

ΤΟ ΒΗΜΑ ΤΩΝ ΠΤΥΧΙΟΥΧΩΝ



Β' ΕΚΔΟΣΗ

ΤΡΙΚΑΛΑ 2009

ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

- Μεταπτυχιακό δίπλωμα στην ψυχολογία της άσκησης..... 5
- Νέα του μεταπτυχιακού προγράμματος σπουδών «Άσκηση και Υγεία» 7
- Το Τ.Ε.Φ.Α.Α. Τρικάλων του Παν/μιου Θεσσαλίας έλαμψε με την παρουσία του 10
- Απολογισμός 6^{ου} εσωτερικού τουρνουά καλαθοσφαίρισης 3x3, έτος: 2008 12

Αγαπητοί μας απόφοιτοι, συνάδελφοι και φίλοι.

Ακόμα μια ακαδημαϊκή χρονιά έφτασε στο τέλος της και μαζί με αυτή οι χαρές αλλά και οι αγωνίες που συνόδευαν τα φοιτητικά σας χρόνια. Τώρα ξεκινά η φάση της ώριμης σκέψης όπου θα κληθείτε να αποφασίσετε για το επόμενο 'βήμα'... Θα είναι άμεση ανεύρεση εργασίας και εφαρμογή των όσων διδαχθήκατε ή συνέχιση των σπουδών με διεύρυνση των γνώσεων σε μεταπτυχιακά προγράμματα; Σε κάποιες περιπτώσεις θα συνδυαστούν και τα δύο. Γεγονός είναι ότι ο χρόνος μπορεί να γίνει ο καλύτερος σύμβουλος και φίλος, αν τον χειριστούμε σωστά. Εμείς, μέσα από το δικό μας/σας 'βήμα των αποφοίτων', θα προσπαθήσουμε να κρατήσουμε την επικοινωνία ανοιχτή, ενημερώνοντάς σας για τα πεπραγμένα αλλά και τα επικείμενα δεδομένα του Τμήματός μας, θεωρώντας πως οι ρίζες πρέπει πάντα να διατηρούνται ζωντανές αν θέλουμε να ανθίσει το δέντρο...

Σαν εκπαιδευτικό προσωπικό λοιπόν, θα είμαστε πάντα δίπλα σας, πρόθυμοι και διαθέσιμοι να βοηθήσουμε, όπου και σε ό,τι μας ζητηθεί. Από σας, θα περιμένουμε με χαρά να μάθουμε νέα σας (www.pe.uth.gr/rtxichouxi) και να μοιραστούμε μαζί σας τις σκέψεις, την πρόοδο και τις προοπτικές σας.



Η επιμελήτρια έκδοσης

Ελιζάνα Πολλάτου
Επικ. καθηγ. Τ.Ε.Φ.Α.Α.-Π.Θ.

ΤΟ Τ.Ε.Φ.Α.Α. ΕΚΠΡΟΣΩΠΗΘΗΚΕ ΣΤΟΥΣ ΟΛΥΜΠΙΑΚΟΥΣ ΑΓΩΝΕΣ 2008 ΤΟΥ ΠΕΚΙΝΟΥ

Ο φοιτητής του ΤΕΦΑΑ Στεφανόπουλος Κωνσταντίνος ήταν ένας από τους 156 έλληνες αθλητές που συμμετείχαν στην Ολυμπιάδα του Πεκίνου όπου και εκπροσώπησε επάξια τη χώρα τερματίζοντας 37ος μεταξύ 60 αθλητών στο αγώνισμα των 50 χιλιομέτρων βάδην. Οι διδάσκοντες και οι φοιτητές του Τμήματος εκφράζουν ολόψυχα τα συγχαρητήριά τους και του εύχονται να συνεχίσει την προσπάθεια για ένα (γιατί όχι;) μετάλλιο στην Ολυμπιάδα του Λονδίνου!



Τα ΝΕΑ μας...

Πρυτανικές και προεδρικές εκλογές

Στις 27 Μαΐου 2008 διενεργήθηκαν οι **πρυτανικές εκλογές του Πανεπιστημίου Θεσσαλίας**, οι οποίες ανέδειξαν πρύτανη τον κ. Γουργουλιάνη Κων/νο και αντιπρυτάνεις τους κ.κ. Θεοδωράκη Ιωάννη, Μποντόζογλου Βασίλειο και Ζουμπουλάκη Μιχαήλ. Πρέπει να σημειωθεί πως και στις απερχόμενες αλλά και στις νεοεκλεγείσες πρυτανικές αρχές, το Τ.Ε.Φ.Α.Α. εκπροσωπείται με δύο μέλη Δ.Ε.Π., τον καθηγητή κ. Μπαγιάτη Κων/νο, (τέως πρύτανης) και τον καθηγητή κ. Θεοδωράκη Ιωάννη (νυν αντιπρύτανης).

Πιο συγκεκριμένα, σύμφωνα με την υπ' αριθμ. 221/01-09-2008 συνεδρίαση του Πρυτανικού Συμβουλίου του Πανεπιστημίου Θεσσαλίας τα καθήκοντα και οι αρμοδιότητες των νέων Πρυτανικών Αρχών, είναι οι εξής:

Καθηγητής Κωνσταντίνος Ι. Γουργουλιάνης, Πρύτανης

Καθηγητής Ιωάννης Θεοδωράκης, Αντιπρύτανης Ακαδημαϊκών Υποθέσεων και Προσωπικού, με αρμοδιότητα και δικαίωμα υπογραφής σε θέματα: Προσωπικού πάσης φύσεως (των μελών ΔΕΠ, εκτός των πειθαρχικών υποθέσεων, του Διοικητικού Προσωπικού, των μελών Ε.Ε.Δ.Ι.Π και Ε.Τ.Ε.Π. και του λοιπού διδακτικού προσωπικού), των μετακινήσεων εκτός έδρας του ανωτέρω προσωπικού και έγκριση της σχετικής δαπάνης κινήσεως και αποζημιώσεως των μετακινουμένων, Ακαδημαϊκών Υποθέσεων, Προπτυχιακών και Μεταπτυχιακών Σπουδών, Συγγραμμάτων και Νομικής Υπηρεσίας.

Καθηγητής Βασίλειος Μποντόζογλου, Αντιπρύτανης Έρευνας και Ανάπτυξης, με αρμοδιότητα και δικαίωμα υπογραφής σε θέματα: Επιτροπής Ερευνών, Δικτύων και Μηχανοργάνωσης, Πληροφορικής, Ανάπτυξης και Τεχνικής Υπηρεσίας.

Αν. Καθηγητής Μιχαήλ Ζουμπουλάκης, Αντιπρύτανης Οικονομικού Προγραμματισμού, Φοιτητικής Μέριμνας, Δημοσίων & Διεθνών Σχέσεων, με αρμοδιότητα και δικαίωμα υπογραφής σε θέματα: Οικονομικών Υπηρεσιών, Οικονομικού Προγραμματισμού, Εκδόσεων, Εταιρείας Διαχείρισεως και Αξιοποίησης της Περιουσίας του Πανεπιστημίου Θεσσαλίας, Φοιτητικής Μέριμνας και Φοιτητικής Λέσχης, Δημοσίων Σχέσεων, Διεθνών Σχέσεων διμερών επαφών με φορείς και Πανεπιστήμια της Ελλάδας και της Αλλοδαπής και Προγραμμάτων Ακαδημαϊκής Συνεργασίας.

Στις 25 Ιουνίου 2008 διενεργήθηκαν οι **προεδρικές εκλογές του Τμήματός μας** από τις οποίες αναδείχθηκε πρόεδρος ο κ. Μπαγιάτης Κων/νος, καθηγητής, και αντιπρόεδρος ο κ. Κουτεντάκης Γιάννης, καθηγητής.

Λίγα λόγια για ένα φλέγον θέμα...

ΚΑΝΟΝΑΣ ΔΕΟΝΤΟΛΟΓΙΑΣ ΓΙΑ ΤΟ ΝΤΟΠΙΝΓΚ

Ίσως το σοβαρότερο θέμα του αθλητισμού, το οποίο αναδείχθηκε εντονότερα την τελευταία χρονιά να είναι το ντόπινγκ. Το ντόπινγκ που κάθε φορά που συζητιέται μάλλον ως τηλεοπτικό σόου αναδεικνύεται, παρά ως πραγματικό πρόβλημα που οι αρμόδιοι σκέφτονται σοβαρά να αντιμετωπίσουν. Στην πραγματικότητα όμως, είναι πρόβλημα εκρηκτικό. Όταν ο πρωταθλητισμός γίνεται εκμεταλλεύσιμο προϊόν στη δημόσια ζωή μιας χώρας, όταν τον υπερτιμούμε, όταν δίνουμε υπερβολικά κίνητρα, όταν τον ταυτίζουμε με την εθνική υπερηφάνεια, με τις φιέστες και την προβολή προσώπων σχετικών και άσχετων με τις «επιτυχίες», τότε τον κατευθύνουμε σε επικίνδυνα μονοπάτια.

Αν ο πρωταθλητισμός απασχολεί το 0,5% των Ελλήνων, υπάρχει και ο αθλητισμός της άσκησης

για όλους, της άσκησης για υγεία, που αφορά το 100% των Ελλήνων. Τα ποσά που διατίθενται από την πολιτεία για τον πρωταθλητισμό είναι πολλαπλάσια αυτών που δίνονται για τις υπόλοιπες κατηγορίες. Προφανώς όμως όλοι πρέπει να δίνουν περισσότερη έμφαση στον ερασιτεχνικό αθλητισμό, στον αθλητισμό για όλους και για άσκηση και υγεία. Κάποτε πιστεύαμε ότι ο πρωταθλητισμός, αποτελεί τη βιτρίνα, τον κράχη για να στρέφονται οι νέοι στον αθλητισμό. Αυτές οι εποχές όμως έχουν περάσει. Εξ' άλλου κατέχουμε πολύ χαμηλά ποσοστά συμμετοχής των πολιτών όλων των ηλικιών σε φυσικές δραστηριότητες ανάμεσα στις Ευρωπαϊκές χώρες.

Οι αρμόδιοι φορείς πρέπει να επαναπροσδιορίσουν τους στόχους του αθλητισμού, ενός αθλητισμού που συνεισφέρει κυρίως στη δημόσια υγεία, στην κοινωνικοποίηση των νέων και στην ποιότητα ζωής. Οι αθλητές, οι προπονητές και οι διοικούντες στον αθλητισμό, πρέπει να μάθουν ότι σήμερα περισσότερο από ποτέ, υπάρχουν επιστήμες που μπορούν πραγματικά να τους βοηθήσουν. Αυτές είναι οι επιστήμες της εργοφυσιολογίας, της προπονητικής, της βιοκινητικής, της διατροφής, της ψυχολογίας, της κινητικής μάθησης.

Ο πρωταθλητισμός ως ιδέα δεν είναι απαραίτητα κακός. Διδάσκει την αξία της σκληρής δουλειάς και της προσπάθειας, της αφοσίωσης σε ένα στόχο, της πειθαρχίας και της διαρκούς βελτίωσης του εαυτού. Όταν όμως στρέφεται σε μαγικές λύσεις όπως οι ήρωες του Αστερίξ τότε γίνεται κωμικός. Στη χώρα μας γενικότερα, έχουμε εμποτιστεί από τη φιλοσοφία του μαγικού φίλτρου, ή του μαγικού ζωμού. Στη φιλοσοφία της ελάχιστης προσπάθειας, της προχειρότητας και των μαγικών λύσεων σε όλους τους τομείς της δημόσιας και ατομικής ζωής. Είναι φανερό ότι αυτή η ιδεολογία είναι επικίνδυνη για τη χώρα, όπως και η ιδεολογία του ντόπινγκ είναι επικίνδυνη για τον αθλητισμό.

Οι πτυχιούχοι φυσικής αγωγής πρέπει να προστατεύσουν και το επάγγελμα και τον αθλητισμό, και τη φυσική αγωγή, θεσπίζοντας ένα βασικό κανόνα δεοντολογίας πάνω στο θέμα. Διαρκώς να τονίζουν σε γονείς, σε μαθητές, σε αθλητές και παράγοντες, ότι η οποιαδήποτε χρήση απαγορευμένων ουσιών, είναι άκρως επικίνδυνη για την υγεία. Να αρνούνται οποιαδήποτε συνέργεια, και κυρίως να τοποθετούνται κάθετα εναντίον της χρήσης απαγορευμένων ουσιών από οποιονδήποτε.

Τέλος, στο χώρο των αθλητών και των σχολείων, η μοναδική ελπίδα καταπολέμησης του ντόπινγκ, είναι η ανάπτυξη προγραμμάτων ευαισθητοποίησης και βιωματικής εκπαίδευσης, δηλαδή προγραμμάτων αγωγής υγείας.

Θεοδωράκης Γιάννης
Καθηγητής Τ.Ε.Φ.Α.Α., αντιπρύτανης Π.Θ.



ΜΕΤΑΠΤΥΧΙΑΚΟ ΔΙΠΛΩΜΑ ΣΤΗΝ ΨΥΧΟΛΟΓΙΑ ΤΗΣ ΑΣΚΗΣΗΣ

Από τον Οκτώβριο του 2008 λειτουργεί ένα νέο μεταπτυχιακό πρόγραμμα στο Τμήμα μας με τίτλο: *Ψυχολογία της Άσκησης. Αναλυτικότερα:*

Σκοπός του Μεταπτυχιακού Προγράμματος Σπουδών είναι να προσφέρει υψηλού Επιπέδου Εκπαίδευση στην Ψυχολογία της Άσκησης και του Αθλητισμού. Το Πρόγραμμα Σπουδών δίνει έμφαση στην **Έρευνα** και στην **Πρακτική Άσκηση** για ανάπτυξη επαγγελματικών ικανοτήτων. Οι μεταπτυχιακοί φοιτητές θα αποκτούν τις απαραίτητες γνώσεις και ικανότητες ώστε να κατανοούν την ανθρώπινη συμπεριφορά σε χώρους άθλησης και φυσικής δραστηριότητας και να χρησιμοποιούν αποτελεσματικά τις γνώσεις τους για την προαγωγή της ποιότητας ζωής, της άσκησης, της υγείας και της απόδοσης σε χώρους άθλησης και δημόσιας υγείας.

Το πρόγραμμα σπουδών απευθύνεται σε Έλληνες και διεθνείς φοιτητές με βασικές σπουδές στις επιστήμες Φυσικής Αγωγής, Αθλητισμού, Ψυχολογίας, Παιδαγωγικών και συναφών Επιστημών. Μέρος των μαθημάτων γίνεται στα Αγγλικά και συμμετέχει στο Δίκτυο 11 κορυφαίων Ευρωπαϊκών πα-

νεπιστημίων (**European Master of Sport and Exercise Psychology**). **Πλεονεκτήματα:** Διδασκαλία από τους κορυφαίους Αθλητικούς Ψυχολόγους της Ευρώπης, Δια-πολιτισμικό περιβάλλον, οι μεταπτυχιακοί φοιτητές που θα κάνουν μέρος των σπουδών τους σε κάποιο Ευρωπαϊκό πανεπιστήμιο θα αποκτήσουν Διπλό Πτυχίο (double degree)¹.

Σε επίπεδο έρευνας και πρακτικής άσκησης οι μεταπτυχιακοί φοιτητές μπορούν να επιλέξουν να δώσουν έμφαση στην ψυχολογία/συμβουλευτική ή του αγωνιστικού αθλητισμού της άσκησης. Μέσα από το Πρόγραμμα Σπουδών τους οι μεταπτυχιακοί φοιτητές θα μπορούν να καλύψουν το κύριο μέρος ή και το σύνολο των κριτηρίων της Εταιρείας Αθλητικής Ψυχολογίας (ΕΑΨ) για την απόκτηση **πιστοποίησης Αθλητικού Ψυχολόγου** από την ΕΑΨ.

Η διάρκεια σπουδών είναι 2 έτη (120 ECTS) και τα μαθήματα θα γίνονται σε εβδομαδιαία βάση στις εγκαταστάσεις του ΤΕΦΑΑ Θεσσαλίας στα Τρίκαλα. Τα μαθήματα θα πραγματοποιούνται κάθε Τρίτη απόγευμα έως Τετάρτη απόγευμα.

Για την απόκτηση του Μεταπτυχιακού Διπλώματος απαιτείται η παρακολούθηση και επιτυχής εξέταση σε εννέα τουλάχιστο μαθήματα, η παρακολούθηση τουλάχιστο δύο σεμιναρίων, η εκπόνηση Μεταπτυχιακής Διατριβής και η Πρακτική Άσκηση.

Τα μαθήματα γίνονται σε μικρά τμήματα ατόμων όπου δίνεται έμφαση στην αυτόνομη και συνεργατική μάθηση. Η πρακτική άσκηση γίνεται υπό την καθοδήγηση πιστοποιημένου αθλητικού ψυχολόγου σε θέματα που επιλέγουν οι φοιτητές, όπως αθλητική επίδοση, άσκηση και συμπεριφορές υγείας, αποκατάσταση, σχολική φυσική αγωγή. Η έρευνα γίνεται σε σύγχρονα θέματα ψυχολογίας της άσκησης και του αθλητισμού και οι μεταπτυχιακοί φοιτητές ενθαρρύνονται να παρουσιάζουν τα ερευνητικά τους δεδομένα σε συνέδρια και να τα δημοσιεύουν σε επιστημονικά περιοδικά.

Διδάσκουν μέλη του εκπαιδευτικού προσωπικού του ΤΕΦΑΑ Θεσσαλίας, καθηγητές του δικτύου των Ευρωπαϊκών πανεπιστημίων αλλά και προσκεκλημένοι καθηγητές εκτός Ευρώπης. Οι διδάσκοντες του ΤΕΦΑΑ του πανεπιστημίου Θεσσαλίας έχουν διεθνώς αναγνωρισμένο ερευνητικό έργο, είναι εκλεγμένα μέλη Διοικητικών Συμβουλίων Ευρωπαϊκών και Παγκόσμιων Εταιριών Αθλητικής Ψυχολογίας, έχουν διοργανώσει Παγκόσμια και Πανευρωπαϊκά Συνέδρια Αθλητικής Ψυχολογίας, είναι εκδότες, μέλη Επιτροπών έκδοσης και κριτές διεθνών περιοδικών αθλητικής ψυχολογίας και έχουν πείρα στην συμβουλευτική στην άσκηση, στον αθλητισμό και στην αγωγή υγείας.

Κάθε χρόνο 2-3 μεταπτυχιακοί φοιτητές μπορούν να συμμετάσχουν στο Εντατικό Πρόγραμμα του European Master of Sport and Exercise Psychology και να σπουδάσουν ένα εξάμηνο σε Ευρωπαϊκό πανεπιστήμιο του Δικτύου². Το μεγαλύτερο μέρος των εξόδων αυτών καλύπτεται από την Ευρωπαϊκή Κοινότητα αλλά επιπλέον παρέχεται και ειδική υποτροφία από το Μεταπτυχιακό Πρόγραμμα Σπουδών.

Τα μαθήματα ξεκινούν την πρώτη εβδομάδα κάθε Οκτωβρίου.

Η επιλογή των μεταπτυχιακών φοιτητών γίνεται σε δύο στάδια. Αρχικά υποβάλλονται οι αιτήσεις που συνοδεύονται από παραστατικά που αφορούν τα πτυχία βασικών σπουδών και Αγγλικής γλώσσας, ενδεχόμενα πτυχία μεταπτυχιακών σπουδών, δημοσιεύσεις ή παρουσιάσεις επιστημονικών εργασιών και διατριβές σε θέματα αθλητικής ψυχολογίας ή συναφή επιστημονικά αντικείμενα, συναφή εργασιακή εμπειρία, κλπ. Με βάση ειδικό



¹ με βάση το Ν. 3404/2005 και τις συμφωνίες των πανεπιστημίων το Διπλό Πτυχίο θα απονέμεται από το Ευρωπαϊκό Πανεπιστήμιο και το Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας.

² University of Jyväskylä, Autonomous University of Barcelona, Lund University, Norwegian School of Sport Sciences, University of Leipzig, University of Copenhagen, Leuven Catholic University, University of Montpellier 1, Lisbon Technical University, Halmstad University College.

σύστημα μορίων που έχει εγκρίνει η Συνέλευση Ειδικής Σύμβασης του ΤΕΦΑΑ Θεσσαλίας οι αιτήσεις κατατάσσονται σε λίστα με αύξοντα αριθμό μορίων. Οι 30 πρώτοι υποψήφιοι με βάση τη λίστα κατάταξης καλούνται να δώσουν εξετάσεις σε ύλη που ανακοινώνεται τουλάχιστον ένα μήνα νωρίτερα με απόφαση της Συνέλευσης Ειδικής Σύμβασης του ΤΕΦΑΑ Θεσσαλίας. Τα αποτελέσματα ανακοινώνονται τη δεύτερη εβδομάδα του Ιουλίου.

Η Ψυχολογία της Άσκησης και του Αθλητισμού επικεντρώνεται στην κατανόηση των ψυχολογικών παραγόντων που λαμβάνουν χώρα στον αθλητισμό, στη φυσική δραστηριότητα και στην άσκηση. Μελετά τις συμπεριφορές, τα συναισθήματα και τις σκέψεις των ανθρώπων που συμμετέχουν σε χώρους άσκησης και άθλησης, για παράδειγμα, αθλητές, ασκούμενους σε γυμναστήρια και σε κέντρα αποκατάστασης, προπονητές, μαθητές και καθηγητές φυσικής αγωγής, γονείς, φιλάθλους, διοικητικούς παράγοντες, κλπ. Η Ψυχολογία της Άσκησης και του Αθλητισμού χρησιμοποιεί σαν πηγή θεωρίες και μεθόδους έρευνας που αναπτύσσονται στις επιστήμες της ψυχολογίας, του αθλητισμού, της εκπαίδευσης και της υγείας.

Ο κλάδος της Ψυχολογίας της άσκησης και του αθλητισμού είναι σχετικά νέος. Σε Παγκόσμιο Επίπεδο επισημοποιήθηκε το 1965 με την ίδρυση της Διεθνούς Εταιρείας Αθλητικής Ψυχολογίας (IS-SP). Στην Ελλάδα διδάσκεται ως βασική επιστήμη των προγραμμάτων σπουδών των ΤΕΦΑΑ από τις αρχές του '80. Μέχρι σήμερα οι περισσότεροι αθλητικοί ψυχολόγοι έχουν κάνει βασικές και μεταπτυχιακές σπουδές στις επιστήμες του αθλητισμού ή της ψυχολογίας και στη διάρκεια των σπουδών τους έχουν ασχοληθεί ερευνητικά με την αθλητική ψυχολογία.

Το παρόν μεταπτυχιακό πρόγραμμα σπουδών είναι το πρώτο που ιδρύεται στην Ελλάδα και από τα πρώτα στην Ευρώπη. Η δημιουργία του συμβάλει στην κάλυψη του κενού που υπάρχει σε επαγγελματικά στελέχη με γνώσεις και ικανότητες συμβουλευτικής σε αθλητές, ασκούμενους, παχύσαρκους μαθητές κλπ., καθώς και σε ηγετικά στελέχη με σύγχρονες γνώσεις καθοδήγησης προγραμμάτων που προάγουν τη φυσική δραστηριότητα, την υγεία και την ποιότητα ζωής.

Το μεταπτυχιακό πρόγραμμα σπουδών απευθύνεται και σε εκπαιδευτικούς που θέλουν να εξειδικευτούν στην ψυχολογία της σχολικής φυσικής αγωγής και της αγωγής υγείας. Στο ΤΕΦΑΑ του Πανεπιστημίου Θεσσαλίας έχει δοθεί ιδιαίτερη έμφαση στην ψυχολογία της σχολικής φυσικής αγωγής και της αγωγής υγείας με τη δημοσίευση πρωτοπόρων ερευνών, την έκδοση επιστημονικών εγχειριδίων και τη συγγραφή των νέων βιβλίων σχολικής φυσικής αγωγής από την Ε' Δημοτικού έως την Γ' Γυμνασίου καθώς και του εκπαιδευτικού υλικού των αθλητικών προγραμμάτων Ολυμπιακής Παιδείας και Καλλιπάτειρας.

Σ' αυτά τα προγράμματα, μέσα από την άθληση και το παιχνίδι επιδιώκεται η ανάπτυξη υπευθυνότητας, ανοχής στη διαφορετικότητα και δεξιοτήτων ζωής, όπως οι δεξιότητες εργασίας σε ομάδα, προγραμματισμού, αποτελεσματικής επικοινωνίας και επίλυσης συγκρούσεων.



Στη Δυτική Ευρώπη και στη Β. Αμερική η Αθλητική Ψυχολογία/ Συμβουλευτική έχει ταχύτατη ανάπτυξη. Οι περισσότεροι αθλητικοί ψυχολόγοι παρέχουν υπηρεσίες συμβουλευτικής σε αθλητές και σε ασκούμενους. Τελευταία όλο και περισσότεροι αθλητικοί ψυχολόγοι εργάζονται σε αθλητικά προγράμματα για παιδιά και εφήβους που έχουν στόχο την ανάπτυξη δεξιοτήτων ζωής και την προαγωγή ενός υγιεινού τρόπου ζωής.

Πληροφορίες: <http://www.pe.uth.gr/spsy/>
☎ +30 24310 47019 ✉ msc@pe.uth.gr

Νέα του Μεταπτυχιακού Προγράμματος Σπουδών «Άσκηση και Υγεία»

Το Πρόγραμμα Μεταπτυχιακών Σπουδών (ΠΜΣ) «Άσκηση και Υγεία» βρίσκεται ήδη στον τρίτο χρόνο υλοποίησης του. Ξεκίνησε στα μέσα της ακαδημαϊκής χρονιάς του 2005-2006 (Φεβρουάριο) με την εισαγωγή 20 φοιτητών. Η χρηματοδότηση για τα δύο πρώτα έτη ήταν διαμέσου του **Επιχειρησιακού Προγράμματος «Εκπαίδευση και Αρχική Επαγγελματική Κατάρτιση» (Ε.Π.Ε.Α.Ε.Κ.)** του ΥΠΕΠΘ. Αυτό έδωσε τη δυνατότητα φοίτησης χωρίς δίδακτρα. Από την περσινή ακαδημαϊκή χρονιά οι φοιτητές καλούνται να καταβάλουν για δίδακτρα 3000 ευρώ σε δύο δόσεις (Φεβρουάριο και Σεπτέμβριο). Το πρόγραμμα χρηματοδοτεί με τη μορφή υποτροφίας τους



Φώτο 1

δύο πρώτους φοιτητές με την υψηλότερη βαθμολογία εισαγωγής με 1000 ευρώ έκαστον και τους δύο αποφοιτήσαντες φοιτητές με την υψηλότερη βαθμολογία επίσης με 1000 ευρώ έκαστον. Η διάρκεια των σπουδών είναι ενός έτους ενώ οι φοιτητές έχουν την υποχρέωση της πραγματοποίησης μεταπτυχιακής διατριβής. Η κατάθεση των δικαιολογητικών γίνεται κάθε χρόνο στο Νοεμβρίου και αρχές Δεκεμβρίου (για περισσότερες πληροφορίες δείτε των οδηγό σπουδών στο δικτυακό τόπου του ΠΜΣ <http://www.pe.uth.gr/msc>).



Φώτο 3

Στην ορκομωσία του περασμένου Ιουλίου είχαμε τη χαρά να έχουμε μαζί με τους προπτυχιακούς φοιτητές και την ορκομωσία των πρώτων εννέα αποφοιτησάντων φοιτητών του ΠΜΣ «Άσκηση και Υγεία». Η κ. Αδάμου Δήμητρα (φωτο 1) απήγγειλε τον όρκο ενώ οι υπόλοιποι οκτώ φοιτητές (φωτο 2) ορκίζονταν ενώπιον του κ. Γουργουλιάνη Κων/νου (Αντιπρυτάνεως και νυν Πρυτάνεως του Πανεπιστημίου Θεσσαλίας, φωτο 3), του κ. Θεοδωράκη (Πρόεδρου του Τμήματος και νυν Αντιπρυτάνεως) και του κ. Κουτεντάκη (Διευθυντού του ΠΜΣ «Άσκηση και Υγεία» και νυν Αναπληρωτού Πρόεδρου του Τμήματος, φωτο 4). Στην ορκομωσία παρευρέθησαν επίσης και πολλοί καθηγητές-διδάσκοντες στο ΠΜΣ (φωτο 5).



Φώτο 2



Φώτο 4



Φώτο 5

Τα ονόματα των φοιτητών, το θέμα της διατριβής τους και οι υπεύθυνοι καθηγητές των εργασιών εμφανίζονται στον παρακάτω πίνακα.

| ΟΝΟΜΑΤΕΠΩΝΥΜΟ | ΘΕΜΑ ΔΙΑΤΡΙΒΗΣ | ΥΠΕΥΘΥΝΟΣ ΚΑΘΗΓΗΤΗΣ |
|-----------------------|---|-----------------------|
| ΑΔΑΜΟΥ ΔΗΜΗΤΡΑ | Σχεδιασμός και εφαρμογή ενός παρεμβατικού προγράμματος για την ευαισθητοποίηση και μείωση του καπνίσματος σε μαθητές Λυκείου. | ΖΗΣΗ ΒΑΣΙΛΙΚΗ |
| ΑΝΤΩΝΙΟΥ ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΣ | Ανάλυση Μηχανικών πιέσεων πέλματος σε ασθενείς με κήλη μεσοσπονδύλιου δίσκου της οσφυϊκής μοίρας της σπονδυλικής στήλης πριν και μετά από επισκληρίδιο έγχυση κορτικοστεροϊδών. | ΓΙΑΚΑΣ ΙΩΑΝΝΗΣ |
| ΓΚΟΛΤΣΟΣ ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΣ | Αξιολόγηση του παρεμβατικού προγράμματος αγωγής υγείας με τίτλο "Δεν καπνίζω, γυμνάζομαι" σε παιδιά Έ & ΣΤ Δημοτικού. | ΘΕΟΔΩΡΑΚΗΣ ΙΩΑΝΝΗΣ |
| ΘΕΟΔΩΡΟΥ ΑΝΑΣΤΑΣΙΟΣ | Η επίδραση της έκκεντρης άσκησης σε δείκτες μυϊκής βλάβης και οξειδωτικού στρες σε άτομα με έλλειψη του ενζύμου G6PD. | ΤΖΙΑΜΟΥΡΤΑΣ ΑΘΑΝΑΣΙΟΣ |
| ΘΕΟΧΑΡΗ ΑΓΓΕΛΙΚΗ | Η επίδραση της οξείας αερόβιας άσκησης στη συγκέντρωση και τη μεταβολή των λιπιδίων του αίματος σε άτομα με έλλειψη του ενζύμου Αφυγοδρονάση της 6-Φωσφορικής Γλυκόζης (G6PD). | ΤΖΙΑΜΟΥΡΤΑΣ ΑΘΑΝΑΣΙΟΣ |
| ΚΑΛΑΙΤΖΗ ΑΙΚΑΤΕΡΙΝΗ | Η Επίδραση της παιδικής παχυσαρκίας στη βάρδιση κατά τη μεταφορά βάρους. | ΓΙΑΚΑΣ ΙΩΑΝΝΗΣ |
| ΛΟΥΚΑΣ ΗΛΙΑΣ | Σχέση δεικτών υγείας και ποιότητας ζωής με την κοινωνικοοικονομική κατάσταση ανέργων. | ΚΑΡΑΤΖΑΦΕΡΗ ΧΡΙΣΤΙΝΑ |
| ΛΥΣΣΑ ΒΑΣΙΛΙΚΗ | Μελέτη Συμπεριφορών Υγείας μέσα από κοινωνικό-γνωστικές θεωρίες: Κάπνισμα, αλκοόλ και φυσική δραστηριότητα σε φοιτητές Τ.Ε.Ι. της επαρχίας. | ΘΕΟΔΩΡΑΚΗΣ ΙΩΑΝΝΗΣ |
| ΤΖΗΚΑ ΔΡΟΣΙΑ | Η επίδραση του μητρικού θηλασμού στην παιδική παχυσαρκία. | ΚΟΥΤΕΝΤΑΚΗΣ ΙΩΑΝΝΗΣ |

Η ποιότητα των μεταπτυχιακών διατριβών είναι υψηλότερη, κάτι που αντανακλάται από την παρουσία των αποτελεσμάτων των διατριβών τόσο σε ελληνικά (π.χ. Διεθνές Συνέδριο Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού στην Κομοτηνή) όσο και σε διεθνή συνέδρια (π.χ. European College of Sport Science Congress). Τέλος, τα αποτελέσματα των μεταπτυχιακών διατριβών έχουν σταλεί για δημοσίευση και σε διεθνή επιστημονικά περιοδικά.

Ένας χρόνος μετά το χαμό μιας συμφοιτήτριας, συμπαίκτης, μα πάνω απ' όλα μιας φίλης. Πέρασε κιόλας ένας ολόκληρος χρόνος χωρίς τα γαλαζοπράσινα μάτια και το λαμπερό εκείνο χαμόγελο που σκορπούσε παντού χαρά, καθώς το Φενάκι μας έφυγε για ένα μεγάλο ταξίδι, στη γειτονιά των αγγέλων. Εκεί που όλα είναι γαλήνια και μπορεί να μας κοιτάζει από ψηλά, γιατί το κάνει, μας κοιτάει. Ξέρει ότι τη σκεφτόμαστε και ότι μας λείπει...

Γι' αυτό και διοργανώσαμε ένα τουρνουά βόλεϊ στη μνήμη της, το άθλημα που τόσο αγαπούσε. Βάλαμε τα δυνατά μας και δώσαμε τον καλύτερο εαυτό μας για να μας δει και να είναι υπερήφανη, Και εκείνη έπαιξε μαζί μας, γιατί ήταν μέσα στην καρδιά τού καθησθένός μας.



Οι φίλοι σου,
που δεν σε ξεχνούν ποτέ...

Ήταν ένα τουρνουά γεμάτο αναμνήσεις και συγκίνηση που σκοπό δεν είχε τη νίκη αλλά να θυμηθούμε όλες τις όμορφες στιγμές που ζήσαμε μαζί της. Και ήταν όλοι εκεί, η οικογένεια της, οι φίλοι της, οι συμφοιτητές της, οι καθηγητές της, όλοι όσοι την αγαπούν.

Και τώρα που πλησιάζει το τέλος, η ώρα να πάρουμε το πτυχίο μας, ξέρουμε ότι θα είναι εκεί και θα της φυλάξουμε μια θέση δίπλα μας. Γιατί για μας δεν έφυγε ποτέ...



Ο πρόεδρος στο λόγο του



Είναι πάντα δίπλα μας...



Επίδοση της αναμνηστικής φανέλας στη μπτέρα της Φένιας από τη φίλη της, Ζώνη Νικολέττα



Η ομάδα του ΤΕΦΑΑ (γαλάζια εμφάνιση) με την ομάδα των Τρικάλων (κίτρινη εμφάνιση)



Στιγμιότυπο από τον μεταξύ τους αγώνα

Υπεύθυνος διοργάνωσης τουρνουά και συνολικά της εκδήλωσης ο κ. Πατσιαούρας Αστέριος, Ε.Ε.ΔΙ.Π.

Το Τ.Ε.Φ.Α.Α. Τρικάλων του Παν/μιου Θεσσαλίας έλαμψε με την παρουσία του

Στο 18ο Πανελλήνιο Φεστιβάλ Γυμναστικής του Δήμου Ν. Ηρακλείου Αττικής που διεξήχθη στην Αθήνα στις 29-31/5/2008

Ογδόντα φοιτητές και φοιτήτριες του Τ.Ε.Φ.Α.Α. έλαβαν μέρος στο ετήσιο φεστιβάλ Γυμναστικής για Όλους που διοργανώνεται από το Δήμο Ν. Ηρακλείου Αττικής ανάμεσα σε συνολικά 1500 συμμετέχοντες.

Οι φοιτητές/τριες του Τ.Ε.Φ.Α.Α. που ανήκαν στην ειδικότητα Αναψυχής, αλλά και στο 2^ο έτος παρουσίασαν ένα πρωτοποριακό πρόγραμμα βασισμένο στις εναλλαγές του ρυθμού, η διδασκαλία του οποίου έχει ενταχθεί στο βασικό πρόγραμμα σπουδών του Τ.Ε.Φ.Α.Α. Τρικάλων και αποτελεί πανελλήνια πρωτοτυπία, καθώς για πρώτη φορά άνδρες φοιτητές διδάσκονται ρυθμικές ασκήσεις με όργανα, με συνοδεία μουσικής.



Υπεύθυνες για τη σύλληψη και πραγμάτωση της χορογραφίας, τη μουσική, και τα πρωτότυπα όργανα ήταν οι Πολλάτου Ελιζάνα, επίκουρος καθηγήτρια, Καραδήμου Νάντια, Ε.Ε.Δι.Π., και Πολυμενοπούλου Κατερίνα, μουσικόλογος-αποσπασμένη στο Τ.Ε.Φ.Α.Α., Παν/μιου Θεσσαλίας. Υποστηρικτής για την εμφάνιση και τα κοστούμια των φοιτητών/τριών ήταν η εταιρεία BODYTALK.



Επίσης, μόλις κυκλοφόρησε το βιβλίο 'Ρυθμικές ασκήσεις στη Φυσική Αγωγή' των Πολυμενοπούλου Κ., Καραδήμου Κ., Πολλάτου Ε., 2008, από τις εκδόσεις Πατάκη, Αθήνα, με πλήρες εκπαιδευτικό υλικό (εικονογραφημένες ασκήσεις και μουσικό cd).

ΤΟΥΡΝΟΥΑ ΤΕΝΙΣ – ΜΑΪΟΣ 2008

Με επιτυχία διεξήχθη για μια ακόμη χρονιά το τουρνουά τένις, στα πλαίσια του μαθήματος, της ειδικότητας Αναψυχής και Διοίκησης Αθλητισμού. Συμμετείχαν όλοι οι φοιτητές του 3^{ου} και 4^{ου} έτους, με την καθοδήγηση του κ. Θεοδοσίου Αργύρη, αποσπασμένου στο Τ.Ε.Φ.Α.Α., υπεύθυνου του μαθήματος.



ΤΟΥΡΝΟΥΑ ΜΠΑΣΚΕΤ – ΜΑΪΟΣ 2008

Το εσωτερικό τουρνουά Καλαθοσφαίρισης 3Χ3 πραγματοποιήθηκε στις 13-14 Μαΐου 2008 από την ειδικότητα καλαθοσφαίρισης του 4^{ου} έτους του Τ.Ε.Φ.Α.Α. του Πανεπιστημίου Θεσσαλίας, με στόχο τη συγκέντρωση, τη συμμετοχή, αλλά και την ψυχαγωγία όλων των φοιτητών του Πανεπιστημίου. Το πρωτάθλημα είχε επιτυχία και η διοργάνωση ήταν μέρος των υποχρεώσεων των φοιτητών της ειδικότητας με τη μορφή ομαδικής εργασίας.





Οι νικήτριες ομάδες και οι: κ. Γεροδήμος Βασίλης, επίκουρος καθηγητής Τ.Ε.Φ.Α.Α., υπεύθυνος ειδικότητας και κ. Πέρκος Στέφανος, αποσπασμένοι στο Τ.Ε.Φ.Α.Α.



Οι συμμετέχοντες

ΑΠΟΛΟΓΙΣΜΟΣ 6ου ΕΣΩΤΕΡΙΚΟΥ ΤΟΥΡΝΟΥΑ ΚΑΛΑΘΟΣΦΑΙΡΙΣΗΣ 3Χ3 ΕΤΟΣ: 2008

Παρακάτω αναγράφονται οι μετρήσιμοι δείκτες απόδοσης καθώς και ορισμένα κριτήρια για το project:

| ΚΡΙΤΗΡΙΑ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ: | |
|--|---------------|
| | 80 |
| ✓ Αριθμός φοιτητριών που συμμετείχαν στους αγώνες | 23 |
| ✓ Αριθμός φοιτητών στο διαγωνισμό τρίποντων | 40 |
| ✓ Αριθμός φοιτητριών στο διαγωνισμό τρίποντων | 15 |
| ✓ Αριθμός φοιτητριών στο διαγωνισμό βολών | 15 |
| Σύνολο συμμετεχόντων | 150 |
| ΧΟΡΗΓΟΙ: | |
| ✓ Αριθμός χορηγών | 21 |
| ✓ Συνολική αξία χορηγιών | 2100 € |
| ✓ Συνολική αξία επάθλων στους νικητές | 700 € |
| ΚΡΙΤΗΡΙΑ ΔΙΟΡΓΑΝΩΣΗΣ: | |
| ✓ Αριθμός δελτίων συμμετοχής-κανονισμοί τουρνουά: | 80 |
| ✓ Αριθμός στολών (μπλουζάκια), που δόθηκαν στους φοιτητές: | 250 |
| ✓ Αριθμός αγώνων: | 40 |
| ✓ Αριθμός στολών για τους διοργανωτές: | 5 |
| ✓ Αριθμός αναψυκτικών που διανεμήθηκαν κατά τη διάρκεια των αγώνων: | 80 |
| ✓ Αριθμός γαλακτοκομικών προϊόντων που διανεμήθηκαν κατά τη διάρκεια των αγώνων: | 600 |
| ΚΡΙΤΗΡΙΑ ΔΗΜΟΣΙΟΤΗΤΑΣ: | |
| ✓ Εμφανίσεις-συνεντεύξεις στα ΜΜΕ πριν το τουρνουά: | 1 |
| ✓ Αριθμός αφισών που εκτυπώθηκαν: | 25 |
| ✓ Αριθμός εφημερίδων που κάλυψαν την εκδήλωση: | 4 |

Ορκωμοσία φοιτητών 26-03-2008



Αποστολάκης
Γεώργιος



Βακουφτί
Ευαγγελία



Βασιλείου
Χρήστος



Δούρου
Στυλιανή-
Ασημίνα



Ζισόπουλος
Γεώργιος
Παναγιώτης



Θεοφάνους
Ευστάθιος



Καγκαράκης-
Αντωνίου



Κλάδου
Μαρία



Κοκόνη
Ουρανία



Κοτσιόπουλος
Χρήστος



Κουτέρη
Γιαννούλα



Λαζάρου
Αικατερίνη



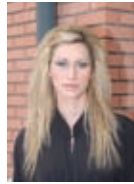
Λιάλιου
Μαρία



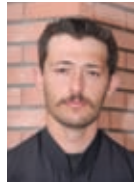
Λίτσιου
Ευγενία



Μουριζάνος
Φίλιππος



Μιμιμικά
Ουρανία



Πατεράκης
Ιωάννης



Πυρινέλ
Μαρία



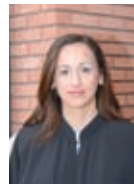
Ρόμπος
Κων/νος



Σιάφης
Νικόλαος



Τριανταφύλλου
Σεραφείμ



Φλιούκα
Παρασκευή



Χαλιώτη
Θεανώ



Χαρακίδας
Αλέξιος



Γούλας
Χρήστος



Δράκου
Ανδρονίκη

Ορκωμοσία φοιτητών 16-07-2008



Καρανίσα
Αλεξάνδρα



Καρατράντου
Κων/να



Κόρδας
Βασίλειος



Κολοσιάτης
Δώρος



Κούκιος
Θεόφιλος



Κριτσέλης
Ιωάννης



Κωνσταντίνου
Χρυσόστομος



Κατούλα
Δήμητρα



Λαφαζάνη
Ελένη



Λάχανος
Κων/νος



Μπαιρακτάρη
Ιωάννα-
Δήμητρα



Νικολούτσου
Διονυσία



Πατρόνας
Βασίλειος



Ότις
Βασίλειος



Ρόμπα
Ανδριάνα



Σιδέρης
Βασίλης



Στεφανοπούλου
Ειρήνη



Τζαμάκος
Κων/νος

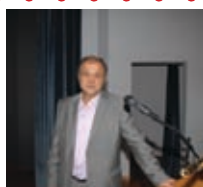


Τσακνάκη
Ευαγγελία



Χρυσάφης
Χρήστος

**Ορκωμοσία
φοιτητών
11-11-2008**



Δημητρακόπουλος
Θωμάς



Αγριδιώτης
Νεόφυτος



Αργυρούδης
Νικόλαος



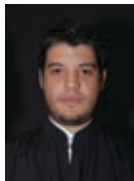
Γαλάνης
Ευάγγελος



Γκατζάνα
Θάλεια



Δαμιανός
Ιάκωβος-Σωτήριος



Δρακόπουλος
Δημήτριος



Ευαγγέλου
Μαρία



Ζαρένη
Παναγιώτα



Ζώη
Νικολέττα



Καλογεράκη
Αικατερίνη



Καλογεράκη
Αλεξία



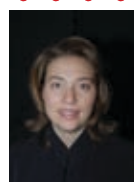
Καλουδάκης
Νικόλαος



Καμπιτάκης
Αντώνιος



Καραμήτρου
Αθανασία



Κατώρα
Αφροδίτη



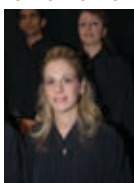
Κορδάμπαλου
Κλεονίκη



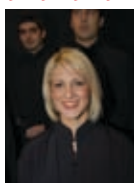
Κορδονούλης
Δημήτριος



Λέφας
Χρήστος



Λιακάκου
Μαρία



Μάργαρη
Παρασκευή



Μελίσση
Βασιλική



Μπούσιτ
Κρίστοφερ



Ξανθοπούλου
Μαρία
Βιργινία



Οικονόμου
Νεκτάριος
Δημήτριος



Παλαμάρας
Εμμανουήλ



Παλάσας
Πέτρος



Παπαευθυμίου
Νικόλαος



Παπαράς
Ιωάννης



Πάτρας
Λεωνίδας



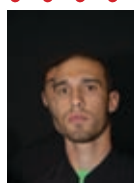
Σάλπη
Μαρία



Σαμαρά
Ευδοξία



Σαμουρέλη
Σοφία



Σελεβέντης
Ανδρέας



Σκαλιδάκης
Γεώργιος



Σκαφίδα
Μαρία



Σταματάκη
Φλώρα



Στεφανόπουλος
Κωνσταντίνος



Τζιώλας
Γεώργιος



Τσιούκης
Ιωάννης

Επίσης αποφοίτησαν:

Ορκωμοσία 3/2008: Γιδάκος Νικόλαος
Ορκωμοσία 7/2008: Καπελαρής Χρήστος,
Καρακίτσιος Δημήτριος και Μπιστόλας Γεώργιος
Ορκωμοσία 11/2008: Γρηγοροπούλου Σταυρούλα

Υπεύθυνος για τη φωτογράφιση
των αποφοίτων είναι ο κ. Σιμορέλης
Ανδρέας, Στρ. Σαράφη 15, Τρίκαλα,
τηλ. 24310-74270

ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑ- MAILS

Οι απόφοιτοί μας ανταποκρίθηκαν στο κάλεσμα της προηγούμενης χρονιάς και μας έγραψαν τα νέα τους, τα οποία παρατίθενται με χρονολογική σειρά:

From: eleni mourk [mailto:elmourko@yahoo.com]

Sent: Sunday, December 30, 2007 5:30 PM

To: ptixiouxoi@pe.uth.gr

Subject: eleni mourkogianni-ptixiouxos

ΚΑΛΗΣΠΕΡΑ Κ.Κ.ΚΑΘΗΓΗΤΕΣ ΕΙΜΑΙ ΟΙ ΜΟΥΡΚΟΓΙΑΝΝΗ ΕΛΕΝΗ. Η ΑΠΟΦΑΣΗ ΣΑΣ ΤΗΣ ΕΚΔΟΣΗΣ ΤΟΥ ΕΝΗΜΕΡΩΤΙΚΟΥ ΠΕΡΙΟΔΙΚΟΥ << ΤΟ ΒΗΜΑ ΤΩΝ ΠΤΥΧΙΟΥΧΩΝ>> ΚΑΙ ΤΗΣ ΚΑΤΑΓΡΑΦΗΣ ΤΩΝ ΠΑΛΑΙΩΝ ΑΠΟΦΟΙΤΩΝ ΤΗΝ ΘΕΩΡΩ ΑΡΚΕΤΑ ΚΑΛΗ, ΓΙΑΤΙ ΠΛΕΟΝ ΠΡΕΠΕΙ Η ΕΙΔΙΚΟΤΗΤΑ ΜΑΣ ΝΑ ΠΑΡΕΜΒΕΙ ΜΕ ΔΙΑΦΟΡΟΥΣ ΤΡΟΠΟΥΣ ΓΙΑ ΤΗΝ ΕΝΗΜΕΡΩΣΗ ΚΑΙ ΕΞΑΣΦΑΛΙΣΗ ΤΗΣ ΕΡΓΑΣΙΑΣ ΚΑΙ ΠΑΡΑΛΛΗΛΑ ΤΗΝ ΑΠΟΦΥΓΗ ΤΗΣ ΑΝΕΡΓΙΑΣ. ΑΠΟ ΜΙΚΡΟ ΠΑΙΔΙ ΟΤΑΝ ΜΕ ΡΩΤΟΥΣΑΝΕ ΤΙ ΗΘΕΛΑ ΝΑ ΚΑΝΩ ΟΤΑΝ ΜΕΓΑΛΩΣΩ ΑΠΑΝΤΟΥΣΑ ΜΕ ΣΙΓΟΥΡΙΑ <<ΓΥΜΝΑΣΤΡΙΑ>>, ΕΤΣΙ ΚΑΙ ΕΓΙΝΕ. ΑΠΟΦΟΙΤΗΣΑ ΤΟ 2004.

ΣΤΟΝ ΕΡΓΑΣΙΑΚΟ ΧΩΡΟ ΗΤΑΝΕ ΣΤΗΝ ΑΡΧΗ ΠΟΛΥ ΔΥΣΚΟΛΑ ΟΜΩΣ ΜΕ ΣΚΛΗΡΗ ΔΟΥΛΕΙΑ ΚΑΙ ΜΕ ΤΡΕΙΣ ΠΟΛΥ ΠΙΣΤΕΥΩ ΠΗΓΑ ΚΑΛΑ. ΤΑ ΤΕΛΕΥΤΑΙΑ ΧΡΟΝΙΑ ΕΙΜΑΙ ΕΠΙΣΗΜΗ ΤΑΚΤΙΚΗ ΚΑΘΗΓΗΤΡΙΑ ΤΗΝ ΑΝΩΤΑΤΗΣ ΣΧΟΛΗΣ ΑΞΙΩΜΑΤΙΚΩΝ ΕΛΛΗΝΙΚΗΣ ΑΣΤΥΝΟΜΙΑΣ ΟΠΟΥ ΔΙΔΑΣΚΩ ΚΑΘΗΜΕΡΙΝΑ ΣΩΜΑΤΙΚΗ ΑΓΩΓΗ, ΛΑΟΓΡΑΦΙΑ ΚΑΙ ΧΟΡΟ. ΠΑΡΑΛΛΗΛΑ ΜΕ ΖΗΤΗΣΑΝΕ ΑΠΟ ΤΗΝ ΕΥΕΛΠΙΔΩΝ ΚΑΙ ΤΗΝ ΣΧΟΛΗ ΑΞΙΩΜΑΤΙΚΩΝ ΝΟΣΗΛΕΥΤΙΚΗΣ ΟΠΟΥ ΖΗΤΗΣΑ ΠΑΡΑΙΤΗΣΗ ΛΟΓΩ ΕΛΛΕΙΨΗΣ ΧΡΟΝΟΥ. ΕΠΙΣΗΣ ΕΙΜΑΙ ΥΠΕΥΘΥΝΗ ΤΟΥ ΥΠΟΥΡΓΕΙΟΥ ΕΞΩΤΕΡΙΚΩΝ ΣΤΑ ΚΑΤΑΣΚΗΝΩΤΙΚΑ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΑ ΤΗΣ ΓΡΑΜΜΑΤΕΙΑΣ ΑΠΟΔΗΜΟΥ ΕΛΛΗΝΙΣΜΟΥ. ΤΟ ΚΑΛΟΚΑΙΡΙ ΠΟΥ ΜΑΣ ΠΕΡΑΣΕ ΠΗΓΑ ΣΤΟ ΛΟΝΔΙΝΟ ΣΤΟ ΛΑΒΑΝ UNIVERSITY ΟΠΟΥ ΠΑΡΑΚΟΛΟΥΘΗΣΑ ΕΠΙ 2 ΜΗΝΕΣ ΧΟΡΟ, ΧΟΡΟΚΙΝΗΣΗ ΚΤΛ. ΚΑΤΑΓΛΗΚΤΗΚΗ ΕΜΠΕΙΡΙΑ ΘΑ ΕΛΕΓΑ ***** ΦΕΤΟΣ ΕΚΑΝΑ ΕΝΑ ΜΕΓΑΛΟ ΒΗΜΑ ΑΝΟΙΞΑ ΕΝΑ ΙΝΣΤΙΤΟΥΤΟ ΦΥΣΙΚΗΣ ΑΓΩΓΗΣ ΚΑΙ ΧΟΡΟΥ ΣΤΟ ΠΕΡΙΣΤΕΡΙ ΟΠΟΥ ΚΑΙ ΔΙΑΜΕΝΩ. ΠΑΩ ΠΟΛΥ ΚΑΛΑ ΤΑ ΜΕΛΗ ΤΩΝ ΤΜΗΜΑΤΩΝ ΜΟΥ ΕΙΝΑΙ ΑΡΚΕΤΑ. ΤΟ ΙΝΣΤΙΤΟΥΤΟ ΜΟΥ ΔΙΟΡΓΑΝΩΝΕΙ ΤΑΞΙΔΙΑ ΣΤΟ ΛΟΝΔΙΝΟ ΓΙΑ ΣΕΜΙΝΑΡΙΑ ΧΟΡΟΥ. ΕΧΕΙ ΤΗΝ ΕΜΠΙΣΤΟΣΥΝΗ ΤΟΥ ΒΡΕΤΑΝΙΚΟΥ ΣΥΜΒΟΥΛΙΟΥ ΣΤΗΣ ΕΛΛΑΔΑ. ΕΠΙΣΗΣ ΣΥΜΜΕΤΕΧΕΙ ΣΤΑ ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΑ ΠΡΩΤΑΘΛΗΜΑΤΑ ΓΕΝΙΚΗΣ ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗΣ, ΣΕ ΛΑΟΓΡΑΦΙΚΕΣ ΕΚΔΗΛΩΣΕΙΣ, ΠΑΡΑΔΟΣΙΑΚΑ ΚΑΡΝΑΒΑΛΙΑ, ΣΕ ΔΙΕΘΝΗ ΣΥΝΕΔΡΙΑ ΤΗΣ ΕΡΕΥΝΑΣ ΤΟΥ ΧΟΡΟΥ ΚΑΙ ΣΕ ΕΚΔΗΛΩΣΕΙΣ ΤΗΣ ΜΗΤΡΟΠΟΛΕΩΝ ΑΘΗΝΩΝ.

ΤΕΛΟΣ ΜΑΖΙ ΜΕ ΤΗΝ ΕΡΓΑΣΙΑ ΜΟΥ ΕΙΜΑΙ ΤΕΛΕΙΟΦΟΙΤΗ ΦΟΙΤΗΤΡΙΑ ΤΗΣ ΘΕΟΛΟΓΙΚΗΣ ΣΧΟΛΗΣ ΤΟΥ ΠΑΝ ΑΘΗΝΩΝ...ΕΠΕΙΔΗ ΣΑΣ ΚΟΥΡΑΣΑ ΜΕ ΤΟ ΝΑ ΛΕΩ ΓΙΑ ΤΟΝ ΕΑΥΤΟ ΜΟΥ ΤΙ ΕΧΩ ΚΑΝΕΙ ΕΩΣ ΤΗΝ ΗΛΙΚΙΑ ΤΩΝ 24 ΕΤΩΝ ΕΧΩ ΝΑ ΣΑΣ ΠΩ ΟΤΙ ΣΥΝΕΧΙΣΤΕ ΤΗΝ ΠΡΟΣΠΑΘΕΙΑ ΑΥΤΗΝ ΠΟΥ ΞΕΚΙΝΗΣΑΤΕ ΚΑΙ ΕΑΝ ΜΠΟΡΩ ΝΑ ΠΡΟΣΦΕΡΩ ΜΕ ΚΑΤΙ ΑΠΟ ΤΗΝ ΠΡΩΤΕΥΟΥΣΑ ΕΙΜΑΙ ΔΙΠΛΑ ΣΤΟΥΣ ΣΥΝΑΔΕΡΦΟΥΣ ΜΟΥ.....

ΜΕΤΑ ΤΙΜΗΣ

ΜΟΥΡΚΟΓΙΑΝΝΗ ΕΛΕΝΗ

From: ΠΟΛΥΞΕΝΗ ΑΡΤΑΒΑΝΗ [mailto:artavanip@yahoo.gr]

Sent: Sunday, January 06, 2008 3:06 PM

To: ptixiouxoi@pe.uth.gr

Subject: επαγγελματικά νέα

ΑΓΑΠΗΤΟΙ ΚΥΡΙΟΙ,

ΠΡΙΝ ΛΙΓΕΣ ΗΜΕΡΕΣ ΕΛΑΒΑ ΤΟ ΠΕΡΙΟΔΙΚΟ ΣΑΣ ΒΗΜΑ ΤΩΝ ΠΤΥΧΙΟΥΧΩΝ ΚΑΙ ΧΑΡΗΚΑ ΠΡΑΓΜΑΤΙΚΑ.

ΠΑΡΑ ΤΙΣ ΔΥΣΚΟΛΙΕΣ ΕΥΡΕΣΕΩΣ ΕΡΓΑΣΙΑΣ ΠΟΥ ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΖΕΙ Ο ΚΛΑΔΟΣ ΜΑΣ, ΕΧΩ ΝΑ ΔΗΛΩΣΩ ΤΟ ΕΞΗΣ.

ΤΗΝ ΠΡΩΤΗ ΜΕΡΑ ΜΕΤΑ ΤΗ ΜΕΤΑΚΟΜΙΣΗ ΤΩΝ ΠΡΑΓΜΑΤΩΝ ΜΟΥ, ΠΡΟΣΕΛΗΦΘΗΚΑ ΣΕ ΓΝΩΣΤΟ ΙΝΣΤΙΤΟΥΤΟ ΑΔΥΝΑΤΙΣΜΑΤΟΣ (BODYLINE). ΠΑΡΑ ΤΟ ΓΕΓΟΝΟΣ ΟΤΙ ΔΕΝ ΕΙΧΑ ΠΑΡΕΙ ΤΟ ΠΤΥΧΙΟ ΜΟΥ ΑΚΟΜΑ, ΠΡΟΣΕΛΗΦΘΗΚΑ ΩΣ ΕΞΩΡΗ ΥΠΑΛΛΗΛΟΣ (ΔΗΛΩΜΕΝΗ ΣΤΟ ΙΚΑ ΜΕ ΜΙΣΑ ΕΝΣΗΜΑ) ΠΟΥ ΟΜΩΣ ΗΜΟΥΝ ΣΤΟ ΓΥΜΝΑΣΤΗΡΙΟ ΤΟΥ ΙΝΣΤΙΤΟΥΤΟΥ. ΕΝΩ ΗΤΑΝ ΙΟΥΛΙΟΣ, ΔΟΥΛΕΥΑ ΠΑΡΑΛΛΗΛΑ ΣΕ ΕΝΑ ΓΥΜΝΑΣΤΗΡΙΟ ΑΛΛΕΣ 6 ΩΡΕΣ, ΤΡΕΙΣ ΦΟΡΕΣ ΤΗ ΕΒΔΟΜΑΔΑ ΠΟΥ ΕΚΕΙ ΑΓΛΑ ΠΛΗΡΩΝΟΜΟΥΝ ΜΕΡΟΚΑΜΑΤΑ. (ΜΕΤΑ ΑΠΟ 1 ΜΗΝΑ ΤΟ ΣΥΓΚΕΚΡΙΜΕΝΟ ΕΚΛΕΙΣΕ.)

ΔΕΔΟΜΕΝΟΥ ΟΤΙ ΜΑΣ ΕΙΧΑΤΕ ΕΝΗΜΕΡΩΣΕΙ ΓΙΑ ΤΗ ΔΥΣΚΟΛΙΑ ΠΟΥ ΙΣΩΣ ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΣΟΥΜΕ, ΑΠΟΦΑΣΙΣΑΝΑ ΘΥΣΙΑΣ ΤΙΣ ΔΙΑΚΟ-

ΠΕΣ ΤΟΥ ΚΑΛΟΚΑΙΡΙΟΥ ΜΕ ΣΚΟΠΟ ΝΑ ΑΠΟΚΤΗΣΩ ΚΑΠΟΙΑ ΕΜΠΕΙΡΙΑ ΚΑΙ ΜΕΧΡΙ ΤΟΝ ΟΚΤΩΒΡΙΟ ΝΑ ΕΒΡΙΣΚΑ ΚΑΠΟΙΑ ΟΚΤΑΩΡΗ ΑΠΑΣΧΟΛΗΣΗ ΟΥΤΩΣ ΩΣΤΕ ΝΑ ΜΟΝΙΜΟΠΟΙΗΘΩ.

ΤΟ ΣΕΠΤΕΜΒΡΗ ΛΟΙΠΟΝ, ΠΗΡΑ ΤΟ ΠΤΥΧΙΟ ΜΟΥ ΜΕΤΑ ΑΠΟ ΜΕΓΑΛΗ ΠΙΕΣΗ ΑΠΟ ΤΟ ΙΝΣΤΙΤΟΥΤΟ ΠΟΥ ΕΡΓΑΖΟΜΟΥΝ ΚΑΙ ΤΗΝ ΠΡΩΤΗ ΟΚΤΩΒΡΗ, ΜΕ ΠΡΟΣΕΛΑΒΑΝ ΩΣ ΟΚΤΑΩΡΗ ΚΑΙ ΥΠΕΥΘΥΝΗ ΤΟΥ ΓΥΜΝΑΣΤΗΡΙΟΥ ΤΩΝ BODYLINE ΠΑΓΚΡΑΤΙΟΥ. ΤΟ ΑΡΝΗΤΙΚΟ ΕΙΝΑΙ ΟΤΙ ΤΟ ΩΡΑΡΙΟ ΜΟΥ ΕΙΝΑΙ 1-9 ΚΑΙ ΕΙΝΑΙ ΔΥΣΚΟΛΟ ΝΑ ΒΡΩ ΜΙΑ ΔΕΥΤΕΡΗ ΑΠΑΣΧΟΛΗΣΗ, ΩΣΤΕ ΝΑ ΑΠΟΚΤΗΣΩ ΕΜΠΕΙΡΙΑ ΣΤΟ ΑΕΡΟΒΙΚΚ ΓΙΑΤΙ ΠΑΡΑ ΤΟ ΓΕΓΟΝΟΣ ΟΤΙ ΥΠΑΡΧΟΥΝ ΤΜΗΜΑΤΑ ΚΑΙ ΣΤΟ BODYLINE Ο ΚΟΣΜΟΣ ΔΕΝ ΕΡΧΕΤΑΙ ΚΑΙ ΓΕΝΙΚΑ ΔΕΝ ΕΙΝΑΙ ΧΩΡΟΣ ΠΟΥ ΜΠΟΡΩ ΝΑ ΑΠΟΚΤΗΣΩ ΕΜΠΕΙΡΙΑ ΓΥΜΝΑΣΤΗΡΙΟΥ. ΤΟ ΜΕΓΑΛΥΤΕΡΟ ΠΟΣΟΣΤΟ ΤΩΝ ΠΕΛΑΤΩΝ ΕΧΟΥΝ ΠΡΟΒΛΗΜΑΤΑ ΥΓΕΙΑΣ ΚΑΙ ΓΕΝΙΚΟΤΕΡΑ ΠΡΟΤΙΜΟΥΝ ΤΑ ΜΗΧΑΝΗΜΑΤΑ ΠΑΘΗΤΙΚΗΣ ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗΣ.

Ο ΚΛΑΔΟΣ ΜΑΣ ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΖΕΙ ΠΡΟΒΛΗΜΑΤΑ ΚΑΙ ΠΡΕΠΕΙ ΕΜΕΙΣ ΝΑ ΜΠΟΡΟΥΜΕ ΝΑ ΒΡΟΥΜΕ ΛΥΣΕΙΣ ΑΝ ΘΕΛΟΥΜΕ ΝΑ ΠΕΤΥΧΟΥΜΕ.

ΤΑ ΜΑΘΗΜΑΤΑ ΠΟΥ ΔΙΔΑΧΤΗΚΑΜΕ ΕΙΝΑΙ ΟΛΑ ΠΟΛΥ ΧΡΗΣΙΜΑ ΚΑΙ ΙΔΙΑΙΤΕΡΑ ΣΤΗ ΔΙΚΗ ΜΟΥ ΕΙΔΙΚΟΤΗΤΑ: ΑΝΑΨΥΧΗ ΑΝΟΙΧΤΩΝ-ΚΛΕΙΣΤΩΝ ΧΩΡΩΝ ΜΕ ΒΟΗΘΗΣΑΝ ΣΤΗΝ ΠΡΟΣΛΗΨΗ ΜΟΥ ΟΙ ΓΝΩΣΕΙΣ ΜΟΥ ΠΑΝΩ ΣΤΑ ΜΑΘΗΜΑΤΑ ΚΛΕΙΣΤΩΝ ΧΩΡΩΝ ΚΑΙ ΓΙΑΥΤΟ ΕΥΧΑΡΙΣΤΩ ΤΟΥΣ ΔΑΣΚΑΛΟΥΣ ΜΑΣ ΣΑΡΟΓΛΑΚΗ, ΠΟΛΛΑΤΟΥ, ΚΑΡΑΔΗΜΟΥ ΓΙΑ ΤΗΝ ΠΟΛΥΤΙΜΗ ΒΟΗΘΕΙΑ ΤΟΥΣ.

ΜΕΤΑ ΤΙΜΗΣ,
ΑΡΤΑΒΑΝΗ ΞΕΝΙΑ

ΚΑΛΗ ΧΡΟΝΙΑ ΚΑΙ ΕΥΤΥΧΙΣΜΕΝΟ ΤΟ ΝΕΟ ΕΤΟΣ

Από τον Τύμπα Παναγιώτη

ΑΠΟΦΟΙΤΗΣΑ ΑΠΟ *ΤΜΗΜΑ ΕΠΙΣΤΗΜΗΣ ΦΥΣΙΚΗΣ ΑΓΩΓΗΣ ΚΑΙ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ* ΤΟΥ *ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟΥ ΘΕΣΣΑΛΙΑΣ* ΜΕ ΕΙΔΙΚΟΤΗΤΑ ΣΤΗΝ ΚΑΛΑΘΟΣΦΑΙΡΙΣΗ ΤΟΝ ΟΚΤΩΒΡΙΟ ΤΟΥ 2005.

ΑΠΟ ΤΟ ΝΟΕΜΒΡΙΟ ΤΟΥ ΙΔΙΟΥ ΕΤΟΥΣ ΚΑΙ ΓΙΑ ΤΟΝ ΕΠΟΜΕΝΟ 1 ΧΡΟΝΟ ΥΠΗΡΕΤΗΣΑ ΤΗ ΘΗΤΕΙΑ ΜΟΥ ΣΤΙΣ ΕΙΔΙΚΕΣ ΔΥΝΑΜΕΙΣ ΤΟΥ ΣΤΡΑΤΟΥ ΞΗΡΑΣ.

ΤΟΝ ΙΑΝΟΥΑΡΙΟ ΤΟΥ 2007, ΟΠΟΥ ΚΑΙ ΞΕΚΙΝΗΣΕ Η ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑ ΤΗΣ ΝΕΟΣΥΣΤΑΤΗΣ ΑΚΑΔΗΜΙΑΣ ΜΠΑΣΚΕΤ «*ΑΘΛΗΤΙΚΗ ΕΝΩΣΗ ΒΟΛΟΥ ΔΙΜΗΝΙΟΥ*», ΑΝΕΛΑΒΑ ΤΟ ΡΟΛΟ ΤΟΥ ΠΡΟΠΟΝΗΤΗ ΚΑΙ ΤΟΥ ΥΠΕΥΘΥΝΟΥ ΤΩΝ ΤΜΗΜΑΤΩΝ ΥΠΟΔΟΜΗΣ ΤΟΥ ΣΥΛΛΟΓΟΥ. ΣΤΗΝ ΑΚΑΔΗΜΙΑ ΣΗΜΕΡΑ ΛΕΙΤΟΥΡΓΟΥΝ 7 ΤΜΗΜΑΤΑ: ΕΦΗΒΩΝ, ΠΑΙΔΩΝ, ΠΑΜΠΑΙΔΩΝ, ΜΙΝΙ, ΠΡΟΜΙΝΙ, JUNIOR ΚΑΙ ΚΟΡΙΤΣΙΩΝ (ΣΥΝΟΛΟ 130 ΑΘΛΗΤΕΣ/ΤΡΙΕΣ ΗΛΙΚΙΑΣ 6-18 ΕΤΩΝ) ΠΟΥ ΣΤΕΦΑΖΟΝΤΑΙ ΣΕ ΙΔΙΟΚΤΗΤΕΣ ΑΘΛΗΤΙΚΕΣ ΕΓΚΑΤΑΣΤΑΣΕΙΣ. ΠΑΡΑΛΛΗΛΑ, ΤΟΝ ΟΚΤΩΒΡΙΟ ΤΟΥ 2007 ΞΕΚΙΝΗΣΑ ΝΑ ΕΡΓΑΖΟΜΑΙ ΩΣ ΚΑΘΗΓΗΤΗΣ ΦΥΣΙΚΗΣ ΑΓΩΓΗΣ ΤΟΥ *ΑΘΛΗΤΙΚΟΥ ΟΡΓΑΝΙΣΜΟΥ ΔΗΜΟΥ ΚΑΡΛΑΣ *ΣΤΑ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΑ ΜΑΖΙΚΟΥ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ, ΠΟΥ ΓΙΝΟΝΤΑΙ ΣΕ ΣΥΝΕΡΓΑΣΙΑ ΜΕ ΤΗ ΓΕΝΙΚΗ ΓΡΑΜΜΑΤΕΙΑ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ. ΕΠΙΣΗΣ ΕΙΜΑΙ ΜΕΛΟΣ ΤΟΥ *ΣΥΝΔΕΣΜΟΥ ΕΛΛΗΝΩΝ ΠΡΟΠΟΝΗΤΩΝ ΚΑΛΑΘΟΣΦΑΙΡΙΣΗΣ*(Σ.Ε.Π.Κ.) ΩΣ ΠΡΟΠΟΝΗΤΗΣ Ά ΚΑΤΗΓΟΡΙΑΣ (ΣΤΟ ΣΙΤΕ ΤΟΥ ΦΙΛΟΞΕΝΕΙΤΑΙ Η ΠΡΟΣΩΠΙΚΗ ΜΟΥ ΙΣΤΟΣΕΛΙΔΑ- ΟΝ LINE ΕΥΡΕΣΗ ΕΡΓΑΣΙΑΣ) ΕΝΩ ΣΑΝ ΑΘΛΗΤΗΣ ΑΓΩΝΙΖΟΜΑΙ ΣΤΗΝ ΟΜΑΔΑ ΤΟΥ *ΟΛΥΜΠΙΑΚΟΥ ΒΟΛΟΥ.* ΕΛΠΙΖΩ ΟΙ ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΕΣ ΠΟΥ ΣΑΣ ΔΙΝΩ ΣΧΕΤΙΚΑ ΜΕ ΤΙΣ ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΚΕΣ ΜΟΥ ΕΝΑΣΧΟΛΗΣΕΙΣ ΝΑ ΦΑΝΟΥΝ ΧΡΗΣΙΜΕΣ ΣΤΗΝ ΕΡΕΥΝΑ ΠΟΥ ΚΑΝΕΤΕ ΓΙΑ ΤΟ «ΒΗΜΑ ΤΩΝ ΠΤΥΧΙΟΥΧΩΝ».

ΜΕ ΕΚΤΙΜΗΣΗ,
ΠΑΝΑΓΙΩΤΗΣ ΤΥΜΠΑΣ

Το link της προσωπικής μου ιστοσελίδας, που φιλοξενείται στη σελίδα του Σ.Ε.Π.Κ.
http://www.sepk-member.gr/portal/index.php?option=com_content&task=view&id=32&Itemid=51

From: ΜΑΡΙΑ ΚΙΚΙΔΗ [mailto:mkikidi@yahoo.gr]

Sent: Friday, October 03, 2008 4:27 PM

To: ptixiouxoi@pe.uth.gr

Subject:

ΘΑ ΗΘΕΛΑ ΝΑ ΣΑΣ ΣΥΓΧΑΡΩ ΓΙΑ ΑΥΤΗ ΣΑΣ ΤΗΝ ΠΡΟΣΠΑΘΕΙΑ! ΘΑ ΗΘΕΛΑ ΚΙ ΕΓΩ ΠΟΛΥ ΝΑ ΜΑΘΩ ΓΙΑ ΤΗΝ ΠΟΡΕΙΑ ΤΩΝ ΣΥΜΦΟΙΤΗΤΩΝ ΜΟΥ!

ΦΙΛΙΚΟΥΣ ΧΑΙΡΕΤΙΣΜΟΥΣ!
ΚΙΚΙΔΗ ΜΑΡΙΑ

Με χαρά περιμένουμε και τα δικά σας νέα !