

Πρόγραμμα σπουδών,
επαγγελματικά
δικαιώματα και επιλογή
ειδικότητας

Διγγελίδης Νικόλαος

Καθηγητής
Πρόεδρος Τμήματος



ΤΕΦΑΑ ΠΘ



Οι απόφοιτοι
του Τμήματος
έχουν
κατοχυρωμένα
επαγγελματικά
δικαιώματα
στους εξής
κλάδους:

- **Α. Φυσική Αγωγή**
- Με βάση τα Προεδρικά Διατάγματα: α) ΠΔ 107/1983 (Π.Δ. 107/1983, Τεύχος Α'), β) ΠΔ 64/1993 (ΦΕΚ 28/τ. Α'/1993) και τους Νόμους: α) Ν. 1566/1985, άρθρο 4, παρ. 12 (ΦΕΚ 167/τ. Α'/1985) και β) Ν. 3194/2003.
- **Β. Ειδική Αγωγή και Εκπαίδευση**
- Με βάση το Ν. 3699/2008 (άρθρα 19 και 20) ορίζονται τα επαγγελματικά δικαιώματα αποφοίτων που έχουν ειδικότητα «Ειδική Φυσική Αγωγή».
- **Γ. Ίδρυση και λειτουργία Ιδιωτικών Γυμναστηρίων ή ιδιωτικών σχολών εκμάθησης αθλημάτων**
- Με βάση το ΠΔ 219/2006 και το Ν. 3599/2007.
- **Δ. Προγράμματα άθλησης για όλους**
- Με βάση το Ν. 2527/2013 και το ΦΕΚ 1776/2016.
- **Ε. Αθλητισμός**
- Με βάση τον αθλητικό νόμο Ν. 2725/1999, το Ν. 3057/2002, το Ν.4726/2020, το Ν.4818/2021 και το Ν.4809/2021.

Κλάδοι που καλύπτει το ΠΣ των ΤΕΦΑΑ και σχετική νομοθεσία	Επαγγελματικές περιοχές που καλύπτει το ΠΣ και τυπικά επαγγέλματα (ενδεικτικά)
1. Στην εκπαίδευση:	
▶ Α. Φυσική Αγωγή ▶ Με βάση τα: α) ΠΔ 107/1983 (Π.Δ. 107/1983, Τεύχος Α'), β) ΠΔ 64/1993 (ΦΕΚ 28/τ. Α'/1993) και τους Νόμους: α) Ν. 1566/1985, άρθρο 4, παρ. 12 (ΦΕΚ 167/τ. Α'/1985) και β) Ν. 3194/2003. ▶ Β. Ειδική Αγωγή και Εκπαίδευση ▶ Με βάση το Ν. 3699/2008 (άρθρα 19 και 20) ορίζονται τα επαγγελματικά δικαιώματα αποφοίτων που έχουν ειδικότητα «Ειδική Φυσική Αγωγή».	▶ Εκπαιδευτικός Φυσικής Αγωγής Πρωτοβάθμιας Εκπαίδευσης (ΠΕ11) & Εκπαιδευτικός Φυσικής Αγωγής Δευτεροβάθμιας Εκπαίδευσης (ΠΕ11), (προϋποθέτει την επιτυχή εκπαίδευση και συγκέντρωση 240 μονάδων ECTS). ▶ Εκπαιδευτικός Ειδικής Φυσικής Αγωγής (ΠΕ11.01), μετά από σχετική ειδίκευση (Πτυχίο ΤΕΦΑΑ με ειδικότητα «Ειδική Φυσική Αγωγή» κτλ)

Κλάδοι που καλύπτει το ΠΣ των ΤΕΦΑΑ και σχετική νομοθεσία	Επαγγελματικές περιοχές που καλύπτει το ΠΣ και τυπικά επαγγέλματα (ενδεικτικά)
2. Άσκηση για Όλους: ▶ Γ. Ίδρυση και λειτουργία Ιδιωτικών Γυμναστηρίων ή ιδιωτικών σχολών εκμάθησης αθλημάτων ▶ Με βάση το ΠΔ 219/2006 και το Ν. 3599/2007. ▶ Δ. Προγράμματα άθλησης για όλους ▶ Με βάση το Ν. 2527/2013 και το ΦΕΚ 1776/2016. ▶ Ε. Ειδική Αγωγή και Εκπαίδευση ▶ Με βάση το Ν. 3699/2008 (άρθρα 19 και 20) ορίζονται τα επαγγελματικά δικαιώματα αποφοίτων που έχουν ειδικότητα «Ειδική Φυσική Αγωγή».	▶ Προσωπικός προπονητής για κανονικούς πληθυσμούς (σχεδιασμός, διδασκαλία και αξιολόγηση προγραμμάτων άσκησης που προωθούν την υγεία σε κανονικούς πληθυσμούς ή σε πληθυσμούς με χαμηλό ρίσκο υγείας) ▶ Ειδικός σε θέματα άσκησης και υγείας για ειδικούς πληθυσμούς (σχεδιασμός, διδασκαλία και αξιολόγηση προγραμμάτων άσκησης που προωθούν την υγεία σε ειδικούς ή/και κλινικούς πληθυσμούς, ανάλογα πάντα με την ηλικία και τις συνθήκες υγείας) ▶ Ειδικός σε θέματα άσκησης για άτομα με αναπηρίες (εφόσον κάποιος έχει τη σχετική ειδικότητα «Ειδική Φυσική Αγωγή») ▶ Διοίκηση εγκαταστάσεων άσκησης/άθλησης (διοίκηση και διαχείριση αθλητικών εγκαταστάσεων και σχετικού προσωπικού)

Κλάδοι που καλύπτει το ΠΣ των ΤΕΦΑΑ και σχετική νομοθεσία	Επαγγελματικές περιοχές που καλύπτει το ΠΣ και τυπικά επαγγέλματα (ενδεικτικά)
3. Αθλητισμός	
▶ ΣΤ. Αθλητισμός ▶ Με βάση το Ν. 2725/1999, το Ν. 3057/2002, το Ν.4726/2020, το Ν.4818/2021 και το Ν.4809/2021. ▶ Ζ. Ειδική Αγωγή και Εκπαίδευση ▶ Με βάση το Ν. 3699/2008 (άρθρα 19 και 20) ορίζονται τα επαγγελματικά δικαιώματα αποφοίτων που έχουν ειδικότητα «Ειδική Φυσική Αγωγή».	1. Προπονητής αθλημάτων με έμφαση στη συμμετοχή (i) προπονητής αρχαρίων (π.χ. παιδιά, έφηβοι, ενήλικες), ii) προπονητής ατόμων που δίνουν έμφαση στη συμμετοχή σε αθλητικές/φυσικές δραστηριότητες (παιδιά, έφηβοι, ενήλικες) όπως, για παράδειγμα: ▶ Προπονητής ακαδημιών ▶ Προπονητής στον εργασιακό αθλητισμό ▶ Προπονητής σε ιδιωτικές σχολές (π.χ. 5 X 5 κτλ), ▶ Προπονητής σε κατασκηνώσεις, ξενοδοχεία κτλ 2. Προπονητής αθλημάτων με έμφαση στην επίδοση (i) προπονητής ατόμων με ιδιαίτερα ταλέντα/χαρίσματα (παιδιά, έφηβοι, ενήλικες), ii) προπονητής αθλητών υψηλών επιδόσεων, όπως για παράδειγμα: ▶ Βοηθός προπονητή ▶ Προπονητής φυσικής κατάστασης ▶ Προπονητής ακαδημιών ▶ Επικεφαλής προπονητής 3. Προπονητής για άτομα με αναπηρίες (εφόσον κάποιος έχει τη σχετική ειδικότητα «Ειδική Φυσική Αγωγή»)

Όλοι οι
απόφοιτοι
του
Τμήματος,
ανεξαρτήτως
ειδικότητας
μπορούν να...

- Εργαστούν σε δημόσια ή ιδιωτικά σχολεία
- Ιδρύσουν γυμναστήριο ή σύλλογο εκμάθησης αθλημάτων
- Εργαστούν ως γυμναστές σε γυμναστήρια, δήμους, συλλόγους, προγράμματα μαζικού αθλητικού, παιδικές κατασκηνώσεις, ξενοδοχεία κτλ
- Εργαστούν ως προπονητές αθλημάτων, ανάλογα με την ειδικότητα στο άθλημα που έχουν επιλέξει

Ποιο είναι το
νόημα της
«ειδικότητας»;

Κάθε ειδικότητα...

- Εμβαθύνει σε συγκεκριμένα ακαδημαϊκά και εργασιακά πεδία
- Δίνει έμφαση σε αντίστοιχες γνώσεις και ικανότητες
- Ανταποκρίνεται στο πολύπλοκο και πολυδιάστατο εργασιακό περιβάλλον των κλάδων που καλύπτει το πτυχίο του Τμήματος
- Ανταποκρίνεται στην ανάγκη για κάλυψη των ενδιαφερόντων των φοιτητών/τριών μας
- Ουσιαστικά πρόκειται για μια διαδικασία πιστοποίησης των γνώσεων και ικανοτήτων που αποκτά κάποιος σε ένα συγκεκριμένο ακαδημαϊκό και εργασιακό πεδίο

Οι επιλογές των φοιτητών
μέσα στο πρόγραμμα
σπουδών

Προσφερόμενες
ειδικότητες

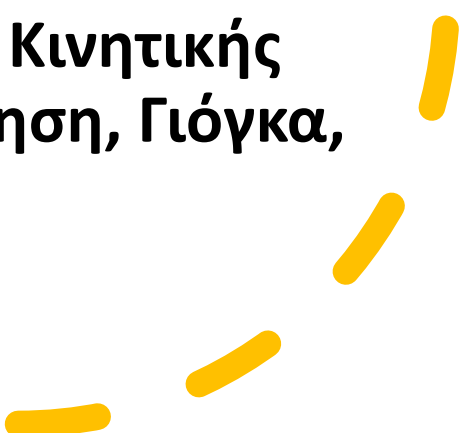
Με πρόσθετη του πτυχίου κατοχύρωση:

- Κύρια Ειδικότητα: **Αντισφαίριση**
- Κύρια Ειδικότητα: **Ενόργανη Γυμναστική**
- Κύρια Ειδικότητα: **Καλαθοσφαίριση**
- Κύρια Ειδικότητα: **Κλασικός Αθλητισμός**
- Κύρια Ειδικότητα: **Κολύμβηση**
- Κύρια Ειδικότητα: **Πετοσφαίριση**
- Κύρια Ειδικότητα: **Ποδόσφαιρο**
- Κύρια Ειδικότητα: **Τραμπολίνο**
- Κύρια Ειδικότητα: **Ειδική Φυσική Αγωγή**

A large orange circle is positioned on the left side of the slide, partially overlapping the text area.

Προσφερόμενες ειδικότητες

Χωρίς πρόσθετη του πτυχίου κατοχύρωση:

- Κύρια Ειδικότητα: **Άθληση για Όλους**
 - Κύρια Ειδικότητα: **Ελληνικοί Παραδοσιακοί Χοροί**
 - Κύρια Ειδικότητα: **Άσκηση και Υγεία - Θεραπευτική Άσκηση**
 - Κύρια Ειδικότητα: **Προπονητής Φυσικής Κατάστασης**
 - Κύρια Ειδικότητα: **Δραστηριότητες Κινητικής Αναψυχής, Χιονοδρομία, Αναρρίχηση, Γιόγκα, Πιλάτες**
- 
- Four yellow curved lines of varying lengths are arranged in a curved pattern in the bottom right corner of the slide.



Όλες οι ειδικότητες
συνδέονται άμεσα με
την αγορά εργασίας

Πτυχιακή
εργασία στο
τέλος του
ΣΤ' Εξαμήνου

Η συγγραφή πτυχιακής εργασίας είναι προαιρετική και συνιστάται:

- Για όποιον ενδιαφέρεται για την έρευνα στο χώρο των αθλητικών επιστημών
 - Για όσους ενδιαφέρονται για κάποιο μεταπτυχιακό στη συνέχεια των σπουδών τους
- 



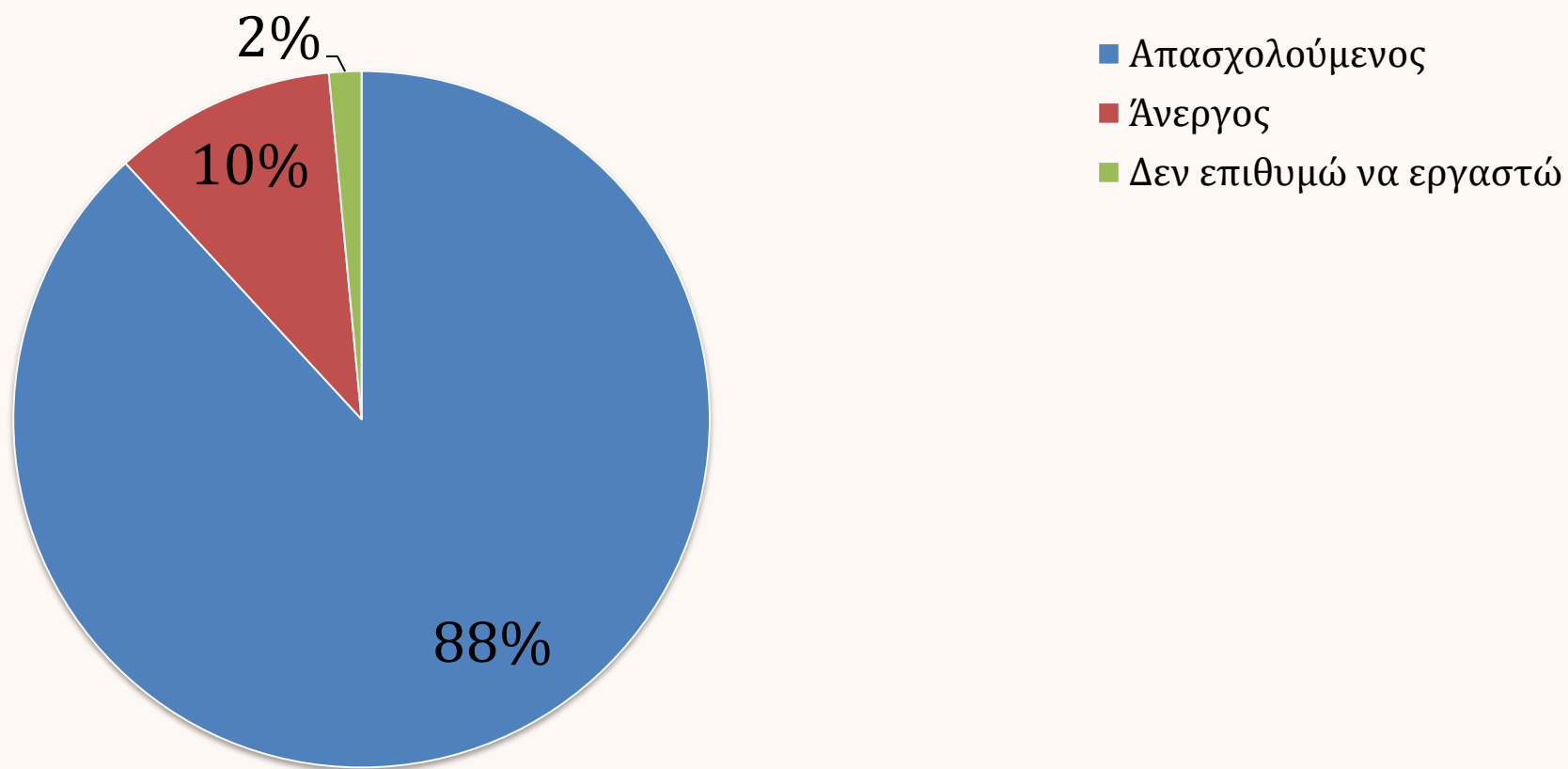
Επιλογή
πτυχιακής
εργασίας στο
τέλος του
Ζ' Εξαμήνου

- Εφόσον κάποιος έχει πάρει τα προαπαιτούμενα γι' αυτό το σκοπό μαθήματα
- 

Μελέτη Απασχόλησης Αποφοίτων βασικού κύκλου ΤΕΦΑΑ

- Το Τμήμα μας παρακολουθεί την πορεία των αποφοίτων του και μετά την αποφοίτηση
- Τα στοιχεία από τις μελέτες αποφοίτων λαμβάνονται υπόψη στις αναθεωρήσεις των προγραμμάτων σπουδών
- Η πρώτη μεγάλη έρευνα ολοκληρώθηκε το 2008, ενώ από τότε γίνεται τακτικά (για περισσότερα δείτε: <https://www.pe.uth.gr/index.php/draseis/apofoitoi>)

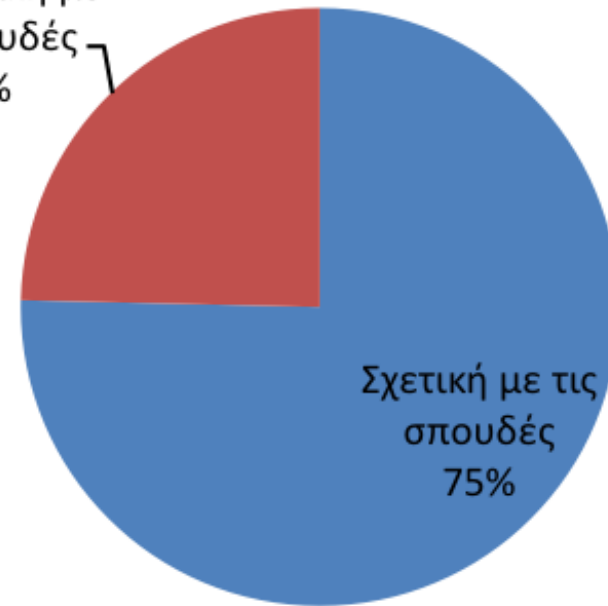
Η επαγγελματική κατάσταση των αποφοίτων του ΤΕΦΑΑ Θεσσαλίας



Σχέση της κύριας
απασχόλησης των
αποφοίτων του
Τ.Ε.Φ.Α.Α. με τις
σπουδές

Σχετική με σπουδές εργασία

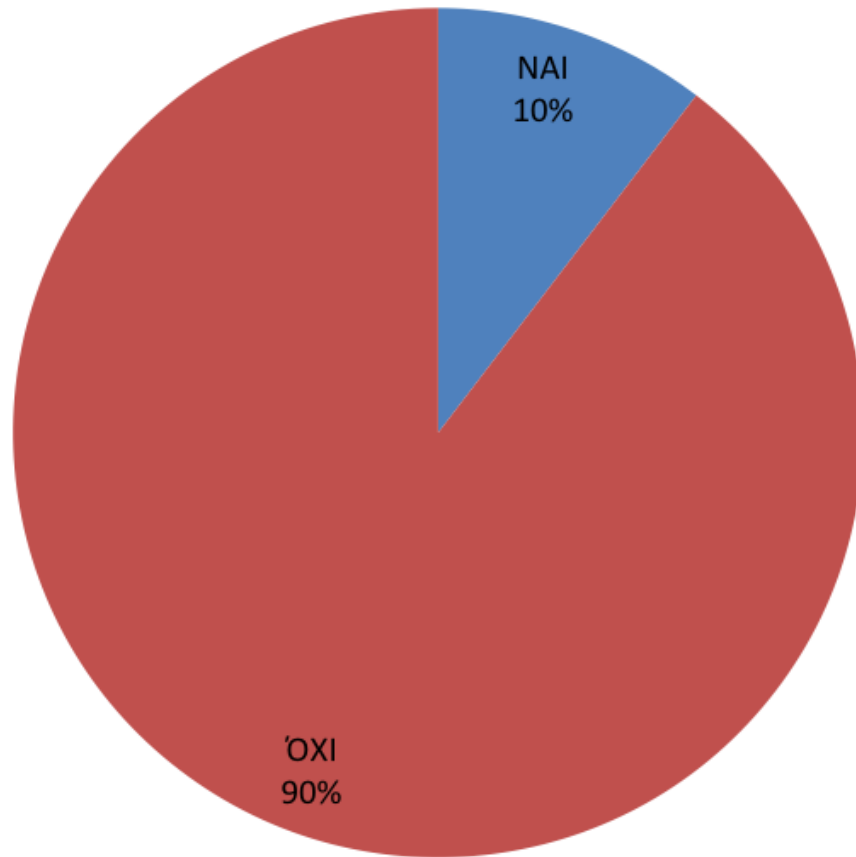
Μη σχετική με
τις σπουδές
25%



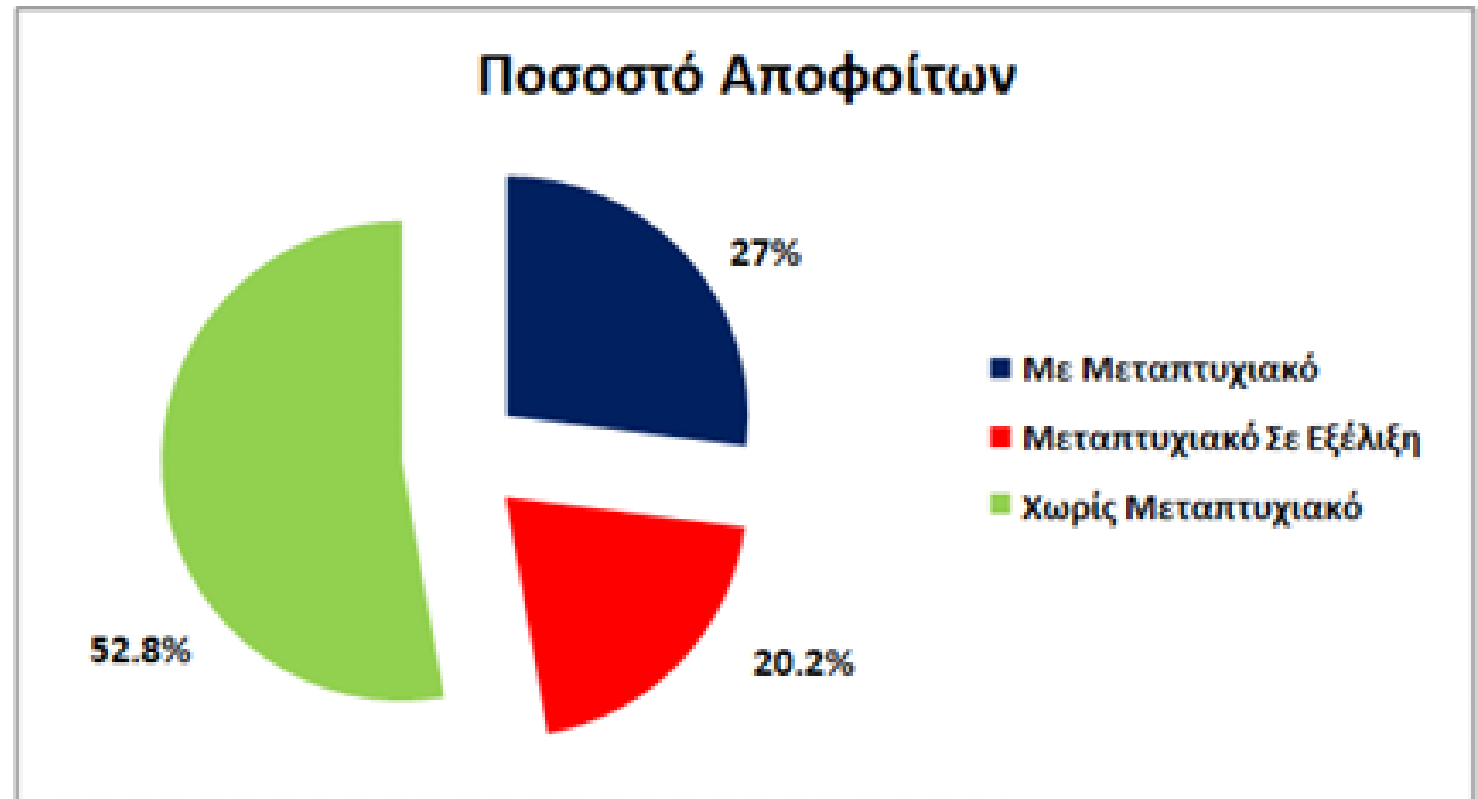
Σχετική με τις
σπουδές
75%

Κατοχή δεύτερου
πτυχίου από
τους/τις
απόφοιτους που
συμμετείχαν στην
έρευνα

2ο Πτυχίο



Κατοχή
μεταπτυχιακού
τίτλου από τους
συμμετέχοντες
στην έρευνα



Κατοχή
διδακτορικού
τίτλου από τους
συμμετέχοντες
στην έρευνα

Κατοχή Διδακτορικού





Το πρόγραμμα σπουδών
οφείλει να εξασφαλίζει τις
κατάλληλες ευκαιρίες για
μόρφωση και πρόοδο



*Οι φοιτητές μας είναι ανάγκη να μαθαίνουν αυτά
που είναι χρήσιμα για τη ζωή τους*

*Non scholae, sed
vitae discimus*

Παρουσίαση Ειδικοτήτων Εαρινό Εξάμηνο 2026

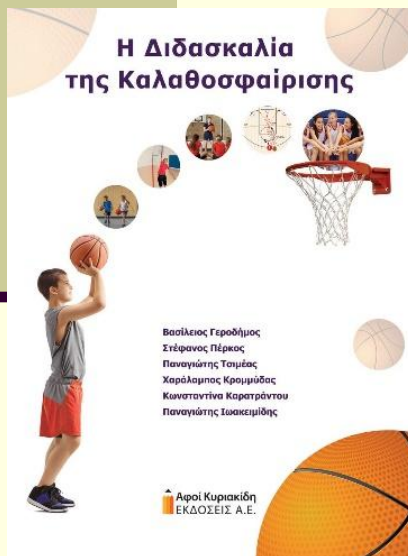
Αμφιθέατρο ΤΕΦΑΑ
13:15-15:00, 01/10/2025

Προσφερόμενες Ειδικότητες 2025-2026

1. Καλαθοσφαίριση
2. Άθληση για όλους
3. Πετοσφαίριση
4. Αντισφαίριση
5. Ειδική Φυσική Αγωγή
6. Ελληνικοί Παραδοσιακοί Χοροί
7. Κολύμβηση
8. Άσκηση και Υγεία – Θεραπευτική Άσκηση
9. Δραστηριότητες Κινητικής Αναψυχής – Πιλατες, Γιογκα, Χιονοδρομία, Αναρρίχηση
10. Κλασικός Αθλητισμός
11. Προπονητής Φυσικής Κατάστασης
12. Ποδόσφαιρο
13. Ενόργανη Γυμναστική
14. Τραμπολίνο

DEPARTMENT OF PHYSICAL EDUCATION & SPORT SCIENCE - UNIVERSITY OF THESSALY
ΤΜΗΜΑ ΕΠΙΣΤΗΜΗΣ ΦΥΣΙΚΗΣ ΑΓΩΓΗΣ & ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ
ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΘΕΣΣΑΛΙΑΣ

Ειδικότητα Καλαθοσφαίρισης



Διδάσκοντες

Γεροδήμος Βασίλειος, Καθηγητής ΤΕΦΑΑ-ΠΘ

Κρομμύδας Χαράλαμπος, Επ. Καθηγητής ΤΕΦΑΑ-ΠΘ

Τσιμέας Παναγιώτης, Ε.Ε.Π. ΤΕΦΑΑ-ΠΘ

Ιωακειμίδης Παναγιώτης, Ε.Ε.Π. ΤΕΦΑΑ-ΠΘ

Σκοπός και μαθησιακά αποτελέσματα της ειδικότητας

Με την επιτυχή ολοκλήρωση του μαθήματος ο φοιτητής/τρια θα είναι σε θέση να:

- εκτελεί και να διδάσκει επιθετικές και αμυντικές δεξιότητες,
- διδάσκει επιθετική και αμυντική τακτική,
- αναλύει έναν αγώνα (scouting) συντάσσοντας αναφορά (report)
- οργανώνει και λειτουργεί μια ακαδημία καλαθοσφαίρισης,
- σχεδιάζει και να υλοποιεί ένα αθλητικό γεγονός,
- σχεδιάζει, εφαρμόζει, αξιολογεί και καθοδηγεί προγράμματα ανάπτυξης της δύναμης, της κινητικότητας, του συντονισμού, της ταχύτητας και της αντοχής στις αναπτυξιακές ηλικίες.
- σχεδιάζει, εφαρμόζει, αξιολογεί και καθοδηγεί ένα ετήσιο πλάνο προπόνησης σε επαγγελματίες αθλητές και αθλήτριες.



Περιεχόμενο Ειδικότητας

Τι θα μάθετε

- Ατομική τεχνική.
- Ατομική και ομαδική τακτική.
- Ανάπτυξη φυσικής κατάστασης.
- Ετήσιο και Μακροχρόνιο προγραμματισμό.
- Καλαθοσφαίριση σε παιγνιώδη μορφή.
- Οργάνωση και λειτουργία αθλητικών κατασκηνώσεων, ακαδημιών και camp.
- Διοργάνωση τουρνουά (3 on 3).
- Ανίχνευση ταλέντων και κατασκοπία ομάδων μέσω video.
- Καλαθοσφαίριση και Internet.



Ιδιαίτερα Χαρακτηριστικά

- Εναλλαγή διδασκόντων.
- Ποικιλία διδακτικών μεθόδων.
- Έμφαση στη διεξαγωγή μαθημάτων από τους φοιτητές για ανάπτυξη διδακτικής ικανότητας.
- Εργασίες που προσομοιάζουν στην εργασιακή πραγματικότητα:
 - σχεδιασμός προετοιμασίας ομάδας,
 - οργάνωση τουρνουά 3 X 3,
 - δημιουργία και προώθηση ακαδημίας.
 - ομαδικό scouting.

Λόγοι επιλογής & σύνδεση με την αγορά εργασίας

Γιατί να την επιλέξετε

- Είναι ένα από τα πιο διαδεδομένα αθλήματα στον κόσμο.
- Στην Ελλάδα ασχολούνται πάνω από 20.000 αθλητές και ένας μεγάλος αριθμός μαζικά αθλούμενων.
- Πολύ μεγάλη διάδοση στις νεαρές ηλικίες.
- Παντού υπάρχει η υποδομή (γήπεδα) για να δημιουργήσετε δικό σας σύλλογο - σωματείο - ακαδημία.
- Η καλαθοσφαίριση είναι σημαντικό στοιχείο σε άλλους αθλητικούς χώρους όπως π.χ. κατασκηνώσεις, δημοτικούς αθλητικούς οργανισμούς κλπ.



Σύνδεση με την αγορά εργασίας

Με τις γνώσεις που θα αποκομίσετε από την ειδικότητα μπορείτε να εργαστείτε:

- ως προπονητές σέ ομάδες,
- ως υπεύθυνοι φυσικής κατάστασης σε ομάδες,
- ως υπεύθυνοι ανίχνευσης ταλέντων σε ομάδες,
- ως υπεύθυνοι παρακολούθησης - κατασκοπία των αντιπάλων (scouting) σε ομάδες,
- σε προγράμματα «Άθλησης για όλους» των δήμων,
- σε παιδικές κατασκηνώσεις,
- σε αθλητικές ακαδημίες,
- σε αθλητικά Camp,
- σε ξενοδοχειακές εγκαταστάσεις,
- σε διοργανώσεις καλαθοσφαίρισης (τουρνουά).



Ειδικότητα Άθληση για όλους

Υπεύθυνη ειδικότητας

Καρατράντου Κωνσταντίνα, Αν. Καθηγήτρια ΤΕΦΑΑ-ΠΘ.



Διδάσκοντες

Γεροδήμος Βασίλειος, Καθηγητής ΤΕΦΑΑ-ΠΘ.

Πολλάτου Ελιζάνα, Αν. Καθηγήτρια ΤΕΦΑΑ-ΠΘ.

Καρατράντου Κωνσταντίνα, Αν. Καθηγήτρια ΤΕΦΑΑ-ΠΘ.

Ιωακειμίδης Παναγιώτης, Ε.Ε.Π. ΤΕΦΑΑ-ΠΘ.

Επιπρόσθετα από το μόνιμο προσωπικό πρακτικά μαθήματα παραδίδουν οι:

Δρ. Βασιλοπούλου Θεοδώρα, Δρ. Μπατατόλης Χρήστος, Υπ. Δρ. Δρακάκης Άγγελος και πολλοί εξειδικευμένοι επιστήμονες σε διάφορες μορφές άσκησης (tai chi, συνδυαστικά προγράμματα άσκησης, kangoo jumps, pilates, spinning, pole dance, yoga κ.ά.) γυμναστές.

Σκοπός και μαθησιακά αποτελέσματα της ειδικότητας

Με την επιτυχή ολοκλήρωση του μαθήματος ο/η φοιτητής / τρια θα είναι σε θέση να:

- υποδέχεται τους ασκούμενους στο χώρο άσκησης, να αξιολογεί και να καταγράφει τις ανάγκες και τις ιδιαιτερότητές τους, και να καθορίζει τους στόχους των προγραμμάτων άσκησης,
- σχεδιάζει προγράμματα για την ανάπτυξη της φυσικής κατάστασης (δύναμη, αερόβια ικανότητα, κινητικότητα, συντονιστικές ικανότητες, ταχύτητα) και να τα εφαρμόζει ατομικά (**personal training**) ή ομαδικά (**group training**),
- προσαρμόζεται σε διάφορες καταστάσεις όπως: διαφορετικές ηλικιακές ομάδες, αριθμός ασκούμενων, υπάρχων εξοπλισμός, εγκαταστάσεις, διαφορετικούς προπονητικούς στόχους.

▪ εφαρμόζει στην πράξη προγράμματα δύναμης, αερόβιας, κινητικότητας, ταχύτητας συντονιστικών ικανοτήτων χρησιμοποιώντας:

- ✓ συνδυαστικά προγράμματα άσκησης,
- ✓ ενδυνάμωση με/και χωρίς όργανα,
- ✓ προγράμματα γυμναστικής για όλους,
- ✓ μουσικοκινητικά προγράμματα άσκησης,
- ✓ ασκήσεις κινητικότητας και ισορροπίας,

με μορφές άσκησης:

calisthenics, tai chi, δόνηση, pole dance, spinning, yoga, pilates, circuit training κ.α.

και προπονητικά μέσα:

fitball, medicine balls, ιμάντες και λάστιχα, bosu, δίσκους ισορροπίας, yoga bricks, foam roller κ.α.

Σχεδιασμός, εφαρμογή και προσαρμογή του προγράμματος σε διάφορες καταστάσεις & σε διάφορες ομάδες του πληθυσμού

Άσκηση & Ευεξία στον χώρο εργασίας



Άσκηση μέσω διαδικτύου



Άσκηση & μυϊκές καταπονήσεις στην καθημερινότητα



Άσκηση και εγκυμοσύνη



Άσκηση στο σπίτι



Άσκηση στην τρίτη ηλικία



Άσκηση σε νεαρά ενήλικα - μεσήλικα άτομα



Άσκηση στην προσχολική, παιδική & εφηβική ηλικία



Άσκηση σε καταστήματα κράτησης



Άσκηση & Ευεξία σε ξενοδοχειακό περιβάλλον



Σχεδιασμός και εφαρμογή προγραμμάτων για την ανάπτυξη της φυσικής κατάστασης με διάφορα προπονητικά μέσα



Εναλλακτικές μορφές άσκησης για τη βελτίωση της φυσικής κατάστασης

Tai chi



Kangoo jumps



Yoga



Pilates



Εσωτερική ποδηλασία (spinning)



Διάφορα είδη χορών



Pole dance



Ολόσωμη δόνηση



Χρήση και προσαρμογή ατομικών και ομαδικών αθλημάτων για την προαγωγή της υγείας

Ταekwondo και υγεία



Πάλη και υγεία



Χόκεϊ επί χόρτου και υγεία



Μπάσκετ και υγεία



Κρίκετ και υγεία



Γκόλφ και υγεία



Ιδιαίτερα Χαρακτηριστικά - Πλεονεκτήματα ειδικότητας

- Εναλλαγή διδασκόντων.
- Ποικιλία μορφών άσκησης και προπονητικών περιεχομένων για την ανάπτυξη της φυσικής κατάστασης και την προαγωγή της υγείας.
- Ποικιλία διδακτικών μεθόδων.
- Έμφαση στη διεξαγωγή μαθημάτων από τους φοιτητές για ανάπτυξη διδακτικής ικανότητας.
- Συνεργασία, για εξάσκηση, με μεγάλα γυμναστήρια της πόλης.
- Εργασίες που προσομοιάζουν στην εργασιακή πραγματικότητα: σχεδιασμός, εφαρμογή και αξιολόγηση προγραμμάτων σε ατομικό (**personal training**) και ομαδικό επίπεδο (**group training**).

Προαπαιτούμενα - Υποχρεώσεις φοιτητών

Άθληση για όλους I

Προαπαιτούμενο: Παρακολούθηση (με ή χωρίς επιτυχή εξέταση) του μαθήματος Ε' εξαμ. “Σχεδιασμός, Εφαρμογή και Καθοδήγηση Προγραμμάτων Άσκησης - ME1115”.

Άλλες υποχρεώσεις: Στο πλαίσιο του ΣΤ εξαμήνου της ειδικότητας οι φοιτητές/τριες υποχρεούνται:

- ✓ να παρακολουθήσουν το μάθημα επιλογής “Προγράμματα Άσκησης και Ευεξίας στο Χώρο Εργασίας-ME1145”,
- ✓ να συμμετάσχουν στην υλοποίηση του εκπαιδευτικού προγράμματος του ΤΕΦΑΑ-ΠΘ “Summerschool: Μαθαίνω μέσα από την κίνηση” (για δύο εβδομάδες μετά τη λήξη της εξεταστικής).

Άθληση για όλους II

Προαπαιτούμενο: Παρακολούθηση (με ή χωρίς επιτυχή εξέταση) του μαθήματος του ΣΤ εξαμήνου “Προγράμματα Άσκησης και Ευεξίας στο Χώρο Εργασίας-ME1145”.

Άλλες υποχρεώσεις: Στο πλαίσιο του Ζ εξαμήνου οι φοιτητές/τριες υποχρεούνται:
να παρακολουθήσουν το μάθημα “Άσκηση στις Αναπτυξιακές Ηλικίες- ME0102”.

Λόγοι επιλογής και σύνδεση με την αγορά εργασίας

Γιατί να την επιλέξετε

- Η άσκηση είναι πάρα πολύ διαδεδομένη (νεαρά άτομα, μεσήλικα και ηλικιωμένα άτομα), με πολλά άτομα να αναζητούν προγράμματα άσκησης για προαγωγή της υγείας.
- Πολλοί ασκούμενοι αναζητούν πλέον ατομικά (personal) ή ολιγομελή ομαδικά (small groups) προγράμματα άσκησης.
- Προγράμματα άσκησης με στόχο την προαγωγή της υγείας μπορούν να πραγματοποιηθούν σε οποιοδήποτε κλειστό ή ανοιχτό χώρο π.χ. γυμναστήριο, σπίτι, σχολείο, κατασκήνωση, χώρο εργασίας, αθλητικούς συλλόγους κ.α.

Σύνδεση με την αγορά εργασίας

Με τις γνώσεις που θα αποκομίσετε από την ειδικότητα μπορείτε να εργαστείτε:

- στα προγράμματα άθλησης για όλους των δήμων που προκηρύσσονται κάθε χρόνο σε όλη τη χώρα,
- ως υπεύθυνοι φυσικής κατάστασης εφαρμόζοντας τόσο ατομικά (**personal training**) όσο και ομαδικά (**group training**) προγράμματα με στόχο την προαγωγή της υγείας,
- ως υπεύθυνοι φυσικής κατάστασης:
 - ✓ σε γυμναστήρια,
 - ✓ σε κλειστούς και ανοιχτούς χώρους,
 - ✓ σε διάφορους εργασιακού χώρους
 - ✓ σε ξενοδοχειακές εγκαταστάσεις, παιδικές κατασκηνώσεις και summer schools.
 - ✓ σε αθλητικούς συλλόγους κ.α.



Ειδικότητα Πετοσφαίριση (Βόλει)

Ε.Ε.Π. ΠΑΤΣΙΑΟΥΡΑΣ ΑΣΤΕΡΙΟΣ ΤΕΦΑΑ-ΠΘ
Διδάσκοντες
spats@uth.gr

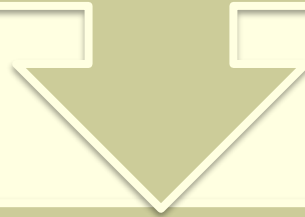
Σκοπός και μαθησιακά αποτελέσματα της ειδικότητας Βόλεϊ

Σκοπός της ειδικότητας είναι οι φοιτητές/τριες να εκτελούν ικανοποιητικά ένα εύρος κινητικών και αθλητικών δεξιοτήτων που απαιτείται στην πετοσφαίριση.

Θα γνωρίσουν πολλά για τις βασικές κινητικές δεξιότητες (π.χ. δεξιότητες μετακίνησης, δεξιότητες χειρισμού μπάλας κτλ.) του βόλεϊ και πως μπορούν να τα διδάξουν αποτελεσματικά σε όλα τα επίπεδα.

Σκοπός και μαθησιακά αποτελέσματα της ειδικότητας Βόλεϊ

Θα μπορούν να εξηγήσουν και να κάνουν επίδειξη μιας δεξιότητας/άσκησης, έτσι ώστε όλοι να καταλαβαίνουν τι πρέπει να κάνουν και μπορούν επίσης να χρησιμοποιήσουν σαφή σημεία-κλειδιά που βοηθούν τους μαθητές ή αθλητές να θυμούνται και να κατανοούν τον τρόπο που εκτελείται σωστά μια δεξιότητα.



Έχουν την ικανότητα αυτόνομης εργασίας ώστε να διδάξουν ικανοποιητικά το βόλεϊ και κυρίως τα βασικά στοιχεία της τεχνικής και τακτικής, ως προπονητές σε Συλλόγους και ως ΚΦΑ στα σχολεία.

Περιεχόμενο Ειδικότητας & Ιδιαίτερα Χαρακτηριστικά

- Ιδιαίτερα Χαρακτηριστικά
- Βελτίωση της ικανότητας σχετικά με το περιεχόμενο της γνώσης
- Ανάπτυξη της ικανότητας για την εφαρμογή της επιστημονικής γνώσης στη διδασκαλία/πράξη
- Βελτίωση της ικανότητας για την αντιμετώπιση διαφορετικών επιπέδων δεξιοτήτων στην προπόνηση

Τι θα μάθετε: Η ειδικότητα θα σας βοηθήσει να αναπτύξετε την:

Ικανότητα παραγωγής νέων ιδεών (δημιουργικότητα) και επίλυσης προβλημάτων

Ικανότητα επικοινωνίας με μη-ειδικούς (στο πεδίο)

Ικανότητα προσαρμογής σε νέες καταστάσεις

Ομαδική δουλειά - ικανότητα συνεργασίας

Ικανότητα διαπροσωπικών σχέσεων

Ικανότητα διαχείρισης σχεδίων εργασίας (πρότζεκτ)

Επιχειρηματικό πνεύμα

Επιθυμία για επιτυχία

Λόγοι επιλογής της ειδικότητας Βόλεϊ

Γιατί να την επιλέξετε?

Εύκολη εξεύρεση εργασίας και επαγγελματική αποκατάσταση σε:

- Προγράμματα σε Δήμους (Αθλητικούς οργανισμούς),
- Αθλητικές Ομάδες,
- Ακαδημίες εκμάθησης Βόλεϊ,
- ΚΔΑΠ (κέντρα δημιουργικής απασχόλησης),
- κατασκηνώσεις,
- Personal trainer for volleyball,
- Σχολεία κλπ.

- Εάν είστε ήδη αθλητές/τριες θα εμπλουτίσετε τις γνώσεις σας τόσο σε θεωρητικό όσο και σε πρακτικό επίπεδο.
- Εάν ΔΕΝ είστε αθλητές/τριες θα σας δοθεί η ευκαιρία να μάθετε τα μυστικά του βόλεϊ, τον τρόπο που θα διδάξετε το βόλεϊ και θα βελτιώσετε τις ικανότητές σας στα τεχνικά στοιχεία του βόλεϊ-Beach Volleyball κλπ.
- ΔΕΝ υπάρχει προαπαιτούμενο για τη συμμετοχή σας στην ειδικότητα, εκτός από την βούλησή σας να μάθετε βόλεϊ ;)

Σύνδεση με την αγορά εργασίας

- Σύμφωνα με τον νέο αθλητικό Νόμο όλα τα Σωματεία που είναι αναγνωρισμένα από την ΓΓΑ πρέπει να έχουν προπονητή με την αντίστοιχη ειδικότητα.
- Αναγνωρισμένη ειδικότητα με επαγγελματικά δικαιώματα στην Ελλάδα και το εξωτερικό (το ανώτατο Πτυχίο Προπονητή Α΄ Κατηγορίας)

- ΣΑΣ ΕΥΧΑΡΙΣΤΩ ΠΟΛΥ!!!
- Για περισσότερες πληροφορίες: spats@uth.gr



Ειδικότητα ΕΙΔΙΚΟΤΗΤΑ ΑΝΤΙΣΦΑΙΡΙΣΗΣ

Διδάσκοντες

Νικόλαος Κομούτος, Καθηγητής, ΤΕΦΑΑ

Δημήτρης Παπαδημητρίου (ΕΕΠ)

Σκοπός και μαθησιακά αποτελέσματα της ειδικότητας

- Ο στόχος του μαθήματος είναι η απόκτηση και η εμβάθυνση των γνώσεων σχετικά με το άθλημα της αντισφαίρισης.
- Ιδιαίτερη έμφαση δίνεται από τη μία, στην βελτίωση της τεχνικής κατάρτισης των φοιτητών (ειδικότητας), και από την άλλη, στη μύησή τους στην σύγχρονη μεθοδολογία εκμάθησης του αθλήματος της αντισφαίρισης, σύμφωνα με τα διεθνή πρότυπα, όπως αυτά θεσπίστηκαν από την Παγκόσμια Ομοσπονδία Αντισφαίρισης (ITF).
- Απώτερος σκοπός είναι η όσον το δυνατόν καλύτερη πρακτική και θεωρητική κατάρτιση των φοιτητών, ώστε να είναι σε θέση μετά την αποφοίτησή τους να εξασκήσουν το επάγγελμα του προπονητή.

Περιεχόμενο Ειδικότητας & Ιδιαίτερα Χαρακτηριστικά

ΕΑΡΙΝΟ ΕΞΑΜΗΝΟ

- Τεχνική των χτυπημάτων
- Εκμάθηση της μεθοδολογίας play & stay για μικρά παιδιά (5-10 ετών)
- Προπόνηση ενηλίκων Tennisxpress
- Οργάνωση προπόνησης

ΧΕΙΜΕΡΙΝΟ ΕΞΑΜΗΝΟ

- Προπόνηση αθλητών (11-14 ετών)
- Βασικές αρχές τακτικής για αγώνες μονού και διπλού
- Φυσική κατάσταση
- Ψυχολογία
- Διοργάνωση αγώνων
- Ετήσιος προγραμματισμός

- Ιδιαίτερο χαρακτηριστικό του τρόπου διδασκαλίας του αντικειμένου της αντισφαίρισης στην Ειδικότητα είναι ο βιωματικός τρόπος εκπαίδευσης των φοιτητών με διάφορους τρόπους. Π.χ.
- Επίσκεψη μαθητών στα γήπεδα για πρακτική εξάσκηση της μεθοδολογίας play & stay σε μικρά παιδιά από τους ίδους τους φοιτητές.
- Επίσκεψη φοιτητών της ειδικότητας σε σχολεία
- Επίσκεψη φοιτητών σε συλλόγους αντισφαίρισης
- Συμμετοχή των φοιτητών στη διοργάνωση πρωταθλήματος τένις.
- Εκπαιδευτική εκδρομή για την παρακολούθηση επαγγελματικού τουρνουά της ATP

Λόγοι επιλογής και σύνδεση με την αγορά εργασίας

- Τα τελευταία 20 χρόνια η ανάπτυξη και η διάδοση του αθλήματος ήταν ραγδαία τόσο σε αριθμό αθλουμένων όσο και σε αριθμό γηπέδων (εγκαταστάσεις).
 - Η ανάπτυξη αυτή, μετά και τις τελευταίες(γνωστές πλέον σε όλους) επιτυχίες των ελλήνων αθλητών σε παγκόσμιο επίπεδο, έχει γιγαντωθεί σε όλο τον Ελλαδικό χώρο.
 - Αυτό έχει σαν αποτέλεσμα να αυξηθεί ραγδαία ο αριθμός των απασχολούμενων προπονητών .
 - Σήμερα η ζήτηση για νέους προπονητές αντισφαίρισης είναι μεγάλη.
 - 0% ανεργία στον κλάδο των προπονητών τένις.
 - Άρα είναι μία πολύ καλή επιλογή για Ειδικότητα για τους φοιτητές ΤΕΦΑΑ.
-
- Ευχαριστώ!



Ειδική Φυσική Αγωγή

Διδάσκοντες

Κοκαρίδας Δημήτρης
Καθηγητής, ΤΕΦΑΑ-ΠΘ

Μαγγουρίτσα Γεωργία
Μέλος Ε.Ε.Π, ΤΕΦΑΑ-ΠΘ

Σκοπός και μαθησιακά αποτελέσματα της ειδικότητας

- Σκοπός της ειδικότητας είναι οι φοιτητές/τριες να μάθουν να διαμορφώνουν και να παρέχουν **εξατομικευμένα και ομαδικά προγράμματα προσαρμοσμένης άσκησης σε παιδιά και ενήλικες:**

- **Με αναπηρία** (νοητική αναπηρία, αισθητηριακές αναπηρίες όρασης και ακοής, κινητικές αναπηρίες, φάσμα αυτισμού, ψυχικές διαταραχές, χρόνια μη ιάσιμα νοσήματα, πολλαπλές αναπηρίες κ.α.) (N 3699/08)

- **σε όλους τους τομείς εφαρμογής της ΦΑ:**
- Στην Ειδική Αγωγή και Εκπαίδευση
- Στον προσαρμοσμένο αθλητισμό (Paralympics, Special Olympics, κ.α.)
- Σε κέντρα – περιβάλλοντα αποκατάστασης
- Στα Προγράμματα Άσκησης για Όλους των ΑμεΑ
- Σε γυμναστήρια ΑμεΑ, αθλητικούς συλλόγους ΑμεΑ, ΚΛΑΠ ΑμεΑ, κ.α.

- **Με ειδικές εκπαιδευτικές ανάγκες**
- διαταραχές ομιλίας– λόγου, ειδικές μαθησιακές δυσκολίες π.χ. δυσλεξία, δυσγραφία, δυσαριθμησία, δυσαναγνωσία, σύνδρομο ελλειμματικής προσοχής με ή χωρίς υπερκινητικότητα.
- με σύνθετες γνωστικές, συναισθηματικές και κοινωνικές δυσκολίες και παραβατική συμπεριφορά λόγω κακοποίησης, γονεϊκής παραμέλησης και εγκατάλειψης κ.α.
- με ανεπτυγμένες νοητικές ικανότητες και ταλέντα (N 3699/08)

Περιεχόμενο Ειδικότητας & Ιδιαίτερα Χαρακτηριστικά

■ Τι θα μάθετε

- Να διαμορφώνετε εξατομικευμένα και ομαδικά προγράμματα άσκησης σε παιδιά και ενήλικες με αναπηρία/ειδικές εκπαιδευτικές ανάγκες σε όλα τα περιβάλλοντα ΦΑ (εκπαίδευσης, αθλητισμού, αποκατάστασης κ.α.).
- Να εφαρμόζετε ένα συνεργατικό μοντέλο μεθόδων προσαρμοσμένης-θεραπευτικής κολύμβησης σε άτομα με αναπηρία και /ειδικές εκπαιδευτικές ανάγκες.
- Τα αθλήματα των Special Olympics & Paralympics και την εφαρμογή τους σε αθλητές ΑμεΑ.
- Να διοργανώνετε εκδηλώσεις ένταξης & συνεκπαίδευσης μέσω της άσκησης.

■ Ιδιαίτερα Χαρακτηριστικά

- Στην ειδικότητα, δίνεται ιδιαίτερη έμφαση στην εκτενή πρακτική άσκηση σε πραγματικές εργασιακές συνθήκες από την πρώτη στιγμή, σε ειδικό δημοτικό σχολείο, ειδικό γυμνάσιο, ψυχιατρική κλινική, κέντρα αποκατάστασης, σύλλογο ατόμων με αυτισμό, συλλόγους προσαρμοσμένου αθλητισμού κ.α.
- Πραγματοποιούνται πρόσθετα μαθήματα - σεμινάρια ψυχοκινητικής και θεραπευτικής κολύμβησης με ακόλουθη δίμηνη πρακτική άσκηση μέσω ΕΣΠΑ σε δομές ειδικής αγωγής και κέντρα αποκατάστασης.
- Διοργανώνεται ως σχέδιο εργασίας μία εκδήλωση συνεκπαίδευσης μαθητών με και χωρίς αναπηρία μέσω της άσκησης.
- Παρέχεται βεβαίωση πραγματοποίησης πρακτικής άσκησης από κάθε συνεργαζόμενο φορέα ΑμεΑ που εμπλουτίζει σημαντικά το βιογραφικό των φοιτητών/τριών της ειδικότητας.

Λόγοι Επιλογής

- **Η ειδική ΦΑ είναι νομικά κατοχυρωμένη ειδικότητα με αντίστοιχα ΦΕΚ σε όλους τους τομείς**, με πολύ καλή επαγγελματική αποκατάσταση και ποικιλία επιλογών εργασίας σε όλους τους τομείς εφαρμογής της ΦΑ (ειδική αγωγή & εκπαίδευση, προσαρμοσμένο αθλητισμό, άσκηση σε περιβάλλοντα αποκατάστασης, μαζικό αθλητισμό ΑμεΑ, ιδιωτική εργασία, εργασία σε ιδιωτικούς και δημόσιους φορείς ΑμεΑ, κ.α.).
- **Είναι μία ολοένα αναπτυσσόμενη ειδικότητα** δεδομένου ότι η ολοένα αυξανόμενη αποδοχή της διαφορετικότητας και της κοινωνικής ένταξης των ατόμων με αναπηρία και ειδικές εκπαιδευτικές ανάγκες, δημιουργεί αυξανόμενες ευκαιρίες συμμετοχής και εργασίας σε ανάλογες δράσεις και προγράμματα.
- **Ο/Η απόφοιτος/η της ειδικότητας ειδικής ΦΑ μπορεί να διοριστεί εξίσου και στη γενική εκπαίδευση αλλά και να εργαστεί σε όλα τα περιβάλλοντα άσκησης ατόμων χωρίς αναπηρία**, από τη στιγμή που είναι πτυχιούχος καθηγητής/τρια ΦΑ, η γνώση μάλιστα που αποκτά από την ειδικότητα, του/της δίνει την δυνατότητα να είναι σε θέση να γυμνάσει το 100% των ασκούμενων (με και χωρίς αναπηρία) που κάθε φορά αναλαμβάνει.
- **Η προσφορά σε συνανθρώπους μας που έχουν την ανάγκη μας αλλά ξέρουν να αγαπούν ανιδιοτελώς, δίνει τεράστια ψυχική ικανοποίηση.**

Σύνδεση με την Αγορά Εργασίας

Με βάση τη πλήρη νομική κατοχύρωση της ειδικότητας σε όλους τους τομείς εφαρμογής της ΦΑ (Ν. 3699/2008 περί Ειδικής Αγωγής και Εκπαίδευσης, τον συνδυασμό του ν. 2725/99 όπως ισχύει, άρθρο 31 παρ. 2. του ν. 3919/2011 άρθρο 3 παρ. 1, του ν. 4186/2013 άρθρο 39 παρ. 2., και το Ν. 4726/2020 - άρθρο 8 & 9- για τον αθλητισμό ατόμων με αναπηρίες), οι απόφοιτοι ειδικής ΦΑ:

■ **Διορίζονται σε μόνιμες θέσεις ή ως αναπληρωτές καθηγητές ειδικής ΦΑ** στην ειδική αγωγή και εκπαίδευση (ΕΑΕ) με διαφορετικό κωδικό, σε ξεχωριστή λίστα αναπληρωτών (ΠΕ 11 ΕΑΕ), με **μοριοδότηση** (η μόνη ειδικότητα που λαμβάνει 8 μόρια).

■ **Από αυτό το σχολικό έτος 2025-2026 και έπειτα, με νέα εγκύκλιο, οι απόφοιτοι της ειδικότητας** μπορούν πλέον να διδάξουν με αίτησή τους στις Διευθύνσεις Πρωτοβάθμιας, το αντικείμενο της κολύμβησης σε μαθητές ΑμεΑ, στο πλαίσιο του πανελλαδικού μαθήματος στις Γ΄ και Δ΄ τάξεις.

■ **Αποκτούν πτυχίο «Προπονητή Α της ΓΓΑ αθλητών ειδικής φυσικής αγωγής»,** στον ΠαραΟλυμπιακό Αθλητισμό, Special Olympics και προσαρμοσμένο αθλητισμό γενικότερα.

■ **Εργάζονται εδώ και δεκαετίες ως καθηγητές “προσαρμοσμένης ΦΑ – θεραπευτικής γυμναστικής” σε κέντρα αποκατάστασης** και αντίστοιχες δομές, προσφέροντας προγράμματα προσαρμοσμένης άσκησης και θεραπευτικής κολύμβησης σε άτομα με αναπηρία/ειδικές εκπαιδευτικές ανάγκες.

■ **Μπορούν να ιδρύσουν ιδιωτικό φορέα ΑμεΑ (αθλητικό σύλλογο & γυμναστήριο ΑμεΑ, ΚΔΑΠ, ΚΛΙΦ & συλλόγους ΑμεΑ)** μόνοι τους ή σε συνεργασία με άλλες ειδικότητες της ειδικής αγωγής.

■ **Εργάζονται ως συνοδοί παράλληλης στήριξης κατά την προσχολική ηλικία ή συνοδοί ως ειδικοί βοηθοί** (Νόμος 4186/17-9-2013) κατά την σχολική ηλικία μαθητών με αναπηρία/ειδικές εκπαιδευτικές ανάγκες, ή ως **προσωπικοί βοηθοί σε άτομα με αναπηρία** (Νόμος 4837/2021).

■ **Προσλαμβάνονται σε προγράμματα Δήμων ΑγΟ της ΓΓΑ για ΑμεΑ, σε συλλόγους ΑμεΑ, σε ιδιωτικά και δημόσια ΚΔΑΠ ΑμεΑ, σε ΚΛΙΦ, σε προγράμματα για κατασκηνώσεις ΑμεΑ, ψυχιατρικές κλινικές, άσκηση ευαίσθητων κοινωνικά ομάδων, κ.α.**

■ **Παρέχουν ιδιωτικές υπηρεσίες** εξατομικευμένων προγραμμάτων άσκησης και θεραπευτικής κολύμβησης σε άτομα με αναπηρία/ειδικές εκπαιδευτικές ανάγκες όλων των ηλικιών.



Ειδικότητα Ελληνικοί Παραδοσιακοί Χοροί

Διδάσκων:

Γιάννης Δήμας

Ε.Ε.Π. ΤΕΦΑΑ Π.Θ.

Δάφνη Ιακωβάκη MSc

Διδακτορικοί φοιτητές: Βανέσα Λαχάνου - Άγγελος Δρακάκης
όπως και συνεργάτες - επισκέπτες καθηγητές διδάσκοντες εκτός ΤΕΦΑΑ.

Σκοπός και μαθησιακά αποτελέσματα της ειδικότητας

- Ο σκοπός της ειδικότητας ΕΛΛΗΝΙΚΟΙ ΠΑΡΑΔΟΣΙΑΚΟΙ ΧΟΡΟΙ είναι να καταστήσει τους σημερινούς φοιτητές:
- **Ειδικευμένους επιστήμονες.**
- **Παιδαγωγούς Δασκάλους των χορών.**
- **Φορείς πολιτισμού.**
- **Φορείς πανάρχαιων αξιών του ελληνισμού.**
- **Φορείς πανανθρώπινων αξιών για την ζωή.**

Περιεχόμενο Ειδικότητας & Ιδιαίτερα Χαρακτηριστικά

- Τι θα μάθετε:
 - Την πραγματική έννοια και την κοινωνική διάσταση του χορού. Ιστορική εξέλιξη. Λαογραφικά και εθνογραφικά στοιχεία.
 - Ρυθμολογία:
Ρυθμός το Α και το Ω για την ύπαρξη της ζωής. Ο Ρυθμός στη φύση, στη ζωή, στον άνθρωπο, στην κίνηση, στο χορό, στα αθλήματα.
 - Ο χορός ως μέσον εκπαίδευσης - αναψυχής - άθλησης
 - Μεθοδολογία - Διδακτική
- Ιδιαίτερα Χαρακτηριστικά:
 - Εκπαιδευτικές εκδρομές
 - Επιτόπια Σεμινάρια
 - Καταγραφές
 - Ερευνητικές εργασίες

Λόγοι επιλογής και σύνδεση με την αγορά εργασίας

- Είναι ειδικότητα 'χωρίς ημερομηνία λήξης' και δεν υπάρχει ανεργία στον Παιδαγωγό Χοροδιδάσκαλο.
 - Με βάση την δομή της Ελληνικής οικογένειας το κάθε παιδί στην μαθητική του ηλικία, θα περάσει μαθησιακά από ένα έως και δέκα χρόνια, σε κάποια ομάδα χορού.
 - Υπάρχει πληθώρα Χορευτικών ομάδων καθώς και η δυνατότητα ανάπτυξης νέων σε όλη την επικράτεια εντός και εκτός Ελλάδας.
 - Ο Χορός σε ανανεώνει ψυχικά, πνευματικά, σωματικά και μπορείς να τον διδάσκεις σε όλες τις φάσεις της ζωής σου.
- Ο Ελληνικός Χορός διδάσκεται παντού:
 - Ολοήμερο Σχολείο - Παιδικοί Σταθμοί.
 - Δήμοι - Κοινότητες - Πολιτιστικοί Σύλλογοι.
 - Κ.Α.Π.Η. - Εκκλησιαστικές ενορίες.
 - Κατασκηνώσεις - Ξενοδοχεία - Γυμναστήρια.
 - Σύλλογοι γονέων και κηδεμόνων.
 - Σχολές χορών, εντός και εκτός Ελλάδας.

* Οικονομικές απολαβές :

Ένα μικρό παράδειγμα:

Η συνεργασία με Σύλλογο Γονέων και Κηδεμόνων δυναμικότητας 125 παιδιών (5 τμήματα x 25 παιδιά), για μία ημέρα την εβδομάδα, σε 5 διδακτικές ώρες, μέσα σε ένα μόνον απόγευμα, αποφέρει μηνιαίως:

125 παιδιά x 10€ = 1.250€

Δική σας η επιλογή!

Διδακτικές δράσεις εκτός Ελλάδας σε Ευρωπαίους Χορευτές



Εδώ χωράμε όλοι



Ο κύκλος του χορού...

Ο κύκλος της ζωής...

Γιάννης Δήμας



Ειδικότητα Κολύμβηση

Υπεύθυνοι Καθηγητές Ειδικότητας

Χατζηγεωργιάδης Αντώνιος
Καθηγητής, ΤΕΦΑΑ-ΠΘ

Γαλάνης Ευάγγελος
Επ. Καθηγητής., ΤΕΦΑΑ-ΠΘ

Μαθησιακοί Στόχοι & Αποτελέσματα

Στόχος 1

- Εκμάθηση των βασικών αρχών και της σύγχρονης τεχνικής ανάλυσης της κολύμβησης
- Διδασκαλία κολύμβησης σε μικρές ηλικίες και η εξάσκηση στη διδακτική της κολύμβησης

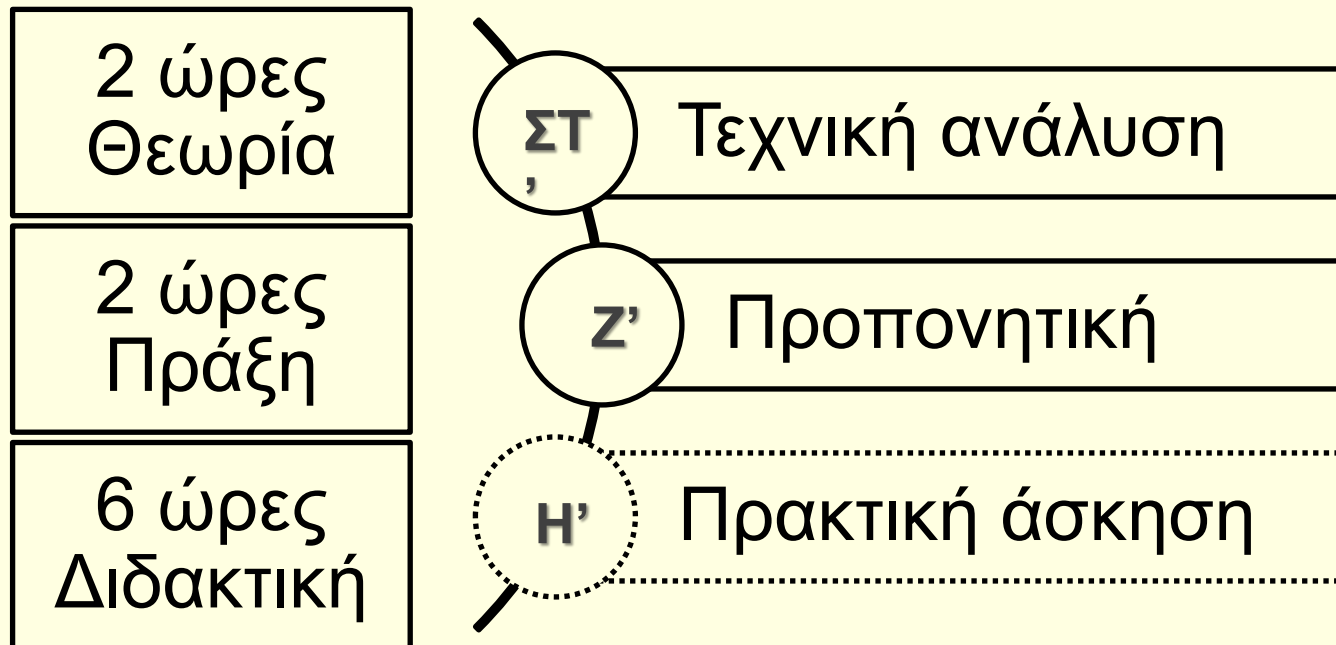
Στόχος 2

- Διδασκαλία σε ειδικά θέματα προπονητικής για αγωνιστικό επίπεδο (αρχές και μέθοδοι προπόνησης)
- Διδασκαλία και εξάσκηση σε θέματα προπονητικού προγραμματισμού για την αγωνιστική κολύμβηση

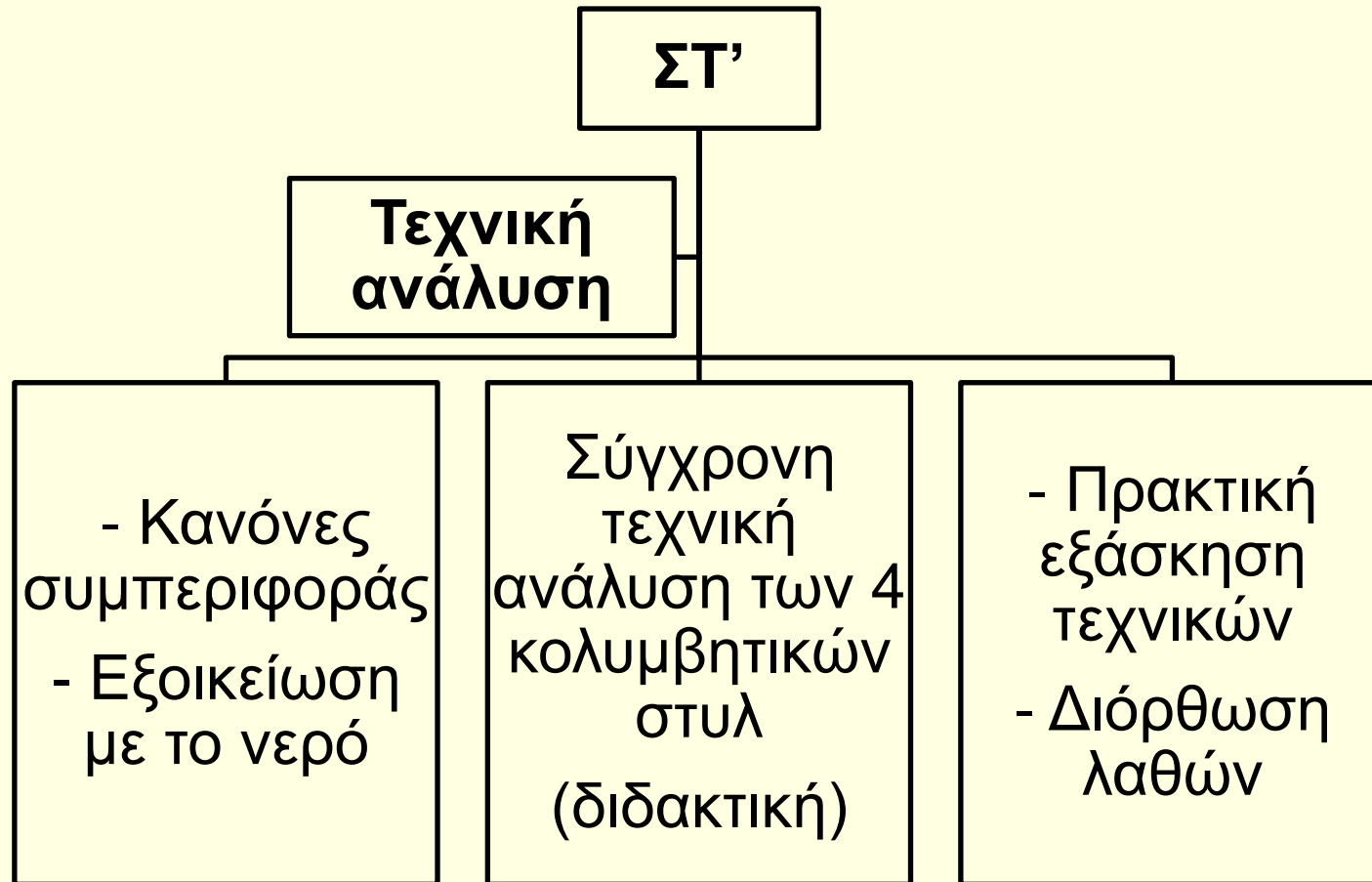
Αποτελέσματα

- Ικανότητα εφαρμογής της επιστημονικής γνώσης στην πράξη
- Κατανόηση θεμάτων που σχετίζονται με την προπονητική συμπεριφορά
- Ομαδική δουλειά - ικανότητα συνεργασίας
- Ικανότητα αυτόνομης εργασίας

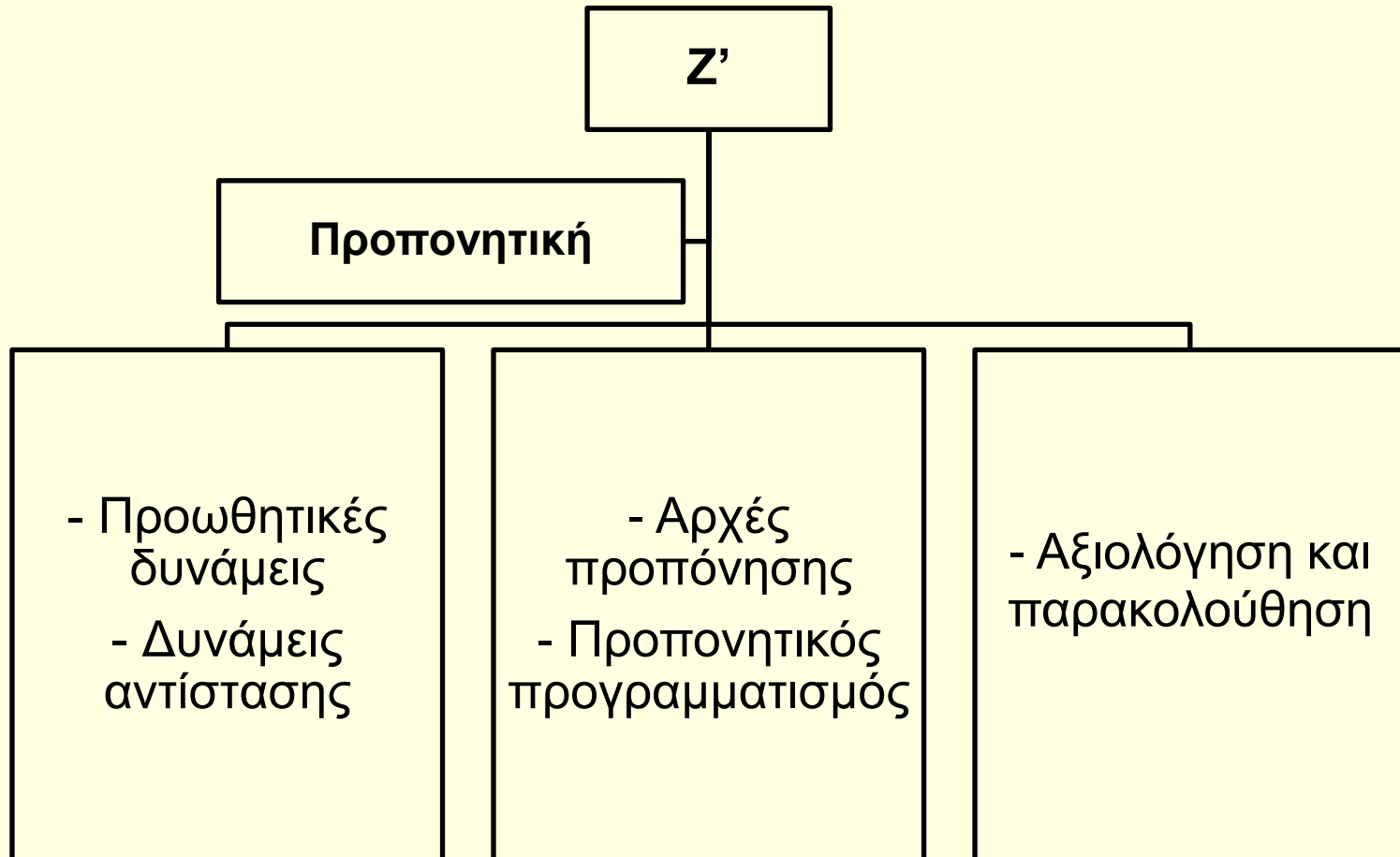
Δομή Μαθήματος



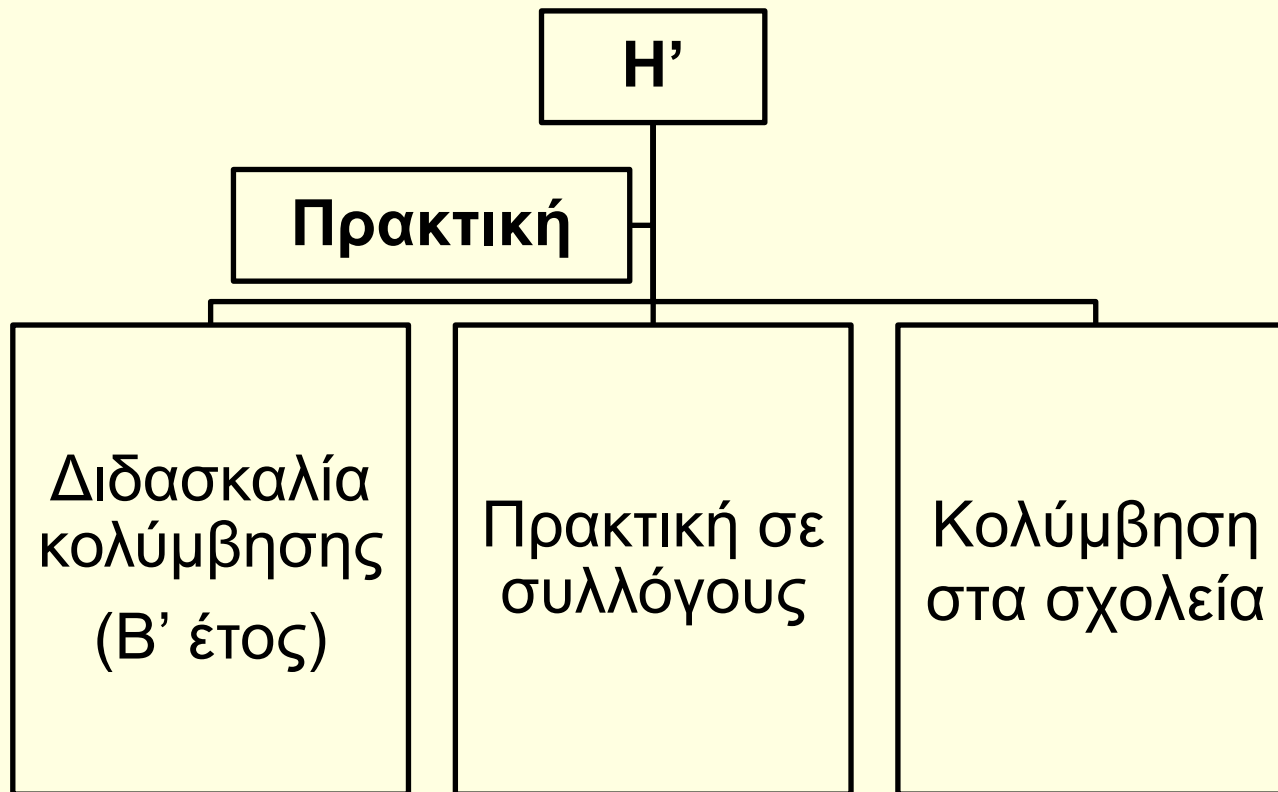
Περιεχόμενο Μαθήματος



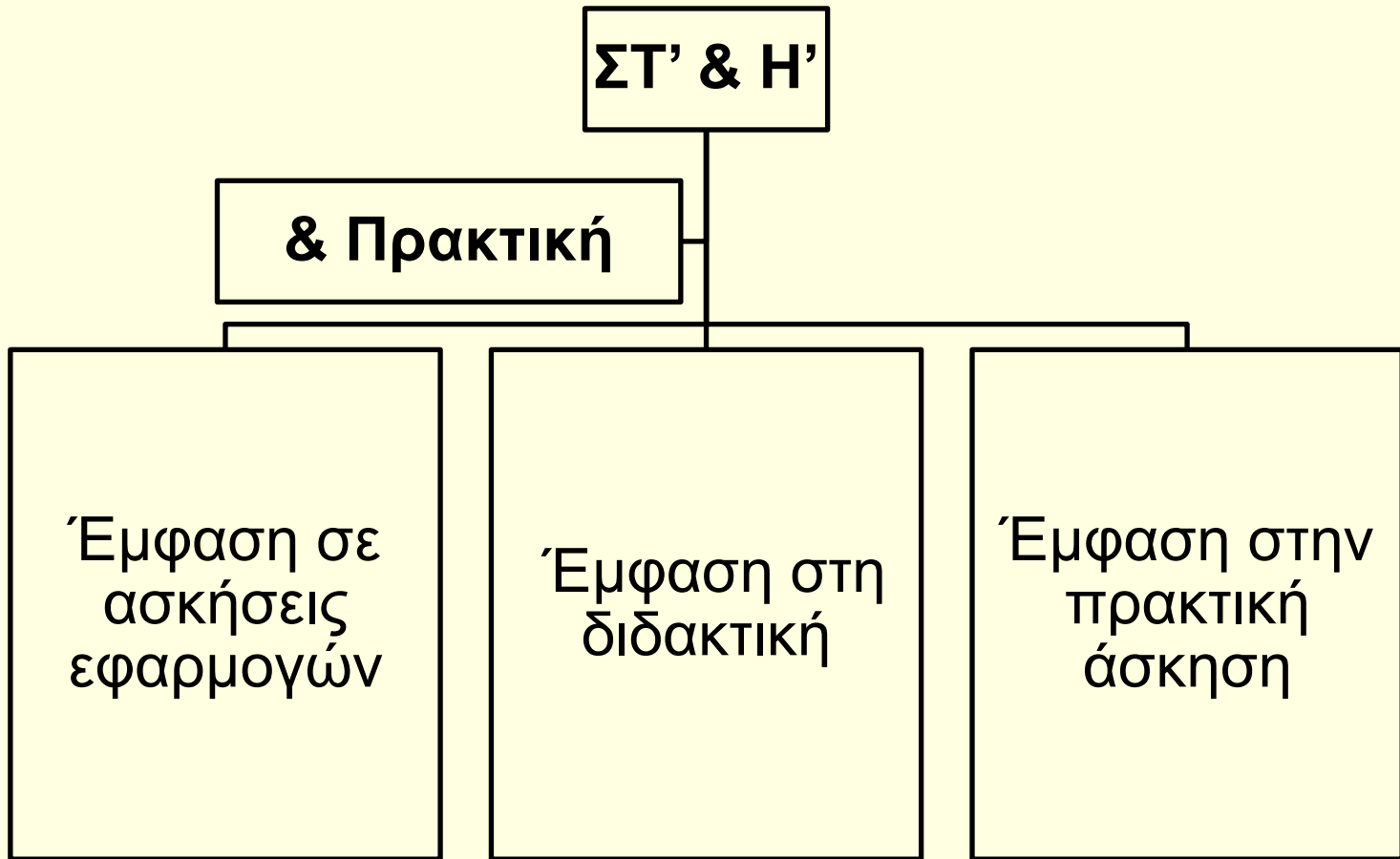
Περιεχόμενο Μαθήματος



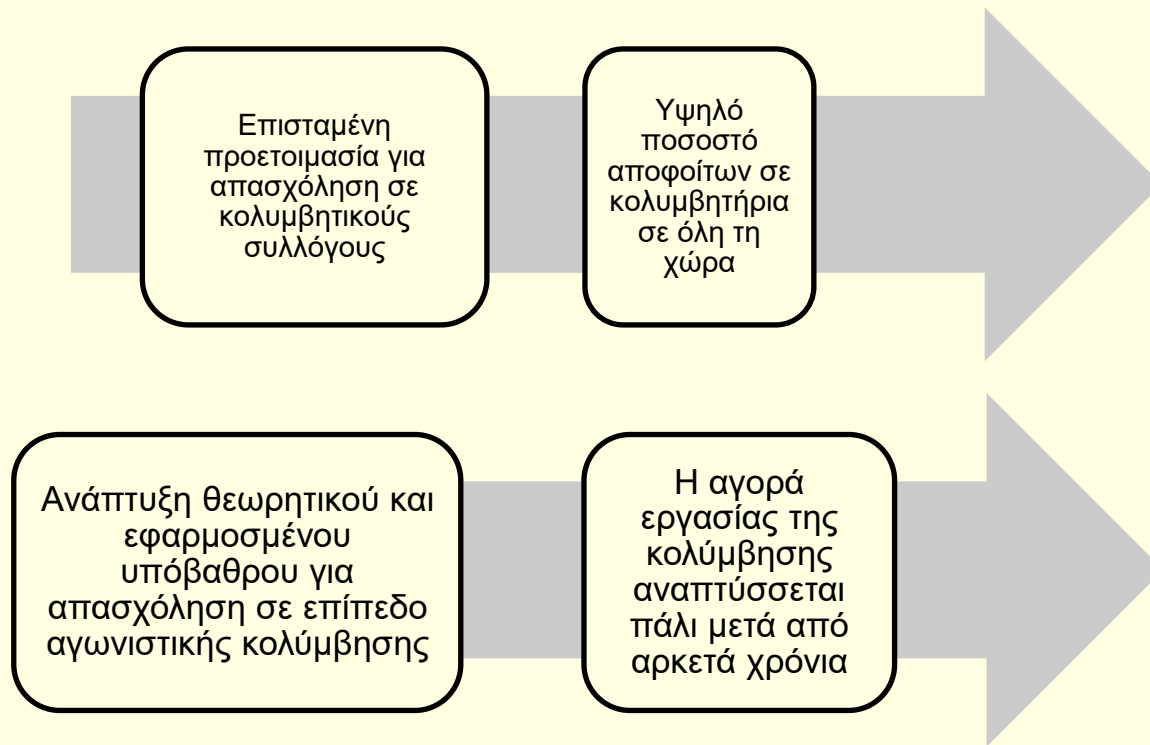
Περιεχόμενο Μαθήματος



Ιδιαίτερα Χαρακτηριστικά



Λόγοι Επιλογής & Σύνδεση με την Αγορά Εργασίας



Λόγοι Επιλογής & Σύνδεση με την Αγορά Εργασίας

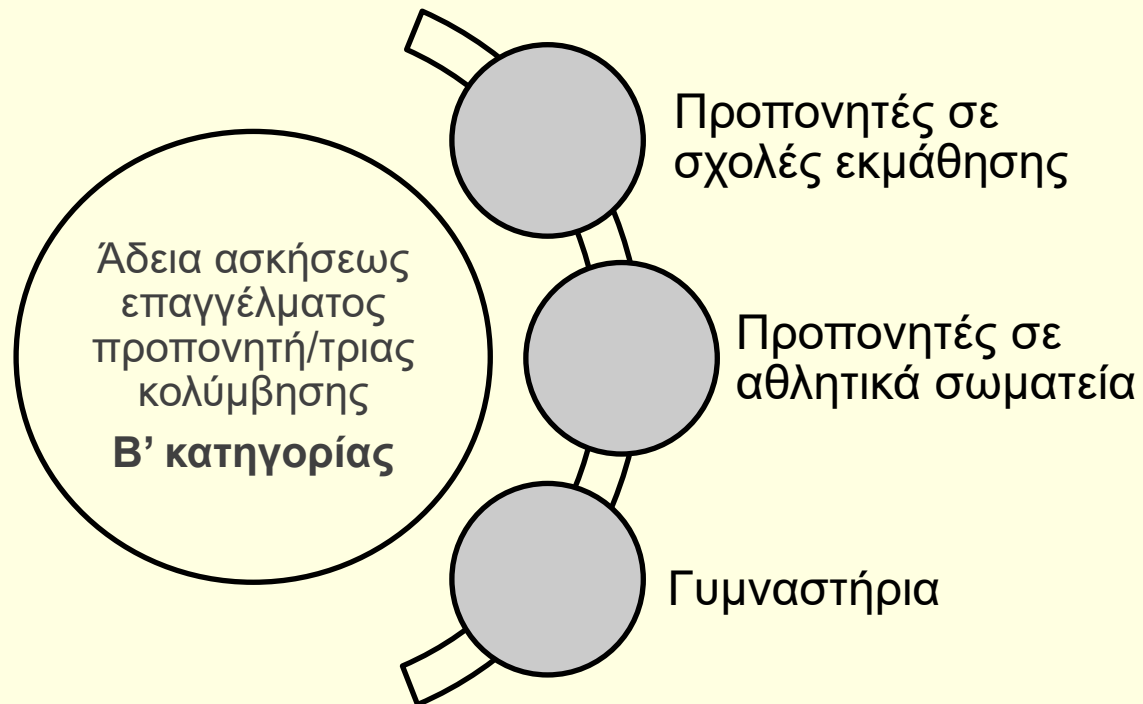
Πολλαπλές εμπειρίες
πρακτικής άσκησης

Δίκτυα
αναζήτησης
εργασίας στη
Θεσσαλία, αλλά
και στην υπόλοιπη
Ελλάδα

Συναφείς εργασίες

- Προγράμματα στο
σχολείο
- Ναυαγοσωστική
- Baby swimming
- Θεραπευτική
κολύμβηση

Οι Απόφοιτοι





Ειδικότητα Άσκηση και Υγεία - Θεραπευτική Άσκηση

Διδάσκοντες

Δρ. Σακκάς Γεώργιος, Αν. Καθηγητής Άσκησης σε Κλινικούς Πληθυσμούς
ΤΕΦΑΑ-ΠΘ

Δρ. Καρατσαφέρη Χριστίνα, Καθηγήτρια Φυσιολογία της Άσκησης & Μυολογία
ΤΕΦΑΑ-ΠΘ

Δρ. Ζήση Βασιλική, Καθηγήτρια Άσκηση στην 3^η Ηλικία, ΤΕΦΑΑ-ΠΘ

Προ-απαιτούμενο Ε' εξαμήνου: **ME1118 – Άσκηση σε Κλινικούς Πληθυσμούς**

Σκοπός και μαθησιακά αποτελέσματα της ειδικότητας

- Ο κύριος στόχος είναι η εξοικείωση των φοιτητών με τις εξειδικευμένες γνώσεις και δεξιότητες που αφορούν σε **θέματα της άσκησης ως φάρμακο** (exercise is medicine).
- Έμφαση δίνεται για το πως χρόνιες παθήσεις και κακές συμπεριφορές υγείας επηρεάζουν διάφορα όργανα και συστήματα και την ικανότητα για άσκηση.
- Παρουσιάζονται και συζητούνται οι ιδιαιτερότητες της σωματικής αξιολόγησης ατόμων με χρόνιες παθήσεις και αναπηρίες λόγω ασθενειών (πχ νεφρική ανεπάρκεια, εγκεφαλικά κ.α.)
- Η εφαρμογή της πράξης γίνεται σε χώρους νοσοκομείων, κλινικών και δομών του Δήμου.

Περιεχόμενο Ειδικότητας & Ιδιαίτερα Χαρακτηριστικά

Τι θα μάθετε

Εαρινό Εξάμηνο

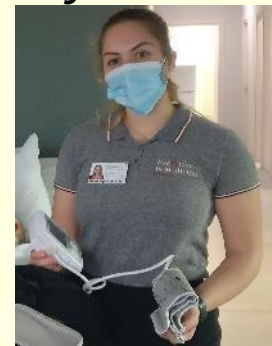
- 1- Προχωρημένη Κλινική Εργοφυσιολογία - 2 ώρες/εβδ
- 2- Ενίσχυση συμπεριφορών υγείας σε άτομα με προβλήματα υγείας -2 ώρες/εβδ
- 3- Σωματική Αξιολόγηση Ειδικών Πληθυσμών I - 2 ώρες/εβδ
- 4- Προγράμματα άσκησης σε Χρόνιους Ασθενείς (Κλινική Πράξη) -10 ώρες/εβδ

Χειμερινό Εξάμηνο

- 5- Σωματική Αξιολόγηση Ειδικών Πληθυσμών II -2 ώρες/εβδ
- 6. Εισαγωγή στην περιπτωσιολογία (case studies) – 2 ώρες/εβδ
- 7- Εφαρμογή Προγραμμάτων Άσκησης σε Ειδικούς Πληθυσμούς – (Κλινική Πράξη) - 10 ώρες/εβδ
- 7- Αναλγητική και Αθλητική Μάλαξη – (πρακτικό μάθημα) – 2 ώρες/εβδ

Ιδιαίτερα Χαρακτηριστικά

- Βαθιά κατανόηση της παθοφυσιολογίας των ασθενειών
- Κατανόηση της φαρμακολογίας και την επίδραση στην ικανότητα για άσκηση
- Εξοικείωση με τους κλινικούς πληθυσμούς και τις ιδιαιτερότητες τους
- Δεξιότητες που σχετίζονται με την γλώσσα του σώματος και τεχνικές επικοινωνίας με τους ασθενείς και τις οικογένειες τους



Λόγοι επιλογής και σύνδεση με την αγορά εργασίας

Γιατί να την επιλέξετε

- Η μόνη ειδικότητα συνδεδεμένη με τον παγκόσμιο οργανισμό **«Exercise is Medicine» του ACSM** όπου διδάσκετε η χρήση της άσκησης ως φάρμακο συμπληρωματικής θεραπείας
- Οι απόφοιτοι της ειδικότητας «Θεραπευτικής Άσκησης» μπορούν να εφαρμόσουν τα προγράμματα άσκησης σε όλους τους ασθενείς με χρόνια νοσήματα ή άλλες ιδιαιτερότητες που χρήζουν την εφαρμογή της θεραπευτικής άσκησης δια βίου!
- Ευκαιρίες πρακτικής εμπειρίας στο εξωτερικό μέσω του Erasmus Internship

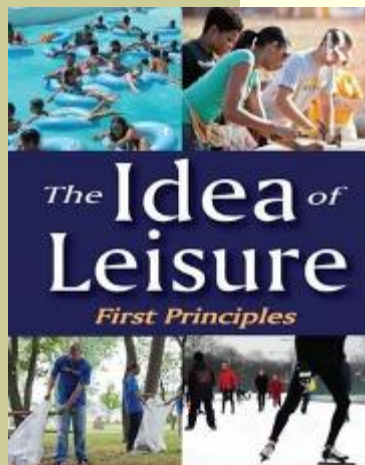
Σύνδεση με την αγορά εργασίας

- Οι απόφοιτοι της ειδικότητας αυτής εργάζονται σε
 - Κέντρα αποκατάστασης,
 - Φυσικοθεραπευτήρια,
 - Γυμναστήρια (όπου ασχολούνται με τους ειδικούς πληθυσμούς),
 - Ιδιωτικές κλινικές
 - Μονάδες αιμοκάθαρσης,
 - Κατ' οίκον ως Personal Trainers σε άτομα με κινητικά προβλήματα λόγω ασθενείς (πχ. Πολλαπλή Σκλήρυνση)
 - Προγράμματα του δήμου στην 3 ηλικία





Έτος 2025-2026



Ειδικότητα

ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ ΚΙΝΗΤΙΚΗΣ ΑΝΑΨΥΧΗΣ

ΠΙΛΑΤΕΣ - ΓΙΟΓΚΑ

ΧΙΟΝΟΔΡΟΜΙΑ – ΑΝΑΡΡΙΧΗΣΗ

Διδάσκοντες

Κουθούρης Χάρης Καθηγητής, Ζαφειρούδη Αγλαΐα Ε.Ε.Π,
Ζήση Βάσω Καθηγήτρια



Στ' εξάμηνο – Εαρινό

Πιλάτες - Χιονοδρομία

Πρόγραμμα διδασκαλίας

- ❖ 2 ώρες μάθημα θεωρητικό
- ❖ 4 ώρες πρακτική Πιλάτες /εβδομάδα
- ❖ + 5 ημέρες πρακτική σε χιονοδρομικό κέντρο



Ζ' εξάμηνο – Χειμερινό Αναρρίχηση – Γιόγκα

Πρόγραμμα διδασκαλίας/ εβδομάδα

- ❖ 2 ώρες μάθημα θεωρητικό
- ❖ 4 ώρες πρακτική Γιόγκα/ εβδομάδα
- ❖ 3 ώρες πρακτική Αναρρίχηση / 6 εβδομάδες



+ Υποχρεωτική παρακολούθηση των 2 νέων μαθημάτων επιλογής:

- ME1154 Αγωνιστική Αναρρίχηση
- ME1155 Χιονοδρομία

Η επιτυχής παρακολούθηση των δύο μαθημάτων επιλογής οδηγούν σε λήψη

από τη Γενική Γραμματεία Αθλητισμού
Άδειας Άσκησης Επαγγέλματος Προπονητή
στα αντίστοιχα αθλήματα

Προσοχή: Προϋπόθεση συμμετοχής στις ανωτέρω δύο επιλογές αποτελεί η ανάληψη του οικονομικού κόστους παρακολούθησης από τους φοιτητές/τριες (περίπου 100 ευρώ για την Επιλογή Αγωνιστική Αναρρίχηση & 400 ευρώ για την Επιλογή Χιονοδρομία)

Περιεχόμενο Ειδικότητας Επαγγελματικές προοπτικές

Έμφαση σε:

- ❖ Πρακτική εξ' άσκηση
κλειστοί χώροι INDOOR +
φυσικό περιβάλλον OUTDOORS
- ❖ Διοργάνωση Εκδηλώσεων
Yoga & Pilates retreats Εκδρομές
στη φύση-Πεζοπορία
- Σύνδεση με την επιχειρηματικότητα
Δημιουργία μικρής επιχείρησης στην
αναψυχή, αθλητικό τουρισμό (sport
tourism)



ΑΓΟΡΑ ΕΡΓΑΣΙΑΣ

- + Άδεια ασκήσεως επαγγέλματος προπονητού: α) Χιονοδρομία & β) Αγωνιστική Αναρρίχηση από την Γ.Γ.Α. κατόπιν παρακολούθησης των επιλογών
- Διδασκαλία Πιλάτες & Γιόγκα σε γυμναστήρια, χώρους ευεξίας, άσκησης
- Αθλητικός Τουρισμός – Sport Tourism
- Εταιρίες Υπαίθριων Δραστηριοτήτων Αναψυχής
- Κατασκηνώσεις
- Φυσική Αγωγή σε Σχολεία με καινοτόμα προγράμματα
- Ξενοδοχεία – Αναψυχή πελατών
- 3^η ηλικία-προγράμματα αναψυχής



Ειδικότητα Κλασικός Αθλητισμός

Διδάσκοντες

Βουτσελάς Βασίλειος, Ε.Ε.Π.

Τσιόκανος Αθανάσιος, Καθηγητής

Παναγιώτης Τσακλής, Καθηγητής

Σούλας Δημήτριος, Επισκέπτης

Παπαγεωργίου Αντώνης, Ακαδημαϊκός, Επισκέπτης

Ρουκάς Λάμπρος, Αποσπασμένος

Τσιάκας Αθανάσιος, Αποσπασμένος

Σκοπός και μαθησιακά αποτελέσματα της ειδικότητας

Πλήρης θεωρητική και πρακτική κατάρτιση των φοιτητών στα γνωστικά αντικείμενα του Κλασικού Αθλητισμού (Δρόμοι, Άλματα και Ρίψεις),

σε ότι αφορά την καθοδήγηση της προπόνησης των αθλητών αναπτυξιακών ηλικιών (ακαδημίες) καθώς και των αθλητών υψηλών επιδόσεων.



Περιεχόμενο Ειδικότητας & Ιδιαίτερα Χαρακτηριστικά

■ Τι θα μάθετε

- Για τον μακροχρόνιο προπονητικό προγραμματισμό
- Για την έρευνα στην προπονητική και την πρακτική εφαρμογή της
- Για τη σύγχρονη τεχνική ανάλυση όλων των αγωνισμάτων του Κλασικού Αθλητισμού



■ Ιδιαίτερα Χαρακτηριστικά

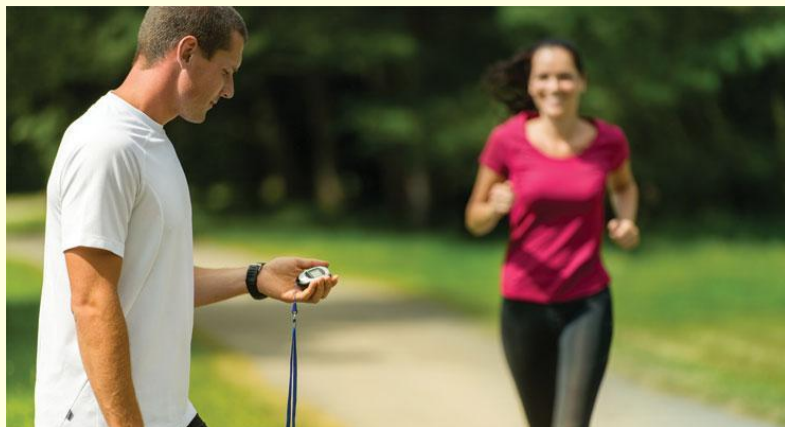
- Πολύ μεγάλη παράδοση και επιτυχίες στον Κλασικό Αθλητισμό στα Τρίκαλα.
- Μεγάλη προπονητική εμπειρία των Διδασκόντων της ειδικότητας.
- Φοίτηση αθλητών πολύ υψηλού επιπέδου, με συμμετοχές σε Πανευρωπαϊκά και Παγκόσμια Πρωταθλήματα και Ολυμπιάδες στην Ειδικότητα του Κλασικού Αθλητισμού, η οποία ξεκίνησε από την ίδρυση του ΤΕΦΑΑ στα Τρίκαλα το 1994.



Λόγοι επιλογής και σύνδεση με την αγορά εργασίας

■ Γιατί να την επιλέξετε

- Ως πτυχιούχοι με Ειδικότητα στον Κλασικό Αθλητισμό αποκτάται άδεια ασκήσεως επαγγέλματος Α΄κατηγορίας από την Γενική Γραμματεία Αθλητισμού (ΓΓΑ).
- Αποκτάτε γνώσεις ειδικής και γενικής προπονητικής οι οποίες αφορούν κάθε μορφή αθλητισμού αγωνιστικού και μη αγωνιστικού.



■ Σύνδεση με την αγορά εργασίας

- Οι πτυχιούχοι της Ειδικότητας του Κλασικού Αθλητισμού έχουν πολλές δυνατότητες να εργαστούν:
- Ως προπονητές σε αντίστοιχους συλλόγους.
 - Ως προπονητές φυσικής κατάστασης σε όλα τα αθλήματα.
 - Ως προπονητές για υποψηφίους ΤΕΦΑΑ και άλλων σχολών.
 - Ως προπονητές Personal Training.
 - Σε γυμναστήρια.
 - Γενικά σε όλες της μορφές άθλησης





Ειδικότητα **«Προπονητής Φυσικής Κατάστασης»** **(Strength & Conditioning Specialist)**



Υπεύθυνος
Γιάννης Φατούρος,
Καθηγητής, ΤΕΦΑΑ-ΠΘ

Άλλοι διδάσκοντες:
Δελή Χ, Τσιόκανος Α, Δραγανίδης Δ, Πούλιος
Α, & προσκεκλημένοι διακεκριμένοι
γυμναστές από τον αθλητικό χώρο

Προ-απαιτούμενο Ε' εξαμήνου: **Εργοφυσιολογία Αθλητισμού Υψηλών Επιδόσεων**

Σκοπός και μαθησιακά αποτελέσματα της ειδικότητας

- Σκοπός της ειδικότητας είναι η διδασκαλία **ΟΛΩΝ** των μεθόδων ανάπτυξης των παραμέτρων φυσικής κατάστασης τόσο για αθλητές όσο και μη αθλητές σε ομαδικό ή ατομικό περιβάλλον (personal training).
- Η ειδικότητα δεν περιέχει διδασκαλία ομαδικών προγραμμάτων άσκησης παρά μόνο των προγραμμάτων διαλειμματικής προπόνησης υψηλής έντασης για το γυμναστήριο (**HIIT, υβριδική προπόνηση**).
- Διδάσκεται η **αξιολόγηση** της **λειτουργικής** κατάστασης και **φυσικής** κατάστασης καθώς και ο **σχεδιασμός** του προπονητικού πλάνου σε ετήσια βάση.
- Δίνεται έμφαση σε ειδικές κατηγορίες προγραμμάτων, δηλ. σχεδιασμός προγραμμάτων διορθωτικών ασκήσεων (**correctives**), επιστροφής μετά από τραυματισμό (**return to play**), καθώς και σε βάση την **ηλικία** (παιδιά-έφηβοι και ηλικιωμένοι) και το **φύλο**.
- Έμφαση δίνεται στη χρήση **νέας τεχνολογίας** για τον καθορισμό των επιβαρύνσεων.
- Επίσης, διδάσκεται ο τρόπος **δημιουργίας** και **οργάνωσης** του χώρου προπόνησης.

Περιεχόμενο Ειδικότητας & Ιδιαίτερα Χαρακτηριστικά

■ Τι θα μάθετε

- Λειτουργική κινησιολογία
- Λειτουργική αξιολόγηση
- Προπόνηση κινητικότητας (foam rolling, ευλυγισία, ισορροπία)
- Διορθωτικές ασκήσεις (correctives)
- Λειτουργική προπόνηση – Progressions/Regressions
- Μυϊκή ενδυνάμωση (όλα τα είδη αντιστάσεων και μεθοδολογιών)
Προπόνηση με το βάρος του σώματος, βάρη, ολυμπιακές άρσεις, kettlebells, λάστιχα, ιατρικές μπάλες, fitballs, ιμάντες αιώρησης, σχοινιά, σακιά, μπάλα ισορροπίας, complex training, έκκεντρη προπόνηση, επιταχυνόμενη έκκεντρη προπόνηση, velocity-based training κ.α.
- Πλειομετρική προπόνηση (ladders, εμπόδια, κουτιά κ.α.)
- Προπόνηση ταχύτητας
- Προπόνηση ευκινησίας
- Προπόνηση αντοχής
- Ομαδικά προγράμματα HIIT
- Η οργάνωση της προθέρμανσης
- Ο σχεδιασμός του προπονητικού προγράμματος (περιοδισμός κ.α.)
- Σχεδιασμός προγραμμάτων «return to play»
- Σχεδιασμός προγραμμάτων κατά την αναπτυξιακή περίοδο (παιδική/εφηβική περίοδο)
- Σχεδιασμός προγραμμάτων για ηλικιωμένα άτομα.
- Ο σχεδιασμός και η οργάνωση του χώρου προπόνησης.
- Τεχνολογία (GPS κ.α.) και προπόνηση φυσικής κατάστασης

600 ώρες (20 ώρες/εβδομάδα) μαθήματος και σεμινάρια

Λόγοι επιλογής και σύνδεση με την αγορά εργασίας

■ Γιατί να την επιλέξετε

- Για να γίνετε elite γυμναστής φυσικής κατάστασης τόσο σε αθλητικό περιβάλλον όσο και σε περιβάλλον γυμναστηρίου.
- Για να μπορείτε να γίνετε γυμναστής αθλητών που επιστρέφουν μετά από τραυματισμό.
- Για να εργαστείτε επιτυχημένα ως **personal trainer**.
- Για να είστε ανταγωνιστικοί και στον διεθνή χώρο (**αναγνωρισμένα από την NSCA**)

■ Σύνδεση με την αγορά εργασίας

Οι απόφοιτοι της ειδικότητας μπορούν να εργαστούν

- ως **γυμναστές φυσικής κατάστασης** σε οποιοδήποτε άθλημα, ως γυμναστές σε περιβάλλον γυμναστηρίου, ως personal trainers,
- ως καθηγητές φυσικής αγωγής σε σχολεία, ως γυμναστές σε περιβάλλον στρατιωτικών σχολών, σε προγράμματα της ΓΓΑ, σε αθλητικές ακαδημίες σωματείων και **γενικά ότι μπορεί να κάνει κάθε απόφοιτος ΤΕΦΑΑ**.
- Η σχετική νομοθεσία υπάρχει στο πρόγραμμα σπουδών.

Οι απόφοιτοι της ειδικότητας εργάζονται ως γυμναστές:

- ✓ Σε συλλόγους υψηλού επιπέδου, π.χ. Ολυμπιακός Πειραιώς, ΟΦΗ, Εργοτέλης, Προμηθέας Πατρών, ΑΟΤ κ.α.
- ✓ Γυμναστήρια υψηλού επιπέδου, π.χ. Performance22, Athens Hall κ.α.
- ✓ Ως personal trainers ή έχουν ξεκινήσει τη δική τους επιχείρηση.



Ειδικότητα Ποδοσφαίρου

ΠΑΡΟΥΣΙΑΣΗ ΙΑΝΟΥΑΡΙΟΣ 2024

Διδάσκων

ΕΙΔΙΚΟ ΕΠΙΣΤΗΜΟΝΙΚΟ ΠΡΟΣΩΠΙΚΟ
Dr. phil. **Μπατσίλας Δημήτριος** ΤΕΦΑΑ-ΠΘ

Σκοπός και μαθησιακά αποτελέσματα της ειδικότητας

- Η δημιουργία μιας στέρεης , δυνατής βάσης γνωστικών και κυρίως προπονητικών ποδοσφαιρικών ικανοτήτων.
- Η κατανόηση και αφομοίωση όλων εκείνων των παραγόντων που επιδρούν στο σχεδιασμό και την δημιουργία μιας ποιοτικής επαγγελματικής ποδοσφαιρικής προπόνησης.
- Η επίτευξη του ανωτέρου σκοπού οδηγεί στην δημιουργία ποιοτικών ποδοσφαιρικών πρωτοκόλλων και στην σταδιακή ατομική σχηματοποίηση του ρόλου του προπονητή

Περιεχόμενο Ειδικότητας & Ιδιαίτερα Χαρακτηριστικά

- Μακροχρόνιος προγραμματισμός στο ποδόσφαιρο
- Ετήσιος προγραμματισμός στο ποδόσφαιρο
- Οργάνωση προπόνησης
- Εβδομαδιαίος κύκλος
- Ημερήσιος προγραμματισμός
- Τακτική-είδη τακτικής-γενική ειδική παράγοντες, φάσεις τακτικής ενέργειας
- Συστήματα
- Διάβασμα παιχνιδιού
- Ατομική επιθετική -μορφές
- Εκπαίδευση αμυντικής τακτικής
- Τακτική υποομάδων
- Ομαδική τακτική
- Μεθοδολογία εκπαίδευσης στο ποδόσφαιρο
- Χαρακτηριστικά παιδιών
- Μεθοδολογία
- Ελληνικό πρακτικό μοντέλο εξάσκησης
- Ο προπονητής στις αναπτυξιακές ηλικίες

- Αερόβια ικανότητα στο ποδόσφαιρο
- Ταχύτητα στο ποδόσφαιρο
- Τεχνική επιδεξιότητα
- Τάσεις στο σύγχρονο ποδόσφαιρο
- Υποομαδική αμυντική και επιθετική τακτική στο ποδόσφαιρο
- Οδηγίες – Διορθώσεις λαθών στο ποδόσφαιρο

Τεχνικές αναλύσεων αγώνων

Είδη βιντεοαναλύσεων

Ομαδική παρακολούθηση αγώνων

Επισκέψεις σε ποδοσφαιρικά προπονητικά κέντρα Super league

Ταξίδι και επίσκεψη σε κορυφαία ευρωπαϊκή ομάδα.

Λόγοι επιλογής και σύνδεση με την αγορά εργασίας

- Το κορυφαίο παγκόσμια- με τεράστια διαφορά – ομαδικό άθλημα.
- Μόνο εάν υπάρχει πραγματικό ενδιαφέρον
- Ύπαρξη ποδοσφαιρικών οργανισμών παντού σε όλο τον κόσμο
- Ποδόσφαιρο αναπτυξιακών ηλικιών, ερασιτεχνικό ποδόσφαιρο, γυναικείο ποδόσφαιρο, επαγγελματικό ποδόσφαιρο
- Άμεση ποδοσφαιρική εργασιακή κατοχύρωση με την απόδοση διπλώματος UEFA B
- Δυνατότητα ατομικής μελλοντικής εξέλιξης σαν προπονητής, β.προπονητή, γυμναστή, personal soccer trainer, βιντεοαναλυτή, σκάουτερ, διευθυντής ακαδημίας, ιδιοκτήτης ποδοσφαιρικής ακαδημίας, μάνατζερ
- batsilas@uth.gr
- 6974008921



Ειδικότητα Ενόργανη Γυμναστική

Διδάσκων

Βασίλειος Μέλλος MSc, PhD

ΤΕΦΑΑ-ΠΘ

Προπονητής Ενόργανης Αγωνιστικής Γυμναστικής & Τραμπολίνου

Σκοπός και μαθησιακά αποτελέσματα της ειδικότητας

Σκοπός είναι η κατανόηση του αθλήματος της Ενόργανης Γυμναστικής (ΕΓ Ανδρών & Γυναικών) και η εφαρμογή της προπονητικής διαδικασίας στην πράξη.

Με την επιτυχή ολοκλήρωση του μαθήματος ο φοιτητής/τρια:

- Θα γνωρίζει πολλά για την διδασκαλία της Ενόργανης Γυμναστικής και θα μπορεί να την εφαρμόσει αποτελεσματικά.
- Θα έχει εκτελέσει βασικές ασκήσεις της ΕΓ με αποτέλεσμα την ουσιαστική κατανόηση της τεχνικής του αθλήματος.



Περιεχόμενο Ειδικότητας & Ιδιαίτερα Χαρακτηριστικά

■ Τι θα μάθετε

- Τεχνικές και μέθοδοι διδασκαλίας στην Ενόργανη Γυμναστική (ΕΓ)
- Βοήθεια, ασφάλεια του αθλητή και τεχνική διόρθωσης των λαθών
- Βασικές αρχές της μηχανικής και η εφαρμογή της στην ΕΓ
- Άξονες και τεχνικές περιστροφών
- Ανάπτυξη δεξιοτήτων στην ΕΓ
- Η ΕΓ στις αναπτυξιακές ηλικίες
- Το ημερήσιο προπονητικό πρόγραμμα
- Στοιχεία κανονισμών (από τον κώδικα βαθμολογίας)

■ Ιδιαίτερα Χαρακτηριστικά

- Ενασχόληση συνήθως με άτομα μικρής ηλικίας (παιδιά)



Λόγοι επιλογής και σύνδεση με την αγορά εργασίας

■ Γιατί να την επιλέξετε

- Υψηλά ποσοστά επαγγελματικής αποκατάστασης
- Αυξημένες οικονομικές αποδοχές
Λόγω της εξειδικευμένης γνώσης του αθλήματος
- Ευνοϊκές συνθήκες εργασίας
(κλειστοί χώροι, εξοπλισμένα γυμναστήρια)

■ Σύνδεση με την αγορά εργασίας

- Εργασία στην δημόσια και ιδιωτική εκπαίδευση, και στην τοπική αυτοδιοίκηση
- Ως προπονητής/τρια σε Συλλόγους και γυμναστήρια που ασχολούνται με το άθλημα της Ενόργανης Γυμναστικής





Ειδικότητα Τραμπολίνου

Διδάσκων

Βασίλειος Μέλλος MSc, PhD

ΤΕΦΑΑ-ΠΘ

Προπονητής Ενόργανης Αγωνιστικής Γυμναστικής & Τραμπολίνου

Σκοπός και μαθησιακά αποτελέσματα της ειδικότητας

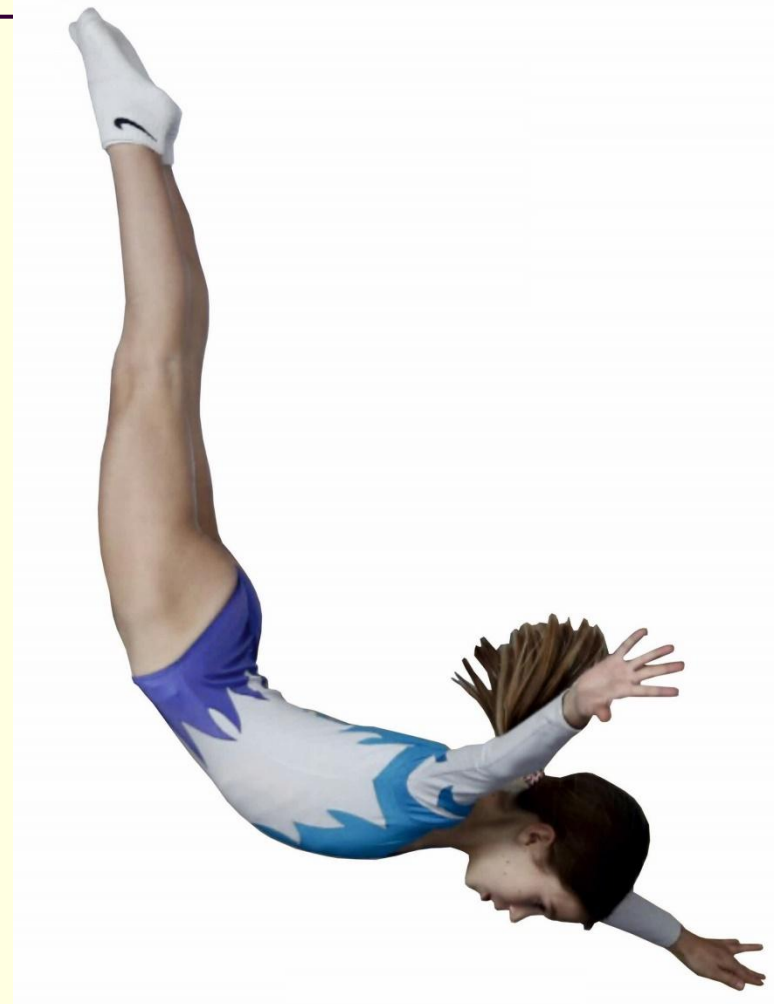
~~Σκοπός είναι η κατανόηση του αθλήματος του Τραμπολίνου, Ακροβατικού Διαδρόμου & Διπλού Μίνι Τραμπολίνου. Η εφαρμογή της προπονητικής διαδικασίας στην πράξη.~~



Σκοπός και μαθησιακά αποτελέσματα της ειδικότητας

Με την επιτυχή ολοκλήρωση του μαθήματος ο φοιτητής/τρια:

- Θα γνωρίζει πολλά για την προπονητική διδασκαλία της τι θα μπορεί να την εφαρμόσει αποτελεσματικά.
- Θα έχει εκτελέσει βασικές ασκήσεις της στα όργανα του Τραμπολίνου με αποτέλεσμα την ουσιαστική κατανόηση της τεχνικής του αθλήματος.



Περιεχόμενο Ειδικότητας & Ιδιαίτερα Χαρακτηριστικά

■ Τι θα μάθετε

- Τεχνικές και μέθοδοι διδασκαλίας στο Τραμπολίνο (TPA)
- Βοήθεια, ασφάλεια του αθλητή και τεχνική διόρθωσης των λαθών
- Βασικές αρχές της μηχανικής και η εφαρμογή της στο ΤΡΑ
- Άξονες και τεχνικές περιστροφών
- Ανάπτυξη δεξιοτήτων στην ΤΡΑ
- Το ΤΡΑ στις αναπτυξιακές ηλικίες
- Το ημερήσιο προπονητικό πρόγραμμα
- Στοιχεία κανονισμών (από τον κώδικα βαθμολογίας)

■ Ιδιαίτερα Χαρακτηριστικά

- Ενασχόληση συνήθως με άτομα μικρής ηλικίας (παιδιά)



Λόγοι επιλογής και σύνδεση με την αγορά εργασίας

■ Γιατί να την επιλέξετε

- **Υψηλά** ποσοστά επαγγελματικής αποκατάστασης
- Αυξημένες οικονομικές αποδοχές
Λόγω της εξειδικευμένης γνώσης του αθλήματος
- Ευνοϊκές συνθήκες εργασίας (κλειστοί χώροι, εξοπλισμένα γυμναστήρια)

■ Σύνδεση με την αγορά εργασίας

- Ως προπονητής/τρια σε Συλλόγους και γυμναστήρια που ασχολούνται με το άθλημα του Τραμπολίνου



Σας Ευχαριστούμε για
την Προσοχή σας

Καλή Σταδιοδρομία!