

ΑΘΛΗΤΙΚΕΣ ΕΠΙΣΤΗΜΕΣ

ΣΕ ΠΟΙΟΥΣ ΑΠΕΥΘΥΝΕΤΑΙ

Σε προπονητές αθλημάτων που επιθυμούν να εμπλουτίσουν τις γνώσεις τους για την αθλητική ψυχολογία και να διευρύνουν την προπονητική τους πρακτική. Σε στελέχη αθλητικών ομάδων και ομοσπονδιών και σε όσους δουλεύουν με αθλητές. Σε αθλητές (και γονείς αθλητών) που επιθυμούν να κατανοήσουν καλύτερα τον αθλητισμό.

ΕΝΟΤΗΤΕΣ

ΧΡΡ2001 Βασικές Αρχές Αθλητικών Επιστημών

Αθλητική φυσιολογία, ψυχολογία, διαιτολογία, βιολογική μηχανική (biomechanics), και οι εφαρμογές τους στον αθλητισμό.

ΧΡΡ2003 Αθλητική Φυσιολογία και Διαιτολογία

Βασικές γνώσεις για τα συστήματα του ανθρώπινου σώματος και την επίδραση του αθλητισμού. Βασικές αρχές προπονητικής, το πεπτικό σύστημα και βασικά είδη τροφών και διατροφής.

ΧΡΡ2007 Εμβιομηχανική και Διαχείριση Τραύματος

Εφαρμογές βασικών νόμων της φυσικής στον αθλητισμό και βασικές γνώσεις αθλητικών τραυματίων και η αντιμετώπισή τους.

ΕΙΣΗΓΗΤΗΣ: Μενέλας Σιαφάκας, MSc.

Έχει πολυετή εμπειρία ως καθηγητής στο Πανεπιστήμιο της Δυτικής Σκωτίας, διδάσκοντας αθλητικές επιστήμες και αθλητική ψυχολογία. Έχει εργαστεί ως αθλητικός ψυχολόγος με την εθνική ομάδα νετμπολ της Σκωτίας και έχει παρουσιάσει τη δουλειά του σε διάφορα διεθνή συνέδρια.

ΔΙΑΡΚΕΙΑ-ΚΟΣΤΟΣ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ

54 ώρες, 18 συναντήσεις, € 650

Κόστος μεμονωμένης ενότητας € 250

Τρίτη & Πέμπτη 18:00 - 21:00

Έναρξη 3 Νοεμβρίου 2010

