

# Γκαμανής Δημήτριος

**Ημ. Γέννησης:** 06.05.1992

**Διεύθυνση:** Αγωνιστών Εθν. Αντίστασης 30, 57400, Σίνδος, Θεσσαλονίκη

**Τηλ:** +30 6976392666

**Email:** [dimitris\\_gam@hotmail.com](mailto:dimitris_gam@hotmail.com)

**Facebook:** Γκαμανής Δημήτρης

## Εργασιακή εμπειρία

- Προπονητής ακαδημιών ποδοσφαίρου Φιλοπροοδευτικού Συλλόγου Ομόνοια Σίνδου 09.2015 – 06.2016
- Προπονητής ακαδημιών ποδοσφαίρου Φιλοπροοδευτικού Συλλόγου Ομόνοια Σίνδου 09.2017 – 06.2020
- Προπονητής Φυσικής Κατάστασης της ομάδας «Αξίος Ανατολικού» 08.2018 – 12.2018
- Προπονητής αθλοπαιδιών στίβου του Αθλητικού Ομίλου «Άτλας» 09.2017 – 05.2018
- Επιστημονικός συνεργάτης και υπεύθυνος εργομετρικών της σχολής ποδοσφαίρου “Foul training” 09.2020- Σήμερα
- Εξεταστής πρακτικού και θεωρητικού μέρους στις εξετάσεις πιστοποίησης αρχικής επαγγελματικής κατάρτισης των αποφοίτων των Ινστιτούτων Επαγγελματικής Κατάρτισης (Ι.Ε.Κ.) που διοργάνωσε ο Ε.Ο.Π.Π.Ε.Π. από το 2014 - 2016

## Εκπαίδευση

- Αριστούχος (με βαθμό Άριστα 8.50) του Τμήματος Επιστήμης Φυσικής Αγωγής & Αθλητισμού του Α.Π.Θ. (παράρτημα Σερρών) με ειδίκευση στο ποδόσφαιρο (με βαθμό Άριστα 9.38)
  - **Πτυχιακή εργασία** με τίτλο: Κινηματικά χαρακτηριστικά του πέναλτι στο ποδόσφαιρο με παθητική και ενεργητική παρουσία του τερματοφύλακα  
**(παρουσιάστηκε στο 22<sup>ο</sup> Διεθνές Συνέδριο Φυσικής Αγωγής & Αθλητισμού στην Κομοτηνή)**
    - Κινητικότητα της σπονδυλικής στήλης μετά από ένα προοδευτικό πρόγραμμα ασκήσεων σταθεροποίησης σε γυναίκες με χρόνια οσφυαλγία (συμμετοχή στην ερευνητική ομάδα της εργασίας που παρουσιάστηκε στο 22<sup>ο</sup> Διεθνές Συνέδριο Φυσικής Αγωγής & Αθλητισμού στην Κομοτηνή)
    - Εφαρμογή του προγράμματος πρόληψης FIFA 11+ από Έλληνες προπονητές (παρουσίαση στο 28<sup>ο</sup> Διεθνές e-Συνέδριο Φυσικής Αγωγής & Αθλητισμού στην Κομοτηνή)
- Μεταπτυχιακό δίπλωμα στην Κινησιολογία
  - **Μεταπτυχιακή εργασία** με τίτλο: Μυϊκή δραστηριότητα και ροπή σε αθλητές με ιστορικό ρήξης οπίσθιων μηριαίων μυών

- Μεταπτυχιακός φοιτητής του Μεταπτυχιακού προγράμματος «Προπόνηση και πρόληψη τραυματισμών στο ποδόσφαιρο»
- Κάτοχος διπλώματος προπονητή Uefa B'
- The FA Level 1 in Talent Identification
- Πρόγραμμα πρόληψης τραυματισμών στο ποδόσφαιρο 11+
- Πρώτες βοήθειες και χρήση απινιδωτή
- Επιμορφωτικό πρόγραμμα Ειδική Αγωγή και Εκπαίδευση

### **Σεμινάρια**

- Effective Hapkido
- Θεωρητικό Σεμινάριο προπονητικής του εργαστηρίου Νευρομηχανικής του ΤΕΦΑΑ Σερρών
- Εκπαιδευτικό Σεμινάριο με τίτλο « Άτομα με κινητική αναπηρία σε περιβάλλον κατασκηνώσεων»
- Βασικές αρχές ναυαγοσωστικής και Α' βοηθειών
- Διαπολιτισμική Εκπαίδευση και ΤΠΕ
- Ειδική Αγωγή : Διαταραχές άγχους, σχολική φοβία, διαφυλικές διαφορές
- Διαδικτυακά σεμινάρια του συνδέσμου προπονητών ποδοσφαίρου Ν. Βοιωτίας, Ν. Ευβοίας και Ν. Φθιώτιδας
- Διαδικτυακό σεμινάριο του ΣΕΓΑΣ σε θέματα προπονητικής και επιστημονικής στήριξης της προπονητικής διαδικασίας
- 28<sup>ο</sup> Διεθνές e-συνέδριο φυσικής αγωγής & αθλητισμού του ΤΕΦΑΑ Κομοτηνής

### **Ημερίδες**

- Επιστημονική ημερίδα με τίτλο «Μηχανική & αποκατάσταση αθλητικών κακώσεων. Ειδικευση: Έκκεντρη άσκηση»
- Επιστημονική ημερίδα με τίτλο «Επαγγελματικός προσανατολισμός στην προσαρμοσμένη φυσική αγωγή: Σύγχρονες προοπτικές στην αγορά εργασίας»

### **Γνώσεις και Soft Skills**

Γλώσσες: Ελληνικά (μητρική), Αγγλικά (Επίπεδο C2)

Υπολογιστές: Πιστοποιητικό Γνώσης Χειρισμού Η/Υ ( Επεξεργασία κειμένου, υπολογιστικά φύλλα, παρουσιάσεις, υπηρεσίες διαδικτύου)

Στρατιωτική θητεία : Εκπληρωμένη

## Διακρίσεις

Ενασχόληση με την τοπική αυτοδιοίκηση:

**Πρόεδρος** Δημοτικής Κοινότητας Σίνδου από το Σεπτέμβριο του 2014 μέχρι και σήμερα

Ενασχόληση με τη παράδοση:

Χορευτής παραδοσιακών χορών από τη παιδική του ηλικία μέχρι και σήμερα στο Λαογραφικό Σύλλογο Σίνδου «Ο Ρόδακας»

Αθλητής ποδοσφαίρου σε ομάδες του Ν. Θεσσαλονίκης και του Ν. Σερρών