

# Πρόγραμμα Επιμορφωτικών Διαλέξεων

Ακαδημαϊκό έτος 2012-13



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

## Ημερολόγιο διαλέξεων

Τετάρτη 14 Νοεμβρίου 2012: **Κολύμβηση & Άσκηση στο Νερό - Η Επίδραση στην Υγεία**  
*Τομέας Υγρού Στίβου*

Τετάρτη 21 Νοεμβρίου 2012: **Θέματα Γυμναστικής**  
*Τομέας Γυμναστικής & Χορού*

Τετάρτη 28 Νοεμβρίου 2012: **Αποφυγή Κινδύνων κατά την Άσκηση**  
*Τομέας Αθλητιατρικής & Βιολογίας της Άσκησης*

Τετάρτη 5 Δεκεμβρίου 2012: **Πρόληψη και Βελτίωση της Υγείας στις Αθλοπαίδιές**  
*Τομέας Αθλοπαιδιών*

Τετάρτη 16 Ιανουαρίου 2013: **Μοντέρνες Μορφές Άσκησης**  
*Τομέας Αθλητιατρικής & Βιολογίας της Άσκησης*

Τετάρτη 23 Ιανουαρίου 2013: **Τα Οφέλη της Κολύμβησης σε Άτομα με Ειδικές Ανάγκες**  
*Τομέας Υγρού Στίβου*



## Ημερολόγιο διαλέξεων

Τετάρτη 13 Φεβρουαρίου 2013: **Ο Χορός ως Κινητική Δραστηριότητα**  
*Τομέας Γυμναστικής & Χορού*

Τετάρτη 13 Μαρτίου 2013: **Νέες Διδακτικές Κατευθύνσεις στον Κλασικό Αθλητισμό και την Ξιφασκία**  
*Τομέας Κλασικού Αθλητισμού & Λοιπών Αθλημάτων*

Τετάρτη 20 Μαρτίου 2013: **Κοινωνικές και Φιλοσοφικές Προεκτάσεις της Φυσικής Δραστηριότητας**  
*Τομέας Θεωρητικών Επιστημών*

Τετάρτη 3 Απριλίου 2013: **Τάσεις και Προοπτική στη Σύγχρονη Προπονητική των Αθλοπαιδιών**  
*Τομέας Αθλοπαιδιών*

Τετάρτη 15 Μαΐου 2013: **Προπόνηση με Αντιστάσεις: Σύγχρονες Μέθοδοι**  
*Τομέας Κλασικού Αθλητισμού*

Τετάρτη 22 Μαΐου 2013: **Αθλητισμός, Χώρος, Χρόνος και...Συναίσθημα**  
*Τομέας Θεωρητικών Επιστημών*

► **Τετάρτη 14 Νοεμβρίου 2012** • Τομέας Υγρού Στίβου

Κεντρικό θέμα: **Κολύμβηση & Άσκηση στο Νερό - Η Επίδραση στην Υγεία**

**5:30-6:00** Προσέλευση-Εγγραφές

**6:00-6:20** **Ομιλία με θέμα:**  
«Οφέλη της άσκησης στο νερό στις καρδιοαναπνευστικές παθήσεις»  
**Ομιλητής:** Γιάννης Βογιατζής, *Αναπλ. Καθηγητής ΤΕΦΑΑ, ΕΚΠΑ*

**6:20-6:30** Συζήτηση

**6:30-7:15** **Ομιλία με θέμα:**  
«Τα οφέλη της υδροθεραπείας στις μυοσκελετικές παθήσεις»  
**Ομιλητής:** Ελένη Κορτιάνου, *Καθηγήτρια Εφαρμογών, ΤΕΙ Λαμίας, Υποψήφια διδάκτωρ ΤΕΦΑΑ, ΕΚΠΑ*

**7:15-7:30** Συζήτηση

**7:30-7:45** Διάλειμμα - Καφές

**7:45-8:05** **Ομιλία με θέμα:**  
«Τα οφέλη της υδροθεραπείας στις νευρολογικές παθήσεις»  
**Ομιλητής:** Ευθυμία Βαγενά, *MSc Κλινική Εργοφυσιολογία, Καθηγήτρια Φυσικής Αγωγής*

**8:05-8:30** Συζήτηση

► **Τετάρτη 21 Νοεμβρίου 2012 • Τομέας Γυμναστικής & Χορού**

Κεντρικό θέμα: **Θέματα Γυμναστικής**

**5:30-6:00** Προσέλευση - Εγγραφές

**6:00-6:45** Ομιλία με θέμα:

«Γυμναστική: Τρόπος ζωής και διατροφή»

**Ομιλητής:** Καλλιόπη Θεοδωράκου, *Ανάπλ. Καθηγήτρια ΤΕΦΑΑ, ΕΚΠΑ*

**6:45-7:00** Συζήτηση

**7:00-7:30** Διάλειμμα - Καφές

**7:30-8:15** Ομιλία με θέμα:

«Η επίδραση των ενεργητικών και παθητικών διατάσεων στην απόδοση:  
Εφαρμογές στα αθλήματα της γυμναστικής»

**Ομιλητής:** Ολύβια Δόντη, *Λέκτορας ΤΕΦΑΑ, ΕΚΠΑ*

**8:15-8:30** Συζήτηση

► **Τετάρτη 28 Νοεμβρίου 2012 • Τομέας Αθλητιατρικής & Βιολογίας της Άσκησης**

Κεντρικό θέμα: **Αποφυγή Επισφαλούς Γύμνασης**

**5:30-6:00** Προσέλευση - Εγγραφές

**6:00-6:45** Ομιλία με θέμα:

«Αποφυγή επισφαλούς γύμνασης: καρδιοαναπνευστική και μεταβολική προσέγγιση»

**Ομιλητές:** Νίκος Γελαδάς, *Καθηγητής ΤΕΦΑΑ, ΕΚΠΑ*  
Ιφιγένεια Γιαννοπούλου, *Λέκτορας ΤΕΦΑΑ, ΕΚΠΑ*

**6:45-7:00** Συζήτηση

**7:00-7:30** Διάλειμμα - Καφές

**7:30-8:15** Ομιλία με θέμα:

«Αποφυγή επισφαλούς γύμνασης: μυοσκελετική προσέγγιση»

**Ομιλητής:** Σπύρος Αθανασόπουλος, *Καθηγητής ΤΕΦΑΑ, ΕΚΠΑ*

**8:15-8:30** Συζήτηση

► **Τετάρτη 5 Δεκεμβρίου 2012 • Τομέας Αθλοπαιδιών**

Κεντρικό θέμα: **Πρόληψη και Βελτίωση της Υγείας στις Αθλοπαιδιές**

**5:30-6:00** Προσέλευση - Εγγραφές

**6:00-6:45** **Ομιλία με θέμα:**  
«Ετήσιος προαγωνιστικός έλεγχος υγείας νεαρών ποδοσφαιριστών»  
**Ομιλητής:** Αθανάσιος Σουγλής, *PhD, Καθηγητής Φυσικής Αγωγής*

**6:45-7:00** Συζήτηση

**7:00-7:30** Διάλειμμα - Καφές

**7:30-8:15** **Ομιλία με θέμα:**  
«Η επίδραση της προπόνησης στη μεταβολή του λιπιδιμικού προφίλ των αθλητών καλαθοσφαίρισης»  
**Ομιλητής:** Νίκος Αποστολίδης, *Επικ. Καθηγητής ΤΕΦΑΑ, ΕΚΠΑ*

**8:15-8:30** Συζήτηση

► **Τετάρτη 16 Ιανουαρίου 2013 • Τομέας Αθλητιατρικής & Βιολογίας της Άσκησης**

Κεντρικό θέμα: **Επιστημονική Τεκμηρίωση Μοντέρνων Μορφών Άσκησης**

**5:30-6:00** Προσέλευση - Καφές

**6:00-6:45** Ομιλία με θέμα:

«Εμβιομηχανική βάση μοντέρνων μορφών άσκησης»

**Ομιλητής:** Ελισσάβετ Ρουσάνογλου, *Επίκ. Καθηγήτρια ΤΕΦΑΑ, ΕΚΠΑ*

**6:45-7:00** Συζήτηση

**7:00-7:30** Διάλειμμα - Καφές

**7:30-8:15** Ομιλία με θέμα:

«Μεταβολική προσέγγιση μοντέρνων μορφών άσκησης: είναι αποτελεσματικές στον έλεγχο του σωματικού βάρους;»

**Ομιλητής:** Ιφιγένεια Γιαννοπούλου, *Λέκτορας ΤΕΦΑΑ, ΕΚΠΑ*

**8:15-8:30** Συζήτηση



► *Τετάρτη 23 Ιανουαρίου 2013 • Τομέας Υγρού Στίβου*

Κεντρικό θέμα: **Τα Οφέλη της Κολύμβησης σε Άτομα με Ειδικές Ανάγκες**

**5:30-6:00** Προσέλευση - Καφές

**6:00-6:45** **Ομιλία με θέμα:**  
«Θεραπευτική & Αγωνιστική Κολύμβηση σε Άτομα με Ειδικές Ανάγκες:  
Πρακτικές Εφαρμογές & Οφέλη – Μέρος Α»  
**Ομιλητής:** Ελένη Σουλτανάκη, *Επίκ. Καθηγήτρια ΤΕΦΑΑ, ΕΚΠΑ*

**6:45-7:00** Συζήτηση

**7:00-7:30** Διάλειμμα - Καφές

**7:30-8:15** **Ομιλία με θέμα:**  
«Θεραπευτική & Αγωνιστική Κολύμβηση σε Άτομα με Ειδικές Ανάγκες:  
Πρακτικές Εφαρμογές & Οφέλη – Μέρος Β»  
**Ομιλητής:** Βασίλης Καλύβας, *PhD, ΤΕΦΑΑ, ΕΚΠΑ*

**8:15-8:30** Συζήτηση

► **Τετάρτη 13 Φεβρουαρίου 2013 • Τομέας Γυμναστικής & Χορού**

Κεντρικό θέμα: **Ο Χορός ως Κινητική Δραστηριότητα**

**5:30-6:00** Προσέλευση - Εγγραφές

**6:00-6:45** **Ομιλία με θέμα:**  
«Χορός και μορφή: Η αναγκαιότητα του λόγου για τη μορφή στη μελέτη του χορού»  
**Ομιλητής:** Βασιλική Τυροβολά, *Αναπλ. Καθηγήτρια ΤΕΦΑΑ, ΕΚΠΑ*

**6:45-7:00** Συζήτηση

**7:00-7:30** Διάλειμμα - Καφές

**7:30-8:15** **Ομιλία με θέμα:**  
«Χορός και γραφή: Η συμβολή του γραπτού λόγου της χορευτικής κίνησης στη διδασκαλία του χορού»  
**Ομιλητής:** Μαρία Κουτσούμπα, *Αναπλ. Καθηγήτρια ΤΕΦΑΑ, ΕΚΠΑ*

**8:15-8:30** Συζήτηση

► **Τετάρτη 13 Μαρτίου 2013 · Κλασικού Αθλητισμού & Λοιπών Αθλημάτων**

Κεντρικό Θέμα: **Νέες Διδακτικές Κατευθύνσεις στον Κλασικό Αθλητισμό και την Ξιφασκία**

**5:30-6:00** Προσέλευση - Εγγραφές

**6:00-6:30** **Ομιλία με θέμα:**  
«Πρακτική εφαρμογή διαφορετικών τεχνικών μάθησης σε νεαρούς αθλητές στίβου»  
**Ομιλητής:** Αθανασία Σμυρνιώτου, *Αναπλ. Καθηγήτρια ΤΕΦΑΑ, ΕΚΠΑ*

**6:30-6:45** Συζήτηση

**6:45-7:15** Διάλειμμα - Καφές

**7:15-7:45** **Ομιλία με θέμα:**  
«Η διδασκαλία του κλασικού αθλητισμού σε παιδιά προσχολικής και σχολικής ηλικίας»  
**Ομιλητής:** Πολυξένη Αργειτάκη, *Επικ. Καθηγήτρια ΤΕΦΑΑ, ΕΚΠΑ*

**7:45-8:00** Συζήτηση

**8:00-8:45** **Ομιλία με θέμα:**  
«Εφαρμογή παιδαγωγικών διαδικασιών για την ανίχνευση και εισαγωγή αρχαρίων σε αθλήματα επαφής»  
**Ομιλητής:** Χαρίλαος Τσολάκης, *Επικ. Καθηγητής ΤΕΦΑΑ, ΕΚΠΑ*

**8:45-9:00** Συζήτηση

► *Τετάρτη 20 Μαρτίου 2013 • Τομέας Θεωρητικών Επιστημών*

Κεντρικό θέμα: **Κοινωνικές και Φιλοσοφικές Προεκτάσεις της Φυσικής Δραστηριότητας**

**5:30-6:00** Προσέλευση - Εγγραφές

**6:00-6:45** Ομιλία με θέμα:

«Διαχρονική προσέγγιση του γυναικείου αποκλεισμού: Ο αθλητισμός ως πεδίο κοινωνικής χειραφέτησης»

**Ομιλητής:** Ειρήνη Καμπερίδου, *Επίκ. Καθηγήτρια ΤΕΦΑΑ, ΕΚΠΑ*

**6:45-7:00** Συζήτηση

**7:00-7:30** Διάλειμμα - Καφές

**7:30-8:15** Ομιλία με θέμα:

«Ο Ολυμπισμός ως ιδεολογία και η συμβολή του στην αντιμετώπιση της επιθετικότητας των νέων»

**Ομιλητής:** Κωσταντίνα Γογγάκη, *Επίκ. Καθηγήτρια ΤΕΦΑΑ, ΕΠΚΑ*

**8:15-8:30** Συζήτηση

► **Τετάρτη 3 Απριλίου 2013 • Τομέας Αθλοπαιδιών**

**Κεντρικό θέμα: Τάσεις και Προοπτική στη Σύγχρονη Προπονητική των Αθλοπαιδιών**

**5:30-6:00** Προσέλευση - Εγγραφές

**6:00-6:45** Ομιλία με θέμα:

«Σύγχρονες τάσεις προπονητικής στη χειροσφαίριση»

**Ομιλητές:** Γιώργος Κρανάκης, Καθηγητής Φυσικής Αγωγής, Ομοσπονδιακός Προπονητής  
Ιωάννης Βαρελτζής, Καθηγητής Φυσικής Αγωγής, Υποψήφιος διδάκτωρ ΤΕΦΑΑ, ΕΚΠΑ

**6:45-7:00** Συζήτηση

**7:00-7:30** Διάλειμμα - Καφές

**7:30-8:15** Ομιλία με θέμα:

«Σύγχρονες τάσεις προπονητικής στη πετοσφαίριση»

**Ομιλητής:** Νίκος Μπεργελές, Καθηγητής ΤΕΦΑΑ, ΕΚΠΑ

**8:15-8:30** Συζήτηση

▶ **Τετάρτη 15 Μαΐου 2013 • Κλασικού Αθλητισμού & Λοιπών Αθλημάτων**

**Κεντρικό θέμα: Προπόνηση με Αντιστάσεις: Σύγχρονες Μέθοδοι**

**5:30-6:00** Προσέλευση - Εγγραφές

**6:00-6:45** **Ομιλία με θέμα:**  
«Βαλλιστική και πλειομετρική προπόνηση για τη βελτίωση της μυϊκής ισχύος»  
**Ομιλητής:** Γρηγόρης Μπογδάνης, *PhD, Αποσπασμένος Καθηγητής ΤΕΦΑΑ, ΕΚΠΑ*

**6:45-7:00** Συζήτηση

**7:00-7:30** Διάλειμμα - Καφές

**7:30-8:15** **Ομιλία με θέμα:**  
«Προπόνηση για την ανάπτυξη της μυϊκής μάζας και της μυϊκής δύναμης»  
**Ομιλητής:** Γεράσιμος Τερζής, *Επίκουρος Καθηγητής ΤΕΦΑΑ, ΕΚΠΑ*

**8:15-8:30** Συζήτηση

▶ **Τετάρτη 22 Μαΐου 2013 • Τομέας Θεωρητικών Επιστημών**

Κεντρικό θέμα: **Αθλητισμός, Χώρος, Χρόνος και...Συναίσθημα**

**5:30-6:00** Προσέλευση - Εγγραφές

**6:00-6:45** Ομιλία με θέμα:

«Επανεξετάζοντας το νόημα του χώρου και του χρόνου στο πλαίσιο της Αθλητικής Κοινωνιολογικής Σκέψης»

**Ομιλητής:** Νικόλαος Πατσαντάρας, *Επίκ. Καθηγητής ΤΕΦΑΑ, ΕΚΠΑ*

**6:45-7:00** Συζήτηση

**7:00-7:30** Διάλειμμα - Καφές

**7:30-8:15** Ομιλία με θέμα:

«Θετική ψυχολογία: Η επίδραση των συναισθημάτων στον αθλητισμό και την άσκηση»

**Ομιλητής:** Νεκτάριος Σταύρου, *Λέκτορας ΤΕΦΑΑ, ΕΚΠΑ*

**8:15-8:30** Συζήτηση

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

Σχεδιασμός & ηλεκτρονική σελιδοποίηση προγράμματος: Αχιλλέας Κλεισούρας

