



□□□ Η ημερίδα πραγματοποιήθηκε στις **30-10-2009 στις Σέρρες** (αμφιθέατρο Τ.Ε.Φ.Α.Α. Σερρών). Έγινε στα πλαίσια των επιμορφωτικών δράσεων του Δικτύου « *Φυσική άσκηση και υγεία* », υπό την αιγίδα της Νομαρχιακής Αυτοδιοίκησης Σερρών και με την στήριξη της Ε.Λ.Μ.Ε. και του Συλλόγου Εκπαιδευτικών Π.Ε. Σερρών. Οργανώθηκε από το Σχολικό Σύμβουλο Φυσικής Αγωγής σε συνεργασία με το Τ.Ε.Φ.Α.Α. Σερρών, για τους εκπαιδευτικούς Φ.Α. και άλλων ειδικοτήτων του Ν. Σερρών και Κιλκίς

Εισηγήσεις:

[Χρόνιες προσαρμογές του οργανισμού από τη φυσική άσκηση](#)

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

Ο προληπτικός ρόλος της φυσικής άσκησης στο καρδιαγγειακό σύστημα

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

[Προδιαθεσιακοί παράγοντες στεφανιαίας νόσου: συμπεράσματα από τη μελέτη του Ν. Πιερίας](#)

Κωνσταντίνος Μπουζιώτας, Σχολικός Σύμβουλος Φυσικής Αγωγής

Η εικόνα σώματος και φυσική δραστηριότητα

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

Η σημασία των μετρήσεων στη Φυσική Άγωση για την υγεία

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

Φυσικές δραστηριότητες αναψυχής στο φυσικό περιβάλλον, ποιότητα ζωής και ψυχοσωματική υγεία

Κωνσταντίνος Κουκουρής, τ. Επίκουρος Καθηγητής ΤΕΦΑΑ, Α.Π.Θ.

Φυσική άγωση, άσκηση και ποιότητα ζωής

Σταύρος Τσόνιας, Πάρεδρος Φυσικής Άγωσης, Π.Ι.

Δεξιότητες ζωής και θεωρία πειθούς για την προαγωγή της άσκησης και τη μείωση ανθυγιεινών συμπεριφορών

*Κοσμίδου Ευδοξία,
PhD
, Π.Θ.*

Η διαχείριση των συναισθημάτων σε σχέση με τη φυσική δραστηριότητα

*Χρήστος Ρόσιος,
Msc
, Αθμια Εκπαίδευση*

Στρογγυλή τράπεζα: «Προτάσεις εκπαιδευτικών παρεμβάσεων»

Χαρακτηριστικά εκπαιδευτικών παρεμβάσεων της φυσικής άσκησης για την υγεία - ο ρόλος του δικτύου

Απόστολος Ντάνης, Σχολικός Σύμβουλος Φυσικής Άγωσης

Εκπαιδευτικές παρεμβάσεις για πρόληψη καπνίσματος: Σχεδιασμός και αποτελέσματα εφαρμογών

Μαρία Χασάνδρα, Λέκτορας ΤΕΦΑΑ, Π.Θ.

[Ένα νέο εκπαιδευτικό πακέτο για την αντιμετώπιση της παχυσαρκίας στο γυμνάσιο](#)

Αγοραστού Χρύσα, μεταπτυχιακή φοιτήτρια ΤΕΦΑΑ, Δ.Π.Θ.□□□□□□□□

[Ο ρόλος του σχολείου στην προώθηση της φυσικής δραστηριότητας και την πρόληψη της παχυσαρκίας](#)

Ανδρέας Αυγερινός, Λέκτορας ΤΕΦΑΑ, Δ.Π.Θ.