

έτος

2014-  
15

ακαδημαϊκό

Πρόγραμμα

ΗΜΕΡΙΔΩΝ

ΣΧΟΛΗ ΕΠΙΣΤΗΜΗΣ ΦΥΣΙΚΗΣ ΑΓΩΓΗΣ & ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ | ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΑΘΗΝΩΝ





Πρόγραμμα ΗΜΕΡΙΔΩΝ ακαδημαϊκού έτους 2014-15. Οι επιστημονικές ημερίδες διοργανώνονται από την «Επιτροπή Επιστημονικών Εκδηλώσεων» της Σχολής Επιστήμης Φυσικής Αγωγής & Αθλητισμού του Εθνικού & Καποδιστριακού Πανεπιστημίου Αθηνών.

### **Μέλη Επιτροπής Επιστημονικών Εκδηλώσεων**

Σπύρος Αθανασόπουλος (*Συντονιστής*)

Μαρία Κοσκοκού

Δημήτριος Μανδαλιδης

Ελισάβετ Ρουσάνογλου

Ιωάννης Μπάγιος

Νικόλαος Αποστολίδης

Νικόλαος Κωστόπουλος

Κωνσταντίνος Νούτσος

Γεώργιος Παραδείσης

Γρηγόρης Μπογδάνης

Εμμανουήλ Σκορδίλης

Ειρήνη Καμπερίδου

Μαρία Κουτσούμπα

Ολύβια Δόντη

Φωτεινή Βενετσάνου

Χρήστος Παπακώστας

Αργύρης Τουμπέκης

### **Επικοινωνία & πληροφορίες**

[www.phed.uoa.gr](http://www.phed.uoa.gr) | [tefaacongress@phed.uoa.gr](mailto:tefaacongress@phed.uoa.gr)

### **Χώρος διεξαγωγής ημερίδων**

Μεγάλο Αμφιθέατρο ΣΕΦΑΑ, Εθν. Αντιστάσεως 41, Δάφνη

### **Πρόσβαση με ΜΜΜ**

Στάση Μετρό ΔΑΦΝΗ

### **Parking**

Διατίθεται χώρος στις εγκαταστάσεις της Σχολής

### **Σχεδιασμός & σελιδοποίηση προγράμματος**

Αχιλλέας Κλεισούρας

## Σάββατο 29 Νοεμβρίου 2014, Τομέας Αθλητιατρικής & Βιολογίας της Άσκησης ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ ΑΣΚΟΥΜΕΝΩΝ ΣΤΟ ΓΥΜΝΑΣΤΗΡΙΟ

Συντονιστής: Σπύρος Αθανασόπουλος, Καθηγητής Αθλητικής Φυσικοθεραπείας, ΣΕΦΑΑ/ΕΚΠΑ

### Πρώτη Συνεδρία

**Προεδρείο: Σπύρος Αθανασόπουλος, Καθηγητής Αθλητικής Φυσικοθεραπείας, ΣΕΦΑΑ/ΕΚΠΑ**

- 10.00 – 10.20 «Ασφαλής εκτέλεση ασκήσεων: Κατανοώντας το μοχλικό σύστημα του ανθρώπινου σώματος»  
**Ομιλήτρια:** Ελισσάβετ Ρουσάνογλου, Επίκουρη Καθηγήτρια Αθλητικής Βιο-μηχανικής ΣΕΦΑΑ/ΕΚΠΑ
- 10.20 – 10.40 «Αξιολόγηση στάσης του σώματος»  
**Ομιλήτρια:** Αικατερίνη Ιατρίδου, MSc, υποψήφια διδάκτωρ ΠΜΣ Βιολογία της Άσκησης, ΣΕΦΑΑ/ΕΚΠΑ
- 10.40 – 11.00 «Αξιολόγηση μυϊκών ανισορροπιών»  
**Ομιλητής:** Σπύρος Αθανασόπουλος, Καθηγητής Αθλητικής Φυσικοθεραπείας, ΣΕΦΑΑ/ΕΚΠΑ
- 11.00 – 11.20 «Αξιολόγηση λειτουργικότητας κορμού και λεκάνης»  
**Ομιλητής:** Δημήτρης Καραγιαννάκης υπ. διδάκτωρ ΠΜΣ Βιολογία της Άσκησης, ΣΕΦΑΑ/ΕΚΠΑ
- 11.20 – 11.40 Συζήτηση
- 11.40 – 12.00 Διάλειμμα – Καφές

### Δεύτερη Συνεδρία

**Προεδρείο: Κοσκόβου Μαρία, Αναπληρώτρια Καθηγήτρια Εργοφυσιολογίας ΣΕΦΑΑ/ ΕΚΠΑ**

- 12.00 – 12.20 «Λειτουργικές διαταραχές άκρου ποδός»  
**Ομιλητής:** Δημήτρης Μανδαλίδης, Επίκουρος Καθηγητής Αθλητικής Φυσικοθεραπείας, ΣΕΦΑΑ/ΕΚΠΑ
- 12.20 – 12.40 «Αξιολόγηση καρδιοαναπνευστικής αντοχής»  
**Ομιλήτρια:** Β.Μάλλιου, Ph.D., Καθηγήτρια Φυσικής Αγωγής αποσπασμένη στη ΣΕΦΑΑ/ΕΚΠΑ
- 12.40 – 13.00 «Αξιολόγηση αναερόβιας ικανότητας και ισχύος»  
**Ομιλητής:** Γρηγόρης Μπογδάνης, Λέκτορας Αθλητικών Αθμάτων, ΣΕΦΑΑ/ΕΚΠΑ
- 13.00 – 13.20 «Αξιολόγηση λειτουργικής ικανότητας του μυϊκού συστήματος»  
**Ομιλητής:** Γεράσιμος Τερζής, Αναπληρωτής Καθηγητής Αθλητικών Ρίψεων, ΣΕΦΑΑ/ΕΚΠΑ
- 13.20 – 14.00 Συζήτηση – Συμπεράσματα

## Σάββατο 13 Δεκεμβρίου 2014, Τομέας Αθλοπαιδιών ΕΙΔΙΚΑ ΘΕΜΑΤΑ ΑΘΛΟΠΑΙΔΙΩΝ

Συντονιστής: Νικόλαος Αποστολίδης, Αναπληρωτής Καθηγητής Ειδικής Προπονησιολογίας Καλαθοσφαίρισης, ΣΕΦΑΑ/ΕΚΠΑ

### Πρώτη Συνεδρία

**Προεδρείο:** Ιωάννης Μπάγιος, Καθηγητής Ειδικής Προπονησιολογίας Χειροσφαίρισης, ΣΕΦΑΑ, ΕΚΠΑ

- 10.00 – 10.45 «Συγκριτική αξιολόγηση πρωταθλημάτων Χειροσφαίρισης–Καλαθοσφαίρισης»  
**Ομιλητής:** Παναγιώτης Μελετάκος PhD, Προπονησιολογία Χειροσφαίρισης
- 10.45 – 10.50 Συζήτηση
- 10.50 – 11.35 «Η πετοσφαίριση στην αναπτυξιακή ηλικία»  
**Ομιλήτρια:** Καρολίνα Μπαρζούκα, Επίκουρη Καθηγήτρια Προπονησιολογίας Πετοσφαίρισης ΣΕΦΑΑ/ΕΚΠΑ
- 11.35 – 11.40 Συζήτηση
- 11.40 – 12.00 Διάλειμμα – Καφές

### Δεύτερη Συνεδρία

**Προεδρείο:** Νικόλαος Αποστολίδης, Αναπληρωτής Καθηγητής Ειδικής Προπονησιολογίας Καλαθοσφαίρισης, ΣΕΦΑΑ, ΕΚΠΑ

- 12.00. – 12.45 «Καλαθοσφαίριση με αμαξίδιο: επιστημονική – προπονητική προσέγγιση»  
**Ομιλητής:** Εμμανουήλ Ζαχαράκης, Επίκουρος Καθηγητής Προπονησιολογίας Καλαθοσφαίρισης ΣΕΦΑΑ/ΕΚΠΑ
- 12.50 – 13.35 «Τεχνική και τακτική ανασκόπηση παγκοσμίου πρωταθλήματος ποδοσφαίρου 2014»  
**Ομιλητής:** Μιχάλης Μητροτάσιος, Λέκτορας Προπονησιολογίας Ποδοσφαίρισης, ΣΕΦΑΑ/ΕΚΠΑ
- 13.40 – 14.00 Συζήτηση – Συμπεράσματα

**Σάββατο 17 Ιανουαρίου 2015, Τομέας Υγρού Στίβου**  
**ΑΝΑΒΑΘΜΙΣΗ ΤΟΥ ΣΧΕΔΙΑΣΜΟΥ ΤΗΣ ΠΡΟΠΟΝΗΣΗΣ ΣΤΑ ΑΘΛΗΜΑΤΑ**  
**ΤΗΣ ΠΙΣΙΝΑΣ: ΠΡΟΤΑΣΕΙΣ ΚΑΙ ΠΡΑΚΤΙΚΕΣ ΕΦΑΡΜΟΓΕΣ**

**Συντονιστής: Αργύρης Τουμπέκνης, Επίκουρος Καθηγητής Κολύμβησης, ΣΕΦΑΑ/ΕΚΠΑ**

### **Πρώτη Συνεδρία**

**Προεδρείο: Ιωάννης Βογιατζής, Αναπληρωτής Καθηγητής Ιστοιολογίας, ΣΕΦΑΑ/ΕΚΠΑ**

- 10:00 – 10:20 «Νέες τάσεις στην προπονητική της αγωνιστικής Κολύμβησης»  
**Ομιλήτρια:** Ελένη Σουλτανάκη, Αναπληρώτρια Καθηγήτρια Κολύμβησης, ΣΕΦΑΑ/ΕΚΠΑ
- 10:20 – 10:40 Το φορμάρισμα και άλλες πρακτικές βελτίωσης της αγωνιστικής απόδοσης  
**Ομιλητής:** Αργύρης Τουμπέκνης, Επίκουρος Καθηγητής Κολύμβησης, ΣΕΦΑΑ, ΕΚΠΑ
- 10:40 – 11:00 Ερωτήσεις-Συζήτηση
- 11.00 – 11.20 Διάλειμμα – Καφές

### **Δεύτερη Συνεδρία**

**Προεδρείο: Ελένη Σουλτανάκη, Αναπληρώτρια Καθηγήτρια Κολύμβησης, ΣΕΦΑΑ/ ΕΚΠΑ**

- 11:20 – 11:40 Η σημασία της διατροφής στα αθλήματα του υγρού στίβου: διατροφικές συστάσεις για τη συγχρονισμένη κολύμβηση  
**Ομιλητής:** Γιάννης Αρναούτης, Επιστημονικός Συνεργάτης Τμήμα Διατροφής & Διαιτολογίας, Χαροκόπειο Πανεπιστήμιο
- 11:40 – 12:00 Τρέχουσα έρευνα στη Συγχρονισμένη Κολύμβηση  
**Ομιλητής:** Χρυσούλα Χαιροπούλου, Αναπληρώτρια Καθηγήτρια Συγχρονισμένης Κολύμβησης, ΣΕΦΑΑ/ ΕΚΠΑ
- 12:00 – 12:20 Ερωτήσεις – Συζήτηση

### **Τρίτη Συνεδρία**

**Προεδρείο: Ελένη Σουλτανάκη, Αναπληρώτρια Καθηγήτρια Κολύμβησης, ΣΕΦΑΑ/ ΕΚΠΑ**

- 12:20 – 12:40 Η προπόνηση με αντιστάσεις στην υδατοσφαίριση: προπονητικές συστάσεις για τη βελτίωση της απόδοσης  
**Ομιλητής:** Πέτρος Μποτώνης, Υποψήφιος διδάκτωρ ΣΕΦΑΑ, ΕΚΠΑ
- 12:40 – 13:00 Χρονική ανάλυση δραστηριοτήτων στον αγώνα της υδατοσφαίρισης  
**Ομιλητής:** Θεόδωρος Πλατάνου, Αφυπηρετήσας Καθηγητής Υδατοσφαίρισης, ΣΕΦΑΑ,/ΕΚΠΑ
- 13:00 – 13:20 Ερωτήσεις - Συζήτηση – Συμπεράσματα

## Σάββατο 7 Φεβρουαρίου 2015, Τομέας Κλασικού Αθλητισμού & Λοιπών Αθλημάτων ΕΡΕΥΝΑ ΚΑΙ ΕΦΑΡΜΟΓΕΣ ΣΤΟΝ ΚΛΑΣΙΚΟ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟ

### Πρώτη Συνεδρία

**Προεδρείο:** Γεώργιος Γεωργιάδης, Καθηγητής Αθλητικών Ρίψεων, ΣΕΦΑΑ/ ΕΚΠΑ, Π. Βεληγκέκας, Αναπληρωτής Καθηγητής Αθλητικών Αθμάτων, ΣΕΦΑΑ, ΕΚΠΑ

- 10:00 – 10:30 «Μυϊκή ενεργοποίηση: εφαρμογές στην προπόνηση και στον αγώνα» »  
**Ομιλητές:** Γρηγόρης Μπογδάνης, Λέκτορας Αθλητικών Αθμάτων, ΣΕΦΑΑ/ΕΚΠΑ  
Ε. Σελιμά, Διδακτορική φοιτήτρια ΣΕΦΑΑ/ΕΚΠΑ  
Α. Τσούκος, Διδακτορικός φοιτητής ΣΕΦΑΑ/ΕΚΠΑ
- 10.30 – 10.50 Συζήτηση
- 10.50 – 11.20 Τίτλος ενότητας «Φορμάρισμα πριν τον αγώνα με υψηλές και χαμηλές αντιστάσεις»  
**Ομιλητές:** Γ. Τερζής, Αναπληρωτής Καθηγητής Αθλητικών Ρίψεων, ΣΕΦΑΑ/ΕΚΠΑ  
Α. Στασινάκη, Διδακτορική φοιτήτρια ΣΕΦΑΑ/ΕΚΠΑ  
Ν. Ζόρας, Διδακτορικός φοιτητής ΣΕΦΑΑ/ΕΚΠΑ
- 11.20 – 11.30 Συζήτηση
- 11.30 – 12.00 Διάλειμμα – Καφές

### Δεύτερη Συνεδρία

**Προεδρείο:** Α. Σμυρνιώτου, Αναπληρώτρια Καθηγήτρια Αθλητικών Δρόμων ΣΕΦΑΑ/ΕΚΠΑ, Χ. Τσολάκης Αναπληρωτής Καθηγητής Ξιφασκίας, ΣΕΦΑΑ/ΕΚΠΑ

- 12.00 – 12.30 «Ερευνητικές εφαρμογές σε δρομικά αγωνίσματα»  
**Ομιλητές:** Α. Σμυρνιώτου, Αναπληρώτρια Καθηγήτρια Κλασικού Αθλητισμού/Αθλητικών Δρόμων, ΣΕΦΑΑ/ΕΚΠΑ  
Φ. Παντελή, Διδακτορική φοιτήτρια ΣΕΦΑΑ/ΕΚΠΑ  
Ι. Κεσόγλου, Διδακτορικός φοιτητής ΣΕΦΑΑ/ΕΚΠΑ
- 12.30 – 12.40 Συζήτηση
- 12.40 – 13.10 Τίτλος ενότητας «Επίδραση της μυϊκής ενεργοποίησης και της σκληρότητας των κάτω άκρων στα δρομικά αγωνίσματα»  
**Ομιλητές:** Γ. Παραδείσης, Επίκουρος Καθηγητής Αθλητικών Δρόμων, ΣΕΦΑΑ/ΕΚΠΑ  
Π. Παππάς, Απόφοιτος ΠΜΣ ΣΕΦΑΑ/ΕΚΠΑ  
Α. Κροκίδας, Μεταπτυχιακός φοιτητής ΣΕΦΑΑ/ΕΚΠΑ
- 13.10 – 13.20 Συζήτηση – Συμπεράσματα

## Σάββατο 14 Μαρτίου 2015, Τομέας Θεωρητικών Επιστημών ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΣ & ΚΟΙΝΩΝΙΑ

Συντονιστής: Κώστας Καρτερολιώτης, Καθηγητής Μεθοδολογίας της Έρευνας, ΣΕΦΑΑ/ΕΚΠΑ

### Πρώτη Συνεδρία

**Προεδρείο: Εμμανουήλ Σκορδίλης, Αναπληρωτής Καθηγητής Προσαρμοσμένης Κινητικής Αγωγής, ΣΕΦΑΑ/ΕΚΠΑ**

- 10.00 – 11.00 «Φυσική Δραστηριότητα και Τρίτη ηλικία: Πρακτική εφαρμογή»  
**Ομιλητής:** Νικήτας Νικηταράς, Αναπληρωτής Καθηγητής, Άσκησης για Όλους, ΣΕΦΑΑ/ΕΚΠΑ
- 11.00 – 11.30 «Φυσική Δραστηριότητα και Τρίτη ηλικία: Θεωρητική προσέγγιση»,  
**Ομιλητής:** Νικήτας Νικηταράς, Αναπληρωτής Καθηγητής, Άσκησης για Όλους, ΣΕΦΑΑ/ΕΚΠΑ
- 11.30 – 12.00 «Θεσμική υπόσταση του Αθλητισμού και της Φυσικής Αγωγής»  
**Ομιλητής:** Δημήτρης Παναγιωτόπουλος, Καθηγητής Αθλητικού Δικαίου, ΣΕΦΑΑ/ΕΚΠΑ
- 12.00 – 12.20 Συζήτηση
- 12.20 – 12.40 Διάλειμμα – Καφές

### Δεύτερη Συνεδρία

- 12.45 – 13.15 «Η γυναικεία αθλητική και κοινωνική επιχειρηματικότητα στην εποχή της κρίσης»  
**Ομιλήτρια:** Ειρήνη Καμπερίδου, Επίκουρη Καθηγήτρια Κοινωνιολογίας: Κοινωνικό Φύλο & Αθλητισμός, ΣΕΦΑΑ/ΕΚΠΑ
- 13.15 – 13.45 «Επανεξετάζοντας το ζήτημα της βίας στο ποδόσφαιρο σε μια αθλητική-κοινωνιολογική προοπτική»  
**Ομιλητής:** Νίκος Πατσαντάρας, Επίκουρος Καθηγητής Αθλητικής Κοινωνιολογίας, ΣΕΦΑΑ/ΕΚΠΑ
- 13.45 – 14.15 «Επαγγελματική εξουθένωση πτυχιούχων φυσικής αγωγής στη 'γενική' και 'ειδική' εκπαίδευση»  
**Ομιλητής:** Εμμανουήλ Σκορδίλης, Αναπληρωτής Καθηγητής Προσαρμοσμένης Κινητικής Αγωγής, ΣΕΦΑΑ/ΕΚΠΑ
- 14.15 – 14.45 Συζήτηση – Συμπεράσματα

## Σάββατο 25 Απριλίου 2015, Τομέας Γυμναστικής & Χορού ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗ ΚΑΙ ΧΟΡΟΣ: ΘΕΩΡΙΑ ΚΑΙ ΠΡΑΞΗ

Συντονίστρια: Καλλιόπη Θεοδωράκου, Καθηγήτρια Γυμναστικής, ΣΕΦΑΑ/ΕΚΠΑ

### Πρώτη Συνεδρία

**Προεδρείο:** Καλλιόπη Θεοδωράκου, Καθηγήτρια Γυμναστικής, ΣΕΦΑΑ, ΕΚΠΑ, Σπύρος Πρασσάς, Αναπληρωτής Καθηγητής Ενόργανης Γυμναστικής, ΣΕΦΑΑ/ΕΚΠΑ

- 9.30 – 9.45 «Δημιουργικότητα και αυτοσχεδιασμός στην Ενόργανη Γυμναστική»  
**Ομιλητής:** Καλλιόπη Θεοδωράκου, Καθηγήτρια Γυμναστικής, ΣΕΦΑΑ/ΕΚΠΑ
- 9.45 – 10.00 «Μελέτη οφθαλμικών κινήσεων στους κριτές Ρυθμικής Γυμναστικής»  
**Ομιλητής:** Δέσποινα Τσοπάνη, Επικουρη Καθηγήτρια Ρυθμικής Γυμναστικής, ΣΕΦΑΑ/ΕΚΠΑ
- 10.00 – 10.15 «Η επίδραση της κόπωσης των πελματιαίων καμπήρων στην ισορροπία»  
**Ομιλητής:** Γιώργος Ντάλλας, Επίκουρος Καθηγητής Ενόργανης Γυμναστικής, ΣΕΦΑΑ/ΕΚΠΑ
- 10.15 – 10.30 Συζήτηση

### Δευτέρη συνεδρία: Εργαστήριο Γυμναστικής

- 10.30 – 11.15 «Πρόγραμμα ανάπτυξης κινητικών δεξιοτήτων για παιδιά 4-7 χρόνων»  
**Εισηγήτρια:** Φωτεινή Βενετσάνου, Λέκτορας Γυμναστικής, ΣΕΦΑΑ/ΕΚΠΑ
- 11.15 – 12.00 «Διδακτική των βασικών γυμναστικών ασκήσεων στο δημοτικό σχολείο»  
**Εισηγήτρια:** Ολύβια Δόντη, Λέκτορας Βασικής Γυμναστικής, ΣΕΦΑΑ/ΕΚΠΑ

### Τρίτη Συνεδρία: Εργαστήριο Ελληνικού Παραδοσιακού Χορού

- 12:15 – 13:00 «Χοροί Ανατολικής Ρωμυλίας-Βόρεια Θράκη»  
**Εισηγητής:** Βασίλης Λάντζος, Επίκουρος Καθηγητής Ελληνικών Παραδοσιακών Χορών, ΣΕΦΑΑ/ΕΚΠΑ
- 13.00 – 13.45 Τίτλος εργαστηρίου «Χοροί από το Ζαγόρι Ηπείρου»  
**Εισηγητής:** Χρήστος Παπακώστας, Λέκτορας Ελληνικών Παραδοσιακών Χορών, ΣΕΦΑΑ ΕΚΠΑ
- 13.45 – 14.00 Διάλειμμα – Καφές

### Τέταρτη Συνεδρία: Εργαστήριο Ελληνικού Παραδοσιακού Χορού

- 14.00 – 15.30 «Η εφαρμογή της μορφολογικής μεθόδου διδασκαλίας στον ελληνικό παραδοσιακό χορό»  
**Εισηγητές:** Βασίλης Καρφής, Καθηγητής ΦΑ, υποψήφιος διδάκτορας, ΣΕΦΑΑ/ΕΚΠΑ  
Μαρία Κουτσούμπα, Αναπληρώτρια Καθηγήτρια Ελληνικών Παραδοσιακών Χορών, ΣΕΦΑΑ/ΕΚΠΑ