαδική τακτική επίθεσης : επιθετικά συστήματα 5 : 1 & 4 : 2. • Ομαδική τακτική επίθεσης : επίθεση θέσεων, επίθεση με αλλαγές θέσεων. • Ειδικές καταστάσεις επίθεσης. • Τακτική τερματοφύλακα : θέσεις, μετακινήσεις, αποκρούσεις. **Ενδεικτική βιβλιογραφία** • Μπάγιος, Ι. (2000). Η τακτική της χειροσφαίρισης. Αθήνα. • Κοτζαμανίδης, Χ. (1992). Αθλητική προπόνηση στο χάντμπολ. Θεσ/νίκη : Εκδ. Χριστοδουλίδη. •

Μπάγιος, Ι., Καρράς, Δ., Κορορός, Π. & Κουτουλούης, Α. (1995). Χειροσφαίριση. Αθήνα.

ΑΠ-253Υπ Καλαθοσφαίριση (2 δ.μ. – 3^ο εξάμηνο)

Επίκουρος Καθηγητής Θ. Μπολάτογλου (Α), *Επίκουρος Καθηγητής* Α. Γαβριηλίδης (Γ)
Ε.Ε.ΔΙ.Π. Κ. Μπογασιώτης, Κ. Μίσσας, Π. Ταυρόπουλος

Γενικοί στόχοι: Εισαγωγή στην Καλαθοσφαίριση. Ιστορική Εξέλιξη. Φυσική και ψυχοπνευματική αξία του αθλήματος. Θεωρητική και πρακτική εφαρμογή επιθετικών και αμυντικών ενεργειών που θεμελιώνουν την ομαδική επίθεση και άμυνα. **Αξιολόγηση:** Εκπόνηση εργασίας, εξετάσεις. **Θεματικές Ενότητες:** • Η φύση του αθλήματος. Ιστορική ανασκόπηση. Οι βασικοί κανόνες της καλαθοσφαίρισης. • Ισορροπία σώματος. • Μεταβίβαση και υποδοχή της μπάλας. • Τρίπλα. • Σουτ. • Διεκδίκηση μπάλας. • Ατομική και επιθετική αμυντική τεχνική. • Επιθετικές και αμυντικές ενέργειες δύο παικτών. • Επιθετικές και αμυντικές ενέργειες τριών παικτών. • Βασικές αρχές ομαδικής επίθεσης και άμυνας. • Αιφνιδιασμός. • Προσωπική άμυνα και η διάσπασή της. • Άμυνα ζώνης και η διάσπασή της. • Η πιεστική άμυνα και η διάσπασή της. **Ενδεικτική βιβλιογραφία:** • Αναστασιάδης, Μ. (1993). Βασική τεχνική της Καλαθοσφαίρισης. Αθήνα. • Αναστασιάδης, Μ. (1994). Καλαθοσφαίριση «Ομαδική Τεχνική και Τακτικές». Αθήνα. • Αναστασιάδης, Μ. (1990). Εφαρμοσμένες ασκήσεις Καλαθοσφαίρισης. Αθήνα.

ΑΠ-254Υπ Πετοσφαίριση (2 δ.μ. – 3^ο εξάμηνο)

Επίκουρος Καθηγητής Ι. Αγγελονίδης (Γ), *Λέκτορας* Π. Κουντούρης (Α),
Λέκτορας Γρ. Μαλουσάρης

Γενικοί στόχοι: Εκμάθηση της τεχνικής, της τακτικής και της προπονητικής του αθλήματος σε βασικό και σε προχωρημένο επίπεδο. **Αξιολόγηση:** Γραπτές εξετάσεις στη θεωρία. Πρακτική εξέταση στην τεχνική, τακτική και παιχνίδι 6:6. Κανονισμοί. Γραπτές εργασίες **Θεματικές Ενότητες:** • Ιστορική αναδρομή, γνωριμία του αθλήματος. • Κύρια μέρη της πετοσφαίρισης και η μεταξύ τους σχέση: φυσικές ικανότητες, τεχνική, τακτική, ψυχο-ηθικό στοιχείο. • Η έννοια της τεχνικής και της ατομικής τακτικής. • Διδασκαλία και μεθοδολογία: μέθοδοι μάθησης, μέθοδοι διδασκαλίας, οδηγίες για την διδασκαλία. • Εκμάθηση βασικών δεξιοτήτων: βασικές στάσεις, μετακινήσεις, ο ρόλος της μετωπικότητας, ανάλυση της τροχιάς της μπάλας στην πάσα.. • Η συνάντηση του παίκτη με την μπάλα: πάσα με τα δάκτυλα, σερβίς, μανσέτα, καρφί, μπλοκ.. • Η έννοια της ομαδικής τακτικής: μεθοδολογία χρονικού συντονισμού για εκμάθηση της τακτικής. • Συστήματα παιχνιδιού: σύνθεση ομάδας, επιθετική τακτική, αμυντική τακτική. • Κανονισμοί παιχνιδιού: διαιτησία, σύνταξη φύλλου αγώνα.. • Στοιχεία προπονητικής: ανάπτυξη φυσικών ικανοτήτων. • Στοιχεία καθοδήγησης αγώνα: πριν-, κατά τη διάρκεια και μετά τον αγώνα.. • Ψυχικός παράγων: προετοιμασία των αθλητών. **Ενδεικτική βιβλιογραφία:** • Κασικαδέλλη, Α., Αγγελονίδης, Ι., Κουντούρης, Π. & Ι., Λαΐος. (2000). Πετοσφαίριση. Αθήνα. • Μπεργελές, Ν. (1993). Volley Ball - Τεχνική. Αθήνα • McGown, C. (1994). Science of coaching volleyball. Champaign, IL: Human Kinetics.

ΑΠ-256Υπ Διδακτική Καλαθοσφαίρισης (2 δ.μ. – 4^ο εξάμηνο)

Επίκουρος Καθηγητής Θ. Μπολάτογλου, *Επίκουρος Καθηγητής* Α. Γαβριηλίδης
Ε.Ε.ΔΙ.Π. : Κ. Μπογασιώτης, Κ. Μίσσας, Π. Ταυρόπουλος

Γενικοί στόχοι: Στοιχεία της ειδικής προπονητικής της καλαθοσφαίρισης και η μεθοδολογία τους. **Αξιολόγηση:** εκπόνηση εργασίας, εξετάσεις. **Θεματικές Ενότητες:** • Μεθοδολογία εισα-

γωγής στην καλαθοσφαίριση. • Μεθοδολογία της βασικής τεχνικής. • Μεθοδολογία ατομικής επιθετικής και αμυντικής τεχνικής. • Μεθοδολογία επιθετικών και αμυντικών ενεργειών δύο και τριών παιχτών. • Μεθοδολογία αιφνιδιασμού. • Μεθοδολογία ομαδικής επίθεσης και άμυνας. • Σκοποί και βασικές αρχές προπονητικής. • Προγραμματισμός προπονήσεων. • Η φυσική κατάσταση της καλαθοσφαίρισης. • Μίνι μπάσκετ. • Οργάνωση αγώνων - Φύλλο αγώνος. • Προγραμματισμός σχολικής καλαθοσφαίρισης. **Ενδεικτική βιβλιογραφία:** • Αναστασιάδης, Μ. (1998). Προπονητική της Καλαθοσφαίρισης. Αθήνα. • Αναστασιάδης, Μ. (1994). Καλαθοσφαίριση : Ομαδική Τεχνική και Τακτική. Αθήνα. • Αναστασιάδης, Μ. (1990). Εφαρμοσμένες ασκήσεις Καλαθοσφαίρισης. Αθήνα.

ΑΠ-257Υπ Διδακτική Πετοσφαίρισης (2 δ.μ. – 4^ο εξάμηνο)

Επίκουρος Καθηγητής Ι. Αγγελονίδης (Γ), *Λέκτορας* Π. Κουντούρης (Α), *Λέκτορας* Γρ. Μαλουσάρης

Γενικοί στόχοι: Διδακτική του αθλήματος. Προγραμματισμός της διδασκαλίας στο σχολείο (δημοτικό, γυμνάσιο, λύκειο). Οργάνωση και προπόνηση ομάδας. Ανάπτυξη της πετοσφαίρισης στον κοινωνικό χώρο. **Αξιολόγηση:** Γραπτές εξετάσεις, Πρακτική εξέταση, Παρακολούθηση αγώνων, καταγραφή φύλλου αγώνος. Συγγραφή εργασίας. **Θεματικές Ενότητες:** • Μεθοδική διδασκαλία της τεχνικής : α) βασικό επίπεδο & β) προχωρημένο επίπεδο. • Μεθοδική διδασκαλία της τακτικής : α) βασικό επίπεδο & β) προχωρημένο επίπεδο. • Ατομική προπόνηση : ατομικές κινήσεις παικτών στο παιχνίδι (θέση & διαθέσιμος χρόνος). • Ομαδική προπόνηση : ατομικές κινήσεις παικτών στο παιχνίδι (θέση & διαθέσιμος χρόνος). • Αγώνες με εκπαιδευτικά θέματα : εξάσκηση της ομαδικής τακτικής. • Αγώνες προπόνησης : έλεγχος αγωνιστικής σταθερότητας μεθόδων τακτικής και τεχνικής. • Οργάνωση και καταρτισμός της ομάδας. • Προγραμματισμός διδασκαλίας στο σχολείο : δημοτικό, γυμνάσιο, λύκειο. • Στατιστική ανάλυση παιχνιδιού : έλεγχος απόδοσης των παικτών και της ομάδας. • Συστήματα διοργάνωσης αγώνων: σύστημα γύρων, απλός & διπλός αποκλεισμός, τουρνουά ομίλων. • Μίνι βόλεϊ : Φιλοσοφία, Παιδαγωγικές αξίες, Μεθοδική διδασκαλία, Τακτική. • Η πετοσφαίριση στον κοινωνικό χώρο : για όλους, για άτομα με ειδικές ανάγκες. **Ενδεικτική βιβλιογραφία:** • Κατσικαδέλλη, Α., Αγγελονίδης, Ι., Κουντούρης, Π. & Ι., Λαΐος. (2000). Πετοσφαίριση. Αθήνα. • Μπεργελές, Ν. (1993). Μεθοδολογία Προπόνησης και Προγραμματισμός Πετοσφαίρισης. Αθήνα. • Asher, K. (1996). The related elements of the game. Indianapolis: Master Press.

5.2 ΕΠΙΛΟΓΗΣ ΜΑΘΗΜΑΤΑ

ΑΠ-162Επ Αντισφαίριση (3 δ.μ.)

Επίκουρος Καθηγητής Σ. Δουβής

Γενικοί στόχοι: Εκμάθηση τεχνικής και τακτικής, Οργάνωση Αγώνων. **Αξιολόγηση:** Γραπτές και πρακτικές εξετάσεις. **Θεματικές Ενότητες:** • Παγκόσμια και ελληνική ιστορία του αθλήματος. • Κανονισμοί & διαιτησία. • Βασική τεχνική. • Τακτική βασικού επιπέδου. • Μίνι τένις. • Οργάνωση αγώνων. **Ενδεικτική βιβλιογραφία:** • Δουβής, Σ. (1992). Τένις : Τεχνική & Τακτική. Αθήνα. • Δουβής, Σ. & Τραυλός, Α. (2000). Μεγιστοποίηση της Ικανότητας Εστίασης της Προσοχής. Αθήνα. • Groppe, J. (1992). High Tech Tennis. Champaign IL. : Leisure Press

ΑΠ-164Επ Επιτραπέζια Αντισφαίριση (2 δ.μ.)

Επίκουρος Καθηγητής Σ. Δουβής, Ε.Ε.Δι.Π. Α. Μακρής

Γενικοί στόχοι: Εκμάθηση τεχνικής, τακτικής και προπονητικής του αθλήματος. Κανονισμοί δαιτησίας. **Αξιολόγηση:** Γραπτές εξετάσεις, παρακολούθηση και οργάνωση αγώνων. **Θεματικές Ενότητες:** • Ιστορία του αθλήματος. • Αθλητικός εξοπλισμός : ρακέτα, λάστιχα, τραπέζι, φιλέ, μπαλάκι, ενδυμασία, παραβάν, φωτισμός. • Υλικά δαιτησίας. • Κανονισμοί παιδιάς & δαιτησίας. • Πιάσιμο ρακέτας, βασική στάση, θέση ετοιμότητας. • Βασική τεχνική των επιθετικών και αμυντικών παικτών. • Ασκήσεις για αρχάριους-Φύλλα Αγώνα. • Οργάνωση Αγώνων. • Παρακολούθηση Αγώνων (βίντεο). **Ενδεικτική βιβλιογραφία:** • Manfred, M. (1986). Tischtennis (Lerner und Trainieren). Wiesbaden, Germany : Limpert • Walter, B. (1986). 1014 Spiel und Übungsformen im Tischtennis. Schorndorf, Germany : Hofmann. • Μεσσήνης, Δ. (1997). Επιτραπέζια Αντισφαίριση από το Α έως το Ω. Αθήνα.

ΑΠ-177Επ Παιδιάς (2 δ.μ.)

Καθηγητής Μ. Αναστασιάδης

Γενικοί στόχοι: Η θεωρητική και πρακτική μελέτη αθλοπαιδιών διεθνούς ενδιαφέροντος. Χαρακτηριστικά «παιδαγωγικά» (λαϊκά) παιχνίδια. **Αξιολόγηση:** Παρουσίαση, εργασία, εξέταση. **Θεματικές Ενότητες:** • Ράγκμπυ. • Μπείζμπωλ. • Γκόλφ. • Χόκεϋ επί χόρτου. • Χόκεϋ επί πάγου. • Χειροσφαίριση τοίχου. • Παιδαγωγικά παιχνίδια. • Λαϊκά παιχνίδια. **Ενδεικτική βιβλιογραφία:** • Hindman, D. (1978). «Games and Stunts» N.J. : Prentice Hall Inc. • Diagram Group, (1974). Rules of the Game. Paddington Press Ltd. • Γκαζιάνη, Α. (1966). Το παιχνίδι. Αθήνα.

ΑΠ-180Επ Ποδοσφαίριση Θηλέων (2 δ.μ.)

Λέκτορας Α. Σπητρόπουλος, Ε.Ε.Δι.Π. Δ. Γεωργούλιας

Γενικοί στόχοι: Εισαγωγή στην Ποδοσφαίριση. Ιστορική εξέλιξη. Τεχνική. Η ποδοσφαίριση στο σχολείο. Η Προπονητική της Ποδοσφαίρισης **Αξιολόγηση:** Εξέταση, διδασκαλία. **Θεματικές ενότητες :** • Φύση του αθλήματος. Ιστορική ανασκόπηση. • Βασικοί κανόνες της ποδοσφαίρισης. • Βασική τεχνική. • Μέθοδος διδασκαλίας. • Προγραμματισμός & μέθοδοι προπόνησης. • Οργάνωση αγώνων στο χώρο του σχολείου. **Ενδεικτική βιβλιογραφία:** • Corbeau, J. (1988). Πόδοσφαιρο : Από το σχολείο στις ομοσπονδίες. Αθήνα : Εκδόσεις Παν. Νιφλής. • Μπεκρής, Ε., (1998). Σχεδιάζοντας την ποδοσφαιρική προπόνηση. Αθήνα : Εκδ. Μπουζάλα. • Reilly, T., Lees, A., Davids, K. & Murphy, W.J. (1987). Science and Football. Published the U.S.A. P.YE & F.N. Sport Ltd, 11 New Feteer Lane, London EC4P 4EE.

ΑΠ-187Επ Προχωρημένο Επίπεδο Αθλήματος (2 δ.μ.)

Καθηγητής Μ. Αναστασιάδης, Λέκτορας Ν. Αποστολίδης

Γενικοί στόχοι: Εμπλουτισμός των θεωρητικών και πρακτικών γνώσεων του φοιτητή με επιλεγμένα θέματα τεχνικής, τακτικής και προπονητικής. **Αξιολόγηση:** Εκπόνηση εργασίας, εξετάσεις. **Θεματικές Ενότητες:** • Φυσική κατάσταση. • Προπόνηση επιπέδου αρχαρίων. • Ιδιαιτερότητες προπόνησης γυναικών. • Προγραμματισμός προπονητικών δραστηριοτήτων σε χώρους μαζικής άθλησης. • Προγραμματισμός αγωνιστικών δραστηριοτήτων αξιολόγησης τεχνικών ικανοτήτων. • Στοιχεία καθοδήγησης. **Ενδεικτική βιβλιογραφία:** • Αναστασιάδης, Μ. (1995). Προπονητική της Καλαθοσφαίρισης. Αθήνα. • Martin, D., Carl, K. & Lehertz, K. (1995). Εγχειρίδιο Προπονητικής Handbunch Trainingslehre, Schomborf, Germany : V. K. Hofmann. Επιμέλεια Ελληνικής Έκδοσης Κ. Ταξιλδάρης. Θεσ/νίκη : Εκδότης Κυριά-

κος Ταξιλδάρης · Αναστασιάδης, Μ. (2000). Αναλυτικό Πρόγραμμα Προπόνησης Αρχαρίων Καλαθοσφαίρισης : Εισαγωγικός Προγραμματισμός. Αθήνα

ΑΠ-187Επ Προχωρημένο Επίπεδο Αθλήματος (Πετοσφαίριση) (2 δ.μ.)

Λέκτορας Γ. Λαΐος

Γενικοί στόχοι: Βελτίωση των γνώσεων με επιλεγμένα θέματα τεχνικής, τακτικής και προπονητικής του αθλήματος. **Αξιολόγηση:** Γραπτές εξετάσεις στη θεωρία. Παρακολούθηση και καταγραφή προγραμμάτων προπόνησης σε ομάδες. Καταγραφή αγωνιστικής απόδοσης ομάδων. Γραπτές εργασίες. **Θεματικές Ενότητες:** · Προπονητική : προπόνηση ειδικής φυσικής κατάστασης. · Προγράμματα προπόνησης σε ομάδα. · Καθοδήγηση. · Κατασκοπεία, καταγραφή, και ανάλυση αγώνα. · Έλεγχος αγωνιστικής απόδοσης. · Εξειδικευμένη προπόνηση πετοσφαιριστών. · Κυβερνητική στην πετοσφαίριση · Επιλογή ταλέντων. · Η πετοσφαίριση σε άτομα με ειδικές ανάγκες. **Ενδεικτική βιβλιογραφία:** · Κατσικαδέλλη, Α., Αγγελονίδης, Ι., Λαΐος, Ι. & Κουντούρης, Π., (2000). Πετοσφαίριση υψηλών στόχων. Αθήνα. · Λαΐος, Ι. (1994). Στόχοι και Προοπτικές του Σύγχρονου Βόλλεϋ. Αθήνα : Αθλότυπο. · Σέλιγκερ, Α., Άκερμαν-Μπλάουντ, Τζ. (1991). Power Volleyball. Θεσσαλονίκη : Σάλτο.

ΑΠ-190Επ Πετοσφαίριση επί Άμμου (2 δ.μ.)

Λέκτορας Γρ. Μαλουσάρης

Γενικοί στόχοι: να γνωρίσει ο φοιτητής το νέο ολυμπιακό άθλημα και να διδαχθεί τη χρησιμότητά του, τις μεθόδους διδασκαλίας και τις μεθόδους προπόνησης. **Αξιολόγηση:** Παρουσίαση εργασιών, διδακτική ικανότητα, ανασκόπηση βιβλιογραφίας, εξετάσεις. **Θεματικές Ενότητες:** · Ιστορία του αθλήματος. · Δομή του αθλήματος. · Κανονισμοί του παιχνιδιού. · Διαφορές από την παραδοσιακή πετοσφαίριση. · Διάφορες μορφές του αθλήματος. · Τεχνική και τακτική. · Επιθετικά και αμυντικά συστήματα. · Ειδικές αρχές προπόνησης. · Μορφές προπόνησης τεχνικής και τακτικής : μέθοδοι. · Η φυσική προετοιμασία : μέθοδοι. · Επιθετικές και αμυντικές αγωνιστικές στρατηγικές. · Οργάνωση αγώνων. **Ενδεικτική βιβλιογραφία:** · Homberg, S. & Papageorgiou, A. (1995). Handbook for beach volley. Aachen Cover. CEV, Luxemburg : Meyer & Meyer Verlag.. · Stevenso, J. & Obstfeld, R. (1989). Hot Sand : The beach volleyball HandBook. Irvine. · Vandewegue, B. & Hoemberg, S. (1996). Two training weeks of a beach volleyball professional during the 1995 season. International Volleyball, 3, pp. 4-9, Lausanne.

ΑΠ-192Επ Γκολφ (2 δ.μ.)

Επίκουρος Καθηγητής Σ. Δουβής

Γενικοί στόχοι: Εκμάθηση τεχνικής του αθλήματος. Οργάνωση Αγώνων. Σχεδιασμός και συντήρηση γηπέδων. **Αξιολόγηση:** Γραπτές και πρακτικές εξετάσεις. **Θεματικές Ενότητες:** · Ιστορία του Αθλήματος. · Κανονισμοί. · Γήπεδα, εξοπλισμός. · Τεχνική : βασικά χτυπήματα. · Τεχνική : ειδικά χτυπήματα. · Προπόνηση στο χώρο εξάσκησης. · Παιχνίδι στο γήπεδο. **Ενδεικτική βιβλιογραφία:** · Hogan, B. (1998). Modern Fundamentals of Golf. New York. : Simon & Schuster. · Saunders, V. (1999). The Golf Handbook. Toronto : McGraw-Hill. · Palmer, A. (1997). Play Great Golf : Mastering the Fundamentals of your Game. Garden City, N.Y. : Doubleday.

ΑΠ-193Επ Τοιχοσφαίριση (2 δ.μ.)

Επίκουρος Καθηγητής Σ. Δουβής

Γενικοί στόχοι μαθήματος : Εκμάθηση της τεχνικής, τακτικής και οργάνωσης αγώνων. **Αξιολόγηση:** Γραπτές και πρακτικές εξετάσεις. **Θεματικές Ενότητες:** • Ιστορία του αθλήματος. • Αθλητικός εξοπλισμός. • Βασικό forehand και backhand. • Τεχνική : βασικά χτυπήματα. • Τεχνική : ειδικά χτυπήματα. • Τακτική του παιχνιδιού. **Ενδεικτική βιβλιογραφία:** • Yarrow, P. (1997). Squash : Steps to Success. Champaign IL. : Human Kinetics • Sales, P. (1996). Improve Your Squash Game:101 Drills. Honolulu : Disa Publications. • Mitchell, C. (1997). Squash (know the Game).

ΑΠ-194Επ Διαιτησία Αθλημάτων (2 δ.μ.)

Επίκουρος Καθηγητής Σ. Δουβής

Θεματικές Ενότητες: • Διαιτησία : Ιστορική Αναδρομή • Διαιτησία : Φιλοσοφική Προσέγγιση • Διαιτησία ομαδικών Αθλημάτων • Διαιτησία ατομικών Αθλημάτων • Κανονισμοί Αθλημάτων • Μηχανική Διαιτησίας Αθλημάτων • Επιλογή Διαιτητών • Ειδική Φυσική Προετοιμασία Διαιτητών • Ψυχολογία Διαιτησίας • Έλεγχος Διαιτητικής Απόδοσης • Σχολές Διαιτησίας • Οργάνωση Διαιτησίας Αθλημάτων **Ενδεικτική βιβλιογραφία:** • Grunski, J. (1999). Successful Sports Officiating. Champaign IL. : Human Kinetics. • Weinberg, R. & Richardson, P. (1995). Psychology of Officiating. Champaign IL. : Leisure Press. • Evans, A. (2000). Amateur Sports Officiating.

ΑΠ - Πετοσφαίριση - Προπαρασκευαστικό Μάθημα (2 ε.ω.)

Λέκτορας Ι. Λαΐος

Γενικοί στόχοι: Εκμάθηση της βασικής ατομικής τεχνικής και της ομαδικής τακτικής του αθλήματος. **Αξιολόγηση:** Πρακτική εξέταση στην τεχνική. Παιχνίδι 6 : 0 : 6. **Θεματικές Ενότητες:** • Εκμάθηση βασικών δεξιοτήτων : βασικές στάσεις, μετακινήσεις. • Η συνάντηση του παίκτη με την μπάλα : πάσα με τα δάκτυλα, σερβίς, μανσέτα, καρφί, μπλοκ. • Συστήματα παιχνιδιού : σύνθεση ομάδας, επιθετική τακτική, αμυντική τακτική. **Ενδεικτική βιβλιογραφία:** • Κατσικαδέλλη, Α., Αγγελονίδης, Ι., Κουντούρης, Π., & Λαΐος, Ι., (2000). Πετοσφαίριση. Αθήνα.

5.3. ΕΙΔΙΚΕΥΣΕΙΣ

ΕΙΔΙΚΕΥΣΗ «ΚΑΛΑΘΟΣΦΑΙΡΙΣΗ»

Καθηγητής Μ. Αναστασιάδης, Επίκουρος Καθηγητής Θ. Μπολάτογλου,

Ε.Ε.Δι.Π. Κ. Μίσσας

ΑΠ-470ΚΑ Τεχνική & Μηχαν. Ανάλυση Καλαθοσφαίρισης (4 δ.μ. – 7^ο, 8^ο εξάμηνο)

ΑΠ-471ΚΑ Προπονητική Καλαθοσφαίρισης (4 δ.μ. – 7^ο, 8^ο εξάμηνο)

ΑΠ-473ΚΑ Ειδικά Θέματα Καλαθοσφαίρισης (2 δ.μ. – 7^ο, 8^ο εξάμηνο)

ΑΠ-477ΚΑ Καθοδηγούμ. Μελέτη στην Καλαθοσφαίριση (2 δ.μ. – 7^ο, 8^ο εξάμηνο)

ΑΠ-479ΚΑ Ομαδική Τακτική Καλαθοσφαίρισης (4 δ.μ. – 7^ο, 8^ο εξάμηνο)

ΑΠ-480ΚΑ Προπονητική Εξάσκηση Καλαθοσφαίρισης (4 δ.μ. – 7^ο, 8^ο εξάμηνο)

Γενικοί στόχοι: Η ειδική μεθοδολογία της καλαθοσφαίρισης. Η τεχνική ανάλυση της βασικής τεχνικής, της ατομικής επίθεσης και άμυνας. Η αμυντική και επιθετική συνεργασία δύο

και τριών παικτών που θεμελιώνουν το ομαδικό παιχνίδι. Η προπονητική της Καλαθοσφαίρισης. Η ομαδική επίθεση και άμυνα. Σεμινάριο καλαθοσφαίρισης. **Αξιολόγηση:** Εκπόνηση εργασίας, εξετάσεις, διπλωματική εργασία. **Θεματικές Ενότητες:** • Βασικές τεχνικές. • Ατομική επίθεση και άμυνα. • Θεμελίωση της ομαδικής επίθεσης. • Θεμελίωση της ομαδικής άμυνας. • Προπόνηση αρχαρίων. • Σχολική καλαθοσφαίριση. • Ομαδική επίθεση. • Ομαδική άμυνα. • Ειδικές επιθετικές και αμυντικές καταστάσεις. • Η προπονητική της καλαθοσφαίρισης : αρχές, σκοποί. • Φυσική κατάσταση. • Προγραμματισμός του προπονητικού έργου. • Ιδιαιτερότητες προπόνησης γυναικών. • Ιδιαιτερότητες προπόνησης παιδών & εφήβων. • Μέθοδοι προπόνησης. • Βοηθητικά μέσα προπονητικής : τεστ & μετρήσεις. • Καθοδήγηση ομάδας. • Σεμινάριο προπονητικής καλαθοσφαίρισης. **Ενδεικτική βιβλιογραφία** • Αναστασιάδης, Μ. (1995). Η Προπονητική της Καλαθοσφαίρισης. Αθήνα. • Αναστασιάδης, Μ. (1994). Καλαθοσφαίριση «Ομαδική Τεχνική και Τακτική». Αθήνα. • Αναστασιάδης, Μ. (2000). Αναλυτικό Πρόγραμμα Προπόνησης Αρχαρίων Καλαθοσφαίρισης. Αθήνα. • Αναστασιάδης, Μ. (1992). Αναλυτικό Πρόγραμμα Προπόνησης Προαγωνιστικής προετοιμασίας Ομάδας Καλαθοσφαίρισης. Αθήνα. • Αναστασιάδης, Μ. (1997). Προπόνηση αγωνιστικής περιόδου ομάδας Καλαθοσφαίρισης. Αθήνα. • Αναστασιάδης Μ. (1998). Προπόνηση Μεταβατικής Περιόδου στην Καλαθοσφαίριση. Αθήνα.

ΕΙΔΙΚΕΥΣΗ «ΠΕΤΟΣΦΑΙΡΙΣΗ»

Επίκουρος Καθηγητής Ν. Μπεργελές, *Λέκτορας* Γρ. Μαλουσάρης

ΑΠ-470ΠΕ Τεχνική & Μηχαν. Ανάλυση Πετοσφαίρισης (4 δ.μ. – 7^ο, 8^ο εξάμηνο)

ΑΠ-471ΠΕ Προπονητική Πετοσφαίρισης (4 δ.μ. – 7^ο, 8^ο εξάμηνο)

ΑΠ-473ΠΕ Ειδικά Θέματα Πετοσφαίρισης (2 δ.μ. – 7^ο, 8^ο εξάμηνο)

ΑΠ-477ΠΕ Καθοδηγούμενη Μελέτη στην Πετοσφαίριση (2 δ.μ. – 7^ο, 8^ο εξάμηνο)

ΑΠ-479ΠΕ Ομαδική Τακτική Πετοσφαίρισης (4 δ.μ. – 7^ο, 8^ο εξάμηνο)

ΑΠ-480ΠΕ Προπονητική Εξάσκηση Πετοσφαίρισης (4 δ.μ. – 7^ο, 8^ο εξάμηνο)

Γενικοί στόχοι: Εκμάθηση της σωστής εκτέλεσης των δεξιοτήτων της πετοσφαίρισης. Ορθολογική χρησιμοποίηση αυτών των δεξιοτήτων για τη συνεργασία, τις μορφές και την οργάνωση της προπόνησης. Εφαρμογή εξειδικευμένων επιθετικών και αμυντικών συστημάτων και ειδικές στρατηγικές. Καθοδήγηση κατά τη διάρκεια του αγώνα και ειδική προετοιμασία της ομάδας για κάθε αγώνα. Γνώση των βιολογικών προσαρμογών κατά την προπόνηση των αθλητών πετοσφαίρισης για την ανάπτυξη της φυσικής κατάστασης. Προγραμματισμός προπόνησης σε περιόδους και κύκλους. Η προπονητική μονάδα. **Αξιολόγηση:** Εργασίες καταγραφής αγωνιστικής απόδοσης, συλλογής στοιχείων για την ανάπτυξη παιχνιδιού αντιπαλης ομάδας, στατιστική ανάλυση. Παρουσίαση εργασιών, διαλέξεις. Ανασκόπηση βιβλιογραφίας. Διδακτική ικανότητα. Καθοδήγηση ομάδας. Εξετάσεις. **Θεματικές Ενότητες:** • Έννοια, σκοπός & χαρακτηριστικά της προπόνησης : προπονητικοί παράγοντες. • Παιδαγωγικές παράμετροι της προπόνησης : αρχές, μέσα και μέθοδοι ατομικής τεχνικής, τακτικής & συστημάτων. • Δοκιμασία και έλεγχος της απόδοσης των παικτών στην τεχνική, στην τακτική και στον αγώνα. • Θεωρία ατομικής τεχνικής στο σύνδρομο I και μορφές προπόνησης σε ομάδες μέσου και υψηλού επιπέδου. • Θεωρία υποσυστημάτων τεχνικής-τακτικής στο σύνδρομο I και μορφές προπόνησης σε ομάδες μέσου και υψηλού επιπέδου. • Δομή ομάδας και μορφές προπόνησης τεχνικής-τακτικής με βάση την ειδίκευση των παικτών στο Σύνδρομο I. • Συστήματα και προπόνηση στα συστήματα κατά το σύνδρομο I. • Η ατομική

τεχνική στο σύνδρομο II και μορφές προπόνησης σε ομάδες μέσου και υψηλού επιπέδου. • Θεωρία υποσυστημάτων τεχνικής-τακτικής στο σύνδρομο II σε ομάδες μέσου και υψηλού επιπέδου. • Μορφές προπόνησης τεχνικής-τακτικής με βάση την ειδικευση των παικτών στο Σύνδρομο II. • Συστήματα και προπόνηση στα συστήματα κατά το σύνδρομο II. • Καθοδήγηση της ομάδας στον αγώνα. Ειδικές στρατηγικές αγώνα. Ανάλυση αγώνα. • Βιολογικές παράμετροι : φυσιολογικές βάσεις της προπόνησης πετοσφαίρισης. • Προπονητική επιβάρυνση : συνιστώσες. • Ο φυσικός παράγων : ιδιότητες. • Η δύναμη στην πετοσφαίριση : μέθοδοι προπόνησης δύναμης. • Η ταχύτητα στην πετοσφαίριση : μέθοδοι προπόνησης ταχύτητας. • Η αντοχή στην πετοσφαίριση : μέθοδοι προπόνησης αντοχής. • Προγραμματισμός προπόνησης. Είδη προγραμματισμού. • Η περιοδικότητα της προπόνησης. • Ο μικρόκυκλος και η προπονητική μονάδα. • Η πετοσφαίριση στην άμμο. • Μορφές προπόνησης πετοσφαίρισης στην άμμο. • Διαλογή παικτών και έλεγχος της απόδοσης σε όλες τις παραμέτρους ως προς τις μηχανικές ιδιότητες. **Ενδεικτική βιβλιογραφία** • Μπεργελές Ν. (1993). Τεχνική πετοσφαίρισης. Αθήνα. • Σέλλιγκερ, Α. & Άκερμαν, Μπ. (1986). Power Volleyball.. Θεσ/νίκη : Σάλτο. • Μπεργελές, Ν. (1992). Προπόνηση Πασαδόρου. Αθήνα : Αθλότυπο. • Μπεργελές Ν. (1993). Προπονητική πετοσφαίρισης. Αθήνα. • Hartmann, J. & Tüneemann, H. (1989). Σύγχρονη προπόνηση δύναμης. Θεσνίκη : Salto. • Κατσιαδέλλη, Α. & Μπεργελές, Ν. (1982). Πετοσφαίριση. Αθήνα.

ΕΙΔΙΚΕΥΣΗ «ΧΕΙΡΟΣΦΑΙΡΙΣΗ»

Επίκουρος Καθηγητής Ι. Μπάγιος, *Επίκουρος Καθηγητής* Δ. Καρράς

ΑΠ-470ΧΕ Τεχνική & Μηχαν. Ανάλυση Χειροσφαίρισης (4 δ.μ. - 7^ο, 8^ο εξάμηνο)

ΑΠ-471ΧΕ Προπονητική Χειροσφαίρισης (4 δ.μ. - 7^ο, 8^ο εξάμηνο)

ΑΠ-473ΧΕ Ειδικά Θέματα Χειροσφαίρισης (2 δ.μ. - 7^ο, 8^ο εξάμηνο)

ΑΠ-477ΧΕ Καθοδηγούμενη Μελέτη στη Χειροσφαίριση (2 δ.μ. - 7^ο, 8^ο εξάμηνο)

ΑΠ-479ΧΕ Ομαδική Τακτική Χειροσφαίρισης (4 δ.μ. - 7^ο, 8^ο εξάμηνο)

ΑΠ-480ΧΕ Προπονητική Εξάσκηση Χειροσφαίρισης (4 δ.μ. - 7^ο, 8^ο εξάμηνο)

Γενικοί στόχοι: Εμβάθυνση στην ανάλυση των τεχνικών και τακτικών ενεργειών του παιγνιδιού. Μεθοδολογική προσέγγιση των τεχνικών και τακτικών στοιχείων σε άμυνα και επίθεση. Κανονισμοί χειροσφαίρισης. Εκμάθηση της ειδικής προπονητικής της χειροσφαίρισης. Καθοδηγούμενη εξάσκηση προπονητικής χειροσφαίρισης. Εκπόνηση καθοδηγούμενης μελέτης. **Αξιολόγηση:** Εργασίες, πρακτική αξιολόγηση, γραπτές εξετάσεις, διδακτική ικανότητα. **Θεματικές Ενότητες:** • Μηχανική και κινησιολογική ανάλυση τεχνικών στοιχείων. • Ανάλυση σύνθετων κινήσεων άμυνας. • Ανάλυση σύνθετων κινήσεων επίθεσης. • Ανάλυση κινήσεων τερματοφύλακα. • Ανάλυση ατομικής τακτικής άμυνας και επίθεσης. • Ανάλυση τακτικής τμήματος άμυνας και επίθεσης. • Αμυντικά συστήματα. • Σύνθετες άμυνες, προσωπική άμυνα, ειδικές καταστάσεις. • Διάσπαση άμυνας ζώνης, προσωπικής, σύνθετης. • Ειδική κατάσταση επίθεσης. • Ειδική μεθοδολογία ανάπτυξης αιφνιδιασμού. • Τερματοφύλακας : βασικές θέσεις, μετακινήσεις, αποκρούσεις. • Δομή προπόνησης : προπονητική μονάδα, μικρόκυκλος, μεσοκύκλος, μακροκύκλος. • Βασικές αρχές της προπόνησης. • Μέθοδοι προπόνησης. • Προγραμματισμός της προπόνησης. • Φυσική κατάσταση χειροσφαιριστών. • Ατομική προετοιμασία παικτών γηπέδου & τερματοφυλάκων. • Διαιτησία : ο ρόλος του διαιτητή. • Επιλογή παικτών : ιδιαιτερότητες ανά ηλικία και φύλο. • Αξιολόγηση της φυσικής κατάστασης των χειροσφαιριστών. • Βασικές αρχές καθοδήγησης αγώνα. • Στατιστι-

κή αγώνα & «κατασκοπεία». • Ψυχολογική προετοιμασία ομάδας. **Ενδεικτική βιβλιογραφία:**
 • Μπάγιος, Ι.. (1999). Η τεχνική της χειροσφαίρισης. Αθήνα. • Κοτζαμανίδης, Χ. (1992). Αθλητική προπόνηση στο χάντμπωλ. Θεσ/νίκη : Εκδόσεις Χριστοδουλίδη, • Μπάγιος, Ι. (2000). Τακτική της Χειροσφαίρισης. Αθήνα. • Harre, D. (1989). Προπονητική. Αθήνα : Εκδόσεις Παρισιάνος, • Matveyev, L. (1981). Fundamentals of sports training, Moscow. •

ΕΙΔΙΚΕΥΣΗ «ΠΟΔΟΣΦΑΙΡΙΣΗ»

Λέκτορας Α. Σωτηρόπουλος, Ε.Ε.ΔΙ.Π. Δ. Γεωργούλιας

ΑΠ-470ΠΟ Τεχνική & Μηχαν. Ανάλυση Ποδοσφαίρισης (4 δ.μ. - 7^ο, 8^ο εξάμηνο)

ΑΠ-471ΠΟ Προπονητική Ποδοσφαίρισης (4 δ.μ. 7^ο, 8^ο εξάμηνο)

ΑΠ-473ΠΟ Ειδικά Θέματα Ποδοσφαίρισης (2 δ.μ. 7^ο, 8^ο εξάμηνο)

ΑΠ-477ΠΟ Καθοδηγούμενη Μελέτη στην Ποδοσφαίριση (2 δ.μ. 7^ο, 8^ο εξάμηνο)

ΑΠ-479ΠΟ Ομαδική Τακτική Ποδοσφαίρισης (4 δ.μ. 7^ο, 8^ο εξάμηνο)

ΑΠ-480ΠΟ Προπονητική Εξάσκηση Ποδοσφαίρισης (4 δ.μ. 7^ο, 8^ο εξάμηνο)

Γενικοί στόχοι: Η Μεθοδολογία της Ποδοσφαίρισης. Η Βασική Τεχνική. Βασικές αρχές αμυντικής και επιθετικής συνεργασίας σε ομάδες 2-6 παικτών. Παιδικό ποδόσφαιρο. Η Προπονητική της Ποδοσφαίρισης. Ομαδική Τακτική : Επίθεση - Άμυνα. **Αξιολόγηση:** εργασίες, διπλωματική εργασία, εξετάσεις. **Θεματικές Ενότητες:** • Βασική Τεχνική. • Ατομική επίθεση και άμυνα. • Βασικές αρχές ομαδικής άμυνας. • Βασικές αρχές ομαδικής επίθεσης. • Προπόνηση αρχαρίων. • Από το σχολείο στο σύλλογο. • Φυσική κατάσταση. • Μέθοδος προπόνησης. • Η προπόνηση του ποδοσφαιριστή. • Ετήσιος προγραμματισμός. • Ομαδική αμυντική τακτική. • Ομαδική επιθετική τακτική. • Προπόνηση παικτών κατά ηλικίες (6-18). • Τεστ, μετρήσεις, στατιστικά αγώνων. • Καθήκοντα προπονητή : προετοιμασία και καθοδήγηση ομάδας. • Διαλέξεις-σεμινάρια προπονητικής. **Ενδεικτική βιβλιογραφία:** • Μπεκρής, Ε. (1998). Σχεδιάζοντας την ποδοσφαιρική προπόνηση. Αθήνα : Εκδ. Μπουζάλα. • Weineck J. (1997). Προπονητική – Φυσική Κατάσταση – Ποδόσφαιρου. Εκδόσεις Salto. • Bangsbo J. (1994). Προπονητική φυσικής κατάστασης στο ποδόσφαιρο. Θεσ/νίκη. Έκδοση Κων/νος Μανδρούκας. • Σωτηρόπουλος Α. και συν. (2003). Το ποδόσφαιρο. Β' έκδοση. Αθήνα. Εκδόσεις «ΤΕΛΕΘΡΙΟΝ» • Σωτηρόπουλος Α. και συν (2005). Εγχειρίδιο Ποδόσφαιρου. Β' έκδοση. Αθήνα. Εκδόσεις «ΤΕΛΕΘΡΙΟΝ» • Zauli A. (2003). Τακτική στο σύγχρονο ποδόσφαιρο. Επιστημ. Επιμέλεια Σωτηρόπουλος Α., Βούζας Β., Αθήνα. Εκδόσεις Αθλότυπο.

ΕΙΔΙΚΕΥΣΗ «ΑΝΤΙΣΦΑΙΡΙΣΗ»

Επίκουρος Καθηγητής Σ. Δουβής, Ε.Ε.ΔΙ.Π. Ο. Μπατιστάτος

ΑΠ-470ΑΝ Τεχνική & Μηχαν. Ανάλυση Αντισφαίρισης (4 δ.μ. - 7^ο, 8^ο εξάμηνο)

ΑΠ-471ΑΝ Προπονητική Αντισφαίρισης (4 δ.μ. - 7^ο, 8^ο εξάμηνο)

ΑΠ-472ΑΝ Μεθοδολογία Διδασκαλίας Αντισφαίρισης (4 δ.μ. - 7^ο, 8^ο εξάμηνο)

ΑΠ-473ΑΝ Ειδικά Θέματα Αντισφαίρισης (2 δ.μ. - 7^ο, 8^ο εξάμηνο)

ΑΠ-477ΑΝ Καθοδηγούμενη Μελέτη στην Αντισφαίριση (2 δ.μ. - 7^ο, 8^ο εξάμηνο)

ΑΠ-480ΑΝ Προπονητική Εξάσκηση Αντισφαίρισης (4 δ.μ. - 7^ο, 8^ο εξάμηνο)

Γενικοί στόχοι: Μεθοδική διδασκαλία του αθλήματος. Οργάνωση αγώνων. Μεγιστοποίηση της απόδοσης αθλητών υψηλού επιπέδου. Μάρκετινγκ του Αθλήματος. Τένις στους χώρους αναψυχής. **Αξιολόγηση:** γραπτές και πρακτικές εξετάσεις, εκπόνηση εργασιών. **Θεματικές Ενότητες:** • Ιστορική εξέλιξη. • Κανονισμοί - Διαιτησία. • Εξοπλισμός. • Ανάλυση βασικής

τεχνικής. • Μεθοδική διδασκαλία βασικής τεχνικής. • Τεχνική & Τακτική προχωρημένων χτυπημάτων. • Τακτική αγώνων, μονού, διπλού. • Τύπος παικτών • Προπονητική : εισαγωγή, αρχές. • Προγραμματισμός, έλεγχος της προπονητικής πορείας. • Δομή προπονητικής προγραμμάτων. • Προσπατούμενες φυσικές ικανότητες αθλητών τέννις. • Βελτίωση των φυσικών ικανοτήτων του παίκτη σε σχέση με την ηλικία και το επίπεδο. • Ψυχοπνευματική προετοιμασία για προπόνηση υψηλής επίδοσης. • Λειτουργικότητα των ασκήσεων στο πρόγραμμα προπόνησης • Διαμόρφωση της αγωνιστικής προσωπικότητας του παίκτη. • Προπόνηση προχωρημένων παικτών: ατομική, ομαδική. • Στατιστική ανάλυση του παιχνιδιού. • Μάρκετινγκ του Τέννις. • Τέννις για όλους. **Ενδεικτική βιβλιογραφία:** • Δουβής, Σ. (2005). Τέννις Αθήνα. • Μαββίδης Α. (2005). Διδασκαλία της Προπόνησης στο τένις. Αθήνα. • Δουβής, Σ. & Τραυλός, Α. (2000). Μεγιστοποίηση της Ικανότητας Εστίασης της Προσοχής. Αθήνα: Λαβύρινθος.

ΕΙΔΙΚΕΥΣΗ «ΕΠΙΤΡΑΠΕΖΙΑ ΑΝΤΙΣΦΑΙΡΙΣΗ»

Επίκουρος Καθηγητής Σ. Δουβής, Ε.Ε.Δι.Π. Α. Μακρής

ΑΠ-470ΕΑ Τεχνική & Μηχαν. Ανάλυση Επιτρ. Αντισφαίρισης (4 δ.μ. – 7^ο, 8^ο εξάμηνο)

ΑΠ-471ΕΑ Προπονητική Επιτραπέζιας Αντισφαίρισης (4 δ.μ. – 7^ο, 8^ο εξάμηνο)

ΑΠ-472ΕΑ Μεθοδολογία Διδασκαλίας Επιτρ. Αντισφαίρισης (4 δ.μ. – 7^ο, 8^ο εξάμηνο)

ΑΠ-473ΕΑ Ειδικά Θέματα Επιτραπέζιας Αντισφαίρισης (2 δ.μ. – 7^ο, 8^ο εξάμηνο)

ΑΠ-477ΕΑ Καθοδηγούμενη Μελέτη στην Επιτρ. Αντισφαίριση (2 δ.μ. – 7^ο, 8^ο εξάμηνο)

ΑΠ-480ΕΑ Προπονητική Εξάσκηση Επιτρ. Αντισφαίρισης (4 δ.μ. – 7^ο, 8^ο εξάμηνο)

Γενικοί στόχοι: Εκμάθηση της τεχνικής, της τακτικής και της προπονητικής του αθλήματος σε προχωρημένο επίπεδο **Αξιολόγηση:** Γραπές και πρακτικές εξετάσεις εξετάσεις στην διαιτησία - εκπόνηση εργασίας, παρακολούθηση και οργάνωση αγώνων. **Θεματικές Ενότητες:** • Ιστορία του αθλήματος. • Αθλητικός εξοπλισμός. • Κανονισμοί, διαιτησία. • Βασική τεχνική. • Ασκήσεις και προγραμματισμός για αρχάριους. • Βασική τεχνική στα χτυπήματα. • Τακτική επιθετικού, αμυντικού παίκτη. • Τακτική ατομικού, διπλού. Κανονισμοί. • Φυσική κατάσταση & προγραμματισμός. • Προγραμματισμός του προπονητικού έργου. • Προγράμματα ημέρας, μήνα, χρόνου. • Οργάνωση αγώνων κάμπινγκ. • Παρακολούθηση αγώνων σε βίντεο. • Εκπαιδευτική εκδρομή. Σεμινάρια. **Ενδεικτική βιβλιογραφία** • Μεσσήνης, Δ. (1997). Επιτραπέζια Αντισφαίριση από το Α έως το Ω. Αθήνα. • Bucher, W. (1986). Spiel und U-bungsformen im Tischtennis. Schorndorf, Germany : Hofmann. • Perger, M. (1995). Tisch-tennis-Technik. Niedernhausen/Ts, Germany : Falken.

ΕΙΔΙΚΕΥΣΗ «ΠΕΤΟΣΦΑΙΡΙΣΗ ΕΠΙ ΑΜΜΟΥ»

Συντονίστρια: Καθηγήτρια Α. Κατσικαδέλλη

Τα μαθήματα της Ειδίκευσης αφορούν στην παροχή ειδικής γνώσης στο μάθημα της πετοσφαίρισης επί άμμου. Με τον τρόπο αυτό η πετοσφαίριση επί άμμου αντιμετωπίζεται ως ένα ιδιαίτερο και όχι κοινό άθλημα με την πετοσφαίριση της σάλας.

Το πρόγραμμα έχει σχεδιαστεί έτσι ώστε να συνδέει τη θεωρία και την πράξη με την παραγωγή και δίνει τη δυνατότητα στους αποφοίτους να διαδώσουν και να προάγουν το άθλημα μέσα από γνώσεις που συνδέονται όχι μόνο με την προπονητική και τη μεγιστοποίηση της σωματικής απόδοσης αλλά και με την αγοραγνωσία και τη δυνατότητα επιλογής αθλητικών ταλέντων. Στους αποφοίτους χορηγείται Δίπλωμα Ειδίκευσης με τίτλο «Πετοσφαίριση επί

Άμμου». Για την απόκτηση του Διπλώματος αυτού απαιτούνται 20 δ.μ. και 4 δ.μ. για την πτυχιακή εργασία.

ΑΠ-470ΒΑ Τεχνική και Μηχανική Ανάλυση Πετοσφαίρισης Επί Άμμου

(4 δ.μ. -7^ο, 8^ο εξάμηνο). *Λέκτορας* Γ. Μαλουσάρης

Γενικοί στόχοι: Εκμάθηση των δεξιοτήτων που είναι σύμφωνες με τους κανονισμούς του αθλήματος. Δημιουργία κατάλληλων συνθηκών για την επίτευξη στόχων και υψηλών επιδόσεων. **Αξιολόγηση:** Γραπτή και πρακτική εξέταση. **Θεματικές Ενότητες:** • Ιστορία αθλήματος • Τεχνική και ατομική τακτική • Εκμάθηση βασικών δεξιοτήτων που αφορούν την υποδοχή, μεταβίβαση, επίθεση, άμυνα, μπλόκ και σερβίς. • Μέθοδοι διδασκαλίας τεχνικών επιδεξιότητων – Διδακτικά βήματα.

ΑΠ-471ΒΑ Προπονητική Πετοσφαίρισης Επί Άμμου (4 δ.μ. -7^ο, 8^ο εξάμηνο).

Λέκτορας Ι. Λαΐος

Γενικοί στόχοι: Βελτίωση και μεγιστοποίηση φυσικών ικανοτήτων ανάλογα με την ηλικία και το φύλο. Συνδυασμός με την τεχνική και τακτική απόδοση. **Αξιολόγηση:** Γραπτή εξέταση, εργασία. **Θεματικές Ενότητες:** • Μέθοδοι ανάπτυξης φυσικών ικανοτήτων • Ειδική φυσική κατάσταση • Βελτίωση φυσικών ικανοτήτων μέσω της τεχνικής και τακτικής του αθλήματος • Σχεδιασμός επιβάρυνσης και ανάπαυλας ανά περίοδο και προπονητική ενότητα • Διατήρηση αποκτημένων γνώσεων και συντήρηση φυσικών ικανοτήτων • Σχεδιασμός προπονητικών προγραμμάτων.

ΑΠ-473ΒΑ Ειδικά Θέματα Πετοσφαίρισης Επί Άμμου (2 δ.μ. -7^ο, 8^ο εξάμηνο).

Συντονίστρια: Καθηγήτρια Α. Κατσικαδέλλη

Γενικοί στόχοι: α) Εξειδικευμένη γνώση η οποία συμπληρώνει τις ενότητες των μαθημάτων της ειδικότητας (τεχνική ανάλυση, προπονητική, μεθοδολογία διδακτική, καθοδηγούμενη εξάσκηση, καθοδήγηση αγώνων και ομαδική τακτική). β) Παροχή γνώσης που αφορά την πορεία του αναπτυσσόμενου οργανισμού με βάση τις βιολογικές-σωματομετρικές, λειτουργικές, φυσιολογικές-μεταβολές και τη σημαντικότητα της αλληλεπίδρασης γονότυπου και περιβάλλοντος στην αθλητική απόδοση. Δίνεται από μέλη του Διδακτικού Ερευνητικού Προσωπικού, Επισκέπτες Καθηγητές και Ειδικούς Επιστήμονες. **Θεματικές Ενότητες:** Α • Εφαρμοσμένη Εργοφυσιολογία πετοσφαίρισης επί άμμου • Θερμορρύθμιση • Αναπλήρωση υγρών • Η πετοσφαίριση της άμμου στην παιδική ηλικία • Τραυματισμοί στην πετοσφαίριση επί άμμου • Αποκατάσταση τραυματισμών στην πετοσφαίριση επί άμμου • Διατάσεις • Αγοραγνωσία πετοσφαίρισης επί άμμου • Βελτίωση των ατομικών επιδεξιότητων με βάση τη βιντεοανάλυση • Ειδικές συνθήκες αγώνων πετοσφαίρισης επί άμμου (άμμος, ήλιος, βροχή, κρύο, υγρασία, ακραία καιρικά φαινόμενα περιβάλλοντος, υψόμετρο, τζετ-λαγκ) • Ψυχολογική εκπαίδευση (έλεγχος, στρές, αντιπαιώπιση απρόοπτων καταστάσεων, νοερή προπόνηση, αποτελεσματική επικοινωνία, κ.λ.π.) • Ομοιότητες και διαφορές με την πετοσφαίριση της σάλας • Ομοιότητες και διαφορές με τα αθλήματα ρακέτας • Οργάνωση αγώνων • Πετοσφαίριση επί άμμου για όλους • Τρόποι διάδοσης της πετοσφαίρισης επί άμμου και απορρόφηση του προπονητικού δυναμικού της πετοσφαίρισης επί άμμου • Β • Στάδια κινητικής ανάπτυξης • Βιολογική ωρίμανση • Αξιολόγηση επιλεγμένων βιολογικών παραμέτρων • Προφίλ

ΑΠ-477ΒΑ Καθοδηγούμενη Μελέτη στην Πετοσφαίριση Επί Άμμου

(2 δ.μ. - 7^ο, 8^ο εξάμηνο), Καθηγήτρια Α. Κατσικαδέλλη

Γενικοί στόχοι: Βιβλιογραφική ανασκόπηση ενός διερευνημένου θέματος σχετικό με την πετοσφαίριση επί άμμου που επιλέγεται από τον φοιτητή που καταλήγει στη συγγραφή μιας εργασίας υπό την καθοδήγηση μέλους του Διδακτικού Ερευνητικού Προσωπικού. **Αξιολόγηση:** Η αξιολόγηση της απόδοσης του φοιτητή γίνεται με βάση την εκπόνηση της εργασίας η οποία παρουσιάζεται στους φοιτητές της ειδικότητας και συζητείται από αυτούς. Η εργασία αυτή μπορεί να αποτελέσει τον πυρήνα της πτυχιακής εργασίας του φοιτητή.

ΑΠ-479ΒΑ Ομαδική Τακτική Πετοσφαίρισης Επί Άμμου (4 δ.μ. – 7^ο, 8^ο εξάμηνο)

Επίκουρος Καθηγητής Ι. Αγγελονίδης

Γενικοί στόχοι: Εκμάθηση βασικών συστημάτων επίθεσης και άμυνας σε συνδυασμό με τις εκάστοτε καιρικές συνθήκες **Αξιολόγηση:** Γραπτή και πρακτική εξέταση. **Θεματικές Ενότητες:** • Στρατηγικές επίθεσης (υποδοχή, πάσα, επίθεση) • Στρατηγικές άμυνας (σέρβις, μπλοκ, άμυνα) • Στρατηγική αντιμετώπισης ή 2^{ης} επίθεσης • Μεθοδολογία ομαδικής τακτικής – Διδακτικά βήματα. **Ενδεικτική βιβλιογραφία:** • Α. Κατσικαδέλλη, Ι. Αγγελονίδης, Π. Κουντούρης, Ι. Λαΐος (2000). «Πετοσφαίριση-Μεθοδική διδασκαλία».

ΑΠ-480ΒΑ Προπονητική Εξάσκηση Πετοσφαίρισης Επί Άμμου (4 δ.μ. – 7^ο, 8^ο εξάμηνο)

Λέκτορας Ι. Λαΐος, Λέκτορας Π. Κουντούρης

Γενικοί στόχοι: α) Καθοδηγούμενη διδασκαλία εφαρμογής προπονητικών προγραμμάτων ανά περίοδο ανάλογο με το φύλο και την ηλικία. β) Αξιοποίηση των βασικών αρχών της επιστήμης της κινητικής συμπεριφοράς σε συνδυασμό και εφαρμογή με το άθλημα της πετοσφαίρισης επί άμμου. γ) Συστηματική καθοδήγηση για κάθε αγώνα ή τουρνουά σε ατομικό και ομαδικό επίπεδο. **Αξιολόγηση:** Γραπτή και πρακτική εξέταση καθώς και εργασία. **Θεματικές Ενότητες Α** • Εφαρμογή προπονητικών προγραμμάτων ανά περίοδο • Εφαρμογή προπονητικών προγραμμάτων κατά ηλικία • Εφαρμογή προπονητικών προγραμμάτων κατά φύλο • Εφαρμογή επιβαρύνσεων και ανάπαυλας ανάλογα με το στόχο • Εφαρμογή προπονητικών προγραμμάτων σε διαφορετικές καιρικές συνθήκες • Εφαρμογή εξειδικευμένων τεχνικοτακτικών για ειδικές συνθήκες μετά από βιντεοανάλυση • Β • Βασικές αρχές και ορισμός της ανθρώπινης κίνησης • Συνδυασμός και χρήση των βασικών αρχών της ανθρώπινης κίνησης στην πετοσφαίριση επί άμμου • Ενδεικτικά προπονητικά προγράμματα • Γ • Κατασκοπεία • Ανάλυση αντιπάλου • Μέθοδοι • Καθοδήγηση της ομάδας • α) Πριν τον αγώνα (στοιχεία αντιπάλου, βιντεοανάλυση, καιρικές συνθήκες, ψυχολογία, επιλογή τακτικών β) Απολογισμός (η μετά τον αγώνα κριτική και ανάλυση καθώς και έλεγχος της απόδοσης) • Τρόποι ελέγχου της απόδοσης **Ενδεικτική βιβλιογραφία:** • Α. Κατσικαδέλλη, Ι. Αγγελονίδης, Π. Κουντούρης, Ι. Λαΐου «Πετοσφαίριση-Μεθοδική διδασκαλία» (2000).

6. ΤΟΜΕΑΣ ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗΣ & ΧΟΡΟΥ (ΓΧ)

Διευθυντής: Καθηγητής Ηλίας Δήμας

Ο Τομέας Γυμναστικής και Χορού έχει ως αποστολή του τη συστηματική ανάλυση της τεχνικής των ασκήσεων των αθλημάτων Γυμναστικής και των δραστηριοτήτων που ανήκουν στο πεδίο του Χορού, καθώς και την προαγωγή της διδακτικής μεθοδολογίας τους στα διάφορα επίπεδα του αγωνιστικού αθλητισμού και των σχολικών αθλητικο-πολιτιστικών δραστηριοτήτων. Στα πλαίσια της αποστολής του ο Τομέας :

- Ερευνά νέες κατευθύνσεις ανάλυσης και εφαρμογής των *διαφόρων μεθόδων διδασκαλίας* και συστηματοποιεί ερευνητικά τις αντίστοιχες αρχές μάθησης.
- Επιδιώκει τη *μεθοδική εκπαίδευση* των μελλοντικών στελεχών της Φυσικής Αγωγής καθώς και την ειδίκευση των προπονητών των Ολυμπιακών Αθλημάτων.
- Στοχεύει στην αναβάθμιση και την ενίσχυση του αθλητισμού και του πρωταθλητισμού σε αθλήματα και δραστηριότητες της αρμοδιότητάς του.
- Προσφέρει τις *Ειδικεύσεις, Ενόργανη Γυμναστική, Ρυθμική Γυμναστική, και Ελληνικός Παραδοσιακός Χορός*, μέσω του οποίου οι φοιτητές και οι φοιτήτριες του Τμήματός μας έχουν την δυνατότητα να αποκτήσουν εξειδικευμένες *λαογραφικές και χορολογικές γνώσεις και κινητικές εμπειρίες*, ώστε να είναι σε θέση να συμβάλλουν στη μελέτη, στη διάτρηση και στη διάδοση των παραδόσεων και των αρχών της πολιτιστικής μας κληρονομιάς.
- Συμμετέχει σε ερευνητικές και θεωρητικές μελέτες για την *παραγωγή νέας γνώσης* με βάση τις σύγχρονες επιστημονικές μεθόδους, και στα πλαίσια αυτά συνεργάζεται με τα εργαστήρια του Τμήματος και ειδικότερα με αυτά της *Αθλητικής Βιομηχανικής, της Εργοφυσιολογίας και της Αθλητικής Ψυχολογίας - Κινητικής Μάθησης*.

6.1 ΥΠΟΧΡΕΩΤΙΚΑ ΜΑΘΗΜΑΤΑ

ΓΧ-151Υπ Βασική Γυμναστική (Γ) (2 δ.μ. – 1^ο εξάμηνο)

Επίκουρος Καθηγήτρια Κ. Θεοδωράκου

Γενικοί στόχοι: Ψυχοσωματική ανάπτυξη και ισορροπία. Σωματική αυτογνωσία. Εκμάθηση βασικών στοιχείων γύμνασης και βελτίωση των φυσικών ικανοτήτων. Ανάπτυξη τεχνικών και εκφραστικών στοιχείων της κίνησης. Καλλιέργεια ρυθμού. Ανάπτυξη συνθετικής ικανότητας. **Αξιολόγηση:** Εξετάσεις στο θεωρητικό και πρακτικό μέρος του μαθήματος. **Θεματικές Ενότητες:** • Ανάλυση της κίνησης. Γυμναστικοί όροι. • Άσκηση και ρυθμός. • Αντίληψη σώματος & παραγόντων της κίνησης: χώρου, χρόνου, δύναμης, ροής. • Βελτίωση των φυσικών ικανοτήτων του ανθρώπου. • Εξάσκηση σε ειδικές κατηγορίες ασκήσεων για δύναμη, αντοχή, ταχύτητα, ευλυγισία, επιδεξιότητα. • Εκμάθηση διαφόρων ειδών κινήσεων και συνδυασμών αυτών. • Εξάσκηση στη σύνθεση και εκτέλεση απλών και σύνθετων γυμναστικών ασκήσεων. • Ελεύθερη γυμναστική με συνοδεία μουσικής. • Τακτικές γυμναστικές ασκήσεις. • Εξάσκηση σε τεχνικά στοιχεία επιδεξιότητας. • Εξάσκηση σε εκφραστικά και χορευτικά στοιχεία. • Εκμάθηση χορογραφικών στοιχείων για τη σύνθεση ατομικού γυμναστικού προγράμματος. **Ενδεικτική βιβλιογραφία:** • Βασιλόπουλου, Α.,Γ. & Ζουμπούριδη, Ι, Α. (2004). *Η θεωρία της Βασικής Γυμναστικής*. Αθήνα: Τελέθριον. • Cooper, P.S., Trnka, M., Frederick, B. (1993). *Teaching Basic Gymnastics: A Coeducational Approach*. Paramus: Prentice Hall. •

Werner, P. H. (2003). Teaching Children Gymnastics. Human Kinetics Europe Ltd. • Sharkey B. J. (1997). Fitness and health. New Zealand: Human Kinetics.

ΓΧ-151Υπ Βασική Γυμναστική (Α) (2 δ.μ. – 1^ο εξάμηνο)

Επικουρος Καθηγητής Μ. Γκούγκου,

Γενικοί στόχοι: Απόκτηση θεωρητικών γνώσεων και κινητικών δεξιοτήτων της Γυμναστικής, ως βασικού τομέα της Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού. Εκμάθηση των γυμναστικών ασκήσεων, που αποτελούν τα κύρια μέσα για την βελτίωση της φυσικής κατάστασης. **Αξιολόγηση:** Εκπόνηση εργασίας, εξετάσεις. **Θεματικές Ενότητες:** • Ιστορική εξέλιξη της Γυμναστικής. • Οι στόχοι της Γυμναστικής. • Ορολογία και η ταξινόμηση των γυμναστικών ασκήσεων. • Βασικές αρχές της γύμνασης. • Μορφή της γυμναστικής άσκησης : κατεύθυνση, τροχιά, έκταση, αρμονία. • Χρονικά χαρακτηριστικά της γυμναστικής άσκησης : διάρκεια, τέμπο, ρυθμός. • Παράμετροι της φυσικής κατάστασης : η δύναμη, βασική κινητική ικανότητα του ανθρώπου • Παράμετροι της φυσικής κατάστασης : η αντοχή παρατείνει τη ζωή. • Έμφυτες και επίκτητες φυσικές ικανότητες : ταχύτητα και ευλυγισία. • Ικανότητα συναρμογής και εκμάθησης των γυμναστικών ασκήσεων. • Αλληλεπίδραση των βασικών κινητικών ικανοτήτων. • Σύνθετες κινητικές ικανότητες. **Ενδεικτική βιβλιογραφία:** • Γκούγκου Μ. (1998). Η Γυμναστική άσκηση. Αθήνα. • Βασιλόπουλου, Γ. & Ζουμπουρίδη, Α. (1992). Η θεωρία της Βασικής Γυμναστικής. Αθήνα. • Hartman, J., & Tunneemann, H. (1989). Σύγχρονη προπόνηση δύναμης. Θεσ/νικη : Salto.

ΓΧ-155Υπ Ελληνικός Παραδοσιακός Χορός (2 δ.μ. – 1^ο εξάμηνο)

Αναπληρώτρια Καθηγήτρια Μ. Ζωγράφου

Γενικοί στόχοι: Εισαγωγικό μάθημα με στόχο να αποκτήσουν οι φοιτητές (-τριες) μια συνολική εικόνα για τη δομή και λειτουργία του λαϊκού παραδοσιακού χορού, στην Ελλάδα. Για την γνώση και κατανόηση της συνθετότητας του λαϊκού παραδοσιακού χορού η θεωρητική διάσταση συμπληρώνεται και με πρακτική εφαρμογή, με παραδείγματα από όλη την Ελλάδα. **Αξιολόγηση:** Εξετάσεις. **Θεματικές Ενότητες:** • Εισαγωγή στην έννοια του λαϊκού παραδοσιακού χορού & τη σχετική ορολογία. • Αναλυτική παρουσίαση των αρχών του λαϊκού παραδοσιακού χορού ως είδους. • Ο λαϊκός παραδοσιακός χορός στο σύγχρονο ελληνικό περιβάλλον (φοκλор). • Παρουσίαση και εφαρμογή αναλυτικών υποδειγμάτων, αναφορικά με τη δομή. • Παρουσίαση και εφαρμογή αναλυτικών υποδειγμάτων, αναφορικά με το ύφος. • Η τεχνοτροπία του λαϊκού παραδοσιακού χορού. • Ο χορός στις εκδηλώσεις της παραδοσιακής ζωής με έμφαση α) στις πανηγυρικές εκδηλώσεις, β) στα γαμήλια τυπικά, γ) στα ευετηρικά έθιμα. **Ενδεικτική βιβλιογραφία:** • Ζωγράφου, Μ. (1999). Ο χορός στην ελληνική παράδοση. Αθήνα. • Δρανδάκη, Λ. (1993). Ο αυτοσχεδιασμός στον ελληνικό παραδοσιακό χορό. Αθήνα. • Τυροβολά, Β. (1992). Παραδοσιακοί χορευτικοί ρυθμοί. Αθήνα : Εκδ. Gutenberg.

ΓΧ-156Υπ Διδακτική Βασικής Γυμναστικής (Α) (2 δ.μ. – 2^ο εξάμηνο)

Επίκουρος Καθηγητής Μ. Γκούγκου

Γενικοί στόχοι: Η εκμάθηση των μεθόδων γύμνασης σύμφωνα με το επίπεδο φυσικής κατάστασης (ηλικία, φύλο, επάγγελμα). Πρακτική εφαρμογή των μεθόδων γύμνασης στην εκπαίδευση, στον αθλητισμό, στους εργαζόμενους και στην τρίτη ηλικία. **Αξιολόγηση:** Εκπόνηση εργασίας, εξετάσεις. **Θεματικές Ενότητες:** • Ο προσδιορισμός της φυσικής κατά-

στασης : τεστ δύναμης, αντοχής, ταχύτητας, ευλυγισίας, επιδεξιότητας. • Η ορθοσωμία και η σημασία της κατά τη γύμναση. • Η επιλογή των γυμναστικών ασκήσεων σύμφωνα με την αποτελεσματικότητά τους. • Η δομή της ημερήσιας γύμνασης. • Μέθοδοι γύμνασης : η συνεχόμενη προσπάθεια. • Η διαλειμματική προσπάθεια. • Η εκμάθηση οργάνωσης και εφαρμογής της κυκλικής γύμνασης. • Η πρακτική εφαρμογή των σύγχρονων μεθόδων γύμνασης. • Το γυμναστικό παιχνίδι ως μέσο ανάπτυξης των κινητικών ικανοτήτων. • Η γύμναση των εργαζομένων και των ατόμων της τρίτης ηλικίας. • Ο προγραμματισμός της γύμνασης. • Η γενική γυμναστική : αγωνιστική μορφή της γυμναστικής. **Ενδεικτική βιβλιογραφία:** • Γκούγκου, Μ. (1999). Μέθοδοι γύμνασης. Αθήνα : Εκδ. ΙΩΝ. • Βασιλόπουλου, Γ. & Ζουμπουρίδη, Α. (1992). Η θεωρία της Βασικής Γυμναστικής. Αθήνα. • Γκούγκου, Μ. (1995). Η Γύμναση των εργαζομένων. Αθήνα : Τελέθριον.

ΓΧ-156Υπ Διδακτική Βασικής Γυμναστικής (Γ) (2 δ.μ. – 2^ο εξάμηνο)

Επίκουρος Καθηγήτρια Κ. Θεοδωράκου

Γενικοί στόχοι: Ψυχοκινητική ανάπτυξη μέσα από δημιουργικότητα και αυτοσχεδιασμό. Σύνθεση κινητικών σχημάτων σε ατομικό και ομαδικό επίπεδο. Εκμάθηση μεθόδων γύμνασης και εφαρμογή τους σε διάφορες κατηγορίες γυμναζόμενων. Διδακτικά και μεθοδολογικά στοιχεία του μαθήματος της Γυμναστικής. **Αξιολόγηση:** Εξετάσεις στο θεωρητικό και πρακτικό μέρος **Θεματικές Ενότητες:** • Δημιουργική κίνηση και αυτοσχεδιασμός. • Μέθοδοι γύμνασης. • Άσκηση με γυμναστικά όργανα. • Γυμναστικά παιδαγωγικά παιχνίδια. • Βασικά στοιχεία αεροβικής γυμναστικής. • Ομαδικές γυμναστικές ασκήσεις : σύνθεση ομαδικών γυμναστικών προγραμμάτων με χορογραφικά στοιχεία. • Γύμναση για διάφορες ηλικίες ασκούμενων. • Ασκήσεις που επιβαρύνουν το μυο-σκελετικό σύστημα. • Προγραμματισμός του μαθήματος της γυμναστικής. • Εξάσκηση διδακτικής ικανότητας. • Δοκιμασίες αξιολόγησης φυσικής κατάστασης. • Επιδείξεις και εκδηλώσεις γυμναστικής. **Ενδεικτική βιβλιογραφία:** • Θεοδωράκου, Κ. (2004). Δημιουργική Γυμναστική. Αθήνα. • Gallahue, D. L: (2002). Αναπτυξιακή Φυσική Αγωγή για τα Σημερινά Παιδιά. University Studio Press. Θεσσαλονίκη. • Cone, T. (1998). Interdisciplinary Teaching Through Physical Education. (2nd ed.). Champaign, IL: Kinetics Publishing. • Mosston, M. and Ashworth, P. C. (1995). Teaching Physical Education. (4th ed.) New York: Macmillan.

ΓΧ-159Υπ Διδακτική Ελληνικών Παραδοσιακών Χορών (2 δ.μ.– 2^ο εξάμηνο)

Καθηγητής Η. Δήμας, *Επίκουρος Καθηγήτρια* Β. Τυροβολά, *Λέκτορας* Γ. Ρούμπης
Ε.Ε.ΔΙ.Π. Στ. Σπηλιάκος

Γενικοί στόχοι: Εκμάθηση και εφαρμογή των βασικών αρχών της διδακτικής των Ελληνικών Παραδοσιακών Χορών. **Αξιολόγηση:** Πρακτική και γραπτή εξέταση **Θεματικές Ενότητες:** • Αρχές μάθησης : θεωρητικά μοντέλα. • Αρχές διδασκαλίας • Μεθοδολογία της διδασκαλίας των Ελληνικών Παραδοσιακών Χορών - Α μέρος : μερική προοδευτική μέθοδος. • Μεθοδολογία της διδασκαλίας των Ελληνικών Παραδοσιακών Χορών - Β μέρος : ολική μέθοδος. • Μεθοδολογία της διδασκαλίας των Ελληνικών Παραδοσιακών Χορών - Γ μέρος : μιμητική μέθοδος. • Εισαγωγή στη μέθοδο της μουσικο-κινητικής ανάλυσης των Ελληνικών Παραδοσιακών Χορών. • Έννοια και ορισμός του ρυθμού. • Οι Ελληνικοί Παραδοσιακοί χορευτικοί ρυθμοί ως αντικείμενο μελέτης της συνολικής διδακτικής διαδικασίας. • Το ρυθμικό σχήμα ως τρόπος οργάνωσης του ήχου και της κινητικής-χορευτικής αιτιώδους σχέσης. • Ρυθμική οργάνωση και αυτοσχεδιασμοί. • Παρουσίαση εργασιών. **Ενδεικτική βιβλιογραφία:** • Δήμας,

H. (2005). Λαϊκή μουσικοχορευτική παράδοση και νέοι. Χορευτικές συνήθειες των φοιτητών – τριων της Ελλάδος. Αθήνα. • Τυροβολά, Β. (1996). Οι Ελληνικοί παραδοσιακοί χορευτικοί ρυθμοί. Αθήνα : Εκδόσεις Gutenberg.

ΓΧ–252Υπ Ενόργανη Γυμναστική (3 δ.μ. – 3^ο εξάμηνο)

*Επίκουρος Καθηγητής Σ. Καμπιώτης, Λέκτορας Γ. Ντάλλας
Ε.Ε.ΔΙ.Π. Σ. Αντωνίου, Μ. Μαρτίδης*

Γενικοί στόχοι: Είναι η θεωρητική κατάρτιση, η πρακτική εξάσκηση και η πρακτική διδασκαλία σύμφωνα με τους κανόνες της Μεθοδικής και της Διδακτικής, απλών ασκήσεων από τις διάφορες δομικές ομάδες. Η εφαρμογή των βοηθειών και των μέτρων ασφαλείας και η εκμάθηση των βασικών ασκήσεων, στα έξι (6) όργανα και στα (4) γυναικών. **Αξιολόγηση:** Προφορική εξέταση, πρακτική εξέταση, γραπτές εξετάσεις **Θεματικές Ενότητες:** • Ιστορική προσέγγιση της Ενόργανης Γυμναστικής. • Η Ενόργανη Γυμναστική στο Σχολείο και στο Σύλλογο. • Μέθοδοι διδασκαλίας. Τρόποι καθοδήγησης • Παράμετροι των ασκήσεων (δομή, μορφή, κατηγοροποίηση, ταξινόμηση, φάσεις, λάθη κ.λ.π.). • Στοιχεία Μηχανικής των Ασκήσεων. • Κατάρτιση και πρακτική εξάσκηση πάνω σε στοιχειώδεις, απλές και βασικές ασκήσεις και στις παραμέτρους αυτών. • Άλματα, στροφές, ισοροπίες. • Ειδικά θέματα και Θεωρητικά πλαίσια συνδεδεμένα με την Ε.Α.Γ. • Οργάνωση του μαθήματος της Ενόργανης Γυμναστικής. **Ενδεικτική βιβλιογραφία** • Καμπιώτης, Σ. (2004). Αρχές και Στοιχεία της Ενόργανης Γυμναστικής. Εκδόσεις Τελέθριον. Αθήνα. • Ντάλλας, Γ. (2004). Ενόργανη γυμναστική. Τεχνική ανάλυση των ασκήσεων. Αθήνα • Σατρατζέμης, Ι. (1999). Η Θεωρία της Ενόργανης Γυμναστικής. Αθήνα. • Chadjev, N. (1985). Gymnastika. Sofia. • Μαρτίδης Μ. (2000). Γυμναστική Ορολογία. Αθήνα

ΓΧ–255Υπ Ρυθμική Αγωνιστική Γυμναστική (Γ) (3 δ.μ. – 4^ο εξάμηνο)

Λέκτορας Δ. Τσοπάνης

Γενικοί στόχοι: Θεωρητική κατάρτιση, μεθοδική διδασκαλία και εφαρμογή στο βασικό επίπεδο διδασκαλίας του μαθήματος **Αξιολόγηση:** Γραπτή και πρακτική εξέταση. **Θεματικές Ενότητες:** • Ιστορική αναδρομή. • Αγωγή στο ρυθμό. • Βασικές αρχές μεθοδολογίας. • Ασκήσεις χωρίς όργανο. • Τεχνική των οργάνων. • Σύνθεση ασκήσεων και συνδυασμοί αυτών. • Εξάσκηση διδακτικής ικανότητας. • Τεχνικοί κανονισμοί. • Σύνθεση προγραμμάτων με μουσική. • Προσανατολισμός στον πρωταθλητισμό. **Ενδεικτική βιβλιογραφία:** • Arago-Scermelj, M., Piazza, M., Ros Ato M.R., & Sensi, S. (1999) Ginastica Ritmica. Padova : Piccin Nuovw Libreria S.p.A. • Jastrjemskaia, N., & Titov, Y. (1999). Rhythmic Gymnastic. Champaign : Human Kinetics. • Jastrejskaya, N., (1995). Rhythmic Sportive Gymnastics Theory and Practice. Lausanne : Federation Internationale de Gymnastique.

6.2 ΕΠΙΛΟΓΗΣ ΜΑΘΗΜΑΤΑ

ΓΧ–160Επ Αεροβική Γυμναστική (2 δ.μ.)

Επίκουρος Καθηγήτρια Κ. Θεοδωράκου

Γενικοί στόχοι: Η επιστημονική γνώση της αερόβιας άσκησης. Βασικές ασκήσεις. Προγραμματισμός του μαθήματος. Μέθοδοι διδασκαλίας. **Αξιολόγηση:** θεωρητική & πρακτική εξάσκηση. **Θεματικές Ενότητες:** • Έννοια και σκοπός του μαθήματος. • Μέσα της αεροβικής γυμναστικής. • Βασικές ασκήσεις, Μουσική, Βήματα. • Τύποι μαθήματος. • Αρχές αερόβιας

άσκησης (ένταση, διάρκεια και συχνότητα του προγράμματος). • Παράγοντες που επηρεάζουν την ένταση του προγράμματος. • Προγραμματισμός του μαθήματος. • Καθοδήγηση (προφορικός και οπτικός τρόπος, προκαθορισμένα σήματα χειρών). • Προϋποθέσεις σύνθεσης και ανάπτυξης του μαθήματος. • Μέθοδοι ανάπτυξης του μαθήματος, χορογραφίες, συνδυασμοί. • Μέθοδοι διδασκαλίας. • Ημερήσιο πρόγραμμα. **Ενδεικτική βιβλιογραφία:** • Kennedy, C.A., Yoke, M.M. (2005). *Methods of group exercise instruction*. Champaign, IL: Human Kinetics Publishers, Inc. • Aerobics and Fitness Association of America. (2002). *Fitness theory and practice* (4th ed.). California: AFAA. • American Council on Exercise. (1995). *Group fitness instructor manual*. San Diego, CA: ACE Publications Dept. • American Council on Exercise. (1995). *Aerobics Instructor manual*. San Diego, CA: ACE. Boston, MASS: Reebok University Press.

ΓΧ-172Επ Κινητική Αγωγή - Αυτοσχεδιασμός (2 δ.μ.)

Επίκουρος Καθηγήτρια Κ. Θεοδωράκου

Γενικοί στόχοι: Η ανάπτυξη του ατόμου σε σωματικό, ψυχοκινητικό και κοινωνικό επίπεδο μέσα από την άσκηση και τον αυτοσχεδιασμό. Το μάθημα έχει παιδαγωγική προσέγγιση και αφορά τη γύμναση ελεύθερα στο χώρο και με γυμναστικά όργανα. **Αξιολόγηση:** γραπτή & πρακτική εξέταση. **Θεματικές Ενότητες:** • Η γυμναστική από τη σκοπιά της δημιουργικότητας και του αυτοσχεδιασμού. • Ανάλυση της κίνησης - Είδη κινήσεων. • Ατομικές ασκήσεις. • Συνασκήσεις. • Εξάσκηση με μουσική. • Ατομικές και ομαδικές συνθέσεις. • Άσκηση στα / με τα γυμναστικά όργανα. • Μεθοδολογία - Οργάνωση του μαθήματος. **Ενδεικτική βιβλιογραφία:** • Θεοδωράκου, Κ. (2004). *Δημιουργική Γυμναστική*. Αθήνα. • Sawyer, R. K., Moran, S., John-Steiner, V., Sternberg, R., Feldman, D.H., Csikszentmihalyi, M., Nakamura, J. (2003). *Creativity and development*. Oxford University Press. • Dauer, Y.P. and Pangrazi, R. P. (1989). *Dynamic Physical Education for Elementary School children*. (9th ed.). New York: Macmillan. • Carroll, M. E. & Manners, H. K. (1991). *Movement Education Leading to Gymnastics : A Session by Session Approach to Key Stage 1*. Philadelphia : Taylor & Francis.

ΓΧ-188Επ Λαϊκοί Χοροί Άλλων Χωρών (2 δ.μ.)

Επίκουρος Καθηγήτρια Π. Μπουρνέλλη

Γενικοί στόχοι: Ο σεβασμός στις ιδιαιτερότητες κάθε λαού, έτσι όπως αυτές εκφράζονται μέσα από τη λαϊκή μουσική, τα τραγούδια και τους λαϊκούς χορούς. Ανάπτυξη της κινητικής δημιουργικότητας και συνεργατικής επικοινωνίας. **Αξιολόγηση:** Εκπόνηση εργασίας, εξετάσεις. **Θεματικές Ενότητες:** • Βασικές έννοιες : χορός, λαϊκός χορός, παιδαγωγική, διαπολιτιστική προσέγγιση. • Παρακολούθηση και ανάλυση βιντεοσκοπημένου υλικού με ιστορικά, πολιτιστικά, τοπογραφικά και ανθρωπολογικά χαρακτηριστικά της χώρας που αντιστοιχεί στον εκάστοτε λαϊκό χορό. • Ανάλυση της δημιουργικής μεθόδου διδασκαλίας και των παραγόντων που επιδρούν θετικά (κλίμα ελευθερίας, αποδοχής και επικοινωνίας μέσα στην ομάδα). • Έκφραση των δημιουργικών ικανοτήτων με απλές κινητικές φόρμες λαϊκών χορών (εφαρμογές). • Βιωματική προσέγγιση των λαϊκών χορών από άλλες χώρες, ως προς τη μουσική, τα εθνογραφικά και τα κινητικά στοιχεία (εφαρμογές). • Βασικά χαρακτηριστικά των Ευρωπαϊκών λαϊκών χορών Γαλλίας, Γερμανίας & Μ. Βρετανίας (εφαρμογές). • Βασικά χαρακτηριστικά των Ευρωπαϊκών λαϊκών χορών Ιταλίας & Ισπανίας (εφαρμογές). • Βασικά χαρακτηριστικά των Ευρωπαϊκών λαϊκών χορών Ουγγαρίας, Γιουγκοσλαβίας & Ρωσίας (εφαρμογές). • Βασικά χαρακτηριστικά των Αμερικάνικων λαϊκών χορών (εφαρμογές). •

Βασικά χαρακτηριστικά των Ασιατικών λαϊκών χορών (εφαρμογές). • Βασικά χαρακτηριστικά των Αφρικανικών λαϊκών χορών (εφαρμογές). • Απλοποίηση και προσαρμογή των λαϊκών χορών στα γνωστικά, συναισθηματικά και κινητικά χαρακτηριστικά των παιδιών. **Ενδεικτική βιβλιογραφία:** • Μπουρνέλλη, Π. (2000). Λαϊκοί χοροί απ' όλο τον κόσμο. Αθήνα. • Christy, L. (1998). Multicultural Folk Dance Guide. U.S.A. : Human Kinetics • Scmolke, A. (1959). Europäische Tanze. Germany : Moseler, Wolfenbutter.

ΓΧ-189Επ Δημιουργικός Χορός Ι (2 δ.μ.)

Επίκουρος Καθηγήτρια Π. Μπουρνέλλη

Γενικοί στόχοι: Ανάπτυξη της αισθητικής αγωγής, της μη λεκτικής επικοινωνίας, της έκφρασης και της δημιουργίας. **Αξιολόγηση:** εκπόνηση εργασίας, εξετάσεις. **Θεματικές Ενότητες:** • Βασικές έννοιες : ορχηστρική, χορός. • Δημιουργικότητα, κινητική δημιουργικότητα, δημιουργικός χορός. • Παράγοντες που επιδρούν στην έκφραση των δημιουργικών ικανοτήτων (νοημοσύνη, προσωπικότητα, περιβάλλον). • Αγωγή και δημιουργικότητα, Φυσική Αγωγή και δημιουργικότητα. • Ειδικά προγράμματα ανάπτυξης της κινητικής δημιουργικότητας : διδακτικοί στόχοι, περιεχόμενο-θέματα, μέθοδος διδασκαλίας, αξιολόγηση. • Ανάλυση των διδακτικών στόχων. • Ανάλυση περιεχομένου και θεμάτων. • Ανάλυση της δημιουργικής μεθόδου διδασκαλίας. • Κινητική δημιουργική έκφραση στη Φυσική Αγωγή. • Κινητική δημιουργική έκφραση στο χορό. • Βασικά στοιχεία χορογραφίας δημιουργικού χορού. • Εφαρμογές του δημιουργικού χορού στη Φυσική Αγωγή. **Ενδεικτική βιβλιογραφία:** • Μπουρνέλλη, Π. (2000). Κινητική Δημιουργικότητα - Ανάπτυξη & Έκφραση. Αθήνα. • Pinkly, C. (1980). Creativity in Dance. Sydney : Alternative Publ. Co-Oper. Ltd. • Joyce, M. (1984). First Steps in Teaching Creative Dance to Children. California : National Press Book.

ΓΧ- 125Επ- Θεατρικό Παιχνίδι (2 δ.μ.)

Επίκουρη Καθηγήτρια Π. Μπουρνέλλη

Γενικοί στόχοι: Ανάπτυξη των δημιουργικών ικανοτήτων, της αισθητικής αγωγής και της επικοινωνίας. Αφύπνιση των εκφραστικών ικανοτήτων και καλλιέργεια της δυναμικής της ομάδας. **Αξιολόγηση:** Εκπόνηση εργασίας, εξετάσεις. **Θεματικές ενότητες** • Εισαγωγή στις έννοιες, θεατρικό παιχνίδι, δραματοποίηση. • Στοιχεία δραματοποίησης. • Δραματοποίηση χωρίς λόγο. • Ο αυτοσχεδιασμός στο θεατρικό παιχνίδι. • Εισαγωγή στη σωματική έκφραση • Εισαγωγή στη μη λεκτική επικοινωνία. • Ανάλυση των διδακτικών στόχων. • Ανακάλυψη και έκφραση δημιουργικών ικανοτήτων. • Ελευθερία έκφρασης με λόγο και κίνηση. • Ανάπτυξη θεατρικού παιχνιδιού με οπτικοακουστικά μέσα. **Ενδεικτική βιβλιογραφία** • Άλκιστης, (1993). *Η δραματοποίηση για παιδιά*. Αθήνα: Άλκιστης. • Κουρετζής, Λ., (1991). *Το θεατρικό παιχνίδι*. Αθήνα: Καστανιώτης. • Faure, G., Lascar, S., (1990). *Το θεατρικό παιχνίδι στο νηπιαγωγείο και στο δημοτικό σχολείο*, (μετ. Στρουμπούλη Α.). Αθήνα: Gutenberg.

6.3 ΕΙΔΙΚΕΥΣΗ «ΕΛΛΗΝΙΚΟΣ ΠΑΡΑΔΟΣΙΑΚΟΣ ΧΟΡΟΣ»

Συντονιστής Καθηγητής Ηλίας Δήμας

Στους αποφοίτους χορηγείται δίπλωμα Ειδίκευσης με τίτλο «Ελληνικός Παραδοσιακός Χορός». Για τους κατόχους του υπάρχει ένα ευρύ πεδίο δράσης, επαγγελματικής σταδιοδρομίας και απασχόλησης. Το πεδίο αυτό περιλαμβάνει θέσεις εργασίας σε όλο το φάσμα της

δημόσιας και ιδιωτικής εκπαίδευσης (πρωτοβάθμια και δευτεροβάθμια) σε ιδιωτικά γυμναστήρια και τοπικής αυτοδιοίκησης σε καλλιτεχνικά σωματεία, χορευτικούς ομίλους, σχολές χορού και θεάτρου, καθώς επίσης και σε χώρους εργασίας και αναψυχής σε χειμερινά και θερινά θέρετρα ή ακόμα σε ειδικούς πληθυσμούς, όπως ηλικιωμένοι ή άτομα με ειδικές ανάγκες.

ΓΧ-461ΕΧ Ανάλυση και Κριτική του Χορού - Εισαγωγή στην Αισθητική Μορφολογία (2 δ.μ. - 8ο εξάμηνο) *Επίκουρος Καθηγήτρια Β. Τυροβολά*

Γενικοί στόχοι: Εφαρμογή της Αισθητικής στο πεδίο έρευνας του χορού με αναλυτικές προσεγγίσεις από χώρους των Κοινωνικών επιστημών, της Κριτικής, της χορογραφίας και των θεωριών της κίνησης. **Αξιολόγηση:** Εκπόνηση γραπτής εργασίας, εξετάσεις. **Θεματικές Ενότητες:** • Ανάλυση και Κριτική του χορού. Προσδιορισμός επιστημονικού πεδίου. • Ανάλυση της κίνησης και της σημειογραφίας. • Ερμηνεία του χορού : Κοινωνικό-πολιτιστικό περιβάλλον, σκοπός, είδος, ύφος. • Αξιολόγηση του χορού : Λειτουργίες και σκοποί που εξυπηρετεί ως καλλιτεχνικό, κοινωνικό και τελετουργικό προϊόν. • Εισαγωγή στην Αισθητική Μορφολογία : σκοποί και χρήσεις της. • Η δομική-μορφολογική ανάλυση ως τρόπος προσέγγισης της αισθητικής και της δημιουργικότητας του Ελληνικού χορού. • Θεωρίες της Αισθητικής και της Τεχνοκριτικής. Συστήματα κριτικής και αξιολόγησης του Ελληνικού χορού. • Χορός και σημασία : Εφαρμογή των θεωριών της Αισθητικής, του Δομισμού, της Σημειωτικής, του Ιστορικού υλισμού, και του Μεταδοτισμού στην ανάλυση του χορού. Η Σημαντική και Κοινωνική Ανάλυση στην έρευνα του χορού. • Αισθητικές κατηγορίες : Εισαγωγή στις κριτικές κατηγορίες του Stolnitz και η εφαρμογή τους στον Ελληνικό χορό. Κριτήρια αισθητικής αξιολόγησης. • Μορφολογική προσέγγιση και Φορμαλισμός. • Ο ρόλος του χορού στην ιστορία της κοινωνικής συνείδησης, η αλληλεξάρτηση με την κοινωνική ζωή και τα άλλα πολιτιστικά φαινόμενα (μουσική & ποίηση). • Εξέταση των καλλιτεχνικών προβλημάτων που αφορούν στις σχέσεις μορφής / περιεχομένου, τέχνης του λαϊκού χορού / ιδεολογίας, καλλιτεχνικής μορφής / ιδεολογικού περιεχομένου. **Ενδεικτική βιβλιογραφία:** • Τυροβολά, Β. Κ. (2000). *Ειδικά Χορολογικά Θέματα Ι..* Αθήνα : Gutenberg. • Adshead, J. (ed.)-Brigingshaw V.-Hodgens P.-Huxley M., (2006), *Ανάλυση του Χορού. Θεωρία και Πράξη*, μτφ/επιμ. Βασιλική Κ. Τυροβολά- Μαρία Ι. Κουτσούμπα, εκδ. Πασχαλίδη, Αθήνα. • Copeland, R. & Cohen, M. (1983). *What is Dance ? Readings in Theory and Criticism.* Roger Copeland and Marshall Cohen (Eds). N.Y. : Oxford Univer. Press.

ΓΧ-462ΕΧ Καθοδηγούμενη Εξάσκηση Ελληνικού Παραδοσιακού Χορού (2 δ.μ.) *Καθηγητής Η. Δήμας, Επίκουρος Καθηγήτρια Β. Τυροβολά, Λέκτορας Γ. Ρούμπης* *Ε.Ε.ΔΙ.Π. Στ. Σπηλιάκος.*

Γενικοί στόχοι: Η πρακτική εξάσκηση και η εκμάθηση των παραδοσιακών χορών των διαφόρων περιοχών της Ελλάδας. **Αξιολόγηση:** Πρακτική εξέταση. **Θεματικές Ενότητες:** • Χοροί Ηπείρου. • Χοροί Θεσσαλίας. • Χοροί Πελοποννήσου. • Χοροί Ρούμελης. • Χοροί Μακεδονίας. • Χοροί Θράκης (ανατολικής, βόρειας & δυτικής). • Χοροί Μικράς Ασίας (Πόντου, Χερσονήσου Ερυθραίας & Καππαδοκίας). • Χοροί Κρήτης. • Χοροί Νησιών Αιγαίου. • Χοροί Νησιών Ιονίου. • Χοροί Κύπρου. **Ενδεικτική Βιβλιογραφία:** • Δήμας, Η. (1993). *Η χορευτική παράδοση της Ηπείρου.* Αθήνα. • Τυροβολά, Β. Κ. (2000). *Ο Ελληνικός χορός : Μια διαφορετική προσέγγιση.* Αθήνα : Εκδ. Gutenberg.

ΓΧ-463ΕΧ Διδακτική Ελληνικού Παραδοσιακού Χορού (3 δ.μ. - 5ο εξάμηνο)

Καθηγήτριας Η. Δήμας, Επίκουρος Καθηγήτρια Β. Τυροβολά, Λέκτορας Γ. Ρούμπτης
Ε.Ε.ΔΙ.Π. Στ. Σπηλιάκος.

Γενικοί στόχοι: Η σπουδή και η εφαρμογή των βασικών μεθοδολογικών αρχών στη διδασκαλία του παραδοσιακού χορού σε όλες τις ηλικίες. **Αξιολόγηση:** Πρακτική και γραπτή εξέταση **Θεματικές Ενότητες:** • Αρχές μάθησης (θεωρητικά μοντέλα). • Εφαρμογή των αρχών της μάθησης στη διδασκαλία του Ελληνικού παραδοσιακού χορού. • Κριτική των μοντέλων διδασκαλίας του χορού. • Αρχές μάθησης ενηλίκων. • Τα βασικά χαρακτηριστικά των ενηλίκων εκπαιδευομένων και οι συνέπειες τους για τον εκπαιδευτή του χορού. • Μέθοδοι διδασκαλίας του χορού : Ανάλυση και εφαρμογή της προσδευτικής μεθόδου. • Μέθοδοι διδασκαλίας του χορού : Ανάλυση και εφαρμογή της ολικής μεθόδου. • Μέθοδοι διδασκαλίας του χορού : Ανάλυση και εφαρμογή της πρωτογενούς ή μιμητικής μεθόδου. • Μέθοδοι διδασκαλίας του χορού : Ανάλυση και εφαρμογή της μεθόδου των κοινών κινητικών μοτίβων. • Η οργάνωση του μαθήματος. **Ενδεικτική Βιβλιογραφία:** • Δήμας, Η. (2005). Λαϊκή μουσικοχορευτική παράδοση και νέοι. Χορευτικές συνήθειες των φοιτητών – τριών της Ελλάδος. Αθήνα. • Morris, B. (1990). Θεωρίες μάθησης για εκπαιδευτικούς. Αθήνα : Εκδ. Πατάκη. • Ζέρβας, Γ. (1994.) Εισαγωγή στην Κινητική Συμπεριφορά, Κινητικός Έλεγχος και Μάθηση. Αθήνα. • Rogers, A. (1999). Η εκπαίδευση των ενηλίκων. Αθήνα : Εκδ. Μεταίχιμο.

ΓΧ-464ΕΧ Μορφολογία Ελληνικού Παραδοσιακού Χορού (3 δ.μ. - 5ο εξάμηνο)

Επίκουρος Καθηγήτρια Β. Τυροβολά

Γενικοί στόχοι: Η παρουσίαση του αντικειμένου και της μεθόδου της Μορφολογίας, όπως διαμορφώθηκε στα πλαίσια της Ανθρωπολογικής-Κοινωνιολογικής σκέψης, έρευνας και Χορολογικής πρακτικής. Η μελέτη της μορφής και της δομής του χορού. Τυπολογία. Η παρουσίαση των μεθόδων ταξινόμησης με βάση τις έννοιες «μορφή» και «δομή». **Αξιολόγηση:** Εκπόνηση γραπτής εργασίας, εξετάσεις. **Θεματικές Ενότητες:** • Ανάλυση της χορευτικής μορφής (θεωρητικές βάσεις, μέθοδοι και τεχνικές ανάλυσης – τεχνοτροπικά σχήματα) • Ανάλυση της κίνησης και σημειογραφία (εισαγωγή στις θεωρίες του Labanotation Movement Analysis (L.M.A.), των P. Conte και V. Proca). • Ανάλυση συστατικών στοιχείων του χορού. Μέθοδοι προσέγγισης του ύφους. • Σχέσεις χορού και μουσικής (μουσική / ρυθμός / ρυθμική οργάνωση / χορός – ανάλυση της δομής του χορού σε σχέση με την ανάλυση της δομής της μουσικής) • Αναγνώριση χορευτικής μορφής. Μοντέλα φόρμας. • Βασικές αρχές της Τυπολογίας (ο τύπος ως βασική μονάδα διαίρεσης και ταξινόμησης του χορευτικού υλικού) • Μέθοδοι ταξινόμησης. Κριτήρια ταξινόμησης. Χαρτογράφηση μορφικών τύπων κατά περιοχές της Ελλάδας. • Επεξήγηση της χορευτικής μορφής (θεωρητικές βάσεις & μέθοδοι προσέγγισης) • Ανάλυση των αμοιβαίων ιστορικών επιδράσεων και ανταλλαγών ανάμεσα στο χορό και την κοινωνία. Κατανόηση των σχέσεων χορευτικής μορφής/ περιεχομένου, χορευτικής μορφής/ κοσμοθεωρίας • Η συμβολική – ερμηνευτική προσέγγιση της χορευτικής μορφής. • Η έννοια τελεουργία / χορευτική μορφή σε σχέση με τα χορευτικά συστήματα. • Εξέλιξη, πολιτισμός, κουλτούρα, διαδικασία και δομή : Η σχέση τους με της μορφή του χορού. **Ενδεικτική βιβλιογραφία:** • Τυροβολά, Β. Κ. (2001). Ο Ελληνικός χορός : Μια διαφορετική προσέγγιση. Αθήνα : Gutenberg • Ζωγράφου, Μ., (1999). Ο χορός στην Ελληνική Παράδοση. Αθήνα. • Royce, P. A. (1980). The Anthropology of Dance. Indiana : University Press, p.p. 177-191. Επιμέλεια / μετφρ. Β. Τυροβολά.

ΓΧ-465ΕΧ Ιστορία Ελληνικού Παραδοσιακού Χορού (2 δ.μ. - 4ο εξάμηνο)

Αναπληρώτρια Καθηγήτρια Μ. Ζωγράφου

Γενικοί στόχοι: Η κατανόηση της αναγκαιότητας της ιστορίας του χορού για την εκτίμηση του εύρους και της ποικιλίας της χορευτικής πρακτικής καθώς επίσης και της σημασίας της για την ανθρώπινη ζωή. Με έμφαση στις διαφορετικές περιόδους της Ελληνικής ιστορίας. Τα ιστορικά δεδομένα για το χορό προσεγγίζονται και αναλύονται με αναφορά στις σύγχρονες μεθόδους της ιστορικής έρευνας. **Αξιολόγηση:** επισκέψεις σε βιβλιοθήκες και αρχεία, εξετάσεις ή εργασία. **Θεματικές Ενότητες:** • Εισαγωγή στην ιστορική έρευνα. • Πρωτογενείς μορφές χορευτικής έκφρασης, προϊστορικοί χρόνοι. • Ο χορός στην αρχαία Ελλάδα. • Λογοτεχνικές πηγές. • Εικαστικές πηγές. • Ελληνιστικοί χρόνοι. • Ο χορός στο Βυζάντιο • Τουρκοκρατία – περιηγητικός κύκλος. • Αρχές του 20ου αιώνα : Οι πρώτες Πανελλήνιες και τοπικές εκδόσεις (κριτική παρουσίαση). • Η ιστορική έρευνα σήμερα : προοπτική. **Ενδεικτική βιβλιογραφία:** • Κράους, Π. (1980). Ιστορία του χορού. Μετάφραση Σιδηρόπουλου-Κακαβούλια Αθήνα : Νεφέλη. • Lawler, L. (1984). Ο χορός στην αρχαία Ελλάδα. Μετάφραση Μ. Δημητριάδη – Ψαροπούλου. Αθήνα : Κέντρο Παραδοσιακού Χορού • Hobsbawn E. (1997) Για την ιστορία. Μεταφρ.Π. Ματάλας. Αθήνα : Θεμέλιο

ΓΧ-466ΕΧ Ειδικά Θέματα Ελληνικού Παραδοσιακού Χορού (3 δ.μ. - 7ο εξάμ.ηνο)Καθηγητής Η. Δήμας, Επίκουρος Καθηγήτρια Β. Τυροβολά, Λέκτορας Γ. Ρούμπης
Ε.Ε.ΔΙ.Π. Στ. Σπηλιάκος.

Γενικοί στόχοι: Το περιεχόμενο του μαθήματος αυτού σχετίζεται με τη συμβολή του ελληνικού παραδοσιακού χορού στη γενικότερη αγωγή του ατόμου και τη σχέση του με την παραδοσιακή και σύγχρονη κοινωνία. **Αξιολόγηση:** Γραπτές εξετάσεις. **Θεματικές Ενότητες:** • Η έννοια των όρων πολιτισμός και κουλτούρα. • Χορός και λαϊκός πολιτισμός. • Παραδείγματα εφαρμογών διαφόρων θεωριών στον Ελληνικό παραδοσ/κό χορό. • Παράδοση και φολκλωρισμός. • Παράδοση και φολκλωρισμός. • Αυτοσχεδιασμός στη μουσικοχορευτική παράδοση. • Κοινωνικός μετασχηματισμός και ελληνικός Παραδοσιακός Χορός. • Σκηνική παρουσίαση του χορού. • Η θεραπευτική λειτουργία των χορών. • Ελληνική παραδοσιακή μουσική. • Μουσικά λαϊκά όργανα. • Ελληνικές παραδοσιακές φορεσιές. **Ενδεικτική βιβλιογραφία:** • Μερακλή, Μ.. (1973). Ο σύγχρονος Ελληνικός Λαϊκός πολιτισμός. Αθήνα : Ώρα. • Billmanm, F. S. (1999). Όταν ο χορός θεραπεύει. Αθήνα : Ελληνικά Γράμματα. • Δήμας, Η. (2001). Λαϊκή μουσικοχορευτική.

ΓΧ-467ΕΧ Εθνοχορολογία (2 δ.μ. - 6ο εξάμηνο)

Αναπληρώτρια Καθηγήτρια Μ. Ζωγράφου

Γενικοί στόχοι: Εισαγωγικό μάθημα με στόχο την κατανόηση των θεμελιωδών εννοιών και της μεθοδολογίας που χρησιμοποιούνται για τη μελέτη του χορού. Παρουσιάζονται μέσα από μια κριτική εξελικτική σκοπιά οι κυριότερες θεωρίες και ρεύματα και η επίδρασή τους στη μελέτη του χορού μέσα από την παρουσίαση εφαρμοσμένων μελετών. **Αξιολόγηση:** Διαλέξεις, εξετάσεις, εκπόνηση εργασίας **Θεματικές Ενότητες:** • Εισαγωγή στις βασικές έννοιες & στην ορολογία των επί μέρους προσεγγίσεων • Λαογραφική προσέγγιση. • Ιστορική προσέγγιση. • Χορολογική προσέγγιση - Μέθοδος - Ταξινομήσεις - Τεχνικές ανάλυσης. • Συγκριτική χορολογική προσέγγιση. • Ανθρωπολογία του χορού-Μέθοδος και τεχνικές ανάλυσης. • Χορομετρία. • Σηματολογία του χορού. • Φαινομενολογία του χορού. • Ο χορός ως σύμβολο. • Ο χορός ως συνθετικό φαινόμενο. **Ενδεικτική βιβλιογραφία** • Hanna, J.L.(1979).

To Dance is Human: A theory of a non verbal communication. N.York : University of Texas. • Royce, A.P. (1980) The anthropology of Dance. N. York : Indiana University • Εθνογραφικά (1992). Ο χορός στην Ελλάδα. Αφιέρωμα. Επιμ. Ρ. Λουτζάκη. Ναύπλιο : Πελοποννησιακό Λαογραφικό Ίδρυμα.

ΓΧ-468ΕΧ Σημειογραφία του Χορού (1 δ.μ. - 3ο εξάμηνο)

Λέκτορας Μ. Κουτσούμπα

Γενικοί στόχοι: εισαγωγή στην έννοια και τη σπουδαιότητα της καταγραφής της χορευτικής κίνησης. Σύντομη ιστορική αναδρομή και κριτική παρουσίαση των σημειογραφικών συστημάτων της χορευτικής κίνησης στο εξωτερικό και την Ελλάδα. Διεξοδική ανάλυση των δύο συστημάτων τα οποία χρησιμοποιούνται σήμερα για την καταγραφή του ελληνικού παραδοσιακού χορού: α) το τροποποιημένο σύστημα του Conté και β) το σύστημα του Laban. Έμφαση δίνεται στο σύστημα του Laban (Labanotation και Effort) μια και αυτό χρίζει ευρείας χρήσης και αναγνώρισης σε παγκόσμιο επίπεδο. Ικανότητα ανάγνωσης και γραφής σε βασικό επίπεδο των δύο αυτών συστημάτων. **Αξιολόγηση:** εκπόνηση εργασίας, γραπτές εξετάσεις. **Θεματικές Ενότητες:** • Εισαγωγή στη σημειογραφία της χορευτικής κίνησης (ορισμός, είδη, αναγκαιότητα, στάδια). • Σύντομη ιστορική αναδρομή και κριτική παρουσίαση των σημειογραφικών συστημάτων της χορευτικής κίνησης στο εξωτερικό και την Ελλάδα. • Εισαγωγή στις θεωρίες και στο σύστημα Laban. • Σημειογραφία της δομικής πλευράς της χορευτικής κίνησης στο σύστημα του Laban (Labanotation)- θεμελιώδη στοιχεία I, θεμελιώδη στοιχεία II, Άλματα και Στροφές, Επαναληπτικά Σύμβολα, μετακίνηση στο χώρο. • Σημειογραφία της δομικής πλευράς της χορευτικής κίνησης στο σύστημα του Conté - τροποποιημένο σύστημα. • Σημειογραφία της ποιοτικής πλευράς της χορευτικής κίνησης στο σύστημα του Laban (Effort). • Εφαρμογή των δύο συστημάτων (τροποποιημένο του Conté και του Laban) σε απλές χορευτικές μορφές, σε πολύπλοκες χορευτικές μορφές, στον ελληνικό παραδοσιακό χορό. **Ενδεικτική βιβλιογραφία:** • Hutchinson, A., (1977). Labanotation : The system of Analyzing and Recording Movement, London : Dance Books, 3rd edition. • Hutchinson Guest, A., (1984). Dance Notation: The Process of Recording Movement on Paper, London: Dance Books. • Κουτσούμπα, Μ., (2005 υπό έκδοση). Σημειογραφία της χορευτικής κίνησης. Το πέρασμα από την προϊστορία στην ιστορία του χορού, Αθήνα: Προπομπός. • Knust, A., (1997) A Dictionary of Kinetography Laban (Labanotation), vol:I and II, Poland: Instytut Choreologii, 2nd edition. • Laban Rudolf and F.C. Lawrence, 1974, Effort. Economy of human movement, London: MacDonald and Evans, 2nd edition.

ΓΧ-469ΕΧ Καθοδηγούμενη Εργασία (2 δ.μ.)

Αναπληρώτρια Καθηγήτρια Μ. Ζωγράφου

Γενικοί στόχοι: Εξετάζεται η σχέση και η συμβολή του χορού με αναφορά σε σύγχρονα ζητήματα που τίθενται στο πλαίσιο των σύνθετων κοινωνιών όπως το φύλο η ταυτότητα κ.λπ. καθώς επίσης και μεθοδολογικά ζητήματα. Η παρουσίαση των θεμάτων συνοδεύεται με έμπρακτη συμμετοχή των φοιτητών-τριών. Το Α΄ μέρος περιλαμβάνει παραδόσεις (θεματικές ενότητες), ενώ το Β΄ μέρος αφορά τη διεξαγωγή εργασίας με επίβλεψη. **Αξιολόγηση:** εξετάσεις, εκπόνηση εργασίας. **Θεματικές Ενότητες:** • Ανθρωπολογία του χορού και ιστορία : Πολιτισμικές επαφές • Επιβιώσεις και Αναβιώσεις. • Ανθρωπολογία - φύλο και χορός. • Χορός πολιτική και ιδεολογία. • Χορός και πολιτική του σώματος. • Πολιτιστική ταυτότητα και χορός. • Κοινωνικοί μετασχηματισμοί και χορευτική πρακτική. • Ο χορός ως τελεστική

τέχνη. • Χορός και θρησκειά. • Ποιοτική και ποσοτική μέθοδος. • Χοροθεραπεία. • Χορός και δια-πολιτισμική αγωγή **Ενδεικτική βιβλιογραφία:** • Cowan, J. (1998). Η πολιτική του σώματος : Χορός και κοινωνικότητα στη Β. Ελλάδα. Διδακτορική. Διατριβή. Μετάφρ. Κ. Κουρεμένου. Αθήνα : Αλεξάνδρεια. • Schott-Billmann, F. (1995). Χοροθεραπεία με την πρωτόγονη έκφραση. Αθήνα : Τρόπος ζωής. • Εθνογραφικά (1992). Ο χορός στην Ελλάδα. Αφιέρωμα. Επιμ. Ρ. Λουτζάκη. Ναύπλιο : Πελοποννησιακό Λαογραφικό Ίδρυμα (Π.Λ.Ι.).

6.4 ΕΙΔΙΚΕΥΣΕΙΣ

ΕΙΔΙΚΕΥΣΗ «ΕΝΟΡΓΑΝΗ ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗ»

Επίκουρος Καθηγητής Σ. Καμπιώτης, Λέκτορας Γ. Ντάλλας.

ΓΧ-470ΕΓ Τεχνική & Μηχανική Ανάλυση Ενόργανης Γυμναστικής (4 δ.μ.-7^ο εξάμηνο)

ΓΧ-471ΕΓ Προπονητική Ενόργανης Γυμναστικής (4 δ.μ.-8^ο εξάμηνο)

ΓΧ-472ΕΓ Μεθοδολογία Διδασκαλίας Ενόργανης Γυμναστικής (4 δ.μ. – 7^οεξάμηνο)

ΓΧ-473ΕΓ Ειδικά Θέματα Ενόργανης Γυμναστικής (2 δ.μ. –8^ο εξάμηνο)

ΓΧ-477ΕΓ Καθοδηγούμενη Μελέτη στην Ενόργανη Γυμναστική (2 δ.μ. –7^ο εξάμηνο)

ΓΧ-480ΕΓ Προπονητική Εξάσκηση Ενόργανης Γυμναστικής (4 δ.μ. –8^ο εξάμηνο)

Γενικοί στόχοι: Η θεωρητική κατάρτιση στην τεχνική ανάλυση των ασκήσεων, η απόκτηση μεθοδολογικών γνώσεων για τη διδασκαλία του αντικειμένου και η καθοδήγηση μελέτης. Η πρακτική εξάσκηση σε παιδαγωγικό / ψυχαγωγικό και σε αγωνιστικό επίπεδο σύμφωνα με τους κανόνες της Μεθοδικής και της Διδακτικής, των σύγχρονων τάσεων και αντιλήψεων της επιστήμης. Η φυσική και τεχνική προετοιμασία των αθλητών. Η προπονησιολογία του αθλήματος. **Αξιολόγηση:** Γραπτή, προφορική και πρακτική εξέταση, πρακτική εξάσκηση σε συλλόγους. πτυχιακή εργασία. **Θεματικές Ενότητες:** • Ανάλυση της τεχνικής των ασκήσεων. • Ανάλυση των κινητικών και κινηματικών χαρακτηριστικών των διαφόρων ασκήσεων. • Μέθοδοι ανάλυσης των ασκήσεων. • Εκμάθηση και πρακτική εξάσκηση των ασκήσεων στα διάφορα όργανα, αναφορικά με την τεχνική των ασκήσεων. • Μέθοδοι διδασκαλίας. • Μορφολογικές και ψυχοκινητικές ιδιαιτερότητες ανάλογα την ηλικία • Ταξινόμηση και κατάταξη των ασκήσεων. • Αναζήτηση βιβλιογραφικών δεδομένων. • Καθοδήγηση σχεδιασμού μιας εργασίας. • Χρήση υπολογιστικών συστημάτων. • Χρήση σύγχρονων λογισμικών. • Νέες τεχνολογίες. • Η κινηματική και κινητική ανάλυση των ασκήσεων. • Νέες τάσεις του αθλήματος. • Πολυεπίπεδη προετοιμασία των αθλητών (φυσική, τεχνική, ψυχολογική, θεωρητική, ηθική) • Κύκλοι προετοιμασίας. • Συνδυασμοί ασκήσεων. • Εκμάθηση των ασκήσεων στα διάφορα όργανα. • Πρακτική εξάσκηση, διδασκαλία των ασκήσεων. • Επιλογή ταλέντων. Στοιχεία ελέγχου και επανέλεγχου • Σύνθεση προγραμμάτων. • Κανονισμοί του αθλήματος (κώδικας βαθμολογίας) **Ενδεικτική βιβλιογραφία:** • Καμπιώτης, Σ. (2004). *Αρχές και Στοιχεία της Ενόργανης Γυμναστικής*. Εκδόσεις Τελέθριον. Αθήνα. • Ντάλλας, Γ. (2004). *Ενόργανη γυμναστική*. Τεχνική ανάλυση των ασκήσεων. Αθήνα • Σατρατζέμης, Ι. (1999). *Ενόργανη Γυμναστική*. Αθήνα. • Gawerdotskij, Y. (1987). *Ενόργανη Γυμναστική*. Μόσχα.

ΕΙΔΙΚΕΥΣΗ «ΟΡΧΗΣΤΙΚΗ»

Συντονίστρια Επίκουρη Καθηγήτρια Π. Μπουρνέλλη

Πρωταρχικός στόχος της ειδικότητας "Ορχηστική" είναι η μελέτη των θεωρητικών και πρακτικών θεμάτων τα οποία αφορούν τη χρήση του χορού ως μέσο αγωγής. Ιδιαίτερη έμφαση δίνεται στην ανάπτυξη της δημιουργικότητας και η θεματολογία προσανατολίζεται στη δημι-

ουργική διάσταση της κίνησης στο πλαίσιο της εκπαιδευτικής πρακτικής. Δεδομένου ότι η ειδίκευση αυτή δεν υπάρχει σε κανένα άλλο Τμήμα Φυσικής Αγωγής στη χώρα μας, οι απόφοιτοι έχουν τη δυνατότητα να διεκδικήσουν στην αγορά θέσεις εργασίας, οι οποίες μέχρι σήμερα καλύπτονται από μη ειδικούς. Οι πτυχιούχοι με ειδίκευση σε αυτό το γνωστικό χώρο θα έχουν αποκτήσει τα απαραίτητα εφόδια ώστε να ανταποκριθούν στις νέες συνθήκες οι οποίες έχουν διαμορφωθεί στο πλαίσιο της σχολικής εκπαίδευσης και θα μπορούν να εργαστούν εκτός από τα δημόσια και ιδιωτικά σχολεία, στα διαπολιτισμικά και στα ολοήμερα δημοτικά σχολεία. Θα μπορούν επίσης να εργαστούν σε νηπιαγωγεία σε παιδικούς σταθμούς, ιδιωτικά σχολεία σε κέντρα δημιουργικής απασχόλησης, σε κατασκηνώσεις, σε προγράμματα κινητικής αναψυχής σε ξενοδοχεία και κρουαζιερόπλοια, όπως επίσης σε ιδιωτικά γυμναστήρια και σε Δήμους.

ΓΧ-4610P Ο Χορός στην Εκπαίδευση (2 δ.μ. - 8^ο εξάμηνο)

Επίκουρη Καθηγήτρια Π. Μπουρνέλλη

Γενικοί στόχοι: Η κατανόηση της σημαντικότητας του ρόλου του χορού ως μέσο αγωγής. Εισαγωγή στις εκπαιδευτικές αλλαγές ανά τους αιώνες και πως αυτές επηρέασαν την ανάπτυξη του χορού στην εκπαίδευση. Εξελίξεις και προοπτικές του εκπαιδευτικού χορού στον κόσμο με ιδιαίτερη έμφαση στις εξελίξεις και προοπτικές του στην Ελλάδα. **Αξιολόγηση:** Εκπόνηση εργασίας, εξετάσεις. **Θεματικές ενότητες:** • Εισαγωγή στις έννοιες, ορχηστική, εκπαιδευτικός χορός. • Ιστορική αναδρομή του εκπαιδευτικού χορού από την αρχαία εποχή μέχρι σήμερα. • Εκπαιδευτικές αλλαγές και εκπαιδευτικός χορός. • Η παιδαγωγική αξία του εκπαιδευτικού χορού στην εποχή μας. • Εκπαιδευτικός χορός και δημιουργικότητα. • Ο χορός στην πρωτοβάθμια εκπαίδευση. • Ο χορός στη δευτεροβάθμια εκπαίδευση. • Ο χορός στην τριτοβάθμια εκπαίδευση. • Ο χορός στα τμήματα Φυσικής Αγωγής, εξελίξεις, προοπτικές. • Εξελίξεις και προοπτικές του χορού στην εκπαίδευση. **Ενδεικτική βιβλιογραφία:** • Brinson, P. (2002). *Dance as Education: Towards a National Dance Culture*. UK: Routledge Falmer. • Hanna, J.L. (2001). *Partnering dance and education*. Illinois: Human Kinetics. • Smith, A., Jacqueline M. (2002). *Art of dance in education*. UK: A&C Black..

ΓΧ 462 OP Μουσικοκινητική Αγωγή (3 δ.μ. – 7^ο εξάμηνο)

Επίκουρη Καθηγήτρια Π. Μπουρνέλλη, Ε.Ε.Δι.Π. Μ. Ειρηναίου

Γενικοί στόχοι: Ανάπτυξη της ρυθμικής ικανότητας, της δημιουργικότητας και της αισθητικής αγωγής. Κατανόηση των βασικών μουσικών εννοιών και της σχέσης τους με την κίνηση, αφύπνιση των εκφραστικών ικανοτήτων και καλλιέργεια της δυναμικής της ομάδας. Η επίτευξη των παραπάνω στόχων θα γίνει εφικτή μέσα από το περιεχόμενο και τις μεθόδους διδασκαλίας του συστήματος μουσικοκινητικής αγωγής Carl Orff, βάση του αναλυτικού προγράμματος Φυσικής Αγωγής για την Α/βάθμια εκπαίδευση. **Αξιολόγηση :** Εκπόνηση εργασίας, εξετάσεις **Θεματικές ενότητες** • Εισαγωγή στα συστήματα μουσικοκινητικής αγωγής. • Ανάλυση του συστήματος μουσικοκινητικής αγωγής Carl Orff. • Βασικές μορφές μετακίνησης και ρυθμικές αξίες: αντιστοιχίες και συσχετισμοί. • Ηχηρές κινήσεις. • Οι σχέσεις των φυσικών ιδιοτήτων του ήχου με κινητικές ενέργειες και ποιότητες της κίνησης. • - Οι σχέσεις βασικών μουσικών εννοιών με ποιότητες της κίνησης. • -Ρυθμικά στοιχεία του λόγου και η σχέση τους με την κίνηση και συγκεκριμένους χορευτικούς ρυθμούς και την κίνηση. • Οργανογνωσία: ορχήστρα Orff, βασικές έννοιες και τεχνικές. • Ηχηρά αντικείμενα και αυτοσχέδια μουσικά όργανα. • Χορογραφία βασισμένη σε μορφολογικά μουσικά στοι-

χεία και σε μετρικά στοιχεία του λόγου. • Η μουσικοκινητική αγωγή στη εκπαίδευση. **Ενδεικτική βιβλιογραφία:** • Goodkin, D., (2002), *Play, sing and dance*. New York: Schott. • Haselbach, B. (2000). *The Phenomenon of Expression in Aesthetic Education, in Expression in Music and Dance Education*. International Orff-Schulwerk. • Τσαφαρίδης, Ν. (1997). *Μουσική-Λόγος-Κίνηση*. Αθήνα: Νήσος.

ΓΧ-463 ΟΡ Διδακτική του Χορού στην Εκπαίδευση (3 δ.μ -7^ο εξάμηνο)

Επίκουρη Καθηγήτρια Π. Μπουρνέλλη

Γενικοί στόχοι: Η ανάλυση και κατανόηση των διδακτικών στόχων της Ορχηστρικής και η εφαρμογή των βασικών μεθοδολογικών αρχών στην διδασκαλία των επιμέρους μαθημάτων. Έμφαση δίνεται στις παραγωγικές μεθόδους διδασκαλίας και ιδιαίτερα στη δημιουργική μέθοδο διδασκαλίας. **Αξιολόγηση:** Εκπόνηση εργασίας, εξετάσεις. **Θεματικές ενότητες:** • Σκοπός και στόχοι του χορού στα εκπαιδευτικά αναλυτικά προγράμματα. • Ανάλυση διδακτικών στόχων του χορού στην εκπαίδευση. • Ανάλυση των στόχων του ψυχοκινητικού τομέα.- Ανάπτυξη των αντιληπτικών ικανοτήτων (εφαρμογές).- Ανάπτυξη των φυσικών ικανοτήτων (εφαρμογές).- Ανάπτυξη των κινητικών δεξιοτήτων (εφαρμογές).- Ανάπτυξη της μη λεκτικής επικοινωνίας (εφαρμογές). • Βασικές αρχές μεταφοράς μάθησης στο χορό. • Μέθοδοι διδασκαλίας του χορού στην εκπαίδευση (μερική – ολική κ.ά.). • Μέθοδοι διδασκαλίας (κατά Mosston) με έμφαση στις παραγωγικές μεθόδους. • Δημιουργική μέθοδος διδασκαλίας. • Ειδικά Προγράμματα ανάπτυξης της κινητικής δημιουργικότητας. • Ειδικά τεστ μέτρησης της κινητικής δημιουργικότητας. **Ενδεικτική βιβλιογραφία:** • Gough, M., (1999). *Knowing dance, a guide for creative teaching*. U.S.A: Human Kinetics. • Kassing, G., Jay, D. (2003). *Dance Teaching Methods and Curriculum Design*. UK: Human Kinetics. • Mosston, M. & Ashworth, S. (1997). *Η διδασκαλία της Φυσικής Αγωγής*. Μετ.-Επ. Κ. Μουντάκης, Θεοσίμη: Σάλτο.

ΓΧ-464ΟΡ Στοιχεία Σύγχρονου Χορού (2 δ.μ.- 8^ο εξάμηνο)

Επίκουρη Καθηγήτρια Π. Μπουρνέλλη

Γενικοί στόχοι: Ανάπτυξη της αισθητικής αγωγής και της δημιουργίας ευαίσθητων θεατών χορού. Εισαγωγή στα συστήματα του σύγχρονου χορού και στις επιμέρους τεχνικές τους. Ανάλυση βιντεοσκοπημένου υλικού με χορογραφίες των βασικών εκπροσώπων του σύγχρονου χορού. Βιωματική προσέγγιση στο σύγχρονο χορό με το σύστημα Limon και εφαρμογές της τεχνικής του στο δημιουργικό χορό. **Αξιολόγηση:** Εκπόνηση εργασίας, εξετάσεις. **Θεματικές ενότητες:** • Εισαγωγή στα συστήματα του σύγχρονου χορού. • Ανάλυση βιντεοσκοπημένου υλικού με χορογραφίες των βασικών εκπροσώπων του σύγχρονου χορού. • Βασικές αρχές της τεχνικής του σύγχρονου χορού με το σύστημα Limon. • Εστίαση στην συνειδητοποίηση των αρχών ευθυγράμμισης του σώματος και τη μεταφορά του στην όρθια θέση. • Ευθυγράμμιση, ισορροπία και σύνδεση των άκρων με το κέντρο βάρους του σώματος. • Απομόνωση, διαδοχή, αντίθετες δυνάμεις σε σχέση με την κίνηση. • Δυναμική και εν κινήσει ενέργεια, έλεγχος σώματος. • Συνδυασμοί κινήσεων χεριών, κορμού και ποδιών. • Χορογραφίες με συνδυασμούς των παραπάνω θεμάτων. • Εφαρμογές του σύγχρονου χορού στη Φυσική Αγωγή. **Ενδεικτική βιβλιογραφία** • Τσιλιμίγκρα, Κ. (1983). *Ο χορός*. Αθήνα: Μέλισσα. • Dunbar J. (2000). *Jose Limon*. New York: Routledge,. • Lewis, D. (1999). *The illustrated dance of Jose Limon*. Canada: Dance Horizon.

ΓΧ-465 ΟΡ Δημιουργικός Χορός II (3 δ.μ. - 8ο εξάμ.)*Επίκουρη Καθηγήτρια Π. Μπουρνέλλη*

Γενικοί στόχοι: Εισαγωγή στην έννοια της δημιουργικότητας και ανάλυση της επίδρασης των παραγόντων νοημοσύνη, προσωπικότητα, και περιβάλλον στην ανάπτυξη της και ειδικότερα στην έκφρασή της με κίνηση. Εισαγωγή στην έννοια κινητική δημιουργικότητα και ανάλυση του δημιουργικού χορού. Εφαρμογές ειδικών προγραμμάτων ανάπτυξης της κινητικής δημιουργικότητας μέσω του δημιουργικού χορού. Βιωματική προσέγγιση με βάση το σύστημα Laban. **Αξιολόγηση:** Εκπόνηση εργασίας, εξετάσεις **Θεματικές ενότητες:** • Εισαγωγή στην έννοια δημιουργικότητα. • Παράγοντες οι οποίοι επιδρούν στη δημιουργικότητα.- Νοημοσύνη και δημιουργικότητα.- Προσωπικότητα και δημιουργικότητα.- Περιβάλλον και δημιουργικότητα. • Εισαγωγή στην Κινητική Δημιουργικότητα και τον Δημιουργικό χορό. • Ανάλυση της θεματολογίας του δημιουργικού χορού-Η κίνηση ως προς το χώρο (βιωματική προσέγγιση).- Η κίνηση ως προς το χρόνο (βιωματική προσέγγιση).- Η κίνηση ως προς τη δυναμική (βιωματική προσέγγιση).- Βασικές μορφές μετακίνησης (βιωματική προσέγγιση). • Κινητική δημιουργική έκφραση στο χορό. • Βασικά στοιχεία χορογραφίας του δημιουργικού χορού.**Ενδεικτική βιβλιογραφία:** • Bartal, L., Ne'eman, N. (2001). *Movement, Awareness and Creativity*. London: Dance Books Ltd. • Laban, R. (1975). *Modern Education Dance (3rd rev. ed)*. London: Macdonald and Evans. • Μπουρνέλλη, Ν (2002). *Κινητική Δημιουργικότητα*. Αθήνα

ΓΧ-466ΟΡ Ειδικά Θέματα Ορχηστικής (2 δ.μ. – 8^ο εξάμ.)*Επίκουρη Καθηγήτρια Π. Μπουρνέλλη*

Γενικοί στόχοι: Εξέταση, ανάλυση και σύνθεση θεμάτων που αφορούν τον χορό ως μορφή τέχνης και ως μέσο αγωγής. Τα ειδικά θέματα θα διδάσκονται από μέλη του Διδακτικού Ερευνητικού Προσωπικού, Επισκέπτες Καθηγητές, και Ειδικούς Επιστήμονες. **Αξιολόγηση:** Εκπόνηση εργασίας. **Θεματικές ενότητες:** • Διακεκριμένοι χορευτές και χορογράφοι του κλασσικού χορού. • Διακεκριμένοι χορευτές και χορογράφοι του σύγχρονου χορού. • Ελληνικό χορόδραμα. • Έλληνες χορογράφοι και τα έργα τους. • Ο χορός στο φεστιβάλ Αθηνών και φεστιβάλ Καλαμάτας • Εισαγωγή στο σύστημα Πιλάτες (Pilates) • Εισαγωγή στη Χοροθεραπεία. • Εισαγωγή στη Γιόγκα (Yoga) • Θεατρικό παιχνίδι • Jazz • Latin. **Ενδεικτική βιβλιογραφία** • Αλκηστis. (1993). *Η δραματοποίηση για παιδιά*. Αθήνα: Αλκηστis. • Bergsohn, H.,Partsch - Bergsohn, I. (2003). "The makers of Modern Dance in Germany: Laban, Mary Wigman, Kurt Jooss".U:K:: Human Kinetics. • Κράους, Π. (1980). *Ιστορία του χορού*. Μετάφραση Σιδηρόπουλου-Κακαβούλια. Αθήνα: Νεφέλη

ΓΧ-467 ΟΡ Παραδοσιακά Παιχνίδια και Λαϊκοί Χοροί απ' Όλο τον Κόσμο*(3 δ.μ. - 8^ο εξάμηνο) Επίκουρη Καθηγήτρια Π. Μπουρνέλλη*

Γενικοί στόχοι: Η εκμάθηση παιχνιδιών και λαϊκών χορών από διάφορες χώρες, η κατανόηση άλλων πολιτισμών και ο σεβασμός στις ιδιαιτερότητες κάθε λαού, έτσι όπως αυτές εκφράζονται μέσα από τα παιχνίδια, τη λαϊκή μουσική, τα τραγούδια και τους χορούς. Ανάπτυξη της κινητικής δημιουργικότητας, της συνεργασία και επικοινωνίας. Οι διαλέξεις υποστηρίζονται με παρακολούθηση και ανάλυση βιντεοσκοπημένου υλικού με ιστορικά, πολιτιστικά, τοπογραφικά και ανθρωπολογικά χαρακτηριστικά της χώρας που αντιστοιχεί στο εκάστοτε παιχνίδι ή χορό. **Αξιολόγηση:** Εκπόνηση εργασίας, εξετάσεις **Θεματικές ενότητες:** • Εισαγωγή στις βασικές έννοιες: Παραδοσιακό παιχνίδι και λαϊκός χορός. • Παιδαγωγική και διαπολιτισμική προσέγγιση. • Εισαγωγή στα εθνογραφικά και τα τεχνικά στοιχεία των λαϊκών χορών • Βασικά χαρακτηριστικά των Ευρωπαϊκών παραδοσιακών παιχνιδιών και

λαϊκών χορών, (εφαρμογές). • Βασικά χαρακτηριστικά των Αμερικανικών παραδοσιακών παιχνιδιών και λαϊκών χορών, (εφαρμογές). • Βασικά χαρακτηριστικά των Ασιατικών λαϊκών χορών, (εφαρμογές). • Βασικά χαρακτηριστικά των Ασιατικών παραδοσιακών παιχνιδιών και λαϊκών χορών, (εφαρμογές). • Βασικά χαρακτηριστικά των Αφρικανικών λαϊκών χορών, (εφαρμογές). • Βασικά χαρακτηριστικά των Αφρικανικών παραδοσιακών παιχνιδιών και λαϊκών χορών, (εφαρμογές). • Βασικά χαρακτηριστικά των παραδοσιακών παιχνιδιών και λαϊκών χορών, από την Αυστραλία, (εφαρμογές). • Έκφραση των δημιουργικών ικανοτήτων με απλές κινητικές φόρμες λαϊκών χορών, (εφαρμογές). **Ενδεικτική βιβλιογραφία:**
 • Christy, L. (1998). *Multicultural Folk Dance Guide*. U.S.A: Human Kinetics • Gunzenhauser, M., (1994). *Country dancing at school*. U.S.A: Human Kinetics • Scmolke, A. (1959). *Europaische Tanze*. Germany: Moseler, Wolfenbutter

ΓΧ-469ΟΡ Καθοδηγούμενη Εργασία (2δμ. - 7^ο εξάμ.)

Επίκ. Καθηγήτρια Π. Μπουρνέλλη

Η καθοδηγούμενη μελέτη αφορά την βιβλιογραφική ανασκόπηση ενός θέματος σχετικού με την ειδικότητα "Όρχηστρική". Το θέμα επιλέγεται από τον φοιτητή σύμφωνα με τα ενδιαφέροντά του και καταλήγει στην συγγραφή εργασίας υπό την καθοδήγηση μέλους του Διδακτικού Ερευνητικού Προσωπικού.

ΕΙΔΙΚΕΥΣΗ «ΡΥΘΜΙΚΗ ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΗ ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗ», Λέκτορας Δ. Τσοπάνη

ΓΧ-470ΡΓ Τεχνική & Μηχανική Ανάλυση Ρυθμικής Αγωνιστικής Γυμναστικής (4 δ.μ.)

ΓΧ-471ΡΓ Προπονητική Ρυθμικής Αγωνιστικής Γυμναστικής (4 δ.μ.)

ΓΧ-472ΡΓ Μεθοδολογία Διδασκαλίας Ρυθμικής Αγωνιστικής Γυμναστικής (4 δ.μ.)

ΓΧ-473ΡΓ Ειδικά Θέματα Ρυθμικής Αγωνιστικής Γυμναστικής (2 δ.μ.)

ΓΧ-477ΡΓ Καθοδηγούμενη Μελέτη στην Ρυθμική Αγωνιστική Γυμναστική (2 δ.μ.)

ΓΧ-480ΡΓ Προπονητική Εξάσκηση Ρυθμικής Αγωνιστικής Γυμναστικής (4 δ.μ.)

Γενικοί στόχοι: Θεωρητική κατάρτιση, πρακτική εξάσκηση και πρακτική διδασκαλία σε προπονητικό επίπεδο και σε επίπεδο υψηλής εξειδίκευσης. **Αξιολόγηση:** Γραπτή εξέταση. Σύνθεση και εκτέλεση ατομικών προγραμμάτων σε όλα τα όργανα. Σύνθεση και εκτέλεση ομαδικών προγραμμάτων με όργανα. **Θεματικές Ενότητες:** • Τεχνική των ασκήσεων. • Ειδική προετοιμασία φυσικής κατάστασης. • Ειδική τεχνική προετοιμασία. • Ταξινόμηση και κατάταξη των ασκήσεων. • Μέθοδοι διδασκαλίας. • Ανάλυση κανονισμών. • Βιομηχανική ανάλυση των ασκήσεων. • Σύνθεση ατομικών προγραμμάτων με όργανα. • Δοκιμασίες αξιολόγησης για την επιλογή ταλέντων. • Κύκλοι προπόνησης. • Εξάσκηση στην εκτέλεση συνασκήσεων. • Εκμάθηση ασκήσεων υψηλών επιδόσεων. • Σύνθεση ομαδικών προγραμμάτων με όργανα. • Πρακτική διδασκαλία. • Διοργάνωση αγώνων. • Ανάλυση του κώδικα βαθμολογίας και εξάσκηση. **Ενδεικτική βιβλιογραφία** • Aparo-Scermelj, M., Piazza, M., Ros Ato M.R., & Sensi. S. (1999) *Ginastica Ritmica*. Padova : Piccin Nuow Libreria S.p.A. • Jastrjemskaia, N., & Titov, Y. (1999). *Rythmic Gymnastic*. Champaign, IL : Human Kinetics. • Jastrejevskaya, N., (1995). *Rhythmic Sportive Gymnastics Theory and Practice*. Lausanne : Federation Internationale de Gymnastique.

7. ΤΟΜΕΑΣ ΚΛΑΣΙΚΟΥ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ (ΚΑ)

Διευθυντής: Καθηγητής Σταύρος Τζιωρτζής

Ο Τομέας Κλασικού Αθλητισμού έχει ως κύρια αποστολή του την ανάδειξη των μελλοντικών Αθλητικών Παιδαγωγών όλων των βαθμίδων της εκπαίδευσης πάνω σε θέματα που αφορούν τα κλασικά Ολυμπιακά Αγώνισματα των Δρόμων, των Ρίψεων και των Αλμάτων. Έχει υπό την εποπτεία του σειρά αθλημάτων εκτός κλασικού αθλητισμού, όπως η Χιονοδρομία, η Ξιφασκία, η Άρση Βαρών κ.λπ., ενώ μακροπρόθεσμος στόχος του είναι η εκπαίδευση και ανάδειξη ολοκληρωμένων επιστημόνων προπονητών για τα αθλήματα αυτά, μέσα από προγράμματα σχεδιασμένα έτσι, ώστε να διασφαλίζεται η σύνδεση της θεωρίας με την πράξη.

Στα πλαίσια των σκοπών του ο Τομέας :

- Προσφέρει υποχρεωτικά και επιλεγόμενα μαθήματα σε πλήρη αντιστοιχία με τα αγωνίσματα του κλασικού αθλητισμού, προκειμένου να μπορούν οι φοιτητές και οι φοιτήτριες του Τμήματός μας να εκπαιδευτούν με επάρκεια στο θεμελιώδες πεδίο των κλασικών αγωνισμάτων του στίβου καθώς και σε ορισμένα από τα βαρέα αθλήματα .
- Προσφέρει αντίστοιχο πρόγραμμα μαθημάτων για την απόκτηση Διπλώματος Ειδίκευσης με στόχο την επιστημονική κατάρτιση των νέων πτυχιούχων μας, προκειμένου να είναι σε θέση να εφαρμόσουν προπονητική υψηλού επιπέδου στο άθλημα της εξειδίκευσής τους.
- Ερευνά νέες μεθόδους ανάλυσης και εφαρμογής της τεχνικής και της τακτικής των αθλημάτων της αρμοδιότητάς του μέσα από πειραματικές και θεωρητικές μελέτες, με ειδική έμφαση στις αρχές της επιστημονικής προπονησιολογίας όχι μόνο μέσα στα όρια του κλασικού αθλητισμού αλλά και στα ευρύτερα όρια του αγωνιστικού αθλητισμού.
- Παρέχει στους πτυχιούχους του Τμήματος προϋποθέσεις ανάπτυξης των ικανοτήτων και των προσόντων τους, ώστε, σε συνάρτηση με τη δυνατότητα απόκτησης διπλώματος ειδικότητας, να έχουν μπροστά τους ένα ευρύ φάσμα δραστηριοποίησης, επαγγελματικής σταδιοδρομίας και απασχόλησης.

7.1 ΥΠΟΧΡΕΩΤΙΚΑ ΜΑΘΗΜΑΤΑ

ΚΑ-152Υπ Αθλητικοί Δρόμοι (3 δ.μ. – 1^ο εξάμηνο)

Επίκουρος Καθηγήτρια Α. Συμυρινιώτου, *Λέκτορας* Π. Αργειτάκη

Κύριοι στόχοι : Φυσιολογικές και βιομηχανικές βάσεις των δρομικών αγωνισμάτων. Μεθοδική διδασκαλία και εκμάθηση των επιμέρους στοιχείων της βασικής τεχνικής κάθε δρομικού αγωνίσματος. **Αξιολόγηση:** Υποχρεωτική παρακολούθηση θεωρητικού και πρακτικού μέρους. Γραπτή εξέταση θεωρητικού μέρους και αξιολόγηση πρακτικού μέρους. Εκπόνηση εργασιών. **Θεματικές Ενότητες:** • Γενικά στοιχεία και βασικοί παράγοντες για την ανάπτυξη υψηλών επιδόσεων στα δρομικά αγωνίσματα του Κλασικού Αθλητισμού. • Φυσιολογικές βάσεις της απόδοσης στα δρομικά αγωνίσματα. • Τεχνικά χαρακτηριστικά δρομικών αγωνισμάτων (στοιχεία μηχανικής) : δρόμοι ταχύτητας & εκκινήσεις, δρόμοι μεσαίων και μεγάλων αποστάσεων & αγωνιστικό βάδην, δρόμοι με εμπόδια, σκυταλοδρομίες. • Μεθοδική διδασκαλία της βασικής τεχνικής κάθε δρομικού αγωνίσματος. • Βασικές προπονητικές

αρχές. Στοιχεία του προπονητικού προγραμματισμού των δρομικών αγωνισμάτων. • Τα δρομικά αγωνίσματα στο μάθημα της Φυσικής Αγωγής στη Δημοτική και Μέση Εκπαίδευση. **Ενδεικτική βιβλιογραφία:** • Τζιωρτζής, Σ. (1998). Προπονητική δρομικών Αγωνισμάτων του Κλασσικού αθλητισμού. Αθήνα. • Σμυρνιώτη, Σ. & Σμυρνιώτου, Α. (1989). Βιομηχανική του Δρόμου. Αθήνα. : Τελέθριον. • Garr, G. (1991). Fundamentals of Track and Field. Champaign IL. : Human Kinetics.

ΚΑ-251Υπ Αθλητικά Άλματα (3 δ.μ. – 3^ο εξάμηνο)

Λέκτορας Β. Παπαδημητρίου, Ε.Ε.ΔΙ.Π. Δ. Ευθυμίου

Γενικοί στόχοι: Ανάλυση της τεχνικής των αλμάτων. Βιοκινητική ανάλυση των Αλμάτων. Ειδική προπονητική και μακροχρόνιος ενιαίος προγραμματισμός της προπόνησης των αλμάτων. Έλεγχος και αξιολόγηση της προπονητικής διαδικασίας. Μεθοδολογία για τη διδασκαλία και εκμάθηση της τεχνικής των αλμάτων σε αρχάριους και ανειδίκευτους. **Αξιολόγηση:** Υποχρετική παρακολούθηση της θεωρητικής και πρακτικής διδασκαλίας. Γραπτή εξέταση για τη θεωρία και αξιολόγηση του πρακτικού, αξιολόγηση της διδακτικής ικανότητας σε αθλητές σωματείων ή φοιτητές του τμήματος. **Θεματικές Ενότητες:** • Ιστορική αναδρομή και εξέλιξη των επιδόσεων στα άλματα του Κλασσικού Αθλητισμού. • Τεχνική και Βιοκινητική ανάλυση των επιμέρους φάσεων, συγκριτική ανάλυση των διαφόρων τεχνικών κάθε άλματος. • Μεθοδολογία διδασκαλίας και εκμάθησης της τεχνικής σε αρχάριους της κάθε φάσης και συνολικά, εκάστου άλματος. • Προγραμματισμός της προπόνησης των αθλητών των αλμάτων. • Σύστημα ελέγχου της κατεύθυνσης της προπόνησης. • Σύστημα επιλογής και ανάπτυξης ταλέντων στα αγωνίσματα των αλμάτων. **Ενδεικτική βιβλιογραφία:** • Παπαδημητρίου Β., (2004). Τα άλματα του κλασσικού αθλητισμού. Art Work Αθήνα. • Παπαδημητρίου Β., (2002). Ενιαίος Μακροχρόνιος Προγραμματισμός της προπόνησης των αλμάτων του κλασσικού αθλητισμού. Art Work. Αθήνα.

ΚΑ-351Υπ Αθλητικές Ρίψεις (3 δ.μ. – 5^ο εξάμηνο)

Αναπληρωτής Καθηγητής Γ. Γεωργιάδης, Λέκτορας Γ. Τερζής

Γενικοί στόχοι: Διδασκαλία του τρόπου εκτέλεσης και της μεθόδου διδασκαλίας της βασικής τεχνικής του ακοντισμού, δισκοβολίας, σφαιροβολίας σφυροβολίας, σε παιδιά και νέους σχολικής ηλικίας με ανάλυση των αντίστοιχων παλμών και αναφορά στην Ιστορία της εξέλιξής τους και στους κανονισμούς διεξαγωγής αγώνων. **Αξιολόγηση:** Εξέταση της πρακτικής δυνατότητας διδασκαλίας των αγωνισμάτων σε αρχαίους και της θεωρητικής κατάρτισης με γραπτές ή προφορικές εξετάσεις και εργασία. **Θεματικές Ενότητες:** • Ιστορική αναδρομή & εξέλιξη των ρίψεων. Τα βασικά στοιχεία των κανονισμών. • Στοιχεία μηχανικής και κινησιολογίας των αθλητικών ρίψεων. • Στοιχεία προπονητικής & τρόποι εφαρμογή της σε αρχάριους & προχωρημένους. • Μέθοδοι βελτίωσης της ριπτικής ικανότητας με βοηθητικά & κανονικά όργανα. • Ανάλυση της τεχνικής του ακοντισμού. Ασκ. διδασκαλίας της ρίψης χωρίς φόρα. • Επικρατούσες μέθοδοι διδασκαλίας του ακοντισμού με ολόκληρο τον παλμό. • Μεθοδολογία σύνδεσης ρίψης χωρίς φόρα & ρίψης με ολόκληρο τον παλμό. • Ανάλυση της τεχνικής της δισκοβολίας. Ασκ. διδασκαλίας ρίψης χωρίς φόρα. • Επικρατούσες μέθοδοι διδασκαλίας της δισκοβολίας με ολόκληρο τον παλμό. • Μεθοδολογία σύνδεσης ρίψης χωρίς φόρα & ρίψης με ολόκληρο τον παλμό. • Ανάλυση της τεχνικής της σφαιροβολίας. Ασκ. διδασκαλίας ρίψης χωρίς φόρα. • Επικρατούσες μέθοδοι διδασκαλίας της σφαιροβολίας με ολόκληρο τον παλμό. • Μεθοδολογία σύνδεσης ρίψης χωρίς φόρα & ρί-

ψης με ολόκληρο τον παλμό. • Ανάλυση της τεχνικής της σφυροβολίας. Ασκ. διδασκαλίας ρίψης χωρίς φόρα. • Επικρατούσες μέθοδοι διδασκαλίας της σφυροβολίας με ολόκληρο τον παλμό. • Μεθοδολογία σύνδεσης ρίψης χωρίς φόρα & ρίψης με ολόκληρο τον παλμό.
Ενδεικτική βιβλιογραφία: • Γεωργιάδης, Γ. (1995). Θεωρία και μεθοδική των αθλητικών ρίψεων. Αθήνα : Εκδόσεις Συμμετρία. • Javer, J. (2000). The throws (5th ed). California : Tafnews Press. • Παπαγεωργίου, Π. (1989). Οι αθλητικές ρίψεις. Αθήνα : Εκδ. Σάκκουλα.

ΚΑ-354Υπ Θεωρία Αθλητικής Προπόνησης (2 δ.μ. – 6^ο εξάμηνο)

Καθηγητής Σ. Τζιωρτζής

Γενικοί στόχοι: Εκμάθηση των μεθόδων διερεύνησης, αξιολόγησης και μεγιστοποίησης της αθλητικής απόδοσης. **Αξιολόγηση:** Εκπόνηση εργασίας, εξετάσεις. **Θεματικές Ενότητες:** • Προπονητική ορολογία. • Μέθοδοι προπόνησης. • Παιδαγωγικές και αθλητικές αρχές της προπόνησης. • Αρχές Περιοδισμού. • Φυσική κατάσταση και προπόνηση. • Συστήματα επιλογής και ανάπτυξης ταλέντων. • Δημιουργία προφίλ αγωνισμάτων και αθλημάτων. • Καθορισμός νομοτελειακών σχέσεων μεταξύ επιβάρυνσης και προσαρμογών. • Παράγοντες αθλητικής απόδοσης. • Αθλητική τεχνική και προπόνηση τεχνικής. • Αθλητική τακτική και προπόνηση τακτικής. • Προγραμματισμός της αθλητικής προπόνησης.

Ενδεικτική βιβλιογραφία: • Τζιωρτζής, Σ. (1998). Προπονητική δρομικών αγωνισμάτων Κλασικού Αθλητισμού. Αθήνα. • Mardin, D., (1993). Εγχειρίδιο Προπονητικής - Η σύνδεση της πράξης με την θεωρία. Θεσ/νίκη.

7.2 ΕΠΙΛΟΓΗΣ ΜΑΘΗΜΑΤΑ

ΚΑ-163Επ Άρση Βαρών (2 δ.μ.)

Αναπληρωτής Καθηγητής Γ. Γεωργιάδης

Γενικοί στόχοι: Εκμάθηση της τεχνικής των κλασικών κινήσεων. Ανάπτυξη της μυϊκής δύναμης. **Αξιολόγηση:** Διαλέξεις, Εξετάσεις. **Θεματικές Ενότητες:** • Εισαγωγή. • Μέθοδοι διδασκαλίας της τεχνικής. • Βασικές αρχές σχεδίασης της προπόνησης. • Ανάπτυξη μυϊκής δύναμης. • Μέθοδοι προπόνησης. • Ανάλυση της τεχνικής της άρσης βαρών. • Τεχνικά σφάλματα. • Τεχνικοί κανονισμοί. • Επιλογή ταλέντων. • Τακτική κατά τη διάρκεια των αγώνων.

Ενδεικτική βιβλιογραφία: • Σαρογλάκης, Γ. & Ζαρζαβατσίδης, Δ. (1995). Άρση βαρών. Θεσ/νίκη : Κ. Χριστοδουλίδης. • Ζαρζαβατσίδης, Δ. (1989). Η ολυμπιακή άρση βαρών. Θεσ/νίκη : Κ. Χριστοδουλίδης. • Χαλατσόγλου, Ι. (1987). Διδασκαλία της τεχνικής στον αρχάριο αθλητή. Αθήνα.

ΚΑ-165Επ Σκοποβολή (2 δ.μ.)

Επίκουρος Καθηγήτρια Α. Σμυρνιώτου

Γενικοί στόχοι: Εκμάθηση των βασικών κανόνων ασφαλείας του αθλήματος της σκοποβολής. Εκμάθηση της βασικής στάσης βολής για τυφέκιο και πιστόλι. Κατανόηση της ιδιαιτερότητας που υπάρχει στη σχέση της σκοποβολής της ψυχολογίας. **Αξιολόγηση:** Εξέταση στο πρακτικό και στο θεωρητικό μέρος, γραπτή εξέταση. **Θεματικές Ενότητες:** • Σκόπευση - Σκοπευτικά όργανα. • Φάσεις της βολής - Χρόνος σκόπευσης. • Η αναπνοή στη σκοποβολή. • Η τεχνική στη βολή με τυφέκιο (όρθια θέση) • Η τεχνική στη βολή με πιστόλι. • Το «τράβηγμα» της σκανδάλης. • Η υποθετική ή άσφαιρη βολή. • Η ψυχολογική προετοιμασία στη σκοποβολή. **Ενδεικτική βιβλιογραφία:** • Antal, L. & Skanaker, R. (1985). Pistol Shootin. London : A

& C Black. • Horneber, R. (1991). Olympic target rifle shooting. • Hanenkrat, F. & Pullum, B. (1997). The new position rifle soothing. Peachtree City, GA : Target sports Education Center.

ΚΑ-167Επ Ιππασία (2 δ.μ.)

Επίκουρος Καθηγήτρια Α. Σμυρνιώτου

Γενικοί στόχοι: Εκμάθηση επιλεγμένων στοιχείων ιππασίας. Συνεργασία και αρμονία με το άλογο σε βάδην, τροχάδην, καλπασμό. Στοιχεία δεξιολογίας, υπερπήδηση εμποδίων. **Αξιολόγηση:** Εξετάσεις σε πρακτικό και θεωρητικό μέρος (γραπτή εξέταση). **Θεματικές Ενότητες:** • Επίδειξη αλόγου, ονοματολογία, χαλίνωση, σέλωμα, ξεσέλωμα. • Προετοιμασία αλόγου, επιπίεση, αφίππευση. • Θέση ιππέα, οδήγηση αλόγου σε βάδην, ηνία, βοηθήματα. • Ασκήσεις ευκαμψίας, ισορροπίας σε βάδην και τροχάδην. • Τεχνική ίππευσης. • Αλλαγές κατεύθυνσης αλόγου, διαγώνιος αλλαγή • Δεξιολογία : κύκλος, ιπποστροφή, ανθυπποστροφή. • Ασκήσεις γυμνιππευτικής. • Καλπασμός : σωστή θέση σώματος. • Δεξιολογία : σε βάδην, τροχάδην και καλπασμό. • Απλά στοιχεία υπερπήδησης εμποδίων. • Παιχνίδια με το άλογο, σκυταλοδρομίες. **Ενδεικτική βιβλιογραφία:** • Haberman, W.(1987). Teaching better riding. • Μοιρέας, Ι. (1994). Μαθήματα για νέους ιππείς. Αθήνα.

ΚΑ-175Επ Ξιφασκία (2 δ.μ.)

Λέκτορας Χ. Τσολάκης

Γενικοί στόχοι: Εκμάθηση διδασκαλίας με ομαδικό τρόπο βασικών κιναισθητικών ικανοτήτων και απλών τεχνικών στοιχείων αρχαρίων. **Αξιολόγηση:** Πρακτική & θεωρητική εξέταση. **Θεματικές Ενότητες:** • Θεωρητική εισαγωγή με το άθλημα. • Έμμεσος τρόπος διδασκαλίας κιναισθητικών ικανοτήτων I & II. • Θέση φύλαξης, βήματα, αλλαγές κατευθύνσεων. • Αίσθηση απόστασης I. • Προβολή, βήμα προβολής. • Απλές επιθετικές ενέργειες-Λαβή ξίφους-Νύξη. • Αίσθηση απόστασης II. • Άμυνα (απόσταση-απόκρουση). • Απλές αποκρούσεις (4η). • Επίθεση απόκρουση. • Επίθεση, απόκρουση, αντίνυξη. **Ενδεικτική βιβλιογραφία:** • Τσολάκης, Χ., Αθανασιάδης, Κ. & Ντουράκος, Π. (1999). Μεθοδολογία Προπόνησης Ξιφασκίας. Αθήνα : Αθλότυπο. • Τσολάκης, Χ. & Scabo, A. (1996). Ξιφασκία. Αθήνα : Εκδ. Συμμετρία. • Scabo, L. (1982). Fencing Master. Korvinya, Budapest, Hungary.

ΚΑ-176Επ Ορεινές Δραστηριότητες (2 δ.μ.)

Επίκουρος Καθηγήτρια Α. Σμυρνιώτου

Γενικοί στόχοι: Εισαγωγή σε ορεινές δραστηριότητες. Ενότητες πρακτικής εφαρμογής αφορούν στη συνεργασία αθλημάτων. **Αξιολόγηση:** Εξέταση στο θεωρητικό ή πρακτικό μέρος. **Θεματικές Ενότητες:** • Εισαγωγή στις «ορεινές δραστηριότητες» . • Προετοιμασία υλικών και εξοπλισμών υπαίθρου. • Προγραμματισμός διαδρομής. • Προσανατολισμός, ανάγνωση χαρτών. • Μελέτη καιρικών συνθηκών. • Κίνδυνοι στο βουνό και παροχή πρώτων βοηθειών. • Ορεινή πεζοπορία., κατασκίνηση, ποδηλασία. • Παραποτάμιες αθλητικές δραστηριότητες. • Οδηγός ποταμών : ασφάλεια, διάσωση, εξοπλισμός. **Ενδεικτική βιβλιογραφία** • Rentrew, T. (1997). Orienteering. Champaign : Human Kinetics • Watts, P. (1996). Rock climbing. Champaign : Human Kinetics • Seaborg, E. & Dudley, E. Hiking and packpacking. Champaign : Human Kinetics

ΚΑ-178Επ Πάλη (2 δ.μ.)

Λέκτορας Χ. Κόλλιας

Γενικοί στόχοι: Μύηση των φοιτητών στην αθλητική πάλη. Εκμάθηση των βασικών στοιχείων της πάλης. **Αξιολόγηση:** Εξέταση στο θεωρητικό και πρακτικό μέρος. **Θεματικές Ενότητες:** • Η πάλη ως μέσο τελειοποίησης της προσωπικότητας του ανθρώπου. • Κανονισμοί και οργάνωση των αγώνων. • Βασικές βιομηχανικές αρχές που χαρακτηρίζουν το άθλημα της πάλης. • Εκμάθηση των βασικών στάσεων, δεσμιμάτων και μετακινήσεων στην αθλητική πάλη. • Βασικές διαφορές της Ελληνορωμαϊκής και της Ελεύθερης αγωνιστικής πάλης. • Εκμάθηση των κυριότερων ειδικών ασκήσεων της πάλης. • Εκμάθηση απλών τεχνικών ενεργειών από το γκρουπ των μεταθέσεων από την όρθια πάλη. • Εκμάθηση απλών τεχνικών ενεργειών από το γκρουπ των ανατροπών από την κάτω πάλη. • Εκμάθηση απλών τεχνικών ενεργειών από το γκρουπ των ρίψεων από την όρθια πάλη. • Τα βασικά χαρακτηριστικά του αθλητή υψηλών επιδόσεων στην πάλη. **Ενδεικτική βιβλιογραφία:** • Petrof, R. (1984). Free and Greco – Romain style Lausanne. 262p. : (edition FILA). • Johnston, J., Dalgewicz, C. & White, D. (1979). Wrestling Skills and Strategies for the Athlete and Coach. N.Y. : Hawthorn Books Inc. • Gable, D. (1986). Coaching Wrestling Successfully. New York. 176p.

ΚΑ-179Επ Ποδηλασία (2 δ.μ.)

Επίκουρος Καθηγήτρια Α. Σμυρνιώτου

Γενικοί στόχοι: Εισαγωγή στις βασικές κατηγορίες ποδηλασίας δρόμου, πίστας και βουνού. **Αξιολόγηση:** εξέταση στο θεωρητικό και πρακτικό μέρος. **Θεματικές Ενότητες:** • Ιστορική αναδρομή του αθλήματος. • Γνωριμία με το ποδήλατο. Πρόληψη τραυματισμών. • Βασικές κατηγορίες ποδηλασίας. Είδη ποδηλατοδρόμων. • Αγώνισματα Δρόμου. • Αγώνισματα Πίστας. • Αγώνισματα Βουνού. • Στοιχεία προπονητικής για αρχάριους ποδηλάτες. • Κανονισμοί. **Ενδεικτική βιβλιογραφία:** • Burke, E. (1995). Serious Cycling. England : Human Kinetics Pubs. • Burke, E. (1996). High Tech Cycling. England : Human Kinetics Pubs. • Carmichael, C. & Burne, E. (1994). Fitness Cycling. England : Human Kinetics Pubs.

ΚΑ-181Επ Πυγμαχία (2 δ.μ.)

Αναπληρωτής Καθηγητής Γ. Γεωργιάδης

Γενικοί στόχοι: Εκμάθηση των βασικών τεχνικών στοιχείων, που αφορούν σε αρχάριους πυγμάχους. **Αξιολόγηση:** Εξέταση στο θεωρητικό και πρακτικό μέρος του μαθήματος. **Θεματικές Ενότητες:** • Εισαγωγή στην πυγμαχία. Ιστορική εξέλιξη. • Τεχνική : θεωρητική ανάλυση ή πρακτική εφαρμογή των κυριότερων επιθετικών και αντεπιθετικών χτυπημάτων καθώς και των αμυντικών τακτικών και των κινήσεων στο ρίνγκ. • Μεθοδική διδασκαλία των τεχνικών στοιχείων. • Βασικά στοιχεία προγραμματισμού. • Κανονισμοί - Στοιχεία διαίτησας. **Ενδεικτική βιβλιογραφία:** • Αγέλωβ, Ι. (1984). Σωματική και ψυχολογική προετοιμασία των πυγμάχων. Σόφια. • Τοδόρ, Α. (1973). Ειδική και ατομική προετοιμασία των πυγμάχων. Σόφια. • Ζέτσεβ, Ε. (1982). Ενιαίο πρόγραμμα και μεθοδολογία για εκμάθηση και προπόνηση της πυγμαχίας. Σόφια.

ΚΑ-183Επ Τάε-Κβο-Ντο (2 δ.μ.)

Λέκτορας Χ. Κόλλιας

Γενικοί στόχοι: Μύηση των φοιτητών στο άθλημα. Εκμάθηση των βασικών στοιχείων του Τάε-Κβο-Ντό. **Αξιολόγηση:** Πρακτική εξέταση, προφορική εξέταση στους κανονισμούς. **Θεματικές Ενότητες:** • Εισαγωγή και ιστορική αναδρομή. • Κανονισμοί του αθλήματος και οργάνωση των αγώνων. • Βασικές βιομηχανικές αρχές που χαρακτηρίζουν το άθλημα του Τάε-

Κβό-Ντό. • Εκμάθηση των βασικών στάσεων και μετακινήσεων. • Εκμάθηση των κυριότερων ειδικών ασκήσεων του αθλήματος. • Εκμάθηση απλών επιθετικών τεχνικών ενεργειών. • Εκμάθηση απλών αντεπιθετικών και αμυντικών ενεργειών. • Εκμάθηση βασικών στοιχείων τακτικής. • Βασικά στοιχεία προπονητικής. **Ενδεικτική βιβλιογραφία:** • Φυσιετζίδης, Μ. (1992). Γνωριμία με το Τάε-Κβο-Ντο. Αθήνα : Εκδ. Σ. Βογιατζή & Σία • Lawler, J. (1998). The Secrets of Tae Kwo Do. Principles and Techniques for Beginners. • Soon man Lee, Gaetane, R. (1999). Modern Tae Kwo Do. The Official Manual.

ΚΑ-184Επ Τζούντο (2 δ.μ.)

Λέκτορας Χ. Κόλλιας

Γενικοί στόχοι: Μύηση των φοιτητών στο Τζούντο. Εκμάθηση των βασικών στοιχείων του Τζούντο. **Αξιολόγηση:** Πρακτική εξέταση, προφορική εξέταση στους κανονισμούς. **Θεματικές Ενότητες:** • Εισαγωγή και ιστορία του Τζούντο. • Αρχές και σκοποί του τζούντο. • Βασικές βιομηχανικές αρχές που χαρακτηρίζουν το άθλημα του Τζούντο. • Εκμάθηση των βασικών στάσεων : έλεγχος του σώματος. • Οι πτώσεις στο τζούντο • Τύποι πιασιμάτων. • Γενική και ειδική ορολογία. • Βασικοί κανονισμοί διαιτησίας • Σύνθεση και ανάλυση τεχνικών. • Εκμάθηση τεχνικών εδάφους : καθηλώσεις, στρεβλώσεις. • Εκμάθηση τεχνικών ρίψεων από όρθια θέση : τεχνικές χεριών, γοφού, ποδιών. • **Ενδεικτική βιβλιογραφία:** • Κόλλιας, Χ., Βακατάσης, Σ. & Σταυριά, Α. (1998). Το ενιαίο προπονητικό πρόγραμμα στο Τζούντο. Αθήνα : Γενική Γραμματεία Αθλητισμού. • Kazuzo, K. (1979). Το Τζούντο στην πράξη. Τεχνικές εδάφους. Αθήνα : ΕΣΠΙ, Ε.Περσίδης και Σία Ε.Ε. • Kazuzo, K. (1979). Το Τζούντο στην πράξη. Τεχνικές Ρίψεων. Αθήνα : ΕΣΠΙ, Ε. Περσίδης και Σία Ε.Ε.

ΚΑ-185Επ Χιονοδρομία (2 δ.μ.)

Λέκτορας Β. Γιοβάνης

Γενικοί στόχοι: Εισαγωγή στη χιονοδρομία αντοχής, στη χιονοσανίδα και στην παγοδρομία. Εκμάθηση επιλεγμένων χειμερινών εφαρμογών όπως : εξοπλισμός, ασφάλεια, μεθοδολογία, τεχνική, προπονητική και κανονισμοί του συγκεκριμένου αθλήματος. **Αξιολόγηση:** Εξέταση θεωρίας και πράξης. **Θεματικές Ενότητες:** • Ιστορική εξέλιξη των τριών αγωνισμάτων. • Ο εξοπλισμός του χιονοδρόμου αντοχής, αναβάτη χιονοσανίδας και παγοδρόμου. • Η ασφάλεια στη χιονοδρομία και στην παγοδρομία. • Η ορολογία στη χιονοδρομία αντοχής, στη χιονοσανίδα και στην παγοδρομία. • Τα μέσα προπόνησης της τεχνικής στο ξηρό έδαφος και στο παγοδρόμιο. • Βιομηχανικά στοιχεία : κινηματική ανάλυση του χιονοδρόμου αντοχής, χιονοσανίδας και παγοδρόμου. • Μεθοδολογία : α) διδασκαλία της βασικής τεχνικής του πατινάζ, β) διδασκαλία της βασικής τεχνικής χιονοδρομίας αντοχής, γ) διδασκαλία της βασικής τεχνικής της χιονοσανίδας. • Τα φυσιολογικά χαρακτηριστικά της προπόνησης του χιονοδρόμου και του παγοδρόμου. • Προπονητική : βελτίωση της φυσικής κατάστασης του χιονοδρόμου και του παγοδρόμου στο ξηρό έδαφος. • Οι βασικοί κανονισμοί, της χιονοδρομίας αντοχής, της χιονοσανίδας και της παγοδρομίας. **Ενδεικτική βιβλιογραφία** • Γιοβάνης, Β. (1986). Χιονοδρομία. Αθήνα : Ekegraft. • Γιοβάνης Β. (1999). Προπονητική στη χιονοδρομία καταβάσεων (2η έκδ.). Αθήνα : Giannini..

ΚΑ-196Επ Μυϊκή Ενδυνάμωση (2 δ.μ.)

Αναπληρωτής Καθηγητής Γ. Γεωργιάδης

Γενικοί στόχοι: Διδασκαλία της δυναμικής της προσαρμογής στην προπόνηση δύναμης με

αναφορές στη νευρομυϊκή λειτουργία και τις ενεργειακές πηγές της μυϊκής συστολής, των χαρακτηριστικών της δύναμης και των μεθόδων ανάπτυξής της, του σχεδιασμού των προγραμμάτων και τις τεχνικές αξιολόγησης της απόδοσης, των γενικών και ειδικών ασκήσεων και της μεθόδου ταξινόμησής τους, των τεχνικών ασφάλειας από ατυχήματα και τραυματισμούς. **Αξιολόγηση:** Εξέταση της ικανότητας οργάνωσης, διδασκαλίας και επίβλεψης προγραμμάτων μυϊκής ενδυνάμωσης και της θεωρητικής κατάρτισης με γραπτές ή προφορικές εξετάσεις και εργασίες. **Θεματικές Ενότητες:** • Βασικές έννοιες και ορισμοί. Ιστορική αναδρομή στη σημασία της μυϊκής ενδυνάμωσης. • Η φυσιολογία του μυός και ο μηχανισμός της μυϊκής συστολής. • Η νευρομυϊκή λειτουργία και οι ενεργειακές πηγές της μυϊκής συστολής. • Οι Νόμοι της κίνησης, η μηχανική της ανθρώπινης κίνησης και η λειτουργία των αρθρώσεων. • Τα χαρακτηριστικά της μυϊκής δύναμης. Μέγιστη, ισχύς, αντοχή, εκρηκτικότητα. • Τα είδη μυϊκών συστολών και η εξειδικευμένη σχέση τους με τα αγωνίσματα και αθλήματα. • Απόλυτη και σχετική δύναμη, εξειδικευμένο έργο δύναμης, μέγιστη μυϊκή απόδοση. • Η δυναμική της προσαρμογής στην προπόνηση δύναμης, μυϊκή υπερτροφία. • Μέθοδοι και συστήματα της προπόνησης μυϊκής ενδυνάμωσης. • Η ένταση και ο όγκος της προπόνησης δύναμης. Ο αριθμός των ασκήσεων. • Αρχές οργάνωσης ενός προπονητικού προγράμματος μυϊκής ενδυνάμωσης. • Η δομή της προπονητικής μονάδος και του μικρόκυκλου. Η συχνότητα της επιβάρυνσης. • Προσδιορισμός και ταξινόμηση των ειδικών ασκήσεων των άνω, κάτω άκρων και οσφύος. • Ταξινόμηση των ασκήσεων ανάλογα με την ηλικία, το φύλο και το βαθμό ωριμότητας. • Βασικές αρχές και εφαρμογές των μεθόδων της προπονητικής καθοδήγησης. • Ανασκόπηση και κριτική των αναφορών στη προπονητική της μυϊκής ενδυνάμωσης. • Τεχνικές ασφάλειας, προδιαγραφές οργάνωσης και λειτουργίας ενός γυμναστηρίου. **Ενδεικτική βιβλιογραφία:** • Zatsiorsky, V. (1955). Science and Practice of Strength Training. Champaign, IL. : Human Kinetics. • Riley, D. (1992). Strength Training by the experts. Champaign, IL. : Human Kinetics. • Fleck, J. S. & Kraemer, J. W. (1977). Designing Resistance Training Programs. Champaign, IL. : Human Kinetics.

7.3 ΕΙΔΙΚΕΥΣΕΙΣ

ΕΙΔΙΚΕΥΣΗ «ΚΛΑΣΙΚΟΣ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΣ - ΔΡΟΜΟΙ»

Καθηγητής Σ. Τζιωρτζής

ΚΑ-470ΔΡ Τεχνική & Μηχανική Ανάλυση Αθλητικών Δρόμων (4 δ.μ. – 7^ο, 8^ο εξάμηνο)

ΚΑ-471ΔΡ Προπονητική Αθλητικών Δρόμων (4 δ.μ. – 7^ο, 8^ο εξάμηνο)

ΚΑ-472ΔΡ Μεθοδολογία Διδασκαλίας Αθλητικών Δρόμων (4 δ.μ. – 7^ο, 8^ο εξάμηνο)

ΚΑ-473ΔΡ Ειδικά Θέματα Αθλητικών Δρόμων (2 δ.μ. – 7^ο, 8^ο εξάμηνο)

ΚΑ-477ΔΡ Καθοδηγούμενη Μελέτη στους Αθλητικούς Δρόμους (2 δ.μ. – 7^ο, 8^ο εξάμηνο)

ΚΑ-480ΔΡ Προπονητική Εξάσκηση Αθλητικών Δρόμων (4 δ.μ. – 7^ο, 8^ο εξάμηνο)

Γενικοί στόχοι: Εκμάθηση των μεθόδων διερεύνησης, προγραμματισμού και κορύφωσης της αθλητικής επίδοσης όλων των δρομικών αγωνισμάτων κλασικού αθλητισμού. Εφαρμογή και αξιολόγηση των αθλητικών προπονητικών προγραμμάτων. Δυνατότητα επίδειξης των αθλητικών τεχνικών. **Αξιολόγηση:** Εκπόνηση εργασίας, εξετάσεις, κινητική ικανότητα. **Θεματικές Ενότητες:** • Ανάπτυξη και βελτίωση της φυσικής κατάστασης του δρομέα. • Περιοδικότητα, περίοδοι και φάσεις, μεσόκυκλος, μικρόκυκλος. • Ανάλυση των δρομικών αγωνισμάτων. • Αξιολόγηση της δρομικής ταχύτητας. • Επίδραση των διαφόρων μορφών προπόνη-

σης στην απόδοση των δρομέων αντοχής. • Προϋποθέσεις για την επίτευξη υψηλών επιδόσεων στα δρομικά αγωνίσματα.. • Κινηματικές αναλύσεις και προσδιορισμός του επιπέδου τεχνικής.. • Επιλογή ταλέντων στα δρομικά αγωνίσματα. • Η φιλοσοφία ως αναγκαιότητα στην προπονητική επιστήμη. • Μορφές τακτικής. • Αξιολόγηση του επιπέδου απόδοσης και δημιουργία αγωνιστικού προφίλ. • Εκμάθηση και διδασκαλία της τεχνικής των δρομικών αγωνισμάτων ταχύτητας και εμποδίων • Πρακτική εξάσκηση και ανάλυση των ομαδικών αγωνισμάτων του κλασικού αθλητισμού (Σκυταλοδρομίες) • Προγραμματισμός της προπόνησης των Σύνθετων αγωνισμάτων (Δέκαθλο έπταθλο) • Πρακτική εφαρμογή αγωνιστικής τακτικής των δρομικών αγωνισμάτων αντοχής • Μηχανική δρομικών Αγωνισμάτων **Ενδεικτική βιβλιογραφία:** • Τζιωρτζής, Στ. (1998). Προπονητική Δρομικών Αγωνισμάτων Κλασικού Αθλητισμού. Αθήνα. • Butts, N., Gushiken, T. & Zarins, B. (1985). The Elite Athlete. Life Enhancement Publications. • Dyson, G. (1963). The Mechanics of Athletics. University of London Press Ltd. • Dinev, P. (1993). Μοντελοποίηση της προπόνησης αθλητών στίβου. Θεσ/νίκη : Salto. • Zinti, F. (1988). Προπόνηση Αντοχής. Θεσ/νίκη : Salto.

ΕΙΔΙΚΕΥΣΗ «ΚΛΑΣΙΚΟΣ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΣ - ΑΛΜΑΤΑ»

Λέκτορας Β. Παπαδημητρίου, Ε.Ε.ΔΙ.Π. Δ. Ευθυμίου

ΚΑ-470ΑΑ Τεχνική & Μηχανική Ανάλυση Αθλητικών Αλμάτων (4 δ.μ. – 7^ο, 8^ο εξάμηνο)

ΚΑ-471ΑΑ Προπονητική Αθλητικών Αλμάτων (4 δ.μ. – 7^ο, 8^ο εξάμηνο)

ΚΑ-472ΑΑ Μεθοδολογία Διδασκαλίας Αθλητικών Αλμάτων (4 δ.μ. – 7^ο, 8^ο εξάμηνο)

ΚΑ-473ΑΑ Ειδικά Θέματα Αθλητικών Αλμάτων (2 δ.μ. – 7^ο, 8^ο εξάμηνο)

ΚΑ-477ΑΑ Καθοδηγούμενη Μελέτη στα Αθλητικά Άλματα (2 δ.μ. – 7^ο, 8^ο εξάμηνο)

ΚΑ-480ΑΑ Προπονητική Εξάσκηση Αθλητικών Αλμάτων (4 δ.μ. – 7^ο, 8^ο εξάμηνο)

Γενικοί στόχοι: Τεχνική και βιομηχανική ανάλυση των αλμάτων. Ιστορική εξέλιξη. Μεθοδολογία διδασκαλίας αλμάτων. Πρακτική εξάσκηση και εφαρμογή. Απόκτηση εξειδικευμένων γνώσεων για διδασκαλία και προπόνηση αθλητών των αλμάτων όλων των βαθμίδων. Μακροχρόνιος προγραμματισμός της προπόνησης των αλτών. Ανάλυση ετήσιου προγραμματισμού προπόνησης αγώνων. Μέθοδος ελέγχου της προπόνησης. Αξιολόγηση δεδομένων για την επιλογή ταλέντων. Ανάλυση κανονισμών. **Αξιολόγηση:** Θεωρητική εξέταση, πρακτική εξέταση, εργασίες. **Θεματικές Ενότητες:** • Γενικές αρχές των αλμάτων. • Τεχνικές των αλμάτων. • Αναλυτική μελέτη των φάσεων των αλμάτων. • Άλμα σε μήκος. • Άλμα τριπλούν. • Άλμα σε ύψος. • Άλμα επί κοντώ. • Μεθοδολογία αλμάτων. • Βιομηχανική ανάλυση αλμάτων. • Αξιολόγηση δεδομένων βιομηχανικής ανάλυσης. • Μακροχρόνιος προγραμματισμός αλμάτων (φάσεις). • Ορισμός και ανάλυση των κύκλων του περιοδισμού • Κωδικοποίηση & τεκμηρίωση της προπόνησης των αλμάτων. • Ανάλυση, σύγκριση. Μονό, διπλούν, τριπλούν περιοδισμού. • Περιοδικός έλεγχος για τη προσαρμογή της προπόνησης. • Ανάλυση κατά ηλικιακή ενότητα προπονητικών φάσεων. • Μέθοδος τεχνικής προετοιμασίας. **Ενδεικτική βιβλιογραφία:** • Φαφούτη, Σ. & Ευθυμίου, Δ. (1994). Τα άλματα. Αθήνα. • Dickwach, H., & Gundlach, H.. (1991). Άλματα. Θεσ/νίκη : Salto.

ΕΙΔΙΚΕΥΣΗ «ΚΛΑΣΙΚΟΣ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΣ - ΡΙΨΕΙΣ»

Αναπληρωτής Καθηγητής Γ. Γεωργιάδης, Λέκτορας Γ. Τερζής

ΚΑ-470ΡΙ Τεχνική & Μηχανική Ανάλυση Αθλητικών Ρίψεων (4 δ.μ. – 7^ο, 8^ο εξάμηνο)

ΚΑ-471ΡΙ Προπονητική Αθλητικών Ρίψεων (4 δ.μ. – 7^ο, 8^ο εξάμηνο)

ΚΑ-472ΡΙ Μεθοδολογία Διδασκαλίας Αθλητικών Ρίψεων (4 δ.μ. – 7^ο, 8^ο εξάμηνο)

ΚΑ-473ΡΙ Ειδικά Θέματα Αθλητικών Ρίψεων (2 δ.μ. – 7^ο, 8^ο εξάμηνο)

ΚΑ-477ΡΙ Καθοδηγούμενη Μελέτη στις Αθλητικές Ρίψεις (2 δ.μ. – 7^ο, 8^ο εξάμηνο)

ΚΑ-480ΡΙ Προπονητική Εξάσκηση Αθλητικών Ρίψεων (4 δ.μ. – 7^ο, 8^ο εξάμηνο)

Γενικοί στόχοι: Διδασκαλία της θεωρητικής βάσης οργάνωσης της προπόνησης, λάθη και διορθώσεις στον τρόπο εκτέλεσης της τεχνικής του ακοντισμού, δισκοβολίας, σφαιροβολίας σφυροβολίας, σε αρχάριους και ώριμους αθλητές με λεπτομερή ανάλυση των παλμών και εφαρμογή της διδακτικής σε αρχάριους υποψήφιους ρίπτες. Μέθοδοι ανάπτυξης των ριπτικών ικανοτήτων. Διδασκαλία των μηχανικών και κινησιολογικών αρχών που διέπουν τις αθλητικές ρίψεις, των κινησιολογικών διαφορών και συγγενειών στην τεχνική των αγωνισμάτων, των μεθόδων οργάνωσης της προπόνησης σε ετήσια και μακροχρόνια βάση, των βασικών αρχών της προπονητικής καθοδήγησης και ελέγχου της πορείας της προπόνησης, τη σημασία της ηθικής κοινωνικής και ψυχολογικής στήριξης των αθλητών, καθώς επίσης και τις αξίες των αρχών του Ολυμπισμού. **Αξιολόγηση:** Εξέταση της ικανότητας διδασκαλίας των αγωνισμάτων και της θεωρητικής κατάρτισης με γραπτές ή προφορικές εξετάσεις και εργασίες. Εξέταση της ικανότητας μεθοδικής διδασκαλίας των αγωνισμάτων σε αρχάριους και προχωρημένους ασκούμενους και της θεωρητικής κατάρτισης με γραπτές ή προφορικές εξετάσεις και εργασίες. **Θεματικές Ενότητες:** • Η εξέλιξη των επιδόσεων, των παλμών και των διαφόρων στυλ στις αθλητικές ρίψεις. • Σημαντικές διαφορές στην εξέλιξη της προπόνησης και της τεχνικής των αγωνισμάτων • Το πρόγραμμα προπόνησης. Η θεωρία του απλού και διπλού περιοδοσμού στις ρίψεις. • Οι τομείς της προπόνησης. Περίοδοι και Φάσεις του ετήσιου κύκλου. • Επιβάρυνση και προσαρμογή. Μορφές, ένταση και όγκος της επιβάρυνσης. • Η συχνότητα, η διάρκεια και η προοδευτική αύξηση της επιβάρυνσης. • Αρχές και μέθοδοι κατασκευής του προπονητικού προγράμματος. • Αγωνιστική περίοδος. Το χρονοδιάγραμμα των αγώνων. Η αγωνιστική προετοιμασία. • Ειδικός προπαρασκευαστικός κύκλος. Ενδιάμεσο προπαρασκευαστικό στάδιο. • Ταξινόμηση φορτίων της προπόνησης. Προπόνηση, υπερπροπόνηση και υπερκόπωση. • Σφάλματα της προπόνησης και παράγοντες που μειώνουν την απόδοση. • Συμπτώματα κόπωσης και υπερκόπωσης. Δείκτες αξιολόγησης της αθλητικής απόδοσης. • Ανίχνευση, επιλογή και προετοιμασία του αθλητικού ταλέντου στα ριπτικά αγωνίσματα. • Μέθοδοι ανάπτυξης της δύναμης. Ειδικές και γενικές ασκήσεις κατά αγώνισμα. • Μέθοδοι ανάπτυξης της ταχύτητας, εκρηκτικότητας και ευκαμψίας των ριπτών. • Μέθοδοι ανάπτυξης της επιδεξιότητας, της ειδικής τεχνικής και της φυσικής κατάστασης. • Η σημασία της αποθεραπείας και των διατάσεων. Αναφορά σε ειδικές ασκήσεις. • Βασικές έννοιες και ορισμοί της κίνησης. Τα είδη της κίνησης. • Η κινησιολογική σημασία του μυοσκελετικού συστήματος. τα είδη της μυϊκής συστολής. • Η μηχανική της ανθρώπινης κίνησης. Η λειτουργία των αρθρώσεων. • Νόμοι της κίνησης και η σχέση τους με την ορθότητα εκτέλεσης της τεχνικής. • Η αθλητική κίνηση. Αθλητική τεχνική και επιδεξιότητα. • Ανατομικές και φυσιολογικές διαφορές ανδρών-γυναικών και η επίδραση στις ρίψεις. • Απόσταση βολής και παράγοντες που την επηρεάζουν. • Η σημασία της γωνίας, ύψους και ταχύτητας απελευθέρωσης των ριπτικών οργάνων. • Αεροδυναμικοί παράγοντες. Γωνίες επίθεσης και πλεύσης, το κέντρο πίεσης. • Μελέτη βιο-μηχανικών αναλύσεων της τεχνικής του ακοντισμού και της σφαιροβολίας. • Μελέτη βιο-μηχανικών αναλύσεων της τεχνικής της δισκοβολίας και σφυροβολίας. • Βιβλιογραφική ανασκόπηση και κριτική των αναφορών στη προπονητική των ρίψεων • Βασικές αρχές και εφαρμογές των μεθόδων της

προπονητικής καθοδήγησης. • Κριτική αξιολόγηση των διαφορών κατά τη εξέλιξη της τεχνικής των ριπτικών αγωνισμάτων • Οι αρχές του ολυμπισμού και η σύγκρισή τους με τη σημερινή σύγχρονη πρακτική. • Εφαρμογή των κανόνων προετοιμασίας και διεξαγωγής αγώνων **Ενδεικτική βιβλιογραφία:** • Γεωργιάδης, Γ. (1995). Θεωρία και μεθοδική των αθλητικών ρίψεων. Αθήνα : Εκδόσεις Συμμετρία. • Matveyev, L. P. (1981). Fundamentals of Sports Training. Moscow : Progress Pub. • Bompa, O. T. (1994). Theory and Methodology of Training. Dubuque, Iowa : Kendal / Hunt Pub. Co., • Dyson, G. (1977). The mechanics of Athletics (7th ed.). London : Hodder and Stoughton • Carr, G. (1977). Mechanics of Sport - A practitioners Guide. Champaign, IL : Human Kinetics.

ΕΙΔΙΚΕΥΣΗ «ΞΙΦΑΣΚΙΑ»

Λέκτορας Χ. Τσολάκης

ΚΑ-470ΞΙ Τεχνική & Μηχανική Ανάλυση Ξιφασκίας (4 δ.μ. – 7^ο εξάμηνο)

Λέκτορας Χ. Τσολάκης

Γενικοί στόχοι: Διδασκαλία Βασικών αρχών προπόνησης αρχάριων αθλητών των 3 όπλων. **Αξιολόγηση:** Πρακτική & θεωρητική εξέταση, εκπόνηση εργασιών. **Θεματικές Ενότητες** • Διδασκαλία τεχνικής τριών όπλων: Ξίφους άσκησης, Ξίφους μονομαχίας, Σπάθης. • Απλές επιθέσεις. • Απλές αποκρούσεις. • Σύνθετες επιθέσεις. • Αντεπιθέσεις. • Σύνθετες αποκρούσεις. **Ενδεικτική βιβλιογραφία** • Τσολάκης, Χ., Szabo A. Ξιφασκία, Εκδόσεις Αθανασόπουλου – Παπαδάμη, Αθήνα 1996. • Τσολάκης, Χ., Ντουράκος, Π., Αθανασιάδης, Κ. Ξιφασκία, Μεθοδολογία της Προπόνησης, 1999.

ΚΑ-471ΞΙ Προπονητική Ξιφασκίας (4 δ.μ. – 7^ο εξάμηνο)

Λέκτορας Χ. Τσολάκης

Γενικοί στόχοι: Διδασκαλία μεθόδων φυσικής κατάστασης. Σύνδεση τεχνικής τακτικής. **Αξιολόγηση:** Πρακτική & θεωρητική εξέταση, εκπόνηση εργασιών. **Θεματικές ενότητες** • Φυσική κατάσταση. • Τακτική. • Περιοδικότητα προπόνησης. • Είδη μαθήματος (Βασικό, μηχανικό, πολλαπλής επιλογής, προαγωνιστικό). • Συνασκήσεις (Μηχανικές, Επίθεσης – άμυνας, παιχνίδι με θέμα). **Ενδεικτική βιβλιογραφία** • Lukovich, I. Fencing, Alfordi Printing House, Debrecen, 1986. • Tyshler, D., Tyshler, G. Fencing, Physical Education and Science Press, 1995.

ΚΑ-472ΞΙ Μεθοδολογία Διδασκαλίας Ξιφασκίας (4 δ.μ. – 7^ο εξάμηνο)

Λέκτορας Χ. Τσολάκης

Γενικοί στόχοι: Διδασκαλία μεθόδων προπόνησης με γενικά και ειδικά μέσα. **Αξιολόγηση:** Πρακτική & θεωρητική εξέταση, εκπόνηση εργασιών. **Θεματικές ενότητες** • Έμμεσος τρόπος μετάδοσης αυτοματοποιημένων κινήσεων. • Ομαδικός τρόπος διδασκαλίας. • Προασκήσεις. • Ορολογία • Συμβατικές κινήσεις. • Τακτική ιεραρχία. **Ενδεικτική βιβλιογραφία** • Szabo, L., Fencing and the Master. Franklin Printing House, 1982. • Popelin, D., Escrime, Ed. Amphora, 2002. • Thirioux, P., Escrime Moderne, 1977.

ΚΑ-473ΞΙ Ειδικά Θέματα Ξιφασκίας (2 δ.μ. – 8^ο εξάμηνο)

Λέκτορας Χ. Τσολάκης

Γενικοί στόχοι: Γνωστική επαφή με θέματα ειδικής προσέγγισης του αθλήματος. **Αξιολόγηση:** Πρακτική & θεωρητική εξέταση, εκπόνηση εργασιών. **Θεματικές ενότητες** • Επιλογή αρ-

χαρίων (Σωματότυπος, δοκιμασίες) • Οπτικό πεδίο ξιφομάχου. • Αριστεροχειρία. • Ενεργειακά υποστρώματα και απόδοση. • Διατροφή. • Ασυμμετρίες. • Ψυχολογική προετοιμασία (Τεχνικές χαλάρωσης και συγκέντρωσης). • Διαιτησία. • Οργάνωση αγώνων. **Ενδεικτική βιβλιογραφία** • Czaikowski, Z., Theory, practice and methodology of fencing: choosen aspects. Katowice 2001. • Bressan, A., Theoria e Metodologia dell' allenamento. Dueci Es-crime, 1993. • Wojciechowski, Z., Libra Printing Datchet Berks, 1990.

ΚΑ-477ΞΙ Καθοδηγούμενη Μελέτη στην Ξιφασκία (2 δ.μ. – 8^ο εξάμηνο)

Λέκτορας Χ. Τσολάκης

Γενικοί στόχοι: Η εκπόνηση διπλωματικής εργασίας **Αξιολόγηση:** Πρακτική & θεωρητική εξέταση, εκπόνηση εργασιών. **Θεματικές ενότητες** • Βιβλιογραφική ανασκόπηση (Βιβλιοθήκη, ηλεκτρονικά μέσα). • Οργάνωση πειραματικής διαδικασίας. • Συνεργασία με διδάσκοντα και άλλα εργαστήρια, τομείς. • Συγγραφή διπλωματικής εργασίας. • **Ενδεικτική βιβλιογραφία** • Κομητούδης, Δ., Εισαγωγή στην Οπλομαχητική, Εκδόσεις Λωτός 1989. • Δουμπλακίδης Πολύκαρπος. Τεχνική Ανάλυση του Ξίφους Μονομαχίας. Θεσσαλονίκη 1990.

ΚΑ-480ΞΙ Προπονητική Εξάσκηση Ξιφασκίας (4 δ.μ. – 8^ο εξάμηνο)

Λέκτορας Χ. Τσολάκης

Γενικοί στόχοι: Η εξάσκηση και η απόκτηση εμπειριών σε πρακτικά θέματα αρχαρίων και υψηλού αθλητισμού. **Αξιολόγηση:** Πρακτική & θεωρητική εξέταση, εκπόνηση εργασιών. Θεματικές ενότητες • Υποχρεωτική επίσκεψη σε χώρους προπόνησης συλλόγων και της Εθνικής ομάδας. • Σεμιναριακά μαθήματα από τους Ομοσπονδιακούς προπονητές. • Προπόνηση αρχαρίων.

ΕΙΔΙΚΕΥΣΗ «ΑΡΣΗ ΒΑΡΩΝ»

Αναπληρωτής Καθηγητής Γ. Γεωργιάδης

ΚΑ-470ΑΒ Τεχνική & Μηχαν. Ανάλυση Άρσης Βαρών (4 δ.μ. – 7^ο, 8^ο εξάμηνο)

ΚΑ-471ΑΒ Προπονητική Άρσης Βαρών (4 δ.μ. – 7^ο, 8^ο εξάμηνο)

ΚΑ-472ΑΒ Μεθοδολογία Διδασκαλίας Άρσης Βαρών (4 δ.μ. – 7^ο, 8^ο εξάμηνο)

ΚΑ-473ΑΒ Ειδικά Θέματα Άρσης Βαρών (2 δ.μ. – 7^ο, 8^ο εξάμηνο)

ΚΑ-477ΑΒ Καθοδηγούμενη Μελέτη στην Άρση Βαρών (2 δ.μ. – 7^ο, 8^ο εξάμηνο)

ΚΑ-480ΑΒ Προπονητική Εξάσκηση Άρσης Βαρών (4 δ.μ. – 7^ο, 8^ο εξάμηνο)

Γενικοί στόχοι: Εκμάθηση της τεχνικής των κλασικών κινήσεων. Ανάπτυξη της μυϊκής δύναμης. Γενική και ειδική προετοιμασία, προγραμματισμός αγώνων. Τελειοποίηση της τεχνικής και της φυσικής προετοιμασίας για την επίτευξη υψηλών επιδόσεων. **Αξιολόγηση:** Εκπόνηση εργασίας, εξετάσεις στο θεωρητικό (γραπτή εξέταση) & πρακτικό μέρος του μαθήματος. **Θεματικές Ενότητες:** • Ιστορική εξέλιξη. • Μεθοδική διδασκαλία της τεχνικής. • Ανάλυση της τεχνικής : κινήσεις-παλμοί στην άρση βαρών. • Διορθώσεις σφαλμάτων τεχνικής. • Τρόποι ανάπτυξης μυϊκής δύναμης. • Μέθοδοι προπόνησης. • Βασικές αρχές σχεδίασης της προπόνησης. • Επιλογή ταλέντων : σύγχρονες αντιλήψεις. • Στάδιο αρχικής προετοιμασίας (12-14 ετών). • Στάδιο ειδικής προετοιμασίας (14-16 ετών). • Στάδιο τελειοποίησης υψηλών επιδόσεων (16-18 ετών). • Τακτική κατά τη διάρκεια των αγώνων. • Τεχνικοί κανονισμοί - Οργάνωση αγώνων. • Ασκήσεις γενικής προετοιμασίας. **Ενδεικτική βιβλιογραφία:** • Σαρογλάκης, Γ. & Ζαρζαβατισίδης, Δ. (1995). Άρση βαρών. Θεσ/νίκη : Κ. Χριστοδουλίδης. • Ζαρζαβατισίδης, Δ. (1989). Η ολυμπιακή άρση βαρών. Θεσ/νίκη : Κ. Χριστοδουλίδης. • Χαλα-

τσόγλου, Ι. (1987). Διδασκαλία της τεχνικής στον αρχάριο αθλητή. Αθήνα.

ΕΙΔΙΚΕΥΣΗ «ΠΥΓΜΑΧΙΑ»

Αναπληρωτής Καθηγητής Γ. Γεωργιάδης

ΚΑ-470ΠΥ Τεχνική & Μηχανική Ανάλυση Πυγμαχίας (4 δ.μ. – 7^ο, 8^ο εξάμηνο)

ΚΑ-471ΠΥ Προπονητική Πυγμαχίας (4 δ.μ. – 7^ο, 8^ο εξάμηνο)

ΚΑ-472ΠΥ Μεθοδολογία Διδασκαλίας Πυγμαχίας (4 δ.μ. – 7^ο, 8^ο εξάμηνο)

ΚΑ-473ΠΥ Ειδικά Θέματα Πυγμαχίας (2 δ.μ. – 7^ο, 8^ο εξάμηνο)

ΚΑ-477ΠΥ Καθοδηγούμενη Μελέτη στην Πυγμαχία (2 δ.μ. – 7^ο, 8^ο εξάμηνο)

ΚΑ-480ΠΥ Προπονητική Εξάσκηση Πυγμαχίας (4 δ.μ. – 7^ο, 8^ο εξάμηνο)

Γενικοί στόχοι: Εκμάθηση των τεχνικών της πυγμαχίας. Εκμάθηση και συνειδητοποίηση των τεχνικο-τακτικών προβλημάτων. Τελειοποίηση της τεχνικής και της τακτικής στον αγώνα. **Αξιολόγηση:** Εξέταση θεωρητικού και πρακτικού μέρους, εκπόνηση εργασίας. **Θεματικές Ενότητες:** • Ιστορική εξέλιξη της πυγμαχίας. • Ιστορία της πυγμαχίας στην Ελλάδα. • Μεθοδολογία της εκπαίδευσης στην πυγμαχία. • Οι συνέπειες στην εκπαίδευση των πυγμάχων διαφόρων ηλικιών. • Τεχνική της πυγμαχίας : μαχητική στάση, κινήσεις στο ρινγκ • Χτυπήματα άμυνας, αντιχτυπήματος. • Αριστερό στριφτό σαγόι & άμυνες αντιχτυπήματος. • Δεξί στριφτό σαγόι & άμυνες αντιχτυπήματος. • Συνδυασμός από ευθεία, απερκατ και χτυπήματα. • Τακτική της πυγμαχίας : βασικά μέσα. • Η τεχνική ως βασικό μέσο της τακτικής. • Ειδικά μέσα της τακτικής. • Τακτικές ενέργειες. • Τακτικές μορφές του αγώνα. • Προγραμματισμός αγώνων. • Γενική προετοιμασία. • Ειδική προετοιμασία. • Ψυχολογική προετοιμασία. • Οργάνωση αγώνων, διαιτησία. **Ενδεικτική βιβλιογραφία:** • Αγγέλωβ, Ι. (1984). Σωματική και ψυχολογική προετοιμασία των πυγμάχων. Σόφια • Τοδορ, Α. (1973). Ειδική και ατομική προετοιμασία των πυγμάχων. Σόφια • Ζέτσεβ, Ε. (1982). Εννιαίο πρόγραμμα και μεθοδολογία για εκμάθηση και προπόνηση της πυγμαχίας. Σόφια.

ΕΙΔΙΚΕΥΣΗ «ΠΑΛΗ»

Λέκτορας Χ. Κόλλιας

ΚΑ-470ΠΑ Τεχνική & Μηχανική Ανάλυση Πάλης (4 δ.μ. – 7^ο, 8^ο εξάμηνο)

ΚΑ-471ΠΑ Προπονητική Πάλης (4 δ.μ. – 7^ο, 8^ο εξάμηνο)

ΚΑ-472ΠΑ Μεθοδολογία Διδασκαλίας Πάλης (4 δ.μ. – 7^ο, 8^ο εξάμηνο)

ΚΑ-473ΠΑ Ειδικά Θέματα Πάλης (2 δ.μ. – 7^ο, 8^ο εξάμηνο)

ΚΑ-477ΠΑ Καθοδηγούμενη Μελέτη στην Πάλη (2 δ.μ. – 7^ο, 8^ο εξάμηνο)

ΚΑ-480ΠΑ Προπονητική Εξάσκηση Πάλης (4 δ.μ. – 7^ο, 8^ο εξάμηνο)

Γενικοί στόχοι: Εκμάθηση και τελειοποίηση της τεχνικής και της τακτικής της πάλης. Θεωρία και μεθοδική της προπόνησης σε όλα τα στάδια της ηλικίας. Εκμάθηση και τελειοποίηση τακτικών συστημάτων . Ολοκληρωτικός έλεγχος της προετοιμασίας των αθλητών. **Αξιολόγηση:** Επίδειξη τεχνικών και τακτικών ενεργειών, εξέταση θεωρίας. Εξετάσεις συστημάτων τακτικής, εκπόνηση μελέτης. **Θεματικές Ενότητες:** • Εισαγωγή – Ιστορία : η πάλη ως μέσο τελειοποίησης της προσωπικότητας του ανθρώπου. • Κανονισμοί και οργάνωση αγώνων. • Βασικές βιομηχανικές αρχές που αφορούν την τεχνική του αθλήματος της πάλης. • Ορολογία και ταξινόμηση των τεχνικών ενεργειών της πάλης. • Εκμάθηση και τελειοποίηση της παλαιστικής γέφυρας και των κυριότερων ειδικών ασκήσεων της πάλης. • Εκμάθηση και τελειοποίηση των βασικών δεσμιμάτων, απελευθερώσεων, κατακρατήσεων και μετακινήσε-

ων στην όρθια και κάτω πάλη. • Εκμάθηση και τελειοποίηση των βασικών επιθετικών τεχνικών ενεργειών των ρίψεων, καταρρίψεων και μεταθέσεων από την όρθια πάλη. • Εκμάθηση και τελειοποίηση των βασικών αντι-επιθετικών και αμυντικών τεχνικών ενεργειών των ρίψεων, καταρρίψεων και μεταθέσεων από την όρθια πάλη. • Μέθοδοι προπόνησης στην αθλητική πάλη. Ανάπτυξη της δύναμης, της ταχύτητας, της αντοχής, της επιδεξιότητας και της ευκαμψίας. • Προγραμματισμός της εκπαιδευτικής και προπονητικής διαδικασίας. • Μέθοδοι προσδιορισμού της επιβάρυνσης της προπόνησης. • Μέθοδοι ελέγχου της προετοιμασίας των αθλητών. • Οι θεμελιώδεις αρχές της αθλητικής φόρμας και της υπερπροπόνησης στην αθλητική πάλη. • Σύστημα ανάλυσης των αγώνων με υπολογιστή. • Διατροφή των παλαιστών, μέθοδοι αποκατάστασης μετά την επιβάρυνση και τραυματισμοί στην πάλη. • Εκμάθηση και τελειοποίηση των βασικών επιθετικών τεχνικών ενεργειών των ανατροπών, και ρίψεων από την κάτω πάλη. • Εκμάθηση και τελειοποίηση των βασικών αντεπιθετικών και αμυντικών ενεργειών των ανατροπών και των ρίψεων από την κάτω πάλη. • Επιλογή στην αθλητική πάλη. • Εκμάθηση και τελειοποίηση των βασικών συστημάτων τακτικής στην όρθια πάλη. • Εκμάθηση και τελειοποίηση των βασικών συστημάτων τακτικής στην κάτω πάλη. • Σύστημα καθοδήγησης της προετοιμασίας των παλαιστών υψηλών επιδόσεων. **Ενδεικτική βιβλιογραφία:** • Petrof, R. (1984). Free and Greco – Romain style Lausanne. Edition FILA. • Johnston, J., Dalgewicz, C. & White, D. (1979). Wrestling Skills and Strategies for the Athlete and Coach. N.Y. : Hawthorn Books Inc. • Gable, D. (1986). Coaching Wrestling Successfully. New York, p. 177. • Petrof, R. (1975). Principes de la lutte libre pour enfants et adolescents. Sofia : Medicina I Fiskoultoura.

ΕΙΔΙΚΕΥΣΗ «ΧΙΟΝΟΔΡΟΜΙΑ»

Λέκτορας Β. Γιοβάνης

ΚΑ-470ΧΙ Τεχνική & Μηχανική Ανάλυση Χιονοδρομίας (4 δ.μ. – 7^ο, 8^ο εξάμηνο)

ΚΑ-471ΧΙ Προπονητική Χιονοδρομίας (4 δ.μ. – 7^ο, 8^ο εξάμηνο)

ΚΑ-472ΧΙ Μεθοδολογία Διδασκαλίας Χιονοδρομίας (4 δ.μ. – 7^ο, 8^ο εξάμηνο)

ΚΑ-473ΧΙ Ειδικά Θέματα Χιονοδρομίας (2 δ.μ. – 7^ο, 8^ο εξάμηνο)

ΚΑ-477ΧΙ Καθοδηγούμενη Μελέτη στην Χιονοδρομία (2 δ.μ. – 7^ο, 8^ο εξάμηνο)

ΚΑ-480ΧΙ Προπονητική Εξάσκηση Χιονοδρομίας (2 δ.μ. – 7^ο, 8^ο εξάμηνο)

Γενικοί στόχοι: Οργάνωση (θεωρία) και εφαρμογή (πράξη) της μεθοδικής διδασκαλίας και προπόνησης με σκοπό τη βελτίωση της τεχνικής και της φυσικής κατάστασης στο άθλημα. Οργάνωση και εφαρμογή του προγραμματισμού της προπόνησης. **Αξιολόγηση:** εξετάσεις θεωρίας και πράξης. **Θεματικές Ενότητες:** • Ιστορική αναδρομή. • Ο αγωνιστικός εξοπλισμός του χιονοδρόμου. • Η ασφάλεια στις χιονοδρομικές πίστες. • Η ορολογία στη χιονοδρομία. • Ανάλυση των κινήσεων του χιονοδρόμου και ανάλυση των στροφών. • Μεθοδολογία - διδασκαλία τεχνικής : χιονοδρομίας αντοχής & χιονοδρομίας καταβάσεων. • Προπονητική : τα φυσιολογικά χαρακτηριστικά της προπόνησης του χιονοδρόμου, βελτίωση της φυσικής κατάστασης του χιονοδρόμου στο ξηρό έδαφος. • Κανονισμοί. • Μεθοδολογία : διδασκαλία της τεχνικής χιονοδρομίας καταβάσεων. • Μεθοδολογία : διδασκαλία της αγωνιστικής τεχνικής. • Μεθοδολογία : διδασκαλία της τεχνικής χιονοσανίδας. • Τεχνική : τα μέσα προπόνησης της τεχνικής στο χιόνι. • Βιομηχανικές παράμετροι στη χιονοδρομία. • Προπονητική : βελτίωση της φυσικής κατάστασης του χιονοδρόμου στο χιόνι. • Κανονισμοί και χάραξη των διαδρόμων σλάλομ. • Οργάνωση αγώνων. • Συναγωνισμός στις διαδρομές των σλάλομ.

Ενδεικτική βιβλιογραφία: • Γιοβάνης, Β. (1986). Χιονοδρομία. Αθήνα : Ekegraft. • Γιοβάνης, Β. (1999). Προπονητική στη χιονοδρομία καταβάσεων. Αθήνα : Giannini A.E., Β΄ έκδοση. • Γκρίτση, Σ. (1997). Σημειώσεις : Χιονοδρομία - Αλπικές Καταβάσεις. Αθήνα : Φωτόραμα. • Ron le Master (1999). The skier's edge. USA : Εκδόσεις Human Kinetics.

ΕΙΔΙΚΕΥΣΗ «ΙΠΠΑΣΙΑ»

Επίκουρος Καθηγήτρια Α. Σμυρνιώτου

Γενικοί στόχοι: Η απόκτηση θεωρητικών και πρακτικών γνώσεων στην: Ιππική Δεξιότητα, Υπερπήδηση εμποδίων και στο Ιππικό Τρίαθλο (Ολυμπιακά αθλήματα). Γυμνιστική (rolling), Θεραπευτική Ιππασία (μέσον αποκατάστασης παθήσεων). Εκπαίδευση αλόγου και αναβάτη, Οργάνωση και Ανάπτυξη Ιππικών Σχολών και μονάδων Ιππικού Τουρισμού, Σχεδίαση διαδρόμων (Ολυμπιακών Αγωνισμάτων ή Ψυχαγωγικών διαδρομών), Στοιχεία που αφορούν τη συμπεριφορά του αλόγου-βασικές κτηνιατρικές γνώσεις, Ιπποκομία, Κανονισμοί Αγωνιστικοί, κ.α. Η επαγγελματική αποκατάσταση των ειδικευόμενων φοιτητών οδηγείται είτε στο Προπονητικό – Αγωνιστικό μέρος, είτε στην Οργάνωση και Ανάπτυξη Σχολών και Τουριστικών μονάδων, κ.α.

ΚΑ-470ΙΠ Τεχνική & Μηχανική Ανάλυση Ιππασίας (4 δ.μ. – 7^ο εξάμηνο)

ΚΑ-471ΙΠ Προπονητική Ιππασίας (4 δ.μ. – 7^ο εξάμηνο)

ΚΑ-472ΙΠ Μεθοδολογία Διδασκαλίας Ιππασίας (4 δ.μ. – 7^ο εξάμηνο)

ΚΑ-473ΙΠ Ειδικά Θέματα Ιππασίας (2 δ.μ. – 8^ο εξάμηνο)

ΚΑ-477ΙΠ Καθοδηγούμενη Μελέτη στην Ιππασία (2 δ.μ. – 8^ο εξάμηνο)

ΚΑ-480ΙΠ Προπονητική Εξάσκηση Ιππασίας (4 δ.μ. – 8^ο εξάμηνο)

Αξιολόγηση: Υποχρεωτική παρακολούθηση θεωρητικού και πρακτικού μέρους καθώς και η συμμετοχή σε δραστηριότητες που αφορούν στο αντικείμενο. Αξιολόγηση πρακτικού και θεωρητικού μέρους. **Θεματικές Ενότητες:** • Ιστορία της Ιππασίας, Εξέλιξη της ιππασίας στην Ελλάδα, Εξαρτήματα αλόγου και ιππέα, Ιπποκομία, Σέλωμα-ξεσέλωμα-εφαρμογή των ινίων, Εφιππευση-αφιππευση, Ιππευση με συραγωγέα, Οδήγηση αλόγου στον ιππόδρομο – χρήση των βοηθημάτων, Τροχάδην εδραίο και ανακουφιστικό • Τεχνικές εκπαίδευσης αρχαρίου ιππέα ομαδικά και ατομικά, Ισορροπίες-ευκαμψία, Καλπασμός, Εκπαίδευση αλόγου με συραγωγέα, Ασκήσεις ισορροπίας στο τροχάδην και τον καλπασμό, Επίπεδος εργασία, Δεξιότητα-τεστ δεξιότητας, Πέρασμα βαλβίδων και υπερπήδηση καβαλέτι • Φάσεις άλματος, Προσέγγιση και υπερπήδηση εμποδίου. Ώθηση και σωστή χρήση των βοηθημάτων, Εξάσκηση στην γυμνιστική, Ιππικός τουρισμός-Θεραπευτική ιππασία, Έφιππο πόλο-Τζιμκάνα (παιχνίδια με το άλογο), Μοντέρνο πένταθλο, Προδιαγραφές αθλητικού αλόγου, Κανονισμοί υπερπήδησης εμποδίων και δεξιότητας • Διατροφή αλόγου-σταβλισμός, Εκπαίδευση νεόλεκτου ίππου, Προετοιμασία και οργάνωση αγώνων. *Ενδεικτική Βιβλιογραφία* • Παπαχριστόπουλος Π. (1990). Άλογο και Ιππασία. Σημειώσεις για τους φοιτητές. ΑΘΗΝΑ. • Μοιρέας Ι. (1990). Εγχειρίδιο Ιππασίας / Εισαγωγή στη Βασική Τεχνική. Εκδόσεις Ε.Ο.Ι. ΑΘΗΝΑ. • JANE KIDD (1992). LEARNING TO RIDE. Εκδόσεις J.A. Allen & CO London. • Martin Diccle (1990). Teaching Basic Jumping. Εκδόσεις J.A. Allen & CO London.

ΕΙΔΙΚΕΥΣΗ «ΤΑΕ ΚΒΟ ΝΤΟ»

Επίκουρος Καθηγήτρια Α. Σμυρνιώτου

ΚΑ-470ΙΠ Τεχνική & Μηχανική Ανάλυση Ταε κβο ντο (4 δ.μ. – 7^ο, 8^ο εξάμηνο)

ΚΑ-471ΙΠ Προπονητική Ταε κβο ντο (4 δ.μ. – 7^ο, 8^ο εξάμηνο)

ΚΑ-472ΙΠ Μεθοδολογία Διδασκαλίας Ταε κβο ντο (4 δ.μ. – 7^ο, 8^ο εξάμηνο)

ΚΑ-473ΙΠ Ειδικά Θέματα Ταε κβο ντο (2 δ.μ. – 7^ο, 8^ο εξάμηνο)

ΚΑ-477ΙΠ Καθοδηγούμενη Μελέτη Ταε κβο ντο (2 δ.μ. – 7^ο, 8^ο εξάμηνο)

ΚΑ-480ΙΠ Προπονητική Εξάσκηση Ταε κβο ντο (4 δ.μ. – 7^ο, 8^ο εξάμηνο)

Γενικοί στόχοι: Εκμάθηση και τελειοποίηση των τεχνικών και τακτικών του Ταεκβοντό. Ασκήσεις ακριβείας (Φόρμες - Roomse) εγχρώμων και μαύρων ζωνών. Θεωρία και μεθοδολογία της προπόνησης σε όλα τα στάδια της ηλικίας. Προπονητικό πλάνο προετοιμασίας αθλητών.

Αξιολόγηση: Εξέταση στο πρακτικό και θεωρητικό μέρος του μαθήματος. Εκπόνηση εργασίας. **Θεματικές ενότητες:** • Ιστορική εξέλιξη του Ταεκβοντό. • Μεθοδολογία ανάπτυξης βασικών κινητικών ικανοτήτων στο Ταεκβοντό. • Μεθοδολογία εκπαίδευσης αρχαρίων. • Τεχνικές Ταεκβοντό: στάσεις, χτυπήματα με τα χέρια, άμυνες, λακτίσματα. • Ανάλυση και εκμάθηση φορμών εγχρώμων ζωνών 1 – 8. • Μεθοδική διδασκαλία προκαθορισμένης και ημιελεύθερης μάχης. • Μέσα εξάσκησης τεχνικών Ταεκβοντό. • Κανονισμοί και οργάνωση αγώνων Ταεκβοντό. • Κατηγορίες βάρους και διατροφή των αθλητών. • Μεθοδολογία εκπαίδευσης προχωρημένων. • Τεχνικές Ταεκβοντό: Περιστροφικά λακτίσματα και τεχνικές υψηλής δυσκολίας. • Ανάλυση και εκμάθηση φορμών μαύρων ζωνών 9 – 14. • Μεθοδική διδασκαλία ελεύθερης μάχης. • Τακτικές αγώνα, επίθεση – αντεπίθεση. • Προπονητικό πλάνο προετοιμασίας αθλητών υψηλού επιπέδου. •

Ενδεικτική βιβλιογραφία: • Jeon, I. (2000). Taekwondo. Wawoo Publishing Co. Seoul Korea. • Lee, S. & Gaetane R. (1999). Σύγχρονο Ταεκβοντό – Επίσημο εγχειρίδιο της Παγκόσμιας Ομοσπονδίας (WTF). Αλκίμαχον Αθήνα. • Μπέης, Κ. (1998). Τεχνική – Τακτική και κινησιολογία του αγώνα. Θεσσαλονίκη.

8. ΤΟΜΕΑΣ ΥΓΡΟΥ ΣΤΙΒΟΥ (ΥΣ)

Διευθύντρια: Αναπληρώτρια Καθηγήτρια Χρυσούλα Χαιροπούλου

Ο Τομέας Υγρού Στίβου διατηρεί την παράδοση σε ότι αφορά τη διδασκαλία των κλασικών αθλημάτων του Υγρού Στίβου με την προσθήκη μαθημάτων σύμφωνα με την εξέλιξη και τη δυναμική της επιστήμης της Φυσικής Αγωγής και του Αθλητισμού. Στα πλαίσια της αποστολής του ο τομέας :

- Προσφέρει υποχρεωτικά μαθήματα κολύμβησης για τις προπτυχιακές σπουδές, μαθήματα κατ' επιλογήν υποχρεωτικά καθώς και ειδικεύσεις στην προπονητική των αθλημάτων Ολυμπιακού προγράμματος του Υγρού Στίβου, οι οποίες οδηγούν στην απόκτηση Διπλώματος Ειδικεύσεως.
- Παρέχει τη δυνατότητα εκπόνησης ερευνητικών εργασιών σε θέματα που άπτονται του επιστημονικού πεδίου της προπονητικής στα αντικείμενα του Υγρού Στίβου και στην απόκτηση υψηλού επιπέδου κατάρτισης των φοιτητών.
- Έχει οργανώσει εργαστήριο που χρησιμοποιείται για τις εργαστηριακές ασκήσεις των προπτυχιακών φοιτητών και των ειδικεύσεων και για την προαγωγή της επιστημονικής έρευνας στον Υγρό Στίβο.
- Εποπτεύει τη λειτουργία σύγχρονου και πλήρως εξοπλισμένου κολυμβητηρίου για την πρακτική άσκηση των φοιτητών μας. Το εργαστήριο και το κολυμβητήριο εκτός των άλλων παρέχουν υπηρεσίες στα μέλη της πανεπιστημιακής κοινότητας και στο κοινωνικό σύνολο, γενικότερα, με σύνδεση και μεταφορά της επιστημονικής γνώσης σε προπονητές, αθλητές, αθλητικούς φορείς και Ομοσπονδίες των αθλημάτων του Υγρού Στίβου καθώς και σε συνεργασίες που αναπτύχθηκαν για επιστημονική στήριξη της προπόνησης.

8.1 ΥΠΟΧΡΕΩΤΙΚΑ ΜΑΘΗΜΑΤΑ

ΥΣ – 352Υπ Κολύμβηση (2 δ.μ. – 5^ο εξάμηνο)

Λέκτορας Ε. Σουλτανάκη, *Ε.Ε.Δι.Π.* Γ. Κεϊζερ, Μ. Μανταλούφας, Χ. Χούμας

Γενικοί στόχοι: Η φυσική και ψυχολογική προσαρμογή των φοιτητών / -τριών με το υγρό στοιχείο. Η βελτίωση της τεχνικής των ειδών της κολύμβησης. Η ανάπτυξη θάρρους, θέλησης, αυτοελέγχου και συναισθήματος ασφαλείας στην κολύμβηση. **Αξιολόγηση:** Θεωρητική και πρακτική εξέταση. **Θεματικές Ενότητες:** • Ιστορική αναδρομή και εξέλιξη της κολύμβησης. • Βασικές αρχές τεχνικής μηχανικής. • Εξοικείωση, προσαρμογή, ασκήσεις αρχαρίων. • Τεχνική ανάλυση υπτίου, στροφών και εκκινήσεων. • Τεχνική ανάλυση ελευθέρου, στροφών και εκκινήσεων. • Τεχνική ανάλυση προσθίου, στροφών και εκκινήσεων. • Τεχνική ανάλυση πεταλούδας, στροφών και εκκινήσεων. • Πρακτική εφαρμογή : εξάσκηση των κινητικών δεξιοτήτων στην κολύμβηση. **Ενδεικτική βιβλιογραφία** • Νικολόπουλος, Γ. (1986). Το Κολύμπι. Αθήνα. • Wilkie, D. & Juba, K (1990). The Handbook of Swimming. St. Guene, England : Pelham Books. • Counsilman, I. (1968). The science of Swimming. Usa : Prentice Hall, Inc.

ΥΣ – 353Υπ Διδακτική Κολύμβησης (2 δ.μ. – 6^ο εξάμηνο)

Λέκτορας Ε. Σουλτανάκη, *Ε.Ε.Δι.Π.* Χ. Χούμας, Κεϊζερ, Μ. Μανταλούφας

Γενικοί στόχοι: Τελειοποίηση των φοιτητών -τριών στις μεθόδους διδακτικής και ελέγχου της πορείας της σ' όλες τις ηλικιακές ομάδες. **Αξιολόγηση:** Θεωρητική και πρακτική εξέταση.

Εξέταση στην πρακτική εφαρμογή του τρόπου διδασκαλίας σε σχολείο. **Θεματικές Ενότητες:**

- Αναφορά στην προσωπικότητα και στα προσόντα του «δασκάλου» της κολύμβησης.
- Διδακτική προσέγγιση των τεσσάρων ειδών κολύμβησης, των στροφών & των εκκινήσεων.
- Αρχές της διδακτικής : γενικές, εξειδικευμένες.
- Μέτρα ασφαλείας κολυμβητηρίου.
- Κανονισμοί κολύμβησης : γενικοί, ειδικοί.
- Το μεγάλο πρόβλημα του «του φόβου» στη διδακτική πορεία.
- Κίνητρα : προϋπόθεση για να αρχίσει ένα παιδί και να συνεχίσει την προσπάθεια.
- Μεθοδικά μέσα, μεθοδικές ασκήσεις.
- Σειρά προασκήσεων, ασκήσεων και μέσων στα τέσσερα είδη κολύμβησης : μύηση αρχαρίων, ολοκλήρωσή τους σε φτασμένους κολυμβητές.
- Ανάλυση λάθους : εντοπισμός λάθους, αιτία λάθους, διόρθωση λάθους.
- Διόρθωση της κίνησης : κιναισθητική εικόνα.
- Μέθοδοι αξιολόγησης του μαθητή στην πορεία της εκμάθησης της κολύμβησης.
- Σχολική κολύμβηση : στοιχεία προπονητικής, οργάνωσης μαθήματος.
- Βασικές αρχές της φυσιολογίας και προπονητικής της κολύμβησης.
- Εξάσκηση σε κολυμβητήριο.

Ενδεικτική βιβλιογραφία:

- Νικολόπουλος, Γ. (1986). Το Κολύμπι. Αθήνα.
- Thomas, D. (1989). Swimming steps to Success. Usa : Leisure Press.
- Maglischo, E. (1993). Swimming Even Faster. Usa : Mayfield Publ. Company.

8.2 ΕΠΙΛΟΓΗΣ ΜΑΘΗΜΑΤΑ

ΥΣ – 166Επ Θαλάσσιο Σκι (2 δ.μ.)

Λέκτορας Β. Διάφας, Ε.Ε.ΔΙ.Π. Γ. Αραχωβίτης

Γενικοί στόχοι: Εκμάθηση της βασικής τεχνικής του θαλάσσιου σκι. Εκμάθηση της τεχνικής του μονοσκι. Γνώση βασικών στοιχείων κανονισμών του αθλήματος. **Αξιολόγηση:** Εξετάσεις. **Θεματικές Ενότητες:**

- Ιστορική εξέλιξη του αθλήματος, υλικά.
- Βασική τεχνική του αθλήματος.
- Μεθοδολογία διδασκαλίας των αρχαρίων.
- Ανάλυση της τεχνικής των πρώτων μαθημάτων (διπλά σκι).
- Ανάλυση της τεχνικής του μονοσκι.
- Διορθώσεις σφαλμάτων της τεχνικής κατά την πρακτική.
- Διδασκαλία - εκμάθηση στοιχείων κανονισμών αγώνων.
- Διδασκαλία κανόνων ασφαλούς οδήγησης του σκάφους.

Ενδεικτική βιβλιογραφία:

- Αραχωβίτης, Γ. (1999). Το θαλάσσιο σκι. Αθήνα : Σημειώσεις ΤΕΦΑΑ.
- Cau, J. M. (1987). Ski nautique. Paris : R. Iaffont.
- Αραχωβίτης, Γ. (1991). Μαθαίνω θαλάσσιο σκι. Αθήνα : Τελέθριον.

ΥΣ – 168Επ Ιστιοπλοΐα (2 δ.μ.)

Λέκτορας Ι. Βογιατζής

Γενικοί στόχοι: Βασικοί χειρισμοί πλεύσης. Κανονισμοί αποφυγής συγκρούσεων στο νερό. Κανόνες διεξαγωγής αγώνων. Κατηγορίες σκαφών. **Αξιολόγηση:** Θεωρητική και πρακτική εξέταση. **Θεματικές Ενότητες:**

- Ονοματολογία, εξοπλισμός, αρμάτωμα και συντήρηση ατομικών σκαφών.
- Μέτρα ασφαλείας κατά την πλεύση κανονισμοί αποφυγής συγκρούσεων.
- Εισαγωγή στην αρχή κίνησης αερίων και υδάτινων μαζών, καιρικά φαινόμενα.
- Μεθοδολογία εκμάθησης των πλεύσεων.
- Χειρισμοί αλλαγής κατεύθυνσης και στροφών.
- Τριμάρισμα πανιών ανάλογα με την κατεύθυνση και ένταση του ανέμου.
- Μέθοδοι προπόνησης στο νερό σε ατομικά σκάφη.
- Στίβος, κανονισμοί διεξαγωγής των αγώνων.
- Βασικές αρχές τακτικής κατά τον αγώνα.

Ενδεικτική βιβλιογραφία:

- Berry, J. C. (1975). Εγχειρίδιο Ιστιοπλοΐας Laser. Αθήνα : Ε. Ι. Ο.
- Καλαθάκης, Μ., Μάνθος, Κ. & Καραπέτης, Γ. (1997). Η ιστιοπλοΐα χωρίς μυστικά. Αθήνα.
- Reekie, S. H. M. (1987). Sailing Made Simple. Champaign IL : Leisure Press.

ΥΣ – 169Επ Ιστιοσανίδα (2 δ.μ.)

Αναπληρώτρια Καθηγήτρια Χ. Χαιροπούλου

Γενικοί στόχοι: Εκμάθηση των βασικών κινήσεων της ισορροπίας. Χρήση εξοπλισμού και μέτρων ασφαλείας κατά την πλεύση. Αλλαγές κατευθύνσεων. Προπόνηση στο νερό. Κανονισμοί και διεξαγωγή αγώνων. **Αξιολόγηση:** Θεωρητική και πρακτική εξέταση. **Θεματικές Ενότητες:** • Ονοματολογία, εξοπλισμός, αρμάτωμα, μεταφορά και συντήρηση ιστιοσανίδας. • Μέτρα ασφαλείας, προφύλαξη, ειδικός εφοδιασμός. • Αεροδυναμική, υδροδυναμική και κέντρα περιστροφής. • Μεθοδολογία εκμάθησης των βασικών κινήσεων στο νερό και στην ξηρά. • Ισορροπιστική ικανότητα και θέσεις του σώματος ανάλογα με την επιφάνεια του πανιού και τη δύναμη του αέρα. • Χειρισμοί κατά την πλεύση και τις αλλαγές της πορείας. • Βελτίωση φυσικής κατάστασης των αθλητών. • Εκμάθηση των βασικών κινήσεων της τεχνικής • Προπόνηση στο νερό. • Ανάλυση κανονισμών και διεξαγωγή αγώνων. **Ενδεικτική βιβλιογραφία:** • Αποστολόπουλος, Γ. (1982). Γούντ - σέρφινκ - Άθλημα και σπορ. Αθήνα. • Prade, E. (1983). The complete windsurfing guide. Monchen : Walafield. • Prade, K. (1984). Αυτό είναι το windsurfing : από τη θεωρία στην πράξη. Αθήνα : Αλκυών.

ΥΣ – 170Επ Κανόε Καγιάκ Α.Ν. (2 δ.μ.)

Λέκτορας Β. Διάφας

Γενικοί στόχοι μαθήματος : Ιστορική αναδρομή. Εισαγωγική ενασχόληση σε μονοθέσια Καγιάκ. Εκμάθηση βασικής τεχνικής & ικανότητας. Κανονισμοί αγώνων. **Αξιολόγηση:** Διαλέξεις, εξετάσεις. **Θεματικές Ενότητες:** • Ιστορική εξέλιξη. • Γενική ενημέρωση, βιντεοπροβολή. • Γνωριμία με τα σκάφη : επιβίβαση, αποβίβαση, μέτρα ασφαλείας. • Ασκήσεις ανάπτυξης ισορροπιστικής δεξιότητας. • Κυβερνητική μέθοδος πορείας και πλεύσης. • Εκμάθηση βασικής τεχνικής της κυκλικής κίνησης. • Ανάλυση κανονισμών. • Πρακτική εξάσκηση. **Ενδεικτική βιβλιογραφία:** • Διάφας, Β. (1998). Κανόε-Καγιάκ. Αθήνα : Εκδ. Αθανασόπουλος-Παπαδάμης. • Szanto, C. (1995). Racing-Conoeing. China : International Canoe Federation. • Διάφας, Β. (2000). Κανόε-Καγιάκ. Αθήνα : Εκδ. Αθανασόπουλος-Παπαδάμης.

ΥΣ – 170Επ Κανόε Καγιάκ Η. Ν. (2 δ.μ.)

Λέκτορας Β. Διάφας

Γενικοί στόχοι: Κατηγορίες λέμβων, κανόνες πλεύσης σκαφών καγιάκ-κανόε, κυβερνητικοί χειρισμοί. Εκμάθηση βασικών κινήσεων για την απόκτηση τεχνικής δεξιότητας, κανονισμοί διεξαγωγής αγώνων. **Αξιολόγηση:** Θεωρητική και πρακτική εξέταση. **Θεματικές Ενότητες:** • Εξέλιξη της κατασκευής των σκαφών και εξοπλισμός τους. • Πρακτικές οδηγίες για τη χρήση των σκαφών και την πλεύση. • Μέτρα ασφαλείας. Πρώτες βοήθειες στον νερό και την ξηρά • Μεθοδολογία εκμάθησης των βασικών κινήσεων της τεχνικής. • Κυβερνητικοί χειρισμοί για την κίνηση των σκαφών. • Περιγραφική ανάλυση της τεχνικής. • Διόρθωση (μεθοδολογία) λανθασμένων, κινήσεων της τεχνικής. • Προπόνηση αρχαρίων αθλητών του κάνοε-καγιάκ στο νερό. • Προπόνηση αρχαρίων αθλητών του κάνοε-καγιάκ στην ξηρά. • Κανονισμοί διεξαγωγής των αγώνων. **Ενδεικτική βιβλιογραφία:** • Διάφας, Β. (1998). Κανόε-Καγιάκ. Αθήνα : Εκδ. Συμμετρία. • Szanto, C. (1995). Racing-Conoeing. China : International Canoe Federation. • Διάφας, Β. (2000). Κανόε-Καγιάκ. Αθήνα : Εκδ. Συμμετρία.

ΥΣ – 171Επ Καταδύσεις (2 δ.μ.)

Αναπληρώτρια Καθηγήτρια Χ. Χαιροπούλου

Γενικοί στόχοι: Η θεωρητική κατάρτιση και πρακτική άσκηση των φοιτητών στο αγώνισμα των καταδύσεων. **Αξιολόγηση:** Θεωρητική & πρακτική εξέταση. **Θεματικές Ενότητες:** • Ιστορική εξέλιξη του αγωνίσματος. • Γενικές διατάξεις και κανονισμοί. • Ομάδες και είδη των καταδύσεων. • Μηχανική των κινήσεων των καταδύσεων. • Διδακτική των καταδύσεων. • Προπονητική των καταδύσεων. • Οργάνωση των αγώνων. • Ανάλυση προσωπικότητας και ψυχολογικών παραμέτρων των καταδύσεων. • Προσόντα, επιλογή ταλέντου. **Ενδεικτική βιβλιογραφία:** • Lubin B., Andersons, B. L. (1996). Diving. Champaign IL. : Human Kinetics. • Carter, R. C., (1994). Competitive diving. Baltimore : Williams & Wilkins. • Panayi, R. (1991). Coaching diving. Australian Diving Association.

ΥΣ – 173Επ Κωπηλασία (2 δ.μ.)

Επίκουρος Καθηγητής Σ. Καλουψής

Γενικοί στόχοι: Εκμάθηση των βασικών κινήσεων της τεχνικής. Χειρισμοί και κανόνες πλεύσης. Προπόνηση μέσα κι' έξω από το νερό. Κατηγορίες λέμβων και κανονισμοί διεξαγωγής των αγώνων. **Αξιολόγηση:** Θεωρητική, πρακτική εξέταση. **Θεματικές Ενότητες:** • Εξέλιξη κατασκευής των λέμβων και εξοπλισμός. • Πρακτικές οδηγίες χρήσης και πλεύσης. • Μέτρα ασφάλειας κατά την εξάσκηση. • Μεθοδολογία εκμάθησης των βασικών κινήσεων της τεχνικής. • Χειρισμοί προώθησης των λέμβων. • Περιγραφική ανάλυση της τεχνικής. • Διόρθωση εσφαλμένων κινήσεων της τεχνικής. • Προπόνηση αρχαρίων κωπηλατών στο νερό. • Προπόνηση έξω από το νερό. • Κανονισμοί διεξαγωγής των αγώνων. **Ενδεικτική βιβλιογραφία:** • Καλουψής, Σ. (1980). Μεθοδική διδασκαλία της κωπηλασίας. Αθήνα. • Καλουψής, Σ. (1999). Μεθοδολογία και τεχνική της κωπηλασίας. Αθήνα : Εκδ. Συμμετρία. • Schroder, W. (1987). «Rudern» Training - technik - taktik. Hamburg : r. r. r. • Mayglotling, R. (1994). Rowing the skills of the game. Great Britain : The Crowood Press Ltd.

ΥΣ – 174Επ Ναυαγοσωστική (1 δ.μ.)

Αναπληρώτρια Καθηγήτρια Χ. Χαιροπούλου

Γενικοί στόχοι: Η σωστή εκμάθηση της παροχής σωστικής βοήθειας σε άτομα που αντιμετωπίζουν έκτακτα προβλήματα επιβίωσης στους χώρους άσκησης και αναψυχής της κολύμβησης. • **Αξιολόγηση:** Θεωρητική και πρακτική εξέταση. **Θεματικές Ενότητες:** • Μέτρα ασφάλειας : κολυμβητήρια, θάλασσα, λίμνες κ.λπ. • Ο ναυαγοσώστης. • Επικοινωνία, συνδιασμός εποπτείας και αντικατάστασης. • Πνιγμός - Είδη πνιγμού. • Θερμορύθμιση. • Είδη ναυαγοσωστικής κολύμβησης, επιβίωση στο νερό. • Σωσίβια, βοηθήματα επίπλευσης. • Προσεγγίσεις θύματος, ρυμουλκήσεις. • Στοιχεία μετεωρολογίας. • Πρώτες βοήθειες. **Ενδεικτική βιβλιογραφία:** • Αβραμίδης, Ε. (1998). Το εγχειρίδιο του Έλληνα Ναυαγοσώστη. Αθήνα. • The National Technical Committee of The Royal Life Saving Society (1969). Life Saving.. London and Colchester.

ΥΣ – 182Επ Συγχρονισμένη Κολύμβηση (2 δ.μ.)

Αναπληρώτρια Καθηγήτρια Χ. Χαιροπούλου

Γενικοί στόχοι: Εκμάθηση βασικών μορφών ασκήσεων συγχρονισμένης κολύμβησης. Εκμάθηση προπονητικών αρχών και αρχών επίπλευσης. Διδασκαλία υδροδυναμικής και τεχνικής του αθλήματος για εφαρμογή στην προπονητική διαδικασία. **Αξιολόγηση:** Εργασίες, εξετάσεις. **Θεματικές Ενότητες:** • Τεχνική υποδομή αθλήματος : κολυμβητικά στυλ, θέσεις, φιγούρες. • Προπόνηση με κολυμβητικά στυλ : κολυμβητικές συνθέσεις, ζευγάρια. • Σκά-

λινγκ : είδη μετακίνησης και επί τόπου, τεχνική. • Τεχνική : αρχές μηχανικής του σκάλινγκ. • Βασικές θέσεις : διδασκαλία υποστήριξης. • Στοιχεία χορογραφίας : ορισμός χορογραφίας, δημιουργία ρουτίνας. • Αναπτυξιακό πρόγραμμα συλλόγων : ανάπτυξη υποδομής, φυτώριο. • Οργάνωση Αγώνων : Οργάνωση Γραμματείας Αγώνων. • Θέματα κρίσης στη συγχρονισμένη κολύμβηση : αξιολόγηση. **Ενδεικτική βιβλιογραφία:** • Χαιροπούλου, Χ. (1997). Συγχρονισμένη Κολύμβηση Αθήνα : Τελέθριον. • Gray, J. (1993). Coaching Synchronized Swimming. England : Standard Studio. • Counsilman, J. E. (1968). The science of swimming. New Jersey : Prentice Hall.

ΥΣ – 186Επ Υδατοσφαίριση (2 δ.μ.)

Επίκουρος Καθηγητής Θ. Πλατάνου

Γενικοί στόχοι: Σύντομη ιστορική ανασκόπηση. Τεχνική ανάλυση και μεθοδολογία εκμάθησης των τεχνικών κινήσεων της υδατοσφαίρισης. Θεμελιώδεις τακτικές σε σταθερές συνθήκες. Διεθνείς κανονισμοί παιχνιδιού. **Αξιολόγηση:** Γραπτή θεωρητική εξέταση. Πρακτική εξέταση **Θεματικές ενότητες:** • Ιστορική ανασκόπηση και προοπτική της υδατοσφαίρισης • Φυσική προετοιμασία στο νερό • Τεχνική ανάλυση των βασικών κολυμβητικών τεχνικών • Μεθοδολογία εκμάθησης των βασικών κολυμβητικών τεχνικών • Τεχνική ανάλυση των ειδικών τεχνικών της υδατοσφαίρισης • Μεθοδολογία εκμάθησης των ειδικών τεχνικών της υδατοσφαίρισης • Τεχνική ανάλυση των τεχνικών επίθεσης • Μεθοδολογία των τεχνικών επίθεσης • Τεχνική ανάλυση των τεχνικών άμυνας • Μεθοδολογία των τεχνικών άμυνας • Θεμελιώδη τακτική σε σταθερές συνθήκες • Μεθοδολογία της τακτικής • Διεθνείς κανονισμοί παιχνιδιού. **Ενδεικτική βιβλιογραφία** • Πλατάνου, Θ. (1997). Η Υδατοσφαίριση. Kegrift Ε.Π.Ε. Αθήνα • Πλατάνου Θ. (1994). Η Φυσική Προετοιμασία Υδατοσφαιριστών. Kegrift. Ε.Π.Ε. Αθήνα • Καρούλη, Α. (1993). Το παιχνίδι των δυνατών. Εκδόσεις ΣΑΛΤΟ. Θεσσαλονίκη

8.3 ΕΙΔΙΚΕΥΣΕΙΣ

ΕΙΔΙΚΕΥΣΗ «ΚΟΛΥΜΒΗΣΗ»

Λέκτορας Β. Θανόπουλος, Ε.Ε.Δι.Π. Μ. Μανταλούφας

ΥΣ-470ΚΟ Τεχνική & Μηχανική Ανάλυση Κολύμβησης (4 δ.μ. – 7^ο εξάμηνο)

Λέκτορας Β. Θανόπουλος, Ε.Ε.Δι.Π. Μ. Μανταλούφας

Γενικοί στόχοι: Η εμπάθυνση στην ανάλυση και η τελειοποίηση της τεχνικής των τεσσάρων στυλ (ελεύθερο, ύπτιο, πρόσθιο, πεταλούδα) της αγωνιστικής κολύμβησης. Ανάλυση της τεχνικής της κολύμβησης σε σχέση με τη θέση της κεφαλής, του κορμού, της κίνησης των χεριών και των ποδιών καθώς και σε όλη την κίνηση. **Αξιολόγηση:** Εκπόνηση εργασίας. Γραπτή και πρακτική εξέταση του μαθήματος. **Θεματικές Ενότητες:** • Μηχανική, υδροστατική, υδροδυναμική, αντιστάσεις • Τεχνική και μηχανική ανάλυση των στυλ (ελεύθερο, ύπτιο, πρόσθιο, πεταλούδας) της αγωνιστικής κολύμβησης. • Τεχνική και μηχανική ανάλυση των εκκινήσεων και των στροφών. • Ανάλυση της κίνησης του σώματος στο νερό με τη βοήθεια των κινηματικών, δυναμικών και υδροδυναμικών χαρακτηριστικών στα τέσσερα στυλ της κολύμβησης. • Διδασκαλία και ανάλυση κανονισμών κολύμβησης. **Ενδεικτική βιβλιογραφία:** • Νικολόπουλος, Γ. (1988). Το Κολύμπι. Αθήνα. • Counsilman, J. (1968). The Science of Swimming. London : Pelham Books.. • David Wilkie, & Kelvin Juba. The hand book of swim-

ming. London : Pelham Books. • Maglisco, E. (1993). Swimming Even Faster. California: Mayfield Publ. Co. • Maglisco, E. (2003). Swimming Fastest, Champaign IL: Human Kinetics. • Sweetnam, B., Atkinson J., (2003). Championship Swim Training. Champaign IL: Human Kinetics.

ΥΣ-471ΚΟ Προπονητική Κολύμβησης (4 δ.μ. – 8^ο εξάμηνο)

Λέκτορας Β. Θανάπουλος, Ε.Ε.ΔΙ.Π. Μ. Μανταλούφας

Γενικοί στόχοι: Η διδασκαλία της θεωρητικής και πρακτικής οργάνωσης της προπόνησης. Οδηγίες για την σωστή εφαρμογή των αρχών της προπόνησης σε συνδυασμό με τις βασικές αρχές της Φυσιολογίας. Η γνώση των παραμέτρων για την δομή της προπόνησης. Δημιουργία προγραμμάτων προπόνησης. **Αξιολόγηση:** Υποχρεωτική παρακολούθηση του θεωρητικού και του πρακτικού μέρους. Εκπόνηση εργασίας. Γραπτή και πρακτική εξέταση του μαθήματος. **Θεματικές Ενότητες:** • Θεωρία της προπόνησης: Βασικές αρχές της προπόνησης. • Φυσιολογία της προπόνησης: Πηγές μυϊκής ενέργειας. Ενεργειακοί μηχανισμοί • Εφαρμογή των φυσιολογικών αρχών στην κολύμβηση. • Μέθοδοι προπόνησης • Παράμετροι της προπόνησης • Προπόνηση έξω από το νερό - ανάπτυξη των φυσικών ικανοτήτων των κολυμβητών. • Είδη προετοιμασίας (τεχνική, τακτική, ψυχολογική, θεωρητική). • Προθέρμανση • Προετοιμασία σε υψόμετρο • Υπερπροπόνηση • Φορμάρισμα • Σχεδιασμός, προγραμματισμός και έλεγχος της κολυμβητικής προπόνησης. • Πολυετής προγραμματισμός προπόνησης κολυμβητών. • Ετήσιος προγραμματισμός προπόνησης κολυμβητών. • Έλεγχος της προπόνησης των κολυμβητών. • Προπόνηση κολυμβητών κατά ηλικίες.

ΥΣ-472ΚΟ Μεθοδολογία Διδασκαλίας Κολύμβησης (4 δ.μ. – 7^ο εξάμηνο)

Λέκτορας Β. Θανάπουλος, Ε.Ε.ΔΙ.Π. Μ. Μανταλούφας

Γενικοί στόχοι: Η απόκτηση θεωρητικής γνώσης και η πρακτική εξάσκηση στις μεθόδους διδασκαλίας των τεσσάρων στυλ της αγωνιστικής κολύμβησης και την σταδιακή εφαρμογή των ασκήσεων εκμάθησης τόσο στην ξηρά όσο και στο νερό. Εφαρμογή των διδακτικών αρχών στην εκμάθηση κολύμβησης σε όλες τις ηλικίες **Αξιολόγηση:** Υποχρεωτική παρακολούθηση του θεωρητικού και του πρακτικού μέρους. Πρακτική εξάσκηση στους φοιτητές του 3^{ου} έτους, σε σχολεία και κολυμβητικούς συλλόγους. Εκπόνηση εργασίας. Γραπτή και πρακτική εξέταση. **Θεματικές Ενότητες:** • Διδασκαλία του ελεύθερου • Διδασκαλία του υπτίου • Διδασκαλία του προσθίου • Διδασκαλία της πεταλούδας • Διδασκαλία εκκινήσεων και στροφών • Διδακτικές αρχές και μέθοδοι διδασκαλίας στην κολύμβηση. (Rendic) • Μεθοδολογία εκμάθησης κολύμβησης σε όλα τα ηλικιακά επίπεδα (Rendic) • Έλεγχος προόδου και τελειοποίηση της τεχνικής της κολύμβησης (Rendic) • Οργάνωση του μαθήματος της κολύμβησης. Σύνθεση ημερήσιου προγράμματος διδακτικής στη κολύμβηση. **Ενδεικτική βιβλιογραφία:** • Νικολόπουλος, Γ. (1988). Το Κολύμπι. Αθήνα • Counsilman, J. (1968). The Science of Swimming. London : Pelham Books.. • David Wilkie, & Kelvin Juba. The hand book of swimming. London : Pelham Books. • Maglisco, E. (1993). Swimming Even Faster. California: Mayfield Publ. Co. • Maglisco, E. (2003). Swimming Fastest, Champaign IL: Human Kinetics. • Sweetnam, B., Atkinson J., (2003). Championship Swim Training. Champaign IL: Human Kinetics

ΥΣ-473ΚΟ Ειδικά Θέματα Κολύμβησης (2 δ.μ. – 7^ο εξάμηνο)

Λέκτορας Β. Θανάπουλος

Γενικοί στόχοι: Αναφορές σε εξειδικευμένα θέματα, συναφή με τη κολύμβηση. Προσέγγιση των φοιτητών με την επιστημονική έρευνα. **Αξιολόγηση:** Εκπόνηση εργασίας. Θεωρητική εξέταση. **Θεματικές Ενότητες:** • Ανάλυση και συζήτηση θεμάτων που αφορούν την κολύμβηση. • Ερευνητικοί μέθοδοι. • Ανίχνευση, επιλογή και προετοιμασία αθλητικού ταλέντου στη κολύμβηση • Ανάπτυξη και βιολογική ωρίμανση • Σωματομετρικοί δείκτες και μέθοδοι προσδιορισμού τους • Μέθοδοι προσδιορισμού κινητικών χαρακτηριστικών • Γυναίκα και πρωταθλητισμός • Τραυματισμοί στην κολύμβηση • Η διατροφή των κολυμβητών • Σάουνα και μασάζ • Οργάνωση και διεύθυνση κολυμβητηρίων. • Οργάνωση διεθνών συναντήσεων. • Οργάνωση αγώνων κολύμβησης • Άσκηση των φοιτητών /τριών σε κολυμβητικά προγράμματα στον Η/Υ.

ΥΣ-477ΚΟ Καθοδηγούμενη Μελέτη στην Κολύμβηση (2 δ.μ. – 8ο εξάμηνο)

Λέκτορας Β. Θανόπουλος

Γενικοί στόχοι: Η ανασκόπηση επιστημονικών πηγών σχετικών με το θέμα της πτυχιακής εργασίας, η εφαρμογή των επιστημονικών μεθόδων για τη διεξαγωγή έρευνας σε εξειδικευμένα θέματα της κολύμβησης και η μύηση στην τεχνική της ανάλυσης και ερμηνείας των αποτελεσμάτων. **Αξιολόγηση:** Παρουσίαση ολοκληρωμένης πρότασης της πτυχιακής εργασίας ενώπιον όλων των φοιτητών της ειδικεύσης. **Αξιολόγηση. Διαδικασία:** Μετά από συνεργασία του επιβλέποντα καθηγητή ειδίκευσης και του φοιτητή, επιλέγεται το θέμα της πτυχιακής του εργασίας και ο τρόπος προσέγγισής του. Δίνονται οδηγίες για την εκπόνηση της εργασίας και την επίλυση τυχόν προβλημάτων. Γίνεται έλεγχος κατά τη διάρκεια της υλοποίησης και αφού ολοκληρωθεί παρουσιάζεται ενώπιον των φοιτητών της ειδικεύσης.

ΥΣ-480ΚΟ Προπονητική Εξάσκηση Κολύμβησης (4 δ.μ. – 8ο εξάμηνο)

Λέκτορας Β. Θανόπουλος, Ε.Ε.Δι.Π. Μ. Μανταλούφας

Γενικοί στόχοι: Η εξειδικευμένη και λεπτομερής ανάπτυξη της προπόνησης. Τρόποι συγκέντρωσης πληροφοριών για τον έλεγχο της προπόνησης. Αξιολόγηση δεδομένων. Μέθοδος ελέγχου της προπόνησης. Συνεχής παρακολούθηση της αποτελεσματικότητας της προπόνησης και υλοποίηση της προπονητικής διαδικασίας. Τελειοποίηση των φοιτητών /τριών στο επάγγελμα του προπονητή. **Αξιολόγηση:** Υποχρεωτική παρακολούθηση του θεωρητικού και πρακτικού μέρους του μαθήματος. Εκπόνηση εργασίας. Θεωρητική εξέταση. **Θεματικές Ενότητες:** • Πρακτική εξάσκηση των φοιτητών της ειδικεύσης, σε προπονήσεις αθλητών κολυμβητικών ομάδων • Παρακολούθηση προπονήσεων αθλητών κολυμβητικών ομάδων και αγώνων και ανάλυση προθέρμανσης, τεχνικής, αποτελεσμάτων και άλλων στοιχείων. • Ανάλυση τεχνικής με τη βοήθεια παραμέτρων κατά τη διάρκεια των αγώνων. • Ανάλυση αποτελεσμάτων κολύμβησης σε σχέση με την χρονολογική ηλικία και την βιολογική ωρίμανση • Ανάλυση μορφολογικών χαρακτηριστικών - λειτουργικών και κινητικών ικανοτήτων των κολυμβητών • Ανάλυση προθέρμανσης, εκκινήσεων και στροφών • Σχεδιασμός και εφαρμογή από τους φοιτητές της ειδικότητας ημερησίων προγραμμάτων προπόνησης στο κολυμβητήριο. • Σχεδιασμός και προγραμματισμός προπόνησης κολυμβητών για έναν Ολυμπιακό κύκλο **Ενδεικτική βιβλιογραφία** • Νικολόπουλος, Γ. (1988). Το Κολύμπι. Αθήνα. • Counsilman, J. (1968). The Science of Swimming. London : Pelham Books.. • David Wilkie, & Kelvin Juba. The hand book of swimming. London : Pelham Books. • Maglischo, E. (1993). Swimming Even Faster. California: Mayfield Publ. Co. • Maglischo, E. (2003). Swimming

Fastest, Champaign IL: Human Kinetics. • Sweetnam, B., Atkinson J., (2003). Championship Swim Training. Champaign IL: Human Kinetics.

ΕΙΔΙΚΕΥΣΗ «ΚΩΠΗΛΑΣΙΑ»

Επίκουρος Καθηγητής Σ. Καλουψής

ΥΣ-470ΚΩ Τεχνική & Μηχανική Ανάλυση Κωπηλασίας (4 δ.μ.)

Επίκουρος Καθηγητής Σ. Καλουψής

Γενικοί στόχοι: Μηχανική ανάλυση της τεχνικής, διόρθωση εσφαλμένων κινήσεων κατά τη διάρκεια της πλεύσης. **Αξιολόγηση:** Διάλεξη, εργαστήριο πρακτική εξάσκηση **Θεματικές ενότητες:** • Ιστορική εξέλιξη της κωπηλατικής τεχνικής. • Σύντομη περιγραφική ανάλυση της τεχνικής. • Βιο-μηχανική ανάλυση των μελών του σώματος που συμμετέχουν στην τεχνική. • Συντονισμός κινήσεων των μελών του σώματος που συμμετέχουν στην κωπηλατική τεχνική. • Ανάλυση δυνάμεων στα υποπόδια, στη λαβή του κουπιού, στο σκαλμό. • Καμπύλες δύναμης ανάλογα με την τεχνική. • Συμμετοχή των μελών του σώματος ανάλογα με τον ρυθμό. • Εσφαλμένες κινήσεις εκτέλεσης της τεχνικής και τρόποι διόρθωσής τους. **Ενδεικτική βιβλιογραφία:** • Καλουψής, Σ. (1999). Μεθοδολογία και τεχνική της κωπηλασίας: Ρύθμιση – Υδροδυναμική – Προπονητική. Αθήνα : Εκδ. Συμμετρία. • McArthur, J. (1997). High performance Rowing : The Crowood Press. • Sayer, B. (1996). Rowing and sculling. England : Robert Hale Ed.

ΥΣ-471ΚΩ Προπονητική Κωπηλασίας (4 δ.μ.)

Επίκουρος Καθηγητής Σ. Καλουψής

Γενικοί στόχοι: Κατάρτισμός βραχυχρόνιων και μακροχρόνιων προπονητικών προγραμμάτων μέσα κι' έξω από το νερό, ανάλογα με την ηλικία, το φύλο και την αγωνιστική κατηγορία. **Αξιολόγηση:** Διάλεξη, εργαστήριο και πρακτική εξάσκηση **Θεματικές ενότητες:** • Γενικές και ειδικές μέθοδοι προπόνησης της κωπηλασίας. • Μέθοδοι βελτίωσης των γενικών φυσικών ικανοτήτων των κωπηλατών. • Ανάπτυξη των ειδικών ικανοτήτων απόδοσης του αθλήματος. • Κατάρτιση προπονητικών προγραμμάτων ανάλογα με το επίπεδο μάθησης και την χρονολογική ηλικία των κωπηλατών. • Προπόνηση στην ξηρά για την βελτίωση της φυσικής κατάστασης. • Εξατομικευμένη προπόνηση ανάλογα με τις ελλείψεις των κωπηλατών. • Προπόνηση στο νερό ανάλογα με τις χρονικές περιόδους του έτους. • Προγράμματα προπόνησης ανάλογα με την ηλικία και φύλο των αθλητών. • Τελειοποίηση του τρόπου εκτέλεσης και εφαρμογής ημερήσιων και βραχυχρόνιων προπονητικών προγραμμάτων. **Ενδεικτική βιβλιογραφία:** • Bompa, T. (1990). Theory and methodology of trainig. Toronto: Kendall / Hunt Publ. Comp. • Ed Mc Neely (2000). Training for rowing. • Καλουψής, Σ. (1999). Μεθοδολογία και τεχνική της κωπηλασίας: Ρύθμιση – Υδροδυναμική – Προπονητική. Αθήνα : Εκδ. Συμμετρία. • Körner, T. & Schwanzitz, P. (1989). Rudern. Berlin : Sportverlang.

ΥΣ-472ΚΩ Μεθοδολογία Διδασκαλίας Κωπηλασίας (4 δ.μ.)

Επίκουρος Καθηγητής Σ. Καλουψής

Γενικοί στόχοι: Μεθοδική διδασκαλία της ισορροπίας και τεχνικής της κωπηλασίας Χειρισμοί προώθησης της λέμβου. **Αξιολόγηση:** Διάλεξη, εργαστήριο πρακτική εξάσκηση **Θεματικές ενότητες:** • Γενικές και ειδικές μέθοδοι διδασκαλίας της κωπηλασίας. • Αρχές της κωπη-

λασίας. • Σκοπός και σειρά μαθήσεως. • Ισορροπιστική ικανότητα. • Ανατροφοδότηση για την βελτίωση της ισορροπίας. • Προοδευτική σύνδεση των κωπηλατικών κινήσεων κατά σειρά δυσκολίας. • Χειρισμοί προώθησης των λέμβων. • Εκπαίδευση σε ατομικές και ομαδικές λέμβους. • Κατάλληλη ηλικία έναρξης της κωπηλασίας. • Βοηθητικά μέσα εκμάθησης της βασικής τεχνικής στην ξηρά και το νερό. • Πηδαλιούχηση των λέμβων. **Ενδεικτική βιβλιογραφία** • Καλουψής, Σ. (1999). Μεθοδολογία και τεχνική της Κωπηλασίας. Αθήνα: Εκδ. Συμμετρία. • Mayglothling, R. (1994). Rowing the skillw of the game. Great Britain : The Crowood Press Ltd. • Schröder, W. (1987). Rudern Training – Technik – Taktik. Hamburg : ro.ro.ro.

ΥΣ-473ΚΩ Ειδικά Θέματα Κωπηλασίας (2 δ.μ.)

Επίκουρος Καθηγητής Σ. Καλουψής

Γενικοί στόχοι: Ρύθμιση του εξοπλισμού των λέμβων ανάλογα με τα σωματομετρικά χαρακτηριστικά των κωπηλατών. Υδροδυναμική κατά την πλεύση. Επιλογή και αξιολόγηση αθλητικού ταλέντου. Ενεργειακές απαιτήσεις της κωπηλασίας. **Αξιολόγηση:** Διάλεξη, εργαστήριο **Θεματικές ενότητες:** • Υλικά κατασκευής των λέμβων και των εξαρτημάτων τους. • Μηχανική ανάλυση των εξαρτημάτων της λέμβου και των κουπιών. • Ελαστικότητα των λέμβων και των κουπιών. • Προσαρμογή των εξαρτημάτων των λέμβων ανάλογα με τα σωματομετρικά στοιχεία και την δυναμικότητα των κωπηλατών. • Άνωση και πλεύση. Σχήματα λέμβων και κουπιών. • Παρουσιάζόμενα φαινόμενα υδροδυναμικής κατά την πλεύση. • Εσωτερικές και εξωτερικές δυνάμεις που παρουσιάζονται κατά την πλεύση. • Ιδιαίτερα χαρακτηριστικά της αναπτυξιακής ηλικίας. • Επιλογή και αξιολόγηση αθλητικού ταλέντου. • Τραυματισμοί και ενεργειακές απαιτήσεις του αθλήματος της κωπηλασίας. • Ανάλυση κανονισμών και διοργάνωση αγώνων. **Ενδεικτική βιβλιογραφία:** • Καλουψής, Σ. (1999). Μεθοδολογία και τεχνική της κωπηλασίας: Ρύθμιση – Υδροδυναμική – Προπονητική. Αθήνα : Εκδ. Συμμετρία. • Nolte, V. (1984). Trimmen von booten: Bootswerft Empacher. • Willicombe, B., Scott, A. (1967). Rowing a scientific approach. London : Kaye & Watd Ltd.

ΥΣ-477ΚΩ Καθοδηγούμενη Μελέτη στην Κωπηλασία (2 δ.μ.)

Επίκουρος Καθηγητής Σ. Καλουψής

Γενικοί στόχοι: Αναζήτηση βιβλιογραφικών πηγών και συγγραφή της πτυχιακής εργασίας. **Αξιολόγηση:** Διάλεξη, εργαστήριο **Θεματικές ενότητες:** • Διερεύνηση των βιβλιογραφικών πηγών σε επιλεγμένο θέμα εργασίας του φοιτητή ή φοιτήτριας. • Σύνταξη ερευνητικού πρωτοκόλλου πειραματικής εργασίας ή επιλογή συναφούς αρθρογραφίας. • Διεξαγωγή μετρήσεων και αξιολόγηση των πειραματικών δεδομένων. • Συγγραφή επιστημονικής εργασίας με την καθοδήγηση του μέλους ΔΕΠ. • Παρουσίαση, κριτική, σχολιασμός και αξιολόγηση της εργασίας.

ΥΣ-480ΚΩ Προπονητική Εξάσκηση Κωπηλασίας (4 δ.μ.)

Επίκουρος Καθηγητής Σ. Καλουψής

Γενικοί στόχοι: Βελτίωση της διδακτικής και προπονητικής ικανότητας των φοιτητών. **Αξιολόγηση:** Διάλεξη, εργαστήριο πρακτική εξάσκηση **Θεματικές ενότητες:** • Ειδική εξάσκηση των φοιτητών και φοιτητριών στην εφαρμογή των μεθόδων προπόνησης σε αθλητικούς Συλλόγους ή φοιτητές του μαθήματος επιλογής. • Απόκτηση διδακτικής ικανότητας και επικοινωνίας.

ωνίας με τους αρχάριους και προχωρημένους κωπηλάτες. • Εφαρμογή προπονητικών προγραμμάτων μέσα κι' έξω από το νερό. • Εξάσκηση για την απόκτηση ικανότητας διαπίστωσης σφαλμάτων εκτέλεσης της τεχνικής και διόρθωσης αυτών. **Ενδεικτική βιβλιογραφία:** • Καλουφής, Σ. (1999). Μεθοδολογία και τεχνική της κωπηλασίας: Ρύθμιση – Υδροδυναμική – Προπονητική. Αθήνα : Εκδ. Συμμετρία. • Sayer, B. (1996). Rowing and sculling. England : Robert Hale Ed.

ΕΙΔΙΚΕΥΣΗ «ΥΔΑΤΟΣΦΑΙΡΙΣΗ»

Επίκουρος Καθηγητής Θ. Πλατάνου

ΥΣ-470ΥΔ Τεχνική & Μηχανική Ανάλυση Υδατοσφαίρισης (4 δ.μ. – 7^ο, 8^ο εξάμηνο)

Επίκουρος Καθηγητής Θ. Πλατάνου

Γενικοί στόχοι: Τεχνική και μηχανική ανάλυση, μεθοδολογία τεχνικών, προετοιμασία τεχνικής. **Αξιολόγηση:** Διάλεξη, εργαστήριο πρακτική εξάσκηση, Γραπτές εξετάσεις

Θεματικές ενότητες: • Τεχνική και μηχανική ανάλυση των βασικών τρόπων μετακίνησης του Υδατοσφαιριστή • Τεχνική και μηχανική ανάλυση των ειδικών τρόπων μετακίνησης του Υδατοσφαιριστή • Τεχνική της επίθεσης • Τεχνική της άμυνας • Μεθοδολογία εκμάθησης των τεχνικών • Μεθοδολογία αφομοίωσης, στερεοποίησης και παραπέρα τελειοποίησης των τεχνικών. • **Ενδεικτική Βιβλιογραφία** • Πλατάνου, Θ. (1997). *Η Υδατοσφαίριση*, Kegraft E.Π.Ε. Αθήνα • Καρούλη, Α. (1993). Το παιχνίδι των δυνατών. Εκδόσεις ΣΑΛΤΟ. Θεσσαλονίκη • Cutino P. and D. Bledsoe (1976). *The manual for coach and player*, Swimming World Publications. CA, Los Angeles •

ΥΣ-471ΥΔ Προπονητική Υδατοσφαίρισης (4 δ.μ. – 7^ο, 8^ο εξάμηνο)

Επίκουρος Καθηγητής Θ. Πλατάνου

Γενικοί στόχοι: Φυσιολογικές απαιτήσεις Υδατοσφαίρισης. Μέσα, περιεχόμενο και μέθοδοι βελτίωσης των γενικών και ειδικών φυσικών ικανοτήτων έξω και μέσα στο νερό. Σχεδιασμός της προπόνησης. **Αξιολόγηση:** Διάλεξη, εργαστήριο πρακτική εξάσκηση, Γραπτές εξετάσεις, εργασία προγραμματισμού. **Θεματικές ενότητες:** • Φυσιολογικές απαιτήσεις της Υδατοσφαίρισης • Φυσικά και φυσιολογικά χαρακτηριστικά των υδατοσφαιριστών • Μέσα, περιεχόμενο και μέθοδοι βελτίωσης των φυσικών ικανοτήτων έξω από το νερό • Μέσα, περιεχόμενο και μέθοδοι βελτίωσης των φυσικών ικανοτήτων μέσα στο νερό. Κολυμβητική προετοιμασία • Έλεγχος των φυσικών ικανοτήτων με δοκιμασίες έξω και μέσα στο νερό • Προπόνηση φυσικής κατάστασης μέσα από τεχνική και τακτική • Εξατομικευμένη προπόνηση και κυκλική προπόνηση στο νερό • Μακροχρόνιος προγραμματισμός - Σχεδίαση της προπόνησης • Ετήσιοι και περιοδικοί κύκλοι. Δομή και περιεχόμενο. Δομή, περιεχόμενο και σχεδίαση εβδομαδιαίων μικρόκυκλων και προπονητικών μονάδων **Ενδεικτική Βιβλιογραφία** • Πλατάνου, Θ. (1997). *Η Υδατοσφαίριση*, Kegraft E.Π.Ε. Αθήνα • Πλατάνου Θ. (1994). *Η Φυσική Προετοιμασία Υδατοσφαιριστών*, Kegraft. E.Π.Ε. Αθήνα • Καρούλη, Α. (1993). Το παιχνίδι των δυνατών. Εκδόσεις ΣΑΛΤΟ. Θεσσαλονίκη • Cutino P. and D. Bledsoe (1976). *The manual for coach and player*, Swimming World Publications. CA, Los Angeles • Riera, M. (1990). "Water polo" *Tecnica-Tactica - Niveles de aprendizaje*, Editorial Hispano Europea, Barcelona.

ΥΣ-473ΥΔ Ειδικά Θέματα Υδατοσφαίρισης (2 δ.μ. – 7^ο, 8^ο εξάμηνο)

Επίκουρος Καθηγητής Θ. Πλατάνου

Γενικοί στόχοι: Πραγματεύεται εξειδικευμένα θέματα της προπόνησης. Εστιάζεται σε θέματα που αφορούν την επιλογή αθλητών, την διατροφή, μετρήσεων φυσικών και φυσιολογικών χαρακτηριστικών στην υδατοσφαίριση καθώς και ειδικά θέματα της τακτικής. **Αξιολόγηση:** Γραπτές εξετάσεις **Θεματικές ενότητες:** • Καταγραφή και αξιολόγηση της προπόνησης • Καταγραφή αγώνων • Επιλογή και αξιολόγηση αθλητικού ταλέντου • Καθοδήγηση αγώνων • Κατασκοπεία • Μετρήσεις φυσικών και φυσιολογικών χαρακτηριστικών υδατοσφαιριστών • Διατροφή Υδατοσφαιριστών • Τραυματισμοί Υδατοσφαιριστών • Ανάλυση κανονισμών **Ενδεικτική Βιβλιογραφία:** • Κανονισμοί FINA.

ΥΣ-477ΥΔ Καθοδηγούμενη Μελέτη στην Υδατοσφαίριση (2 δ.μ. – 7^ο, 8^ο εξάμηνο)

Επίκουρος Καθηγητής Θ. Πλατάνου

Γενικοί στόχοι: Η ανασκόπηση βιβλιογραφικών πηγών ή η μύηση σε μία επιστημονική μέθοδο μέτρησης, και ο εντοπισμός και η επίλυση πιθανών μεθοδολογικών προβλημάτων. Προετοιμασία για την συγγραφή της πτυχιακής εργασίας του φοιτητή. **Αξιολόγηση:** Παρουσίαση ολοκληρωμένης πρότασης για την εργασία του φοιτητή. **Διαδικασία:** Μετά από στενή συνεργασία του καθηγητή ειδίκευσης και του μεταπτυχιακού φοιτητή, προσδιορίζεται πρώτα το θέμα της πτυχιακής του εργασίας και ο τρόπος προσέγγισης του. Στη συνέχεια με την καθοδήγηση του καθηγητή ειδικότητας ο φοιτητής αποκτά την απαραίτητη εμπειρία και γνώση που πιθανόν θα χρειασθεί. Στο τέλος πρέπει να είναι έτοιμος ο φοιτητής να παρουσιάσει μία ολοκληρωμένη πρόταση ενώπιον όλων των άλλων φοιτητών της ειδίκευσης.

ΥΣ-479ΥΔ Ομαδική Τακτική Υδατοσφαίρισης (4 δ.μ. – 7^ο, 8^ο εξάμηνο)

Επίκουρος Καθηγητής Θ. Πλατάνου

Γενικοί στόχοι: Ανάλυση, μεθοδολογία και προετοιμασία των θεμελιωδών, των σύνθετων και μεταβαλλόμενων τακτικών ενεργειών. **Αξιολόγηση:** Γραπτή και προφορική εξέταση **Θεματικές ενότητες:** • Τακτική επίθεσης • Τακτική άμυνας • Τακτική ατομική • Τακτική μέρους της ομάδας • Τακτική Ομαδική • Μεθοδολογία Τακτικής • Προετοιμασία στην Τακτική **Ενδεικτική Βιβλιογραφία** Πλατάνου, Θ. (1997). *Η Υδατοσφαίριση*, Kεγραft Ε.Π.Ε. Αθήνα • Καρούλη, Α. (1993). Το παιχνίδι των δυνατών. Εκδόσεις ΣΑΛΤΟ. Θεσσαλονίκη. • Cutino P. and D. Bledsoe (1976). *The manual for coach and player*, Swimming World Publications. CA, Los Angeles. • Riera, M. (1990). "Water polo" Técnica-Táctica - Niveles de aprendizaje, Editorial Hispano Europea, Barcelona.

ΥΣ-480ΥΔ Προπονητική Εξάσκηση Υδατοσφαίρισης (4 δ.μ. – 7^ο, 8^ο εξάμηνο)

Επίκουρος Καθηγητής Θ. Πλατάνου

Γενικοί στόχοι: Πρακτική εξάσκηση της μεθοδολογίας των τεχνικών κινήσεων και των τακτικών ενεργειών της Υδατοσφαίρισης. Απόκτηση διδακτικής εμπειρίας από τους φοιτητές. **Αξιολόγηση:** Εργαστήριο πρακτική εξάσκηση **Θεματικές ενότητες:** • Εξάσκηση των φοιτητών-τριων της ειδικότητας, στην εφαρμογή της μεθοδολογίας της τεχνικής, στους φοιτητές του μαθήματος επιλογής και σε αθλητές αθλητικών συλλόγων. • Εξάσκηση των φοιτητών-τριων της ειδικότητας στην εφαρμογή της μεθοδολογίας απλών τακτικών ενεργειών, στους φοιτητές και φοιτήτριες του μαθήματος επιλογής. • Σχεδιασμός και πρακτική εφαρμογή από τους φοιτητές της ειδικότητας ημερήσιων προπονητικών προγραμμάτων στο κολυμβητήριο. •

Απόκτηση εμπειρίας διαιτητή Ενδεικτική Βιβλιογραφία • Πλατάνου, Θ. (1997). *Η Υδατοσφαίριση*, Kεγραft Ε.Π.Ε. Αθήνα

ΕΙΔΙΚΕΥΣΗ «ΣΥΓΧΡΟΝΙΣΜΕΝΗ ΚΟΛΥΜΒΗΣΗ»

Αναπληρώτρια Καθηγήτρια Χ. Χαιροπούλου

ΥΣ-470ΣΚ Τεχνική & Μηχανική Ανάλυση Συγχρονισμένης Κολύμβησης

(4 δ.μ. – 7^οεξάμηνο) Αναπληρώτρια Καθηγήτρια Χ. Χαιροπούλου

Γενικοί Στόχοι: Σκοπός του μαθήματος είναι η εκμάθηση της τεχνικής των βασικών ασκήσεων στην πρακτική και θεωρητική βάση. **Αξιολόγηση:** Εξετάσεις θεωρίας & πρακτικής **Θεματικές Ενότητες:** • Ιστορική Ανασκόπηση • Τεχνική Υποδομή του αθλήματος • Κολυμβητικά στυλ • Υδροδυναμική • Επίπλευση • Πίεση νερού • Πλευστικότητα και ισορροπία • Οριζόντια επίπλευση • Επίτάχυνση • Σκάλινγκ • Αρχές της Μηχανικής του σκάλινγκ • Προχωρημένες μορφές σκάλινγκ • Βασικές θέσεις • Βασικές μετακινήσεις • Βασικές Φιγούρες • Φιγούρες FINA **Ενδεικτική βιβλιογραφία:** • Λ. Χαιροπούλου, Συγχρονισμένη Κολύμβηση, Εκδόσεις Τελέθριον, Αθήνα 1997 • J. Gray, Coaching Synchronized Swimming Figure Transitions 1993.

ΥΣ-471ΣΚ Προπονητική Συγχρονισμένης Κολύμβησης (4 δ.μ. – 7^οεξάμηνο)

Αναπληρώτρια Καθηγήτρια Χ. Χαιροπούλου

Γενικοί στόχοι: Σκοπός του μαθήματος η προπονητική κατάρτηση των φοιτητών σε πρακτική και θεωρητική βάση για την απόκτηση φυσικής κατάστασης και την εκμάθηση των προπονητικών μεθόδων στη Συγχρονισμένη Κολύμβηση. **Αξιολόγηση:** Εξετάσεις θεωρίας & πρακτικής **Θεματικές Ενότητες:** • Ανάλυση κίνησης • Ετήσιος Αγωνιστικός Προγραμματισμός • Ανάπτυξη Φυσικής Κατάστασης • Φυσιολογικοί μηχανισμοί προπόνησης • Τεχνικό Πρόγραμμα • Ασκήσεις με βάρη για την Συγχρονισμένη Κολύμβηση **Ενδεικτική βιβλιογραφία:** • Human Kinetics Publishers, Coaching Synchronized Swimming Effectively, 1984, Vol1, Vol 2.

ΥΣ-473ΣΚ Ειδικά Θέματα Συγχρονισμένης Κολύμβησης (2 δ.μ. – 7^οεξάμηνο)

Αναπληρώτρια Καθηγήτρια Χ. Χαιροπούλου

Γενικοί στόχοι: Σκοπός του μαθήματος η αναζήτηση της βιβλιογραφίας και η παρουσίαση θέματος από τους φοιτητές συναφές με την ερευνητική διαδικασία στο άθλημα της Συγχρονισμένης Κολύμβησης. **Αξιολόγηση:** Εξετάσεις θεωρίας & πρακτικής, παρουσίαση. **Θεματικές Ενότητες:** • Φυσιολογικοί μηχανισμοί στην Συγχρονισμένη Κολύμβηση. • Οραση και Συγχρονισμένη Κολύμβηση. • Ευλυγισία. • Ρυθμός στην Συγχρονισμένη Κολύμβηση. • Χορογραφία. • Ψυχολογία του αθλητού. • Ψυχολογία του προπονητού. • Επιλογή ταλέντων. • Προσωπικός ρυθμός. • Ανατροφοδότηση στην Συγχρονισμένη Κολύμβηση. **Ενδεικτική βιβλιογραφία:** • Gundling B. and White J. E. Creative Synchronized Swimming 1988. • Schmidt, R.A., Motor Control and Learning, a Behavioral Emphasis, Human Kinetics Publishers, 1988. • Ζέρβας Ι. Εισαγωγή στην Κινητική Συμπεριφορά. Κινητικός έλεγχος και μάθηση, Αθήνα 1992.

ΥΣ-477ΣΚ Καθοδηγούμενη Μελέτη στη Συγχρονισμένη Κολύμβηση (2 δ.μ. – 8^ο εξάμηνο)

Αναπληρώτρια Καθηγήτρια Χ. Χαιροπούλου

Γενικοί στόχοι: Σκοπός του μαθήματος η καθοδήγηση του φοιτητή στην εκπόνηση της Διπλωματικής Εργασίας. **Αξιολόγηση:** Παρουσίαση, διπλωματική εργασία **Θεματικές Ενότητες:** • Οδηγίες για την εκπόνηση της πτυχιακής εργασίας. • Συνεργασία και έλεγχος της πορείας των εργασιών • Αξιολόγηση και παρουσία θεμάτων πτυχιακών εργασιών.

ΥΣ-479ΣΚ Ομαδική Τακτική Συγχρονισμένης Κολύμβησης (4 δ.μ. – 8^ο εξάμηνο)

Αναπληρώτρια Καθηγήτρια Χ. Χαιροπούλου

Γενικοί στόχοι: Σκοπός του μαθήματος η ανάπτυξη της ομαδικότητας στον έλεγχο των χορογραφιών. **Αξιολόγηση:** Εξετάσεις θεωρίας & πρακτικής **Θεματικές Ενότητες:** • Κρίση φιγούρων. • Κρίση ρουτίνας. • Μέθοδοι Διδασκαλίας στην Συγχρονισμένη Κολύμβηση. • Θέματα Κριτών. **Ενδεικτική βιβλιογραφία:** • Κανονισμοί FINA 2005. • Judging Manual, FINA 2005.

ΥΣ-480ΣΚ Προπονητική Εξάσκηση Συγχρονισμένης Κολύμβησης (4 δ.μ. – 8^ο εξάμηνο)

Αναπληρώτρια Καθηγήτρια Χ. Χαιροπούλου

Γενικοί στόχοι: Σκοπός του μαθήματος η διδακτική της Συγχρονισμένης Κολύμβησης σε συλλόγους, φοιτητές επιλογής με σκοπό την ανάπτυξη της ικανότητας διδασκαλίας των φιγούρων και χορογραφιών. **Αξιολόγηση:** Εξετάσεις θεωρίας & πρακτικής **Θεματικές Ενότητες:** • Παρακολούθηση προπονήσεων Εθνικής Ομάδος • Διδασκαλία στο μάθημα επιλογής • Διδασκαλία σε συλλόγους **Ενδεικτική βιβλιογραφία:** • Κανονισμοί FINA 2005.

ΕΙΔΙΚΕΥΣΗ «ΘΑΛΑΣΣΙΟ ΣΚΙ»

Λέκτορας Β. Διάφας, Ε.Ε.ΔΙ.Π. Γ. Αραχωβίτης

ΥΣ-470ΘΣ Τεχνική & Μηχανική Ανάλυση Θαλάσσιου Σκι (4 δ.μ. – 7^ο εξάμηνο)

Λέκτορας Β. Διάφας, Ε.Ε.ΔΙ.Π. Γ. Αραχωβίτης

Γενικοί στόχοι: Εκμάθηση της βασικής και εξειδικευμένης τεχνικής του θαλάσσιου σκι. **Αξιολόγηση:** Εξετάσεις : πρακτικά & θεωρητικά. **Θεματικές Ενότητες:** • Ιστορική εξέλιξη αθλήματος • Υλικά, εξέλιξη, συντήρηση • Εισαγωγή στο αντικείμενο • Η βασική στάση - το πρώτο μάθημα-πορεία • Είδη εκκινήσεων • Τεχνική του μονοσκι, στάση "πελαργού" • Ανάλυση των φάσεων επιτάχυνσης, προβολής, προστροφής • Είσοδος στον στίβο σλάλομ, η τεχνική της πρώτης μπάλλας • Τεχνική των φιγουρών, βασικές θέσεις • Παρουσία των ασκήσεων των φιγουρών • Εισαγωγή στην τεχνική του άλματος • Πορεία προς τον βατήρα, εκτίναξη, πτήση, προσθαλάσσωση • Ανάλυση μονού και διπλού κοψίματος • Βιομηχανική ανάλυση του άλματος. **Ενδεικτική βιβλιογραφία:** • Farvet, B. & Benzel, D. (1997). The Complete Guide to Water Skiing. Champaign, IL. : Human Kinetics. • Cau, J. M. & Favret, B. (1983). Ski Nautique (de l' apprentissage a la competition). Paris : Vigot. • Cau, J. M. (1992). Le ski nautique en questions. Paris : Amphora. • Cau .J. M. Ski Nautique (Decouvert-Technique- Entrainement)

ΥΣ-471ΘΣ Προπονητική Θαλάσσιου Σκι (4 δ.μ. – 8^ο εξάμηνο)

Λέκτορας Β. Διάφας, Ε.Ε.ΔΙ.Π. Γ. Αραχωβίτης

Γενικοί στόχοι. Εκμάθηση της προπονητικής μεθοδολογίας **Αξιολόγηση:** Εξετάσεις πρακτικά & θεωρητικά. **Θεματικές Ενότητες:** • Ανάλυση μεθόδων προπόνησης στο θαλάσσιο σκι • Περίοδοι προπόνησης αθλητών • Προετοιμασία φυσικής κατάστασης • Κατάρτιση προπο-

νητικών προγραμμάτων. **Ενδεικτική βιβλιογραφία:** • Farvet, B. & Benzel, D. (1997). The Complete Guide to Water Skiing. Champaign, IL. : Human Kinetics. • Cau, J. M. & Favret, B. (1983). Ski Nautique (de l' apprentissage a la competition). Paris : Vigot. • Cau, J. M. (1992). Le ski nautique en questions. Paris : Amphora. • D. Benzel. Psyching

ΥΣ-472ΘΣ Μεθοδολογία Διδασκαλίας Θαλάσσιου Σκι (4 δ.μ. – 7^ο εξάμηνο)

Λέκτορας Β. Διάφας, Ε.Ε.ΔΙ.Π. Γ. Αραχωβίτης

Γενικοί στόχοι: Βελτίωση του τρόπου διδασκαλίας. Γνώση της αθλητικής εκπαίδευσης. **Αξιολόγηση:** Εξετάσεις : πρακτικά & θεωρητικά. **Θεματικές Ενότητες:** • Μεθοδολογία διδασκαλίας αρχαρίων • Η σημαντικότητα του πρώτου μαθήματος • Διδασκαλία της σειράς των μαθημάτων • Ανάλυση των τεχνικών διδασκαλίας του προπονητή. **Ενδεικτική βιβλιογραφία:** • Farvet, B. & Benzel, D. (1997). The Complete Guide to Water Skiing. Champaign, IL. : Human Kinetics. • Cau, J. M. Code Vagnon - Le ski nautique . Les edition du Plaisancier. • Cau, J. M. (1992). Le ski nautique en questions. Paris : Amphora.

ΥΣ-473ΘΣ Ειδικά Θέματα Θαλάσσιου Σκι (2 δ.μ. – 8^ο εξάμηνο)

Λέκτορας Β. Διάφας, Ε.Ε.ΔΙ.Π. Γ. Αραχωβίτης

Γενικοί στόχοι: . Εκμάθηση κανονισμών αγωνισμάτων του θαλασσίου σκι . Εκπαίδευση στον χειρισμό του σκάφους. Γνώση της συντήρησης της μηχανής και του σκάφους . Γνώση της οργάνωσης αγώνων θαλασσίου σκι. **Αξιολόγηση:** Εξετάσεις : πρακτικά & θεωρητικά. **Θεματικές Ενότητες:** • Διδασκαλία κανονισμών αγωνισμάτων (σλάλομ, φιγούρες, άλμα) • Διδασκαλία κανονισμών Μπέρφουτ, Γουέηκμπορντ • Ανάλυση του κανονισμού Λιμένα, το Νομικό καθεστώς • Στοιχεία μηχανολογίας, συντήρηση κινητήρων σκαφών, επίσκεψη σε συνεργείο • Στοιχεία ναυπηγικής, επίσκεψη σε ναυπηγείο σκαφών αλεξίπτου θάλασσας • Ανάλυση τρόπου βαθμολογίας αγωνισμάτων • Γραμματεία αγώνων, σεμινάριο κριτών αγώνων • Θαλάσσιος Τουρισμός. **Ενδεικτική βιβλιογραφία:** • Farvet, B. & Benzel, D. (1997). The Complete Guide to Water Skiing. Champaign, IL. : Human Kinetics. • Ελληνική Ομοσπονδία Θαλασσίου Σκι (2005). Τεχνικός Κανονισμός Αγώνων Θαλασσίου Σκι. Αθήνα. • Άγγ. Θ. Αργυρακόπουλος , Λιμενομία . 2003 • Δ. Μυλωνόπουλος, Πολ. Μοίρα . Θαλάσσιος Τουρισμός 2005.

ΥΣ-477ΘΣ Καθοδηγούμενη Μελέτη στο Θαλάσσιο Σκι (2 δ.μ. – 7^ο εξάμηνο)

Λέκτορας Β. Διάφας, Ε.Ε.ΔΙ.Π. Γ. Αραχωβίτης

Γενικοί στόχοι: Ενασχόληση των φοιτητών με τα αντικείμενα του θαλασσίου σκι . Έρευνα στα αντικείμενα του θαλασσίου σκι . **Αξιολόγηση:** Εξετάσεις : πρακτικά & θεωρητικά. **Θεματικές Ενότητες:** • Οδηγίες για την εκπόνηση πτυχιακής εργασίας • Συνεργασία και έλεγχος της πορείας των εργασιών • Αξιολόγηση και παρουσία θεμάτων πτυχιακών εργασιών. **Ενδεικτική βιβλιογραφία:** • Farvet, B. & Benzel, D. (1997). The Complete Guide to Water Skiing. Champaign, IL. : Human Kinetics. • Cau, J. M. & Favret, B. (1983). Ski Nautique (de l' apprentissage a la competition). Paris : Vigot. • Cau, J. M. (1992). Le ski nautique en questions. Paris : Amphora. • David Nations , Kevin Desmond . The Guinness Guide to Water ski. 1977.

ΥΣ-480ΘΣ Προπονητική Εξάσκηση Θαλάσσιου Σκι (4 δ.μ. – 8^ο εξάμηνο)

Λέκτορας Β. Διάφας, Ε.Ε.ΔΙ.Π. Γ. Αραχωβίτης

Γενικοί στόχοι: Γνώση του χειρισμού του σκάφους σε αγώνες και προπόνηση. Βελτίωση της προπονητικής μεθοδολογίας. **Αξιολόγηση:** Εξετάσεις: πρακτικά & θεωρητικά. **Θεματικές Ενότητες:** • Καθοδήγηση αθλητικής ομάδας • Εκπαίδευση στην οδήγηση σκάφους με έλξη σκιέρ • Οδήγηση σκάφους αγώνων σε αγωνιστικούς στίβους • Παρακολούθηση προπονήσεων αθλητικών ομάδων • Πρακτική εξάσκηση στην εκπαίδευση των φοιτητών του μαθήματος επιλογής • Πρακτική εξάσκηση στην προπόνηση αθλητών. **Ενδεικτική βιβλιογραφία:** • Farvet, B. & Benzel, D. (1997). The Complete Guide to Water Skiing. Champlain, IL. : Human Kinetics. • Cau, J. M. & Favret, B. (1983). Ski Nautique (de l' apprentissage a la competition). Paris : Vigot. • Ελληνική Ομοσπονδία Θαλασσίου Σκι (2005). Τεχνικός Κανονισμός Αγώνων Θαλασσίου Σκι. Αθήνα. • Cau, J. M. (1992). Le ski nautique en questions. Paris : Amphora.

ΕΙΔΙΚΕΥΣΗ «ΙΣΤΙΟΠΛΟΪΑ»

Λέκτορας Ι. Βογιατζής

ΥΣ-470ΙΣ Τεχνική & Μηχανική Ανάλυση Ιστιοπλοΐας (4 δ.μ.)

Λέκτορας Γ. Βογιατζής

Γενικοί στόχοι: Αρχές αεροδυναμικής, υδροδυναμικής σκαφών, βιομηχανική ανάλυση κινήσεων στην ιστιοπλοΐα. **Αξιολόγηση:** Γραπτές εξετάσεις. **Θεματικές ενότητες:** • Αρχές αεροδυναμικής ιστιών σκαφών Ολυμπιακών κατηγοριών. • Αρχές υδροδυναμικής σκαφών Ολυμπιακών κατηγοριών. • Βιομηχανική ανάλυση κινήσεων στην ιστιοπλοΐα. • Τεχνική τριμαρίσματος των πανιών σε διαφορετικές καιρικές συνθήκες. • Μεθοδολογία εκμάθησης των τεχνικών τριμαρίσματος πανιών στην θάλασσα. **Ενδεικτική Βιβλιογραφία:** • Στρούντζας Π. (2003). Ιστιοπλοΐα και Ναυτική Τέχνη. Εκδότης Πανελλήνιος Όμιλος Ιστιοπλοΐας Ανοικτής Θαλάσσης.

ΥΣ-471ΙΣ Προπονητική Ιστιοπλοΐας (4 δ.μ.)

Λέκτορας Γ. Βογιατζής

Γενικοί στόχοι: Φυσιολογικές απαιτήσεις Ιστιοπλοΐας. Μέσα, περιεχόμενο και μέθοδοι βελτίωσης των γενικών και ειδικών φυσικών ικανοτήτων έξω και μέσα στη θάλασσα. Σχεδιασμός της προπόνησης. **Αξιολόγηση:** Γραπτές εξετάσεις, εργασία ετήσιου προγραμματικού πλάνου. **Θεματικές ενότητες:** • Φυσιολογικές απαιτήσεις της Ιστιοπλοΐας • Φυσιολογικά χαρακτηριστικά των ιστιοπλόων • Μέσα, περιεχόμενο και μέθοδοι βελτίωσης των φυσικών ικανοτήτων στο γυμναστήριο • Μέσα, περιεχόμενο και μέθοδοι βελτίωσης των φυσικών ικανοτήτων στην θάλασσα. • Έλεγχος των φυσικών ικανοτήτων με δοκιμασίες στο εργαστήριο • Εξατομικευμένη προπόνηση και κυκλική προπόνηση στο γυμναστήριο. • Μακροχρόνιος προγραμματισμός - Σχεδίαση της προπόνησης • Ετήσιοι και περιοδικοί κύκλοι. Δομή και περιεχόμενο. Δομή, περιεχόμενο και σχεδίαση εβδομαδιαίων μικρόκυκλων και προπονητικών μονάδων. **Ενδεικτική Βιβλιογραφία** • Βογιατζής Γ. (2005). Σημειώσεις στην Προπονητική της Ιστιοπλοΐας. Αθήνα. Εθνικό και Καποδιστριακό Πανεπιστήμιο Αθηνών. • Gisela Sjogaard, Jens Bangsbo (2002). Sailing and Science. Συγγραφέας: Εκδότης: University of Copenhagen.

ΥΣ-472ΙΣ Μεθοδολογία Διδασκαλίας Ιστιοπλοΐας (4 δ.μ.)

Λέκτορας Γ. Βογιατζής

Γενικοί στόχοι: Θεωρητική εξάσκηση της μεθοδολογίας διδασκαλίας των τεχνικών κινήσεων και των τακτικών ενεργειών της Ιστιοπλοΐας. **Αξιολόγηση:** Γραπτή εξέταση. **Θεματικές ενότητες:** • Γενικές και ειδικές μέθοδοι διδασκαλίας αρχαρίων στην ιστιοπλοΐα. • Γενικές και ειδικές μέθοδοι διδασκαλίας αγωνιστικής τεχνικής στην ιστιοπλοΐα. • Γενικές και ειδικές μέθοδοι διδασκαλίας αγωνιστικής τακτικής στην ιστιοπλοΐα. • Γενικές και ειδικές μέθοδοι διδασκαλίας καιρικών συνθηκών στην ιστιοπλοΐα. • Εφαρμογή κανονισμών σε αγώνες ιστιοπλοΐας. **Ενδεικτική Βιβλιογραφία** • Στρούντζας Π. (2003). Ιστιοπλοΐα και Ναυτική Τέχνη. Εκδότης Πανελληνιος Όμιλος Ιστιοπλοΐας Ανοικτής Θαλάσσης. • Michael Blackburn (1998). Sailing Tactics Training. Southwood Press. • CD : Laser sailing Instruction racing by Laser Coach 2000.

ΥΣ-473ΙΣ Ειδικά Θέματα Ιστιοπλοΐας (2 δ.μ.)

Λέκτορας Γ. Βογιατζής

Γενικοί στόχοι: Πραγματεύεται εξειδικευμένα θέματα της προπόνησης. Εστιάζεται σε θέματα που αφορούν την αποφυγή χρόνιων τραυματισμών, την διατροφή, και την αξιολόγηση μετρήσεων φυσιολογικών παραμέτρων στην ιστιοπλοΐα. **Αξιολόγηση:** Γραπτές εξετάσεις **Θεματικές ενότητες:** • Καταγραφή και αξιολόγηση βιολογικών παραμέτρων στην ιστιοπλοΐα. • Βιντεοσκόπηση προπόνησης και αγώνων • Μετρήσεις φυσικών και φυσιολογικών χαρακτηριστικών ιστιοπλόων • Διατροφή ιστιοπλόων • Τραυματισμοί ιστιοπλόων **Ενδεικτική Βιβλιογραφία:** • Jim Saltonstall (1996). Race Training Manual. Εκδότης: Royal Yachting Association. • Βογιατζής Γ. (2005). Σημειώσεις στην Προπονητική της Ιστιοπλοΐας. Αθήνα. Εθνικό και Καποδιστριακό Πανεπιστήμιο Αθηνών.

ΥΣ-477ΙΣ Καθοδηγούμενη Μελέτη στην Ιστιοπλοΐα (2 δ.μ.)

Λέκτορας Γ. Βογιατζής

Γενικοί στόχοι: Η ανασκόπηση βιβλιογραφικών πηγών, η μύηση σε μία επιστημονική μέθοδο μέτρησης, ο εντοπισμός και η επίλυση πιθανών μεθοδολογικών προβλημάτων. Προετοιμασία για την συγγραφή της πτυχιακής εργασίας του φοιτητή. **Αξιολόγηση:** Εργασία που εμπεριέχει ολοκληρωμένη ανασκόπησης της βιβλιογραφίας και της πειραματικής μεθοδολογίας για την ερευνητική εργασία του φοιτητή.

ΥΣ-480ΙΣ Προπονητική Εξάσκηση Ιστιοπλοΐας (4 δ.μ.)

Λέκτορας Γ. Βογιατζής

Γενικοί στόχοι: Πρακτική εξάσκηση της μεθοδολογίας των τεχνικών κινήσεων και των τακτικών ενεργειών της Ιστιοπλοΐας. Απόκτηση διδακτικής εμπειρίας από τους φοιτητές. **Αξιολόγηση:** Πρακτικές εξετάσεις **Θεματικές ενότητες:** • Εξάσκηση των φοιτητών-τριων της ειδικότητας στην εφαρμογή της μεθοδολογίας της τεχνικής στους φοιτητές του μαθήματος επιλογής. • Εξάσκηση των φοιτητών-τριων της ειδικότητας στην εφαρμογή της μεθοδολογίας απλών τακτικών και τεχνικών ενεργειών στους φοιτητές και φοιτήτριες του μαθήματος επιλογής. **Ενδεικτική Βιβλιογραφία** • Βογιατζής Γ (2005). Σημειώσεις στο μάθημα Επιλογής στην Ιστι-

οπλοϊας, Αθήνα.

ΕΙΔΙΚΕΥΣΗ «ΚΑΝΟΕ - ΚΑΓΙΑΚ»

Λέκτορας Β. Διάφας

ΥΣ-470ΚΚ Τεχνική & Μηχανική Ανάλυση Κανόε Καγιάκ (4 δ.μ. – 7^ο εξάμηνο)

Λέκτορας Β. Διάφας

Γενικοί στόχοι: Μηχανική ανάλυση της τεχνικής, διόρθωση των λανθασμένων κινήσεων κατά τη διάρκεια της πλεύσης. **Αξιολόγηση:** Διάλεξη, εργαστήριο και πρακτική εξάσκηση. **Θεματικές ενότητες:** • Ιστορική εξέλιξη της τεχνικής του κανόε καγιάκ • Σύντομη περιγραφική ανάλυση της τεχνικής • Βιοκινητική ανάλυση της τεχνικής • Συντονισμός κινήσεων των μελών του σώματος που συμμετέχουν στην τεχνική του κανόε καγιάκ • Λάθη εκτέλεσης της τεχνικής και τρόποι διόρθωσής τους • Διαφορετικοί τρόποι κίνησης του κουπιού για την προώθηση, ισορροπία και διεύθυνση του σκάφους στα διαφορετικά αγωνίσματα • Εξωτερικοί παράγοντες επηρεασμού της ισορροπίας και διεύθυνσης του σκάφους • Επιλογή της τεχνικής ανάλογα με ροή, ρεύμα, στρόβιλο, πόρτα του ποταμού • Φάσεις εκμάθησης της τεχνικής. **Ενδεικτική βιβλιογραφία:** • Διάφας, Β. (1998) Κανόε – Καγιάκ. Αθήνα: εκδ. Αθανασόπουλος – Παπαδάμης • Santo, C. (1995) Racing Canoeing. China: International Canoe Federation • Διάφας, Β. (2000) Κανόε – Καγιάκ. Αθήνα: Αθανασόπουλος – Παπαδάμης. • Stuhau, O, D. (1995) Kayaking. USA: The old Pequot Press.

ΥΣ-471ΚΚ Προπονητική Κανόε Καγιάκ (4 δ.μ. – 7^ο εξάμηνο)

Λέκτορας Β. Διάφας

Γενικοί στόχοι: Καταρτισμός βραχυπρόθεσμων και μακροπρόθεσμων προπονητικών προγραμμάτων μέσα και έξω από το νερό, ανάλογα με την ηλικία, το φύλο, το επίπεδο και την αγωνιστική κατηγορία. **Αξιολόγηση:** Διάλεξη, εργαστήριο και πρακτική εξάσκηση. **Θεματικές ενότητες:** • Γενικές και ειδικές μέθοδοι προπόνησης του κανόε καγιάκ • Μέθοδοι βελτίωσης των γενικών φυσικών ικανοτήτων των καγιακιστών • Ανάπτυξη των ειδικών ικανοτήτων απόδοσης του αθλήματος • Κατάρτιση προπονητικών προγραμμάτων ανάλογα με το επίπεδο μάθησης και την χρονολογική ηλικία των καγιακιστών • Προπόνηση στην ξηρά για την βελτίωση της φυσικής κατάστασης • Εξατομικευμένη προπόνηση ανάλογα με τις ελλείψεις των καγιακιστών • Προπόνηση στο νερό ανάλογα με τις χρονικές περιόδους του έτους • Προγράμματα προπόνησης ανάλογα με την ηλικία και φύλο των αθλητών • Τελειοποίηση του τρόπου εκτέλεσης και εφαρμογής ημερήσιων και βραχυχρόνιων προπονητικών προγραμμάτων. **Ενδεικτική βιβλιογραφία:** • Διάφας, Β. (1998) Κανόε – Καγιάκ. Αθήνα: εκδ. Αθανασόπουλος – Παπαδάμης • Santo, C. (1995) Racing Canoeing. China: International Canoe Federation • Διάφας, Β. (2000) Κανόε – Καγιάκ. Αθήνα: Αθανασόπουλος – Παπαδάμης. • Stuhau, O, D. (1995) Kayaking. USA: The old Pequot Press.

ΥΣ-472ΚΚ Μεθοδολογία Διδασκαλίας Κανόε Καγιάκ (4 δ.μ. – 7^ο εξάμηνο)

Λέκτορας Β. Διάφας

Γενικοί στόχοι: Γενικές και ειδικές μέθοδοι διδασκαλίας του ΚΑΝΟΕ-ΚΑΓΙΑΚ. **Αξιολόγηση:**

Διάλεξη, εργαστήριο και πρακτική εξάσκηση **Θεματικές ενότητες**: • Αρχές του κανόε καγιάκ. • Σκοπός και σειρά εκμάθησης. • Ισορροπιστική ικανότητα • Προοδευτική σύνδεση των κινήσεων του κανόε καγιάκ κατά σειρά δυσκολίας • Χειρισμοί κίνησης των λέμβων • Ρυθμίσεις προφύλαξη σκαφών • Αναγνώριση κινδύνων • Περιβαλλοντική προφύλαξη • Πρώτες βοήθειες • Εκπαίδευση σε ατομικές και ομαδικές λέμβους • Κατάλληλη ηλικία έναρξης του κανόε καγιάκ • Βοηθητικά μέσα εκμάθησης της βασικής τεχνικής. • Υλικά κατασκευής των λέμβων και των εξαρτημάτων τους • Παρουσιαζόμενα φαινόμενα υδροδυναμικής κατά την πλεύση • Σχήματα λέμβων και κουπιών, άνωση και πλεύση • Εσωτερικές και εξωτερικές δυνάμεις • Προσαρμογή των εξαρτημάτων των λέμβων ανάλογα με τα σωματομετρικά στοιχεία και την δυναμικότητα των καγιακιστών – κανοϊστών **Ενδεικτική βιβλιογραφία**: • Διάφας, Β. (1998) Κανόε – Καγιάκ. Αθήνα: εκδ. Αθανασόπουλος – Παπαδάμης • Santo, C. (1995) Racing Canoeing. China: International Canoe Federation • Διάφας, Β. (2000) Κανόε – Καγιάκ. Αθήνα: Αθανασόπουλος – Παπαδάμης. • Stuhau, O, D. (1995) Kayaking. USA: The old Pequot Press.

ΥΣ-473ΚΚ Ειδικά Θέματα Κανόε Καγιάκ (2 δ.μ. – 8^ο εξάμηνο)

Λέκτορας Β. Διάφας

Γενικοί στόχοι: Υλικά κατασκευής των λέμβων και των εξαρτημάτων τους. Παρουσιαζόμενα φαινόμενα υδροδυναμικής κατά την πλεύση. Σχήματα λέμβων και κουπιών, άνωση και πλεύση. Εσωτερικές και εξωτερικές δυνάμεις. Προσαρμογή των εξαρτημάτων των λέμβων ανάλογα με τα σωματομετρικά στοιχεία και την δυναμικότητα των καγιακιστών - κανοϊστών.

ΥΣ-477ΚΚ Καθοδηγούμενη Μελέτη στο Κανόε Καγιάκ (2 δ.μ. –8^ο εξάμηνο)

Λέκτορας Β. Διάφας

Γενικοί στόχοι: Αναζήτηση βιβλιογραφικών πηγών και συγγραφή πτυχιακής εργασίας. **Αξιολόγηση**: Διάλεξη, εργαστήριο **Θεματικές ενότητες**: • Επιλογή θέματος πτυχιακής εργασίας φοιτητή/ -τριας • Διερεύνηση των βιβλιογραφικών πηγών για το επιλεγμένο θέμα πτυχιακής εργασίας φοιτητή/ -τριας • Σύνταξη ερευνητικού πρωτοκόλλου πειραματικής εργασίας ή επιλογή συναφούς αρθρογραφίας • Διεξαγωγή μετρήσεων και αξιολόγηση πειραματικών δεδομένων • Συγγραφή επιστημονικής εργασίας υπό την καθοδήγηση του διδάσκοντος • Παρουσίαση, κριτική, σχολιασμός και αξιολόγηση της εργασίας **Ενδεικτική βιβλιογραφία**: • Διάφας, Β. (1998) Κανόε – Καγιάκ. Αθήνα: εκδ. Αθανασόπουλος – Παπαδάμης • Santo, C. (1995) Racing Canoeing. China: International Canoe Federation • Διάφας, Β. (2000) Κανόε – Καγιάκ. Αθήνα: Αθανασόπουλος – Παπαδάμης.

ΥΣ-480ΚΚ Προπονητική Εξάσκηση Κανόε Καγιάκ (4 δ.μ. – 8^ο εξάμηνο)

Λέκτορας Β. Διάφας

Γενικοί στόχοι: Καταρτισμός βραχυπρόθεσμων και μακροπρόθεσμων προπονητικών προγραμμάτων μέσα και έξω από το νερό, ανάλογα με την ηλικία, το φύλο, το επίπεδο και την αγωνιστική κατηγορία. **Αξιολόγηση**: Διάλεξη, εργαστήριο και πρακτική εξάσκηση **Θεματικές ενότητες**: • Γενικές και ειδικές μέθοδοι προπόνησης του κανόε καγιάκ • Μέθοδοι βελτίωσης των γενικών φυσικών ικανοτήτων των καγιακιστών • Ανάπτυξη των ειδικών ικανοτήτων απόδοσης του αθλήματος • Κατάρτιση προπονητικών προγραμμάτων ανάλογα με το επίπεδο μάθησης και την χρονολογική ηλικία των καγιακιστών • Προπόνηση στην ξηρά για την

βελτίωση της φυσικής κατάστασης • Εξατομικευμένη προπόνηση ανάλογα με τις ελλείψεις των καγιακιστών • Προπόνηση στο νερό ανάλογα με τις χρονικές περιόδους του έτους • Προγράμματα προπόνησης ανάλογα με την ηλικία και φύλο των αθλητών • Τελειοποίηση του τρόπου εκτέλεσης και εφαρμογής ημερήσιων και βραχυχρόνιων προπονητικών προγραμμάτων **Ενδεικτική βιβλιογραφία:** • Διάφας, Β. (1998) Κανόε – Καγιάκ. Αθήνα: εκδ. Αθανασόπουλος – Παπαδάμης • Santo, C. (1995) Racing Canoeing. China: International Canoe Federation • Διάφας, Β. (2000) Κανόε – Καγιάκ. Αθήνα: Αθανασόπουλος – Παπαδάμης.

9. ΔΙΔΑΚΤΙΚΟ ΠΡΟΣΩΠΙΚΟ

9.1 ΤΟΜΕΑΣ ΘΕΩΡΗΤΙΚΩΝ ΕΠΙΣΤΗΜΩΝ

ΙΩΑΝΝΗΣ ΖΕΡΒΑΣ

Καθηγητής Κινητικής Συμπεριφοράς και Αθλητικής Ψυχολογίας

Διδάκτωρ Πανεπιστημίου Βοστώνης, ΗΠΑ. Μέλος International Society of Sport Psychology, Μέλος Δ.Σ. European Society of Sport Psychology, Ελληνικής Ψυχολογικής Εταιρείας, Πρόεδρος Ελληνικής Εταιρείας Αθλητικής Ψυχολογίας

Διδασκαλία : Αθλητική Ψυχολογία, Ψυχολογία Κινητικής Συμπεριφοράς. Άσκηση και Ψυχική Υγεία, Κοινωνική ψυχολογία της Κινητικής Αναψυχής, Ερευνητική Εργασία.

Έρευνα : Άσκηση και ψυχική υγεία, Νοερή εξάσκηση και αθλητική απόδοση, Άσκηση και πνευματική απόδοση, Αθλητική ηθική, Σκέψη και αθλητική απόδοση.

ΓΕΩΡΓΙΟΣ ΦΑΡΑΝΤΟΣ

Καθηγητής Φιλοσοφίας του Αθλητισμού

Διδάκτωρ Universitat Wurzburg, Γερμανία.

Διδασκαλία : Αθλητική Ηθική. Φιλοσοφία του Αθλητισμού : Φιλοσοφική Προσέγγιση. Εισαγωγή στη Φιλοσοφία.

Έρευνα : Συστηματική φιλοσοφία, Ελληνική, Σύγχρονη, Κλάδοι, Βιοηθική, Φιλοσοφία Αθλητισμού.

ΙΩΑΝΝΗΣ ΣΤΑΜΙΡΗΣ

Καθηγητής Κοινωνιολογίας του Αθλητισμού

Διδάκτωρ Πανεπιστημίου York, Καναδάς.

Διδασκαλία : Εισαγωγή στην Κοινωνιολογία. Κοινωνιολογία του Αθλητισμού. Ολυμπισμός : Κοινωνιολογική Προσέγγιση.

Έρευνα : Θεωρητικά Προβλήματα, Ειδικά Αθλητικά Φαινόμενα, Μεθοδολογικά Θέματα.

ΔΗΜΗΤΡΑ ΚΟΥΤΣΟΥΚΗ

Καθηγήτρια Ειδικής Φυσικής Αγωγής

Διδάκτωρ Πανεπιστημίου Alberta, Καναδάς. Μέλος Εταιρείας Κοινωνικής και Προληπτικής Παιδιατρικής, International Federation of Adapted Physical Activity, European Association of Adapted Physical Activity.

Διδασκαλία : Προσαρμοσμένη Κινητική Αγωγή. Κινητική μάθηση και εξέλιξη. Ειδική Αγωγή.

Έρευνα : Νοητική Καθυστέρηση, Ειδικές Μαθησιακές δυσκολίες, Σύνδρομο Διαταραχών Κινητικού Συντονισμού, Ψυχικές διαταραχές και Κινητική Αγωγή.

ΔΗΜΗΤΡΙΟΣ ΧΑΤΖΗΧΑΡΙΣΤΟΣ

Καθηγητής Αθλητικής Παιδαγωγικής

Διδάκτωρ Ακαδημίας Φυσικής Αγωγής Βαρσοβίας, Πολωνία. Μέλος Association Internationale des Ecoles Superieures d'Education Physique, Polish Society of Science of Physical Culture, της Ελληνικής Εταιρείας Αθλητικής Επιστήμης, της Εταιρείας Αθλητικής Ψυχολογίας.

Διδασκαλία: Αθλητική Παιδαγωγική, Διδακτική Φυσικής Αγωγής, Γενική Παιδαγωγική.

Έρευνα: Διδακτική τεχνολογία, Αξιολόγηση της απόδοσης των μαθητών, Διδακτική και παιδαγωγική αποτελεσματικότητα του καθηγητή Φυσικής Αγωγής.

ΓΕΩΡΓΙΟΣ ΒΑΓΕΝΑΣ

Καθηγητής Στατιστικής Φυσικής Αγωγής & Αθλητισμού

Διδάκτωρ Πανεπιστημίου McGill, Καναδάς. Μέλος Canadian Association of Sport Sciences, Canadian Society of Biomechanics, International Statistical Institute (Sports Statistics), Ιδρυτικό μέλος του Δ.Σ. της Ελληνικής Εταιρείας Αθλητικής Επιστήμης. Μέλος της συντονιστικής επιτροπής του ΠΜΣ "Βιολογία της Άσκησης" & του Π.Μ.Σ. «Φυσική Αγωγή & Αθλητισμός».

Διδασκαλία : Στατιστική Φυσικής Αγωγής & Αθλητισμού. Βιοστατιστική. Στατιστική Αθλητικών Αγώνων. Έχει διδάξει Biomechanics - Structural Analysis και Biomechanics - Kinematical Analysis στο πανεπιστήμιο McGill (Καναδά) και Εργομετρία στη Σχολή Ικάρων.

Έρευνα : Ανάλυση σφαλμάτων και κλίμακες μέτρησης. Πολυμεταβλητοί σχεδιασμοί και στατιστικές εφαρμογές στην έρευνα. Ασυμμετρίες, πλευρικότητες και πλευρίωση τραυμάτων στην αθλητική κίνηση. Στατιστικά αθλημάτων, αγώνων, διαιτησίας, ντόπινγκ, αθλητικής βίας, Ολυμπιακών αγώνων.

ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΣ ΚΑΡΤΕΡΟΛΙΩΤΗΣ

Αναπληρωτής Καθηγητής Μεθοδολογίας της Έρευνας στη Φυσική Αγωγή

Διδάκτωρ Πανεπιστημίου Iowa, ΗΠΑ. Μέλος Association for the Advancement of Applied Sport Psychology, European College of Sport Science, European Federation of Sport Psychology, Εταιρείας Αθλητικής Ψυχολογίας.

Διδασκαλία : Μεθοδολογία Επιστημονικής Έρευνας. Πληροφορική στη Φυσική Αγωγή. Μετρήσεις και Αξιολόγηση στη Φυσική Αγωγή και στον Αθλητισμό. Αθλητική Ψυχολογία, Ερευνητική Εργασία.

Έρευνα : Πειραματικοί σχεδιασμοί, Αξιολόγηση δοκιμασιών / κλιμάκων, Παραγοντική ανάλυση, Μοντέλα δομικών εξισώσεων, Άσκηση και υγεία.

ΔΗΜΗΤΡΙΟΣ ΠΑΝΑΓΙΩΤΟΠΟΥΛΟΣ

Αναπληρωτής Καθηγητής Αθλητικού Δικαίου

Διδάκτωρ Πανεπιστημίου Αθηνών. Μέλος Ελληνικού Κέντρου Έρευνας Αθλητικού Δικαίου, Διεθνούς Ένωσης Αθλητικού Δικαίου, International Council Of Physical Education and Sports Science.

Διδασκαλία : Αθλητικό Δίκαιο. Διεθνείς Αθλητικοί Οργανισμοί. Εργασιακές Σχέσεις στον Αθλητισμό. Αθλητικές Σχέσεις. Δίκαιο Ολυμπιακών Αγώνων.

Έρευνα : Αθλητικοί Θεσμοί, Αθλητικά Ήθη, Δικαιώματα Αθλητών & Προπονητών. Ευρωπαϊκό Κοινωνικό Δίκαιο και Αθλητισμός. Διεθνείς Σχέσεις στον Αθλητισμό. Ευθύνη και Αθλητική Δραστηριότητα. Ανθρώπινα Δικαιώματα και Αθλητισμός. Αθλητικές Διαφορές - Επίλυση.

ΙΩΑΝΝΗΣ ΑΥΘΙΝΟΣ

Επίκουρος Καθηγητής Αθλητικής Διοίκησης

Διδάκτωρ Πανεπιστημίου New York, ΗΠΑ. Μέλος European Association for Sport Management, Ελληνικής Εταιρείας Διοίκησης Αθλητισμού.

Διδασκαλία : Οργάνωση και Διοίκηση στον Αθλητισμό. Αθλητική Αγοραγνωσία. Οργάνωση και Διοίκηση Εγκαταστάσεων.

Έρευνα : Ποιότητα παροχής υπηρεσιών άσκησης, άθλησης, αναψυχής. Διοίκηση εγκαταστάσεων άσκησης, άθλησης, αναψυχής. Διοίκηση αθλητικών γεγονότων. Αξιολόγηση αθλητικών φορέων. Βελτίωση επικοινωνίας αθλητικών φορέων και αθλημάτων.

ΑΙΚΑΤΕΡΙΝΗ ΖΟΥΝΧΙΑ

Επίκουρος Καθηγήτρια Αθλητικής Παιδαγωγικής

Διδάκτωρ Ακαδημίας Φυσικής Αγωγής Βαρσοβίας, Πολωνία. Μέλος της International Society of Sport Psychology, European College of Sport Science, Polish Society of Science of Physical Culture, της Ελληνικής Εταιρείας Αθλητικής Επιστήμης, της Εταιρείας Αθλητικής Ψυχολογίας.

Διδασκαλία: Αθλητική Παιδαγωγική, Διδακτική Φυσικής Αγωγής.

Έρευνα: Παιδαγωγική και διδακτική αποτελεσματικότητα του καθηγητή Φυσικής Αγωγής, Διδακτικές ανησυχίες, Αλληλεπίδραση καθηγητή Φυσικής Αγωγής (προπονητή) – μαθητή (αθλητή).

ΝΙΚΗΤΑΣ ΝΙΚΗΤΑΡΑΣ

Επίκουρος Καθηγητής Άσκησης για Όλους

Διδάκτωρ Πανεπιστημίου Αθηνών. Μέλος Ελληνικής Εταιρείας Αθλητικής Ιστορίας και Φιλοσοφίας.

Διδασκαλία: Άσκηση και Αθλητισμός για Όλους. Άσκηση, Αναψυχή και Διακοπές. Κατασκηνώσεις και Υπαίθριες Δραστηριότητες.

Έρευνα: Ιστορία του αθλητισμού για όλους. Ιδεολογία και πολιτική του αθλητισμού. Τρίτη ηλικία και φυσική δραστηριότητα. Κατασκηνωτικός θεσμός.

ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΑ ΓΟΓΓΑΚΗ

Επίκουρος Καθηγήτρια Φιλοσοφίας του Αθλητισμού

Διδάκτωρ Πανεπιστημίου Αθηνών και Πτυχιούχος Φιλοσοφικής Σχολής Πανεπιστημίου

Αθηνών.

Διδασκαλία : Φιλοσοφία του Αθλητισμού.

Έρευνα: Φιλοσοφία του Σώματος. Ερμηνεία Κειμένων. Αισθητική του Αθλητισμού. Ηθική του Αθλητισμού.

ΜΑΡΙΑ ΨΥΧΟΥΝΤΑΚΗ

Λέκτορας Αθλητικής Ψυχολογίας

Διδάκτωρ Πανεπιστημίου Αθηνών. Μέλος International Society of Sport Psychology, Ελληνικής Εταιρείας Αθλητικής Ψυχολογίας

Διδασκαλία : Αθλητική Ψυχολογία, Ψυχολογία Κινητικής Συμπεριφοράς.

Έρευνα : Ψυχολογική προετοιμασία αθλητών, Ανάπτυξη αυτοπεποίθησης, συνοχής και επικοινωνίας, Ψυχοδιάγνωση και ψυχική διάθεση ασκουμένων.

ΕΜΜΑΝΟΥΗΛ ΣΚΟΡΔΙΛΗΣ

Λέκτορας Προσαρμοσμένης Κινητικής Αγωγής

Διδάκτωρ Springfield College. Αμερικής.

Διδασκαλία: Προσαρμοσμένη Κινητική Αγωγή, Μετρήσεις και αξιολόγηση στην Προσαρμοσμένη Κινητική Αγωγή, Αναπτυξιακές Διαταραχές, Κινητικές Αναπηρίες, Αισθητηριακές Διαταραχές.

Έρευνα: Κινητικές Αναπηρίες, Αναπτυξιακές Διαταραχές.

ΝΙΚΟΛΑΟΣ ΠΑΤΣΑΝΤΑΡΑΣ

Λέκτορας Κοινωνιολογίας του Αθλητισμού

Διδάκτωρ Πανεπιστημίου Konstanz, Γερμανία

Διδασκαλία: Κοινωνιολογία του Αθλητισμού. Ολυμπισμός: Κοινωνιολογική Προσέγγιση.

Έρευνα: Διαφοροποίηση και περιβαλλοντικοί διασυσχετισμοί της αθλητικής κοινωνικής περιοχής. Μετασχηματισμός του συστήματος αξιών του αθλητισμού. Δυνατότητες και όρια οικονομικοποίησης και επαγγελματικοποίησης της αθλητικής δραστηριότητας και των αθλητικών ρόλων. Νοηματικές ιδιαιτερότητες και εργαλειοποίηση του Ολυμπιακού Αθλητισμού.

ΕΙΡΗΝΗ ΚΑΜΠΕΡΙΔΟΥ

Λέκτορας της Κοινωνιολογίας

Διδάκτωρ του Παντείου Πανεπιστημίου Κοινωνικών και Πολιτικών Επιστημών. MA (Μάστερ) του Boston College, Βοστόνη, ΗΠΑ.

Διδασκαλία: Εισαγωγή στην Κοινωνιολογία.

Έρευνα: Κοινωνιολογία του Φύλου και Αθλητισμός. Ειδικά Κοινωνικά Ζητήματα: Το Κοινωνικό Φύλο και Αθλητισμός, Gender και Τεχνολογία στα πλαίσια της Κοινωνίας της Πληρο-

φορίας, η κοινωνική και πολιτισμική διάσταση του ανθρώπινου σώματος, Γυναίκες, Κουλτούρα, Φυλετικές Διακρίσεις, Έμφυλη Ισονομία και Αθλητισμός.

ΙΩΑΝΝΗΣ ΔΟΥΒΗΣ

Λέκτορας Αθλητικής Διοίκησης

Διδάκτωρ Πανεπιστημίου Κονέκτικατ, Αμερικής

Διδασκαλία: Διοίκηση Αθλητικών Εγκαταστάσεων, Αθλητικός Τουρισμός, Ειδικά Θέματα Αθλητικής Διοίκησης, Οργάνωση και Διοίκηση Αθλοπαιδιών.

Έρευνα: Αποτελεσματικότητα της Διοίκησης στον Επαγγελματικό Αθλητισμό, Μάρκετινγκ Επαγγελματικών Αθλητικών Οργανισμών, Αθλητικός Τουρισμός.

Ε.Ε.ΔΙ.Π. ΤΟΜΕΑ

ΣΩΤΗΡΙΑ ΓΙΑΝΝΑΚΗ

Ισορία Φυσικής Αγωγής. Διδάκτωρ, Αριστοτέλειο Πανεπιστήμιο Θεσσαλονίκης.

ΑΘΑΝΑΣΙΑ ΒΕΚΙΑΡΕΛΗ

Αγγλική Γλώσσα. Μετ. Δίπλωμα Ειδίκευσης, Πανεπιστήμιο ESSEX, Μ. Βρετανία.

ANNA ΓΙΩΤΟΠΟΥΛΟΥ

Αγγλική Γλώσσα. Μετ. Δίπλωμα Ειδίκευσης, Πανεπιστήμιο IOWA, ΗΠΑ.

ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΑ ΓΚΟΥΤΖΙΑΜΑΝΗ – ΣΩΤΗΡΙΑΔΗ

Προσαρμοσμένη Φ. Α. και Αθλητισμός. Υποψ. Διδάκτωρ Πανεπιστημίου Αθηνών.

ΜΑΡΙΑ ΕΙΡΗΝΑΙΟΥ

Μουσική. Μεταπτυχιακό Δίπλωμα Ειδίκευσης.

ΑΙΚΑΤΕΡΙΝΗ ΚΑΚΚΑΒΑ

Αγγλική Γλώσσα.. Μετ. Δίπλωμα Ειδίκευσης, Saint Michael's College, ΗΠΑ.

ΠΑΝΤΕΛΗΣ ΚΟΝΤΟΠΟΔΗΣ

Αγγλική Φιλολογία. Μετ. Δίπλωμα Ειδίκευσης, George Brawn College, Καναδάς.

ΑΔΑΜ-ΓΕΩΡΓΙΟΣ ΣΩΤΗΡΙΑΔΗΣ

Διοίκηση, Οργάνωση Αθλητισμού. Μετ. Δίπλωμα Ειδίκευσης, Παν/μιο New York.

ΖΑΧΑΡΙΑΣ ΚΙΑΦΦΑΣ

Αθλητική Διοίκηση.

9.2 ΤΟΜΕΑΣ ΑΘΛΗΤΙΑΤΡΙΚΗΣ & ΒΙΟΛΟΓΙΑΣ ΑΣΚΗΣΗΣ

ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΣ ΜΠΟΥΝΤΟΛΟΣ

Καθηγητής Αθλητικής Βιο-Μηχανικής

Διδάκτωρ Ανώτατου Ινστιτούτου Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού, Σόφια, Βουλγαρία. Μέλος International Society of Biomechanics, International Society of Biomechanics in Sports.

Διδασκαλία : Εφαρμοσμένη Αθλητική Βιο-μηχανική. Μέθοδοι και Τεχνικές Έρευνας στην Αθλητική Βιομηχανική. Αθλητικό ταλέντο. Εργονομία. Κινησιολογία.

Έρευνα : Αξιολόγηση ικανοτήτων νέων αθλητών και επιλογή ταλαντούχων αθλητών (κλασικός αθλητισμός, κολύμβηση, καλαθοσφαίριση). Νέες τεχνικές και βελτίωση των βιομηχανικών μεθόδων μέτρησης. Πρωτότυπες κατασκευές.

ΝΙΚΟΛΑΟΣ ΓΕΛΑΔΑΣ

Αναπληρωτής Καθηγητής Φυσιολογίας

Διδάκτωρ Πανεπιστημίου Simon Fraser, Καναδάς. Μέλος European College of Sport Science, American College of Sport Medicine, Ευρωπαϊκής Εταιρείας Υποβρύχιας Βαρύτητας, Ελληνικής Εταιρείας Αθλητικής Επιστήμης.

Διδασκαλία: Φυσιολογία του Ανθρώπου. Πειραματική Εργοφυσιολογία. Φυσιολογία και Ασφάλεια της Αυτόνομης Κατάδυσης. Άσκηση-Γήρανση και Ευρωστία. Οικολογία και Απόδοση.

Έρευνα: Επίδραση αντίξων περιβαλλοντικών συνθηκών (κρύο, ζέστη, μόλυνση, υψόμετρο, θαλάσσιος βυθός) στη διαβίωση και απόδοση του ανθρώπου. Επιλογή και αξιολόγηση αθλητών υψηλού επιπέδου.

ΠΑΝΑΓΙΩΤΗΣ ΜΠΑΛΤΟΠΟΥΛΟΣ

Αναπληρωτής Καθηγητής Λειτουργικής Ανατομικής

Διδάκτωρ Πανεπιστημίου Αθηνών

Διδασκαλία: Λειτουργική Ανατομική του Ανθρώπου, Αθλητιατρική, Ανατομική Συστημάτων, Υγιεινή, Παθήσεις και Άσκηση.

Έρευνα: Παθογένεια αθλητικών κακώσεων-Μέθοδοι θεραπείας αθλητικών κακώσεων. Επίδραση οιστρογόνων στο συζευκτικό χόνδρο-Χρήση αλλομοσχευμάτων και ξενομοσχευμάτων στην ορθοπεδική.

ΣΠΥΡΙΔΩΝ ΑΘΑΝΑΣΟΠΟΥΛΟΣ

Αναπληρωτής Καθηγητής Αθλητικής Φυσικοθεραπείας

Διδάκτωρ Πανεπιστημίου Αθηνών. Μέλος European College of Sports Science Ελληνικής Επιστημονικής Εταιρείας Φυσικοθεραπείας, Ελληνικής Εταιρείας Αθλητικής Επιστήμης.

Διδασκαλία : Αθλητική Φυσικοθεραπεία. Πρόληψη Τραυματισμών κατά την Άθληση. Αποκατάσταση Μυοσκελετικών Δυσλειτουργιών. Παθοκινησιολογία.

Έρευνα : Σκελετικές δυσμορφίες των κάτω άκρων και η σχέση τους με τραυματισμούς σε κεντρικότερες αρθρώσεις. Μηχανική συμπεριφορά και προσαρμογές των κολλαγόνων ι-στών στην προπόνηση. Ικανότητα απόδοσης έργου σε ειδικούς πληθυσμούς (σκολιωτικοί, παραπληγικοί).

ΜΑΡΙΑ ΜΑΡΙΔΑΚΗ

Επίκουρος Καθηγήτρια Εργοφυσιολογίας
Διδάκτωρ Πανεπιστημίου Αθηνών. Μέλος European College of Sport Science, Ελληνικής
Εταιρείας Αθλητικής Επιστήμης.

Διδασκαλία : Εργοφυσιολογία. Εργομετρία. Εφαρμοσμένη Αθλητική Εργοφυσιολογία. Ά-
σκηση, Ανάπτυξη και Ωρίμανση. Άσκηση και Γυναίκα.

Έρευνα : Επίδραση βιολογικής ηλικίας στην απόδοση. Άσκηση και αναπτυξιακή ηλικία.
Κληρονομισιμότητα Βιολογικών Ικανοτήτων. Άσκηση και Γυναίκα. Άσκηση σε ειδικούς πλη-
θυσμούς.

ΓΕΩΡΓΙΟΣ ΤΣΙΓΚΑΝΟΣ
Λέκτορας Αθλητικής Φυσικοθεραπείας

Διδάκτωρ Ιατρικής Σχολής Πανεπιστημίου Αθηνών.

Διδασκαλία: Πρόληψη αθλητικών τραυματισμών. Λειτουργική αποκατάσταση κινητικών
αναπηριών.

Έρευνα: Περιφερικοί τραυματισμοί και επιδράσεις στις κεντρικές αρθρώσεις και μύς. Πρό-
ληψη των τραυματισμών και μυοσκελετικών δυσλειτουργιών σε αθλούμενους.

ΜΑΡΙΑ ΚΟΣΚΟΛΟΥ
Λέκτορας Εργοφυσιολογίας

Διδάκτωρ Πανεπιστημίου Κοπεγχάγης, Δανία. Κάτοχος Μεταπτυχιακού Τίτλου Ειδίκευσης
Πανεπιστημίου Βρετανικής Κολομβίας, Καναδάς. Μέλος της Αμερικανικής Εταιρείας Φυσι-
ολογίας, του Ευρωπαϊκού Κολεγίου Αθλητικής Επιστήμης και της Ελληνικής Εταιρείας Α-
θλητικής Επιστήμης.

Διδασκαλία: Εργοφυσιολογία, Εργομετρία. Άσκηση, Ευρωστία και Υγεία. Φυσική Δραστη-
ριότητα και Γήρανση. Διατροφή.

Έρευνα: Μελέτη των συστημάτων μεταφοράς και κατανάλωσης οξυγόνου (υποξία, αναιμία,
άπνοια, ασκησιογενής υποξαιμία) σε σχέση με τη σωματική απόδοση. Επίδραση φύλου
και ηλικίας. Προπόνηση σε υψόμετρο. Περιβαλλοντική εργοφυσιολογία. Εφαρμοσμένη ερ-
γοφυσιολογία αθλημάτων.

9.3 ΤΟΜΕΑΣ ΑΘΛΟΠΑΙΔΙΩΝ

ΜΙΧΑΗΛ ΑΝΑΣΤΑΣΙΑΔΗΣ
Καθηγητής Αθλοπαιδιών

Διδάκτωρ Πανεπιστημίου Αθηνών

Διδασκαλία: Προπονητική στην Καλαθοσφαίριση. Ειδικά θέματα προπονητικής. Σεμινάριο
Προπονητικής.

Έρευνα: Προπονητική και Ειδικά της Καλαθοσφαίρισης.

ΑΛΚΙΝΟΗ ΚΑΤΣΙΚΑΔΕΛΛΗ

Καθηγήτρια Αθλοπαιδιών

Διδάκτωρ Πανεπιστημίου Αθηνών. Μέλος Πανελληνίας Ένωσης για την προώθηση των Γυναικών στον Αθλητισμό και στα Σπορ.

Διδασκαλία: Προπονητική της Πετοσφαίρισης. Ειδικά θέματα προπονητικής. Κατευθυνόμενη μελέτη. Πετοσφαίριση επί άμμου.

Έρευνα: Προπονητική ανάλυση της τακτικής της Πετοσφαίρισης. Ανάλυση της τακτικής της Πετοσφαίριση επί άμμου.

ΙΩΑΝΝΗΣ ΑΓΓΕΛΟΝΙΔΗΣ

Επίκουρος Καθηγητής Πετοσφαίρισης

Διδάκτωρ Πανεπιστημίου Αθηνών. Μέλος Ελληνικής Εταιρείας Αθλητικής Ψυχολογίας.

Διδασκαλία: Προπονητική της Πετοσφαίρισης. Θεωρητικό μέρος της Πετοσφαίρισης, Διδακτική της Πετοσφαίρισης. Ομαδική Τακτική Ειδίκευσης. Πετοσφαίριση επί Άμμου.

Έρευνα: Συνοχή ηγεσία και προπονητική αθλητικών ομάδων.

ΣΤΑΥΡΟΣ ΔΟΥΒΗΣ

Επίκουρος Καθηγητής Αντισφαίρισης

Διδάκτωρ Πανεπιστημίου Αθηνών. Μέλος Εταιρείας Αθλητικής Ψυχολογίας.

Διδασκαλία: Αντισφαίριση. Καλαθοσφαίριση. Πετοσφαίριση.

Έρευνα: Προπονητική, Κακώσεις στην Αντισφαίριση, Κινητική Μάθηση. Διαιτησία στην Καλαθοσφαίριση.

ΝΙΚΟΛΑΟΣ ΜΠΕΡΓΕΛΕΣ

Επίκουρος Καθηγητής Πετοσφαίρισης

Διδάκτωρ Πανεπιστημίου Αθηνών. Μέλος Εταιρείας Αθλητικής Ψυχολογίας.

Διδασκαλία: Πετοσφαίριση. Τεχνική Ανάλυση Πετοσφαίρισης. Προπονητική Πετοσφαίρισης. Μεθοδολογία Διδασκαλίας Πετοσφαίρισης.

Έρευνα: Συνοχή αθλητικών ομάδων. Ιστορία αθλητικών αγώνων. Ιστορική διερεύνηση της έννοιας ομάδα. Προβλεπτές καταλληλότητας νέων παικτών πετοσφαίρισης. Αξιολόγηση αγώνων πετοσφαίρισης. Μοντέλο προπόνησης τεχνικής-τακτικής στο μικρόκυκλο με βάση στατιστικά δεδομένα.

ΔΗΜΗΤΡΙΟΣ ΚΑΡΡΑΣ

Επίκουρος Καθηγητής Χειροσφαίρισης

Διδάκτωρ Πανεπιστημίου Αθηνών

Διδασκαλία: Χειροσφαίριση. Τεχνική Ανάλυση Χειροσφαίρισης. Προπονητική Χειροσφαίρισης. Μεθοδολογία Διδασκαλίας Χειροσφαίρισης.

Έρευνα : Προπονητική Χειροσφαίρισης.

ΙΩΑΝΝΗΣ ΜΠΑΓΙΟΣ

Επίκουρος Καθηγητής Χειροσφαίρισης

Διδάκτωρ Πανεπιστημίου Αθηνών.

Διδασκαλία : Χειροσφαίριση, Επιλογή χειροσφαίρισης, Ειδικότητα Χειροσφαίρισης. Τεχνική Ανάλυση Χειροσφαίρισης. Προπονητική Χειροσφαίρισης. Μεθοδολογία Διδασκαλίας Χειροσφαίρισης.

Έρευνα : Ανθρωπομετρικά χαρακτηριστικά χειροσφαιριστών. Ισοκινητική αξιολόγηση. Εδαφικές δυνάμεις αντίδρασης. Αξιολόγηση ευστοχίας και ταχύτητας ρίψης.

ΘΕΟΔΩΡΟΣ ΜΠΟΛΑΤΟΓΛΟΥ

Επίκουρος Καθηγητής Καλαθοσφαίρισης

Διδάκτωρ Πανεπιστημίου Αθηνών

Διδασκαλία : Καλαθοσφαίριση. Τεχνική Ανάλυση Καλαθοσφαίρισης. Προπονητική Καλαθοσφαίρισης. Μεθοδολογία Διδασκαλίας Καλαθοσφαίρισης.

Έρευνα : Προπονητική Καλαθοσφαίρισης.

ΑΝΔΡΕΑΣ ΓΑΒΡΙΗΛΙΔΗΣ

Επίκουρος Καθηγητής Καλαθοσφαίρισης

Διδάκτωρ Πανεπιστημίου Αθηνών. Μέλος Ένωση Αθλητικών Ψυχολόγων.

Διδασκαλία : Καλαθοσφαίριση. Τεχνική ανάλυση Καλαθοσφαίρισης. Προπονητική Καλαθοσφαίρισης. Μεθοδολογία Διδασκαλίας Καλαθοσφαίρισης.

Έρευνα : Αθλητική Ψυχολογία, Προπονητική Καλαθοσφαίρισης.

ΑΡΙΣΤΟΜΕΝΗΣ ΣΩΤΗΡΟΠΟΥΛΟΣ

Λέκτορας Ποδοσφαίρισης

Διδάκτωρ Ιατρικής Σχολής Πανεπιστημίου Αθηνών.

Διδασκαλία: Προπονητική στην Ποδοσφαίριση, Ειδικά θέματα Προπονητικής, Σεμινάριο Προπονητικής.

Έρευνα: Ειδικά θέματα της Ποδοσφαίρισης και Προπονητική Ποδοσφαίρισης.

ΓΡΗΓΟΡΗΣ ΜΑΛΟΥΣΑΡΗΣ

Λέκτορας Πετοσφαίρισης

Διδάκτωρ Πανεπιστημίου Βουκουρεστίου.

Διδασκαλία : Πετοσφαίριση. Τεχνική ανάλυση Πετοσφαίρισης. Προπονητική Πετοσφαίρισης. Ειδικότητα Πετοσφαίρισης. Πετοσφαίριση επί Άμμου.

Έρευνα : Προσωπικότητα πετοσφαιριστών, Προπονητική Πετοσφαίρισης.

ΠΑΝΑΓΙΩΤΗΣ ΚΟΥΝΤΟΥΡΗΣ

Λέκτορας Προπονησιολογίας της Πετοσφαίρισης

Διδάκτωρ Πανεπιστημίου Αθηνών. Διεθνής προπονητής Πετοσφαίρισης. Μέλος του Πανελληνίου Συνδέσμου Προπονητών Πετοσφαίρισης και της Ελληνικής Εταιρείας Αθλητικής Ψυχολογίας.

Διδασκαλία: Προπονητική της Πετοσφαίρισης και εφαρμοσμένη Κινητική Μάθηση στην Πετοσφαίριση και την Πετοσφαίριση επί Άμμου.

Έρευνα: Προπονητική και εφαρμοσμένη Κινητική Μάθηση σε σχέση με την Πετοσφαίριση και την Πετοσφαίριση επί Άμμου.

ΙΩΑΝΝΗΣ ΛΑΪΟΣ

Λέκτορας Προπονησιολογίας Πετοσφαίρισης

Διδάκτωρ Πανεπιστημίου Αθηνών. Διεθνής Προπονητής. Μέλος του Πανελληνίου Συνδέσμου Προπονητών Πετοσφαίρισης (Σ.Ε.Π.ΠΕ).

Διδασκαλία: Προπονητική Πετοσφαίρισης επί άμμου. Προπονητική εξάσκηση Πετοσφαίρισης επί άμμου. Προχωρημένων επίπεδο Πετοσφαίρισης.

Έρευνα: Προπονητική ανάλυση τακτικής της Πετοσφαίρισης. Προπονητική ανάλυση τακτικής της Πετοσφαίρισης επί άμμου. Εφαρμοσμένη κινητική μάθηση σε σχέση με την Πετοσφαίριση. Εφαρμοσμένη Πετοσφαίριση επί άμμου.

ΑΝΤΩΝΙΟΣ ΚΟΥΤΟΥΛΟΥΛΗΣ

Λέκτορας Χειροσφαίρισης

Διδάκτωρ Πανεπιστημίου Βουκουρεστίου

Διδασκαλία: Χειροσφαίριση. Τεχνική, Τακτική.

Έρευνα: Ενιαίο μεθοδολογικό σύστημα επιλογής παικτών σχολικής ηλικίας.

Ε.Ε.ΔΙ.Π. ΤΟΜΕΑ

ΠΑΝΑΓΙΩΤΗΣ ΚΟΡΟΡΟΣ

Χειροσφαίριση. Πτυχιούχος Πανεπιστημίου Αθηνών.

ΑΓΓΕΛΟΣ ΜΑΚΡΗΣ

Επιτραπέζια Αντισφαίριση. Πτυχιούχος Πανεπιστημίου Αθηνών.

ΚΩΝ/ΝΟΣ ΜΙΣΣΑΣ

Καλαθοσφαίριση. Πτυχιούχος Πανεπιστημίου Αθηνών.

ΟΔΥΣΣΕΑΣ ΜΠΑΤΙΣΤΑΤΟΣ

Αντισφαίριση. Πτυχιούχος Πανεπιστημίου Αθηνών.

ΚΩΝ/ΝΟΣ ΜΠΟΓΑΤΣΙΩΤΗΣ

Καλαθοσφαίριση. Πτυχιούχος Πανεπιστημίου Αθηνών.

ΠΕΡΙΚΛΗΣ ΤΑΥΡΟΠΟΥΛΟΣ

Καλαθοσφαίριση. Πτυχιούχος Πανεπιστημίου Αθηνών.

ΔΙΑΜΑΝΤΗΣ ΓΕΩΡΓΟΥΛΙΑΣ

Ποδόσφαιρο. Πτυχιούχος Πανεπιστημίου Αθηνών.

9.4 ΤΟΜΕΑΣ ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗΣ & ΧΟΡΟΥ

ΗΛΙΑΣ ΔΗΜΑΣ

Καθηγητής Ελληνικών Παραδοσιακών Χορών

Διδάκτωρ Πανεπιστημίου Ιωαννίνων. Μέλος Λαογραφικής Εταιρείας.

Διδασκαλία : Ελληνικοί Παραδοσιακοί Χοροί. Εθνογραφία.

Έρευνα : Έρευνα στον Ελληνικό Παραδοσιακό Χορό.

ΜΑΓΔΑΛΗΝΗ ΖΩΓΡΑΦΟΥ

Αναπληρώτρια Καθηγήτρια Ελληνικών Παραδοσιακών Χορών

Διδάκτωρ Πανεπιστημίου Ιωαννίνων. Μέλος International Council for Traditional Music, Modern Greek Studies Association, Ελληνικής Λαογραφικής Εταιρείας.

Διδασκαλία : Παραδοσιακοί Χοροί. Εθνογραφία του Χορού. Ειδικότητα Ελληνικών Παραδοσιακών Χορών.

Έρευνα : Λαογραφία - Ανθρωπολογία (χορολογική οπτική). Ιστορία του Χορού : κριτική και θέματα συγκρητισμού.

ΚΑΛΛΙΟΠΗ ΘΕΟΔΩΡΑΚΟΥ

Επίκουρος Καθηγητής Γυμναστικής

Διδάκτωρ Πανεπιστημίου Αθηνών. Μέλος Εταιρείας Αθλητικής Ψυχολογίας.

Διδασκαλία : Γυμναστική. Ενόργανη Γυμναστική, Ρυθμική Αγωνιστική Γυμναστική. Προπονητική, Μεθοδολογία Διδασκαλίας Ρυθμικής Αγωνιστικής Γυμναστικής.

Έρευνα : Δημιουργικότητα & Ψυχοκινητική ανάπτυξη. Μέθοδοι διδασκαλίας στη Φυσική Αγωγή. Ρυθμική κίνηση και εκμάθηση κινητικών σχημάτων, ψυχοκινητική ανάπτυξη & ευεξία, ανάπτυξη παραγόντων της προσωπικότητας του ατόμου.

ΜΠΟΓΚΝΤΑΝ ΓΚΟΥΓΚΟΥ

Επίκουρος Καθηγητής Γυμναστικής

Διδάκτωρ Πανεπ/μίου Βουκουρεστίου. Μέλος Παιδαγωγικής Εταιρείας Ελλάδας.

Διδασκαλία : Ενόργανη Γυμναστική. Τεχνική και Μηχανική Ανάλυση Ενόργανης Γυμναστικής. Προπονητική, Μεθοδολογία Διδασκαλίας Ενόργανης Γυμναστικής.

Έρευνα : Ρυθμική κινητική μάθηση της Ενόργανης Γυμναστικής. Αύξηση της παραγωγικής

ικανότητας των εργαζομένων με βελτίωση της φυσικής κατάστασης.

ΒΑΣΙΛΙΚΗ ΤΥΡΟΒΟΛΑ

Επίκουρος Καθηγήτρια Ελληνικών Παραδοσιακών Χορών

Διδάκτωρ Πανεπιστημίου Αθηνών. Μέλος του International Council for traditional Music, Modern Greek Studies Association. Κέντρο Μικρασιατικών Σπουδών. Μουσικό Λαογραφικό Αρχείο Ελλάδας.

Διδασκαλία : Ελληνικοί παραδοσιακοί χοροί.

Έρευνα : Μορφολογία του Ελληνικού χορού. Κριτική και Αισθητική του Ελληνικού χορού. Ελληνικός χορός και Κοινωνικές Επιστήμες.

ΠΑΓΩΝΑ ΜΠΟΥΡΝΕΛΛΗ

Επίκουρος Καθηγήτρια Ορχηστρικής-Δημιουργικού Χορού

Διδάκτωρ Πανεπιστημίου Αθηνών. Μέλος Dance & the Child International, Council International de la Dance UNESCO. Ελληνικός Σύλλογος Μουσικοκινητικής Αγωγής Carl Orff.

Διδασκαλία : Ορχηστρική, Δημιουργικός χορός, Κινητικός Αυτοσχεδιασμός, Ψυχοκινητική, Μουσικο-κινητική, Λαϊκοί χοροί απ' όλο τον κόσμο.

Έρευνα : Η ανάπτυξη της Κινητικής Δημιουργικότητας.

ΣΠΥΡΟΣ ΚΑΜΠΙΩΤΗΣ

Επίκουρος Καθηγητής Ενόργανης Γυμναστικής.

Διδάκτωρ Παν/ Αθηνών. Μέλος της Ελληνικής Εταιρίας Αθλητικής Ψυχολογίας.

Διδασκαλία : Ενόργανη Γυμναστική, Ειδικότητα Ενόργανης Γυμναστικής.

Έρευνα : Μέθοδοι εξάσκησης μαθητών γυμνασίου, χρονική ανάλυση του πλάγιου ίππου, Κιναισθησιμετρική ανάλυση της κίνησης του ποδιού. Μέθοδοι μάθησης κινητικών και γνωστικών δεξιοτήτων.

ΜΑΡΙΑ Ι. ΚΟΥΤΣΟΥΜΠΑ

Λέκτορας Ελληνικών Παραδοσιακών Χορών

Διδάκτωρ Πανεπιστημίου Λονδίνου, Αγγλία. Μέλος του Study Group on Ethnochoreology του International Council for Traditional Music, του Congress for the Research of Dance, του International Council of Kinetography Laban, της Ελληνικής Εταιρείας Εθνολογίας, της Εταιρείας Ελληνικό Δίκτυο Ανοικτής και εξ Αποστάσεως Εκπαίδευσης.

Διδασκαλία: Ελληνικοί παραδοσιακοί χοροί, Διδακτική ελληνικού παραδοσιακού χορού, Σημειογραφία του Χορού.

Έρευνα: Εθνοχορολογία. Εθνογραφία του χορού. Ανθρωπιστικές-κοινωνικές επιστήμες και χορός. Σημειογραφία του χορού. Νέες μορφές εκπαίδευσης και χορός.

ΓΕΩΡΓΙΟΣ ΝΤΑΛΛΑΣ

Λέκτορας Προπονησιολογίας Ενόργανης Γυμναστικής

Διδάκτωρ Πανεπιστημίου Αθηνών

Διδασκαλία: Προπονησιολογία Ενόργανης Γυμναστικής, Μηχανική – Τεχνική ανάλυση των ασκήσεων, καθοδηγούμενη μελέτη.

Έρευνα: Ανατροφοδότηση και μάθηση ασκήσεων ενόργανης γυμναστικής. Κινηματικές παράμετροι ασκήσεων και τεχνικές οδηγίες εκμάθησης ασκήσεων. Οπτική γωνία παρατήρησης και αξιολόγηση των ασκήσεων.

ΔΕΣΠΟΙΝΑ ΤΣΟΠΑΝΗ

Λέκτορας Ρυθμικής Γυμναστικής

Διδάκτωρ Πανεπιστημίου Αθηνών. Πτυχιούχος του Ανωτάτου Ινστιτούτου Κινητικών Επιστημών Ι.Υ.Σ.Μ. του Πανεπιστημίου της Ρώμης Κριτής Ρυθμικής Γυμναστικής

Διδασκαλία: Ρυθμική Γυμναστική. Ειδικότητα Ρυθμικής Γυμναστικής

Έρευνα: Προοπτικές της σύνθεσης των ασκήσεων και της μουσικής συνοδείας. Ειδική προπονητική και αξιολόγηση στη Ρυθμική Γυμναστική. Μουσικοκινητική Αγωγή στη Ρυθμική Γυμναστική.

ΓΕΩΡΓΙΟΣ ΡΟΥΜΠΗΣ

Λέκτορας Ελληνικών Παραδοσιακών Χορών

Διδάκτωρ Πανεπιστημίου Αθηνών

Διδασκαλία: Διδακτική Ελληνικών Παραδοσιακών Χορών, Καθοδηγούμενη Εξάσκηση Ελληνικού Παραδοσιακού Χορού, Διδακτική Ελληνικού Παραδοσιακού Χορού, Ειδικά Θέματα Ελληνικού Παραδοσιακού Χορού.

Έρευνα: Έρευνα στον Ελληνικό Παραδοσιακό Χορό.

Ε.Ε.ΔΙ.Π. ΤΟΜΕΑ

ΣΠΥΡΟΣ ΑΝΤΩΝΙΟΥ

Ενόργανη Γυμναστική. Υποψήφιος Διδάκτωρ Πανεπιστημίου Αθηνών.

ΜΙΧΑΗΛΗΣ ΜΑΡΤΙΔΗΣ

Ενόργανη Γυμναστική. Υποψήφιος Διδάκτωρ Παντείου Πανεπιστημίου. Πτυχίο Παν/μιο Αθηνών. Δίπλωμα Μ. Sc και Ειδικότητα Ενόργανη Γυμναστική της Ανώτατης Σχολής Γυμναστικής και Αθλητισμού Στοκχόλμης, Σουηδίας. Πτυχιούχος Τμήματος Δημόσιας Διοίκησης Παντείου Πανεπιστημίου.

ΣΤΑΥΡΟΣ ΣΠΗΛΙΑΚΟΣ

Ελληνικοί Παραδοσιακοί Χοροί. Διδάκτωρ Πανεπιστημίου Αθηνών.

9.5 ΤΟΜΕΑΣ ΚΛΑΣΙΚΟΥ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ

ΣΤΑΥΡΟΣ ΤΖΙΩΡΤΖΗΣ

Καθηγητής Κλασικού Αθλητισμού

Διδάκτωρ Πανεπιστημίου Αθηνών. Μέλος Πανελληνίας Ένωση Πτυχιούχων Φυσικής Αγωγής. Πρόεδρος Συλλόγου Ελλήνων Ολυμπιονικών.

Διδασκαλία : Κλασικός Αθλητισμός. Ειδικότητα Δρόμων. Προπονητική.

Έρευνα : Επιδράσεις προπονητικών μεθόδων. Βιολογικές και κινητικές προσαρμογές. Αξιολόγηση προπονητικών ερεθισμάτων. Κινητικές και κινηματικές αναλύσεις.

ΓΕΩΡΓΙΟΣ ΓΕΩΡΓΙΑΔΗΣ

Αναπληρωτής Καθηγητής Αθλητικών Ρίψεων

Διδάκτωρ Πανεπιστημίου Αθηνών. Μέλος Ευρωπαϊκής Ομοσπονδίας Προπονητών Κλασικού Αθλητισμού.

Διδασκαλία : «Ειδικότητα Αθλητικών Ρίψεων», Αθλητικές Ρίψεις, Μυϊκή Ενδυνάμωση. Τεχνική και Μηχανική Ανάλυση Αθλητικών Ρίψεων, Προπονητική Αθλητικών Ρίψεων, Μεθοδολογία Διδασκαλίας Αθλητικών Ρίψεων, Ειδικά Θέματα Αθλητικών Ρίψεων.

Έρευνα : Αθλητική προπόνηση και μέθοδοι ενδυνάμωσης. Αξιολόγηση υγείας και ευρωστίας μαθητικού πληθυσμού. Έλεγχος κινήτρων που ωθούν τα παιδιά και τους εφήβους στην συμμετοχή στην άσκηση και στις αθλητικές δραστηριότητες.

ΑΘΑΝΑΣΙΑ ΣΜΥΡΝΙΩΤΟΥ

Επίκουρος Καθηγήτρια Κλασικού Αθλητισμού

Διδάκτωρ Πανεπιστημίου Αθηνών. Μέλος International Track and Field Coaches Association

Διδασκαλία : Κλασικός Αθλητισμός. Τεχνική και Μηχανική Ανάλυση Αθλητικών Δρόμων. Προπονητική Αθλητικών Δρόμων. Μεθοδολογία Διδασκαλίας Αθλητικών Δρόμων.

Έρευνα : Προβλήματα προπονητικής διαδικασίας δρομικών αγωνισμάτων όλων των αναπτυξιακών φάσεων. Ιδιαιτερότητες του γυναικείου οργανισμού κατά την προπονητική διαδικασία και επιδράσεις του «περιοδικού κύκλου» σε διαφόρους παραμέτρους της αθλητικής επίδοσης.

ΒΑΣΙΛΗΣ ΠΑΠΑΔΗΜΗΤΡΙΟΥ

Λέκτορας Αλμάτων Κλασικού Αθλητισμού

Διδάκτωρ Πανεπιστημίου Σόφιας. Γ.Γ. Παγκόσμιας Ένωσης Προπονητών Στίβου (ITFCA).

Διδασκαλία : Ειδικότητα αλμάτων Λ. Αθλητισμού. Τεχνική και Βιοκινητική ανάλυση των αλμάτων. Προπονητική και μεθοδολογία διδασκαλίας αλμάτων.

Έρευνα : Ανάλυση τακτικής για το αγώνισμα του Άλματος σε ύψος αθλητών υψηλών επιδόσεων. Μέθοδος ελέγχου της κατεύθυνσης της προπονητικής προετοιμασίας στο Άλμα σε

ύψος. Προπονητική κατάσταση των αθλητών των Αλμάτων κατά την περίοδο του αθλητικού προσανατολισμού, στην Ελλάδα. Διερεύνηση των παραγόντων που σχετίζονται με την επιλογή του αγωνίσματος των αλμάτων των υπό ένταξη αθλητών στην Ελλάδα.

ΧΡΗΣΤΟΣ ΚΟΛΛΙΑΣ

Λέκτορας Πάλης

Διδάκτωρ Παιδαγωγικού Ινστιτούτου Μόσχας Ρωσία. Ιδρυτικό μέλος Ένωσης Ελλήνων Αθλητικών Επιστημόνων.

Διδασκαλία : Προπονησιολογία της Αθλητικής Πάλης. Τεχνική και Μηχανική Ανάλυση Πάλης. Προπονητική Πάλης. Μεθοδολογία Διδασκαλίας Πάλης.

Έρευνα : Καθοδήγηση της προετοιμασίας αθλητικών υψηλών επιδόσεων στα αθλήματα μονομαχιών (πάλη, τζούντο).

ΒΑΣΙΛΕΙΟΣ ΓΙΟΒΑΝΗΣ

Λέκτορας Χιονοδρομίας

Διδάκτωρ Ακαδημίας Φυσικής Αγωγής, Κρακοβία, Πολωνία.

Μέλος της Διεθνούς και της Πανελλήνιας Ένωση Δασκάλων-Προπονητών Χιονοδρομίας, Πολωνικής Ένωσης Βιομηχανικής

Διδασκαλία: Ειδικότητα χιονοδρομίας, μάθημα επιλογής χιονοδρομία.

Μεθοδολογία και προπονητική χιονοδρομίας, καταβάσεων, αντοχής, χιονοσανίδας, παγοδρομίας και τροχοπέδων (Rollers).

Έρευνα: Τοπογραφική ανάλυση της αγωνιστικής πίστας χιονοδρομίας. Κινηματική ανάλυση χιονοδρόμων. Η τακτική στη χιονοδρομία. Επιδημιολογία τραυματισμών στη χιονοδρομία.

ΠΟΛΥΞΕΝΗ ΑΡΓΕΙΤΑΚΗ

Λέκτορας Κλασικού Αθλητισμού

Διδάκτωρ Πανεπιστημίου Αθηνών

Διδασκαλία: Αθλητικοί Δρόμοι Κλασικός Αθλητισμός. Τεχνική και Μηχανική Ανάλυση Αθλητικών Δρόμων. Προπονητική Αθλητικών Δρόμων. Προπονητική Αθλητικών Δρόμων. Μεθοδολογία Διδασκαλίας Αθλητικών Δρόμων.

Έρευνα: Παράγοντες που επηρεάζουν την απόδοση και εξέλιξη των δρομικών αγωνισμάτων. Μελέτη μεταβολών βιοχημικών, αιματολογικών και ανοσολογικών παραμέτρων σε αθλητές των δρομικών αγωνισμάτων. Συσχετισμοί των παραμέτρων με την απόδοση και την ηλικία.

ΓΕΩΡΓΙΟΣ ΠΑΡΑΔΕΙΣΗΣ

Λέκτορας Κλασικού Αθλητισμού – Δρόμοι

Διδάκτωρ Leeds Met University. Μέλος American College of Sport Medicine, European College of Sport Science.

Διδασκαλία: Ειδικότητα Κλασικού Αθλητισμού Δρόμοι, Θεωρία Αθλητικής Προπόνησης.

Έρευνα: Αθλητική Απόδοση. Βιολογικές, Κινηματικές και Κινητικές προσαρμογές νέων προπονητικών μεθόδων. Εργοφυσιολογικά και Εμβιομηχανικά χαρακτηριστικά δρομικών αγωνισμάτων.

ΧΑΡΙΛΑΟΣ ΤΣΟΛΑΚΗΣ

Λέκτορας Ξιφασκίας

Διδάκτωρ Πανεπιστημίου Αθηνών. Μέλος του American College of Sports Medicine (ACSM).

Διδασκαλία: Ξιφασκία. Τεχνική και Μηχανική Ανάλυση Ξιφασκίας. Προπονητική Ξιφασκίας. Ειδικά θέματα Ξιφασκίας.

Έρευνα: Μορφολογικές, λειτουργικές, βιοχημικές προσαρμογές προπόνησης δύναμης στην εφηβική ηλικία. Άσκηση & σωματική ανάπτυξη. Μυοδυναμικές μελέτες αθλητών ξιφασκίας.

ΗΛΙΑΣ ΖΑΧΑΡΟΓΙΑΝΝΗΣ

Λέκτορας Κλασικού Αθλητισμού-Δρόμοι

Διδασκαλία: Ειδικότητα Κλασικού Αθλητισμού – Δρόμοι

Έρευνα: Κατανάλωση ενέργειας σε μέγιστη προσπάθεια πολύ μεγάλης διάρκειας. Επίδραση μεθόδων τακτικής στην απόδοση στην ημιαντοχή. Συνεισφορά αναερόβιας ισχύος-ικανότητας στην απόδοση στην αντοχή.

ΠΑΝΑΓΙΩΤΗΣ ΒΕΛΗΓΚΕΚΑΣ

Λέκτορας Κλασικού Αθλητισμού – Άλματα

Διδάκτωρ Πανεπιστημίου Αθηνών.

Διδασκαλία: Αθλητικά Άλματα – Κλασικός Αθλητισμός.

Έρευνα: Αθλητική Ψυχολογία-Αυτοσυνειδησία-Αυτοαποτελεσματικότητα-Καθορισμός και προσανατολισμός στόχου σε αθλητές Κλασικού Αθλητισμού.

ΓΕΡΑΣΙΜΟΣ ΤΕΡΖΗΣ

Λέκτορας Αθλητικών Ρίψεων

Διδάκτωρ Πανεπιστημίου Αθηνών. Μέλος του Ευρωπαϊκού Κολεγίου Αθλητικής Επιστήμης

Διδασκαλία: Αθλητικές Ρίψεις, Ειδικά Θέματα Αθλητικών Ρίψεων, Καθοδηγούμενη Μελέτη στις Αθλητικές Ρίψεις, Μυϊκή Ενδυνάμωση.

Έρευνα: Επίδραση της μυϊκής υπερτροφίας και της ποσοστιαίας κατανομής των σκελετικών μυϊκών ινών στην ριπτική επίδοση. Μέθοδοι ανάπτυξης της μυϊκής δύναμης και ισχύος.

Ε.Ε.ΔΙ.Π. ΤΟΜΕΑ

ΒΑΣΙΛΕΙΟΣ ΕΛΕΥΘΕΡΙΟΥ

Κλασικός Αθλητισμός (Δρόμοι). Πτυχιούχος Πανεπιστημίου Αθηνών.

ΔΗΜΗΤΡΙΟΣ ΕΥΘΥΜΙΟΥ

Κλασικός Αθλητισμός (Άλματα).

Μεταπτυχιακό Δίπλωμα Ειδίκευσης, Παν/μιο Southern California, ΗΠΑ.

ΣΠΥΡΟΣ ΚΟΝΤΟΣΩΡΟΣ

Κλασικός Αθλητισμός (Δρόμοι). Πτυχιούχος Πανεπιστημίου Αθηνών.

9.6 ΤΟΜΕΑΣ ΥΓΡΟΥ ΣΤΙΒΟΥ

ΧΡΥΣΟΥΛΑ ΧΑΙΡΟΠΟΥΛΟΥ

Αναπληρώτρια Καθηγήτρια Υγρού Στίβου

Διδάκτωρ Πανεπιστημίου Maryland, ΗΠΑ . Μέλος Παναμερικανικού Οργανισμού Υγείας Σωματικής Αγωγής, Οργανισμού Ανθρωπίνων Παραγόντων

Διδασκαλία : Συγχρονισμένη Κολύμβηση. Τεχνική και Μηχανική Ανάλυση Συγχρονισμένης Κολύμβησης. Προπονητική Συγχρονισμένης Κολύμβησης. Μεθοδολογία Διδασκαλίας Συγχρονισμένης Κολύμβησης.

Έρευνα : Θέματα αποδοτικότητας στην τεχνική της συγχρονισμένης κολύμβησης για την βελτιστοποίηση της επίδοσης. Ο ρόλος του προσωπικού ρυθμού στον έλεγχο και στην παραγωγή κολυμβητικών κινήσεων.

ΣΩΚΡΑΤΗΣ ΚΑΛΟΥΨΗΣ

Επίκουρος Καθηγητής Κωπηλασίας

Διδάκτωρ Πανεπιστημίου Αθηνών

Διδασκαλία : Κωπηλασία. Τεχνική και Μηχανική Ανάλυση Κωπηλασίας. Προπονητική Κωπηλασίας. Μεθοδολογία Διδασκαλίας Κωπηλασίας.

Έρευνα : Βιολογική ωρίμανση αρχαρίων κωπηλατών. Επιλογή κωπηλατών με μυοδυναμικά και εργομετρικά κριτήρια. Δυναμομετρήσεις κατά την εκτέλεση της τεχνικής ανάλογα με το ρυθμό κωπηλάτησης. Ενεργειακές απαιτήσεις των κωπηλατών.

ΘΕΟΔΩΡΟΣ ΠΛΑΤΑΝΟΥ

Επίκουρος Καθηγητής Υδατοσφαίρισης

Διδάκτωρ Πανεπιστημίου Αθηνών.

Διδασκαλία : Τεχνική και Μηχανική Ανάλυση Υδατοσφαίρισης. Προπονητική Υδατοσφαίρισης. Ομαδική Τακτική Υδατοσφαίρισης, Ειδικά θέματα. Προπονητική Εξάσκηση Υδατοσφαίρισης καθώς και Καθοδηγούμενη Μελέτη.

Έρευνα : Φυσικά & φυσιολογικά χαρακτηριστικά αθλητών ομαδικών αθλημάτων. Ενεργειακές απαιτήσεις ομαδικών αθλημάτων. Χρονική ανάλυση κινήσεων ομαδικών αθλημάτων.

ΒΑΣΙΛΕΙΟΣ ΔΙΑΦΑΣ

Λέκτορας Κάνοε-Καγιάκ.

Διδάκτωρ Πανεπιστημίου Σόφιας.

Διδασκαλία: Κάνοε-Καγιάκ. Τεχνική και Μηχανική Ανάλυση Κάνοε-Καγιάκ. Προπονητική Κάνοε-Καγιάκ. Μεθοδολογία διδασκαλίας.

Έρευνα: Θέματα επίδοσης και προπονητικών απαιτήσεων των αθλητών του Κάνοε-Καγιάκ. Βελτιστοποίηση της απόδοσης. Έλεγχος και σημασία των ιδιοτήτων της Φυσικής κατάστασης.

ΙΩΑΝΝΗΣ ΒΟΓΙΑΤΖΗΣ

Λέκτορας στην Ιστοπολοια

Διδάκτωρ Πανεπιστημίου Γλασκόβης. Μεγάλη Βρετανία. Μέλος της Βρετανικής Εταιρίας Φυσιολόγων (The Physiological Society) και της Βρετανικής Ένωσης Αθλητικής Επιστήμης (BASES).

Διδασκαλία: Προπονητική Ιστιοπλοίας, Τεχνική και Μηχανική Ανάλυση Ιστιοπλοίας, Μεθοδολογία Διδασκαλίας Ιστιοπλοίας.

Έρευνα: Βιολογικές απαιτήσεις της αγωγιστικής ιστιοπλοίας, ρύθμιση της αναπνοής στην άσκηση σε αθλητές υψηλού επιπέδου, κλινική εργοσπιρομετρία-αποκατάσταση.

ΕΛΕΝΗ ΣΟΥΛΤΑΝΑΚΗ

Λέκτορας Κολύμβησης

Διδάκτωρ Πανεπιστημίου Νότιας Καλιφόρνιας, ΗΠΑ-Μεταπτυχιακό U.C. Berkeley, ΗΠΑ.

Διδασκαλία: Κολύμβηση. Τεχνική και Μηχανική Ανάλυση της Κολύμβησης. Προπονητική Κολύμβησης. Μεθοδολογία Διδασκαλίας Κολύμβησης. Ασφάλεια στο Νερό-Ναυαγοσωστική.

Έρευνα: Περιοριστικοί Παράγοντες της Απόδοσης στην Κολύμβηση. Ενεργειακά συστήματα, προπονητική επιβάρυνση και Κολυμβητική Απόδοση.

ΒΑΣΙΛΕΙΟΣ ΘΑΝΟΠΟΥΛΟΣ

Λέκτορας Κολύμβησης

Διδάκτωρ Πανεπιστημίου Φυσικής Αγωγής Βελιγραδίου

Διδασκαλία: Κολύμβηση. Τεχνική και Μηχανική Ανάλυση Κολύμβησης. Μεθοδολογία Διδασκαλίας Κολύμβησης. Προπονητική κολύμβησης

Έρευνα: Το γαλακτικό κατώφλι ως μέτρο αναερόβιας ενεργειακής δυνατότητα και ειδικού αποθέματος απόδοσης σε υψηλού επιπέδου κολυμβητές και υδατοσφαιριστές. Δυναμομετρήσεις κατά την εκτέλεση της τεχνικής της κολύμβησης

Ε.Ε.ΔΙ.Π. ΤΟΜΕΑ

ΓΕΩΡΓΙΟΣ ΑΡΑΧΩΒΙΤΗΣ

Θαλάσσιο Σκι. Πτυχιούχος Πανεπιστημίου Αθηνών.

ΓΕΩΡΓΙΟΣ ΚΕΪΖΕΡ

Κολύμβηση. Πτυχιούχος Πανεπιστημίου Αθηνών.

ΜΑΡΚΟΣ ΜΑΝΤΑΛΟΥΦΑΣ

Κολύμβηση. Υποψήφιος Διδάκτωρ Πανεπιστημίου Αθηνών.

ΧΡΙΣΤΟΔΟΥΛΟΣ ΧΟΥΜΑΣ

Κολύμβηση. Υποψήφιος Διδάκτωρ Πανεπιστημίου Αθηνών.

9.7 ΑΦΥΠΗΡΕΤΗΣΑΝΤΕΣ

ΘΩΜΑΣ ΓΙΑΝΝΑΚΗΣ

Ομότιμος Καθηγητής Ιστορίας Φυσικής Αγωγής

Διδάκτωρ Πανεπιστημίου Αθηνών. Μέλος Ελληνικής Εταιρείας Ιστορίας και Φιλοσοφίας του Αθλητισμού, Balkan Association for the History of Physical Education and Sports, International Society for the History of Physical Education and Sports.

Διδασκαλία : Ιστορία Φυσικής Αγωγής. Ιστορία Σύγχρονων Ολυμπιακών Αγώνων. Ειδικά Θέματα Ολυμπισμού-Ολυμπιακής Παιδείας. Αρχαίοι Ολυμπιακοί Αγώνες.

Έρευνα : Ιστορία Αρχαίων και Σύγχρονων Ολυμπιακών Αγώνων, Ιστορία Φυσικής Αγωγής, Λαογραφία Γυμναστικής, Ολυμπιακή - Αθλητική Παιδεία, Ολυμπισμός.

ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΣ ΕΜΜΑΝΟΥΗΛ

Ομότιμος Καθηγητής Διδακτικής Φυσικής Αγωγής

Διδάκτωρ Πανεπιστημίου Αθηνών. Μέλος Ελληνικής Εταιρείας Αθλητικής Ψυχολογίας, Πα-νελληνίας Ένωσης Πτυχιούχων Φυσικής Αγωγής.

Διδασκαλία : Διδακτική της Φυσικής Αγωγής. Γυμναστική. Αεροβική.

Έρευνα : Παιδαγωγική και διδακτική αποτελεσματικότητα του καθηγητή της Φυσικής Αγω-γής. Συστήματα παρατήρησης και αλληλεπίδρασης στην τάξη.

ΒΑΣΙΛΗΣ ΚΛΕΙΣΟΥΡΑΣ

Ομότιμος Καθηγητής Εργοφυσιολογίας

Διδάκτωρ Πανεπιστημίου Springfield, ΗΠΑ. Ιδρυτικός Πρόεδρος του Τμήματος, Ιδρυτικός Διευθυντής του Εργομετρικού Κέντρου Αθλητικών Ερευνών, Ιδρυτικός Πρόεδρος της Ελλη-νικής Εταιρείας Αθλητικής Επιστήμης, Εταίρος και Συνιδρυτής του European College of Sport Science, Εταίρος του American College of Sport Medicine.

Διδασκαλία : Εργοφυσιολογία. Εργομετρία. Εφαρμοσμένη Αθλητική Εργοφυσιολογία. Ά-σκηση, Ευρωστία και Υγεία. Δίδαξε Εργοφυσιολογία ως Τακτικός Καθηγητής στο Πανεπι-στήμιο McGill και ως Επισκέπτης Καθηγητής στα Πανεπιστήμια Λιέγης, Τόκιο, Πράγας, Ζάγκρεμπ και Ρώμης.

Έρευνα : Σωματική άσκηση, υγεία, ευρωστία και απόδοση του ανθρώπινου οργανισμού. Εστίαση στο θεμελιώδες πρόβλημα της σχετικής ισχύος του γονότυπου και του περιβάλλο-

ντος στις παρατηρούμενες ατομικές διαφορές, φυσιολογικές λειτουργίες και προσαρμογές, μεταβολικές διεργασίες, μορφολογικές και κυτταρικές ιδιότητες και κινητικές ικανότητες.

ΙΩΑΝΝΗΣ ΣΑΤΡΑΤΖΕΜΗΣ

Αναπληρωτής Καθηγητής Ενόργανης Γυμναστικής

Διδάκτωρ Πανεπιστημίου Αθηνών. Δίπλωμα & Ειδικότητα Ενόργανης Γυμναστικής της Deutschesporthochschule Κολωνίας, Γερμανία.

Διδασκαλία : Ενόργανη Γυμναστική.

Έρευνα : Προπονησιολογία Ενόργανης Γυμναστικής. Κινηματική Ανάλυση. Μεθοδική-Διδακτική. Κατασκευές βοηθητικών οργάνων εκμάθησης ασκήσεων.

ΓΕΩΡΓΙΟΣ ΝΙΚΟΛΟΠΟΥΛΟΣ

Καθηγητής Υγρού Στίβου

Διδάκτωρ Πανεπιστημίου Αθηνών. Μέλος The American Swimming Coaches Association. European College of Sport Science.

Διδασκαλία : Κολύμβηση, Υδατοσφαίριση, Καταδύσεις, Ναυαγσσωστική.

Έρευνα : Σωματική άσκηση και βιολογική ωρίμανση νεαρών ατόμων. Μέθοδοι διδακτικής Υγρού Στίβου. Προπονητική Υγρού Στίβου.

ΠΑΝΑΓΙΩΤΗΣ ΠΑΡΘΥΜΟΣ

Επίκουρος Καθηγητής Ενόργανης Γυμναστικής

Διδάκτωρ Πανεπι/μίου Αθηνών. Διεθνές Κέντρο Φιλοσοφίας & Διεπιστημονικής Έρευνας.

Διδασκαλία : Ενόργανη Γυμναστική. Προπονητική Ενόργανης Γυμναστικής. Μεθοδολογία Διδασκαλίας Ενόργανης Γυμναστικής.

Έρευνα : Ενόργανη Γυμναστική : Προπονητικό, Νομικό & Παιδαγωγικό πεδίο.

ΣΑΡΑΝΤΗΣ ΧΑΤΖΗΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΥ

Καθηγητής Αθλητιατρικής (Ομότιμος)

ΕΡΙΦΥΛΛΗ ΛΑΛΟΥ

Λέκτορας Ελληνικοί Παραδοσιακοί Χοροί

ΙΩΑΝΝΗΣ ΖΟΜΠΑΝΑΚΗΣ

Λέκτορας Κολύμβηση

ΣΤΑΜΑΤΗΣ ΣΜΥΡΝΙΩΤΗΣ

Λέκτορας Κλασικού Αθλητισμού

ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΣ ΣΟΦΙΑΝΙΔΗΣ

Λέκτορας Ποδοσφαίρου

ΒΑΣΙΛΕΙΟΣ ΒΥΤΙΝΑΡΟΣ
Λέκτορας Κλασικού Αθλητισμού

ΕΥΣΤΑΘΙΟΣ ΦΑΦΟΥΤΗΣ
Λέκτορας Κλασικού Αθλητισμού

ΕΙΡΗΝΗ ΑΝΔΡΕΟΠΟΥΛΟΥ
Λέκτορας Ρυθμική Αγωνιστική Γυμναστική

ΠΕΤΡΟΣ ΠΑΠΑΓΕΩΡΓΙΟΥ
Λέκτορας Κλασικού Αθλητισμού

ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΣ ΛΑΜΠΡΟΥ
Λέκτορας Καλαθοσφαίρισης

ΙΩΑΝΝΗΣ ΠΙΛΑΤΗΣ
Λέκτορας Κλασικού Αθλητισμού

ΑΓΓΕΛΙΚΗ ΓΚΙΟΚΑ-ΣΤΑΘΑΚΗ
Λέκτορας Ρυθμικής Αγωνιστικής Γυμναστικής

ΕΥΑΓΓΕΛΟΣ ΠΑΛΑΝΤΖΑΣ
Λέκτορας Ποδοσφαίρου

ΕΛΕΝΗ ΛΑΜΠΡΟΥ
Λέκτορας Ρυθμικής Αγωνιστικής Γυμναστικής

ΕΥΦΡΟΣΥΝΗ ΦΡΑΓΚΟΥ
Λέκτορας Ρυθμικής Αγωνιστικής Γυμναστικής

ΣΠΥΡΙΔΩΝ ΚΑΓΚΑΣ, Ε.Ε.Δι.Π. Αθλητιατρικής

ΠΑΝΑΓΙΩΤΗΣ ΜΑΡΚΟΠΟΥΛΟΣ, Ε.Ε.Δι.Π. Υγρού Στίβου

ΜΠΑΡΛΟΥ-ΠΑΝΟΠΟΥΛΟΥ, Ε.Ε.Δι.Π. Φυσικοθεραπεία

ΠΑΝΑΓΙΩΤΑ ΦΙΛΙΑ, Ε.Ε.Δι.Π. Κολύμβηση

ΑΝΑΣΤΑΣΙΑ ΠΑΝΑΓΙΩΤΙΔΟΥ, Ε.Ε.Δι.Π. Μουσικής

ΔΙΑΜΑΝΤΩ ΚΟΚΟΣΙΕΛΗ, Ε.Ε.Δι.Π. Κλασικού Αθλητισμού

10. ΟΔΗΓΟΣ ΣΥΓΓΡΑΦΗΣ ΕΡΓΑΣΙΩΝ

10.1 ΣΥΓΓΡΑΦΗ ΠΤΥΧΙΑΚΗΣ ΕΡΓΑΣΙΑΣ

Καθηγητής Ι. Ζέρβας

Η πτυχιακή εργασία αποτελεί την πλέον σημαντική εργασία κάθε προπτυχιακού φοιτητή και μια υποχρέωση για τη λήψη του πτυχίου του. Η πτυχιακή εργασία εκπονείται στον συγγενέστερο προς το θέμα τομέα. Κάθε φοιτητής υποβάλλει αίτηση στη Γραμματεία του τομέα με το θέμα της εργασίας του. Ο τομέας εγκρίνει το θέμα και ορίζει τριμελή συμβουλευτική επιτροπή από μέλη ΔΕΠ. Ένα μέλος της επιτροπής αναλαμβάνει την επίβλεψη. Τα μέλη της εξεταστικής επιτροπής ανήκουν στην ίδια ή συγγενή επιστημονική ειδικότητα με αυτή την οποία ο φοιτητής εκπονεί την εργασία του. Ένα από τα μέλη μπορεί να προέρχεται από άλλο τμήμα του ίδιου ή άλλου ΑΕΙ. Ο επιβλέπων καθηγητής παρακολουθεί την πορεία του φοιτητή μέχρι την ολοκλήρωσή της. Η συμβουλευτική επιτροπή αξιολογεί την εργασία από 1 έως 10 και παραδίδει τη βαθμολογία στον τομέα και τη Γραμματεία του Τμήματος. Σε περίπτωση διαφωνίας, η απόφαση λαμβάνεται κατά πλειοψηφία. Σε περίπτωση καθυστέρησης παράδοσης της πτυχιακής εργασίας, ο φοιτητής ενημερώνει ανάλογα τον επιβλέποντα καθηγητή, τα μέλη της συμβουλευτικής επιτροπής και τον τομέα.

ΠΡΟΕΙΣΑΓΩΓΙΚΑ ΣΤΟΙΧΕΙΑ ΠΤΥΧΙΑΚΗΣ ΕΡΓΑΣΙΑΣ

Το εξώφυλλο της πτυχιακής εργασίας

Το εξώφυλλο της πτυχιακής εργασίας περιλαμβάνει τον τίτλο της εργασίας, το ονοματεπώνυμο του φοιτητή, το Τμήμα, το Πανεπιστήμιο, τον μήνα και το ακαδημαϊκό έτος κατάθεσης της εργασίας.

Ο τίτλος της εργασίας

Ο τίτλος της εργασίας γράφεται με κεφαλαία γράμματα και τοποθετείται στο κέντρο της σελίδας σε οκτώ (8) μονά διαστήματα από την κορυφή της σελίδας. Το ονοματεπώνυμο του φοιτητή γράφεται επίσης στο κέντρο της σελίδας σε απόσταση οκτώ (8) μονών διαστημάτων από το κάτω μέρος του τίτλου της εργασίας, ο μήνας και το έτος παρουσίασης της διατριβής. Ο τίτλος της εργασίας -όπως και κάθε μελέτης- διατυπώνεται με πολύ προσοχή για να αποφευχθεί οποιαδήποτε σύγχυση ή παρερμηνεία. Ο τίτλος γράφεται αφού διατυπωθεί το θέμα/πρόβλημα και περιέχει την κεντρική ιδέα της μελέτης και τις μεταβλητές του θέματος/ερευνητικού προβλήματος. Πρέπει να είναι σαφής, σύντομος (μέχρι 12–15 λέξεις) και εύκολος στη χρήση του.

Δικαιώματα (Copyright)

Ο διεθνής όρος copyright, που δηλώνει την πνευματική ιδιοκτησία και το δικαίωμα αναπαραγωγής, αναγράφεται στο κέντρο της δεύτερης (ii) σελίδας (που δεν αριθμείται) με το ονοματεπώνυμο του φοιτητή.

Έγκριση της εργασίας

Η τρίτη (iii) σελίδα είναι η σελίδα έγκρισης της εργασίας με την ένδειξη «εγκρίθηκε από» και ακολουθούν τα ονόματα της τριμελούς εξεταστικής επιτροπής, ο τίτλος του κάθε μέλους και η υπογραφή. Πρώτο τοποθετείται το ονοματεπώνυμο και ο τίτλος του επιβλέποντος καθηγητή με την ένδειξη «επόπτης», ακολουθούν τα δυο άλλα μέλη της τριμελούς επιτροπής.

Έκφραση ευχαριστιών

Πολλές φορές ο φοιτητής αισθάνεται την ανάγκη να ευχαριστήσει αυτούς που τον βοήθησαν στη διεκπεραίωση της πτυχιακής του εργασίας και στις σπουδές του, γενικότερα. Ο τρόπος που εκφράζει τις ευχαριστίες του ο κάθε φοιτητής είναι καθαρά προσωπικός. Γενικά, οι ευχαριστίες απευθύνονται σε άτομα του οικογενειακού περιβάλλοντος, συμβούλους, συνεργάτες, βοηθούς, φορείς, χορηγούς κ.λπ. Σε αυτές τις περιπτώσεις επιτρέπεται η χρήση του τίτλου και της ιδιότητας του ατόμου προς το οποίο εκφράζονται οι ευχαριστίες, όπως για παράδειγμα καθηγητή, κύριο ή κυρία, γονείς, φίλο/η κ.λπ.

Η περίληψη

Σκοπός της περίληψης είναι να παρουσιάσει συνοπτικά το περιεχόμενο της εργασίας. Περιλαμβάνει μια σύντομη περιγραφή του θέματος/προβλήματος (μέσα σε μια φράση, αν είναι δυνατό). Αν πρόκειται για ανασκόπηση βιβλιογραφίας, ο φοιτητής αναφέρεται στο σκοπό της εργασίας, τη μέθοδο που συγκέντρωσε τη βιβλιογραφία, στα αποτελέσματα και στα γενικά συμπεράσματα που προέκυψαν από το σύνολο των εργασιών που χρησιμοποίησε στην εργασία και τη σημασία των αποτελεσμάτων για την επιστήμη και την πρακτική χρήση. Αν πρόκειται για περιγραφική ή πειραματική έρευνα, ο φοιτητής αναφέρεται εν συντομία στο δείγμα (με συγκεκριμένα χαρακτηριστικά, όπως αριθμό, φύλο και ηλικία), την μέθοδο (όργανα και διαδικασία συγκέντρωσης των δεδομένων), τα σημαντικότερα αποτελέσματα και τα συμπεράσματα. Η περίληψη αναπτύσσεται μέσα σε διακόσιες (200) έως τριακόσιες (300) λέξεις. Η περίληψη γράφεται στη μια πλευρά της σελίδας και σε διπλό διάστημα, όπως και η υπόλοιπη εργασία.

Πίνακας περιεχομένων

Στα περιεχόμενα περιλαμβάνονται όλα τα κεφάλαια και οι υποδιαιρέσεις της εργασίας. Τα κεφάλαια γράφονται με κεφαλαία γράμματα, τα οποία αριθμούνται με λατινικά στοιχεία. Οι σελίδες αριθμούνται με αραβικούς αριθμούς. Οι επιμέρους υποδιαιρέσεις χαρακτηρίζονται με αύξοντα αριθμό (για παράδειγμα, 3.1., 3.2., ή 3.1.1., 3.1.2 κ.ο.κ.). Ο αριθμός και ο τίτλος κεφαλαίου ακολουθεί την αρίθμηση και τον τρόπο που παρουσιάζεται στα περιεχόμενα.

Κατάλογος πινάκων, γραφικών παραστάσεων και εικόνων

Στον κατάλογο πινάκων, γραφικών παραστάσεων και εικόνων αναφέρεται ο ακριβής τίτλος κάθε πίνακα, γραφικής παράστασης ή εικόνας και η σελίδα στην οποία εμφανίζονται. Πίνακες, γραφικές παραστάσεις και εικόνες φέρουν τον αριθμό του κεφαλαίου με αραβικό αριθμό και με την ανάλογη υποδιαίρεση. Για παράδειγμα, η ένδειξη Πίνακας 3.1 σημαίνει τρίτο κεφάλαιο, υποδιαίρεση ένα. Η ένδειξη Εικόνα 3.1 σημαίνει τρίτο κεφάλαιο, υποδιαίρεση ένα. Συνεπώς, πίνακες και εικόνες έχουν την ίδια αρίθμηση αλλά διακρίνονται από την ένδειξη Πίνακας ή Εικόνα (για παράδειγμα, Πίνακας 1.1 ή Εικόνα 1.1)

10.2 ΚΟΡΜΟΣ ΕΡΓΑΣΙΑΣ

Η περιγραφή που ακολουθεί αναφέρεται: α) σε περιγραφικές και πειραματικές έρευνες και β) σε βιβλιογραφική έρευνα (έρευνα βιβλιοθήκης).

ΚΕΦΑΛΑΙΟ Ι: ΕΙΣΑΓΩΓΗ

Η εισαγωγή έχει ως σκοπό να θέσει το πρόβλημα και να περιγράψει τη σπουδαιότητα της μελέτης, τις υποθέσεις, την οριοθέτηση και τους περιορισμούς της μελέτης, την ορολογία και τις συντομογραφίες. Στην εισαγωγή γίνεται συνήθως μια σύντομη βιβλιογραφική αναφορά των σημαντικότερων ερευνών που έχουν άμεση σχέση με το πρόβλημα.

Ο ορισμός και η διατύπωση του προβλήματος

Το πρόβλημα προσδιορίζει με σαφήνεια και ακρίβεια αυτό που έχει στο μυαλό του και που πρόκειται να κάνει ο φοιτητής. Ο τρόπος με τον οποίο ο φοιτητής διατυπώνει το πρόβλημα καθορίζει την πορεία και την κατεύθυνση της μελέτης, και περιλαμβάνει όλες τις προσπάθειες του φοιτητή στην πραγματοποίηση της μελέτης. Αποτελεί οδηγό όλων των ενεργειών του, μέχρι την ολοκλήρωση της εργασίας. Κάθε βήμα της εργασίας/μελέτης γίνεται με αναφορά στο θέμα/πρόβλημα και στις μεθόδους επίλυσης του προβλήματος. Ανάλογα με το θέμα, ο φοιτητής μπορεί να θέσει χωριστά ορισμένα υποπροβλήματα. Σκοπός κάθε μελέτης είναι πρώτον να εξετάσει τις υποθέσεις και δεύτερον να δώσει απαντήσεις σε ερωτήσεις. Ένα ερευνητικό πρόβλημα διατυπώνεται έτσι ώστε να καθορίζει με ακρίβεια ποιες ερωτήσεις πρόκειται να ερευνηθούν και ποιες υποθέσεις θα εξετασθούν. Το πρόβλημα τίθεται είτε σε μορφή ερώτησης ή σειρά ερωτήσεων ή ως μια δήλωση. Πρόβλημα, ερωτήσεις και υποθέσεις κατευθύνουν τον τρόπο που ο φοιτητής προσπαθεί να δώσει απάντηση.

Ερευνητικά ερωτήματα

Οι ερωτήσεις πρέπει να είναι σύντομες, να αναφέρονται στη σχέση μεταξύ των μεταβλητών και να μπορούν να ερευνηθούν. Η διατύπωση των ερωτήσεων βασίζεται στη διατύπωση του προβλήματος. Σε ένα πρόβλημα όπως «η επίδραση του άγχους στην απόδοση του αθλητή», ο φοιτητής προσπαθεί να κατανοήσει πώς μπορεί να επιδράσει το άγχος στην αθλητική απόδοση. Στην περίπτωση αυτή, τόσο το άγχος όσο και η αθλητική απόδοση είναι παράγοντες που μεταβάλλονται. Είναι δηλαδή οι «μεταβλητές» του υπό εξέταση θέματος/προβλήματος, η πρώτη ανεξάρτητη και η δεύτερη εξαρτημένη. Η εξαρτημένη μεταβλητή είναι αυτή που μετράμε για να προσδιορίσουμε την επίδραση της ανεξάρτητης μεταβλητής. Παράλληλα ελέγχουμε τα επίπεδα της ανεξάρτητης μεταβλητής. Για παράδειγμα, ένα χαμηλό, μέτριο ή υψηλό επίπεδο άγχους διευκολύνει ή χειροτερεύει την αθλητική απόδοση; Έτσι, σε ένα γενικό ερώτημα κατά πόσο το μέτριο επίπεδο άγχους (ανεξάρτητη μεταβλητή) διευκολύνει την αθλητική απόδοση (εξαρτημένη μεταβλητή), η ερευνητική ερώτηση μπορεί να διατυπωθεί ως εξής: «Ένα μέτριο επίπεδο άγχους διευκολύνει την αθλητική απόδοση»;

Ερευνητικές και στατιστικές υποθέσεις

Η υπόθεση είναι μια εικασία, η οποία, ωστόσο, βασίζεται στη βιβλιογραφία και στις εκτιμήσεις του φοιτητή που διερευνά το θέμα. Οι υποθέσεις ορίζουν τον τρόπο που ο φοιτητής θα χειρισθεί τις μεταβλητές. Η διατύπωση της υπόθεσης ακολουθεί τη διατύπωση του θέματος/προβλήματος και των ερωτήσεων. Οι υποθέσεις γράφονται σε ενεστώτα χρόνο. Έτσι, σύμφωνα με το παράδειγμα, η υπόθεση μπορεί να διατυπωθεί ως εξής: «Όσο αυξάνει το άγχος, τόσο μειώνεται και η αθλητική απόδοση» ή «όσο χαμηλό είναι το επίπεδο του άγχους, τόσο μειώνεται και η αθλητική απόδοση». Οι υποθέσεις πρέπει να είναι εννοιολογικά σαφείς, να σχετίζονται με τη θεωρία και τα μέσα και τις τεχνικές που έχει στη διάθεσή του ο φοιτητής να πραγματοποιήσει τη μελέτη.

Οριοθέτηση και περιορισμοί

Στη βιβλιογραφική έρευνα, η οριοθέτηση αφορά στον περιορισμό των πηγών που χρησιμοποιήθηκαν. Σε μια πειραματική έρευνα, η οριοθέτηση αφορά στη γεωγραφική περιοχή, στα χαρακτηριστικά ατόμων (ιδιότητα, ηλικία, φύλο), στο φορέα ή το χώρο από τον οποίο προέρχονται τα άτομα (για παράδειγμα, ίδρυμα, σχολείο, σύλλογος, κατηγορία κ.λπ), στις επιλεγόμενες μετρήσεις (χαρακτηριστικά μετρήσεων), στη χρονική περίοδο που πραγματοποιήθηκε η έρευνα κ.ά. Οι οριοθετήσεις δείχνουν και τα «αδύνατα σημεία» ή τα «μειονεκτήματα» της εργασίας σε ότι αφορά το δείγμα, τους περιβαλλοντικούς παράγοντες και τον

έλεγχου των μεταβλητών. Φυσικά, η αναγνώριση τέτοιων παραγόντων δεν βελτιώνει την εργασία ούτε και αυξάνει την εγκυρότητά της. Απλά ενημερώνει τον αναγνώστη.

Διευκρίνηση όρων

Για την κατανόηση του κειμένου από την πρώτη στιγμή, ο φοιτητής διευκρινίζει τους πλέον σημαντικούς όρους τους οποίους χρησιμοποιεί στην εργασία του. Οι όροι διευκρινίζονται ως εξής: πρώτα αναφέρεται ο όρος με τονισμένη γραφή, άνω κάτω τελεία (:) και ακολουθεί η διευκρίνηση. Παράδειγμα : Άερόβια ικανότητα : η ικανότητα του οργανισμού να... Ο φοιτητής διευκρινίζει επίσης και τις μεταβλητές του προβλήματος (ανεξάρτητες και μη).

ΚΕΦΑΛΑΙΟ II - ΑΝΑΣΚΟΠΗΣΗ ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑΣ

Το κεφάλαιο αυτό έχει ως σκοπό να παρουσιάσει με συστηματικό τρόπο την επιστημονική βιβλιογραφία που έχει σχέση με το θέμα. Η ανασκόπηση της βιβλιογραφίας είναι χρήσιμη για τον ίδιο το φοιτητή και την πρόοδο της μελέτης. Βοηθάει το φοιτητή να γνωρίσει καλά το πρόβλημα και την ιστορία του, να γνωρίσει τη θεωρητική βάση του προβλήματος, να ενημερωθεί για τη μεθοδολογία που ακολούθησαν οι ερευνητές, να ενημερωθεί για τα υπάρχοντα αποτελέσματα, να εκτιμήσει τα πλεονεκτήματα του θέματος, να αποφύγει την επανάληψη, να γνωρίσει τις δυσκολίες που αντιμετώπισαν οι ερευνητές με ανάλογο πρόβλημα, να επιλέξει το πρόβλημα, να διατυπώσει καλύτερα τα ερωτήματα, και να αιτιολογήσει την επιλογή του προβλήματος. Η εμπειρία του φοιτητή από την ανασκόπηση της σχετικής επιστημονικής βιβλιογραφίας, θα τον βοηθήσει να εκτιμήσει την αξία των υπαρχουσών ερευνών και να γνωρίσει την ποιότητα του σχεδίου έρευνας και τη σχέση του με τις δικές του σκέψεις. Η έκταση του κεφαλαίου αυτού ποικίλει ανάλογα με το θέμα. Σε ορισμένα θέματα η έρευνα είναι εκτεταμένη, σε άλλα λιγότερο. Ο φοιτητής θα πρέπει να εκτιμήσει ποιες έρευνες θα συμπεριλάβει στην ανασκόπηση και ποιες όχι. Σε κάποιες περιπτώσεις πρέπει να συζητηθούν οι μεθοδολογικές προσεγγίσεις των ερευνητών, σε άλλες όχι. Σε ορισμένα θέματα συμπεριλαμβάνονται μόνον οι εργασίες που σχετίζονται άμεσα με το θέμα, ενώ σε άλλα θέματα μπορεί να συμπεριληφθούν και εργασίες που έχουν έμμεση σχέση.

ΚΕΦΑΛΑΙΟ III - ΜΕΘΟΔΟΛΟΓΙΑ ΕΡΕΥΝΑΣ

Το κεφάλαιο αυτό συνδέεται με το πρόβλημα ή τα επιμέρους προβλήματα, όπως αυτά τέθηκαν στο πρώτο κεφάλαιο. Σκοπός του κεφαλαίου αυτού είναι να περιγράψει ο φοιτητής με κάθε λεπτομέρεια τη μέθοδο και τη διαδικασία της μελέτης και συγκεκριμένα το δείγμα, την επιλογή του δείγματος, τα όργανα, τη μέθοδο παρέμβασης (αν έχει κάνει πείραμα) και την ανάλυση των δεδομένων.

Το δείγμα

Το δείγμα αναφέρεται στον αριθμό των υποκειμένων και στον τρόπο επιλογής τους. Ο αριθμός των συμμετεχόντων είναι ανάλογος προς τη φύση της μελέτης. Για παράδειγμα, σε μια περιγραφική έρευνα, ο αριθμός είναι κατά κανόνα πολύ μεγαλύτερος από εκείνον μιας πειραματικής έρευνας. Στην περιγραφή του δείγματος περιλαμβάνονται τα κριτήρια επιλογής και τα χαρακτηριστικά των ατόμων. Περιγράφεται ο πληθυσμός, είτε χρησιμοποιήθηκε ένας ολόκληρος πληθυσμός ή ένα μέρος (δείγμα) αυτού. Στην περίπτωση που χρησιμοποιηθεί ένα μέρος από έναν πληθυσμό θα πρέπει να περιγραφεί με κάθε λεπτομέρεια η μέθοδος επιλογής του δείγματος (για παράδειγμα, τυχαία δειγματοληψία). Σε περίπτωση που έχουν επιλεγεί πολλές ομάδες πρέπει να περιγραφούν λεπτομερώς τα είδη των ομάδων.

Το πρόγραμμα παρέμβασης (για πειραματικές έρευνες)

Σε μια πειραματική έρευνα χρησιμοποιείται ένα πρόγραμμα εξάσκησης (μάθησης, διδασκαλίας, άσκησης, προπόνησης). Το πρόγραμμα εξάσκησης αποτελεί την κύρια μεταβλητή μιας έρευνας και γι' αυτό θα πρέπει να περιγραφεί με κάθε λεπτομέρεια. σχετικά με το περιεχόμενο (είδος), τη συχνότητα, την ένταση και τη διάρκεια, καθώς και οι συνθήκες κάτω από τις οποίες εφαρμόζεται ένα πρόγραμμα (λόγου χάρη, περιβαλλοντικές συνθήκες). Περιγράφεται επίσης το θεωρητικό υπόβαθρο του προγράμματος. Ολόκληρο το πρόγραμμα παρατίθεται στο παράρτημα, ώστε να μπορεί να εκτελεσθεί (επαναληφθεί) είτε από τον ίδιο ερευνητή είτε από άλλους.

Όργανα

Τα όργανα που χρησιμοποιούνται σε μια έρευνα πρέπει να περιγραφούν με κάθε λεπτομέρεια. Αν πρόκειται για ένα έτοιμο όργανο μέτρησης, θα πρέπει να αιτιολογηθεί η επιλογή του και να αναφερθούν οι δείκτες εγκυρότητας και αξιοπιστίας. Αν πρόκειται για προσαρμογή θα πρέπει να αναφερθούν οι σχετικές διαδικασίες προσαρμογής και οι δείκτες εγκυρότητας και αξιοπιστίας.

Συλλογή και επεξεργασία των δεδομένων

Εδώ ο φοιτητής κάνει πλήρη αναφορά στον τρόπο που συγκέντρωσε τα δεδομένα, ποιες μετρήσεις έκανε, πώς τις έκανε, ποια όργανα χρησιμοποίησε και κάτω από ποιες συνθήκες. Περιγράφει επίσης τους συνεργάτες που συμμετείχαν και που ενδεχομένως έπαιξαν ρόλο στις μετρήσεις, τον τρόπο και το χρόνο εκπαίδευσής τους, τη διάρκεια των μετρήσεων. Αυτό είναι ένα μέρος της διαδικασίας μέσα από την οποία φαίνεται ο έλεγχος των μεταβλητών και επικυρώνεται η αξιοπιστία της μελέτης. Η περιγραφή αυτή εξυπηρετεί τη δυνατότητα επανάληψης της έρευνας.

Χρονοδιάγραμμα

Το χρονοδιάγραμμα αναφέρεται στο χρονικό διάστημα που έγιναν οι μετρήσεις ή/και το πρόγραμμα εξάσκησης και που συγκεντρώθηκαν τα δεδομένα της έρευνας.

ΚΕΦΑΛΑΙΟ IV – ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ

Το κεφάλαιο αυτό περιορίζεται μόνο στην παρουσίαση των αποτελεσμάτων. Η πρώτη παράγραφος αναφέρεται στην οργάνωση του κεφαλαίου και τη στατιστική επεξεργασία των δεδομένων.

Παρουσίαση

Η επεξεργασία και η ανάλυση των δεδομένων γίνεται σύμφωνα με το πρόβλημα και τις υποθέσεις. Η παρουσίαση των αποτελεσμάτων γίνεται σύμφωνα με το πρόβλημα, τα επιμέρους προβλήματα (υποπροβλήματα) και τις μεταβλητές του προβλήματος. Μερικές φορές είναι απαραίτητο να διαιρεθεί το κεφάλαιο σε μέρη, ανάλογα πώς εξυπηρετείται η λειτουργία του κεφαλαίου από πλευράς κατανόησης αλλά και ενδιαφέροντος για τον αναγνώστη. Γενικά, το κεφάλαιο αυτό περιορίζεται μόνο στην παρουσίαση των αποτελεσμάτων.

Πίνακες και σχήματα

Τα δεδομένα παρουσιάζονται σε πίνακες. Οι πίνακες πρέπει να είναι περιεκτικοί και απολύτως σαφείς. Πέραν αυτών που παρουσιάζει ο φοιτητής στους πίνακες, μερικές φορές είναι απαραίτητο να γίνει κάποια περιγραφή των δεδομένων. Κάθε πίνακας πρέπει να ερμηνευθεί και να τονισθούν τα σημαντικότερα σημεία (για παράδειγμα, συγκρίσεις, συσχετίσεις). Ο φοιτητής παραπέμπει στους πίνακες στο τέλος της φράσης με την ένδειξη (Πίνακας 4.1 ή βλ. Πίνακα 4.1) Τα πλήρη αποτελέσματα παρατίθενται στο παράρτημα. με την ένδειξη: (Παράρτημα 1). Προηγείται η περιγραφή του περιεχομένου του πίνακα και έπεται ο

πίνακας. Αν ένας πίνακας καταλαμβάνει περισσότερο χώρο από μισή σελίδα, τότε μπαίνει μόνος του σε μια σελίδα.

Η χρήση σχημάτων και διαγραμμάτων πρέπει να γίνεται μόνο στις περιπτώσεις που εξυπηρετούν κάποιο σκοπό. Κάθε διάγραμμα πρέπει να παραπέμπει σε παράρτημα όπου θα παρατίθενται όλα τα δεδομένα.

ΚΕΦΑΛΑΙΟ V – ΣΥΖΗΤΗΣΗ ΚΑΙ ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑΤΑ

Στο κεφάλαιο αυτό ο φοιτητής ερμηνεύει τα ευρήματα της μελέτης του και περιγράφει τη σημασία τους. Το κεφάλαιο συνδέεται με το εισαγωγικό μέρος του πρώτου κεφαλαίου και ιδιαίτερα με τη σπουδαιότητα της μελέτης. Κατόπιν εξηγεί κάθε αποτέλεσμα σχετικά με τις υποθέσεις.

Τρόπος συζήτησης

Οι μεταβλητές και τα επιμέρους προβλήματα (υποπροβλήματα) συζητούνται με σειρά που ορίζει η βαρύτητά τους, η σπουδαιότητά τους. Στο τέλος γίνεται ένας συντονισμός, μια σύγκριση και μια σφαιρική παρουσίαση των ευρημάτων και των ερμηνειών που έχουν δοθεί. Οι ερμηνείες δίνονται με βάση τη θεωρία. Στο κεφάλαιο αυτό ο τρόπος γραφής είναι κάπως πιο ελεύθερος σε σύγκριση με τα άλλα κεφάλαια.

Διατύπωση συμπερασμάτων

Τα συμπεράσματα διατυπώνονται με βάση το κεφ. Ι, τη διατύπωση του προβλήματος και τις υποθέσεις. Εδώ πρέπει να βγει ένα συμπέρασμα για κάθε πρόβλημα και υποπρόβλημα. Με άλλα λόγια, εδώ πρέπει να δοθεί απάντηση στο σκοπό της μελέτης. Ο αναγνώστης πρέπει να πάρει μια απάντηση ως προς τα ευρήματα και τις αιτίες. Δεν πρέπει να γίνεται απλώς μια επανάληψη των ευρημάτων. Αυτό που πρέπει να κάνει ο φοιτητής είναι να βγάλει συμπεράσματα με βάση τα ευρήματα. Εδώ ο φοιτητής χρησιμοποιεί ενεστώτα χρόνο εκτός από την αναφορά στα ευρήματα όπου χρησιμοποιεί παρελθόντα χρόνο.

10.3 ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΚΗ ΕΡΕΥΝΑ

Στην βιβλιογραφική έρευνα (έρευνα βιβλιοθήκης) χρησιμοποιούνται ανάλογα οι οδηγίες της προηγούμενης περιγραφής που αφορά κυρίως σε περιγραφικές και πειραματικές έρευνες. Η βιβλιογραφική έρευνα (έρευνα βιβλιοθήκης) αποτελεί αποκλειστικό τρόπο μελέτης για ορισμένες ανθρωπιστικές επιστήμες, όπως η ιστορία και η φιλοσοφία, αλλά και τον κύριο όγκο των πτυχιακών εργασιών που αφορούν σε όλες τις επιστήμες της φυσικής αγωγής και του αθλητισμού. Η βιβλιογραφική έρευνα αναφέρεται στη μελέτη ενός προβλήματος μέσα από την υπάρχουσα βιβλιογραφία. Ο φοιτητής επιλέγει ένα θέμα, σύμφωνα με το ιδιαίτερο επιστημονικό του ενδιαφέρον, το οποίο σχεδιάζει και επεξεργάζεται ακολουθώντας τις γενικές διαδικασίες της μεθοδολογίας της επιστημονικής έρευνας. Με άλλα λόγια, ο φοιτητής θέτει ένα πρόβλημα, διατυπώνει μια ή περισσότερες υποθέσεις, μελετάει τα υπάρχοντα επιστημονικά δεδομένα και εξάγει συμπεράσματα, επιβεβαιώνοντας ή απορρίπτοντας την υπόθεση. Σε ορισμένες ανθρωπιστικές επιστήμες όπως η ιστορία, και φιλοσοφία, αλλά και άλλες κοινωνικές επιστήμες όπως η κοινωνιολογία, η λαογραφία κλπ. ενδεχομένως να μην είναι απαραίτητο να τεθεί υπόθεση. Η αναζήτηση των βιβλιογραφικών πηγών που έχουν σχέση με το θέμα/πρόβλημα γίνεται μέσα από άρθρα που έχουν δημοσιευθεί σε περιοδικά, μονογραφίες, βιβλία, κεφάλαια σε βιβλία και εγκυκλοπαίδειες. Χρησιμοποιούνται έρευνες με δεδομένα τα οποία στηρίζουν την εγκυρότητα, την αξιοπιστία και την αντικειμενικότητα

ενός μέσου μέτρησης. Η βιβλιογραφική έρευνα οργανώνεται στα εξής μέρη: εισαγωγή, ανασκόπηση βιβλιογραφίας και συμπεράσματα.

Εισαγωγή

Το εισαγωγικό μέρος αναπτύσσεται σύμφωνα με τις γενικές οδηγίες που αφορούν στη διατύπωση του σκοπού της έρευνας και των υποθέσεων καθώς και όλων των άλλων στοιχείων που περιλαμβάνονται σε μια περιγραφική ή πειραματική έρευνα. Συγκεκριμένα, η εισαγωγή αρχίζει με μια σύντομη περιγραφή του θέματος/προβλήματος. Αναφέρονται τα πλέον σημαντικά αποτελέσματα ορισμένων ερευνών που έχουν άμεση σχέση με το θέμα που εξετάζεται. Η αναφορά αυτή θα βοηθήσει τον φοιτητή να διατυπώσει τα ερωτήματα της μελέτης. Η αναφορά σε προηγούμενες έρευνες είναι γενική και όχι λεπτομερής. Ο τρόπος με τον οποίο ο φοιτητής διατυπώνει τα ερωτήματα και τις υποθέσεις αναλύεται στα μαθήματα μεθοδολογίας της έρευνας και συνεπώς στη σχετική βιβλιογραφία.

Ανασκόπηση βιβλιογραφίας

Στην ανασκόπηση της βιβλιογραφίας, ο φοιτητής οργανώνει τις σχετικές με το θέμα έρευνες και όλες τις βιβλιογραφικές πηγές, σύμφωνα με τα κριτήρια που έγινε η επιλογή των ερευνών. Οι έρευνες χωρίζονται σε θεματικές ενότητες. Κάθε βιβλιογραφική αναφορά πρέπει να γίνεται εν συντομία αλλά με τις αναγκαίες λεπτομέρειες. Σε περίπτωση που χρησιμοποιούνται περιγραφικές ή πειραματικές έρευνες η αναφορά περιλαμβάνει όλα τα απαραίτητα στοιχεία (πληροφορίες) όπως: σκοπός της έρευνας, αριθμός των ατόμων, γεωγραφική περιοχή, διαδικασία, ευρήματα και συμπεράσματα. Σε περίπτωση που οι εργασίες παρουσιάζουν ομοιογένεια και ομαδοποιούνται, η αναφορά στα παραπάνω χαρακτηριστικά των ερευνών είναι γενική. Ο φοιτητής αντιπαραθέτει τις έρευνες που έχουν διαφορετικά αποτελέσματα. Εννοείται ότι οι επιλεγόμενες έρευνες και όλα τα δεδομένα πρέπει να πληρούν τα κριτήρια εγκυρότητας, αξιοπιστίας και αντικειμενικότητας, είτε αυτά αφορούν συγγραφικό ή ερευνητικό έργο. Στο τέλος κάθε ενότητας ή ολόκληρης της ανασκόπησης, ο φοιτητής περιγράφει τα γενικά αποτελέσματα των ερευνών που προέκυψαν από την επεξεργασία, δίνοντας απάντηση στα ερωτήματα και επιβεβαιώνοντας ή απορρίπτοντας την υπόθεση. Εδώ ο φοιτητής πρέπει να προβεί σε στοιχειώδεις τουλάχιστον ερμηνείες και κρίσεις των αποτελεσμάτων που συγκέντρωσε. Η συζήτηση των αποτελεσμάτων γίνεται μόνο σε έρευνες με στατιστικές σημαντικές διαφορές, θετικές και αρνητικές.

Ανακεφαλαίωση-συμπεράσματα

Η βιβλιογραφική έρευνα ολοκληρώνεται με μια ανακεφαλαίωση γύρω από τη γνώση που προέκυψε από τη βιβλιογραφική μελέτη και κλείνει με την εξαγωγή συμπερασμάτων. Ο τρόπος που γίνεται η ανακεφαλαίωση και η εξαγωγή συμπερασμάτων αναλύεται στα μαθήματα μεθοδολογίας της έρευνας και συνεπώς στη σχετική βιβλιογραφία.

10.4 ΓΕΝΙΚΑ ΤΕΧΝΙΚΑ ΣΤΟΙΧΕΙΑ ΠΤΥΧΙΑΚΗΣ ΕΡΓΑΣΙΑΣ

Τρόπος γραφής

Η πτυχιακή εργασία γράφεται στη μια πλευρά της σελίδας και σε διπλό διάστημα, συμπεριλαμβανομένων και των προκαταρκτικών σελίδων, εκτός από τις μεγάλες περικοπές άλλων συγγραφέων και τις υποσημειώσεις, οι οποίες γράφονται σε μονό διάστημα. Η γραμματοσειρά είναι Hellas Times ή Times New Roman. Τα περιθώρια επάνω και αριστερά είναι 4 εκ., κάτω και δεξιά 2,5 εκ. Οι προκαταρκτικές σελίδες αριθμούνται με λατινικούς αριθμούς

οι οποίοι τοποθετούνται στο κέντρο του κάτω μέρους της σελίδας (για παράδειγμα, i , ii, iii, iv, κ.ο.κ.). Η σελίδα του τίτλου αριθμείται με i. Το copyright (αν θέλει ο συντάκτης) μπαίνει στη δεύτερη σελίδα (ii) χωρίς να φαίνεται η αρίθμηση. Ο αριθμός της σελίδας μπαίνει στο κέντρο του επάνω μέρους της σελίδας. Στις σελίδες που υπάρχουν γραφικές παραστάσεις, στη βιβλιογραφία και τα παραρτήματα, χρησιμοποιούνται αραβικοί αριθμοί. Δεν πρέπει να χρησιμοποιούνται ίδιοι αριθμοί, όπως λόγου χάρη 20α, 20β κ.λπ. αλλά 21, 22, κ.ο.κ. Αν ο φοιτητής θέλει να εισαγάγει το κάθε μέρος ή κεφάλαιο με νέα σελίδα, αυτή η σελίδα πρέπει να συμπεριλαμβάνεται στην αρίθμηση χωρίς όμως να φαίνεται ο αριθμός στη σελίδα. Το κείμενο, γενικά, πρέπει να είναι σε απλή επιστημονική γλώσσα.. Πρέπει να υπάρχει ποικιλία στον τρόπο παρουσίασης, στη δομή και το λεξιλόγιο. Η δημιουργία παραγράφων εξυπηρετεί τις ενότητες και παρέχει άνετη και ξεκούραστη ανάγνωση. Μια παράγραφος πρέπει να έχει τουλάχιστον δυο φράσεις. Οι πίνακες, οι εικόνες και οι γραφικές παραστάσεις πρέπει να είναι στα ίδια περιθώρια με το υπόλοιπο κείμενο. Σε περίπτωση που χρησιμοποιηθούν φωτογραφίες, αυτές πρέπει να είναι ασπρόμαυρες και πολύ καθαρές. Η εργασία γράφεται συνήθως σε παρελθόντα χρόνο (για παράδειγμα, τα αποτελέσματα έδειξαν ότι...), χωρίς να αποκλείεται ο ενεστώτας χρόνος (λόγου χάρη, σύμφωνα με τον Χ -ερευνητή ή συγγραφέα- η αυτοπεποίθηση αποτελεί σημαντικό παράγοντα στην απόδοση του αθλητή). Ο τρόπος γραφής της εισαγωγής (κεφάλαιο I) είναι κάπως διαφορετικός από τα άλλα κεφάλαια. Για παράδειγμα, στην εισαγωγή χρησιμοποιείται ενεστώτας χρόνος («σκοπός αυτής της μελέτης είναι...»). Οι βιβλιογραφικές αναφορές γίνονται σε παρελθόντα χρόνο (για παράδειγμα, «η μελέτη του Χ έδειξε ότι...»). Πρέπει να αποφεύγεται η χρήση του πρώτου προσώπου, όπως, λόγου χάρη, «θα εξετάσω», «εξετάσαμε», «θα χρησιμοποιήσω», «χρησιμοποιήσαμε» κ.λπ. Αντ' αυτών ο συγγραφέας γράφει «θα εξετασθεί», «εξετάσθηκαν...», «χρησιμοποιήθηκαν...» κ.ο.κ. Όταν ο φοιτητής αναφέρεται στον εαυτό σου, να προτιμάει το χαρακτηρισμό «συγγραφέας». Όταν αναφέρεται σε άλλους, μπορεί να χρησιμοποιήσει το «ερευνητής» ή «συγγραφέας», ανάλογα. Οι τίτλοι των πινάκων εμφανίζονται πάνω από κάθε πίνακα. Οι λεζάντες των γραφικών παραστάσεων και εικόνων μπαίνουν κάτω από αυτές. Οι πίνακες, οι γραφικές παραστάσεις και οι εικόνες πρέπει να ερμηνεύονται σύντομα, με σαφήνεια, και χωρίς αναφορά στο κείμενο. Αντίθετα, το κείμενο παραπέμπει στους πίνακες, στις γραφικές παραστάσεις ή στις εικόνες.

Κανόνες δεοντολογίας

Κάθε επιστημονική εργασία πρέπει να προστατεύει τα δικαιώματα των ατόμων που καλούνται να συμμετάσχουν ως υποκείμενα στην έρευνα. Η συμμετοχή είναι πάντα εθελοντική. Οι συμμετέχοντες υπογράφουν δήλωση συγκατάθεσης συμμετοχής στην έρευνα. Είναι δικαίωμα του κάθε ατόμου να αρνηθεί να πάρει μέρος στην έρευνα, όπως δικαίωμα του κάθε ατόμου είναι να κρατηθεί η ανωνυμία του. Σε θέματα ευαίσθητα, ο ερευνητής πρέπει να είναι ιδιαίτερα προσεκτικός με τους συμμετέχοντες. Αντί των ονομάτων μπορεί να χρησιμοποιήσει αριθμούς. Σε κάθε περίπτωση ο ερευνητής πρέπει να διασφαλίσει την ψυχική και σωματική ακεραιότητα των συμμετεχόντων.

Η αντιγραφή

Η κλοπή ξένης πνευματικής ιδιοκτησίας είναι ένα θέμα που πρέπει να προσέξει ιδιαίτερα ο φοιτητής όπως και κάθε συγγραφέας ή ερευνητής. Είναι μια πράξη παράνομη και ανήθικη. Όλοι την καταδικάζουν και όλοι λίγο πολύ την εφαρμόζουν. Σε κάθε περίπτωση που χρησιμοποιείται μια ξένη ιδέα, μια σκέψη άλλου συγγραφέα, οτιδήποτε που ανήκει σε άλλον, πρέπει να αναφέρεται σύμφωνα με τους διεθνείς κανόνες. Αν ο φοιτητής κάνει μια γενική

αναφορά ή έχει παραφράσει ένα κείμενο, βάζει απλά το όνομα του συγγραφέα και τη χρονολογία. Αν χρησιμοποιήσει μια αυτούσια πρόταση ή περικοπή, πρέπει να βάλει το κείμενο σε εισαγωγικά και να αναφέρει την πηγή, δηλαδή τον συγγραφέα, τη χρονολογία και τη σελίδα που βρίσκεται το κείμενο. Αυτό ισχύει για περικοπές μέχρι 200 λέξεις.

Περιπτώσεις που απαιτείται άδεια για τη χρησιμοποίηση δάνειων στοιχείων

Για περικοπές πέραν των 200 λέξεων χρειάζεται γραπτή άδεια από τον εκδότη. Γενικά, γραπτή άδεια χρειάζεται για κάθε αναδημοσίευση εικόνων, πινάκων, διαγραμμάτων, φωτογραφιών, ασκήσεων, ερωτηματολογίων, σημειώσεων που δίνονται στα μαθήματα. καθώς και για αναφορά σε λόγια προσωπικής επικοινωνίας. Δεν χρειάζεται άδεια όταν πρόκειται για πίνακες και εικόνες που αναφέρονται από πολλούς ερευνητές και συγγραφείς. Στις περιπτώσεις αυτές αναφέρεται το όνομα του συγγραφέα, το έτος και η σελίδα. Για παράδειγμα, «δεδομένα από τους Α και Β (1987, σελ. 89), Χ και Ψ (1995, σελ. 34)». Οι όροι «δεδομένα από...» ή «προσαρμοσμένο» χρησιμοποιούνται βάσει κανόνων. «Προσαρμοσμένο» σημαίνει ότι ο συγγραφέας προσθέτει στοιχεία ή παρουσιάζει με διαφορετικό τρόπο τα στοιχεία ή ερμηνεύει διαφορετικά τα στοιχεία ή χρησιμοποιεί ένα μικρό μέρος των αρχικών στοιχείων. Σε κάθε περίπτωση, λόγω της σοβαρότητας του θέματος αυτού, ο φοιτητής, όπως και κάθε συγγραφέας ή ερευνητής, πρέπει να γνωρίζει και να τηρεί τους καθιερωμένους νομικούς και ηθικούς κανόνες που ισχύουν για όλον τον κόσμο.

Τρόπος παράθεσης βιβλιογραφίας (παραδείγματα)

Άρθρο σε περιοδικό

Adams, J.A. (1971). A closed-loop theory of motor learning. *Journal of Motor Behavior*, 3, 11-150.

Βιβλίο Deci, E.L. (1975). *Intrinsic motivation*. New York: Penguin.

Κεφάλαιο σε βιβλίο

Abernethy, B. (2001). Attention. In R. N. Singer, H.A. Hausenblass, & C.M. Janelle (Eds.) *Handbook of sport psychology* (pp. 53-85). New York: Macmillan.

Πρακτικά Συνεδρίου

Dishman, R.K. (1989). Physical activity: The way to psychological well-being. In C. Giam, K. Cook, & K. Thy. (Eds.) *Proceedings of the 7th World Congress in Sport Psychology*. Singapore: Singapore Sports Council .

Διδακτορική διατριβή

Wifley, D.E. (1989). *Interpersonal analyses of bulimia*: Normal weight and obese. Unpublished doctoral dissertation. University of Missouri, Columbia.

Bower, D.L. (1993). Employee assistant programs supervisory referrals: Characteristics of referring and nonreferring supervisors. *Dissertation Abstracts International*, 54 (01), 534B. (UMI No. 9315947).

11. ΦΟΙΤΗΤΙΚΑ ΘΕΜΑΤΑ

11.1 ΓΡΑΜΜΑΤΕΙΑ

Εθνικής Αντίστασης 41, 172 37 Δάφνη, Αθήνα
Τηλ.: 210 - 7276032-37, e-mail : sectefaa@phed.uoa.gr

Γραμματέας : Ι. Βρέπτα - Καρανιάκη.

Φοιτητικά Θέματα : Π. Σταυροπούλου, Ι. Μάντζαρη, Ι. Παθιάκη, Α. Ζώτος, Κ. Τασσοπούλου, Σ. Κασιώλας.

Διοικητικά - Οικονομικά Θέματα : Θ. Διακάκη, Π. Μπαλάση, Σ. Δασκαλάκη.

Γραμματεία Π.Μ.Σ. «Βιολογία της Άσκησης» & «Φυσική Αγωγή & Αθλητισμός»:
Ε. Κόσσυβα

Υπεύθυνος Τεχνικής Υπηρεσίας : Κ. Ανδριόπουλος.

Η Γραμματεία του Τμήματος δέχεται κάθε Δευτέρα, Τετάρτη και Παρασκευή 11-2 μ.μ. (πληροφορίες, υποβολή αιτήσεων για βεβαιώσεις, αναλυτική βαθμολογία κ.λπ.).

Φοιτητικά Εισιτήρια

Χορηγούνται στους φοιτητές σύμφωνα με την 20027/1006/81 Υπουργική Απόφαση (ΦΕΚ 483/Β/19-8-81). Δε δικαιούνται φοιτητικού εισιτηρίου οι πτυχιούχοι φοιτητές άλλων ανωτέρων ή ανωτάτων σχολών, καθώς και οι φοιτητές που έχουν υπερβεί την ελάχιστη διάρκεια των σπουδών προσαυξημένης κατά 2 (δύο) έτη. Τα δελτία φοιτητικών εισιτηρίων όσων φοιτητών περάτωσαν τις σπουδές τους (έγιναν πτυχιούχοι) επιστρέφονται στη Γραμματεία μαζί με την αίτηση που υποβάλλουν για την ορκωμοσία τους.

Δωρεάν Παροχή Διδακτικών Βιβλίων & Βοηθημάτων

Το διδακτικό έργο συμπληρώνεται με αντίστοιχα διδακτικά βιβλία ή άλλα βοηθήματα καθώς και με την εξασφάλιση της ενημέρωσης και της πρόσβασης των φοιτητών στη σχετική ελληνική και ξένη βιβλιογραφία. Στους προπτυχιακούς φοιτητές των Α.Ε.Ι. παρέχονται δωρεάν διδακτικά βιβλία ή άλλα βοηθήματα, εφόσον συγκεντρώνουν τις ακόλουθες προϋποθέσεις : (1) Μετά την πάροδο του χρονικού διαστήματος, που προβλέπεται ως ελάχιστη διάρκεια των προπτυχιακών σπουδών ενός τμήματος προσαυξημένου κατά δύο (2) έτη, δεν χορηγούνται οι προβλεπόμενες πάσης φύσεως παροχές προς τους φοιτητές, όπως ιατροφαρμακευτική και νοσοκομειακή περίθαλψη, υποτροφίες επίδοσης και υποτροφίες και δάνεια ενίσχυσης, δωρεάν σίτιση, στέγαση και παροχή διδακτικών βιβλίων ή άλλων βοηθημάτων, διευκόλυνση για τις μετακινήσεις κ.α. (2) Στους πτυχιούχους Α.Ε.Ι. που εγγράφονται για απόκτηση δεύτερου πτυχίου Α.Ε.Ι. που εγγράφονται για απόκτηση δεύτερου πτυχίου Α.Ε.Ι. δεν χορηγούνται δωρεάν συγγράμματα, σύμφωνα με τη Φ.952.1/45/5732/03 Υπουργική Απόφαση.

11.2 ΒΙΒΛΙΟΘΗΚΗ

Βιβλιοθηκονόμοι : Νίκος Σταυρόπουλος, Κωστώκη Γεωργία, Κατερίνα Τζαβάρα.

Τηλ.: 210 7276072-75 - Φαξ : 210-7276074, [http : //www.lib.uoa.gr](http://www.lib.uoa.gr), e-mail : nstavrop@cc.uoa.gr, gkostak@lib.uoa.gr, ktzabara@lib.uoa.gr.

Ώρες Λειτουργίας : Δευτέρα και Παρασκευή : 08:30 - 14:30
Τρίτη - Τετάρτη - Πέμπτη : 08:30 – 18:00

Εσωτερικό Κανονισμό Χρήσης-Δανεισμού

1. Χρήστες της βιβλιοθήκης είναι όλοι όσοι επιθυμούν να γίνουν μέλη της αφού προμηθευτούν την κάρτα μέλους (απαραίτητη η αστυνομική τους ταυτότητα). Η κάρτα μέλους ισχύει για μια Πανεπιστημιακή χρονιά (Σεπτέμβριος-Ιούλιος) και ανανεώνεται κάθε χρόνο. Μέλη έχουν δυνατότητα να γίνουν όλοι όσοι ενδιαφέρονται για τη συλλογή και τις παροχές της (προπτυχιακοί - μεταπτυχιακοί φοιτητές, Πανεπιστημιακοί του ΕΚΠΑ). Οι εξωτερικοί χρήστες πληρώνουν ετήσια συνδρομή 10€ για την απόκτηση κάρτας φωτοτυπικού 50 φωτοτυπιών.

2. Τα μέλη έχουν το δικαίωμα χρήσης του χώρου και του υλικού της βιβλιοθήκης (αναγνωστήριο, φωτοτυπίες, δανεισμό).

3. Υπάρχει ανοιχτή πρόσβαση στη συλλογή. Οι χρήστες μπορούν να αναζητήσουν μόνοι τους το υλικό που τους ενδιαφέρει, στα ράφια, μέσα από το πρόγραμμα του Η/Υ, στους καταλόγους με τη βοήθεια των βιβλιοθηκονόμων.

4. Οι χρήστες αφήνουν υποχρεωτικά τις τσάντες τους στον ειδικό χώρο στην είσοδο της βιβλιοθήκης.

5. Σε όλους τους χώρους της βιβλιοθήκης (Βιβλιοστάσιο-Αναγνωστήριο) τα μέλη-χρήστες τηρούν ησυχία. Δεν επιτρέπονται το κάπνισμα, κάθε είδους ποτά και τα φαγητά.

6. Το υλικό της συλλογής διατίθεται στα μέλη για φωτοτυπίες (κάρτα φωτοτυπικού), για διάβασμα στο αναγνωστήριο, για δανεισμό. Το κόστος αγοράς της κάρτας του φωτοτυπικού είναι : 1) κάρτα 50 φ. 2,50€. Στα μέλη ΔΕΠ και στους μεταπτυχιακούς φοιτητές παρέχεται δωρεάν κάρτα 100 φ. το μήνα.

7. Η βιβλιοθήκη είναι δανειστική για όλο το υλικό της εκτός από τα πληροφοριακά, τα σπάνια βιβλία, τις διατριβές (microfiches), τις διαφάνειες (slides), τις βιντεοκασέτες, τις κασέτες ήχου και τα περιοδικά, που δίνονται μόνο για εσωτερικό δανεισμό.

- Ο δανεισμός γίνεται μόνο στα μέλη, σε αυτοματοποιημένο πρόγραμμα Η/Υ.

- Όλα τα μέλη μπορούν να δανειστούν μέχρι τρία (3) βιβλία συγχρόνως α) προπτυχιακοί φοιτητές για επτά ημέρες και β) μεταπτυχιακοί φοιτητές και μέλη ΔΕΠ για είκοσι ημέρες.

- Τα βιβλία που έχουν αυξημένη ζήτηση, είναι δυνατόν να δανείζονται για τρεις μέρες, για

μία μέρα ή και καθόλου, για όσο χρόνο διαρκεί η αυξημένη ζήτηση.

- Όλα τα μέλη έχουν το δικαίωμα ανανέωσης του δανεισμένου υλικού, μία φορά για επτά ημέρες, με την προϋπόθεση ότι δεν έχει ζητηθεί από άλλο χρήστη. Υπάρχει Λίστα Αναμονής Εντύπου, για βιβλία που είναι ήδη δανεισμένα.

- Για την ανανέωση ο χρήστης υποχρεούται να φέρνει το υλικό στην βιβλιοθήκη ή να τηλεφωνεί την καθορισμένη ημερομηνία της επιστροφής του. Ο δανειζόμενος που επιστρέφει βιβλία έχει δικαίωμα επαναδανεισμού τους μετά από μία εβδομάδα.

- Για κάθε μέρα καθυστέρησης επιστροφής κάθε ενός από τα δανεισμένα τεκμήρια, τα μέλη υποχρεούνται να καταβάλλουν το ποσό των 0,20 λεπτών.

8. Το μέλος που χάνει ή επιστρέφει υλικό σε κακή κατάσταση, υποχρεούται να το αντικαταστήσει ή, αν αυτό δεν κυκλοφορεί στο εμπόριο, να καταβάλλει το αντίτιμο της τρέχουσας αξίας του, συν 20% για το κόστος της βιβλιοθηκονομικής επεξεργασίας του.

9. Οι φοιτητές δεν μπορούν να εγγραφούν σε νέο εξάμηνο και δεν μπορούν να πάρουν μέρος στην ορκωμοσία πτυχιούχων, αν δεν έχουν επιστρέψει στη βιβλιοθήκη το υλικό που έχει λήξει η ημερομηνία επιστροφής ή δεν το έχουν αντικαταστήσει όπως ορίζει το άρθρο 8.

10. Όλοι οι χρήστες που είναι χρεωμένοι με ληξιπρόθεσμα βιβλία δεν έχουν δικαίωμα άλλου δανεισμού.

11. Το δικαίωμα δανεισμού δεν μεταφέρεται σε άλλους. Ο καθένας δανείζεται για τον εαυτό του.

12. Στα μέλη παρέχεται η υπηρεσία παραγγελίας on-line φωτοαντιγράφων άρθρων περιοδικών από όλες τις Ελληνικές Επιστημονικές Βιβλιοθήκες σε συνεργασία με το Εθνικό Ίδρυμα Ερευνών (κόστος 2 - 3 € δρχ. ανά άρθρο).

13. Το Διαδίκτυο (Internet) και οι υπηρεσίες του, παρέχονται στα μέλη για τρεις(3) ώρες την ημέρα για βιβλιογραφικές αναζητήσεις. Υπάρχει online αναζήτηση σε βάσεις δεδομένων (Sport Discus, Medline, PsycLIT, Eric κ.α.) με την επίσκεψη στην ιστοσελίδα του Ε.Κ.Π.Α. στο πεδίο cd-rom online (για εκτύπωση χρησιμοποιείται η κάρτα φωτοτυπικού).

Στην ηλεκτρονική διεύθυνση (e-mail) nstavrop@cc.uoa.gr, ktzabara@lib.uoa.gr, μπορείτε να αφήσετε μηνύματα, παραγγελίες, αιτήματά σας. Η χρήση των Η/Υ για πρόσβαση στο διαδίκτυο γίνεται με σειρά προτεραιότητας.

14. Η συλλογή αποτελείται από : α) 180 τίτλους περιοδικών, β) 20000 βιβλία, γ) 8000 διατριβές που εκπονήθηκαν σε Πανεπιστήμια της Αμερικής (1975-1995) (κόστος εκτύπωσης 20 δρχ./σελ.), δ) βιντεοκασέτες, ε) κασέτες ήχου, στ) διαφάνειες (slides).

Το υλικό της βιβλιοθήκης είναι ταξινομημένο σύμφωνα με το διεθνές Δεκαδικό ταξινομικό σύστημα Dewey Decimal Classification και αποθηκευμένο στον αυτοματοποιημένο κατάλογο της Βιβλιοθήκης. Η αναζήτηση γίνεται με ελεύθερη πρόσβαση στα ράφια, με αναζήτηση ηλεκτρονικά μέσα από τη ιστοσελίδα (www.lib.uoa.gr), (βλέπε OPAC).

Από την άνοιξη του 1996 η Βιβλιοθήκη έχει συνδεθεί με το διεθνές διαδίκτυο internet μέσω του οποίου υπάρχει πρόσβαση σε βάσεις πληροφοριών σε όλο τον κόσμο.

11.3 ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΣΩΚΡΑΤΗΣ-ERASMUS

Τα μέλη του Τμήματος είναι υπεύθυνα για αρκετά προγράμματα ανταλλαγής που βασίζονται στο Κοινοτικό σχήμα ΣΩΚΡΑΤΗΣ-ERASMUS. Αυτή τη στιγμή βρίσκονται σε εξέλιξη περίπου 15 τέτοια προγράμματα σε διάφορες ακαδημαϊκές περιοχές, με πανεπιστήμια της Αυστρίας, Γερμανίας, Γαλλίας, Μεγάλης Βρετανίας, Ισπανίας Ιταλίας, Εσθονίας, Λιθουανίας, Πολωνίας, Φιλανδίας, Σουηδίας, Πορτογαλίας και Ουγγαρίας. Το Τμήμα δεν έχει ακόμη συμπληρώσει τη διαδικασία για την τυπική είσοδο στο σύστημα ευρωπαϊκών ακαδημαϊκών μονάδων (ECTS), ενώ μια επιτροπή και η Γενική Συνέλευση είναι προς το παρόν υπεύθυνες για την ισοδυναμία των βαθμολογιών ανάμεσα στα Πανεπιστήμια.

α) Κινητικότητα φοιτητών

Η υποτροφία ΣΩΚΡΑΤΗΣ-ERASMUS δεν αποσκοπεί στην κάλυψη του συνόλου των δαπανών που αφορούν τις σπουδές στο εξωτερικό, αλλά περιορίζεται στο να καλύψει το «κόστος κινητικότητας», δηλαδή τις πρόσθετες δαπάνες που συνεπάγεται μία περίοδος σπουδών σε ένα άλλο κράτος. Το ύψος των υποτροφιών διαφοροποιείται ανάλογα με τη χώρα μετάβασης των φοιτητών/ριών. Η Ευρωπαϊκή Επιτροπή δίνει επίσης τη δυνατότητα μετακίνησης και σε φοιτητές/ριες χωρίς υποτροφία. Οι φοιτητές/ριες αυτοί έχουν όλα τα προνόμια και τις υποχρεώσεις που απορρέουν από τη συμμετοχή τους στο πρόγραμμα Socrates / Erasmus.

Οι κυριότερες προϋποθέσεις για τη συμμετοχή των φοιτητών /ριων στο πρόγραμμα είτε ως υπότροφοι είτε ως φοιτητές /ριες Erasmus είναι οι εξής :

- Οι φοιτητές /ριες πρέπει να είναι πολίτες ενός κράτους μέλους της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή κράτους που συμμετέχει στη συμφωνία σχετικά με τον Ευρωπαϊκό Οικονομικό χώρο (π.χ. Νορβηγία) ή των συνδεδεμένων χωρών της Κεντρικής και Ανατολικής Ευρώπης (δηλ. Ρουμανίας, Τσεχίας, Ουγγαρίας, Πολωνίας, Σλοβακίας) και της Κύπρου. Συνεπώς και οι φοιτητές /ριες του Πανεπιστημίου Αθηνών με Κυπριακή υπηκοότητα δικαιούνται να λάβουν μέρος στο πρόγραμμα μόνο εάν είναι αναγνωρισμένοι /ες ως μόνιμοι /ες κάτοικοι της Ελλάδας.
- Πρέπει να έχουν περατώσει το πρώτο έτος των σπουδών τους.
- Το ίδρυμα προέλευσης πρέπει να εγγυάται ρητά και εκ των προτέρων ότι η περίοδος σπουδών στο εξωτερικό θα αναγνωρισθεί και θα προσμετρηθεί για την απονομή του πτυχίου / διπλώματος / μεταπτυχιακού τίτλου.
- Οι φοιτητές /ριες δεν πρέπει να πληρώνουν δίδακτρα στο ίδρυμα υποδοχής.
- Η διάρκεια των σπουδών στο εξωτερικό δεν μπορεί, σε καμία περίπτωση, να είναι μικρότερη από τρεις (3) μήνες ούτε μεγαλύτερη από δώδεκα (12).
- Ειδικά για τους φοιτητές /ριες που θέλουν να συμμετάσχουν στο πρόγραμμα ως «υπότροφοι Erasmus» σημειώνεται ότι δεν είναι επιλέξιμοι όσοι / -ες:
- Έχουν τύχει υποτροφίας ERASMUS κατά τα προηγούμενα έτη και έχουν διακινηθεί με οποιονδήποτε τρόπο (ως ΔΠΣ, free movers, ECTS, LINGUA II), ακόμη και αν η περίοδος που διανύθηκε στο εξωτερικό είναι μικρότερη των δώδεκα (12) μηνών.
- Ενισχύονται, για την ίδια χρονική περίοδο, στα πλαίσια άλλων προγραμμάτων της Ευρωπαϊκής Επιτροπής (Leonardo da Vinci, Tempus, κατάρτιση και κινητικότητα ερευνητών κ.τλ.)
- Έχουν τύχει άλλης υποτροφίας για το εξωτερικό κατά την ίδια χρονική περίοδο, από

διμερείς πολιτιστικές συμφωνίες, ιδιωτικούς δωρητές, διεθνείς φορείς ή εθνικές υποτροφίες.

Η ενημέρωση των υποψηφίων υποτρόφων πάνω σε θέματα όπως το πρόγραμμα σπουδών που θα παρακολουθήσουν και η αναγνώριση των σπουδών τους είναι θέματα αρμοδιότητας των υπευθύνων : Επίκουρου Καθηγητή Κ. Καρτερολιώτη, Ε.Ε.ΔΙ.Π. Αικ. Κάκκαβα.

β) Κινητικότητα καθηγητών για επισκέψεις διδασκαλίας

- Όσον αφορά τις αιτούμενες επισκέψεις διδασκαλίας που έχουν συμπεριληφθεί στις διμερείς συμφωνίες για το ακαδημαϊκό έτος 2005-2006 θα ειδοποιηθείτε με νέο έγγραφο στις αρχές Οκτωβρίου για τις εγκεκριμένες μετακινήσεις, ανάλογα με την επιχορήγηση που θα δοθεί από το ΙΚΥ στο Πανεπιστήμιο Αθηνών για τη δραστηριότητα αυτή.
- Σχετικά με τις επισκέψεις διδασκαλίας καθηγητών από τα συνεργαζόμενα Ιδρύματα προς το Πανεπιστήμιο Αθηνών οι οποίες πρόκειται να γίνουν κατά το ακαδημαϊκό έτος 2005-2006, παρακαλούμε να ενημερώσετε το Τμήμα μας για τα ονόματα των καθηγητών και τη χρονική περίοδο κατά την οποία πρόκειται να επισκεφθούν το Ίδρυμά μας.

γ) Εντατικά Προγράμματα και Κοινά Προγράμματα Σπουδών

Μετά την υπογραφή της σύμβασης ΣΩΚΡΑΤΗΣ/ERASMUS του Ιδρυματός μας με την Ευρωπαϊκή Επιτροπή για το έτος 2005-2006 θα σας ενημερώσουμε για τα εγκεκριμένα προγράμματα αυτού του τύπου, ώστε να προβείτε στις ανάλογες ενέργειες.

11.4 ΥΠΟΤΡΟΦΙΕΣ Ι.Κ.Υ.

ΚΑΝΟΝΙΣΜΟΙ - ΥΠΟΤΡΟΦΙΩΝ ΤΡΙΤΟΒΑΘΜΙΑΣ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ

Το Ίδρυμα Κρατικών Υποτροφιών (Ι.Κ.Υ.) χορηγεί υποτροφίες και βραβεία σε φοιτητές / σπουδαστές που πρώτευαν στους πανελλαδικούς διαγωνισμούς εισαγωγής στα Ιδρύματα της Τριτοβάθμιας Εκπαίδευσης ή στις προαγωγικές εξετάσεις των Α.Ε.Ι. και Τ.Ε.Ι. με βάση το πρόγραμμα υποτροφιών που καταρτίζεται κάθε χρόνο από το Ι.Κ.Υ. με ποσοστιαία αναλογία επί του αριθμού των εισαχθέντων-όπως καθορίζεται από το Διοικητικό Συμβούλιο και εγκρίνεται από το Υπουργείο Εθνικής Παιδείας και Θρησκευμάτων. Το ύψος της υποτροφίας καθορίζεται κάθε έτος από το Διοικητικό Συμβούλιο του Ι.Κ.Υ.

Για το προηγούμενο ακαδημαϊκό έτος το ύψος της υποτροφίας ανερχόταν στο εφάπαξ 1467,35€ για τον κάθε δικαιούχο. Τα βραβεία για το προηγούμενο ακαδημαϊκό έτος συνίστανται σε γραπτό δίπλωμα και σε χορήγηση χρηματικού ποσού ύψους 293,47€ εφάπαξ για την αγορά επιστημονικών βιβλίων του γνωστικού αντικείμενου των φοιτητών / σπουδαστών που πληρούσαν τις παραπάνω προϋποθέσεις (διάκριση στις εξετάσεις εισαγωγής στα Ιδρύματα Τριτοβάθμιας Εκπαίδευσης ή στις προαγωγικές εξετάσεις των Α.Ε.Ι.), καθώς και στον αριστούχο απόφοιτο προηγούμενου ακαδημαϊκού έτους. Στην περίπτωση αυτή ο υποψήφιος δεν έπρεπε να έχει υπερβεί το σύνολο των ετών φοίτησης που απαιτούνται για τη λήψη πτυχίου από το Τμήμα του.

ΜΕΡΟΣ Α' - Ι. ΓΕΝΙΚΕΣ ΠΡΟΫΠΟΘΕΣΕΙΣ

Για την απονομή των υποτροφιών και βραβείων οι υποψήφιοι πρέπει να καλύπτουν τις

ακόλουθες προϋποθέσεις :

- (1) Ελληνική εθνικότητα ή ιθαγένεια.
- (2) Το προσωπικό τους εισόδημα δεν υπερβαίνει τα 12.000€ το δε οικογενειακό, τα 53.000€ ετησίως. (Σύμφωνα με τα ισχύοντα).
- (3) Έχουν επιτύχει με την πρώτη συμμετοχή στις Γενικές εξετάσεις εισαγωγής και έχουν εγγραφεί ως πρωτοετείς σπουδαστές / φοιτητές στο Τμήμα ή τη Σχολή όπου εισήχθησαν ή κατατάχθηκαν τελικά με πρόβλεψη νόμου. Σπουδαστής / φοιτητής που πέτυχε σε Τμήμα ή Σχολή μετεγγράφηκε σε άλλο ΑΕΙ ή ΤΕΙ, διεκδικεί την υποτροφία ή το βραβείο από το Τμήμα ή τη Σχολή στην οποία επέτυχε.
- (4) Έχουν επιτύχει μέσο όρο βαθμολογίας τουλάχιστο 6,51 σε αριθμό μαθημάτων που δεν μπορεί να είναι μικρότερος από τον προβλεπόμενο αριθμό μαθημάτων του ενδεικτικού προγράμματος σπουδών των δύο εξαμήνων του προηγούμενου ακαδημαϊκού έτους κάθε Τμήματος. Όπου δεν ορίζεται ενδεικτικός αριθμός μαθημάτων, ισχύει ως ενδεικτικός αριθμός αυτός που προκύπτει από τη διαίρεση του συνόλου των μαθημάτων όλων των ετών φοιτήσεως δια του αριθμού των ετών φοιτήσεως που καθορίζεται για το Τμήμα σπουδών.
- (5) Έχουν υποβάλει εμπρόθεσμα τα δικαιολογητικά που προβλέπονται στο Μέρος Β' παράγρ.1 των Κανονισμών.
- (6) Δεν χορηγείται υποτροφία για την επίδοση φοιτητών / στα 2 εξάμηνα του τελευταίου έτους σπουδών του Τμήματός μας, δεδομένου ότι υποτροφία χορηγείται από την εισαγωγή τους σε αυτό, με βάση την επίδοσή τους στις Γενικές εξετάσεις.

II. ΤΡΟΠΟΣ ΕΠΙΛΟΓΗΣ

Η σειρά προτεραιότητας αυτών που πληρούν τις προϋποθέσεις για τη χορήγηση υποτροφίας επίδοσης ορίζεται με βάση την απόλυτη βαθμολογική σειρά επιτυχία κατά φθίνουσα σειρά, αφού ληφθεί υπόψη ότι :

1. Οι υποτροφίες επίδοσης χορηγούνται με πρώτο κριτήριο την οικονομική κατάσταση του ιδίου του φοιτητή / εφόσον το μεν ετήσιο προσωπικό του εισόδημα (καθαρό φορολογητέο) δεν υπερβαίνει 12.000€ και των γονέων του 53.000€, και δεύτερο κριτήριο την επίδοσή του. Το όριο των 53.000€ προσαυξάνεται κατά 1500€ για κάθε επιπλέον - πέραν του ενός - τέκνο, έως και το τρίτο και κατά 3.000€ από τέσσερα τέκνα και άνω.
2. Για την απονομή των βραβείων που συνίστανται σε γραπτό δίπλωμα και στη χορήγηση του χρηματικού ποσού των 293,47€ λαμβάνεται υπόψη μόνο η επίδοση του φοιτητή / που τον κατατάσσει στην πρώτη κατά βαθμολογική σειρά επιτυχίας θέση. Φοιτητής που η βαθμολογία του τον κατατάσσει πρώτο στις Γενικές Εξετάσεις εισαγωγής και επίδοσης στα εξάμηνα σπουδών του προηγούμενου ακαδημαϊκού έτους (εξαιρουμένου του αριστούχου αποφοίτου) είναι δυνατόν να λάβει και την υποτροφία επίδοσης (1467,35€), εφόσον πληροί και τους όρους των οικονομικών εισοδημάτων.

Δεν χορηγείται υποτροφία παρά μόνο τιμητικός τίτλος στους φοιτητές που :

- (α) Το ετήσιο προσωπικό τους εισόδημα καθώς και των γονέων τους υπερβαίνει το ποσό που προβλέπεται στην παρ. 1 του Μέρους Α' Κεφ. 2 των Κανονισμών.
- (β) Είναι κάτοχοι άλλου πτυχίου ή

(γ) Ομογενείς υπότροφοι του ΙΚΥ.

Δεν χορηγείται βραβείο παρά μόνο τιμητικός τίτλος στους φοιτητές που : (α) Είναι κάτοχοι άλλου πτυχίου, (β) Είναι Ομογενείς υπότροφοι του Ι.Κ.Υ.

Σε περίπτωση απόλυτη ισοβαθμίας για την κάλυψη της τελευταίας ή των τελευταίων θέσεων υποτροφιών επίδοσης, η υποτροφία χορηγείται σε εκείνον που έχει το χαμηλότερο προσωπικό και οικογενειακό εισόδημα. Πλήρης υποτροφία χορηγείται στους φοιτητές / σπουδαστές των οποίων και τα δηλούμενα προσωπικά και οικογενειακά εισοδήματα είναι απολύτως ίσα. (Η υποβολή σχετικών αποδεικτικών κρίνεται αναγκαία).

ΜΕΡΟΣ Β΄ - ΟΔΗΓΙΕΣ

Οι υποψήφιοι για υποτροφία επίδοσης και βραβείου καλούνται, με βάση την απόλυτη βαθμολογική σειρά επιδόσεως, να υποβάλουν στη Γραμματεία του Τμήματος ή της Σχολής - μέσα σε εύλογη προθεσμία- τα εξής δικαιολογητικά :

- α) Αίτηση-Δήλωση και ειδικό μηχανογραφημένο δελτίο του Ι.Κ.Υ.
- β) Εκκαθαριστικό σημείωμα της αρμόδιας Οικονομικής Εφορίας μόνο για τις υποτροφίες (πρωτότυπο ή επικυρωμένο φωτοαντίγραφο) για το προσωπικό και οικογενειακό φορολογητέο εισόδημα του φοιτητή και των γονέων του, του προηγούμενου έτους, ή βεβαίωση ότι δεν υποχρεούνται σε υποβολή φορολογικής δήλωσης.
- γ) Υπεύθυνη Δήλωση του Ν. 1599/1986, ότι το ποσό των 293,47€ του βραβείου θα διατεθεί για την αγορά βιβλίων του γνωστικού αντικείμενου του φοιτητή. Η Γραμματεία έχει το δικαίωμα να ζητήσει επιπλέον στοιχεία εφόσον θεωρεί ότι θεμελιώνουν το δικαίωμα του φοιτητή να λάβει την υποτροφία επίδοσης ή το βραβείο.

ΜΕΡΟΣ Γ΄ - ΥΠΟΒΟΛΗ ΠΡΟΤΑΣΕΩΝ ΣΤΟ Ι.Κ.Υ.

Η Γραμματεία του Τμήματος εκδίδει ανακοίνωση σχετική με τη χορήγηση υποτροφιών και βραβείων και ορίζει εύλογη προθεσμία (όχι μικρότερη των 30 ημερών) για την υποβολή δικαιολογητικών από τους φοιτητές με βάση την απόλυτη βαθμολογική σειρά επιδόσεως.

Οι τελικοί πίνακες των υποψηφίων υποτρόφων, υπογεγραμμένοι από τον Πρόεδρο Τμήματος, πρέπει να περιέλθουν στο Ι.Κ.Υ. το αργότερο ως την ημερομηνία που προκαθορίζεται με το ειδικό διαβιβαστικό έγγραφό του, συνοδευόμενοι μόνο από τα μηχανογραφικά δελτία.

Οι επιταγές (δίγραμμες) αποστέλλονται στις διευθύνσεις των δικαιούχων όπως δηλώθηκαν στα μηχανογραφικά τους δελτία. Κάθε παράλειψη π.χ. αριθμού ταυτότητας, ταχυδρομικού κώδικα κ.λπ. έχει ως συνέπεια τη μη έκδοση της επιταγής ή του γραπτού διπλώματος.

Μετά τη λήξη της ανατρεπτικής προθεσμίας δεν γίνονται δεκτοί -ανεξαρτήτως λόγου- από το Ι.Κ.Υ. πίνακες υποψηφίων, ενώ οι ακάλυπτες προγραμματισμένες θέσεις αυτόματα και οριστικά ανακαλούνται. Τυχόν επί μέρους ζητήματα που είναι ενδεχόμενο να ανακύψουν, ρυθμίζονται από το Διοικητικό Συμβούλιο του Ι.Κ.Υ.

12. UNDERGRADUATE PROGRAMME

12.1 DEP. OF SPORT MED. & BIOLOGY OF EXERCISE (BA)

	COMPULSORY COURSES (Υπ)	credits
AB-101	Functional Human Anatomy	4
AB-102	Human Physiology	4
AB -201	Ergophysiology	4
AB -202	Ergometry	2
AB -301	Sport Physical Therapy	3
AB -302	Sport Biomechanics	4
AB -303	Sport Medicine	3
	ELECTIVE COURSES (Επ)	
AB -110	Biochemistry of Exercise	2
AB-111	Kinesiology	2
AB -112	Physiological Regulatory Systems	2
AB -113	Experimental Physiology	2
AB -114	Applied Sport Ergophysiology	2
AB -115	Applied Sport Biomechanics	2
AB -116	Research Methods in Sport Biomechanics	2
AB -117	Talent in Sport: Identification and Preparation Process	2
AB -118	Prevention of Sport Injuries	2
AB -119	Systems Anatomy	2
	SPECIALIZATION IN «FITNESS & HEALTH» (ΕΥ)	
AB-401ΕΥ	Nutrition	3
AB-402ΕΥ	Growth, Maturity and Exercise*	3
AB -403ΕΥ	Exercise and Women*	2
AB -404ΕΥ	Physical Activity and Aging	2
AB -405ΕΥ	Exercise, Fitness & Health	4
AB -406ΕΥ	Ergonomics	3
AB -408ΕΥ	Independent Diving: Physiology & Safety	2
AB -409ΕΥ	Pathokinesiology	3
AB -410ΕΥ	Rehabilitation of Musculoskeletal Dysfunctions	3
AB-411ΕΥ	Hygiene	2
AB -412ΕΥ	Diseases and Exercise	2
AB -413ΕΥ	Guided Study	2
AB -414ΕΥ	Special Issues Seminar*	2
AB -415ΕΥ	Guided Practical Exercise*	2
AB -420ΕΥ	Research Project**	3

* Co-Instructed with the Department of *Theoretical Sciences*. ** According to the topic of his/her Research Project a student can choose as supervisor a faculty member from the Dep. of *Sport Medicine and Biology of Exercise* or from the Dep. of *Theoretical Sciences*.

12.2 DEPARTMENT OF THEORETICAL SCIENCES (ΘΕ)

COMPULSORY COURSES(Υπ)		credits
ΘΕ-131	History of Physical Education and Sport	3
ΘΕ-132	Sport Administration and Management	2
ΘΕ-231	Sport Law	2
ΘΕ-232	Introduction to Adapted Physical Activity	2
ΘΕ-233	Methods in Sport Research	2
ΘΕ-234	Statistics of Physical Education and Sport	2
ΘΕ-235	Motor Behavior	3
ΘΕ-331	Sport Psychology	3
ΘΕ-332	Sport Pedagogy	3
ΘΕ-333	Physical Education Didactics	3
ΘΕ-334	Sport Sociology	2
ΘΕ-335	Sport Philosophy	2
ELECTIVE COURSES (Επ)		
ΘΕ-140	Introduction to Philosophy	2
ΘΕ-141	Introduction to Sociology	2
ΘΕ-142	General Pedagogy	2
ΘΕ-143	Introduction to Psychology	2
ΘΕ-144	Applied Sport Psychology	2
ΘΕ-145	Sport for All	2
ΘΕ-146	Measurements & Evaluation in Phys. Ed. & Sport	2
ΘΕ-147	Informatics in Physical Education	2
ΘΕ-148	Music	2
ΘΕ-149	Foreign Language (English I)	2
ΘΕ-150	Foreign Language (English II)	2
ΘΕ-121	Foreign Language (French)	2
ΘΕ-122	Camping and Outdoor Recreational Activities	2
ΘΕ-123	History of Civilization	2
ΘΕ-124	Gender Issues and Sports	2
SPECIALIZATION IN "ADAPTED PHYSICAL ACTIVITY" (ΠΑ)		
ΘΕ-421ΠΑ	Current Issues in Adapted Physical Activity	2
ΘΕ-424ΠΑ	Measurement and Evaluation in Adapted Physical Activity	2
ΘΕ-425ΠΑ	Growth and Motor Development	2
ΘΕ-427ΠΑ	Adapted Sport for All and Recreational Activities	2
ΘΕ-428ΠΑ	Developmental Disabilities	3
ΘΕ-429ΠΑ	Field Experience and Practice I**	2
ΘΕ-430ΠΑ	Movement and Sensory Disabilities	3
ΘΕ-431ΠΑ	Field Experience and Practice II***	2
ΘΕ-432ΠΑ	Proprioceptive Neuromuscular Facilitation*	2
ΘΕ-433ΠΑ	Functional Rehabilitation of Movement Disabilities*	2

* Offered by the Department of *Sport Medicine and Biology of Exercise*. ** Practice for the course ΘΕ-425ΠΑ. *** Practice for the course ΘΕ-430ΠΑ «Movement and Sensory Disabilities».

SPECIALIZATION IN "SPORT MANAGEMENT" (ΑΔ)		
		credits
ΘΕ-435ΑΔ	Science of Administration: General Principles	2
ΘΕ-436ΑΔ	Sport Marketing	2
ΘΕ-437ΑΔ	Labor Relations in Sport	2
ΘΕ-438ΑΔ	Admin. & Management of Sport Facilities	2
ΘΕ-439ΑΔ	Sport Economics	2
ΘΕ-441ΑΔ	International Sport Organizations and Olympic Games Law	2
ΘΕ-442ΑΔ	Organization of Sport Events	2
ΘΕ-445ΑΔ	Sport Statistics	2
ΘΕ-446ΑΔ	Organization of Recreational Activities	2
ΘΕ-447ΑΔ	Practice Sessions	2
SPECIALIZATION IN «OLYMPIC STUDIES» (ΟΣ)		
ΘΕ-490 ΟΣ	Ancient Olympic Games and History of Athletic Art	4
ΘΕ-491 ΟΣ	History of Modern Olympic Games	2
ΘΕ-492 ΟΣ	Olympic Culture - Education and Sport Ethics	4
ΘΕ-493 ΟΣ	Olympism: Philosophy and the Humanities	4
ΘΕ-494 ΟΣ	Organization of the Olympic Games	4
ΘΕ-495 ΟΣ	Olympism: Sociological Approach	2

12.3 DEPARTMENT OF TEAM SPORTS (ΑΠ)

COMPULSORY COURSES (ΥΠ)		
ΑΠ-153	Soccer (Men)	2
ΑΠ-154	Handball	2
ΑΠ-157	Soccer Didactics	2
ΑΠ-158	Handball Didactics	2
ΑΠ-253	Basketball	2
ΑΠ-254	Volleyball	2
ΑΠ-256	Basketball Didactics	2
ΑΠ-257	Volleyball Didactics	2
ELECTIVE COURSES (ΕΠ)		
ΑΠ-162	Tennis	3
ΑΠ-164	Table Tennis	2
ΑΠ-177	Games-Related Activities	2
ΑΠ-180	Soccer (Women)	2
ΑΠ187	Advanced Level of Sport	2
ΑΠ-190	Beach Volleyball	2
ΑΠ-192	Golf	2
ΑΠ-193	Squash	2
ΑΠ-194	Sport Officiating	2

Note: Students can attend additional preparatory courses corresponding to their compulsory sport courses.

SPECIALIZATION IN «BASKETBALL» (KA)		credits
ΑΠ-470ΚΑ	Technical and Mechanical Analysis of Basketball	4
ΑΠ-471ΚΑ	Basketball Training	4
ΑΠ-473ΚΑ	Special Issues in Basketball	2
ΑΠ-477ΚΑ	Guided Study in Basketball	2
ΑΠ-479ΚΑ	Team Tactics in Basketball	4
ΑΠ-480ΚΑ	Training Practice in Basketball	4
SPECIALIZATION IN «VOLLEYBALL» (ΠΕ)		
ΑΠ-470ΠΕ	Technical and Mechanical Analysis of Volleyball	4
ΑΠ-471ΠΕ	Volleyball Training	4
ΑΠ-473ΠΕ	Special Issues in Volleyball	2
ΑΠ-477ΠΕ	Guided Study in Volleyball	2
ΑΠ-479ΠΕ	Team Tactics in Volleyball	4
ΑΠ-480ΠΕ	Training Practice in Volleyball	4
SPECIALIZATION IN «HANDBALL» (ΧΕ)		
ΑΠ-470ΧΕ	Technical and Mechanical Analysis of Handball	4
ΑΠ-471ΧΕ	Handball Training	4
ΑΠ-473ΧΕ	Special Issues in Handball	2
ΑΠ-477ΧΕ	Guided Study in Handball	2
ΑΠ-479ΧΕ	Team Tactics in Handball	4
ΑΠ-480ΧΕ	Training Practice in Handball	4
SPECIALIZATION IN «SOCCER» (ΠΟ)		
ΑΠ-470ΠΟ	Technical and Mechanical Analysis of Soccer	4
ΑΠ-471ΠΟ	Soccer Training	4
ΑΠ-473ΠΟ	Special Issues in Soccer	2
ΑΠ-477ΠΟ	Guided Study in Soccer	2
ΑΠ-479ΠΟ	Team Tactics in Soccer	4
ΑΠ-480ΠΟ	Training Practice in Soccer	4
SPECIALIZATION IN «TENNIS» (ΑΝ)		
ΑΠ-470ΑΝ	Technical and Mechanical Analysis of Tennis	4
ΑΠ-471ΑΝ	Tennis Training	4
ΑΠ-472ΑΝ	Teaching Methods in Tennis	4
ΑΠ-473ΑΝ	Special Issues in Tennis	2
ΑΠ-477ΑΝ	Guided Study in Tennis	2
ΑΠ-480ΑΝ	Training Practice in Tennis	4
SPECIALIZATION IN «TABLE TENNIS» (ΕΑ)		credits

ΑΠ-470ΕΑ	Technical and Mechanical Analysis of Table Tennis	4
ΑΠ-471ΕΑ	Table Tennis Training	4
ΑΠ-472ΕΑ	Teaching Methods in Table Tennis	4
ΑΠ-473ΕΑ	Special Issues in Table Tennis	2
ΑΠ-477ΕΑ	Guided Study in Table Tennis	2
ΑΠ-480ΕΑ	Training Practice in Table Tennis	4
SPECIALIZATION IN «BEACH VOLLEYBALL» (BA)		
ΑΠ-470ΒΑ	Technical and Mechanical Analysis of Beach Volleyball	4
ΑΠ-471ΒΑ	Beach Volleyball Training	4
ΑΠ-473ΒΑ	Special Issues in Beach Volleyball	2
ΑΠ-477ΒΑ	Guided Study in Beach Volleyball	2
ΑΠ-479ΒΑ	Team Tactics in Beach Volleyball	4
ΑΠ-480ΒΑ	Training Practice in Beach Volleyball	4

12.4 DEPARTMENT OF GYMNASTICS & DANCE (ΓΧ)

COMPULSORY COURSES (ΥΠ)		
ΓΧ-151	Basic Gymnastics	2
ΓΧ-155	Greek Traditional Dance	2
ΓΧ-156	Basic Gymnastics Didactics	2
ΓΧ-159	Greek Traditional Dance Didactics	2
ΓΧ-252	Apparatus Gymnastics	3
ΓΧ-255	Women's Rhythmic Gymnastics	2
ELECTIVE COURSES (ΕΠ)		
ΓΧ-160	Aerobics	2
ΓΧ-172	Motor Education – Improvisation	2
ΓΧ-187	Advanced Level of Sport	2
ΓΧ-188	Folk Dances of Other Countries	2
ΓΧ-189	Creative Dance I	2
ΓΧ-125	Theatre Game	2
SPECIALIZATION IN «GREEK TRADITIONAL DANCE» (ΕΧ)		
ΓΧ-461ΕΧ	Analysis and Criticism of Dance. Introd. to Aesthetics Morph.	2
ΓΧ-462ΕΧ	Guided Practice in Greek Traditional Dance	2
ΓΧ-463ΕΧ	Teaching of Greek Traditional Dance	3
ΓΧ-464ΕΧ	Morphology of Greek Traditional Dance	3
ΓΧ-465ΕΧ	History of Greek Traditional Dance	2
ΓΧ-466ΕΧ	Specific Issues in Greek Traditional Dance	3
ΓΧ-467ΕΧ	Ethnochorology	2
ΓΧ-468ΕΧ	Semeiography of Dance	1
ΓΧ-469ΕΧ	Guided Project	2

SPECIALIZATION IN «APPARATUS GYMNASTICS » (ΕΓ)		
		credits
ΓΧ-470 ΕΓ	Technical and Mechanical Analysis of Apparatus Gymnastics	4
ΓΧ-471 ΕΓ	Apparatus Gymnastics Training	4
ΓΧ-472 ΕΓ	Teaching Methods in Apparatus Gymnastics	4
ΓΧ-473 ΕΓ	Special Issues in Apparatus Gymnastics	2
ΓΧ-477 ΕΓ	Guided Study in Apparatus Gymnastics	2
ΓΧ-480 ΕΓ	Training Practice in Apparatus Gymnastics	4
SPECIALIZATION IN «DANCING»(ΟΡ)		
ΓΧ-461ΟΡ	Dance in Education	2
ΓΧ-462ΟΡ	Music and Movement Education	3
ΓΧ-463ΟΡ	Dance Didactics in Education	3
ΓΧ-464ΟΡ	Elements of Contemporary Dance	2
ΓΧ-465ΟΡ	Creative Dance II	3
ΓΧ-466ΟΡ	Special Issues	2
ΓΧ-467ΟΡ	Traditional Games and Dances from All Over the World	3
ΓΧ-469ΟΡ	Guided Project	2
SPECIALIZATION IN «WOMEN'S RHYTHMIC GYMNASTICS» (ΡΓ)		
ΓΧ-470ΡΓ	Technical and Mechanical Analysis of Rhythmic Gymnastics	4
ΓΧ-471ΡΓ	Rhythmic Gymnastics Training	4
ΓΧ-472ΡΓ	Teaching Methods in Rhythmic Gymnastics	4
ΓΧ-473ΡΓ	Special Issues in Rhythmic Gymnastics	2
ΓΧ-477ΡΓ	Guided Study in Rhythmic Gymnastics	2
ΓΧ-480ΡΓ	Training Practice in Rhythmic Gymnastics	4

12.5 DEPARTMENT OF TRACK & FIELD (ΚΑ)

COMPULSORY COURSES (ΥΠ)		
ΚΑ-152	Running Events	3
ΚΑ -251	Jumping Events	3
ΚΑ -351	Throwing Events	3
ΚΑ -354	Theory of Athletic Training	2
ELECTIVE COURSES (ΕΠ)		
ΚΑ-163	Weightlifting	2
ΚΑ-165	Shooting	2
ΚΑ-167	Equestrian Events	2
ΚΑ-175	Fencing	2
ΚΑ-176	Mountain Activities	2
ΚΑ-178	Wrestling	2
ΚΑ-179	Cycling	2
ΚΑ-181	Boxing	2
ΚΑ-183	Tae kwon do	2

KA-184	Judo	2
KA-185	Cross Country Skiing	2
KA-187	Advanced Level of Sport	2
KA-196	Muscle Strength Training	2
	SPECIALIZATION IN « RUNNING EVENTS» (ΔΡ)	credits
KA-470ΔΡ	Technical and Mechanical Analysis of Running Events	4
KA-471ΔΡ	Running Events Training	4
KA-472ΔΡ	Teaching Methods in Running Events	4
KA-473ΔΡ	Special Issues in Running Events	2
KA-477ΔΡ	Guided Study in Running Events	2
KA-480ΔΡ	Training Practice in Running Events	4
	SPECIALIZATION IN «JUMPING EVENTS» (ΑΛ)	
KA-470ΑΛ	Technical and Mechanical Analysis of Jumping Events	4
KA-471ΑΛ	Jumping Events Training	4
KA-472ΑΛ	Teaching Methods in Jumping Events	4
KA-473ΑΛ	Special Issues in Jumping Events	2
KA-477ΑΛ	Guided Study in Jumping Events	2
KA-480ΑΛ	Training Practice in Jumping Events	4
	SPECIALIZATION IN « THROWING EVENTS» (ΠΙ)	
KA-470ΠΙ	Technical and Mechanical Analysis of Throwing Events	4
KA-471ΠΙ	Throwing Events Training	4
KA-472ΠΙ	Teaching Methods in Throwing Events	4
KA-473ΠΙ	Special Issues in Throwing Events	2
KA-477ΠΙ	Guided Study in Throwing Events	2
KA-480ΠΙ	Training Practice in Throwing Events	4

OTHER SPORT EVENTS

	SPECIALIZATION IN «FENCING» (ΞΙ)	
KA-470ΞΙ	Technical and Mechanical Analysis of Fencing	4
KA-471ΞΙ	Fencing Training	4
KA-472ΞΙ	Teaching Methods in Fencing	4
KA-473ΞΙ	Special Issues in Fencing	2
KA-477ΞΙ	Guided Study in Fencing	2
KA-480ΞΙ	Training Practice in Fencing	4
	SPECIALIZATION IN «WEIGHTLIFTING» (ΑΒ)	
KA-470ΑΒ	Technical and Mechanical Analysis of Weightlifting	4
KA-471ΑΒ	Weightlifting Training	4
KA-472ΑΒ	Teaching Methods in Weightlifting	4
KA-473ΑΒ	Special Issues in Weightlifting	2

KA-477AB	Guided Study in Weightlifting	2
KA-480AB	Training Practice in Weightlifting	4

	SPECIALIZATION IN «BOXING» (ΠΥ)	credits
KA-470ΠΥ	Technical and Mechanical Analysis of Boxing	4
KA-471ΠΥ	Boxing Training	4
KA-472ΠΥ	Teaching Methods in Boxing	4
KA-473ΠΥ	Special Issues in Boxing	2
KA-477ΠΥ	Guided Study in Boxing	2
KA-480ΠΥ	Training Practice in Boxing	4
	SPECIALIZATION IN «WRESTLING» (ΠΑ)	
KA-470ΠΑ	Technical and Mechanical Analysis of Wrestling	4
KA-471ΠΑ	Wrestling Training	4
KA-472ΠΑ	Teaching Methods in Wrestling	4
KA-473ΠΑ	Special Issues in Wrestling	2
KA-477ΠΑ	Guided Study in Wrestling	2
KA-480ΠΑ	Training Practice in Wrestling	4
	SPECIALIZATION IN «SKIING» (ΧΙ)	
KA-470ΧΙ	Technical and Mechanical Analysis of Skiing	4
KA-471ΧΙ	Skiing Training	4
KA-472ΧΙ	Teaching Methods in Skiing	4
KA-473ΧΙ	Special Issues in Skiing	2
KA-477ΧΙ	Guided Study in Skiing	2
KA-480ΧΙ	Training Practice in Skiing	4
	SPECIALIZATION IN «EQUESTRIAN EVENTS» (ΙΠ)	
KA-470ΙΠ	Technical and Mechanical Analysis of Equestrian Events	4
KA-471ΙΠ	Equestrian Events Training	4
KA-472ΙΠ	Teaching Methods in Equestrian Events	4
KA-473ΙΠ	Special Issues in Equestrianism	2
KA-477ΙΠ	Guided Study in Equestrianism	2
KA-480ΙΠ	Training Practice in Equestrian Events	4
	SPECIALIZATION IN «TAE KWON DO» (ΙΠ)	
KA-470TK	Technical and Mechanical Analysis of Tae kwon do	4
KA-471TK	Tae kwon do Training	4
KA-472TK	Teaching Methods in Tae kwon do	4
KA-473TK	Special Issues in Tae kwon do	2
KA-477TK	Guided Study in Tae kwon do	2
KA-480TK	Training Practice in Tae kwon do	4

12.6 DEPARTMENT OF AQUATICS (ΥΣ)

	COMPULSORY COURSES (Υπ)	credits
ΥΣ-352	Swimming	2
ΥΣ-353	Swimming Didactics	2
	ELECTIVE COURSES (Επ)	
ΥΣ-166	Water-Skiing	2
ΥΣ-168	Yachting	2
ΥΣ-169	Board Sailing	2
ΥΣ-170	Canoeing/Kayaking	2
ΥΣ-171	Diving	2
ΥΣ-173	Rowing	2
ΥΣ-174	Aquatic Lifesaving	1
ΥΣ-182	Synchronized Swimming	2
ΥΣ-186	Water Polo	2
ΥΣ-187	Advanced Level of Sport	2

Note: Students can attend additional preparatory courses corresponding to their compulsory sport courses.

	SPECIALIZATION IN «SWIMMING» (ΚΟ)	
ΥΣ-470ΚΟ	Technical and Mechanical Analysis of Swimming	4
ΥΣ-471ΚΟ	Swimming Training	4
ΥΣ-472ΚΟ	Teaching Methods in Swimming	4
ΥΣ-473ΚΟ	Special Issues in Swimming	2
ΥΣ-477ΚΟ	Guided Study in Swimming	2
ΥΣ-480ΚΟ	Training Practice in Swimming	4
	SPECIALIZATION IN «ROWING» (ΚΩ)	
ΥΣ-470ΚΩ	Technical and Mechanical Analysis of Rowing	4
ΥΣ-471ΚΩ	Rowing Training	4
ΥΣ-472ΚΩ	Teaching Methods in Rowing	4
ΥΣ-473ΚΩ	Special Issues in Rowing	2
ΥΣ-477ΚΩ	Guided Study in Rowing	2
ΥΣ-480ΚΩ	Training Practice in Rowing	4
	SPECIALIZATION IN «WATER POLO» (ΥΔ)	
ΥΣ-470ΥΔ	Technical and Mechanical Analysis of Water Polo	4
ΥΣ-471ΥΔ	Water Polo Training	4
ΥΣ-473ΥΔ	Special Issues in Water Polo	2
ΥΣ-477ΥΔ	Guided Study in Water Polo	2
ΥΣ-479ΥΔ	Team Tactics in Water Polo	4
ΥΣ-480ΥΔ	Training Practice in Water Polo	4

SPECIALIZATION IN «SYNCHRONIZED SWIMMING» (ΣΚ)		credits
ΥΣ-470ΣΚ	Technical and Mechanical Analysis of Synchronized Swimming	4
ΥΣ-471ΣΚ	Synchronized Swimming Training	4
ΥΣ-473ΣΚ	Special Issues in Synchronized Swimming	2
ΥΣ-477ΣΚ	Guided Study in Synchronized Swimming	2
ΥΣ-479ΣΚ	Team Tactics in Synchronized Swimming	4
ΥΣ-480ΣΚ	Training Practice in Synchronized Swimming	4
SPECIALIZATION IN «WATER-SKIING»		
ΥΣ-470ΘΣ	Technical and Mechanical Analysis of Water-skiing	4
ΥΣ-471ΘΣ	Water-skiing Training	4
ΥΣ-472ΘΣ	Teaching Methods in Water-skiing	4
ΥΣ-473ΘΣ	Special Issues in Water-skiing	2
ΥΣ-477ΘΣ	Guided Study in Water-skiing	2
ΥΣ-480ΘΣ	Training Practice in Water-skiing	4
SPECIALIZATION IN «YACHTING» (ΙΣ)		
ΥΣ-470ΙΣ	Technical and Mechanical Analysis of Yachting	4
ΥΣ-471ΙΣ	Yachting Training	4
ΥΣ-472ΙΣ	Teaching Methods in Yachting	4
ΥΣ-473ΙΣ	Special Issues in Yachting	2
ΥΣ-477ΙΣ	Guided Study in Yachting	2
ΥΣ-480ΙΣ	Training Practice in Yachting	4
SPECIALIZATION IN «CANOEING / KAYAKING»		
ΥΣ-470ΚΚ	Technical and Mechanical Analysis of Canoeing/Kayaking	4
ΥΣ-471ΚΚ	Canoeing/Kayaking Training	4
ΥΣ-472ΚΚ	Teaching Methods in Canoeing/Kayaking	4
ΥΣ-473ΚΚ	Special Issues in Canoeing/Kayaking	2
ΥΣ-477ΚΚ	Guided Study in Canoeing/Kayaking	2
ΥΣ-480ΚΚ	Training Practice in Canoeing/Kayaking	4

13. ΕΥΡΕΤΗΡΙΟ ΔΙΔΑΣΚΟΝΤΩΝ, ΜΑΘΗΜΑΤΩΝ, ΕΙΔΙΚΕΥΣΕΩΝ

—Α—

ΑΓΓΕΛΟΝΙΔΗΣ, 140
 Αγγελονίδης, 73, 74, 83
 Αεροβική Γυμναστική, 20, 87
 ΑΘΑΝΑΣΟΠΟΥΛΟΣ, 138
 Αθανασόπουλος, 32, 34, 38, 40, 41, 42, 43, 61
 Αθλητιατρική, 27, 28, 33
 Αθλητικά Άλματα, 21, 26, 29, 100
 Αθλητικές Εργασιακές Σχέσεις, 18, 63
 Αθλητικές Ρίψεις, 21, 27, 29, 100
 Αθλητική Αγοραγνωσία, 18, 63
 Αθλητική Βιομηχανική, 16, 27, 28, 33
 Αθλητική Οικονομία, 18, 64
 Αθλητική Παιδαγωγική, 17, 27, 28, 49
 Αθλητική Φυσικοθεραπεία, 16, 27, 28, 32
 Αθλητική Ψυχολογία, 17, 27, 28, 48
 Αθλητικό Δίκαιο, 17, 26, 28, 46
 Αθλητικό Ταλέντο - Επιλογή και Προετοιμασία, 16, 36
 Αθλητικοί Δρόμοι, 21, 26, 29, 99
 Ανάλυση και Κριτική του Χορού, 20, 90
 Ανάπτυξη και Κινητική Εξέλιξη, 17, 58
 Ανάπτυξη, Ωρίμανση και Άσκηση, 16, 39
 Αναπτυξιακές Διαταραχές, 17, 59
 ΑΝΑΣΤΑΣΙΑΔΗΣ, 139
 Αναστασιάδης, 4, 71, 75, 77
 Ανατομική Συστημάτων, 16, 37
 ΑΝΔΡΕΟΠΟΥΛΟΥ, 153
 Αντισφαίριση, 18, 74
 ΑΝΤΩΝΙΟΥ, 145
 Αντωνίου, 87
 Αποκατάσταση Μυοσκελετικών Δυσλειτουργιών, 16, 42
 Αποστολίδης, 75
 ΑΡΑΧΩΒΙΤΗΣ, 150
 Αραχωβίτης, 115, 126, 127, 128
 ΑΡΓΕΙΤΑΚΗ, 147
 Αργειτάκη, 99
 Άρση Βαρών, 21, 101
 Αρχαίοι Ολυμπιακοί Αγώνες & Ιστορία της Αθλητικής Τέχνης, 18, 67

Άσκηση και Αθλητισμός για Όλους, 17, 53

Άσκηση και Γυναίκα, 16, 39
 Άσκηση, Ευρωστία και Υγεία, 16, 40
 ΑΥΘΙΝΟΣ, 135
 Αυθίνος, 46, 62, 63, 64, 65, 66, 69
 Αυτόνομη Κατάδυση

Φυσιολογία και Ασφάλεια, 16, 41

—Β—

ΒΑΓΕΝΑΣ, 134
 Βαγενάς, 2, 3, 4, 48, 66
 Βασική Γυμναστική, 20, 26, 29, 84, 85
 ΒΕΚΙΑΡΕΛΗ, 137
 Βεκιαρέλλη, 54, 55
 ΒΕΛΗΓΚΕΚΑΣ, 148
 Βιοχημεία της Άσκησης, 16, 33
 ΒΟΓΙΑΤΖΗΣ, 150
 Βογιατζής, 115, 128, 129
 ΒΥΤΙΝΑΡΟΣ, 153

—Γ—

ΓΑΒΡΙΗΛΙΔΗΣ, 141
 Γαβριηλίδης, 73
 ΓΕΛΑΔΑΣ, 138
 Γελαδάς, 31, 34, 35, 36, 38, 40, 41, 43
 Γενική Παιδαγωγική, 17, 51
 ΓΕΩΡΓΙΑΔΗΣ, 146
 Γεωργιάδης, 100, 101, 103, 104, 106, 109, 110
 ΓΕΩΡΓΟΥΛΙΑΣ, 143
 Γεωργούλιας, 71, 72, 75, 80
 ΓΙΑΝΝΑΚΗ, 137
 Γιαννάκη, 45, 56, 67, 68
 ΓΙΑΝΝΑΚΗΣ, 151
 Γιαννίτσας, 52
 ΓΙΟΒΑΝΗΣ, 147
 Γιοβάνης, 104, 111
 ΓΙΩΤΟΠΟΥΛΟΥ, 137
 Γιωτοπούλου, 54, 55
 Γκολφ, 18, 76
 ΓΚΟΥΓΚΟΥ, 143
 Γκούγκου, 85
 ΓΟΓΓΑΚΗ, 135
 Γογγάκη, 50

—Δ—

ΔΗΜΑΣ, 143
 Δήμας, 2, 4, 84, 86, 89, 90, 91, 92
 Δημιουργικός Χορός, 20, 21, 89, 97
 Διαιτησία Αθλημάτων, 18, 77
 Διατροφή, 16, 38
 ΔΙΑΦΑΣ, 150
 Διάφας, 115, 116, 126, 127, 128, 130, 131
 Διδακτική Βασικής Γυμναστικής, 20, 26, 29, 85, 86
 Διδακτική Ελληνικού Παραδοσιακού Χορού, 20, 26, 29, 91
 Διδακτική Ελληνικών Παραδοσιακών Χορών, 86
 Διδακτική Καλαθοσφαίρισης, 18, 26, 28, 73
 Διδακτική Κολύμβησης, 24, 27, 29, 114
 Διδακτική Πετοσφαίρισης, 18, 26, 28, 74
 Διδακτική Ποδοσφαίρισης, 18, 26, 28, 72
 Διδακτική του Χορού στην Εκπαίδευση, 21, 96
 Διδακτική Φυσικής Αγωγής, 17, 27, 28, 49
 Διδακτική Χειροσφαίρισης, 18, 26, 28, 72
 Διεθνείς Αθλητικοί Οργανισμοί & Δίκαιο Ο.Α., 18, 64
 Διοικητική Επιστήμη - Γενικές Αρχές, 18, 62
 ΔΟΥΒΗΣ, 137, 140
 Δουβής, 63, 64, 66, 74, 75, 76, 77, 80, 81
 —Ε—
 Εθνοχορολογία, 20, 92
 Ειδικά Θέματα Αθλητικών Αλμάτων, 22, 106
 Ειδικά Θέματα Αθλητικών Δρόμων, 22, 105
 Ειδικά Θέματα Αθλητικών Ρίψεων, 22, 107
 Ειδικά Θέματα Αντισφαίρισης, 19, 80
 Ειδικά Θέματα Άρσης Βαρών, 23, 109
 Ειδικά Θέματα Ελληνικού

Παραδοσιακού Χορού, 20, 92
 Ειδικά Θέματα Ενόργανης Γυμναστικής, 21, 94
 Ειδικά Θέματα Επιτραπέζιας Αντισφαίρισης, 20, 81
 Ειδικά Θέματα Θαλάσσιου Σκι, 25, 127
 Ειδικά Θέματα Ιππασίας, 23, 112
 Ειδικά Θέματα Ιστιοπλοΐας, 25, 129
 Ειδικά Θέματα Καλαθοσφαίρισης, 19, 77
 Ειδικά Θέματα Κανόε Καγιάκ, 25, 131
 Ειδικά Θέματα Κολύμβησης, 24, 119
 Ειδικά Θέματα Κωπηλασίας, 24, 122
 Ειδικά Θέματα Ξιφασκίας, 22, 108
 Ειδικά Θέματα Ορχηστικής, 97
 Ειδικά Θέματα Ορχηστικής, 21
 Ειδικά Θέματα Πάλης, 23, 110
 Ειδικά Θέματα Πετοσφαίρισης, 19, 78
 Ειδικά Θέματα Πετοσφαίρισης Επί Άμμου, 20, 82
 Ειδικά Θέματα Ποδοσφαίρισης, 19, 80
 Ειδικά Θέματα Πυγμαχίας, 23, 110
 Ειδικά Θέματα Ρυθμικής Αγωνιστικής Γυμναστικής, 21, 98
 Ειδικά Θέματα στην Προσαρμοσμένη Κινητική Αγωγή, 17, 57
 Ειδικά Θέματα Συγχρονισμένης Κολύμβησης, 25, 125
 Ειδικά Θέματα Ταε κβο ντο, 23, 113
 Ειδικά Θέματα Υδατοσφαίρισης, 24, 123
 Ειδικά Θέματα Χειροσφαίρισης, 19, 79
 Ειδικά Θέματα Χιονοδρομίας, 23, 111
 ΕΙΔΙΚΕΥΣΗ ΑΘΛΗΤΙΚΗ ΔΙΟΙΚΗΣΗ, 18, 62
 ΕΙΔΙΚΕΥΣΗ ΑΝΤΙΣΦΑΙΡΙΣΗ, 19, 80
 ΕΙΔΙΚΕΥΣΗ ΑΡΣΗ ΒΑΡΩΝ, 22, 109
 ΕΙΔΙΚΕΥΣΗ ΕΛΛΗΝΙΚΟΣ ΠΑΡΑΔΟΣΙΑΚΟΣ ΧΟΡΟΣ, 20, 89
 ΕΙΔΙΚΕΥΣΗ ΕΝΟΡΓΑΝΗ ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗ, 20, 94
 ΕΙΔΙΚΕΥΣΗ ΕΠΙΤΡΑΠΕΖΙΑ ΑΝΤΙΣΦΑΙΡΙΣΗ, 19, 81
 ΕΙΔΙΚΕΥΣΗ ΕΥΡΩΣΤΙΑ ΚΑΙ ΥΓΕΙΑ, 16, 38
 ΕΙΔΙΚΕΥΣΗ ΘΑΛΑΣΣΙΟ ΣΚΙ, 25, 126
 ΕΙΔΙΚΕΥΣΗ ΙΠΠΑΣΙΑ, 23, 112

- ΕΙΔΙΚΕΥΣΗ ΙΣΤΙΟΠΛΟΪΑ, 25, 128
ΕΙΔΙΚΕΥΣΗ ΚΑΛΑΘΟΣΦΑΙΡΙΣΗ, 19, 77
ΕΙΔΙΚΕΥΣΗ ΚΑΝΟΕ ΚΑΓΙΑΚ, 25, 130
ΕΙΔΙΚΕΥΣΗ ΚΛΑΣΙΚΟΣ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΣ -
ΑΛΜΑΤΑ, 22, 106
ΕΙΔΙΚΕΥΣΗ ΚΛΑΣΙΚΟΣ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΣ -
ΔΡΟΜΟΙ, 22, 105
ΕΙΔΙΚΕΥΣΗ ΚΛΑΣΙΚΟΣ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΣ -
ΡΙΨΕΙΣ, 22, 106
ΕΙΔΙΚΕΥΣΗ ΚΟΛΥΜΒΗΣΗ, 24, 118
ΕΙΔΙΚΕΥΣΗ ΚΩΠΗΛΑΣΙΑ, 24, 121
ΕΙΔΙΚΕΥΣΗ ΞΙΦΑΣΚΙΑ, 22, 108
ΕΙΔΙΚΕΥΣΗ ΟΛΥΜΠΙΑΚΕΣ ΣΠΟΥΔΕΣ,
18, 67
ΕΙΔΙΚΕΥΣΗ ΟΡΧΗΣΤΙΚΗ, 21, 94
ΕΙΔΙΚΕΥΣΗ ΠΑΛΗ, 23, 110
ΕΙΔΙΚΕΥΣΗ ΠΕΤΟΣΦΑΙΡΙΣΗ, 19, 78
ΕΙΔΙΚΕΥΣΗ ΠΕΤΟΣΦΑΙΡΙΣΗ ΕΠΙ
ΑΜΜΟΥ, 20, 81
ΕΙΔΙΚΕΥΣΗ ΠΟΔΟΣΦΑΙΡΙΣΗ, 19, 80
ΕΙΔΙΚΕΥΣΗ ΠΡΟΣΑΡΜΟΣΜΕΝΗ
ΚΙΝΗΤΙΚΗ ΑΓΩΓΗ, 17, 57
ΕΙΔΙΚΕΥΣΗ ΠΥΓΜΑΧΙΑ, 23, 110
ΕΙΔΙΚΕΥΣΗ ΡΥΘΜΙΚΗ ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΗ
ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗ, 21, 98
ΕΙΔΙΚΕΥΣΗ ΣΥΓΧΡΟΝΙΣΜΕΝΗ
ΚΟΛΥΜΒΗΣΗ, 25, 125
ΕΙΔΙΚΕΥΣΗ ΤΑΕ ΚΒΟ ΝΤΟ, 23, 112
ΕΙΔΙΚΕΥΣΗ ΥΔΑΤΟΣΦΑΙΡΙΣΗ, 24, 123
ΕΙΔΙΚΕΥΣΗ ΧΕΙΡΟΣΦΑΙΡΙΣΗ, 19, 79
ΕΙΔΙΚΕΥΣΗ ΧΙΟΝΟΔΡΟΜΙΑ, 23, 111
ΕΙΡΗΝΑΙΟΥ, 137
Ειρηναίου, 54, 95
Εισαγωγή στη Φιλοσοφία, 17, 50
Εισαγωγή στην Κοινωνιολογία, 17, 51
Εισαγωγή στην Προσαρμοσμένη
Κινητική Αγωγή, 17, 26, 28, 47
Εισαγωγή στην Ψυχολογία, 17, 52
ΕΛΕΥΘΕΡΙΟΥ, 148
Ελληνικός Παραδοσιακός Χορός, 20, 26,
29, 85
ΕΜΜΑΝΟΥΗΛ, 151
Ενόργανη Γυμναστική, 20, 26, 29, 87
Επιτραπέζια Αντισφαίριση, 18, 74
Εργομετρία, 16, 26, 28, 32
Εργονομία, 16, 40
Εργοφυσιολογία, 16, 26, 28, 31
Ερευνητική Εργασία (ΕΥ), 16, 44
ΕΥΘΥΜΙΟΥ, 149
Ευθυμίου, 100, 106
Εφαρμοσμένη Αθλητική Βιομηχανική, 16,
35
Εφαρμοσμένη Αθλητική
Εργοφυσιολογία, 16, 35
Εφαρμοσμένη Αθλητική Ψυχολογία, 17,
52
—Ζ—
ΖΑΧΑΡΟΓΙΑΝΝΗΣ, 148
ΖΕΡΒΑΣ, 133
Ζέρβας, 2, 4, 45, 48, 154
ΖΟΜΠΑΝΑΚΗΣ, 152
ΖΟΥΝΧΙΑ, 135
Ζουνχιά, 49, 54
ΖΩΓΡΑΦΟΥ, 143
Ζωγράφου, 85, 92, 93
—Θ—
Θαλάσσιο Σκι, 24, 115
ΘΑΝΟΠΟΥΛΟΣ, 150
Θανόπουλος, 118, 119, 120
Θεατρικό Παιχνίδι, 20, 89
ΘΕΟΔΩΡΑΚΟΥ, 143
Θεοδωράκου, 84, 86, 87, 88
Θεωρία Αθλητικής Προπόνησης, 21, 27,
29, 101
—Ι—
Ιππασία, 21, 102
Ιστιοπλοΐα, 24, 115
Ιστιοσανίδα, 24, 116
Ιστορία Ελληνικού Παραδοσιακού
Χορού, 20, 92
Ιστορία Πολιτισμού, 17, 56
Ιστορία Σύγχρονων Ολυμπιακών
Αγώνων, 18, 68
Ιστορία Φυσικής Αγωγής και
Αθλητισμού, 17, 26, 28, 45
—Κ—
ΚΑΓΚΑΣ, 153
Καθοδηγούμ. Μελέτη στην
Καλαθοσφαίριση, 19, 77
Καθοδηγούμενη Εξάσκηση Ελληνικού

- Παραδοσιακού Χορού, 20, 90
 Καθοδηγούμενη Εργασία, 20, 21, 93, 98
 Καθοδηγούμενη Μελέτη στα Αθλητικά
 Άλματα, 22, 106
 Καθοδηγούμενη Μελέτη στη
 Συγχρονισμένη Κολύμβηση, 25, 125
 Καθοδηγούμενη Μελέτη στη
 Χειροσφαίριση, 19, 79
 Καθοδηγούμενη Μελέτη στην
 Αντισφαίριση, 19, 80
 Καθοδηγούμενη Μελέτη στην Άρση
 Βαρών, 23, 109
 Καθοδηγούμενη Μελέτη στην Ενόργανη
 Γυμναστική, 21, 94
 Καθοδηγούμενη Μελέτη στην Επιτρ.
 Αντισφαίριση, 20, 81
 Καθοδηγούμενη Μελέτη στην Ιππασία,
 23, 112
 Καθοδηγούμενη Μελέτη στην Ιστιοπλοΐα,
 25, 129
 Καθοδηγούμενη Μελέτη στην
 Κολύμβηση, 24, 120
 Καθοδηγούμενη Μελέτη στην
 Κωπηλασία, 24, 122
 Καθοδηγούμενη Μελέτη στην Ξιφασκία,
 22, 109
 Καθοδηγούμενη Μελέτη στην Πάλη, 23,
 110
 Καθοδηγούμενη Μελέτη στην
 Πετοσφαίριση, 19, 78
 Καθοδηγούμενη Μελέτη στην
 Πετοσφαίριση Επί Άμμου, 20, 83
 Καθοδηγούμενη Μελέτη στην
 Ποδοσφαίριση, 19, 80
 Καθοδηγούμενη Μελέτη στην Πυγμαχία,
 23, 110
 Καθοδηγούμενη Μελέτη στην Ρυθμική
 Αγωνιστική Γυμναστική, 21, 98
 Καθοδηγούμενη Μελέτη στην
 Υδατοσφαίριση, 24, 124
 Καθοδηγούμενη Μελέτη στην
 Χιονοδρομία, 23, 111
 Καθοδηγούμενη Μελέτη στις Αθλητικές
 Ρίψεις, 22, 107
 Καθοδηγούμενη Μελέτη στο Θαλάσσιο
 Σκι, 25, 127
 Καθοδηγούμενη Μελέτη στο Κανόνε
 Καγιάκ, 25, 131
 Καθοδηγούμενη Μελέτη στους
 Αθλητικούς Δρόμους, 22, 105
 Καθοδηγούμενη Μελέτη Ταε κβο ντο, 23,
 113
 Καθοδηγούμενη Πρακτική Εξάσκηση, 16,
 43
 ΚΑΚΚΑΒΑ, 137
 Κάκκαβα, 2, 54, 55
 Καλαθοσφαίριση, 18, 26, 28, 73
 ΚΑΛΟΥΨΗΣ, 149
 Καλουψής, 117, 121, 122
 ΚΑΜΠΕΡΙΔΟΥ, 136
 Καμπερίδου, 2, 55, 56
 ΚΑΜΠΙΩΤΗΣ, 144
 Καμπιώτης, 87, 94
 Κανόνε Καγιάκ, 24, 116
 ΚΑΡΡΑΣ, 140
 Καρράς, 79
 ΚΑΡΤΕΡΟΛΙΩΤΗΣ, 134
 Καρτερολιώτης, 47, 53
 Καταδύσεις, 24, 116
 Κατασκηνωτικά & Υπαίθριες
 Δραστηριότητες Αναψυχής, 17, 55
 Κατευθυνόμενη Μελέτη, 16, 43
 ΚΑΤΣΙΚΑΔΕΛΛΗ, 140
 Κατσικαδέλλη, 81, 82, 83
 ΚΙΑΦΦΑΣ, 137
 Κινησιολογία, 16, 34
 Κινητικές Αναπηρίες - Αισθητηριακές
 Διαταραχές, 17, 60
 Κινητική Αγωγή - Αυτοσχεδιασμός, 20,
 88
 Κινητική Συμπεριφορά, 17, 26, 28, 48
 ΚΛΕΙΣΟΥΡΑΣ, 151
 Κοινωνικό Φύλο και Αθλητισμός, 17, 56
 Κοινωνιολογία του Αθλητισμού, 17, 27,
 28, 50
 ΚΟΚΟΣΙΕΛΗ, 153
 ΚΟΛΛΙΑΣ, 147
 Κόλλιας, 102, 103, 104, 110
 Κολύμβηση, 24, 27, 29, 114
 ΚΟΝΤΟΠΟΔΗΣ, 137

- Κοντοπόδης, 54, 55
 ΚΟΝΤΟΣΩΡΟΣ, 149
 ΚΟΡΟΡΟΣ, 142
 Κορορός, 71, 72
 ΚΟΣΚΟΛΟΥ, 139
 Κοσκολού, 31, 35, 39, 40, 43
 ΚΟΥΝΤΟΥΡΗΣ, 142
 Κουντούρης, 73, 74, 83
 ΚΟΥΤΟΥΛΟΥΛΗΣ, 142
 Κουτουλούλης, 71, 72
 ΚΟΥΤΣΟΥΚΗ, 133
 Κουτσούκη, 47, 57, 58, 60
 ΚΟΥΤΣΟΥΜΠΑ, 144
 Κουτσούμπα, 93
 Κωπηλασία, 24, 117
 —Λ—
 Λαϊκοί Χοροί Άλλων Χωρών, 20, 88
 ΛΑΪΟΣ, 142
 Λάϊος, 76, 77, 82, 83
 ΛΑΛΟΥ, 152
 ΛΑΜΠΡΟΥ, 153
 Λειτουργική Ανατομική του Ανθρώπου, 16, 26, 28, 30
 Λειτουργική Αποκατάσταση Κινητικών Αναπηριών, 17, 61
 —Μ—
 Μακρής, 75, 81
 ΜΑΛΟΥΣΑΡΗΣ, 141
 Μαλουσάρης, 73, 74, 76, 78, 82
 ΜΑΝΤΑΛΟΥΦΑΣ, 151
 Μανταλούφας, 114, 118, 119, 120
 ΜΑΡΙΔΑΚΗ, 138
 Μαριδάκη, 31, 32, 35, 38, 39, 40, 43
 ΜΑΡΚΟΠΟΥΛΟΣ, 153
 ΜΑΡΤΙΔΗΣ, 145
 Μαρτίδης, 87
 Μέθοδοι & Τεχνικές Έρευνας στην Αθλητική Βιομηχανική, 16, 36
 Μεθοδολογία Αθλητικής Έρευνας, 17, 26, 28, 47
 Μεθοδολογία Διδασκαλίας Αθλητικών Αλμάτων, 22, 106
 Μεθοδολογία Διδασκαλίας Αθλητικών Δρόμων, 22, 105
 Μεθοδολογία Διδασκαλίας Αθλητικών Ρίψεων, 22, 107
 Μεθοδολογία Διδασκαλίας Αντισφαίρισης, 19, 80
 Μεθοδολογία Διδασκαλίας Άρσης Βαρών, 22, 109
 Μεθοδολογία Διδασκαλίας Ενόργανης Γυμναστικής, 21, 94
 Μεθοδολογία Διδασκαλίας Επιτρ. Αντισφαίρισης, 20, 81
 Μεθοδολογία Διδασκαλίας Θαλάσσιου Σκι, 25, 127
 Μεθοδολογία Διδασκαλίας Ιππασίας, 23, 112
 Μεθοδολογία Διδασκαλίας Ιστιοπλοΐας, 25, 129
 Μεθοδολογία Διδασκαλίας Κανόε Καγιάκ, 25, 130
 Μεθοδολογία Διδασκαλίας Κολύμβησης, 24, 119
 Μεθοδολογία Διδασκαλίας Κωπηλασίας, 24, 121
 Μεθοδολογία Διδασκαλίας Ξιφασκίας, 22, 108
 Μεθοδολογία Διδασκαλίας Πάλης, 23, 110
 Μεθοδολογία Διδασκαλίας Πυγμαχίας, 23, 110
 Μεθοδολογία Διδασκαλίας Ρυθμικής Αγωνιστικής Γυμναστικής, 21, 98
 Μεθοδολογία Διδασκαλίας Ταε κβο ντο, 23, 113
 Μεθοδολογία Διδασκαλίας Χιονοδρομίας, 23, 111
 Μετρήσεις και Αξιολόγηση στη Φυσική Αγωγή και στον Αθλητισμό, 17, 53
 Μετρήσεις και Αξιολόγηση στην Προσαρμοσμένη Κινητική Αγωγή, 17, 58
 Μίσσας, 73
 Μορφολογία Ελληνικού Παραδοσιακού Χορού, 20, 91
 Μουσική, 17, 54
 Μουσικοκινητική Αγωγή, 21, 95
 ΜΠΑΓΙΟΣ, 141
 Μπάγιος, 71, 72, 79

- ΜΠΑΛΤΟΠΟΥΛΟΣ, 138
 Μπαλτόπουλος, 30, 33, 37, 42, 43
 ΜΠΑΤΙΣΤΑΤΟΣ, 142
 Μπατιστάτος, 80
 ΜΠΕΡΓΕΛΕΣ, 140
 Μπεργελές, 78
 Μπογασιώτης, 73
 ΜΠΟΛΑΤΟΓΛΟΥ, 141
 Μπολάτογλου, 73, 77
 ΜΠΟΥΝΤΟΛΟΣ, 137
 Μπουντόλος, 4, 30, 33, 34, 35, 36, 40
 ΜΠΟΥΡΝΕΛΛΗ, 144
 Μπουρνέλλη, 88, 89, 94, 95, 96, 97, 98
 Μυϊκή Ενδυνάμωση, 22, 104
 —N—
 Ναυαγοσωστική, 24, 117
 Νευρομυϊκές Διευκολύνσεις, 17, 61
 ΝΙΚΗΤΑΡΑΣ, 135
 Νικηταράς, 53, 55
 ΝΙΚΟΛΟΠΟΥΛΟΣ, 152
 ΝΤΑΛΛΑΣ, 144
 Ντάλλας, 87, 94
 —Ξ—
 Ξένη Γλώσσα (Αγγλικά I), 17, 54
 Ξένη Γλώσσα (Αγγλικά II), 17, 55
 Ξένη Γλώσσα (Γαλλικά), 17, 55
 Ξιφασκία, 21, 102
 —Ο—
 Ο Χορός στην Εκπαίδευση, 21, 95
 Ολυμπιακή Παιδεία & Αθλητική Ηθική,
 18, 68
 Ολυμπισμός
 Κοινωνιολογική Προσέγγιση, 18, 69
 Ολυμπισμός και Ανθρωπιστικές Σπουδές
 Φιλοσοφική Προσέγγιση, 18, 68
 Ομαδική Τακτική Καλαθοσφαίρισης, 19,
 77
 Ομαδική Τακτική Πετοσφαίρισης, 19, 78
 Ομαδική Τακτική Πετοσφαίρισης Επί
 Άμμου, 20, 83
 Ομαδική Τακτική Ποδοσφαίρισης, 19, 80
 Ομαδική Τακτική Συγχρονισμένης
 Κολύμβησης, 25, 126
 Ομαδική Τακτική Υδατοσφαίρισης, 24,
 124
 Ομαδική Τακτική Χειροσφαίρισης, 19,
 79
 Οργάνωση Αθλητικών Αγώνων, 18, 65
 Οργάνωση και Διοίκηση
 Εγκαταστάσεων, 18, 64
 Οργάνωση και Διοίκηση στον
 Αθλητισμό, 17, 26, 28, 46
 Οργάνωση Ολυμπιακών Αγώνων, 18, 69
 Οργάνωση Προγραμμάτων Κινητικής
 Αναψυχής, 18, 66
 Ορεινές Δραστηριότητες, 21, 102
 —Π—
 Παθήσεις και Άσκηση, 16, 42
 Παθοκινησιολογία, 16, 41
 Παιδιά, 18, 75
 ΠΑΛΑΝΤΖΑΣ, 153
 Πάλη, 21, 102
 ΠΑΝΑΓΙΩΤΙΔΟΥ, 153
 ΠΑΝΑΓΙΩΤΟΠΟΥΛΟΣ, 134
 Παναγιωτόπουλος, 46, 63, 64
 ΠΑΝΟΠΟΥΛΟΥ, 153
 ΠΑΠΑΓΕΩΡΓΙΟΥ, 153
 ΠΑΠΑΔΗΜΗΤΡΙΟΥ, 146
 Παπαδημητρίου, 100, 106
 ΠΑΡΑΔΕΙΣΗΣ, 147
 Παραδοσιακά Παιχνίδια και Λαϊκοί
 Χοροί από Όλο τον Κόσμο, 97
 Παραδοσιακά Παιχνίδια και Χοροί από
 Όλο τον Κόσμο, 21
 ΠΑΡΘΥΜΟΣ, 152
 Πατσαντάρα, 50
 ΠΑΤΣΑΝΤΑΡΑΣ, 136
 Πειραματική Φυσιολογία, 16, 35
 Πετοσφαίριση, 18, 26, 28, 73
 Πετοσφαίριση - Προπαρασκευαστικό
 Μάθημα, 77
 Πετοσφαίριση επί Άμμου, 18, 76
 ΠΙΛΑΤΗΣ, 153
 ΠΛΑΤΑΝΟΥ, 149
 Πλατάνου, 118, 123, 124
 Πληροφορική στη Φυσική Αγωγή, 17, 53
 Ποδηλασία, 21, 103
 Ποδοσφαίριση, 18, 26, 28, 71
 Ποδοσφαίριση Θηλέων, 75
 Πρακτική Εξάσκηση, 18, 66

- Πρακτική Εξάσκηση I (Προσ. Κιν. Αγωγή), 17, 60
- Πρακτική Εξάσκηση II (Προσ. Κιν. Αγωγή), 17, 60
- Πρόληψη Τραυματισμών κατά την Άθληση, 16, 37
- Προπονητική Αθλητικών Αλμάτων, 22, 106
- Προπονητική Αθλητικών Δρόμων, 22, 105
- Προπονητική Αθλητικών Ρίψεων, 22, 106
- Προπονητική Αντισφαίρισης, 19, 80
- Προπονητική Άρσης Βαρών, 22, 109
- Προπονητική Ενόργανης Γυμναστικής, 21, 94
- Προπονητική Εξάσκηση Αθλητικών Αλμάτων, 22, 106
- Προπονητική Εξάσκηση Αθλητικών Δρόμων, 22, 105
- Προπονητική Εξάσκηση Αθλητικών Ρίψεων, 22, 107
- Προπονητική Εξάσκηση Αντισφαίρισης, 19, 80
- Προπονητική Εξάσκηση Άρσης Βαρών, 23, 109
- Προπονητική Εξάσκηση Ενόργανης Γυμναστικής, 21, 94
- Προπονητική Εξάσκηση Επιτρ. Αντισφαίρισης, 20, 81
- Προπονητική Εξάσκηση Θαλάσσιου Σκι, 25, 127
- Προπονητική Εξάσκηση Ιππασίας, 23, 112
- Προπονητική Εξάσκηση Ιστιοπλοΐας, 25, 129
- Προπονητική Εξάσκηση Καλαθοσφαίρισης, 19, 77
- Προπονητική Εξάσκηση Κανόε Καγιάκ, 25, 131
- Προπονητική Εξάσκηση Κολύμβησης, 24, 120
- Προπονητική Εξάσκηση Κωπηλασίας, 24, 122
- Προπονητική Εξάσκηση Ξιφασκίας, 22, 109
- Προπονητική Εξάσκηση Πάλης, 23, 110
- Προπονητική Εξάσκηση Πετοσφαίρισης, 19, 78
- Προπονητική Εξάσκηση Πετοσφαίρισης Επί Άμμου, 20, 83
- Προπονητική Εξάσκηση Ποδοσφαίρισης, 19, 80
- Προπονητική Εξάσκηση Πυγμαχίας, 23, 110
- Προπονητική Εξάσκηση Ρυθμικής Αγωνιστικής Γυμναστικής, 21, 98
- Προπονητική Εξάσκηση Συγχρονισμένης Κολύμβησης, 25, 126
- Προπονητική Εξάσκηση Ταε κβο ντο, 23, 113
- Προπονητική Εξάσκηση Υδατοσφαίρισης, 24, 124
- Προπονητική Εξάσκηση Χειροσφαίρισης, 19, 79
- Προπονητική Εξάσκηση Χιονοδρομίας, 23, 111
- Προπονητική Επιτραπέζιας Αντισφαίρισης, 19, 81
- Προπονητική Θαλάσσιου Σκι, 25, 126
- Προπονητική Ιππασίας, 23, 112
- Προπονητική Ιστιοπλοΐας, 25, 128
- Προπονητική Καλαθοσφαίρισης, 19, 77
- Προπονητική Κανόε Καγιάκ, 25, 130
- Προπονητική Κολύμβησης, 24, 119
- Προπονητική Κωπηλασίας, 24, 121
- Προπονητική Ξιφασκίας, 22, 108
- Προπονητική Πάλης, 23, 110
- Προπονητική Πετοσφαίρισης, 19, 78
- Προπονητική Πετοσφαίρισης Επί Άμμου, 20, 82
- Προπονητική Ποδοσφαίρισης, 19, 80
- Προπονητική Πυγμαχίας, 23, 110
- Προπονητική Ρυθμικής Αγωνιστικής Γυμναστικής, 21, 98
- Προπονητική Συγχρονισμένης Κολύμβησης, 25, 125
- Προπονητική Ταε κβο ντο, 23, 113
- Προπονητική Υδατοσφαίρισης, 24, 123
- Προπονητική Χειροσφαίρισης, 19, 79
- Προπονητική Χιονοδρομίας, 23, 111

- Προσαρμοσμένη Άσκηση για Όλους -
Κινητική Αναψυχή, 17, 59
- Προχωρημένο Επίπεδο Αθλήματος, 18,
20, 22, 24, 75, 76
- Πυγμαχία, 21, 103
- Ρ—
- ΡΟΥΜΠΗΣ, 145
- Ρούμπης, 86, 90, 91, 92
- Ρυθμική Αγωνιστική Γυμναστική, 20, 26,
29, 87
- Σ—
- ΣΑΤΡΑΤΖΕΜΗΣ, 152
- Σεμινάριο Ειδικών Θεμάτων, 16, 43
- Σημειογραφία του Χορού, 20, 93
- Σκοποβολή, 21, 101
- ΣΚΟΡΔΙΛΗΣ, 136
- Σκορδίλης, 47, 57, 58, 59, 60
- ΣΜΥΡΝΙΩΤΗΣ, 152
- ΣΜΥΡΝΙΩΤΟΥ, 146
- Σμυρνιώτου, 99, 101, 102, 103, 112
- ΣΟΥΛΤΑΝΑΚΗ, 150
- Σουλτανάκη, 114
- ΣΟΦΙΑΝΙΔΗΣ, 152
- ΣΠΗΛΙΑΚΟΣ, 145
- Σπηλιάκος, 91, 92
- ΣΤΑΘΑΚΗ, 153
- ΣΤΑΜΙΡΗΣ, 133
- Σταμίρης, 50, 51, 69
- Στατιστική Αθλητικών Αγώνων, 18, 66
- Στατιστική Φυσικής Αγωγής &
Αθλητισμού, 17, 26, 28, 48
- Στοιχεία Σύγχρονου Χορού, 21, 96
- Συγχρονισμένη Κολύμβηση, 24, 117
- Συνώσης, 33
- ΣΩΤΗΡΙΑΔΗ, 137
- Σωτηριάδη, 58, 60
- ΣΩΤΗΡΙΑΔΗΣ, 137
- Σωτηριάδης, 46, 62, 63, 64, 65, 66, 69
- ΣΩΤΗΡΟΠΟΥΛΟΣ, 141
- Σωτηρόπουλος, 71, 72, 75, 80
- Τ—
- Τάε-Κβο-Ντο, 21, 103
- ΤΑΥΡΟΠΟΥΛΟΣ, 143
- Ταυρόπουλος, 73
- ΤΕΡΖΗΣ, 148
- Τερζής, 100, 106
- Τεχνική & Μηχανική Ανάλυση Αθλητικών
Αλμάτων, 22, 106
- Τεχνική & Μηχανική Ανάλυση Αθλητικών
Δρόμων, 22, 105
- Τεχνική & Μηχανική Ανάλυση Αθλητικών
Ρίψεων, 22, 106
- Τεχνική & Μηχανική Ανάλυση
Αντισφαίρισης, 19, 80
- Τεχνική & Μηχανική Ανάλυση Άρσης
Βαρών, 22, 109
- Τεχνική & Μηχανική Ανάλυση
Ενόργανης Γυμναστικής, 21, 94
- Τεχνική & Μηχανική Ανάλυση
Επιτραπέζιας Αντισφαίρισης, 19, 81
- Τεχνική & Μηχανική Ανάλυση
Θαλάσσιου Σκι, 25, 126
- Τεχνική & Μηχανική Ανάλυση Ιππασίας,
23, 112
- Τεχνική & Μηχανική Ανάλυση
Ιστιοπλοΐας, 25, 128
- Τεχνική & Μηχανική Ανάλυση
Καλαθοσφαίρισης, 19, 77
- Τεχνική & Μηχανική Ανάλυση Κανόε
Καγιάκ, 25, 130
- Τεχνική & Μηχανική Ανάλυση
Κολύμβησης, 24, 118
- Τεχνική & Μηχανική Ανάλυση
Κωπηλασίας, 24, 121
- Τεχνική & Μηχανική Ανάλυση
Ξιφασκίας, 22, 108
- Τεχνική & Μηχανική Ανάλυση Πάλης,
23, 110
- Τεχνική & Μηχανική Ανάλυση
Πετοσφαίρισης, 19, 78
- Τεχνική & Μηχανική Ανάλυση
Πετοσφαίρισης Επί Άμμου, 20, 82
- Τεχνική & Μηχανική Ανάλυση
Ποδοσφαίρισης, 19, 80
- Τεχνική & Μηχανική Ανάλυση
Πυγμαχίας, 23, 110
- Τεχνική & Μηχανική Ανάλυση Ρυθμικής
Αγωνιστικής Γυμναστικής, 21, 98
- Τεχνική & Μηχανική Ανάλυση
Συγχρονισμένης Κολύμβησης, 25, 125

- Τεχνική & Μηχανική Ανάλυση Ταε κβο
ντο, 23, 113
- Τεχνική & Μηχανική Ανάλυση
Υδατοσφαίρισης, 24, 123
- Τεχνική & Μηχανική Ανάλυση
Χειροσφαίρισης, 19, 79
- Τεχνική & Μηχανική Ανάλυση
Χιονοδρομίας, 23, 111
- ΤΖΙΩΡΤΖΗΣ, 146
- Τζιωρτζής, 4, 99, 101, 105
- Τζούντο, 21, 104
- Τοιχοσφαίριση, 18, 76
- ΤΣΙΓΚΑΝΟΣ, 139
- Τσίγκανος, 32, 37, 61
- ΤΣΟΛΑΚΗΣ, 148
- Τσολάκης, 102, 108, 109
- ΤΣΟΠΑΝΗ, 145
- Τσσπάνη, 87, 98
- ΤΥΡΟΒΟΛΑ, 144
- Τυροβολά, 86, 90, 91, 92
- Υ—
- Υγιεινή, 16, 42
- Υδατοσφαίριση, 24, 118
- Φ—
- ΦΑΡΑΝΤΟΣ, 133
- Φαράντος, 50, 56, 67, 68
- ΦΑΦΟΥΤΗΣ, 153
- ΦΙΛΙΑ, 153
- Φιλοσοφία του Αθλητισμού, 17, 27, 28,
50
- ΦΡΑΓΚΟΥ, 153
- Φυσική Δραστηριότητα και Γήρανση, 16,
39
- Φυσιολογία του Ανθρώπου, 16, 26, 28,
31
- Φυσιολογικά Ρυθμιστικά Συστήματα, 16,
34
- Χ—
- ΧΑΙΡΟΠΟΥΛΟΥ, 149
- Χαιροπούλου, 4, 114, 116, 117, 125,
126
- ΧΑΤΖΗΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΥ, 152
- ΧΑΤΖΗΧΑΡΙΣΤΟΣ, 134
- Χατζηχαριστός, 49
- Χειροσφαίριση, 18, 26, 28, 71
- Χιονοδρομία, 21, 104
- ΧΟΥΜΑΣ, 151
- Χούμας, 114
- Ψ—
- ΨΥΧΟΥΝΤΑΚΗ, 136
- Ψυχουντάκη, 48, 52