



ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ  
ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΠΟΛΙΤΙΣΜΟΥ, ΠΑΙΔΕΙΑΣ ΚΑΙ ΘΡΗΣΚΕΥΜΑΤΩΝ

Αιγάλεω, 23 -5-2016.  
Αρ. Πρωτ.: 9359

-----  
ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑΚΗ Δ/ΝΣΗ Π/ΘΜΙΑΣ & Δ/ΘΜΙΑΣ  
ΕΚΠ/ΣΗΣ ΑΤΤΙΚΗΣ  
Δ/ΝΣΗ Β' ΘΜΙΑΣ ΕΚΠ/ΣΗΣ Γ' ΑΘΗΝΑΣ  
ΟΜΑΔΑ ΦΥΣΙΚΗΣ ΑΓΩΓΗΣ  
-----

ΠΡΟΣ: ΟΛΑ ΤΑ Γ.Ε.Λ.- ΕΠΑ.Λ.  
(δημόσια & ιδιωτικά)  
της Δ/ΝΣΗΣ Δ.Ε. Γ' ΑΘΗΝΑΣ

Ταχ. Δ/ση: Σουλίου & Σίφνου  
Τ.Κ. – Πόλη: 122 44 Αιγάλεω  
Πληροφορίες: Καραγεώργος Γεωργ. - Πλουμπίδου Αικ.  
Τηλέφωνο: 210-5310215, 210-5914966  
FAX: 210-5908508  
e-mail: fysagogi@dide-g-ath.att.sch.gr

**ΘΕΜΑ: « ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ - ΔΙΚΑΙΟΛΟΓΗΤΙΚΑ ΥΠΟΨΗΦΙΩΝ ΓΙΑ ΤΑ Τ.Ε.Φ.Α.Α. ΑΚΑΔΗΜΑΪΚΟΥ ΕΤΟΥΣ 2016-2017 ΚΑΙ ΟΔΗΓΙΕΣ ΠΡΟΣ ΤΟΥΣ ΥΠΟΨΗΦΙΟΥΣ»**

Οι υποψήφιοι κατά την προσέλευσή τους στην Επιτροπή Υγειονομικής Εξέτασης θα πρέπει να είναι εφοδιασμένοι με τα παρακάτω δικαιολογητικά:

1. Αστυνομική ταυτότητα.
2. Ταυτότητα Υποψηφίου Πανελληνίων Εξετάσεων.
3. Δύο (2) μικρές πρόσφατες φωτογραφίες.
4. Ακτινογραφία Θώρακα με φωτογραφία και γνωμάτευση.
5. Καρδιογράφημα, με γνωμάτευση.
6. Βεβαίωση οπτικής οξύτητας.

Η Ακτινογραφία Θώρακα, το Καρδιογράφημα, η Βεβαίωση Οπτικής Οξύτητας πρέπει να είναι από νοσηλευτικό ίδρυμα του δημοσίου ή ΝΠΔΔ ή ιατρό του δημοσίου ή ιδιώτη ιατρό. Οι ιατρικές εξετάσεις ισχύουν για έξι (6) μήνες από την ημερομηνία έκδοσή τους.

**Τα αγωνίσματα είναι:**

- α) Σφαιροβολία ( βάρος σφαίρας 6 kgr για τα αγόρια και 4 kgr για τα κορίτσια )
- β) Άλμα σε Μήκος
- γ) Δρόμος 400 μέτρα για τα αγόρια και 200 μέτρα για τα κορίτσια.
- δ) Κολύμβηση (50 μέτρα Ελεύθερο)

**Οι υποψήφιοι δηλώνουν κατά την εγγραφή τους τρία (3) από τα τέσσερα (4) παραπάνω αναγραφόμενα αγωνίσματα στα οποία θέλουν να δοκιμαστούν.**

**Οι υποψήφιοι αξιολογούνται για κάθε ένα αγώνισμα με βάση την επίδοσή τους ως εξής :**

**ΘΗΛΕΩΝ****ΒΑΘΜΟΙ ΔΡΟΜΟΣ 200μ****ΑΛΜΑ ΣΕ ΜΗΚΟΣ****ΣΦΑΙΡΟΒΟΛΙΑ****ΚΟΛΥΜΒΗΣΗ**

(βάρ. σφαίρ.: 4 κ.)

(50 μ. ελεύθερο)

<b>20</b>	Μέχρι 29''	5,15 μ. και άνω	11,00 μ. και άνω	έως 31''
<b>19</b>	29''01 – 29''50	5,14 μ. – 5,00 μ.	10,99 μ. – 10,60 μ.	31''01 – 32''00
<b>18</b>	29''51 – 30''00	4,99 μ. – 4,85 μ.	10,59 μ. – 10,20 μ.	32''01 – 33''00
<b>17</b>	30''01 – 30''50	4,84 μ. – 4,70 μ.	10,19 μ. – 9,80 μ.	33''01 – 34''00
<b>16</b>	30''51 – 31''00	4,69 μ. – 4,55 μ.	9,79 μ. – 9,40 μ.	34''01 – 35''00
<b>15</b>	31''01 – 31''50	4,54 μ. – 4,40 μ.	9,39 μ. – 9,00 μ.	35''01 – 36''00
<b>14</b>	31''51 – 32''00''	4,39 μ. – 4,25 μ.	8,99 μ. – 8,60 μ.	36''01 – 37''00
<b>13</b>	32''01 – 32''50'	4,24 μ. – 4,10 μ.	8,59 μ. – 8,20 μ.	37''01 – 38''00
<b>12</b>	32''51 – 33''00	4,09 μ. – 3,95 μ.	8,19 μ. – 7,80 μ.	38''01 – 39''00
<b>11</b>	33''01 – 33''50	3,94 μ. – 3,80 μ.	7,79 μ. – 7,40 μ.	39''01 – 40''00
<b>10</b>	33''51 – 34''00	3,79 μ. – 3,65 μ.	7,39 μ. – 7,00 μ.	40''01 – 41''00
<b>9</b>	34''01 – 34''50	3,64 μ. – 3,50 μ.	6,99 μ. – 6,60 μ.	41''01 – 42''00
<b>8</b>	34''51 – 35''00	3,49 μ. – 3,35 μ.	6,59 μ. – 6,20 μ.	42''01 – 43''00
<b>7</b>	35''01 – 35''50	3,34 μ. – 3,20 μ.	6,19 μ. – 5,80 μ.	43''01 – 44''00
<b>6</b>	35''51 – 36''00	3,19 μ. – 3,05 μ.	5,79 μ. – 5,40 μ.	44''01 – 45''00
<b>5</b>	36''01 – 36''50	3,04 μ. – 2,90 μ.	5,39 μ. – 5,00 μ.	45''01 – 46''00
<b>4</b>	36''51 – 37''00	2,89 μ. – 2,75 μ.	4,99 μ. – 4,60 μ.	46''01 – 47''00
<b>3</b>	37''01 – 37''50	2,74 μ. – 2,60 μ.	4,59 μ. – 4,20 μ.	47''01 – 48''00
<b>2</b>	37''51 – 38''00	2,59 μ. – 2,45 μ.	4,19 μ. – 3,80 μ.	48''01 – 49''00
<b>1</b>	38''01 – 38''50	2,44 μ. – 2,30 μ.	3,79 μ. – 3,40 μ.	49''01 – 50''00
<b>0</b>	38''51 και άνω	2,29 μ. και κάτω	3'39 μ. και κάτω	50''01 και άνω

**ΑΡΡΕΝΩΝ****ΒΑΘΜΟΙ ΔΡΟΜΟΣ 400μ.****ΑΛΜΑ ΣΕ ΜΗΚΟΣ****ΣΦΑΙΡΟΒΟΛΙΑ****ΚΟΛΥΜΒΗΣΗ**

(βάρος σφαίρ. 6 κ.)

(50μ. ελεύθερο)

<b>20</b>	Μέχρι 55''	6,20 και άνω	14 μ. και άνω	έως 29''
<b>19</b>	55''01 – 55''50	6,19μ. – 6,05 μ.	13,99 μ. – 13,60 μ.	29''01 – 30''00
<b>18</b>	55''51 – 56''00	6,04 μ. – 5,90 μ.	13,59 μ. – 13,20 μ.	30''01 – 31''00
<b>17</b>	56''01 – 56''50	5,89 μ. – 5,75 μ.	13,19 μ. – 12,80 μ.	31''01 – 32''00
<b>16</b>	56''51 – 57''00	5,74 μ. – 5,60 μ.	12,79 μ. – 12,40 μ.	32''01 – 33''00
<b>15</b>	57''01 – 57''50	5,59 μ. – 5,45 μ.	12,39 μ. – 12,00 μ.	33''01 – 34''00
<b>14</b>	57''51 – 58''00	5,44 μ. – 5,30 μ.	11,99 μ. – 11,60 μ.	34''01 – 35''00
<b>13</b>	58''01 – 58''50	5,29 μ. – 5,15 μ.	11,59 μ. – 11,20 μ.	35''01 – 36''00
<b>12</b>	58''51 – 59''00	5,14 μ. – 5,00 μ.	11,19 μ. – 10,80 μ.	36''01 – 37''00
<b>11</b>	59''01 – 59''50	4,99 μ. – 4,85 μ.	10,79 μ. – 10,40 μ.	37''01 – 38''00
<b>10</b>	59''51 – 60''00	4,84 μ. – 4,70 μ.	10,39 μ. – 10 00 μ.	38''01 – 39''00
<b>9</b>	60''01 – 60''50	4,69 μ. – 4,55 μ.	9,99 μ. – 9,60 μ.	39''01 – 40''00
<b>8</b>	60''51 – 61''00	4,54 μ. – 4,40 μ.	9,59 μ. – 9,20 μ.	40''01 – 41''00
<b>7</b>	61''01 – 61''50	4,39 μ. – 4,25 μ.	9,19 μ. – 8,80 μ.	41''01 – 42''00
<b>6</b>	61''51 – 62''00	4,24 μ. – 4,10 μ.	8,79 μ. – 8,40 μ.	42''01 – 43''00
<b>5</b>	62''01 – 62''50	4,09 μ. – 3,95 μ.	8,39 μ. – 8,00 μ.	43''01 – 44''00
<b>4</b>	62''51 – 63''00	3,94 μ. – 3,80 μ.	7,99 μ. – 7,60 μ.	44''01 – 45''00
<b>3</b>	63''01 – 63''50	3,79 μ. – 3,65 μ.	7,59 μ. – 7,20 μ.	45''01 – 46''00
<b>2</b>	63''51 – 64''00	3,64 μ. – 3,50 μ.	7,19 μ. – 6,80 μ.	46''01 – 47''00
<b>1</b>	64''01 – 64''50	3,49 μ. – 3,35 μ.	6,79 μ. – 6,40 μ.	47''01 – 48''00
<b>0</b>	64''51 και άνω	3,34 μ. και κάτω	6,39 μ. και κάτω	48''01 και άνω

•Οι πρακτικές δοκιμασίες θα γίνουν όπως ορίζουν οι Διεθνείς Κανονισμοί.

•Ο υποψήφιος βαθμολογείται στις πρακτικές δοκιμασίες, μόνο εφόσον έλαβε μέρος τουλάχιστον σε ένα από τα αγωνίσματα τα οποία δήλωσε. Υποψήφιος που δεν λαμβάνει μέρος σε κανένα αγώνισμα αποκλείεται από τη διαδικασία επιλογής των εισαγομένων στα Τ.Ε.Φ.Α.Α.

## **ΟΔΗΓΙΕΣ ΠΡΟΣ ΤΟΥΣ ΥΠΟΨΗΦΙΟΥΣ ΤΩΝ Τ.Ε.Φ.Α.Α.**

Αγαπητοί υποψήφιοι,

Οι οδηγίες που θα διαβάσετε αφορούν τη διαδικασία υγειονομικής εξέτασης και πρακτικής σας δοκιμασίας.

Για λόγους διευκόλυνσης των διαδικασιών, προσέρχεστε προς υγειονομική εξέταση ανάλογα με το γράμμα που αρχίζει το επώνυμό σας και σύμφωνα με το πρόγραμμα που έχει αποσταλεί στο σχολείο σας.

Στη συνέχεια οδηγείστε με μέριμνα της Γραμματειακής Επιτροπής στο χώρο κατάθεσης των δικαιολογητικών (1<sup>ο</sup> Αθλητικό Κέντρο Χαϊδαρίου, 3<sup>η</sup> Σεπτεμβρίου και Ηρώων Πολυτεχνείου, Χαϊδάρι) όπου θα γίνει ηλεκτρονική καταχώρηση των στοιχείων σας. Εκεί δηλώνετε τρία από τα τέσσερα αγωνίσματα. **Η δήλωση αυτή είναι οριστική και δεν μπορεί να ανακληθεί κατά τη διάρκεια διεξαγωγής των αγωνισμάτων.**

Κατόπιν θα οδηγηθείτε για υγειονομική εξέταση στα Γραφεία των ιατρών της Υγειονομικής Επιτροπής η οποία κρίνει αν είστε ικανοί να λάβετε μέρος στις πρακτικές δοκιμασίες.

**Τέλος θα παραλάβετε την ταυτότητα του υποψηφίου την οποία θα διατηρείτε σε άριστη κατάσταση τοποθετώντας την σε ειδική ζελατίνα και θα τη φέρνετε πάντα μαζί σας μαζί με την αστυνομική σας ταυτότητα κάθε φορά που θα δοκιμάζεστε σύμφωνα με το πρόγραμμα των δοκιμασιών στα επιλεγμένα αθλήματα όπως ακριβώς στις Πανελλήνιες Εξετάσεις.**

### **ΠΡΟΣΟΧΗ!!!**

- 1. ΑΠΑΓΟΡΕΥΕΤΑΙ** η είσοδος στο στίβο και στις κερκίδες σε άτομα που δεν συμμετέχουν στην επιτροπή η δεν είναι υποψήφιοι.
- Οι υποψήφιοι έχουν υποχρέωση κόσμιας συμπεριφοράς και πιστής τήρησης των συστάσεων των μελών της επιτροπής.
- Κανένας υποψήφιος δεν περνά από πρακτικές δοκιμασίες αν δεν περάσει πρώτα από υγειονομική επιτροπή.
- Σε περίπτωση που κάποιος έχει σοβαρό λόγο απουσίας ( εξετάσεις σχολικών μαθημάτων, λόγοι υγείας, υπηρεσίας η απουσίας στο εξωτερικό), θα προσκομίζει τα δικαιολογητικά της απουσίας του στη γραμματεία, θα εξετάζεται υγειονομικά και στη συνέχεια θα αγωνίζεται στα αγωνίσματα που επέλεξε, κατ' εξαίρεση την τελευταία ημέρα σύμφωνα με το πρόγραμμα.
- Αν οι δοκιμασίες πρέπει να γίνουν σε μια μέρα, θα προσκομίζεται υπεύθυνη δήλωση ότι ο υποψήφιος επιθυμεί να εξεταστεί σε όλα τα αγωνίσματα σε μια μέρα.
- Θα γίνει αυστηρή τήρηση των αναγραφόμενων ημερομηνιών καθώς και του ωραρίου τέλεσης του προγράμματος εξετάσεων.

**Ο ΔΙΕΥΘΥΝΤΗΣ Δ/ΝΣΗΣ Δ.Ε Γ' ΑΘΗΝΑΣ**

**ΑΘΑΝΑΣΙΟΣ ΑΛΕΞΟΠΟΥΛΟΣ**

