

**Εκδήλωση για την
«Παγκόσμια Ημέρα Ποδοσφαίρου»
Το ποδόσφαιρο ως μέσο υγείας, άσκησης και κοινωνικής συνοχής**

Τετάρτη, 21 Μαΐου 2025, ώρα 10.00 π.μ.

**Μεγάλη Αίθουσα
Εθνικού και Καποδιστριακού Πανεπιστημίου Αθηνών
(Κεντρικό Κτήριο, Πανεπιστημίου 30)**

Με αφορμή την καθιέρωση της 25ης Μαΐου ως Παγκόσμιας Ημέρας Ποδοσφαίρου από τα Ηνωμένα Έθνη, αναγνωρίζουμε τη διαχρονική συμβολή του ποδοσφαίρου στη ζωή των ανθρώπων παγκοσμίως. Ένα άθλημα με μακραίωνη ιστορία, το ποδόσφαιρο αποτελεί σήμερα μια παγκόσμια γλώσσα που ενώνει πολιτισμούς, γενιές και κοινωνικά στρώματα.

Πέρα από τη συναρπαστική αγωνιστική του διάσταση, το ποδόσφαιρο λειτουργεί ως ισχυρό εργαλείο σωματικής άσκησης, προαγωγής της υγείας και πρόληψης χρόνιων νοσημάτων. Η συστηματική ενασχόληση με το ποδόσφαιρο ενισχύει τη λειτουργία του καρδιοαναπνευστικού και του μυοσκελετικού συστήματος, βελτιώνει τη ρύθμιση του σακχάρου και της αρτηριακής πίεσης, συμβάλλει στον έλεγχο του σωματικού βάρους και μειώνει τον κίνδυνο παθήσεων όπως ο διαβήτης τύπου 2, οι καρδιαγγειακές παθήσεις και η κατάθλιψη. Παράλληλα, αποτελεί μέσο ανακούφισης από το άγχος, ενίσχυσης της αυτοεκτίμησης και βελτίωσης της ποιότητας ζωής.

Το ποδόσφαιρο προάγει επίσης την κοινωνική συνοχή, καλλιεργεί την ομαδικότητα, τη συνεργασία, την ευγενή άμιλλα και τον σεβασμό στη διαφορετικότητα. Επιπλέον, η οικονομική του επίδραση είναι αξιοσημείωτη: συμβάλλει στην ανάπτυξη θέσεων εργασίας, στην ενίσχυση του τουρισμού, στη δημιουργία αθλητικών υποδομών και στη στήριξη τοπικών κοινωνιών μέσω χορηγιών και κοινωνικών δράσεων, ενώ έχει προσφέρει στιγμές εθνικής ανάτασης μέσα από τις διεθνείς επιτυχίες των ομάδων μας.

Η Σχολή Επιστήμης Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού του ΕΚΠΑ διαδραματίζει καθοριστικό ρόλο στην επιστημονική μελέτη, τη διδασκαλία και τη διάδοση του ποδοσφαίρου στην Ελλάδα. Μέσω της Ειδίκευσης Ποδοσφαίρισης, έχει εκπαιδεύσει χιλιάδες αποφοίτους που στελεχώνουν όλα τα επίπεδα του αθλήματος, από τις ακαδημίες μέχρι τις επαγγελματικές και εθνικές ομάδες.

Η ΣΕΦΑΑ του ΕΚΠΑ παραμένει προσηλωμένη στην αποστολή της: να προάγει τον αθλητισμό και την άσκηση ως μέσο υγείας, παιδείας και πολιτισμού – με το ποδόσφαιρο να αποτελεί έναν από τους πιο δυναμικούς της εκφραστές.

Ακολουθεί το πρόγραμμα της εκδήλωσης

**Εκδήλωση για τον εορτασμό της
Παγκόσμιας Ημέρας Ποδοσφαίρου
(21.05.2025)**

Πρόγραμμα

- 10.00-10.05. Προσφώνηση από τον Πρύτανη του Εθνικού και Καποδιστριακού Πανεπιστημίου Αθηνών, Καθηγητή κ. Γεράσιμο Σιάσο
Χαιρετισμός από τον Κοσμήτορα της Σχολής Επιστήμης Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού Καθηγητή κ. Γεράσιμο Τερζή
Χαιρετισμός από το μέλος του Συμβουλίου Διοίκησης του Εθνικού και Καποδιστριακού Πανεπιστημίου Αθηνών, Καθηγήτρια κ. Αθανασία Σμυρνιώτου

Ομιλίες

- 10.05-10.20. "Η συμβολή της Αθλητικής Επιστήμης στην απόδοση και την υγεία των παικτών στο Επαγγελματικό Ποδόσφαιρο". Καθηγητής Γρηγόρης Μπογδάνης, Σχολή Επιστήμης Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού.
10.25-10.40. Ο δρόμος προς το Euro 2004. Τάκης Φύσσας, παλαίμαχος ποδοσφαιριστής της Εθνικής Ομάδας Ποδοσφαίρου που κατέκτησε το Ευρωπαϊκό Κύπελλο το 2004, υπεύθυνος στρατηγικού σχεδιασμού της ΠΑΕ Παναθηναϊκός.
10.40-11.00. "Αξιολόγηση, χρήση και ερμηνεία των δεικτών απόδοσης ενός ποδοσφαιρικού αγώνα". Δημήτρης Δανιηλίδης. Προπονητής φυσικής κατάστασης και απόδοσης της Ελληνικής Εθνικής Ομάδας Ποδοσφαίρου Ανδρών.
11.10-11.30. "Εξέλιξη ελίτ ποδοσφαιριστών". Σωτήρης Σουλαϊδόπουλος, Συνεργάτης Προπονητής της ΠΑΕ Ολυμπιακός και Πρωταθλητής Ευρώπης Youth League 2023/24.
11.40-12.00. "Εθνική ομάδα: μια νέα πρόκληση". Ιβάν Γιοβάνοβιτς, Προπονητής Ελληνικής Εθνικής Ομάδας Ποδοσφαίρου Ανδρών.

Μετά από κάθε ομιλία θα ακολουθεί σύντομη συζήτηση.