



ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ
ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΠΑΙΔΕΙΑΣ, ΔΙΑ ΒΙΟΥ ΜΑΘΗΣΗΣ
ΚΑΙ ΘΡΗΣΚΕΥΜΑΤΩΝ
ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑΚΗ Δ/ΝΣΗ Π/ΘΜΙΑΣ &
Δ/ΘΜΙΑΣ ΕΚΠ/ΣΗΣ ΚΕΝΤΡΙΚΗΣ ΜΑΚΕΔΟΝΙΑΣ
ΓΡΑΦΕΙΟ ΣΧΟΛΙΚΩΝ ΣΥΜΒΟΥΛΩΝ
Β/ΘΜΙΑΣ ΕΚΠ/ΣΗΣ Ν. ΣΕΡΡΩΝ
ΣΧΟΛΙΚΟΣ ΣΥΜΒΟΥΛΟΣ ΦΥΣΙΚΗΣ ΑΓΩΓΗΣ

Σέρρες: 19/10/2009
Αρ. Πρωτ.: 490

Ταχ. Δ/ση : Κερασούντος 2
TK 62110 Σέρρες
Πληροφορίες : Κασμερίδου Έφη
Τηλέφωνο : 23210- 47537, 47538
E-mail : grssdsen@sch.gr

ΠΡΟΣ :

Το Λέκτορα
κ. Αυγερινό Ανδρέα
Τ.Ε.Φ.Α.Α., Δ.Π.Θ

ΘΕΜΑ: Πρόσκληση στην Ημερίδα «Φυσική άσκηση και υγεία: υγιεινός τρόπος
ζωής και αγωγή υγείας»

Σας προσκαλούμε να συμμετάσχετε σαν ομιλητής στην ημερίδα «Φυσική άσκηση και υγεία: υγιεινός τρόπος ζωής και αγωγή υγείας», που θα πραγματοποιηθεί την Παρασκευή 30-10-2009 στο Αμφιθέατρο του Τ.Ε.Φ.Α.Α. Σερρών.

Η εισήγησή σας με θέμα «Ο ρόλος του σχολείου στην προώθηση της φυσικής δραστηριότητας και την πρόληψη της παχυσαρκίας» ορίσθηκε στις 17.55 και θα έχει 15λεπτη διάρκεια.

Η παρουσία σας είναι ιδιαίτερη τιμή για μας.

Ο Σχολικός Σύμβουλος Φυσικής Αγωγής

Δρ. Απόστολος Ντάνης



ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ
ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΠΑΙΔΕΙΑΣ, ΔΙΑ ΒΙΟΥ ΜΑΘΗΣΗΣ
ΚΑΙ ΘΡΗΣΚΕΥΜΑΤΩΝ
ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑΚΗ ΔΙΝΣΗ ΑΙΘΙΑΣ &
ΘΜΙΑΣ ΕΚΠ/ΣΗΣ ΚΕΝΤΡΙΚΗΣ ΜΑΚΕΔΟΝΙΑΣ
ΓΡΑΦΕΙΟ ΣΧΟΛΙΚΩΝ ΣΥΜΒΟΥΛΩΝ
Β/ΘΜΙΑΣ ΕΚΠ/ΣΗΣ Ν. ΣΕΡΡΩΝ
ΣΧΟΛΙΚΟΣ ΣΥΜΒΟΥΛΟΣ ΦΥΣΙΚΗΣ ΑΓΩΓΗΣ

Εγγραφή Διανομής



<http://users.sch.gr/adanis/portal>

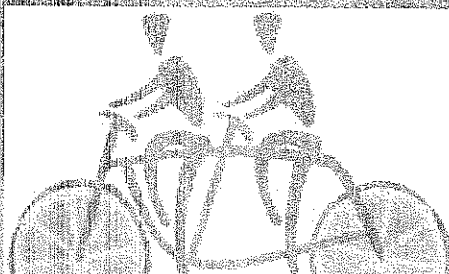
σε συνεργασία με το Τ.Ε.Φ.Α.Α. Σερρών

Ημερίδα

ΥΠΟΧΡΕΩΣΗ ΚΑΙ Ε
ΣΤΗΝ ΕΠΙΣΤΑΣΗ ΤΗΣ ΖΩΗΣ
ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΗ ΠΡΑΞΗ

Παρασκευή
30 Οκτωβρίου 2009
12.00 – 18.30

Αμφιθέατρο
Τ.Ε.Φ.Α.Α. Σερρών



Νομαρχιακή Διεύθυνση Εκπαίδευσης Σερρών

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΗΜΕΡΙΔΑΣ

«Φυσική άσκηση και υγεία: υγιεινός τρόπος ζωής και αγωγή υγείας»

Παρασκευή 30 Οκτωβρίου 2009
Αμφιθέατρο Τ.Ε.Φ.Α.Α. Σερρών

1^η Ενότητα

10.00 – 11.30 Σύσκεψη μελών της συντονιστικής επιτροπής και της παιδαγωγικής ομάδας του θεματικού δικτύου «Φυσική άσκηση και υγεία»

2^η Ενότητα

11.45 – 12.00 Προσέλευση εκπαιδευτικών

12.00 – 12.20 Χαιρετισμοί

12.20 – 12.30 Τιμητική απονομή

Εισηγήσεις:

12.30 – 12.50 Χρόνιες προσαρμογές του οργανισμού από τη φυσική άσκηση

Ιωάννης Βράμπας, Αν. Καθηγητής ΤΕΦΑΑ Σερρών, Α.Π.Θ.

12.50 – 13.10 Ο προληπτικός ρόλος της φυσικής άσκησης στο καρδιαγγειακό σύστημα

Φώτης Μαυροβουνιώτης, Λέκτορας ΤΕΦΑΑ, Α.Π.Θ.

13.10 – 13.30 Προδιαθεσιακοί παράγοντες στεφανιαίας νόσου: συμπεράσματα από τη μελέτη του Ν. Πιερίας

Κωνσταντίνος Μπουζιώτας, Σχολικός Σύμβουλος Φυσικής Αγωγής

13.30 – 13.50 Η εικόνα σώματος και φυσική δραστηριότητα

Ειρήνη Κοΐδου, Επίκουρος Καθηγήτρια ΤΕΦΑΑ Σερρών, Α.Π.Θ.

13.50 – 14.10 Η σημασία των μετρήσεων στη Φυσική Αγωγή για την υγεία

Δημήτρης Χατζηχαριστός, Καθηγητής ΤΕΦΑΑ, Ε.Κ.Π.Α.

14.10 – 14.30 Συζήτηση

14.30 – 15.10 Διάλειμμα – ελαφρύ γεύμα

3^η Ενότητα

Εισηγήσεις:

- 15.10 – 15.30 Φυσικές δραστηριότητες αναψυχής στο φυσικό περιβάλλον, ποιότητα ζωής και ψυχοσωματική υγεία
Κωνσταντίνος Κουκουρής, π. Επίκουρος Καθηγητής ΤΕΦΑΑ, Α.Π.Θ.
- 15.30 – 15.50 Φυσική αγωγή, άσκηση και ποιότητα ζωής
Σταύρος Τσόνιας, Πάρεδρος Φυσικής Αγωγής, Π.Ι.
- 15.50 – 16.10 Δεξιότητες ζωής και θεωρία πειθούς για την προαγωγή της άσκησης και τη μείωση ανθυγιεινών συμπεριφορών
Κοσμίδου Ευδοξία, PhD, Π.Θ.
- 16.10 – 16.30 Η διαχείριση των συναισθημάτων σε σχέση με τη φυσική δραστηριότητα
Χρήστος Ρώσιος, Msc., Αθμία Εκπαίδευση
- 16.30 – 16.50 Συζήτηση
- 16.50 - 17.10 Διάλειμμα - καφές

4^η Ενότητα

Στρογγυλή τράπεζα: «Προτάσεις εκπαιδευτικών παρεμβάσεων»

- 17.10 – 17.25 Χαρακτηριστικά εκπαιδευτικών παρεμβάσεων της φυσικής άσκησης για την υγεία - ο ρόλος του δικτύου
Απόστολος Ντάνης, Σχολικός Σύμβουλος Φυσικής Αγωγής
- 17.25 – 17.40 Εκπαιδευτικές παρεμβάσεις για πρόληψη καπνίσματος: Σχεδιασμός και αποτελέσματα εφαρμογών
Μαρία Χασάνδρα, Λέκτορας ΤΕΦΑΑ, Π.Θ.
- 17.40 - 17.55 Ένα νέο εκπαιδευτικό πακέτο για την αντιμετώπιση της παχυσαρκίας στο γυμνάσιο
Αγοραστού Χρύσα, μεταπτυχιακή φοιτήτρια ΤΕΦΑΑ, Δ.Π.Θ
- 17.55 – 18.10 Ο ρόλος του σχολείου στην προώθηση της φυσικής δραστηριότητας και την πρόληψη της παχυσαρκίας
Ανδρέας Αυγερινός, Λέκτορας ΤΕΦΑΑ, Δ.Π.Θ.
- 18.10 – 18.30 Συζήτηση