

**ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΘΕΩΡΗΤΙΚΩΝ ΜΑΘΗΜΑΤΩΝ
ΣΧΟΛΗΣ ΠΡΟΠΟΝΗΤΩΝ ΤΑΕ KWON DO (ITF)**

Εβδομάδα 1 [14-20/07/2014]

Εβδομάδα	Δευτέρα	Τρίτη	Τετάρτη	Πέμπτη	Παρασκευή	Σάββατο	Κυριακή
1η					Αλεξανδρής Κ. Αθλ. Μάρκετινγκ	Τσορμπατζο ύδης Χ. Αθλ. Ψυχολογία	Μπαρκούκης Β. Αθλ. Παιδαγωγική
2η					Αλεξανδρής Κ. Αθλ. Μάρκετινγκ	Τσορμπατζού δης Χ. Αθλ. Ψυχολογία	Μπαρκούκης Β. Αθλ. Παιδαγωγική
3η					Αλεξανδρής Κ. Αθλ. Μάρκετινγκ	Τσορμπατζού δης Χ. Αθλ. Ψυχολογία	Μπαρκούκης Β. Αθλ. Παιδαγωγική
4η					Αλεξανδρής Κ. Αθλ. Μάρκετινγκ	Τσορμπατζού δης Χ. Αθλ. Ψυχολογία	Μπαρκούκης Β. Αθλ. Παιδαγωγική
5η					Αλεξανδρής Κ. Αθλ. Μάρκετινγκ	Τσορμπατζού δης Χ. Αθλ. Ψυχολογία	Μπαρκούκης Β. Αθλ. Παιδαγωγική

Εβδομάδα	Δευτέρα	Τρίτη	Τετάρτη	Πέμπτη	Παρασκευή	Σάββατο	Κυριακή
6η					Αλεξανδρής Κ. Αθλ. Μάρκετινγκ	Τσορμπατζού δης Χ. Αθλ. Ψυχολογία	
7η					Αλεξανδρής Κ. Αθλ. Μάρκετινγκ	Τσορμπατζού δης Χ. Αθλ. Ψυχολογία	
8η					Αλεξανδρής Κ. Αθλ. Μάρκετινγκ	Τσορμπατζού δης Χ. Αθλ. Ψυχολογία	
9η					Αλεξανδρής Κ. Αθλ. Μάρκετινγκ	Τσορμπατζού δης Χ. Αθλ. Ψυχολογία	
10η					Αλεξανδρής Κ. Αθλ. Μάρκετινγκ	Τσορμπατζού δης Χ. Αθλ. Ψυχολογία	

**ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΘΕΩΡΗΤΙΚΩΝ ΜΑΘΗΜΑΤΩΝ
ΣΧΟΛΗΣ ΠΡΟΠΟΝΗΤΩΝ ΤΑΕ KWON DO (ITF)**

Εβδομάδα 2 [21-27/7/2014]

Ωρα	Δευτέρα	Τρίτη	Τετάρτη	Πέμπτη	Παρασκευή	Σάββατο	Κυριακή
1η					Κέλλης Σπ. Προπονητική	Κέλλης Σπ. Προπονητική	Κοΐδου Ειρ. Αθλ. Διατροφή
2η					Κέλλης Σπ. Προπονητική	Κέλλης Σπ. Προπονητική	Κοΐδου Ειρ. Αθλ. Διατροφή
3η					Κέλλης Σπ. Προπονητική	Κέλλης Σπ. Προπονητική	Κοΐδου Ειρ. Αθλ. Διατροφή
4η					Κέλλης Σπ. Προπονητική	Κέλλης Σπ. Προπονητική	Κοΐδου Ειρ. Αθλ. Διατροφή
5η					Κέλλης Σπ. Προπονητική	Κέλλης Σπ. Προπονητική	Κοΐδου Ειρ. Αθλ. Διατροφή
6η					Κέλλης Σπ. Προπονητική	Κοΐδου Ειρ. Αθλ. Διατροφή	
7η					Κέλλης Σπ.	Κοΐδου Ειρ.	

[4]

Ώρα	Δευτέρα	Τρίτη	Τετάρτη	Πέμπτη	Παρασκευή	Σάββατο	Κυριακή
					Προπονητική	Αθλ. Διατροφή	
8η					Κέλλης Σπ. Προπονητική	Κοΐδου Ειρ. Αθλ. Διατροφή	
9η					Κέλλης Σπ. Προπονητική	Κοΐδου Ειρ. Αθλ. Διατροφή	
10η					Κέλλης Σπ. Προπονητική	Κοΐδου Ειρ. Αθλ. Διατροφή	

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΘΕΩΡΗΤΙΚΩΝ ΜΑΘΗΜΑΤΩΝ ΣΧΟΛΗΣ ΠΡΟΠΟΝΗΤΩΝ ΤΑΕ KWON DO (ITF)

Εβδομάδα 1 [14-20/07/2014]

Ημερομηνία	Διδάσκων	Γνωστικό Αντικείμενο	Περιεχόμενα Διαλέξεων	Ώρες
18/07/2014	Αλεξανδρής Κ. Επικ. Καθηγητής ΑΠΘ	Αθλητικό Μάρκετινγκ	<ul style="list-style-type: none"> • Μάρκετινγκ αθλητικών σωματείων • Βελτίωση υπηρεσιών αθλητικών σωματείων • Μεγιστοποίηση εσόδων αθλητικών σωματείων • Ανάπτυξη χορηγικών πλάνων μικρών και μεγάλων αθλητικών διοργανώσεων 	10
19/07/2014	Τσορμπατζούδης Χ. Καθηγητής ΑΠΘ	Αθλητική Ψυχολογία	<ul style="list-style-type: none"> • Ψυχολογική προπόνηση στον αθλητισμό • Ψυχορρύθμιση • Προπόνηση χαλάρωσης • Κίνητρα • Στόχοι 	10
20/07/2014	Μπαρκούκης Β.	Αθλητική Παιδαγωγική	<ul style="list-style-type: none"> • Εισαγωγή στην 	

	Λέκτορας ΑΠΘ		αθλητική παιδαγωγική. Έννοιες και ορισμοί • Ενίσχυση και ανατροφοδότηση στην προπονητική διαδικασία • Δημιουργία παιδαγωγικά ορθού κλίματος στην προπόνηση	5
--	--------------	--	--	---

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΘΕΩΡΗΤΙΚΩΝ ΜΑΘΗΜΑΤΩΝ ΣΧΟΛΗΣ ΠΡΟΠΟΝΗΤΩΝ ΤΑΕ KWON DO (ITF)

Εβδομάδα 2 [14-20/07/2014]

Ημερομηνία	Διδάσκων	Γνωστικό Αντικείμενο	Περιεχόμενα Διαλέξεων	Ώρες
25/07/2014 26/07/2014	Κέλλης Σπ. Καθηγητής ΑΠΘ	Προπονητική	<ul style="list-style-type: none"> • Θεωρία προπόνησης και αρχές προπόνησης • Σχεδιασμός προγραμμάτων προπόνησης • Προπόνηση δύναμης • Προπόνηση αντοχής • Προπόνηση ταχύτητας και ταχυδύναμης • Προπόνηση κινητικότητας των αρθρώσεων • Αξιολόγηση της αθλητικής απόδοσης 	15
26/07/2014 27/07/2014	Κοϊδου Ειρ. Απίκ. Καθηγήτρια	Αθλητική Διατροφή	<ul style="list-style-type: none"> • Βασικά θρεπτικά συστατικά των τροφίμων • Ο ρόλος της διατροφής στη βελτίωση και αύξηση της αθλητικής απόδοσης • Συμπληρώματα διατροφής και αθλητική απόδοση • Το προαγωνιστικό γεύμα-διατροφή στη διάρκεια και μετά τον αγώνα • Διατροφικά προβλήματα αθλητών υψηλού επιπέδου • Ο ρόλος του νερού και των ηλεκτρολυτών στην αθλητική απόδοση • Διατροφή και ταξίδια αθλητών 	10