



ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ  
ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΠΑΙΔΕΙΑΣ, ΘΡΗΣΚΕΥΜΑΤΩΝ  
ΚΑΙ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ  
ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑΚΗ Δ/ΝΣΗ Π/ΘΜΙΑΣ & Δ/ΘΜΙΑΣ  
ΕΚΠ/ΣΗΣ ΑΤΤΙΚΗΣ  
Δ/ΝΣΗ Β' ΘΜΙΑΣ ΕΚΠ/ΣΗΣ Γ' ΑΘΗΝΑΣ  
Ταχ. Δ/ση: Αρκαδίας 22 Τ.Κ. 121 32 Περιστερί

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

Περιστερί, 14-5-2026.  
Αρ. Πρωτ.: 17123

ΠΡΟΣ: ΟΛΑ ΤΑ Γ.Ε.Λ. & Ε.Π.Α.Λ.  
( Δημόσια & Ιδιωτικά )  
των Δ/ΝΣΕΩΝ Δ.Ε. Γ' ΑΘΗΝΑΣ  
ΔΥΤ. ΑΤΤΙΚΗΣ – Ν. ΕΥΒΟΙΑΣ  
Ν. ΒΟΙΩΤΙΑΣ – Ν. ΚΟΡΙΝΘΙΑΣ  
Α' ΑΘΗΝΑΣ - Β' ΑΘΗΝΑΣ Δ' ΑΘΗΝΑΣ  
ΑΝΑΤ. ΑΤΤΙΚΗΣ - ΠΕΙΡΑΙΑ  
& ΟΛΩΝ ΤΩΝ ΛΟΙΠΩΝ Δ/ΝΣΕΩΝ Δ.Ε.

**ΘΕΜΑ: «ΔΙΚΑΙΟΛΟΓΗΤΙΚΑ ΥΠΟΨΗΦΙΩΝ ΓΙΑ ΤΑ Τ.Ε.Φ.Α.Α. ΑΚΑΔΗΜΑΪΚΟΥ ΕΤΟΥΣ 2026-2027  
- ΟΔΗΓΙΕΣ ΠΡΟΣ ΤΟΥΣ ΥΠΟΨΗΦΙΟΥΣ ΚΑΙ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΕΞΕΤΑΣΕΩΝ »**

Σύμφωνα με την Απόφαση του Υπουργείου Παιδείας, Θρησκευμάτων και Αθλητισμού η Υγειονομική Εξέταση και Πρακτική Δοκιμασία ( Αγωνίσματα ) των υποψηφίων για τα Τ.Ε.Φ.Α.Α., ακαδ. έτους 2026-2027, θα διεξαχθούν από την **Δευτέρα 15 Ιουνίου 2026** μέχρι και την **Παρασκευή 26 Ιουνίου 2026**.

Τα αγωνίσματα του Άλματος σε Μήκος & της Σφαιροβολίας θα διεξαχθούν στο Αθλητικό Κέντρο του Δ.Α.Κ. Αιγάλεω (Σουλίου & Σίφνου - Αιγάλεω), των Δρόμων στο Δημοτικό Γήπεδο στο Δάσος Χαϊδαρίου (Ηρώων Πολυτεχνείου & Γ Σεπτεμβρίου Δάσος Χαϊδαρίου) & της Κολύμβησης στο Κολυμβητήριο του Δ. Αιγάλεω (Δημαρχείου 19 Αιγάλεω)

Κατά τη διάρκεια του τρέχοντος σχολικού έτους 2025-2026 οι μαθητές της τελευταίας τάξης, των Γ.Ε.Λ. και Ε.Π.Α.Λ. καθώς και οι απόφοιτοι των Λυκείων που επιθυμούν να είναι υποψήφιοι για τα Τ.Ε.Φ.Α.Α. κατέθεσαν αίτηση – δήλωση στο Λύκειό τους για συμμετοχή στις πρακτικές δοκιμασίες, προκειμένου να δημιουργηθεί ένα αρχείο υποψηφίων για τα Τ.Ε.Φ.Α.Α.

Οι υποψήφιοι που δεν δήλωσαν συμμετοχή στις πρακτικές δοκιμασίες για τα Τ.Ε.Φ.Α.Α. ΔΕΝ μπορούν να συμμετάσχουν στις δοκιμασίες αυτές (Αγωνίσματα) κατά τις ημέρες διεξαγωγής των εξετάσεων στα αγωνίσματα, διότι η αίτηση δήλωση είναι δεσμευτική.

Όσοι απόφοιτοι διεκδικούν την εισαγωγή τους στα ΤΕΦΑΑ με την διαδικασία του 10% των θέσεων εισακτέων, χωρίς νέα εξέταση, συμμετέχουν στην διαδικασία επιλογής με βάση την βαθμολογία της τελευταία εξέτασής τους στα Πανελλαδικώς εξεταζόμενα μαθήματα και πρακτικές δοκιμασίες. Οι υποψήφιοι αυτοί δεν έχουν την δυνατότητα ή δικαίωμα να εξεταστούν ξανά στις πρακτικές δοκιμασίες των Τ.Ε.Φ.Α.Α.

Οι υποψήφιοι της Επιτροπής της Δ.Δ.Ε. Γ' Αθήνας και άλλων Διευθύνσεων κατά την προσέλευσή τους στην Επιτροπή Υγειονομικής Εξέτασης θα πρέπει να είναι εφοδιασμένοι με τα παρακάτω δικαιολογητικά:

1. Δύο (2) μικρές πρόσφατες φωτογραφίες.
2. Το Δελτίο Εξεταζόμενου από το Λύκειό τους, όπου αναγράφεται ο κωδικός αριθμός του Υποψηφίου, το οποίο θα τους χορηγηθεί πριν τις Πανελλαδικές Εξετάσεις .
3. Δελτίο Αστυνομικής Ταυτότητας ή Διαβατήριο ή άλλο αποδεικτικό της ταυτότητας έγγραφο
4. ΥΠΟΧΡΕΩΤΙΚΑ Ατομικό Στυλό για υπογραφές και συμπλήρωση των δικαιολογητικών.

**ΙΑΤΡΙΚΕΣ ΕΞΕΤΑΣΕΙΣ**

1. Ακτινογραφία Θώρακα με σχετική γνωμάτευση
2. Καρδιογράφημα, με σχετική γνωμάτευση
3. Βεβαίωση Οπτικής Οξύτητας

Η Ακτινογραφία Θώρακα, το Καρδιογράφημα, η Βεβαίωση Οπτικής Οξύτητας πρέπει να είναι από νοσηλευτικό ίδρυμα του δημοσίου ή Ν.Π.Δ.Δ. ή Ιατρό του Δημοσίου ή ιδιώτη Ιατρό.

Όσοι μαθητές –μαθήτριες έχουν αντίγραφο δελτίου Υγειονομικής εξέτασης ή βεβαίωση ικανότητας (εφόσον υπάρχουν) στα οποία αναγράφεται ότι ο υποψήφιος έχει κριθεί κατάλληλος από τις αρμόδιες Υγειονομικές Επιτροπές των Στρατιωτικών σχολών ή των Αστυνομικών Σχολών ή των Σχολών Πυροσβεστικής Ακαδημίας ή των Σχολών Λιμενικού Σώματος Ελληνικής Ακτοφυλακής, μπορούν να μας προσκομίσουν αυτό το αντίγραφο χωρίς να υποβληθούν σε νέες εξετάσεις.

Τα αγωνίσματα είναι:

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

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  
(βάρος σφαίρας: 4 κ.) (50 μ. ελεύθερο)

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

**ΑΡΡΕΝΩΝ**

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

ΒΑΘΜΟΙ	ΔΡΟΜΟΣ 200μ.	ΑΛΜΑ ΣΕ ΜΗΚΟΣ	ΣΦΑΙΡΟΒΟΛΙΑ Ύψος σφαίρας 6κ.	ΚΟΛΥΜΒΗΣΗ 50μ. Ελεύθερο
20	μέχρι 25"	6.20μ. και άνω	14μ. και άνω	Μέχρι 29"
19	25"01 - 25"50	6.19μ.-6.05μ.	13.99μ.-13.60μ.	29"01 - 30"00
18	25"51 - 26"00	6.04μ.-5.90μ.	13.59μ.-13.20μ.	30"01 - 31"00
17	26"01 - 26"50	5.89μ.-5.75μ.	13.19μ.-12.80μ.	31"01 - 32"00
16	26"51 - 27"00	5.74μ.-5.60μ.	12.79μ.-12.40μ.	32"01 - 33"00
15	27"01 - 27"50	5.59μ.-5.45μ.	12.39μ.-12.00μ.	33"01 - 34"00
14	27"51 - 28"00	5.44μ.-5.30μ.	11.99μ.-11.60μ.	34"01 - 35"00
13	28"01 - 28"50	5.29μ.-5.15μ.	11.59μ.-11.20μ.	35"01 - 36"00
12	28"51 - 29"00	5.14μ.-5.00μ.	11.19μ.-10.80μ.	36"01 - 37"00
11	29"01 - 29"50	4.99μ.-4.85μ.	10.79μ.-10.40μ.	37"01 - 38"00
10	29"51 - 30"00	4.84μ.-4.70μ.	10.39μ.-10.00μ.	38"01 - 39"00
9	30"01 - 30"50	4.69μ.-4.55μ.	9.99μ.-9.60μ.	39"01 - 40"00
8	30"51 - 31"00	4.54μ.-4.40μ.	9.59μ.-9.20μ.	40"01 - 41"00
7	31"01 - 31"50	4.39μ.-4.25μ.	9.19μ.-8.80μ.	41"01 - 42"00
6	31"51 - 32"00	4.24μ.-4.10μ.	8.79μ.-8.40μ.	42"01 - 43"00
5	32"01 - 32"50	4.09μ.-3.95μ.	8.39μ.-8.00μ.	43"01 - 44"00
4	32"51 - 33"00	3.94μ.-3.80μ.	7.99μ.-7.60μ.	44"01 - 45"00
3	33"01 - 33"50	3.79μ.-3.65μ.	7.59μ.-7.20μ.	45"01 - 46"00
2	33"51 - 34"00	3.64μ.-3.50μ.	7.19μ.-6.80μ.	46"01 - 47"00
1	34"01 - 34"50	3.49μ.-3.35μ.	6.79μ.-6.40μ.	47"01 - 48"00
0	34"51 και άνω	3.34μ. και κάτω	6.39μ. 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 αγώνισματα 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 σύμφωνα με το πρόγραμμα που έχει αποσταλεί στο σχολείο σας.

Στη συνέχεια οδηγείστε με μέριμνα της Γραμματειακής Επιτροπής στο χώρο κατάθεσης των δικαιολογητικών για την **Επιτροπή της Δ.Δ.Ε. Γ' Αθήνας** μαθητές - μαθήτριες που προέρχονται από τα σχολεία των περιοχών : Αιγάλεω – Χαϊδαρίου – Αγ. Βαρβάρας – Περιστερίου – Ιλίου - Αγ. Αναργύρων - Καματερού - Πετρούπολης – Δυτ. Αττικής - Ν. Βοιωτίας - Ν. Εύβοιας και άλλων Δ.Δ.Ε. στο **Δημοτικό Αθλητικό Κέντρο Δ.Α.Κ. Αιγάλεω ( Σουλίου & Σίφνου )**, όπου θα γίνει η 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 καινού να λάβετε μέρος στις πρακτικές δοκιμασίες.

**ΠΡΟΣΟΧΗ!!!**

**1. ΑΠΑΓΟΡΕΥΕΤΑΙ** η είσοδος στο στίβο και στις κερκίδες σε άτομα που δεν συμμετέχουν στην Επιτροπή ή δεν είναι υποψήφιοι.

**2. Οι υποψήφιοι έχουν υποχρέωση κόσμιας συμπεριφοράς και πιστής τήρησης των συστάσεων των Μελών της Επιτροπής. Στην περίπτωση που ο υποψήφιος θα διαπράξει πειθαρχικό αδίκημα η Επιτροπή θα προβεί σε κυρώσεις σύμφωνα με την ισχύουσα νομοθεσία.**

**3. Κανένας υποψήφιος δεν περνά από πρακτικές δοκιμασίες αν δεν περάσει πρώτα από την Υγειονομική Επιτροπή.**

**4. Σε περίπτωση που κάποιος έχει σοβαρό λόγο απουσίας ( εξετάσεις σχολικών μαθημάτων, λόγοι υγείας, υπηρεσίας ή 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 τις τελευταίες ημέρες, σύμφωνα με το πρόγραμμα.**

**5. Θα γίνει αυστηρή τήρηση των αναγραφόμενων ημερομηνιών καθώς και του ωραρίου τέλεσης του προγράμματος εξετάσεων.**

**Τονίζεται ότι δεν επιτρέπεται η εξέταση του υποψηφίου σε περισσότερες από μια επιτροπές.**

Σας επισυνάπτουμε το πρόγραμμα των εξετάσεων Τ.Ε.Φ.Α.Α. της Δ/σης Δ.Ε. Γ' Αθήνας.

Η ΔΙΕΥΘΥΝΤΡΙΑ Δ/ΝΣΗΣ Δ.Ε. Γ' ΑΘΗΝΑΣ



ΔΗΜΗΤΡΑ ΜΑΚΡΗ