

## ΠΡΟΣΩΠΙΚΕΣ ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΕΣ

## Καρολίνα Παπακωνσταντίνου

Παναγιώτου 47, Παπάγου, Τ.Κ. 156 69, Αθήνα (Ελλάδα)

☎ +30 2106529704 📠 +30 6944368204

✉ parakonstantinou\_c@yahoo.gr

🌐 Φύλο Θήλυ | 📅 Ημερομηνία γέννησης 04/08/1980 | 🇬🇷 Εθνικότητα Ελληνική

## ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΚΗ ΕΜΠΕΙΡΙΑ

Φεβρουάριος 2018-σήμερα	<b>Προπονήτρια Καλαθοσφαίρισης Μίνι</b> ΠΑΟ Δάφνη-Αθηνών
Σεπτέμβριος 2016-σήμερα	<b>Προπονήτρια καλαθοσφαίρισης "junior"</b> ΠΑΟ Δάφνη-Αθηνών
Νοέμβριος 2015-σήμερα	<b>Οργάνωση ακαδημιών καλαθοσφαίρισης</b> 1ο Δημοτικό σχολείο Νέου Ηρακλείου <ul style="list-style-type: none"><li>• Προπονήτρια καλαθοσφαίρισης σε παιδιά ηλικίας 6-12 ετών , στο χώρο του σχολείου</li></ul>
Ιούνιος -Ιούλιος 2018	<b>Υπεύθυνη Καλοκαιρινής Δημιουργικής Απασχόλησης</b> Δήμος Παπάγου-Χολαργού <ul style="list-style-type: none"><li>• Υπευθυνη οργάνωσης προγράμματος στο χώρο του σχολείου</li><li>• Γυμνάστρια</li></ul>
Ιούνιος 2017-Φεβρουάριος 2018	<b>Προπονήτρια καλαθοσφαίρισης παμπαίδων</b> ΠΑΟ Δάφνη-Αθηνών
Αύγουστος 2017	<b>Προπονήτρια Καλαθοσφαίρισης</b> Ιος - 7ο basketaball Summer Camp
Ιούνιος -Ιούλιος 2017	<b>Υπεύθυνη Καλοκαιρινής Δημιουργικής Απασχόλησης</b> Δήμος Παπάγου-Χολαργού <ul style="list-style-type: none"><li>• Υπευθυνη οργάνωσης προγράμματος στο χώρο του σχολείου</li><li>• Γυμνάστρια</li></ul>
Σεπτέμβριος 2016-Ιούνιος 2017	<b>Προπονήτρια καλαθοσφαίρισης κορασίδων</b> ΠΑΟ Δάφνη-Αθηνών
Αύγουστος 2016	<b>Προπονήτρια Καλαθοσφαίρισης</b> Ιος - 6ο basketaball Summer Camp
Ιούνιος-Ιούλιος 2016	<b>Γυμνάστρια Καλοκαιρινής Δημιουργικής Απασχόλησης</b> Δήμος Παπάγου-Χολαργού
Δεκέμβριος 2015-Απρίλιος 2016	<b>Γυμνάστρια &amp;επίβλεψη στα όργανα γυμναστικής (Δήμος Ηλιούπολης)</b> ΟΑΕΔ (5μηνο πρόγραμμα κοινοφελούς εργασίας)
Οκτώβριος 2015-Μάρτιος 2016	<b>Προπονήτρια γυναικείου τμήματος</b> Α.Ο. Παναιγιναικός
Αύγουστος 2015	<b>Προπονήτρια Καλαθοσφαίρισης</b> Ιος - 5ο basketaball Summer Camp
Ιούνιος-Ιούλιος 2015	<b>Γυμνάστρια στο πρόγραμμα «Αθλητικά Μονοπάτια 2015»</b> Υπό την αιγίδα του «Ιδρύματος Σταύρος Νιάρχος» που διεξήχθη στα ακριτικά νησιά
Οκτώβριος 2010- Μάιος 2015	<b>Οργάνωση ακαδημιών καλαθοσφαίρισης</b>

	4ο Δημοτικό σχολείο Δάφνης
	<ul style="list-style-type: none"><li>• Προπονήτρια καλαθοσφαίρισης σε παιδιά ηλικίας 6-12 ετών , στο χώρο του σχολείου</li></ul>
Ιούνιος-Ιούλιος 2014	Εκμάθηση καλαθοσφαίρισης στο πρόγραμμα: Καλοκαιρινή Δημιουργική Απασχόληση 5-12 ετών Δήμος Ελληνικού-Αργυρούπολης
Ιούνιος-Ιούλιος 2013	Εκμάθηση καλαθοσφαίρισης στο πρόγραμμα: Καλοκαιρινή Δημιουργική Απασχόληση 5-12 ετών Δήμος Ελληνικού-Αργυρούπολης
Αύγουστος 2012-Ιανουάριος 2013	Γυμνάστρια στο πρόγραμμα των αθλοπαιδιών στα προαύλια των σχολείων, μύησης και εκμάθησης των ομαδικών αθλημάτων (καλαθοσφαίριση, πετοσφαίριση, χειροσφαίριση, ποδόσφαιρο) στην αβάθμια εκπαίδευση Δήμος Αθηναίων
Σεπτέμβριος 2011-Μάρτιος 2014	Προπονήτρια ακαδημιών καλαθοσφαίρισης Γ.Σ. Πατησίων
Ιούνιος-Ιούλιος 2011	Υπεύθυνη καλαθοσφαίρισης σε αθλητικό παιδικό πρόγραμμα 6-12 ετών sportcamp ΕΘΝΙΚΟΣ Γ.Σ
Σεπτέμβριος 2009- Σεπτέμβριος 2011	Προπονήτρια τμημάτων παιδικού και εφηβικού ΕΘΝΙΚΟΣ Γ.Σ
Ιούνιος-Ιούλιος 2010	Υπεύθυνη καλαθοσφαίρισης σε αθλητικό παιδικό πρόγραμμα 6-12 ετών sportcamp ΕΘΝΙΚΟΣ Γ.Σ
Σεπτέμβριος 2009- Μάιος 2010	Προπονήτρια τμήματος παγκορασίδων Α.Ο. Ζωγράφου
Ιούνιος-Ιούλιος 2009	Υπεύθυνη καλαθοσφαίρισης σε αθλητικό παιδικό πρόγραμμα 6-12 ετών sportcamp ΕΘΝΙΚΟΣ Γ.Σ
Άυγουστος 2008-Ιούνιος 2009	Προπονήτρια ακαδημιών καλαθοσφαίρισης και του τμήματος κορασίδων Π.Ο. Άγιος Θωμάς
Οκτώβριος 2007-Ιούνιος 2008	Προπονήτρια ακαδημιών καλαθοσφαίρισης Γυμναστικός Σύλλογος Πατησίων
Νοέμβριος 2006-Μάιος 2007	Προπονήτρια στο τμήμα παμπαίδων Αθλητικός Σύλλογος Σπύρτιγκ
Οκτώβριος 2006-Ιούνιος 2007	Προπονήτρια ακαδημιών καλαθοσφαίρισης Αθλητικός Σύλλογος Θρακομακεδόνων

Οκτώβριος 2017- Ιούνιος 2018

**Μετεκπαίδευση στην Ειδική Αγωγή**

"Πρόγραμμα ετήσιας εξειδίκευσης στην ειδική αγωγή"  
ΕΘΝΙΚΟ ΚΑΙ ΚΑΠΟΔΙΣΤΡΙΑΚΟ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΑΘΗΝΩΝ

2012

**Άδεια άσκησης επαγγέλματος Προπονητριας Καλαθοσφαίρισης Α΄ Κατηγορίας**

2008

**Πτυχιούχος Τμήματος Επιστήμης Φυσικής Αγωγής & Αθλητισμού**

ΔΗΜΟΚΡΙΤΕΙΟ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΘΡΑΚΗΣ

**Κύρια ειδικότητα:** Καλαθοσφαίριση

**Δευτερεύουσα ειδικότητα:** Οργάνωση και διοίκηση αθλητισμού

Ιανουάριος 2004- Ιούνιος 2004

**Ειδική Εκπαίδευση Βοηθού Εθνικής Ολυμπιακής Επιτροπής (Η.Π.Α.)**  
ΑΘΗΝΑ 2004

**ΑΤΟΜΙΚΕΣ ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ**

Μητρική γλώσσα

Ελληνικά

Λοιπές γλώσσες

ΚΑΤΑΝΟΗΣΗ

ΟΜΙΛΙΑ

ΓΡΑΦΗ

Προφορική

Γραπτή (ανάγνωση)

Επικοινωνία

Προφορική έκφραση

Αγγλικά

B2

B2

B2

B2

B2

First Certificate in English, University of Cambridge Local Examinations Syndicate

Επίπεδα: A1/2: Βασικός χρήστης - B1/2: Ανεξάρτητος χρήστης - C1/2: Έμπειρος χρήστης  
Κοινό Ευρωπαϊκό Πλαίσιο Αναφοράς για Γλώσσες

**Οργανωτικές δεξιότητες**

- Συμμετοχή στην οργάνωση της ημερίδα ειδικότητας Οργάνωσης & Διοίκησης Αθλητισμού Τ.Ε.Φ.Α.Α. Δ.Π.Θ., θέμα: "Euro 2008 – Η υποψηφιότητα της συνδιοργάνωσης Ελλάδας – Τουρκίας" (Κομοτηνή, 4 Δεκεμβρίου 2002).
- Οργάνωση καλοκαιρινής δημιουργικής απασχόλησης (παιδιά 5-12 ετών).

**Επαγγελματικές δεξιότητες**

- Έμπειρία στην προπόνηση/ εκπαίδευση των παιδικών αθλητικών ομάδων.
- Συντονισμό, οργάνωση και προγραμματισμό.
- Υπευθυνότητα και ομαδικό πνεύμα.

**Δεξιότητες πληροφορικής**

- Microsoft Office™ (Word, PowerPoint)
- Internet Explorer
- Windows

## ΠΡΟΣΘΕΤΕΣ ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΕΣ

## Σεμινάρια -Συνέδρια

- 20ωρο σεμινάριο Πρώτων Βοηθειών για πολίτες, Ελληνικός Ερυθρός Σταυρός (18-20/3/2016).
- “Προγράμματα ανάπτυξης παιδών-νέων μέσα από τον αθλητισμό”, Α΄ ορθοπαιδική κλινική πανεπιστημίου Αθηνών (18/4/2015-31/5/ 2015).
- 2ο Basketball Athletic Development (Αθήνα, 20/6/2009)
- 11ο Διεθνές σεμινάριο καλαθοσφαίρισης νεαρών παικτών (Αθήνα, 12-14/6/2009).
- Επιμορφωτικό σεμινάριο προπονητών καλαθοσφαίρισης (Αθήνα, 1-3/6/2007).
- 12ο Διεθνές Συνέδριο Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού, Τ.Ε.Φ.Α.Α. Δ.Π.Θ. (Κομοτηνή, 21-23/5/2004).
- Σεμινάριο καλαθοσφαίρισης του Συνδέσμου Ελλήνων Προπονητών Καλαθοσφαίρισης (Κομοτηνή, 15 - 16/5/2004).
- Ημερίδα ειδικότητας Οργάνωσης και Διοίκησης Αθλητισμού Τ.Ε.Φ.Α.Α. Δ.Π.Θ., με θέμα: “Πρόληψη και αντιμετώπιση των κρουσμάτων βίας στα γήπεδα” (Κομοτηνή, 17-5-2004).
- 4ο συνέδριο Ελληνικής Εταιρείας Διοίκησης Αθλητισμού (Ελλ.Ε.Δ.Α.), με θέμα «Προκλήσεις για τη διοίκηση του Ελληνικού αθλητισμού ενόψει των Ολυμπιακών Αγώνων του 2004: Από τη θεωρία στην πράξη (Πειραιάς, 28-30 Νοεμβρίου 2003).
- Team leadership meeting, Ολυμπιακή Επιτροπή Η.Π.Α. (U.S.O.C.) (Αθήνα, 3-6 Νοεμβρίου 2003).
- Ημερίδα ειδικότητας Οργάνωσης & Διοίκησης Αθλητισμού Τ.Ε.Φ.Α.Α. Δ.Π.Θ., θέμα: “Euro 2008 – Η υποψηφιότητα της συνδιοργάνωσης Ελλάδας – Τουρκίας” (Κομοτηνή, 4 Δεκεμβρίου 2002).
- 10ο Διεθνές Συνέδριο Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού, Τ.Ε.Φ.Α.Α. Δ.Π.Θ. (Κομοτηνή, 17-19 Μαΐου 2002).
- Ημερίδα ειδικότητας Οργάνωσης & Διοίκησης Αθλητισμού Τ.Ε.Φ.Α.Α. Δ.Π.Θ., θέμα: “Αθλητικές Εγκαταστάσεις για το 2004. Θα είμαστε έτοιμοι; Σκεφτήκαμε τα πάντα;” (Κομοτηνή, 7 Δεκεμβρίου 2001).
- 3ο Πανελλήνιο Συνέδριο Αεροβικής Γυμναστικής & Άσκησης και Λειτουργικής Οργάνωσης Γυμναστηρίου, (Ε.Γ.Β.Ε.) (Θεσσαλονίκη, 3-4 Νοεμβρίου 2001)
- Σεμινάριο προπονητών αναπτυξιακών ηλικιών, θέμα «Η διδασκαλία της Χειροσφαίρισης στο Δημοτικό σχολείο» (Κομοτηνή, 25 Απριλίου 2001).

## Εθελοντικές Δράσεις

- Εθελοντική εργασία στους παγκόσμιους μαθητικούς αγώνες, Γυμνασιάδα 2006, υπό την αιγίδα του Υπουργείου Παιδείας και του Υφυπουργείου Αθλητισμού (Ιούνιος 2006).
- Εθελοντική εργασία στο πρόγραμμα “Ανοικτά Στάδια – η γιορτή του Ολυμπισμού συνεχίζεται” υπό την αιγίδα του Υπουργείου Πολιτισμού και της Γενικής Γραμματείας Ολυμπιακών Αγώνων (Μάρτιος – Αύγουστος 2005).
- Ν.Ο.Σ. Assistant Αμερικανικής Ολυμπιακής Επιτροπής, ΑΘΗΝΑ 2004 (Ιούλιος – Αύγουστος 2004)
- Γυμνάστρια στο πρόγραμμα Ε.Π.Ε.Α.Ε.Κ. (εγκύμναση ειδικών ομάδων, ατόμων τρίτης ηλικίας με στόχο τη βελτίωση της φυσικής κατάστασης και της υγείας τους- τομέας καρδιοπαθών) (Κομοτηνή, Απρίλιος – Ιούνιος 2004).
- Εθελοντική εργασία στον Α.Σ.Δημοκρίτειο στο τμήμα χειροσφαίρισης, στους τομείς marketing, sponsoring, γραφείο τύπου και δημοσίων σχέσεων (2004).
- Γυμνάστρια στο πρόγραμμα Ε.Π.Ε.Α.Ε.Κ. (εγκύμναση ειδικών ομάδων, ατόμων τρίτης ηλικίας με στόχο τη βελτίωση της φυσικής κατάστασης και της υγείας τους- τομέας καρδιοπαθών), (Κομοτηνή, Ιανουάριος – Ιούνιος 2002).