

Πρόγραμμα Επιμορφωτικών Διαλέξεων
Ακαδημαϊκό έτος 2014-'15

ΣΧΟΛΗ ΕΠΙΣΤΗΜΗΣ ΦΥΣΙΚΗΣ ΑΓΩΓΗΣ & ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ • ΕΘΝΙΚΟ & ΚΑΠΟΔΙΣΤΡΙΑΚΟ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΑΘΗΝΩΝ

Ημερολόγιο επιμορφωτικών διαλέξεων

Τετάρτη 3 Δεκεμβρίου 2014:	Αποτελεσματική προπόνηση στην αγωνιστική Κωπηλασία <i>Τομέας Υγρού Στίβου</i>
Τετάρτη 17 Δεκεμβρίου 2014:	Μυϊκή ισχύς σε αθλήματα επαφής, βελτίωση αλτικότητας και Κλασικός Αθλητισμός στις αναπτυξιακές ηλικίες <i>Τομέας Κλασικού Αθλητισμού & Λοιπών Αθλημάτων</i>
Τετάρτη 14 Ιανουαρίου 2015:	Αθλοπαιδιές: Παιδαγωγική-Βιολογική προσέγγιση <i>Τομέας Αθλοπαιδιών</i>
Τετάρτη 18 Φεβρουαρίου 2015:	Η Βιο-μηχανική της αθλητικής υπόδησης <i>Τομέας Αθλητιατρικής & Βιολογίας της Άσκησης</i>
Τετάρτη 25 Φεβρουαρίου 2015:	Σύγχρονες προσεγγίσεις της Φυσικής Αγωγής και του Αθλητισμού - Η Φυσική Αγωγή στο Λύκειο <i>Τομέας Θεωρητικών Επιστημών</i>
Τετάρτη 4 Μαρτίου 2015:	Θέματα Γυμναστικής <i>Τομέας Γυμναστικής & Χορού</i>

Ημερολόγιο επιμορφωτικών διαλέξεων

Τετάρτη 18 Μαρτίου 2015:

Φυσικές, διατροφικές, τραυματιολογικές ιδιαιτερότητες και απόδοση στις αθλοπαιδιές
Τομέας Αθλοπαιδιών

Τετάρτη 1 Απριλίου 2015:

Ειδικές συνθήκες σωματικής καταπόνησης
Τομέας Αθλητιατρικής & Βιολογίας της Άσκησης

Τετάρτη 29 Απριλίου 2015:

Σύγχρονες αντιλήψεις στην προπόνηση δύναμης και ευκαμψίας
Τομέας Κλασικού Αθλητισμού & Λοιπών Αθλημάτων

Τετάρτη 20 Μαΐου 2015:

Ο χορός ως γνωστική διαδικασία
Τομέας Γυμναστικής & Χορού

Τετάρτη 3 Ιουνίου 2015:

Παιδαγωγική προσέγγιση της Φυσικής Αγωγής και του Αθλητισμού
Τομέας Θεωρητικών Επιστημών

▷ Τετάρτη 3 Δεκεμβρίου 2014 . Τομέας Υγρού Στίβου

Κεντρικό Θέμα: **Αποτελεσματική προπόνηση στην αγωνιστική Κωπηλασία**

5:30-6:00 **Προσέλευση - Εγγραφές**

6:00-6:30 Ομιλία με θέμα:
«Η συμμετοχή των μηχανισμών παραγωγής ενέργειας κατά την επαναλαμβανόμενη άσκηση στην Κωπηλασία»
Ομιλήτρια: Ευαγγελία Μαυρομματάκη, *MSc, καθηγήτρια Φ.Α*

6:30-7:00 Ομιλία με θέμα:
«Ο ρόλος της αγωνιστικής τακτικής στην κωπηλατική απόδοση»
Ομιλήτρια: Ελένη Δημακοπούλου, *MSc, Υπ. διδάκτωρ, ΣΕΦΑΑ, ΕΚΠΑ, καθηγήτρια Φ.Α.*

7:00-7:15 Συζήτηση

7:15-7:35 **Διάλειμμα - Καφές**

7:35-8:05 Ομιλία με θέμα:
«Ο κωπηλατικός ρυθμός και τα δυναμομετρικά του χαρακτηριστικά»
Ομιλήτης: Σωκράτης Καλουπής, *αφυπηρετήσας Αν. Καθηγητής, Ειδ. Προπονησιολογίας στην Κωπηλασία ΣΕΦΑΑ, ΕΚΠΑ*

8:05-8:20 Συζήτηση

▷ **Τετάρτη 17 Δεκεμβρίου 2014** • Τομέας Κλασικού Αθλητισμού & Λοιπών Αθλημάτων

Κεντρικό Θέμα: : **Μυϊκή ισχύς σε αθλήματα επαφής, βελτίωση αλτικότητας και Κλασικός Αθλητισμός στις αναπτυξιακές ηλικίες**

5:30-6:00 **Προσέλευση - Εγγραφές**

6:00-6:30 Ομιλία με θέμα:
«Μυϊκή ισχύς και αθλήματα επαφής»
Ομιλητής: Χαρίλαος Τσολάκης, *Αν. Καθηγητής Ξιφασκίας ΣΕΦΑΑ, ΕΚΠΑ*

6:30-7:00 Ομιλία με θέμα:
«Το άλμα σε μήκος ως δεξιότητα κινητικής μάθησης σε ειδικούς πληθυσμούς»
Ομιλητής: Απόστολος Θεοδώρου, *Λέκτορας Αθλητικών Αλμάτων ΣΕΦΑΑ, ΕΚΠΑ*

7:00-7:15 Συζήτηση

7:15-7:35 **Διάλειμμα - Καφές**

7:35-8:05 Ομιλία με θέμα:
«Κλασικός Αθλητισμός στις αναπτυξιακές ηλικίες»
Ομιλήτρια: Πολυξένη Αργειτάκη, *Επικ. Καθηγήτρια Αθλητικών Αλμάτων ΣΕΦΑΑ, ΕΚΠΑ*

8:05-8:20 Συζήτηση

► Τετάρτη 14 Ιανουαρίου 2015 . Τομέας Αθλοπαιδιών

Κεντρικό Θέμα: **Αθλοπαιδιές- Παιδαγωγική & Βιολογική προσέγγιση**

5:30-6:00 **Προσέλευση - Εγγραφές**

6:00-6:20 Ομιλία με θέμα:
«Η εφαρμογή της παιγνιδο-κεντρικής και τεχνικο-κεντρικής μεθόδου στην Αντισφαίριση»
Ομιλητής: Νικόλαος Γρίβας, *Λέκτορας Ειδ. Προπονησιολογίας Αντισφαίρισης ΣΕΦΑΑ ΕΚΠΑ*

6:20-6:40 Ομιλία με θέμα:
«Προσαρμογή αρχάριων καλαθοσφαιριστών στο ομαδικό παιχνίδι»
Ομιλητής: Νικόλαος Αποστολίδης, *Αν. Καθηγητής Ειδ. Προπονησιολογίας Καλαθοσφαίρισης ΣΕΦΑΑ, ΕΚΠΑ*

6:40-6:55 Συζήτηση

6:55-7:15 **Διάλειμμα - Καφές**

7:15-7:35 Ομιλία με θέμα:
«Σύγκριση φλεγμονωδών δεικτών μετά από αγώνα Καλαθοσφαίρισης, Πετοσφαίρισης, Ποδοσφαίρισης και Χειροσφαίρισης»
Ομιλητής: Αθανάσιος Σουγλής *PhD, αποσπασμένος καθηγητής ΦΑ στη ΣΕΦΑΑ, ΕΚΠΑ*

7:35-7:55 Ομιλία με θέμα:
«Ριπτική απόδοση χειροσφαιριστών σε γνωστό και άγνωστο στόχο»
Ομιλητής: Κων/νος Νούτσος, *Λέκτορας Ειδ. Προπονησιολογίας Χειροσφαίρισης ΣΕΦΑΑ, ΕΚΠΑ*

7:55-8:10 Συζήτηση

▷ **Τετάρτη 18 Φεβρουαρίου 2015 • Τομέας Αθλητιατρικής & Βιολογίας της Άσκησης**

Κεντρικό Θέμα: : Η Βιο-μηχανική της αθλητικής υπόδησης

5:30-6:00 **Προσέλευση - Εγγραφές**

6:00-6:30 Ομιλία με θέμα:
«Επιλέγοντας το κατάλληλο αθλητικό υπόδημα για τρέξιμο»
Ομιλήτρια: Ελισάβετ Ρουσάνογλου, *Επίκ. Καθηγήτρια Αθλητικής Βιομηχανικής*
ΣΕΦΑΑ,ΕΚΠΑ

6:30-7:00 Ομιλία με θέμα:
«Αθλητικά υποδήματα: Όταν η τεχνολογία συνάντησε τη μόδα»
Ομιλητής: Αλέξανδρος Τσουκνίδας, *Μεταδιδακτορικός Ερευνητής, Τμήμα Μηχανολόγων*
Μηχανικών, Αριστοτέλειο Πανεπιστήμιο Θεσσαλονίκης

7:00-7:15 Συζήτηση

7:15-7:35 **Διάλειμμα - Καφές**

7:35-8:05 Ομιλία με θέμα:
«Ορεινό τρέξιμο και αθλητική υπόδηση»
Ομιλητής: Ιωάννης Μπάγιος, *Καθηγητής Χειροσφαίρισης ΣΕΦΑΑ-ΕΚΠΑ, αθλητής*
Ορεινού Τρεξίματος

8:05-8:20 Συζήτηση

► *Τετάρτη 25 Φεβρουαρίου 2015 . Τομέας Θεωρητικών Σπουδών*

Κεντρικό Θέμα: **Σύγχρονες προσεγγίσεις της Φυσικής Αγωγής και του Αθλητισμού - Η Φυσική Αγωγή στο Λύκειο**

5:30-6:00 **Προσέλευση - Εγγραφές**

6:00-6:20 Ομιλία με θέμα:
«Θεσμική υπόσταση του Αθλητισμού και της Φυσικής Αγωγής»
Ομιλητής: Δημήτριος Παναγιωτόπουλος, *Καθηγητής Αθλητικού Δικαίου ΣΕΦΑΑ, ΕΚΠΑ*

6:20-6:40 Ομιλία με θέμα:
«Ανθρώπινο Σώμα, Αθλητισμός και Φυσική Αγωγή στις Προοπτικές της Ψηφιακής Εποχής»
Ομιλητής: Νικόλαος Πατσαντάρας, *Επικ. Καθηγητής Αθλητικής Κοινωνιολογίας ΣΕΦΑΑ, ΕΚΠΑ*

6:40-6:55 Συζήτηση

6:55-7:15 **Διάλειμμα - Καφές**

7:15-7:35 Ομιλία με θέμα:
«Φυσική Αγωγή στο Λύκειο, με έμφαση στη δια βίου άσκηση για την υγεία»
Ομιλήτρια: Ειρήνη Κόσσυβα, *PhD, Ε.Δ.Ι.Π. ΣΕΦΑΑ, ΕΚΠΑ*

7:35-7:55 Ομιλία με θέμα:
«Μέθοδος Project: είναι εφαρμόσιμη στο ελληνικό Λύκειο;»
Ομιλήτρια: Ασπασία Δανιά, *PhD, καθηγήτρια Φ.Α. αποσπασμένη στη ΣΕΦΑΑ, ΕΚΠΑ*

7:55-8:10 Συζήτηση

▷ Τετάρτη 4 Μαρτίου 2015 . Τομέας Γυμναστικής & Χορού

Κεντρικό Θέμα: **Θέματα Γυμναστικής**

5:30-6:00 **Προσέλευση - Εγγραφές**

6:00-6:20 Ομιλία με θέμα:
«Ρυθμός και κίνηση»
Ομιλήτρια: Καλλιόπη Θεοδωράκου, *Καθηγήτρια Γυμναστικής ΣΕΦΑΑ, ΕΚΠΑ*

6:20-6:40 Ομιλία με θέμα:
«Βιομηχανικοί παράγοντες τεχνικής στην Ενόργανη Γυμναστική»
Ομιλητής: Σπύρος Πρασσάς, *Αν. Καθηγητής Εν. Γυμναστικής ΣΕΦΑΑ, ΕΚΠΑ*

6:40-7:00 Ομιλία με θέμα:
«Η επίδραση των διατάσεων στην ισορροπία»
Ομιλητής: Γεώργιος Ντάλλας, *Επίκ. Καθηγητής Εν. Γυμναστικής ΣΕΦΑΑ, ΕΚΠΑ*

7:00-7:15 Συζήτηση

7:15-7:35 **Διάλειμμα - Καφές**

7:35-7:55 Ομιλία με θέμα:
«Προπόνηση ευκαμψίας στα αθλήματα Γυμναστικής»
Ομιλήτρια: Ολύβια Δόντη, *Λέκτορας Βασικής Γυμναστικής ΣΕΦΑΑ, ΕΚΠΑ*

7:55-8:15 Ομιλία με θέμα:
«Σχεδιάζοντας ένα αναπτυξιακά κατάλληλο πρόγραμμα για παιδιά 4-7 χρόνων»
Ομιλήτρια: Φωτεινή Βενετσάνου, *Λέκτορας Γυμναστικής ΣΕΦΑΑ, ΕΚΠΑ*

8:15-8:30 Συζήτηση

▷ Τετάρτη 18 Μαρτίου 2015 . Τομέας Αθλοπαιδιών

Κεντρικό Θέμα: **Φυσικές, διατροφικές, τραυματιολογικές ιδιαιτερότητες και απόδοση στις αθλοπαιδιές**

5:30-6:00 **Προσέλευση - Εγγραφές**

6:00-6:20 Ομιλία με θέμα:
«Διατροφή χειροσφαιριστών υψηλής απόδοσης»
Ομιλητής: Κωνίνος Νούτσος, *Λέκτορας Ειδ. Προπονησιολογίας Χειροσφαίρισης ΣΕΦΑΑ, ΕΚΠΑ*

6:20-6:40 Ομιλία με θέμα:
«Τραυματισμοί στην Αντισφαίριση»
Ομιλητής: Νικόλαος Γρίβας, *Λέκτορας Ειδ. Προπονησιολογίας Αντισφαίρισης ΣΕΦΑΑ, ΕΚΠΑ*

6:40-6:55 Συζήτηση

6:55-7:15 **Διάλειμμα - Καφές**

7:15-7:35 Ομιλία με θέμα:
«Δομή και αγωνιστικοί δείκτες της Πετοσφαίρισης»
Ομιλητής: Σωτήρης Δρίκος, *καθηγητής Φ.Α., προπονητής εθνικής ομάδας Πετοσφαίρισης ανδρών, υπ. διδάκτωρ ΣΕΦΑΑ, ΕΚΠΑ*

7:35-7:55 Ομιλία με θέμα:
«Η έννοια της αγωνιστικής απόδοσης»
Ομιλητής: Παναγιώτης Κουντούρης, *Επικ. Καθηγητής Προπονησιολογίας Πετοσφαίρισης ΣΕΦΑΑ, ΕΚΠΑ*

7:55-8:10 Συζήτηση

▷ Τετάρτη 1 Απριλίου 2015 • Τομέας Αθλητιατρικής & Βιολογίας της Άσκησης

Κεντρικό Θέμα: **Ειδικές συνθήκες σωματικής καταπόνησης**

5:30-6:00 **Προσέλευση - Εγγραφές**

6:00-6:30 Ομιλία με θέμα:
«Εργασιακό περιβάλλον & μυοσκελετικά προβλήματα: Εργονομικοί τρόποι διαφυγής»
Ομιλητής: Κων/νος Μπουντόλος, *Καθηγητής Αθλητικής Βιομηχανικής ΣΕΦΑΑ, ΕΚΠΑ*

6:30-7:00 Ομιλία με θέμα:
«Από την υποκινητικότητα στην υπερπροπόνηση»
Ομιλήτρια: Μαρία Κοσκολού, *Αν. Καθηγήτρια Εργοφυσιολογίας ΣΕΦΑΑ, ΕΚΠΑ*

7:00-7:15 Συζήτηση

7:15-7:35 **Διάλειμμα - Καφές**

7:35-8:05 Ομιλία με θέμα:
«Ανθρώπινη απόδοση και ασφάλεια σε κρύο περιβάλλον»
Ομιλητής: Στέλιος Κουναλάκης, *PhD*

8:05-8:20 Συζήτηση

▷ *Τετάρτη 29 Απριλίου 2015 • Τομέας Κλασικού Αθλητισμού & Λοιπών Αθλημάτων*

Κεντρικό Θέμα: **Σύγχρονες αντιλήψεις στην προπόνηση δύναμης και ευκαμψίας**

5:30-6:00 **Προσέλευση - Εγγραφές**

6:00-6:20 Ομιλία με θέμα:
«Επίδραση των στατικών διατάσεων στην αθλητική απόδοση: πώς, πότε και γιατί
κάνουμε στατικές διατάσεις»
Ομιλητής: Γρηγόρης Μπογδάνης, *Λέκτορας Αθλητικών Αλμάτων ΣΕΦΑΑ, ΕΚΠΑ*

6:20-6:40 Ομιλία με θέμα:
«Επίδραση των δυναμικών διατάσεων στην αθλητική απόδοση»
Ομιλητής: Γεώργιος Παραδείσης, *Επίκ. Καθηγητής Αθλητικών Δρόμων ΣΕΦΑΑ, ΕΚΠΑ*

6:40-6:55 Συζήτηση

6:55-7:15 **Διάλειμμα - Καφές**

7:15-7:35 Ομιλία με θέμα:
«Προπόνηση για την ανάπτυξη της μυϊκής μάζας και της μυϊκής δύναμης»
Ομιλητής: Γεράσιμος Τερζής, *Αν. Καθηγητής Αθλητικών Ρίψεων ΣΕΦΑΑ, ΕΚΠΑ*

7:35-7:55 Ομιλία με θέμα:
«Εφαρμογή των μυϊκών διατάσεων στον αθλητισμό»
Ομιλητής: Χαρίλαος Τσολάκης, *Αν. Καθηγητής Ξιφασκίας ΣΕΦΑΑ, ΕΚΠΑ*

7:55-8:10 Συζήτηση

▷ **Τετάρτη 20 Μαΐου 2015 • Τομέας Γυμναστικής & Χορού**

Κεντρικό Θέμα: : **Ο χορός ως γνωστική διαδικασία**

5:30-6:00 **Προσέλευση - Εγγραφές**

6:00-6:30 Ομιλία με θέμα:
«Από τον χοροδιδάσκαλο στον εθνογράφο: Πρακτικές και αντιφάσεις»
Ομιλητής: Χρήστος Παπακώστας, *Λέκτορας Ελληνικού Παραδοσιακού Χορού*
ΣΕΦΑΑ, ΕΚΠΑ

6:30-7:00 Ομιλία με θέμα:
«Χορός και γνώση: "μαθαίνω πώς να μαθαίνω" χορεύοντας»
Ομιλήτρια: Μαρία Κουτσούμπα, *Αν. Καθηγήτρια Ελληνικού Παραδοσιακού Χορού*
ΣΕΦΑΑ, ΕΚΠΑ

7:00-7:15 Συζήτηση

7:15-7:35 **Διάλειμμα - Καφές**

7:35-8:05 Ομιλία με θέμα:
«Αισθητική και χορός: από τη "φιλοσοφία του ωραίου" στη νευροαισθητική»
Ομιλήτρια: Βασιλική Τυροβολά, *Καθηγήτρια Μορφολογίας του Ελληνικού Παραδοσιακού*
Χορού ΣΕΦΑΑ, ΕΚΠΑ

8:05-8:20 Συζήτηση

▷ Τετάρτη 3 Ιουνίου 2015 . Τομέας Θεωρητικών Σπουδών

Κεντρικό Θέμα: Παιδαγωγική προσέγγιση της Φυσικής Αγωγής & του Αθλητισμού

5:30-6:00 **Προσέλευση - Εγγραφές**

6:00-6:20 Ομιλία με θέμα:
«Παιδαγωγική και διδακτική επάρκεια Καθηγητών Φυσικής Αγωγής»
Ομιλήτρια: Αικατερίνη Ζουνχιά, *Αν. Καθηγήτρια Αθλητικής Παιδαγωγικής ΣΕΦΑΑ, ΕΚΠΑ*

6:20-6:40 Ομιλία με θέμα:
«Διδακτικός - προπονητικός προσανατολισμός καθηγητών Φυσικής Αγωγής: Σύγκρουση ρόλων»
Ομιλητής: Εμμανουήλ Αδαμάκης, *καθηγητής Φ.Α., Υπ. διδάκτωρ ΣΕΦΑΑ, ΕΚΠΑ*

6:40-6:55 Συζήτηση

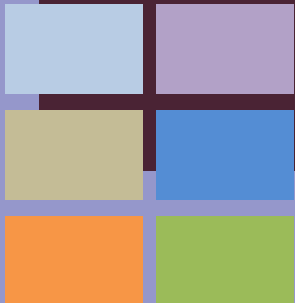
6:55-7:15 **Διάλειμμα - Καφές**

7:15-7:35 Ομιλία με θέμα:
«Αξιολόγηση συμπεριφοράς μαθητών με και χωρίς αναπηρία»
Ομιλητής: Εμμανουήλ Σκορδίλης, *Αν. Καθηγητής Προσαρμοσμένης Κινητικής Αγωγής ΣΕΦΑΑ, ΕΚΠΑ*

7:35-7:55 Ομιλία με θέμα:
«Επαγγελματικές ανησυχίες πτυχιούχων Φυσικής Αγωγής με ειδικευση στην προσαρμοσμένη κινητική δραστηριότητα»
Ομιλήτρια: Φεβρωνία Καρκαλέτση, *καθηγήτρια Φ.Α., υπ. διδάκτωρ ΣΕΦΑΑ, ΕΚΠΑ*

7:55-8:10 Συζήτηση

Σχεδιασμός & ηλεκτρονική σελιδοποίηση προγράμματος: Αχιλλέας Κλεισούρας



*ΣΧΟΛΗ ΕΠΙΣΤΗΜΗΣ ΦΥΣΙΚΗΣ ΑΓΩΓΗΣ & ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ
ΕΘΝΙΚΟ & ΚΑΤΟΔΙΣΤΡΙΑΚΟ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΑΘΗΝΩΝ*