

**Τμήμα Επιστήμης, Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού (Σέρρες), ΑΠΘ**

**Πρόγραμμα Μεταπτυχιακών Σπουδών Κινησιολογία**

Μ2.4 Περιγράμματα μαθημάτων και διπλωματικής εργασίας (σύμφωνα με το υπόδειγμα της ΕΘΑΑΕ)-GR

15 /Δεκέμβριος/2023

Περιεχόμενα

[Εξάμηνο Α 3](#_Toc152586025)

[*ΨΥΧΟΛΟΓΙΑ ΤΟΥ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ ΚΑΙ ΤΗΣ ΑΣΚΗΣΗΣ* 3](#_Toc152586026)

[*ΠΡΑΚΤΙΚΕΣ ΕΦΑΡΜΟΓΕΣ ΤΗΣ ΕΡΓΟΦΥΣΙΟΛΟΓΙΑΣ-ΕΡΓΟΜΕΤΡΙΑΣ* 6](#_Toc152586027)

[*ΣΤΑΤΙΣΤΙΚΗ* 9](#_Toc152586028)

[*ΝΕΥΡΟΜΥΪΚΕΣ ΠΡΟΣΑΡΜΟΓΕΣ ΚΑΙ ΕΛΕΓΧΟΣ ΤΗΣ ΠΡΟΠΟΝΗΣΗΣ* 12](#_Toc152586029)

[Εξάμηνο Β 15](#_Toc152586030)

[*ΠΡΑΚΤΙΚΕΣ ΕΦΑΡΜΟΓΕΣ ΤΗΣ ΑΘΛΗΤΙΚΗΣ ΒΙΟΜΗΧΑΝΙΚΗΣ* 15](#_Toc152586031)

[*ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ ΤΗΣ ΑΝΘΡΩΠΙΝΗΣ ΑΠΟΔΟΣΗΣ & ΚΑΘΟΔΗΓΗΣΗ ΤΗΣ ΠΡΟΠΟΝΗΣΗΣ* 18](#_Toc152586032)

[*ΘΕΜΑΤΑ ΚΙΝΗΣΙΟΛΟΓΙΑΣ ΣΤΗΝ ΠΡΟΣΑΡΜΟΣΜΕΝΗ ΦΥΣΙΚΗ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ* 21](#_Toc152586033)

[*ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΚΗ ΑΝΑΤΟΜΙΚΗ* 24](#_Toc152586034)

[*ΜΕΘΟΔΟΙ ΕΡΕΥΝΑΣ* 27](#_Toc152586035)

[*ΠΕΙΡΑΜΑΤΙΚΟΣ ΣΧΕΔΙΑΣΜΟΣ ΚΑΙ ΑΝΑΛΥΣΗ ΣΤΗΝ ΚΙΝΗΣΙΟΛΟΓΙΑ* 29](#_Toc152586036)

[Εξάμηνο Γ 32](#_Toc152586037)

[*ΜΕΤΑΠΤΥΧΙΑΚΗ* *ΔΙΠΛΩΜΑΤΙΚΗ ΕΡΓΑΣΙΑ* 32](#_Toc152586039)

# Εξάμηνο Α

**ΠΕΡΙΓΡΑΜΜΑ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ**

**(1) ΓΕΝΙΚΑ**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **ΣΧΟΛΗ** | Επιστημών Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού | | | | |
| **ΤΜΗΜΑ** | Επιστήμης Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού, με έδρα τις Σέρρες | | | | |
| **ΕΠΙΠΕΔΟ ΣΠΟΥΔΩΝ** | Μεταπτυχιακό | | | | |
| **ΚΩΔΙΚΟΣ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ** | 001 | **ΕΞΑΜΗΝΟ ΣΠΟΥΔΩΝ** | | 1 | |
| **ΤΙΤΛΟΣ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ** | ΨΥΧΟΛΟΓΙΑ ΤΟΥ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ ΚΑΙ ΤΗΣ ΑΣΚΗΣΗΣ | | | | |
| **ΑΥΤΟΤΕΛΕΙΣ ΔΙΔΑΚΤΙΚΕΣ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ**  *σε περίπτωση που οι πιστωτικές μονάδες απονέμονται σε διακριτά μέρη του μαθήματος π.χ. Διαλέξεις, Εργαστηριακές Ασκήσεις κ.λπ. Αν οι πιστωτικές μονάδες απονέμονται ενιαία για το σύνολο του μαθήματος αναγράψτε τις εβδομαδιαίες ώρες διδασκαλίας και το σύνολο των πιστωτικών μονάδων* | | | **ΕΒΔΟΜΑΔΙΑΙΕΣ ΩΡΕΣ ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑΣ** | | **ΠΙΣΤΩΤΙΚΕΣ ΜΟΝΑΔΕΣ** |
| |  |  |  | | --- | --- | --- | | Διαλέξεις |  |  | | Μελέτη και ανάλυση βιβλίων και άρθρων |  |  | | Εκπόνηση μελέτης (project) |  |  | | Εξετάσεις |  |  | | | | | | |
|  | | |  | | 7.0000 |
| **ΤΥΠΟΣ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ**  *γενικού υποβάθρου,  ειδικού υποβάθρου, ειδίκευσης*  *γενικών γνώσεων, ανάπτυξης δεξιοτήτων* | Ειδικού Υποβάθρου / Κορμού | | | | |
| **ΠΡΟΑΠΑΙΤΟΥΜΕΝΑ ΜΑΘΗΜΑΤΑ:** |  | | | | |
| **ΓΛΩΣΣΑ ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑΣ και ΕΞΕΤΑΣΕΩΝ:** | Ελληνικά (Διδασκαλία,Εξέταση) | | | | |
| **ΤΟ ΜΑΘΗΜΑ ΠΡΟΣΦΕΡΕΤΑΙ ΣΕ ΦΟΙΤΗΤΕΣ ERASMUS** |  | | | | |
| **ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΗ ΣΕΛΙΔΑ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ (URL)** | <https://qa.auth.gr/class/1/600223773> | | | | |

**(2) ΜΑΘΗΣΙΑΚΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ**

|  |  |
| --- | --- |
| **Μαθησιακά Αποτελέσματα**  *Περιγράφονται τα μαθησιακά αποτελέσματα του μαθήματος οι συγκεκριμένες γνώσεις, δεξιότητες και ικανότητες καταλλήλου επιπέδου που θα αποκτήσουν οι φοιτητές μετά την επιτυχή ολοκλήρωση του μαθήματος.*  *Συμβουλευτείτε το Παράρτημα Α*   * *Περιγραφή του Επιπέδου των Μαθησιακών Αποτελεσμάτων για κάθε ένα κύκλο σπουδών σύμφωνα με το Πλαίσιο Προσόντων του Ευρωπαϊκού Χώρου Ανώτατης Εκπαίδευσης* * *Περιγραφικοί Δείκτες Επιπέδων 6, 7 & 8 του Ευρωπαϊκού Πλαισίου Προσόντων Διά Βίου Μάθησης και το Παράρτημα Β*   *Περιληπτικός Οδηγός συγγραφής Μαθησιακών Αποτελεσμάτων* | |
| Με την επιτυχή ολοκλήρωση του μαθήματος οι φοιτητές/τριες θα μπορούν να: (α) εξηγήσουν την πολυπλοκότητα της ψυχολογίας των αθλητών/τριών στον αθλητισμό και των ασκουμένων στην άσκηση (β) διατυπώσουν τις βασικές ψυχολογικές θεωρίες και πρακτικές της αθλητικής ψυχολογίας στον χώρο του αθλητισμού και της άσκησης (γ) ερμηνεύουν τους ψυχολογικούς παράγοντες που αποσκοπούν στην ενίσχυση των κινήτρων των αθλητών/τριών τους για αθλητική απόδοση (δ) περιγράψουν τους ψυχολογικούς παράγοντες που αποσκοπούν στην υποστήριξη της αθλητικής απόδοσης και των κινήτρων για συμμετοχή σε άσκηση (ε) να αναπτύσσουν στρατηγικές διαχείρισης της ψυχολογίας των αθλητών/τριών για τη βελτίωση της αθλητικής τους απόδοσης και των ασκουμένων για την τακτική και μακρόχρονη συμμετοχή σε άσκηση. | |
| **Γενικές Ικανότητες** | |
| *Λαμβάνοντας υπόψη τις γενικές ικανότητες που πρέπει να έχει αποκτήσει ο πτυχιούχος (όπως αυτές αναγράφονται στο Παράρτημα Διπλώματος και παρατίθενται ακολούθως) σε ποια / ποιες από αυτές αποσκοπεί το μάθημα;.* | |
| *Αναζήτηση, ανάλυση και σύνθεση δεδομένων και πληροφοριών, με τη χρήση και των απαραίτητων τεχνολογιών*  *Προσαρμογή σε νέες καταστάσεις*  *Λήψη αποφάσεων*  *Αυτόνομη εργασία*  *Ομαδική εργασία*  *Εργασία σε διεθνές περιβάλλον*  *Εργασία σε διεπιστημονικό περιβάλλον*  *Παράγωγή νέων ερευνητικών ιδεών* | *Σχεδιασμός και διαχείριση έργων*  *Σεβασμός στη διαφορετικότητα και στην πολυπολιτισμικότητα*  *Σεβασμός στο φυσικό περιβάλλον*  *Επίδειξη κοινωνικής, επαγγελματικής και ηθικής υπευθυνότητας και ευαισθησίας σε θέματα φύλου*  *Άσκηση κριτικής και αυτοκριτικής*  *Προαγωγή της ελεύθερης, δημιουργικής και επαγωγικής σκέψης*  *……*  *Άλλες…*  *…….* |
| Εφαρμογή της γνώσης στην πράξη, Αναζήτηση, ανάλυση και σύνθεση δεδομένων και πληροφοριών, με τη χρήση και των απαραίτητων τεχνολογιών, Προσαρμογή σε νέες καταστάσεις, Λήψη αποφάσεων, Αυτόνομη εργασία, Εργασία σε διεθνές περιβάλλον, Εργασία σε διεπιστημονικό περιβάλλον, Παραγωγή νέων ερευνητικών ιδεών, Σεβασμός στη διαφορετικότητα και στην πολύ-πολιτισμικότητα, Επίδειξη κοινωνικής, επαγγελματικής και ηθικής υπευθυνότητας και ευαισθησίας σε θέματα φύλου, Άσκηση κριτικής και αυτοκριτικής, Προαγωγή της ελεύθερης, δημιουργικής και επαγωγικής σκέψης | |

**(3) ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΟ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ**

|  |
| --- |
| Εισαγωγή στην ψυχολογία της άσκησης και του αθλητισμού Η ψυχολογία της συμμετοχής σε άσκηση Θεωρία του αυτό-καθορισμού και άσκηση Κίνητρα για επίτευξη και συμμετοχή στον αθλητισμό Άγχος, θετική ψυχολογία και αθλητική απόδοση Συγκέντρωση και προσοχή στον αθλητισμό Υπερπροπόνηση, ψυχολογική εξουθένωση, και διαχείριση βάρους στον αθλητισμό Ψυχολογία της αποκατάστασης από αθλητικό τραυματισμό Επικοινωνία, ψυχολογική δυναμική αθλητικής ομάδας και αθλητική ηγεσία Εφαρμοσμένη ψυχολογία της μεγιστοποίησης της αθλητικής απόδοσης |

**(4) ΔΙΔΑΚΤΙΚΕΣ και ΜΑΘΗΣΙΑΚΕΣ ΜΕΘΟΔΟΙ - ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ**

|  |  |
| --- | --- |
| **ΤΡΟΠΟΣ ΠΑΡΑΔΟΣΗΣ** *Πρόσωπο με πρόσωπο, Εξ αποστάσεως εκπαίδευση κ.λπ.* | Πρόσωπο με πρόσωπο, Εξ αποστάσεως εκπαίδευση |
| **ΧΡΗΣΗ ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΩΝ ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΑΣ ΚΑΙ ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΩΝ** *Χρήση Τ.Π.Ε. στη Διδασκαλία, στην Εργαστηριακή Εκπαίδευση, στην Επικοινωνία με τους φοιτητές* | Χρήση Τ.Π.Ε. στη Διδασκαλία  *Περιγραφή:* |
| **ΟΡΓΑΝΩΣΗ ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑΣ**  *Περιγράφονται αναλυτικά ο τρόπος και μέθοδοι διδασκαλίας.*  *Διαλέξεις, Σεμινάρια, Εργαστηριακή Άσκηση, Άσκηση Πεδίου, Μελέτη & ανάλυση βιβλιογραφίας, Φροντιστήριο, Πρακτική (Τοποθέτηση), Κλινική Άσκηση, Καλλιτεχνικό Εργαστήριο, Διαδραστική διδασκαλία, Εκπαιδευτικές επισκέψεις, Εκπόνηση μελέτης (project), Συγγραφή εργασίας / εργασιών, Καλλιτεχνική δημιουργία, κ.λπ.*  *Αναγράφονται οι ώρες μελέτης του φοιτητή για κάθε μαθησιακή δραστηριότητα καθώς και οι ώρες μη καθοδηγούμενης μελέτης σύμφωνα με τις αρχές του ECTS* | |  |  | | --- | --- | | ***Δραστηριότητα*** | ***Φόρτος Εργασίας Εξαμήνου*** | | |  |  | | --- | --- | | Διαλέξεις | 39 | | Μελέτη και ανάλυση βιβλίων και άρθρων | 82 | | Εκπόνηση μελέτης (project) | 52 | | Εξετάσεις | 2 | | | | Σύνολο Μαθήματος | 175 | |
| **ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ ΦΟΙΤΗΤΩΝ**  *Περιγραφή της διαδικασίας αξιολόγησης*  *Γλώσσα Αξιολόγησης, Μέθοδοι αξιολόγησης, Διαμορφωτική ή Συμπερασματική, Δοκιμασία Πολλαπλής Επιλογής, Ερωτήσεις Σύντομης Απάντησης, Ερωτήσεις Ανάπτυξης Δοκιμίων, Επίλυση Προβλημάτων, Γραπτή Εργασία, Έκθεση / Αναφορά, Προφορική Εξέταση, Δημόσια Παρουσίαση, Εργαστηριακή Εργασία, Κλινική Εξέταση Ασθενούς, Καλλιτεχνική Ερμηνεία, Άλλη / Άλλες*  *Αναφέρονται ρητά προσδιορισμένα κριτήρια αξιολόγησης και εάν και που είναι προσβάσιμα από τους φοιτητές.* | *Περιγραφή διαδικασίας:*  Γραπτές εξετάσεις (70%)Παρουσίαση ερευνητικής εργασίας (30%)  *Μέθοδοι Αξιολόγησης:*  Γραπτή Εξέταση με Ερωτήσεις Σύντομης Απάντησης (Συμπερασματική), Γραπτή Εξέταση με Ερωτήσεις Εκτεταμένης Απάντησης (Συμπερασματική), Δημόσια Παρουσίαση (Συμπερασματική) |

**(5) ΣΥΝΙΣΤΩΜΕΝΗ-ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ**

|  |
| --- |
| *- Προτεινόμενη Βιβλιογραφία:*  Biddle, S. J. H. (1995). European perspectives on exercise and sport psychology. Champaign, IL: Human Kinetics. Buckworth, J., & Dishman, R. K. (2002). Exercise psychology. Champaign, IL: Human Kinetics. Gill, D. (2000). Psychological dynamics of sport and exercise. Champaign, IL: Human Kinetics. Weinberg, R. S., & Gould, D. (1999). Foundations of sport and exercise psychology. Champaign, IL: Human Kinetics. Williams, J. (2001). Applied sport psychology: Personal growth to peak performance. Mountain View, CA: Mayfield. Roberts, G. C. (2001) (Ed.) Advances in motivation in sport and exercise. Champaign, IL: Human Kinetics. Fox, K. R. (1997) (Ed.). The physical self: From motivation to well-being. Champaign, IL: Human Kinetics. Horn, T. S. (2002). Advances in sport psychology (2nd ed.). Champaign, IL: Human Kinetics. Singer, R. N., Hausenblas, H. A., & Janelle, S. M. (2001) (Eds.) Handbook of sport psychology (2nd ed.). New York: Wiley.  *- Επιπρόσθετη βιβλιογραφία για μελέτη:* |

**ΠΕΡΙΓΡΑΜΜΑ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ**

**(1) ΓΕΝΙΚΑ**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **ΣΧΟΛΗ** | Επιστημών Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού | | | | |
| **ΤΜΗΜΑ** | Επιστήμης Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού, με έδρα τις Σέρρες | | | | |
| **ΕΠΙΠΕΔΟ ΣΠΟΥΔΩΝ** | Μεταπτυχιακό | | | | |
| **ΚΩΔΙΚΟΣ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ** | 002 | **ΕΞΑΜΗΝΟ ΣΠΟΥΔΩΝ** | | 1 | |
| **ΤΙΤΛΟΣ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ** | ΠΡΑΚΤΙΚΕΣ ΕΦΑΡΜΟΓΕΣ ΤΗΣ ΕΡΓΟΦΥΣΙΟΛΟΓΙΑΣ-ΕΡΓΟΜΕΤΡΙΑΣ | | | | |
| **ΑΥΤΟΤΕΛΕΙΣ ΔΙΔΑΚΤΙΚΕΣ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ**  *σε περίπτωση που οι πιστωτικές μονάδες απονέμονται σε διακριτά μέρη του μαθήματος π.χ. Διαλέξεις, Εργαστηριακές Ασκήσεις κ.λπ. Αν οι πιστωτικές μονάδες απονέμονται ενιαία για το σύνολο του μαθήματος αναγράψτε τις εβδομαδιαίες ώρες διδασκαλίας και το σύνολο των πιστωτικών μονάδων* | | | **ΕΒΔΟΜΑΔΙΑΙΕΣ ΩΡΕΣ ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑΣ** | | **ΠΙΣΤΩΤΙΚΕΣ ΜΟΝΑΔΕΣ** |
| |  |  |  | | --- | --- | --- | | Διαλέξεις |  |  | | Εργαστηριακή Άσκηση |  |  | | Μελέτη και ανάλυση βιβλίων και άρθρων |  |  | | Συγγραφή εργασίας / εργασιών |  |  | | Εξετάσεις |  |  | | | | | | |
|  | | |  | | 8.0000 |
| **ΤΥΠΟΣ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ**  *γενικού υποβάθρου,  ειδικού υποβάθρου, ειδίκευσης*  *γενικών γνώσεων, ανάπτυξης δεξιοτήτων* | Ειδικού Υποβάθρου / Κορμού | | | | |
| **ΠΡΟΑΠΑΙΤΟΥΜΕΝΑ ΜΑΘΗΜΑΤΑ:** |  | | | | |
| **ΓΛΩΣΣΑ ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑΣ και ΕΞΕΤΑΣΕΩΝ:** | Ελληνικά (Διδασκαλία, Εξέταση) | | | | |
| **ΤΟ ΜΑΘΗΜΑ ΠΡΟΣΦΕΡΕΤΑΙ ΣΕ ΦΟΙΤΗΤΕΣ ERASMUS** |  | | | | |
| **ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΗ ΣΕΛΙΔΑ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ (URL)** | https://qa.auth.gr/class/1/600223774 | | | | |

**(2) ΜΑΘΗΣΙΑΚΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ**

|  |  |
| --- | --- |
| **Μαθησιακά Αποτελέσματα**  *Περιγράφονται τα μαθησιακά αποτελέσματα του μαθήματος οι συγκεκριμένες γνώσεις, δεξιότητες και ικανότητες καταλλήλου επιπέδου που θα αποκτήσουν οι φοιτητές μετά την επιτυχή ολοκλήρωση του μαθήματος.*  *Συμβουλευτείτε το Παράρτημα Α*   * *Περιγραφή του Επιπέδου των Μαθησιακών Αποτελεσμάτων για κάθε ένα κύκλο σπουδών σύμφωνα με το Πλαίσιο Προσόντων του Ευρωπαϊκού Χώρου Ανώτατης Εκπαίδευσης* * *Περιγραφικοί Δείκτες Επιπέδων 6, 7 & 8 του Ευρωπαϊκού Πλαισίου Προσόντων Διά Βίου Μάθησης και το Παράρτημα Β*   *Περιληπτικός Οδηγός συγγραφής Μαθησιακών Αποτελεσμάτων* | |
| Με την επιτυχή ολοκλήρωση του μαθήματος, οι φοιτητές/τριες θα μπορούν να:-κατανοούν τις βιολογικές προσαρμογές που προκαλεί η άσκηση για τη μεγιστοποίηση της ανθρώπινης απόδοσης-αναγνωρίζουν τη συμβολή της μέτρησης και αξιολόγησης στην επίτευξη των συγκεκριμένων εκπαιδευτικών στόχων και σκοπών της φυσικής αγωγής-εφαρμόζουν τις βασικές αρχές της εργοφυσιολογίας και εργομετρίας στον αθλητισμό και στη φυσική αγωγή-περιγράφουν το μηχανισμό του συστήματος μεταφοράς και κατανάλωσης οξυγόνου με την προπόνηση-αναδείξουν την επιστημονική εφαρμογή της άσκησης για τη βελτίωση της υγείας και της σωματικής απόδοσης-σχεδιάζουν προγράμματα άσκησης για το γενικό και ειδικό πληθυσμό και προπονητικά προγράμματα για τους αθλητές με βάση τις αρχές της εργοφυσιολογία  ς | |
| **Γενικές Ικανότητες** | |
| *Λαμβάνοντας υπόψη τις γενικές ικανότητες που πρέπει να έχει αποκτήσει ο πτυχιούχος (όπως αυτές αναγράφονται στο Παράρτημα Διπλώματος και παρατίθενται ακολούθως) σε ποια / ποιες από αυτές αποσκοπεί το μάθημα;.* | |
| *Αναζήτηση, ανάλυση και σύνθεση δεδομένων και πληροφοριών, με τη χρήση και των απαραίτητων τεχνολογιών*  *Προσαρμογή σε νέες καταστάσεις*  *Λήψη αποφάσεων*  *Αυτόνομη εργασία*  *Ομαδική εργασία*  *Εργασία σε διεθνές περιβάλλον*  *Εργασία σε διεπιστημονικό περιβάλλον*  *Παράγωγή νέων ερευνητικών ιδεών* | *Σχεδιασμός και διαχείριση έργων*  *Σεβασμός στη διαφορετικότητα και στην πολυπολιτισμικότητα*  *Σεβασμός στο φυσικό περιβάλλον*  *Επίδειξη κοινωνικής, επαγγελματικής και ηθικής υπευθυνότητας και ευαισθησίας σε θέματα φύλου*  *Άσκηση κριτικής και αυτοκριτικής*  *Προαγωγή της ελεύθερης, δημιουργικής και επαγωγικής σκέψης*  *……*  *Άλλες…*  *…….* |
| Εφαρμογή της γνώσης στην πράξη, Αναζήτηση, ανάλυση και σύνθεση δεδομένων και πληροφοριών, με τη χρήση και των απαραίτητων τεχνολογιών, Προσαρμογή σε νέες καταστάσεις, Αυτόνομη εργασία, Ομαδική εργασία, Εργασία σε διεθνές περιβάλλον, Εργασία σε διεπιστημονικό περιβάλλον, Παραγωγή νέων ερευνητικών ιδεών, Άσκηση κριτικής και αυτοκριτικής, Προαγωγή της ελεύθερης, δημιουργικής και επαγωγικής σκέψης | |

**(3) ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΟ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ**

|  |
| --- |
| •Πηγές ενέργειας – Ενεργειακές φάσεις μυϊκού έργου•Σύστημα μεταφοράς και κατανάλωσης οξυγόνου•Ασκησιογενείς επιδράσεις και προσαρμογές των αναπνευστικών μυών•Ασκησιογενής υποξαιμία. Καμπύλη κορεσμού της αιμοσφαιρίνης.•Μυϊκή σύσπαση – Ηλεκτρομηχανική ζεύξη•Καρδιαγγειακό σύστημα και άσκηση (θεωρία) •Καρδιαγγειακό σύστημα και άσκηση – δοκιμασία κόπωσης (πράξη)•Εργογόνα βοηθήματα•Ελεύθερες ρίζες - Αντιοξειδωτικά•Άσκηση σε ασθενείς με χρόνιες παθήσεις Ι•Άσκηση σε ασθενείς με χρόνιες παθήσεις ΙΙ•Παρουσιάσεις εργασιών•Παρουσιάσεις εργασιών |

**(4) ΔΙΔΑΚΤΙΚΕΣ και ΜΑΘΗΣΙΑΚΕΣ ΜΕΘΟΔΟΙ - ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ**

|  |  |
| --- | --- |
| **ΤΡΟΠΟΣ ΠΑΡΑΔΟΣΗΣ** *Πρόσωπο με πρόσωπο, Εξ αποστάσεως εκπαίδευση κ.λπ.* | Πρόσωπο με πρόσωπο |
| **ΧΡΗΣΗ ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΩΝ ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΑΣ ΚΑΙ ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΩΝ** *Χρήση Τ.Π.Ε. στη Διδασκαλία, στην Εργαστηριακή Εκπαίδευση, στην Επικοινωνία με τους φοιτητές* | Χρήση Τ.Π.Ε. στη Διδασκαλία  *Περιγραφή:* |
| **ΟΡΓΑΝΩΣΗ ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑΣ**  *Περιγράφονται αναλυτικά ο τρόπος και μέθοδοι διδασκαλίας.*  *Διαλέξεις, Σεμινάρια, Εργαστηριακή Άσκηση, Άσκηση Πεδίου, Μελέτη & ανάλυση βιβλιογραφίας, Φροντιστήριο, Πρακτική (Τοποθέτηση), Κλινική Άσκηση, Καλλιτεχνικό Εργαστήριο, Διαδραστική διδασκαλία, Εκπαιδευτικές επισκέψεις, Εκπόνηση μελέτης (project), Συγγραφή εργασίας / εργασιών, Καλλιτεχνική δημιουργία, κ.λπ.*  *Αναγράφονται οι ώρες μελέτης του φοιτητή για κάθε μαθησιακή δραστηριότητα καθώς και οι ώρες μη καθοδηγούμενης μελέτης σύμφωνα με τις αρχές του ECTS* | |  |  | | --- | --- | | ***Δραστηριότητα*** | ***Φόρτος Εργασίας Εξαμήνου*** | | |  |  | | --- | --- | | Διαλέξεις | 36 | | Εργαστηριακή Άσκηση | 3 | | Μελέτη και ανάλυση βιβλίων και άρθρων | 109 | | Συγγραφή εργασίας / εργασιών | 50 | | Εξετάσεις | 2 | | | | Σύνολο Μαθήματος | 200 | |
| **ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ ΦΟΙΤΗΤΩΝ**  *Περιγραφή της διαδικασίας αξιολόγησης*  *Γλώσσα Αξιολόγησης, Μέθοδοι αξιολόγησης, Διαμορφωτική ή Συμπερασματική, Δοκιμασία Πολλαπλής Επιλογής, Ερωτήσεις Σύντομης Απάντησης, Ερωτήσεις Ανάπτυξης Δοκιμίων, Επίλυση Προβλημάτων, Γραπτή Εργασία, Έκθεση / Αναφορά, Προφορική Εξέταση, Δημόσια Παρουσίαση, Εργαστηριακή Εργασία, Κλινική Εξέταση Ασθενούς, Καλλιτεχνική Ερμηνεία, Άλλη / Άλλες*  *Αναφέρονται ρητά προσδιορισμένα κριτήρια αξιολόγησης και εάν και που είναι προσβάσιμα από τους φοιτητές.* | *Περιγραφή διαδικασίας:*  Γραπτές τελικές εξετάσεις (70%)Εκπόνηση γραπτής εργασίας (15%)Παρουσίαση εργασίας (15%)  *Μέθοδοι Αξιολόγησης:*  Γραπτή Εξέταση με Ερωτήσεις Πολλαπλής Επιλογής (Διαμορφωτική,Συμπερασματική), Γραπτή Εξέταση με Ερωτήσεις Σύντομης Απάντησης (Διαμορφωτική,Συμπερασματική), Γραπτή Εργασία (Διαμορφωτική,Συμπερασματική), Δημόσια Παρουσίαση (Διαμορφωτική,Συμπερασματική) |

**(5) ΣΥΝΙΣΤΩΜΕΝΗ-ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ**

|  |
| --- |
| *- Προτεινόμενη Βιβλιογραφία:*  Κλεισούρας. Εργοφυσιολογία I, II. Ιατρικές εκδόσεις Πασχαλίδης. 2005  *- Επιπρόσθετη βιβλιογραφία για μελέτη:*  Σημειώσεις. Μελέτη και ανάλυση σχετικών άρθρων. |

**ΠΕΡΙΓΡΑΜΜΑ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ**

**(1) ΓΕΝΙΚΑ**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **ΣΧΟΛΗ** | Επιστημών Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού | | | | |
| **ΤΜΗΜΑ** | Επιστήμης Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού, με έδρα τις Σέρρες | | | | |
| **ΕΠΙΠΕΔΟ ΣΠΟΥΔΩΝ** | Μεταπτυχιακό | | | | |
| **ΚΩΔΙΚΟΣ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ** | 003 | **ΕΞΑΜΗΝΟ ΣΠΟΥΔΩΝ** | | 1 | |
| **ΤΙΤΛΟΣ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ** | ΣΤΑΤΙΣΤΙΚΗ | | | | |
| **ΑΥΤΟΤΕΛΕΙΣ ΔΙΔΑΚΤΙΚΕΣ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ**  *σε περίπτωση που οι πιστωτικές μονάδες απονέμονται σε διακριτά μέρη του μαθήματος π.χ. Διαλέξεις, Εργαστηριακές Ασκήσεις κ.λπ. Αν οι πιστωτικές μονάδες απονέμονται ενιαία για το σύνολο του μαθήματος αναγράψτε τις εβδομαδιαίες ώρες διδασκαλίας και το σύνολο των πιστωτικών μονάδων* | | | **ΕΒΔΟΜΑΔΙΑΙΕΣ ΩΡΕΣ ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑΣ** | | **ΠΙΣΤΩΤΙΚΕΣ ΜΟΝΑΔΕΣ** |
| |  |  |  | | --- | --- | --- | | Διαλέξεις  Εργαστηριακή Άσκηση |  |  | | Μελέτη και ανάλυση βιβλίων και άρθρων |  |  | | Εξετάσεις |  |  | | Άλλο / Άλλα |  |  | | | | | | |
|  | | |  | | 7.0000 |
| **ΤΥΠΟΣ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ**  *γενικού υποβάθρου,  ειδικού υποβάθρου, ειδίκευσης*  *γενικών γνώσεων, ανάπτυξης δεξιοτήτων* | Ειδικού Υποβάθρου / Κορμού | | | | |
| **ΠΡΟΑΠΑΙΤΟΥΜΕΝΑ ΜΑΘΗΜΑΤΑ:** |  | | | | |
| **ΓΛΩΣΣΑ ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑΣ και ΕΞΕΤΑΣΕΩΝ:** | Ελληνικά (Διδασκαλία,Εξέταση) | | | | |
| **ΤΟ ΜΑΘΗΜΑ ΠΡΟΣΦΕΡΕΤΑΙ ΣΕ ΦΟΙΤΗΤΕΣ ERASMUS** |  | | | | |
| **ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΗ ΣΕΛΙΔΑ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ (URL)** | <https://qa.auth.gr/class/1/600223775> | | | | |

**(2) ΜΑΘΗΣΙΑΚΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ**

|  |  |
| --- | --- |
| **Μαθησιακά Αποτελέσματα**  *Περιγράφονται τα μαθησιακά αποτελέσματα του μαθήματος οι συγκεκριμένες γνώσεις, δεξιότητες και ικανότητες καταλλήλου επιπέδου που θα αποκτήσουν οι φοιτητές μετά την επιτυχή ολοκλήρωση του μαθήματος.*  *Συμβουλευτείτε το Παράρτημα Α*   * *Περιγραφή του Επιπέδου των Μαθησιακών Αποτελεσμάτων για κάθε ένα κύκλο σπουδών σύμφωνα με το Πλαίσιο Προσόντων του Ευρωπαϊκού Χώρου Ανώτατης Εκπαίδευσης* * *Περιγραφικοί Δείκτες Επιπέδων 6, 7 & 8 του Ευρωπαϊκού Πλαισίου Προσόντων Διά Βίου Μάθησης και το Παράρτημα Β*   *Περιληπτικός Οδηγός συγγραφής Μαθησιακών Αποτελεσμάτων* | |
| Οι φοιτητές αναμένεται ότι στα πλαίσια του μαθήματος: • Θα είναι σε θέση να οργανώσουν και συνοψίσουν τα δεδομένα αριθμητικά και με γραφικές παραστάσεις (κατηγορίες δεδομένων/μεταβλητών, κλίμακες μέτρησης, ιστογράμματα, πίνακες, δείκτες κεντρικής τάσεις και διασποράς, περιγραφή κατανομής συχνοτήτων, τύποι κατανομών)• Θα επιδείξουν την ικανότητα να εξετάσουν τη σχέση μεταξύ ποσοτικών δεδομένων (κατεύθυνση και δύναμη συσχέτισης, διαφορές σχέσης και αιτίας, ευθύγραμμη παλινδρόμηση)• Θα κατανοήσουν τη σύνδεση της πιθανότητας με την επαγωγική στατιστική (ερευνητικές και μηδενικές υποθέσεις, έλεγχος και ερμηνεία της μηδενικής υπόθεσης)• Θα αναγνωρίζουν πότε θα χρησιμοποιούν τα παραμετρικά και τα μη παραμετρικά στατιστικά τεστ και πιο στατιστικό τεστ θα χρησιμοποιήσουν για τα ποσοτικά και ποιοτικά δεδομένα για να εξετάσουν τη σχέση μεταξύ δύο και περισσοτέρων μεταβλητών, τη δημιουργία απλής και πολλαπλής εξίσωσης παλινδρόμησης, σύγκρισης δύο δειγμάτων, σύγκρισης τριών και περισσοτέρων δειγμάτων με έναν και δύο παράγοντες, post-hoc συγκρίσεις) • Θα εξασκηθούν στις στατιστικές αναλύσεις με χρήση λογισμικών και ερμηνεία των αποτελεσμάτων (περιγραφική στατιστική, συσχέτιση, παλινδρόμηση, σύγκριση δύο και περισσοτέρων δειγμάτων με παραμετρικά και μη-παραμετρικά τεστ).• Θα κατανοήσουν τις θεμελιώδεις αρχές και θα εξασκηθούν στην ανάλυση και την ερμηνεία ποιοτικών δεδομένων• Θα εφαρμόσουν τις γνώσεις που απέκτησαν στις εργασίες που εκπονούν (π.χ. μεταπτυχιακή/διδακτορική διατριβή). | |
| **Γενικές Ικανότητες** | |
| *Λαμβάνοντας υπόψη τις γενικές ικανότητες που πρέπει να έχει αποκτήσει ο πτυχιούχος (όπως αυτές αναγράφονται στο Παράρτημα Διπλώματος και παρατίθενται ακολούθως) σε ποια / ποιες από αυτές αποσκοπεί το μάθημα;.* | |
| *Αναζήτηση, ανάλυση και σύνθεση δεδομένων και πληροφοριών, με τη χρήση και των απαραίτητων τεχνολογιών*  *Προσαρμογή σε νέες καταστάσεις*  *Λήψη αποφάσεων*  *Αυτόνομη εργασία*  *Ομαδική εργασία*  *Εργασία σε διεθνές περιβάλλον*  *Εργασία σε διεπιστημονικό περιβάλλον*  *Παράγωγή νέων ερευνητικών ιδεών* | *Σχεδιασμός και διαχείριση έργων*  *Σεβασμός στη διαφορετικότητα και στην πολυπολιτισμικότητα*  *Σεβασμός στο φυσικό περιβάλλον*  *Επίδειξη κοινωνικής, επαγγελματικής και ηθικής υπευθυνότητας και ευαισθησίας σε θέματα φύλου*  *Άσκηση κριτικής και αυτοκριτικής*  *Προαγωγή της ελεύθερης, δημιουργικής και επαγωγικής σκέψης*  *……*  *Άλλες…*  *…….* |
| Εφαρμογή της γνώσης στην πράξη, Αναζήτηση, ανάλυση και σύνθεση δεδομένων και πληροφοριών, με τη χρήση και των απαραίτητων τεχνολογιών, Προσαρμογή σε νέες καταστάσεις, Λήψη αποφάσεων, Αυτόνομη εργασία, Σχεδιασμός και διαχείριση έργων, Επίδειξη κοινωνικής, επαγγελματικής και ηθικής υπευθυνότητας και ευαισθησίας σε θέματα φύλου, Άσκηση κριτικής και αυτοκριτικής, Προαγωγή της ελεύθερης, δημιουργικής και επαγωγικής σκέψης | |

**(3) ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΟ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ**

|  |
| --- |
| - Εισαγωγή στη Στατιστική, Εισαγωγή στην ερευνητική διαδικασία- Βασικές στατιστικές έννοιες, - Στατιστικοί δείκτες κεντρικής τάσης και διασποράς, Κανονική κατανομή, Εισαγωγή στο SPSS, - Έλεγχος υποθέσεων, Τύποι σφαλμάτων, Στατιστική ισχύς, Επίπεδο σημαντικότητας, Κρίσιμη τιμή, Τυπική κανονική κατανομή, SPSS βασικές λειτουργίες, - Παραμετρικά τεστ/Σύγκριση 2 ομάδων: Ανεξάρτητα δείγματα - Παραμετρικά τεστ/Σύγκριση 2 ομάδων: Εξαρτημένα δείγματα - Παραμετρικά τεστ/Σύγκριση > 2 ομάδων: Ανάλυση διακύμανσης μονής κατεύθυνσης για ανεξάρτητα δείγματα (Οne-WAY ANOVA)- Παραμετρικά τεστ/Σύγκριση > 2 ομάδων: Ανάλυση διακύμανσης μονής κατεύθυνσης για εξαρτημένα δείγματα (Οne-WAY ANOVA)- Ανάλυση διακύμανσης διπλής κατεύθυνσης (TWO-WAY ANOVA) - Μη Παραμετρικά τεστ/Σύγκριση 2 ομάδων: Εξαρτημένα και Ανεξάρτητα δείγματα - Συσχέτιση - Παλινδρόμηση - Κοινωνική Έρευνα |

**(4) ΔΙΔΑΚΤΙΚΕΣ και ΜΑΘΗΣΙΑΚΕΣ ΜΕΘΟΔΟΙ – ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ**

|  |  |
| --- | --- |
| **ΤΡΟΠΟΣ ΠΑΡΑΔΟΣΗΣ** *Πρόσωπο με πρόσωπο, Εξ αποστάσεως εκπαίδευση κ.λπ.* | Πρόσωπο με πρόσωπο |
| **ΧΡΗΣΗ ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΩΝ ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΑΣ ΚΑΙ ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΩΝ** *Χρήση Τ.Π.Ε. στη Διδασκαλία, στην Εργαστηριακή Εκπαίδευση, στην Επικοινωνία με τους φοιτητές* | Χρήση Τ.Π.Ε. στη Διδασκαλία, Χρήση Τ.Π.Ε. στην Εργαστηριακή Εκπαίδευση, Χρήση Τ.Π.Ε. στην Επικοινωνία με τους φοιτητές  *Περιγραφή:* |
| **ΟΡΓΑΝΩΣΗ ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑΣ**  *Περιγράφονται αναλυτικά ο τρόπος και μέθοδοι διδασκαλίας.*  *Διαλέξεις, Σεμινάρια, Εργαστηριακή Άσκηση, Άσκηση Πεδίου, Μελέτη & ανάλυση βιβλιογραφίας, Φροντιστήριο, Πρακτική (Τοποθέτηση), Κλινική Άσκηση, Καλλιτεχνικό Εργαστήριο, Διαδραστική διδασκαλία, Εκπαιδευτικές επισκέψεις, Εκπόνηση μελέτης (project), Συγγραφή εργασίας / εργασιών, Καλλιτεχνική δημιουργία, κ.λπ.*  *Αναγράφονται οι ώρες μελέτης του φοιτητή για κάθε μαθησιακή δραστηριότητα καθώς και οι ώρες μη καθοδηγούμενης μελέτης σύμφωνα με τις αρχές του ECTS* | |  |  | | --- | --- | | ***Δραστηριότητα*** | ***Φόρτος Εργασίας Εξαμήνου*** | | |  |  | | --- | --- | | Διαλέξεις | 39 | | Μελέτη και ανάλυση βιβλίων και άρθρων | 84 | | Εξετάσεις | 2 | | Άλλο / Άλλα | 50 | | | | Σύνολο Μαθήματος | 175 | |
| **ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ ΦΟΙΤΗΤΩΝ**  *Περιγραφή της διαδικασίας αξιολόγησης*  *Γλώσσα Αξιολόγησης, Μέθοδοι αξιολόγησης, Διαμορφωτική ή Συμπερασματική, Δοκιμασία Πολλαπλής Επιλογής, Ερωτήσεις Σύντομης Απάντησης, Ερωτήσεις Ανάπτυξης Δοκιμίων, Επίλυση Προβλημάτων, Γραπτή Εργασία, Έκθεση / Αναφορά, Προφορική Εξέταση, Δημόσια Παρουσίαση, Εργαστηριακή Εργασία, Κλινική Εξέταση Ασθενούς, Καλλιτεχνική Ερμηνεία, Άλλη / Άλλες*  *Αναφέρονται ρητά προσδιορισμένα κριτήρια αξιολόγησης και εάν και που είναι προσβάσιμα από τους φοιτητές.* | *Περιγραφή διαδικασίας:*  Με γραπτές εξετάσεις στο τέλος του εξαμήνου  *Μέθοδοι Αξιολόγησης:*  Γραπτή Εξέταση με Ερωτήσεις Πολλαπλής Επιλογής (Διαμορφωτική,Συμπερασματική), Γραπτή Εξέταση με Ερωτήσεις Σύντομης Απάντησης (Διαμορφωτική,Συμπερασματική) |

**(5) ΣΥΝΙΣΤΩΜΕΝΗ-ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ**

|  |
| --- |
| *- Προτεινόμενη Βιβλιογραφία:*  1. Εφαρμογές της Στατιστικής στις Επιστήμες του Αθλητισμού και της Φυσικής Αγωγής με τη χρήση του SPSS 18, Παπαϊωάννου Αθανάσιος - Ζουρμπάνος Νικόλαος, Εκδόσεις: ΔΙΣΙΓΜΑ 2014.2. Στατιστικές Εφαρμογές Στην Αθλητική Επιστήμη με Παραδείγματα στο SPSS, Βαγενάς Κ. Γεώργιος, Εκδόσεις: ΤΖΙΟΛΑ 2019.  *- Επιπρόσθετη βιβλιογραφία για μελέτη:* |

**ΠΕΡΙΓΡΑΜΜΑ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ**

1. **ΓΕΝΙΚΑ**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **ΣΧΟΛΗ** | Επιστημών Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού | | | | |
| **ΤΜΗΜΑ** | Επιστήμης Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού, με έδρα τις Σέρρες | | | | |
| **ΕΠΙΠΕΔΟ ΣΠΟΥΔΩΝ** | Μεταπτυχιακό | | | | |
| **ΚΩΔΙΚΟΣ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ** | 004 | **ΕΞΑΜΗΝΟ ΣΠΟΥΔΩΝ** | | 1 | |
| **ΤΙΤΛΟΣ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ** | ΝΕΥΡΟΜΥΪΚΕΣ ΠΡΟΣΑΡΜΟΓΕΣ ΚΑΙ ΕΛΕΓΧΟΣ ΤΗΣ ΠΡΟΠΟΝΗΣΗΣ | | | | |
| **ΑΥΤΟΤΕΛΕΙΣ ΔΙΔΑΚΤΙΚΕΣ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ**  *σε περίπτωση που οι πιστωτικές μονάδες απονέμονται σε διακριτά μέρη του μαθήματος π.χ. Διαλέξεις, Εργαστηριακές Ασκήσεις κ.λπ. Αν οι πιστωτικές μονάδες απονέμονται ενιαία για το σύνολο του μαθήματος αναγράψτε τις εβδομαδιαίες ώρες διδασκαλίας και το σύνολο των πιστωτικών μονάδων* | | | **ΕΒΔΟΜΑΔΙΑΙΕΣ ΩΡΕΣ ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑΣ** | | **ΠΙΣΤΩΤΙΚΕΣ ΜΟΝΑΔΕΣ** |
| |  |  |  | | --- | --- | --- | | Διαλέξεις |  |  | | Μελέτη και ανάλυση βιβλίων και άρθρων |  |  | | Συγγραφή εργασίας / εργασιών |  |  | | Εξετάσεις |  |  | | | | | | |
|  | | |  | | 8.0000 |
| **ΤΥΠΟΣ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ**  *γενικού υποβάθρου,  ειδικού υποβάθρου, ειδίκευσης*  *γενικών γνώσεων, ανάπτυξης δεξιοτήτων* | Εμβάθυνσης / Εμπέδωσης Γνώσεων | | | | |
| **ΠΡΟΑΠΑΙΤΟΥΜΕΝΑ ΜΑΘΗΜΑΤΑ:** |  | | | | |
| **ΓΛΩΣΣΑ ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑΣ και ΕΞΕΤΑΣΕΩΝ:** | Ελληνικά (Διδασκαλία,Εξέταση), Αγγλικά (Διδασκαλία,Εξέταση), Γαλλικά (Διδασκαλία,Εξέταση), Ιταλικά (Διδασκαλία,Εξέταση) | | | | |
| **ΤΟ ΜΑΘΗΜΑ ΠΡΟΣΦΕΡΕΤΑΙ ΣΕ ΦΟΙΤΗΤΕΣ ERASMUS** | Ναι | | | | |
| **ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΗ ΣΕΛΙΔΑ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ (URL)** | https://qa.auth.gr/class/1/600223776 | | | | |

**(2) ΜΑΘΗΣΙΑΚΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ**

|  |  |
| --- | --- |
| **Μαθησιακά Αποτελέσματα**  *Περιγράφονται τα μαθησιακά αποτελέσματα του μαθήματος οι συγκεκριμένες γνώσεις, δεξιότητες και ικανότητες καταλλήλου επιπέδου που θα αποκτήσουν οι φοιτητές μετά την επιτυχή ολοκλήρωση του μαθήματος.*  *Συμβουλευτείτε το Παράρτημα Α*   * *Περιγραφή του Επιπέδου των Μαθησιακών Αποτελεσμάτων για κάθε ένα κύκλο σπουδών σύμφωνα με το Πλαίσιο Προσόντων του Ευρωπαϊκού Χώρου Ανώτατης Εκπαίδευσης* * *Περιγραφικοί Δείκτες Επιπέδων 6, 7 & 8 του Ευρωπαϊκού Πλαισίου Προσόντων Διά Βίου Μάθησης και το Παράρτημα Β*   *Περιληπτικός Οδηγός συγγραφής Μαθησιακών Αποτελεσμάτων* | |
| Με την επιτυχή ολοκλήρωση του μαθήματος ο φοιτητής θα είναι σε θέση: 1.Να κατανοήσει τη δομή και λειτουργία του νευρικού και μυϊκού συστήματος 2.Να εντοπίζει κεντρικές και περιφερικές προσαρμογές μετά από παρέμβαση άσκησης (π.χ. προπονητική μονάδα, μακροχρόνια προπόνηση κλπ). 3.Να κατανοεί τις ιδιαιτερότητες των διαφόρων ηλικιών (παιδική ηλικία, ηλικιωμένοι). 4.Να χρησιμοποιεί τις μεθόδους για την αξιολόγηση της λειτουργίας του νευρομυϊκού συστημάτος. 5.Να σχεδιάζει κατάλληλα πρωτόκολλα και να εφαρμόζει αυτές τις μεθόδους, π.x. να καταγράφει επεξεργάζεται και να παρουσιάζει ηλεκτρομυογραφικά δεδομένα. 6.Να παρουσιάζει μεθόδους και ερευνητικά ευρήματα σε μορφή poster-teaser διάρκειας 2 λεπτών. | |
| **Γενικές Ικανότητες** | |
| *Λαμβάνοντας υπόψη τις γενικές ικανότητες που πρέπει να έχει αποκτήσει ο πτυχιούχος (όπως αυτές αναγράφονται στο Παράρτημα Διπλώματος και παρατίθενται ακολούθως) σε ποια / ποιες από αυτές αποσκοπεί το μάθημα;.* | |
| *Αναζήτηση, ανάλυση και σύνθεση δεδομένων και πληροφοριών, με τη χρήση και των απαραίτητων τεχνολογιών*  *Προσαρμογή σε νέες καταστάσεις*  *Λήψη αποφάσεων*  *Αυτόνομη εργασία*  *Ομαδική εργασία*  *Εργασία σε διεθνές περιβάλλον*  *Εργασία σε διεπιστημονικό περιβάλλον*  *Παράγωγή νέων ερευνητικών ιδεών* | *Σχεδιασμός και διαχείριση έργων*  *Σεβασμός στη διαφορετικότητα και στην πολυπολιτισμικότητα*  *Σεβασμός στο φυσικό περιβάλλον*  *Επίδειξη κοινωνικής, επαγγελματικής και ηθικής υπευθυνότητας και ευαισθησίας σε θέματα φύλου*  *Άσκηση κριτικής και αυτοκριτικής*  *Προαγωγή της ελεύθερης, δημιουργικής και επαγωγικής σκέψης*  *……*  *Άλλες…*  *…….* |
| Αναζήτηση, ανάλυση και σύνθεση δεδομένων και πληροφοριών, με τη χρήση και των απαραίτητων τεχνολογιών, Λήψη αποφάσεων, Ομαδική εργασία, Εργασία σε διεπιστημονικό περιβάλλον, Παραγωγή νέων ερευνητικών ιδεών, Σχεδιασμός και διαχείριση έργων, Άσκηση κριτικής και αυτοκριτικής, Προαγωγή της ελεύθερης, δημιουργικής και επαγωγικής σκέψης | |

**(3) ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΟ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ**

|  |
| --- |
| 1. Βασικές αρχές της μυϊκής μηχανικής.Σκοπός: Υπενθύμιση βασικών γνώσεων νευροανατομίας και μυϊκής μηχανικής.Περιεχόμενα: Δομή κινητικής μονάδας. Ταξινόμηση ανάλογη των χαρακτηριστικών τους. Στρατολόγηση κινητικών μονάδων και η αρχή του Henneman. Τύποι μυϊκής λειτουργίας. Ταχοδυναμική και μηκοδυναμική σχέση του μυός. 2. Νευρομηχανική βάση της κινησιολογίας. Σκοπός: Ανάλυση του ρόλου του κινητικού νευρώνα και των αισθητικών υποδοχέων.Περιεχόμενα: Οι α-κινητικοί νευρώνες. Η μυϊκή άτρακτος, τα τενόντια όργανα Golgi και οι αισθητικοί - αρθρικοί υποδοχείς. Ποιός “διαβάζει” μήκος και ποιός παραγόμενη μυϊκή τάση .3. Μηχανισμός της μυϊκής λειτουργίας.Σκοπός: Λεπτομερής ανάλυση και περιγραφή της χημικής διεργασίας της Διέγερσης και του μηχανικού αποτελέσματος της Συστολής.Περιεχόμενα: Ο ρόλος του ασβεστίου. Η διολίσθηση των μυονηματίων. Η διεγερσιμότητα της κυτταρικής μεμβράνης και από τι εξαρτάται. Η νευρομυϊκή σύναψη. 4. Μυϊκή ενεργοποίηση – Ηλεκτρομυογράφημα.Σκοπός: Αναλυτική περιγραφή της μυϊκής ενεργοποίησης και παράθεση των παραγόντων που την επηρεάζουν.Περιεχόμενα: Καταγραφή ηλεκτρικού σήματος με ηλεκτρόδια επιφανείας και εν τω βάθει. Ανάλυση και επεξεργασία σήματος. Σχέση του ΗΜΓ με την παραγόμενη τάση 5. Μυϊκή μοντελοποίηση και ελαστική ενέργειαΣκοπός: Εξοικείωση και πρώτη επαφή με τα μυϊκά μοντέλαΠεριεχόμενα: Το μοντέλο των 3 συνιστωσών. Συσταλτή συνιστώσα, Ελαστική Συνιστώσα σε Σειρά, Ελαστική Παράλληλη Συνιστώσα. Αποθήκευση και επαναχρησιμοποίηση της ελαστικής ενέργειας. 6. Μυϊκή σκληρότητα, διατάσεις και σταθερή εφαρμογή δύναμηςΣκοπός: Μέτρηση σκληρότητας, επιπτώσεις διατάσεων και προπόνηση σταθερότηταςΠεριεχόμενα: Αύξηση σκληρότητας του μυοτενόντιου συμπλέγματος μετά από πλειομετρική προπόνηση. Οι συνέπειες των παθητικών διατάσεων. Η ισομετρική σταθερότητα, η δυανμική ακρίβεια και η ευστοχία της αθλητικής κίνησης. 7. Αρχιτεκτονική μυϊκής ίναςΣκοπός: Ανάλυση της μηχανικής απόδοσης σε σχέση με τη γωνία κατάφυσης της μυϊκής ίνας. Περιεχόμενα: Γωνία κατάφυσης γρήγορων και αργών μυϊκών ινών. Υπέρηχοι και ο εντοπισμός κατάφυσης της μυΪκής ίνας. Οι επιπτώσεις της προπόνησης στη γωνία κατάφυσης. 8. Συνενεργοποίηση των ανταγωνιστών και ο μηχανισμός ρύθμισης της μυϊκής τάσηςΣκοπός: Κατανόηση της λειτουργίας των κινητικών νευρώνων αγωνιστών και ανταγωνιστών κατά τη διάρκεια μέγιστης και υπομέγιστης μυϊκής λειτουργίας.Περιεχόμενα: Ο ρόλος των τενόντιων οργάνων Golgi και της μυϊκής ατράκτου στον έλεγχο της μυϊκής ακεραιότητας και της προστασίας της άρθρωσης. 9. Νωτιαία αντανακλαστικάΣκοπός: Εκμάθηση των κεντρομόλων οδών των αντανακλαστικών και των συνεπειών στη μυϊκή δραστηριοποίηση.Περιεχόμενα: H-reflex και Μ-κύμα. Η αντανακλαστικότητα προπονημένων και απροπόνητων. Ανατροφοδότηση από τους κιναισθητικούς υποδοχείς. 10. ΚόπωσηΣκοπός: Ανάλυση του φαινομένου της κεντρικής και της περιφερικής κόπωσης και αξιολόγηση δεικτών. Περιεχόμενα: Αλλαγές στο ΗΜΓ κατά τη διάρκεια της κόπωσης. Νευρομυϊκοί διαβιβαστές. Η έννοια της υπερκόπωσης. 11. Στατική και δυναμική ισορροπία Σκοπός: Ανάλυση της όρθιας στάσης και του βαδίσματος. Παράμετροι που επηρεάζουν την ισορροπία.Περιεχόμενα: Όρθια στάση. Στρατηγικές ισορροπίας. Ρυθμός ανάπτυξης δύναμης. Ο ρόλος της κιναίσθησης. 12. Γήρανση και νευρομυϊκές προσαρμογέςΣκοπός: Καταγραφή των επιπτώσεων της προπόνησης σε ηλικιωμένα άτομα. Περιεχόμενα: Προπόνηση δύναμης και νευρικές προσαρμογές. Σταθερότητα και τρέμουλο. Η εξάλειψη κινητικών μονάδων και οι επιπτώσεις στη σταθερότητα της κίνησης. 13. Νευρομυϊκή ηλεκτροδιέγερσηΣκοπός: Ακούσια μυϊκή λειτουργία και συστολή με ηλεκτροδιεγέρτη.Περιεχόμενα: Η αντιστροφή της αρχής στρατολόγησης των κινητικών μονάδων. Μονοαρθρική ισομετρική προπόνηση δύναμης με νευρομυϊκή ηλεκτροδιέγερση. |

**(4) ΔΙΔΑΚΤΙΚΕΣ και ΜΑΘΗΣΙΑΚΕΣ ΜΕΘΟΔΟΙ - ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ**

|  |  |
| --- | --- |
| **ΤΡΟΠΟΣ ΠΑΡΑΔΟΣΗΣ** *Πρόσωπο με πρόσωπο, Εξ αποστάσεως εκπαίδευση κ.λπ.* | Πρόσωπο με πρόσωπο |
| **ΧΡΗΣΗ ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΩΝ ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΑΣ ΚΑΙ ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΩΝ** *Χρήση Τ.Π.Ε. στη Διδασκαλία, στην Εργαστηριακή Εκπαίδευση, στην Επικοινωνία με τους φοιτητές* | Χρήση Τ.Π.Ε. στη Διδασκαλία, Χρήση Τ.Π.Ε. στην Επικοινωνία με τους φοιτητές  *Περιγραφή:* |
| **ΟΡΓΑΝΩΣΗ ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑΣ**  *Περιγράφονται αναλυτικά ο τρόπος και μέθοδοι διδασκαλίας.*  *Διαλέξεις, Σεμινάρια, Εργαστηριακή Άσκηση, Άσκηση Πεδίου, Μελέτη & ανάλυση βιβλιογραφίας, Φροντιστήριο, Πρακτική (Τοποθέτηση), Κλινική Άσκηση, Καλλιτεχνικό Εργαστήριο, Διαδραστική διδασκαλία, Εκπαιδευτικές επισκέψεις, Εκπόνηση μελέτης (project), Συγγραφή εργασίας / εργασιών, Καλλιτεχνική δημιουργία, κ.λπ.*  *Αναγράφονται οι ώρες μελέτης του φοιτητή για κάθε μαθησιακή δραστηριότητα καθώς και οι ώρες μη καθοδηγούμενης μελέτης σύμφωνα με τις αρχές του ECTS* | |  |  | | --- | --- | | ***Δραστηριότητα*** | ***Φόρτος Εργασίας Εξαμήνου*** | | |  |  | | --- | --- | | Διαλέξεις | 39 | | Μελέτη και ανάλυση βιβλίων και άρθρων | 84 | | Συγγραφή εργασίας / εργασιών | 75 | | Εξετάσεις | 2 | | | | Σύνολο Μαθήματος | 200 | |
| **ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ ΦΟΙΤΗΤΩΝ**  *Περιγραφή της διαδικασίας αξιολόγησης*  *Γλώσσα Αξιολόγησης, Μέθοδοι αξιολόγησης, Διαμορφωτική ή Συμπερασματική, Δοκιμασία Πολλαπλής Επιλογής, Ερωτήσεις Σύντομης Απάντησης, Ερωτήσεις Ανάπτυξης Δοκιμίων, Επίλυση Προβλημάτων, Γραπτή Εργασία, Έκθεση / Αναφορά, Προφορική Εξέταση, Δημόσια Παρουσίαση, Εργαστηριακή Εργασία, Κλινική Εξέταση Ασθενούς, Καλλιτεχνική Ερμηνεία, Άλλη / Άλλες*  *Αναφέρονται ρητά προσδιορισμένα κριτήρια αξιολόγησης και εάν και που είναι προσβάσιμα από τους φοιτητές.* | *Περιγραφή διαδικασίας:*  Α. Γραπτή τελική εξέταση που περιλαμβάνει (60%): 1. δοκιμασία πολλαπλής επιλογής, 2. ερωτήσεις σύντομης απάντησης3. ερωτήσεις ανάπτυξηςΒ. Εκπόνηση και παρουσίαση ομαδικής εργασίας: 25%Γ. Ατομικά κουίζ: 15% (3)  *Μέθοδοι Αξιολόγησης:*  Γραπτή Εξέταση με Ερωτήσεις Πολλαπλής Επιλογής (Συμπερασματική), Γραπτή Εξέταση με Ερωτήσεις Σύντομης Απάντησης (Συμπερασματική), Γραπτή Εξέταση με Ερωτήσεις Εκτεταμένης Απάντησης (Συμπερασματική), Προφορική Εξέταση (Συμπερασματική), Δημόσια Παρουσίαση (Συμπερασματική) |

**(5) ΣΥΝΙΣΤΩΜΕΝΗ-ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ**

|  |
| --- |
| *- Προτεινόμενη Βιβλιογραφία:*  *- Επιπρόσθετη βιβλιογραφία για μελέτη:*  1. Principles of neural sciences, KANDEL ER, SCHWARTZ JH, JESSELL TM (μετάφραση Νευροεπιστήμη και συμπεριφορά, 2008), Εκδόσεις Πανεπιστήμιο Κρήτης.2. Η Νευρομηχανικής της ανθρώπινης κίνησης, Roger M Enoka, μετάφραση - επιστημονική επιμέλεια: Αγγελούσης, Αμοιρίδης, Μπογδάνης, Τσιόκανος, Χατζητάκη3. Brunnstrom's κλινική κινησιολογία, L. SMITH, E. W. LEHMKUHL4. Μύες, νεύρα και κίνηση, Β. TYLDESLEY-Συναφή επιστημονικά περιοδικά: 1. Journal of Applied Physiology2. European Journal of Applied Physiology3. Journal of Neurophysiology 4. Journal of Electromyography and Kinesiology5. Journal of Biomechanics. |

# Εξάμηνο Β

**ΠΕΡΙΓΡΑΜΜΑ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ**

**(1) ΓΕΝΙΚΑ**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **ΣΧΟΛΗ** | Επιστημών Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού | | | | |
| **ΤΜΗΜΑ** | Επιστήμης Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού, με έδρα τις Σέρρες | | | | |
| **ΕΠΙΠΕΔΟ ΣΠΟΥΔΩΝ** | Μεταπτυχιακό | | | | |
| **ΚΩΔΙΚΟΣ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ** | 005 | **ΕΞΑΜΗΝΟ ΣΠΟΥΔΩΝ** | | 2 | |
| **ΤΙΤΛΟΣ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ** | ΠΡΑΚΤΙΚΕΣ ΕΦΑΡΜΟΓΕΣ ΤΗΣ ΑΘΛΗΤΙΚΗΣ ΒΙΟΜΗΧΑΝΙΚΗΣ | | | | |
| **ΑΥΤΟΤΕΛΕΙΣ ΔΙΔΑΚΤΙΚΕΣ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ**  *σε περίπτωση που οι πιστωτικές μονάδες απονέμονται σε διακριτά μέρη του μαθήματος π.χ. Διαλέξεις, Εργαστηριακές Ασκήσεις κ.λπ. Αν οι πιστωτικές μονάδες απονέμονται ενιαία για το σύνολο του μαθήματος αναγράψτε τις εβδομαδιαίες ώρες διδασκαλίας και το σύνολο των πιστωτικών μονάδων* | | | **ΕΒΔΟΜΑΔΙΑΙΕΣ ΩΡΕΣ ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑΣ** | | **ΠΙΣΤΩΤΙΚΕΣ ΜΟΝΑΔΕΣ** |
| |  |  |  | | --- | --- | --- | | Σεμινάρια |  |  | | Εργαστηριακή Άσκηση |  |  | | Μελέτη και ανάλυση βιβλίων και άρθρων |  |  | | Εκπόνηση μελέτης (project) |  |  | | Συγγραφή εργασίας / εργασιών |  |  | | | | | | |
|  | | |  | | 5.0000 |
| **ΤΥΠΟΣ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ**  *γενικού υποβάθρου,  ειδικού υποβάθρου, ειδίκευσης*  *γενικών γνώσεων, ανάπτυξης δεξιοτήτων* | Ειδικού Υποβάθρου / Κορμού | | | | |
| **ΠΡΟΑΠΑΙΤΟΥΜΕΝΑ ΜΑΘΗΜΑΤΑ:** |  | | | | |
| **ΓΛΩΣΣΑ ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑΣ και ΕΞΕΤΑΣΕΩΝ:** | Ελληνικά (Διδασκαλία,Εξέταση) | | | | |
| **ΤΟ ΜΑΘΗΜΑ ΠΡΟΣΦΕΡΕΤΑΙ ΣΕ ΦΟΙΤΗΤΕΣ ERASMUS** |  | | | | |
| **ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΗ ΣΕΛΙΔΑ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ (URL)** | https://qa.auth.gr/class/1/600228350 | | | | |

**(2) ΜΑΘΗΣΙΑΚΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ**

|  |  |
| --- | --- |
| **Μαθησιακά Αποτελέσματα**  *Περιγράφονται τα μαθησιακά αποτελέσματα του μαθήματος οι συγκεκριμένες γνώσεις, δεξιότητες και ικανότητες καταλλήλου επιπέδου που θα αποκτήσουν οι φοιτητές μετά την επιτυχή ολοκλήρωση του μαθήματος.*  *Συμβουλευτείτε το Παράρτημα Α*   * *Περιγραφή του Επιπέδου των Μαθησιακών Αποτελεσμάτων για κάθε ένα κύκλο σπουδών σύμφωνα με το Πλαίσιο Προσόντων του Ευρωπαϊκού Χώρου Ανώτατης Εκπαίδευσης* * *Περιγραφικοί Δείκτες Επιπέδων 6, 7 & 8 του Ευρωπαϊκού Πλαισίου Προσόντων Διά Βίου Μάθησης και το Παράρτημα Β*   *Περιληπτικός Οδηγός συγγραφής Μαθησιακών Αποτελεσμάτων* | |
| Σκοπός του μαθήματος είναι οι φοιτητές να1. Μα σχεδιάζουν ένα πείραμα εμβιομηχανικής2. Να αναλύουν αποτελέσματα ενός πειράματος3. Να ερμηνεύουν τα αποτελέσματα και να τα συσχετίζουν με αυτά άλλων ερευνών4. Να γράφουν μια επιστημονική εργασία βασισμένα σε δεδομένα που συλλέχθηκαν στο εξάμηνο5. Να παρουσιάζουν μια πειραματική εργασία σε ευρύ κοινό | |
| **Γενικές Ικανότητες** | |
| *Λαμβάνοντας υπόψη τις γενικές ικανότητες που πρέπει να έχει αποκτήσει ο πτυχιούχος (όπως αυτές αναγράφονται στο Παράρτημα Διπλώματος και παρατίθενται ακολούθως) σε ποια / ποιες από αυτές αποσκοπεί το μάθημα;.* | |
| *Αναζήτηση, ανάλυση και σύνθεση δεδομένων και πληροφοριών, με τη χρήση και των απαραίτητων τεχνολογιών*  *Προσαρμογή σε νέες καταστάσεις*  *Λήψη αποφάσεων*  *Αυτόνομη εργασία*  *Ομαδική εργασία*  *Εργασία σε διεθνές περιβάλλον*  *Εργασία σε διεπιστημονικό περιβάλλον*  *Παράγωγή νέων ερευνητικών ιδεών* | *Σχεδιασμός και διαχείριση έργων*  *Σεβασμός στη διαφορετικότητα και στην πολυπολιτισμικότητα*  *Σεβασμός στο φυσικό περιβάλλον*  *Επίδειξη κοινωνικής, επαγγελματικής και ηθικής υπευθυνότητας και ευαισθησίας σε θέματα φύλου*  *Άσκηση κριτικής και αυτοκριτικής*  *Προαγωγή της ελεύθερης, δημιουργικής και επαγωγικής σκέψης*  *……*  *Άλλες…*  *…….* |
| Εφαρμογή της γνώσης στην πράξη, Αναζήτηση, ανάλυση και σύνθεση δεδομένων και πληροφοριών, με τη χρήση και των απαραίτητων τεχνολογιών, Προσαρμογή σε νέες καταστάσεις, Σχεδιασμός και διαχείριση έργων, Άσκηση κριτικής και αυτοκριτικής, Προαγωγή της ελεύθερης, δημιουργικής και επαγωγικής σκέψης | |

**(3) ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΟ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ**

|  |
| --- |
| 1.Εισαγωγή. Διαχωρισμός ομάδων. Ανάθεση ομάδων σε διάφορα θέματα. 2. Οργάνωση και διεξαγωγή ερευνητικής εργασίας 3-5. Επιθεώρηση εργαστηριακών μεθόδων Α.Ισομετρία Β.Δυναμοδάπεδ οΓ. 2-Δ και 3-Δ κάμερες Δ.Αρχιτεκτονική Ε.Κύκλος διάτασης – βράχυνσης ΣΤ.Ηλεκτρομυογράφημα και ηλεκτροδιέγερση 6. Μετρήσεις - ομάδα 17. Μετρήσεις – Ομάδα 28. Μετρήσεις – Ομάδα 39. Μετρήσεις - Ομάδα 410. Μετρήσεις – Ομάδα 511. Συμπληρωματικές Μετρήσεις 12. Συγγραφή ερευνητικής εργασίας 13. Υποστήριξη ομάδων |

**(4) ΔΙΔΑΚΤΙΚΕΣ και ΜΑΘΗΣΙΑΚΕΣ ΜΕΘΟΔΟΙ – ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ**

|  |  |
| --- | --- |
| **ΤΡΟΠΟΣ ΠΑΡΑΔΟΣΗΣ** *Πρόσωπο με πρόσωπο, Εξ αποστάσεως εκπαίδευση κ.λπ.* | Πρόσωπο με πρόσωπο |
| **ΧΡΗΣΗ ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΩΝ ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΑΣ ΚΑΙ ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΩΝ** *Χρήση Τ.Π.Ε. στη Διδασκαλία, στην Εργαστηριακή Εκπαίδευση, στην Επικοινωνία με τους φοιτητές* | Χρήση Τ.Π.Ε. στη Διδασκαλία, Χρήση Τ.Π.Ε. στην Εργαστηριακή Εκπαίδευση, Χρήση Τ.Π.Ε. στην Επικοινωνία με τους φοιτητές  *Περιγραφή:* |
| **ΟΡΓΑΝΩΣΗ ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑΣ**  *Περιγράφονται αναλυτικά ο τρόπος και μέθοδοι διδασκαλίας.*  *Διαλέξεις, Σεμινάρια, Εργαστηριακή Άσκηση, Άσκηση Πεδίου, Μελέτη & ανάλυση βιβλιογραφίας, Φροντιστήριο, Πρακτική (Τοποθέτηση), Κλινική Άσκηση, Καλλιτεχνικό Εργαστήριο, Διαδραστική διδασκαλία, Εκπαιδευτικές επισκέψεις, Εκπόνηση μελέτης (project), Συγγραφή εργασίας / εργασιών, Καλλιτεχνική δημιουργία, κ.λπ.*  *Αναγράφονται οι ώρες μελέτης του φοιτητή για κάθε μαθησιακή δραστηριότητα καθώς και οι ώρες μη καθοδηγούμενης μελέτης σύμφωνα με τις αρχές του ECTS* | |  |  | | --- | --- | | ***Δραστηριότητα*** | ***Φόρτος Εργασίας Εξαμήνου*** | | |  |  | | --- | --- | | Σεμινάρια | 9 | | Εργαστηριακή Άσκηση | 25 | | Μελέτη και ανάλυση βιβλίων και άρθρων | 26 | | Εκπόνηση μελέτης (project) | 26 | | Συγγραφή εργασίας / εργασιών | 39 | | | | Σύνολο Μαθήματος | 125 | |
| **ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ ΦΟΙΤΗΤΩΝ**  *Περιγραφή της διαδικασίας αξιολόγησης*  *Γλώσσα Αξιολόγησης, Μέθοδοι αξιολόγησης, Διαμορφωτική ή Συμπερασματική, Δοκιμασία Πολλαπλής Επιλογής, Ερωτήσεις Σύντομης Απάντησης, Ερωτήσεις Ανάπτυξης Δοκιμίων, Επίλυση Προβλημάτων, Γραπτή Εργασία, Έκθεση / Αναφορά, Προφορική Εξέταση, Δημόσια Παρουσίαση, Εργαστηριακή Εργασία, Κλινική Εξέταση Ασθενούς, Καλλιτεχνική Ερμηνεία, Άλλη / Άλλες*  *Αναφέρονται ρητά προσδιορισμένα κριτήρια αξιολόγησης και εάν και που είναι προσβάσιμα από τους φοιτητές.* | *Περιγραφή διαδικασίας:*  Εργαστήρια και Πρακτική άσκηση: Οι φοιτητές –τριες χωρίζονται σε ομάδες. Κάθε ομάδα έχει ως στόχο την Διεξαγωγή ενός πειράματος μικρής εμβέλειας χρησιμοποιώντας τουλάχιστον 3 από τα 5 διαθέσιμα εργαστηριακά όργανα – τεχνικές. Αναλύει τα αποτελέσματα και συγγράφει την αντίστοιχη εργασία την οποία παραδίδει και παρουσιάζει την εργασία το τέλος του εξαμήνου. Η αξιολόγηση των φοιτητών γίνεται με τη τελική α) γραπτή εργασία (70%) και β) παρουσίαση της ομαδικής τους εργασίας στο τέλος του εξαμήνου σε ειδική ημερίδα (30%)  *Μέθοδοι Αξιολόγησης:*  Γραπτή Εργασία (Διαμορφωτική,Συμπερασματική), Δημόσια Παρουσίαση (Διαμορφωτική,Συμπερασματική), Εργαστηριακή Εργασία (Διαμορφωτική,Συμπερασματική) |

**(5) ΣΥΝΙΣΤΩΜΕΝΗ-ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ**

|  |
| --- |
| *- Προτεινόμενη Βιβλιογραφία:*  Κέλλης, Ε (2015), Αθλητική εμβιομηχανική: ΑΡΧΕΣ ΚΑΙ ΜΕΘΟΔΟΛΟΓΙΑ ΕΜΒΙΟΜΗΧΑΝΙΚΗΣ ΑΝΑΛΥΣΗΣ ΤΗΣ ΚΙΝΗΣΗΣ, Κάλλιπος, https://repository.kallipos.gr/handle/11419/4943De Luca, C. J. 1997. The use of surface electromyography in biomechanics. Journal of Applied Biomechanics. 13:1, 35-63.Narici, M. (1999). Human skeletal muscle architecture studied in vivo by non-invasive imaging techniques: functional significance and applications. Journal of Electromyography and Kinesiology, 9, 97-103.Zatsiorsky, V. M. 1998. Kinematics of Human Motion: Human Kinetics.Winter, D. A. 1990. Biomechanics and motor control of human movement. John Wiley & Sons.Κέλλης, Ε. Νευρομηχανικές Αρχές Αξιολόγησης της δύναμης. Εκδόσεις Τελέθριο, 2009  *- Επιπρόσθετη βιβλιογραφία για μελέτη:*  http://www.physics.usyd.edu.au/~cross/PUBLICATIONS/6.%20StandingForcePlate.PDFhttp://www.biomed.ntua.gr/Portals/1/chapter6\_hlektromuografia\_new.pdfhttp://www.physicsclassroom.com/Physics-Tutorial/1-D-Kinematicshttp://www.brianmac.co.uk/biomechanics.htmhttp://www.intmath.com/kinematics/ |

**ΠΕΡΙΓΡΑΜΜΑ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ**

**(1) ΓΕΝΙΚΑ**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **ΣΧΟΛΗ** | Επιστημών Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού | | | | |
| **ΤΜΗΜΑ** | Επιστήμης Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού, με έδρα τις Σέρρες | | | | |
| **ΕΠΙΠΕΔΟ ΣΠΟΥΔΩΝ** | Μεταπτυχιακό | | | | |
| **ΚΩΔΙΚΟΣ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ** | 006 | **ΕΞΑΜΗΝΟ ΣΠΟΥΔΩΝ** | | 2 | |
| **ΤΙΤΛΟΣ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ** | ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ ΤΗΣ ΑΝΘΡΩΠΙΝΗΣ ΑΠΟΔΟΣΗΣ & ΚΑΘΟΔΗΓΗΣΗ ΤΗΣ ΠΡΟΠΟΝΗΣΗΣ | | | | |
| **ΑΥΤΟΤΕΛΕΙΣ ΔΙΔΑΚΤΙΚΕΣ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ**  *σε περίπτωση που οι πιστωτικές μονάδες απονέμονται σε διακριτά μέρη του μαθήματος π.χ. Διαλέξεις, Εργαστηριακές Ασκήσεις κ.λπ. Αν οι πιστωτικές μονάδες απονέμονται ενιαία για το σύνολο του μαθήματος αναγράψτε τις εβδομαδιαίες ώρες διδασκαλίας και το σύνολο των πιστωτικών μονάδων* | | | **ΕΒΔΟΜΑΔΙΑΙΕΣ ΩΡΕΣ ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑΣ** | | **ΠΙΣΤΩΤΙΚΕΣ ΜΟΝΑΔΕΣ** |
| |  |  |  | | --- | --- | --- | | Διαλέξεις |  |  | | Σεμινάρια |  |  | | Εργαστηριακή Άσκηση |  |  | | Μελέτη και ανάλυση βιβλίων και άρθρων |  |  | | Εξετάσεις |  |  | | | | | | |
|  | | |  | | 5.0000 |
| **ΤΥΠΟΣ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ**  *γενικού υποβάθρου,  ειδικού υποβάθρου, ειδίκευσης*  *γενικών γνώσεων, ανάπτυξης δεξιοτήτων* | Ειδικού Υποβάθρου / Κορμού | | | | |
| **ΠΡΟΑΠΑΙΤΟΥΜΕΝΑ ΜΑΘΗΜΑΤΑ:** |  | | | | |
| **ΓΛΩΣΣΑ ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑΣ και ΕΞΕΤΑΣΕΩΝ:** | Ελληνικά (Διδασκαλία,Εξέταση) | | | | |
| **ΤΟ ΜΑΘΗΜΑ ΠΡΟΣΦΕΡΕΤΑΙ ΣΕ ΦΟΙΤΗΤΕΣ ERASMUS** |  | | | | |
| **ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΗ ΣΕΛΙΔΑ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ (URL)** | <https://qa.auth.gr/class/1/600228351> | | | | |

**(2) ΜΑΘΗΣΙΑΚΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ**

|  |  |
| --- | --- |
| **Μαθησιακά Αποτελέσματα**  *Περιγράφονται τα μαθησιακά αποτελέσματα του μαθήματος οι συγκεκριμένες γνώσεις, δεξιότητες και ικανότητες καταλλήλου επιπέδου που θα αποκτήσουν οι φοιτητές μετά την επιτυχή ολοκλήρωση του μαθήματος.*  *Συμβουλευτείτε το Παράρτημα Α*   * *Περιγραφή του Επιπέδου των Μαθησιακών Αποτελεσμάτων για κάθε ένα κύκλο σπουδών σύμφωνα με το Πλαίσιο Προσόντων του Ευρωπαϊκού Χώρου Ανώτατης Εκπαίδευσης* * *Περιγραφικοί Δείκτες Επιπέδων 6, 7 & 8 του Ευρωπαϊκού Πλαισίου Προσόντων Διά Βίου Μάθησης και το Παράρτημα Β*   *Περιληπτικός Οδηγός συγγραφής Μαθησιακών Αποτελεσμάτων* | |
| Οι φοιτητές αναμένεται ότι στα πλαίσια του μαθήματος:Θα κατανοήσουν τις θεμελιώδεις αρχές της προπονητικήςΘα κατανοήσουν τις θεμελιώδεις αρχές της αξιολόγησης των φυσικών ικανοτήτων Θα κατανοήσουν τις θεμελιώδεις αρχές της καθοδήγησης της προπονητικής διαδικασίαςΘα κατανοήσουν τις θεμελιώδεις αρχές της εφαρμογής της προπονητικής διαδικασίαςΘα γνωρίσουν τους βιολογικούς και φυσιολογικούς παράγοντες που επηρεάζουν τις φυσικές ικανότητεςΘα εξοικειωθούν με δοκιμασίες στο εργαστήριο και στο πεδίο για τη μέτρηση και την αξιολόγηση των φυσικών ικανοτήτων της αντοχής, της αναερόβιας ικανότητας, της ταχύτητας, της δύναμης, της ευκαμψίας.Θα είναι ικανοί να μεταφέρουν τα αποτελέσματα της μέτρησης και αξιολόγησης των φυσικών ικανοτήτων, στο σχεδιασμό, την αξιολόγηση και και την εφαρμογή προγραμμάτων άσκησης, της αντοχής, της αναερόβιας ικανότητας, της ταχύτητας, της δύναμης, της ευκαμψίας. | |
| **Γενικές Ικανότητες** | |
| *Λαμβάνοντας υπόψη τις γενικές ικανότητες που πρέπει να έχει αποκτήσει ο πτυχιούχος (όπως αυτές αναγράφονται στο Παράρτημα Διπλώματος και παρατίθενται ακολούθως) σε ποια / ποιες από αυτές αποσκοπεί το μάθημα;.* | |
| *Αναζήτηση, ανάλυση και σύνθεση δεδομένων και πληροφοριών, με τη χρήση και των απαραίτητων τεχνολογιών*  *Προσαρμογή σε νέες καταστάσεις*  *Λήψη αποφάσεων*  *Αυτόνομη εργασία*  *Ομαδική εργασία*  *Εργασία σε διεθνές περιβάλλον*  *Εργασία σε διεπιστημονικό περιβάλλον*  *Παράγωγή νέων ερευνητικών ιδεών* | *Σχεδιασμός και διαχείριση έργων*  *Σεβασμός στη διαφορετικότητα και στην πολυπολιτισμικότητα*  *Σεβασμός στο φυσικό περιβάλλον*  *Επίδειξη κοινωνικής, επαγγελματικής και ηθικής υπευθυνότητας και ευαισθησίας σε θέματα φύλου*  *Άσκηση κριτικής και αυτοκριτικής*  *Προαγωγή της ελεύθερης, δημιουργικής και επαγωγικής σκέψης*  *……*  *Άλλες…*  *…….* |
| Εφαρμογή της γνώσης στην πράξη, Αναζήτηση, ανάλυση και σύνθεση δεδομένων και πληροφοριών, με τη χρήση και των απαραίτητων τεχνολογιών, Προσαρμογή σε νέες καταστάσεις, Αυτόνομη εργασία, Παραγωγή νέων ερευνητικών ιδεών, Άσκηση κριτικής και αυτοκριτικής, Προαγωγή της ελεύθερης, δημιουργικής και επαγωγικής σκέψης | |

**(3) ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΟ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ**

|  |
| --- |
| 1. Εισαγωγή-Θεωρία της προπόνησης 2. Προπονητική επιβάρυνση-Αρχές της προπόνησης 3. Αξιολόγηση και καθοδήγηση της προπόνησης δύναμης 4.Αξιολόγηση και καθοδήγηση της προπόνησης αντοχής  5. Αξιολόγηση και καθοδήγηση της προπόνησης ταχύτητας 6. Αξιολόγηση και καθοδήγηση της προπόνησης ευκινησίας-ευλυγισίας 7. Αξιολόγηση και καθοδήγηση της προπόνησης συναρμοστικών ικανοτήτων 8. Αξιολόγηση και καθοδήγηση της προπόνησης τεχνικής 9. Αξιολόγηση και καθοδήγηση της προπόνησης τακτικής 10. Σχεδιασμός της προπόνησης 11. Πρακτικές εφαρμογές προγραμμάτων προπόνησης 12. Παρουσιάσεις εργασιών 13. Παρουσιάσεις εργασιών |

**(4) ΔΙΔΑΚΤΙΚΕΣ και ΜΑΘΗΣΙΑΚΕΣ ΜΕΘΟΔΟΙ – ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ**

|  |  |
| --- | --- |
| **ΤΡΟΠΟΣ ΠΑΡΑΔΟΣΗΣ** *Πρόσωπο με πρόσωπο, Εξ αποστάσεως εκπαίδευση κ.λπ.* | Πρόσωπο με πρόσωπο, Eξ απoστάσεως εκπαίδευση |
| **ΧΡΗΣΗ ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΩΝ ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΑΣ ΚΑΙ ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΩΝ** *Χρήση Τ.Π.Ε. στη Διδασκαλία, στην Εργαστηριακή Εκπαίδευση, στην Επικοινωνία με τους φοιτητές* | Χρήση Τ.Π.Ε. στη Διδασκαλία, Χρήση Τ.Π.Ε. στην Εργαστηριακή Εκπαίδευση, Χρήση Τ.Π.Ε. στην Επικοινωνία με τους φοιτητές  *Περιγραφή:* |
| **ΟΡΓΑΝΩΣΗ ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑΣ**  *Περιγράφονται αναλυτικά ο τρόπος και μέθοδοι διδασκαλίας.*  *Διαλέξεις, Σεμινάρια, Εργαστηριακή Άσκηση, Άσκηση Πεδίου, Μελέτη & ανάλυση βιβλιογραφίας, Φροντιστήριο, Πρακτική (Τοποθέτηση), Κλινική Άσκηση, Καλλιτεχνικό Εργαστήριο, Διαδραστική διδασκαλία, Εκπαιδευτικές επισκέψεις, Εκπόνηση μελέτης (project), Συγγραφή εργασίας / εργασιών, Καλλιτεχνική δημιουργία, κ.λπ.*  *Αναγράφονται οι ώρες μελέτης του φοιτητή για κάθε μαθησιακή δραστηριότητα καθώς και οι ώρες μη καθοδηγούμενης μελέτης σύμφωνα με τις αρχές του ECTS* | |  |  | | --- | --- | | ***Δραστηριότητα*** | ***Φόρτος Εργασίας Εξαμήνου*** | | |  |  | | --- | --- | | Διαλέξεις | 30 | | Σεμινάρια | 24 | | Εργαστηριακή Άσκηση | 9 | | Μελέτη και ανάλυση βιβλίων και άρθρων | 60 | | Εξετάσεις | 2 | | | | Σύνολο Μαθήματος | 125 | |
| **ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ ΦΟΙΤΗΤΩΝ**  *Περιγραφή της διαδικασίας αξιολόγησης*  *Γλώσσα Αξιολόγησης, Μέθοδοι αξιολόγησης, Διαμορφωτική ή Συμπερασματική, Δοκιμασία Πολλαπλής Επιλογής, Ερωτήσεις Σύντομης Απάντησης, Ερωτήσεις Ανάπτυξης Δοκιμίων, Επίλυση Προβλημάτων, Γραπτή Εργασία, Έκθεση / Αναφορά, Προφορική Εξέταση, Δημόσια Παρουσίαση, Εργαστηριακή Εργασία, Κλινική Εξέταση Ασθενούς, Καλλιτεχνική Ερμηνεία, Άλλη / Άλλες*  *Αναφέρονται ρητά προσδιορισμένα κριτήρια αξιολόγησης και εάν και που είναι προσβάσιμα από τους φοιτητές.* | *Περιγραφή διαδικασίας:*  *Μέθοδοι Αξιολόγησης:*  Γραπτή Εξέταση με Ερωτήσεις Πολλαπλής Επιλογής (Συμπερασματική), Γραπτή Εξέταση με Ερωτήσεις Σύντομης Απάντησης (Συμπερασματική), Γραπτή Εξέταση με Ερωτήσεις Εκτεταμένης Απάντησης (Συμπερασματική), Γραπτή Εργασία (Διαμορφωτική), Δημόσια Παρουσίαση (Διαμορφωτική) |

**(5) ΣΥΝΙΣΤΩΜΕΝΗ-ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ**

|  |
| --- |
| *- Προτεινόμενη Βιβλιογραφία:*  Υποχρεωτική Grosser N., Neumeier A. (1996). Αξιολόγηση και καθοδήγηση της προπόνησης. Θεσσαλονίκη: Σάλτο.Grosser N., Starischka St. (2000). Προπόνηση φυσικής κατάστασης. Θεσσαλονίκη: Σάλτο.Harre D. (1989). Προπονητική. Θεσσαλονίκη: Σάλτο. Letzelter M. (1988). Προπονητική. Θεσσαλονίκη: Σάλτο.Martin D., Carl K., Lehnertz K. (2000). Εγχειρίδιο Προπονητικής. Η σύνδεση της θεωρίας με την πράξη. Κομοτηνή: ΑλφάβητοΠροαιρετική Alter, M.J. (1992). Επιστήμη των μυϊκών διατάσεων Θεσσαλονίκη: Σάλτο. Alter, M.J. (1992). Stretching για κάθε άθλημα. Θεσσαλονίκη: Σάλτο. Baker D. (1996) Improving vertical jump performance through general, special and specific strength training: A brief review. Journal of Strength and Conditioning Research. 10 (2), 131 - 136. Bompa, T.O. (1999). Periodization. Theory and Methodology of Training. Champaign, IL: Human KineticsDe Vries H. A. & Housh T.J. (1994). Physiology of Exercise. Dubuque: Brown & Benchmark. Dintiman G., Ward R. (1992). Ταχύτητα. Θεσσαλονίκη: Σάλτο. Eisenmann, J. & Malina, R. (2000). Body Size and Endurance Performance. In: R.J. Shephard & P.-O. Astrand (Ed.). Endurance in Sport. Blackell Science (pp 37-50).Grosser M. (1991). Προπόνηση ταχύτητας. Θεσσαλονίκη: Σάλτο.Harman A.E., Rosenstein T.M., Frykman N.P., Rosenstein M.R. (1990). The effects of arms and countermovement on vertical jumping. Medicine and Science in Sports nad Exercise, (6), 825 - 833. Hollmann, W. & Hettinger, T (1990). Sportmedizin. Arbeits- und Trainings grundlagen. Stuttgart: Schattauer.Καμπάς Α. (2003). Συναρμοστικές ικανότητες: ανάπτυξη και προπόνηση. Θεσσαλονίκη: University Studio Press.Knebel K-P. (1993). Κοιλιακοί - Ραχιαίοι - Λειτουργική Γυμναστική. Θεσσαλονίκη: Σάλτο.Komi P.V. (Ed.) (1993). Strength and Power in Sport. Oxford: Blackwell Scientific Publications.Kraemer W.J. & Steven S.J. (1993). Ανάπτυξη δύναμης σε παιδιά και εφήβους. Μετάφραση. Θεσσαλονίκη: Σάλτο.Shephard R.J. & Astrand P.-O. (Eds.) (1992). Endurance in Sport. Oxford: Blackwell Scientific Publications.Schmidtbleicher D. (1987). Applying the theory of strength development. Track and Field Quarterly Review. 87 (3), 34 - 44.Plisk, S.S. & Gambetta, V. (1997). Tactical Metabolic Training: Part 1. Strength and Conditioning, 17, 3, 34-39. Schnabel G., Harre D. & Borde A. (1997). Trainingswissenschaft. Leistung-Training-Wettkampf. Berlin: Sportferlag.Wetter, T. & Dempsey, J. (2000). Pulmonary System and Endurance Exercise. In: R.J. Shephard & P.-O. Astrand (Ed.). Endurance in Sport. Blackell Science (pp 52-65). Winter A. D. (1990). Biomechanics and motor control of human movement. New York: John Wiley & Sons.Weineck J., (1994). Optimales Training. Balingen: Perimmed-spitta. |

**ΠΕΡΙΓΡΑΜΜΑ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ**

**(1) ΓΕΝΙΚΑ**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **ΣΧΟΛΗ** | Επιστημών Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού | | | | |
| **ΤΜΗΜΑ** | Επιστήμης Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού, με έδρα τις Σέρρες | | | | |
| **ΕΠΙΠΕΔΟ ΣΠΟΥΔΩΝ** | Μεταπτυχιακό | | | | |
| **ΚΩΔΙΚΟΣ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ** | 007 | **ΕΞΑΜΗΝΟ ΣΠΟΥΔΩΝ** | | 2 | |
| **ΤΙΤΛΟΣ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ** | ΘΕΜΑΤΑ ΚΙΝΗΣΙΟΛΟΓΙΑΣ ΣΤΗΝ ΠΡΟΣΑΡΜΟΣΜΕΝΗ ΦΥΣΙΚΗ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ | | | | |
| **ΑΥΤΟΤΕΛΕΙΣ ΔΙΔΑΚΤΙΚΕΣ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ**  *σε περίπτωση που οι πιστωτικές μονάδες απονέμονται σε διακριτά μέρη του μαθήματος π.χ. Διαλέξεις, Εργαστηριακές Ασκήσεις κ.λπ. Αν οι πιστωτικές μονάδες απονέμονται ενιαία για το σύνολο του μαθήματος αναγράψτε τις εβδομαδιαίες ώρες διδασκαλίας και το σύνολο των πιστωτικών μονάδων* | | | **ΕΒΔΟΜΑΔΙΑΙΕΣ ΩΡΕΣ ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑΣ** | | **ΠΙΣΤΩΤΙΚΕΣ ΜΟΝΑΔΕΣ** |
| |  |  |  | | --- | --- | --- | | Διαλέξεις |  |  | | Εργαστηριακή Άσκηση |  |  | | Μελέτη και ανάλυση βιβλίων και άρθρων |  |  | | Συγγραφή εργασίας / εργασιών |  |  | | Εξετάσεις |  |  | | | | | | |
|  | | |  | | 5.0000 |
| **ΤΥΠΟΣ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ**  *γενικού υποβάθρου,  ειδικού υποβάθρου, ειδίκευσης*  *γενικών γνώσεων, ανάπτυξης δεξιοτήτων* | Ειδικού Υποβάθρου / Κορμού | | | | |
| **ΠΡΟΑΠΑΙΤΟΥΜΕΝΑ ΜΑΘΗΜΑΤΑ:** |  | | | | |
| **ΓΛΩΣΣΑ ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑΣ και ΕΞΕΤΑΣΕΩΝ:** | Ελληνικά (Διδασκαλία,Εξέταση) | | | | |
| **ΤΟ ΜΑΘΗΜΑ ΠΡΟΣΦΕΡΕΤΑΙ ΣΕ ΦΟΙΤΗΤΕΣ ERASMUS** |  | | | | |
| **ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΗ ΣΕΛΙΔΑ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ (URL)** | https://qa.auth.gr/class/1/600228352 | | | | |

**(2) ΜΑΘΗΣΙΑΚΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ**

|  |  |
| --- | --- |
| **Μαθησιακά Αποτελέσματα**  *Περιγράφονται τα μαθησιακά αποτελέσματα του μαθήματος οι συγκεκριμένες γνώσεις, δεξιότητες και ικανότητες καταλλήλου επιπέδου που θα αποκτήσουν οι φοιτητές μετά την επιτυχή ολοκλήρωση του μαθήματος.*  *Συμβουλευτείτε το Παράρτημα Α*   * *Περιγραφή του Επιπέδου των Μαθησιακών Αποτελεσμάτων για κάθε ένα κύκλο σπουδών σύμφωνα με το Πλαίσιο Προσόντων του Ευρωπαϊκού Χώρου Ανώτατης Εκπαίδευσης* * *Περιγραφικοί Δείκτες Επιπέδων 6, 7 & 8 του Ευρωπαϊκού Πλαισίου Προσόντων Διά Βίου Μάθησης και το Παράρτημα Β*   *Περιληπτικός Οδηγός συγγραφής Μαθησιακών Αποτελεσμάτων* | |
| Με την επιτυχή ολοκλήρωση του μαθήματος τα προσδωκόμενα μαθησιακά αποτελέσματα για τους φοιτητές του μεταπτυχιακού τίτλου στην Κινησιολογία: α) να κατανοήσουν τις αρχές της επιστήμης της Προσαρμοσμένης Φυσικής Αγωγής – Προσαρμοσμένης Φυσικής Δραστηριότητας, β) να εντρυφήσουν στις αρχές της επιστήμης της Κινησιολογίας και τη σχέση αυτής με τις αλλαγές στην ανθρώπινη κίνηση, όπως αυτή επηρεάζεται από την αναπηρία, γ) να γνωρίσουν τις κινητικές, διανοητικές, αισθητηριακές και συναισθηματικές καταστάσεις που απαιτούν προσαρμογές στο μάθημα φυσικής αγωγής καθώς και στην οργάνωση προγραμμάτων άσκησης, δ) να επιδείξουν ικανότητα στο σχεδιασμό εξατομικευμένων προγραμμάτων Φυσικής Αγωγής και άσκησης, ε) να είναι ικανοί να εφαρμόσουν σύγχρονες μεθόδους προπόνησης σε αθλητές υψηλού επιπέδου με αναπηρίες. | |
| **Γενικές Ικανότητες** | |
| *Λαμβάνοντας υπόψη τις γενικές ικανότητες που πρέπει να έχει αποκτήσει ο πτυχιούχος (όπως αυτές αναγράφονται στο Παράρτημα Διπλώματος και παρατίθενται ακολούθως) σε ποια / ποιες από αυτές αποσκοπεί το μάθημα;.* | |
| *Αναζήτηση, ανάλυση και σύνθεση δεδομένων και πληροφοριών, με τη χρήση και των απαραίτητων τεχνολογιών*  *Προσαρμογή σε νέες καταστάσεις*  *Λήψη αποφάσεων*  *Αυτόνομη εργασία*  *Ομαδική εργασία*  *Εργασία σε διεθνές περιβάλλον*  *Εργασία σε διεπιστημονικό περιβάλλον*  *Παράγωγή νέων ερευνητικών ιδεών* | *Σχεδιασμός και διαχείριση έργων*  *Σεβασμός στη διαφορετικότητα και στην πολυπολιτισμικότητα*  *Σεβασμός στο φυσικό περιβάλλον*  *Επίδειξη κοινωνικής, επαγγελματικής και ηθικής υπευθυνότητας και ευαισθησίας σε θέματα φύλου*  *Άσκηση κριτικής και αυτοκριτικής*  *Προαγωγή της ελεύθερης, δημιουργικής και επαγωγικής σκέψης*  *……*  *Άλλες…*  *…….* |
| Εφαρμογή της γνώσης στην πράξη, Αναζήτηση, ανάλυση και σύνθεση δεδομένων και πληροφοριών, με τη χρήση και των απαραίτητων τεχνολογιών, Προσαρμογή σε νέες καταστάσεις, Λήψη αποφάσεων, Αυτόνομη εργασία, Ομαδική εργασία, Εργασία σε διεπιστημονικό περιβάλλον, Παραγωγή νέων ερευνητικών ιδεών, Σεβασμός στη διαφορετικότητα και στην πολυπολιτισμικότητα, Σεβασμός στο φυσικό περιβάλλον, Επίδειξη κοινωνικής, επαγγελματικής και ηθικής υπευθυνότητας και ευαισθησίας σε θέματα φύλου, Άσκηση κριτικής και αυτοκριτικής | |

**(3) ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΟ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ**

|  |
| --- |
| 1. Εισαγωγή στην Προσαρμοσμένη Φυσική Αγωγή/Δραστηριότητα 2. Κινητική ανάπτυξη και αξιολόγηση ατόμων με φυσιολογική ανάπτυξη και ατόμων με αναπηρίες, στην εκπαιδευτική διαδικασία και στον αθλητισμό. 3. Κινητικές αναπηρίες- ΚΝΜ 4. Διατροφική Υποστήριξη αθλητών με κάκωση νωτιαίου μυελού 5. Κινητικές αναπηρίες - Εγκεφαλική παράλυση 6. Λειτουργική αξιολόγηση εγκεφαλικής παράλυσης 7. Κινητικές αναπηρίες – Ακρωτηριασμός 8. Εμβιομηχανική ανάλυση του τρεξίματος με τεχνητά μέλη στα κάτω άκρα Παρουσίαση εργασιών |

**(4) ΔΙΔΑΚΤΙΚΕΣ και ΜΑΘΗΣΙΑΚΕΣ ΜΕΘΟΔΟΙ – ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ**

|  |  |
| --- | --- |
| **ΤΡΟΠΟΣ ΠΑΡΑΔΟΣΗΣ** *Πρόσωπο με πρόσωπο, Εξ αποστάσεως εκπαίδευση κ.λπ.* | Πρόσωπο με πρόσωπο |
| **ΧΡΗΣΗ ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΩΝ ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΑΣ ΚΑΙ ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΩΝ** *Χρήση Τ.Π.Ε. στη Διδασκαλία, στην Εργαστηριακή Εκπαίδευση, στην Επικοινωνία με τους φοιτητές* | Χρήση Τ.Π.Ε. στη Διδασκαλία, Χρήση Τ.Π.Ε. στην Επικοινωνία με τους φοιτητές  *Περιγραφή:* |
| **ΟΡΓΑΝΩΣΗ ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑΣ**  *Περιγράφονται αναλυτικά ο τρόπος και μέθοδοι διδασκαλίας.*  *Διαλέξεις, Σεμινάρια, Εργαστηριακή Άσκηση, Άσκηση Πεδίου, Μελέτη & ανάλυση βιβλιογραφίας, Φροντιστήριο, Πρακτική (Τοποθέτηση), Κλινική Άσκηση, Καλλιτεχνικό Εργαστήριο, Διαδραστική διδασκαλία, Εκπαιδευτικές επισκέψεις, Εκπόνηση μελέτης (project), Συγγραφή εργασίας / εργασιών, Καλλιτεχνική δημιουργία, κ.λπ.*  *Αναγράφονται οι ώρες μελέτης του φοιτητή για κάθε μαθησιακή δραστηριότητα καθώς και οι ώρες μη καθοδηγούμενης μελέτης σύμφωνα με τις αρχές του ECTS* | |  |  | | --- | --- | | ***Δραστηριότητα*** | ***Φόρτος Εργασίας Εξαμήνου*** | | |  |  | | --- | --- | | Διαλέξεις | 30 | | Εργαστηριακή Άσκηση | 9 | | Μελέτη και ανάλυση βιβλίων και άρθρων | 60 | | Συγγραφή εργασίας / εργασιών | 24 | | Εξετάσεις | 2 | | | | Σύνολο Μαθήματος | 125 | |
| **ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ ΦΟΙΤΗΤΩΝ**  *Περιγραφή της διαδικασίας αξιολόγησης*  *Γλώσσα Αξιολόγησης, Μέθοδοι αξιολόγησης, Διαμορφωτική ή Συμπερασματική, Δοκιμασία Πολλαπλής Επιλογής, Ερωτήσεις Σύντομης Απάντησης, Ερωτήσεις Ανάπτυξης Δοκιμίων, Επίλυση Προβλημάτων, Γραπτή Εργασία, Έκθεση / Αναφορά, Προφορική Εξέταση, Δημόσια Παρουσίαση, Εργαστηριακή Εργασία, Κλινική Εξέταση Ασθενούς, Καλλιτεχνική Ερμηνεία, Άλλη / Άλλες*  *Αναφέρονται ρητά προσδιορισμένα κριτήρια αξιολόγησης και εάν και που είναι προσβάσιμα από τους φοιτητές.* | *Περιγραφή διαδικασίας:*  Συμμετοχή στις διαλέξεις (20%)Εργασία (30%)Τελικές εξετάσεις (50%)  *Μέθοδοι Αξιολόγησης:*  Γραπτή Εξέταση με Ερωτήσεις Σύντομης Απάντησης (Συμπερασματική), Γραπτή Εξέταση με Ερωτήσεις Εκτεταμένης Απάντησης (Συμπερασματική), Γραπτή Εργασία (Συμπερασματική), Δημόσια Παρουσίαση (Συμπερασματική) |

**(5) ΣΥΝΙΣΤΩΜΕΝΗ-ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ**

|  |
| --- |
| *- Προτεινόμενη Βιβλιογραφία:*  1. Sherrill, C. (2015). Προσαρμοσμένη Φυσική Δραστηριότητα, Αναψυχή και Σπορ. Επιμέλεια στη Ελληνική Χ. Ευαγγελινού. Έκδοση στην Ελληνική Broken Hill.2. American College of Sports Medicine.(2016). ACSM's Exercise Management for people with Chronic Diseases and disabilities. Human Kinetics Publishers  *- Επιπρόσθετη βιβλιογραφία για μελέτη:* |

**ΠΕΡΙΓΡΑΜΜΑ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ**

**(1) ΓΕΝΙΚΑ**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **ΣΧΟΛΗ** | Επιστημών Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού | | | | |
| **ΤΜΗΜΑ** | Επιστήμης Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού, με έδρα τις Σέρρες | | | | |
| **ΕΠΙΠΕΔΟ ΣΠΟΥΔΩΝ** | Μεταπτυχιακό | | | | |
| **ΚΩΔΙΚΟΣ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ** | 008 | **ΕΞΑΜΗΝΟ ΣΠΟΥΔΩΝ** | | 2 | |
| **ΤΙΤΛΟΣ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ** | ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΚΗ ΑΝΑΤΟΜΙΚΗ | | | | |
| **ΑΥΤΟΤΕΛΕΙΣ ΔΙΔΑΚΤΙΚΕΣ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ**  *σε περίπτωση που οι πιστωτικές μονάδες απονέμονται σε διακριτά μέρη του μαθήματος π.χ. Διαλέξεις, Εργαστηριακές Ασκήσεις κ.λπ. Αν οι πιστωτικές μονάδες απονέμονται ενιαία για το σύνολο του μαθήματος αναγράψτε τις εβδομαδιαίες ώρες διδασκαλίας και το σύνολο των πιστωτικών μονάδων* | | | **ΕΒΔΟΜΑΔΙΑΙΕΣ ΩΡΕΣ ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑΣ** | | **ΠΙΣΤΩΤΙΚΕΣ ΜΟΝΑΔΕΣ** |
| |  |  |  | | --- | --- | --- | | Διαλέξεις |  |  | | Μελέτη και ανάλυση βιβλίων και άρθρων |  |  | | Συγγραφή εργασίας / εργασιών |  |  | | Εξετάσεις |  |  | | | | | | |
|  | | |  | | 5.0000 |
| **ΤΥΠΟΣ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ**  *γενικού υποβάθρου,  ειδικού υποβάθρου, ειδίκευσης*  *γενικών γνώσεων, ανάπτυξης δεξιοτήτων* | Ειδικού Υποβάθρου / Κορμού | | | | |
| **ΠΡΟΑΠΑΙΤΟΥΜΕΝΑ ΜΑΘΗΜΑΤΑ:** |  | | | | |
| **ΓΛΩΣΣΑ ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑΣ και ΕΞΕΤΑΣΕΩΝ:** | Ελληνικά (Διδασκαλία,Εξέταση) | | | | |
| **ΤΟ ΜΑΘΗΜΑ ΠΡΟΣΦΕΡΕΤΑΙ ΣΕ ΦΟΙΤΗΤΕΣ ERASMUS** |  | | | | |
| **ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΗ ΣΕΛΙΔΑ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ (URL)** | https://qa.auth.gr/class/1/600228353 | | | | |

**(2) ΜΑΘΗΣΙΑΚΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ**

|  |  |
| --- | --- |
| **Μαθησιακά Αποτελέσματα**  *Περιγράφονται τα μαθησιακά αποτελέσματα του μαθήματος οι συγκεκριμένες γνώσεις, δεξιότητες και ικανότητες καταλλήλου επιπέδου που θα αποκτήσουν οι φοιτητές μετά την επιτυχή ολοκλήρωση του μαθήματος.*  *Συμβουλευτείτε το Παράρτημα Α*   * *Περιγραφή του Επιπέδου των Μαθησιακών Αποτελεσμάτων για κάθε ένα κύκλο σπουδών σύμφωνα με το Πλαίσιο Προσόντων του Ευρωπαϊκού Χώρου Ανώτατης Εκπαίδευσης* * *Περιγραφικοί Δείκτες Επιπέδων 6, 7 & 8 του Ευρωπαϊκού Πλαισίου Προσόντων Διά Βίου Μάθησης και το Παράρτημα Β*   *Περιληπτικός Οδηγός συγγραφής Μαθησιακών Αποτελεσμάτων* | |
| Οι φοιτητές αναμένεται ότι στα πλαίσια του μαθήματος: 1.Θα γνωρίσουν τις θεμελιώδης αρχές, την ορολογία της λειτουργικής ανατομικής και τη σχέση των θεωρητικών ανατομικών γνώσεων με την πρακτική 2.Θα κατανοήσουν τη σημαντικότητα της λειτουργικής ανατομικής στην άσκηση και την μεγιστοποίηση της αθλητικής τους απόδοσης 3.Θα εξοικειωθούν με τη διεξαγωγή συγκεκριμένων εργαστηριακών δοκιμασιών και δοκιμασιών πεδίου κινητικών προβλημάτων που οφείλονται σε μυοσκελετικές διαταραχές 4.Θα είναι ικανοί να ερμηνεύουν και αξιολογούν τρόπους παρέμβασης στοχεύοντας στον σχεδιασμό ειδικών προγραμμάτων άσκησης για τη βελτίωση της λειτουργικότητας 5.Θα είναι σε θέση να χρησιμοποιούν τα αποτελέσματα των μετρήσεων στο σχεδιασμό προπονητικών προγραμμάτων | |
| **Γενικές Ικανότητες** | |
| *Λαμβάνοντας υπόψη τις γενικές ικανότητες που πρέπει να έχει αποκτήσει ο πτυχιούχος (όπως αυτές αναγράφονται στο Παράρτημα Διπλώματος και παρατίθενται ακολούθως) σε ποια / ποιες από αυτές αποσκοπεί το μάθημα;.* | |
| *Αναζήτηση, ανάλυση και σύνθεση δεδομένων και πληροφοριών, με τη χρήση και των απαραίτητων τεχνολογιών*  *Προσαρμογή σε νέες καταστάσεις*  *Λήψη αποφάσεων*  *Αυτόνομη εργασία*  *Ομαδική εργασία*  *Εργασία σε διεθνές περιβάλλον*  *Εργασία σε διεπιστημονικό περιβάλλον*  *Παράγωγή νέων ερευνητικών ιδεών* | *Σχεδιασμός και διαχείριση έργων*  *Σεβασμός στη διαφορετικότητα και στην πολυπολιτισμικότητα*  *Σεβασμός στο φυσικό περιβάλλον*  *Επίδειξη κοινωνικής, επαγγελματικής και ηθικής υπευθυνότητας και ευαισθησίας σε θέματα φύλου*  *Άσκηση κριτικής και αυτοκριτικής*  *Προαγωγή της ελεύθερης, δημιουργικής και επαγωγικής σκέψης*  *……*  *Άλλες…*  *…….* |
| Εφαρμογή της γνώσης στην πράξη, Αναζήτηση, ανάλυση και σύνθεση δεδομένων και πληροφοριών, με τη χρήση και των απαραίτητων τεχνολογιών, Λήψη αποφάσεων, Αυτόνομη εργασία, Ομαδική εργασία, Εργασία σε διεθνές περιβάλλον, Εργασία σε διεπιστημονικό περιβάλλον, Παραγωγή νέων ερευνητικών ιδεών, Προαγωγή της ελεύθερης, δημιουργικής και επαγωγικής σκέψης | |

**(3) ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΟ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ**

|  |
| --- |
| Εισαγωγή στην Λειτουργική Ανατομική. Μυοσκελετικό σύστημα. Επίπεδα και άξονες κίνησης. Ορολογία. Μέθοδοι έρευνας στην ανθρώπινη κίνησηΛειτουργική ανατομική των αρθρώσεων της Σπονδυλικής Στήλης και του ΘώρακαΛειτουργική ανατομική των αρθρώσεων της Ωμικής ζώνης του Αγκώνα.Λειτουργική ανατομική των αρθρώσεων της Πηχεοκαρπικής, του Καρπού και της Άκρας χειρόςΛειτουργική ανατομική των αρθρώσεων της Λεκάνης και του ΙσχίουΛειτουργική Ανατομική του ΓόνατοςΛειτουργική Ανατομική των αρθρώσεων της Ποδοκνημικής, του Ταρσού και του Άκρου ποδόςΚινησιολογική ανάλυση της στάσης και της βάδισης – Ποδική καμάραΚινησιολογική ανάλυση σύνθετων Αθλητικών κινήσεωνΦυσιολογία της Νευρομυικής ΣύναψηςΠαρουσίαση ερευνητικών άρθρων, κατάθεση ανασκοπητικών εργασιών. |

**(4) ΔΙΔΑΚΤΙΚΕΣ και ΜΑΘΗΣΙΑΚΕΣ ΜΕΘΟΔΟΙ – ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ**

|  |  |
| --- | --- |
| **ΤΡΟΠΟΣ ΠΑΡΑΔΟΣΗΣ** *Πρόσωπο με πρόσωπο, Εξ αποστάσεως εκπαίδευση κ.λπ.* | Πρόσωπο με πρόσωπο |
| **ΧΡΗΣΗ ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΩΝ ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΑΣ ΚΑΙ ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΩΝ** *Χρήση Τ.Π.Ε. στη Διδασκαλία, στην Εργαστηριακή Εκπαίδευση, στην Επικοινωνία με τους φοιτητές* | Χρήση Τ.Π.Ε. στη Διδασκαλία, Χρήση Τ.Π.Ε. στην Εργαστηριακή Εκπαίδευση, Χρήση Τ.Π.Ε. στην Επικοινωνία με τους φοιτητές, Χρήση Τ.Π.Ε. στην Αξιολόγηση των Φοιτητών  *Περιγραφή:* |
| **ΟΡΓΑΝΩΣΗ ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑΣ**  *Περιγράφονται αναλυτικά ο τρόπος και μέθοδοι διδασκαλίας.*  *Διαλέξεις, Σεμινάρια, Εργαστηριακή Άσκηση, Άσκηση Πεδίου, Μελέτη & ανάλυση βιβλιογραφίας, Φροντιστήριο, Πρακτική (Τοποθέτηση), Κλινική Άσκηση, Καλλιτεχνικό Εργαστήριο, Διαδραστική διδασκαλία, Εκπαιδευτικές επισκέψεις, Εκπόνηση μελέτης (project), Συγγραφή εργασίας / εργασιών, Καλλιτεχνική δημιουργία, κ.λπ.*  *Αναγράφονται οι ώρες μελέτης του φοιτητή για κάθε μαθησιακή δραστηριότητα καθώς και οι ώρες μη καθοδηγούμενης μελέτης σύμφωνα με τις αρχές του ECTS* | |  |  | | --- | --- | | ***Δραστηριότητα*** | ***Φόρτος Εργασίας Εξαμήνου*** | | |  |  | | --- | --- | | Διαλέξεις | 39 | | Μελέτη και ανάλυση βιβλίων και άρθρων | 34 | | Συγγραφή εργασίας / εργασιών | 50 | | Εξετάσεις | 2 | | | | Σύνολο Μαθήματος | 125 | |
| **ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ ΦΟΙΤΗΤΩΝ**  *Περιγραφή της διαδικασίας αξιολόγησης*  *Γλώσσα Αξιολόγησης, Μέθοδοι αξιολόγησης, Διαμορφωτική ή Συμπερασματική, Δοκιμασία Πολλαπλής Επιλογής, Ερωτήσεις Σύντομης Απάντησης, Ερωτήσεις Ανάπτυξης Δοκιμίων, Επίλυση Προβλημάτων, Γραπτή Εργασία, Έκθεση / Αναφορά, Προφορική Εξέταση, Δημόσια Παρουσίαση, Εργαστηριακή Εργασία, Κλινική Εξέταση Ασθενούς, Καλλιτεχνική Ερμηνεία, Άλλη / Άλλες*  *Αναφέρονται ρητά προσδιορισμένα κριτήρια αξιολόγησης και εάν και που είναι προσβάσιμα από τους φοιτητές.* | *Περιγραφή διαδικασίας:*  Κατόπιν σχετικής ενημέρωσης των φοιτητών κατά την έναρξη της διδασκαλίας του οικείου μαθήματος,διενεργείται κατά την εξεταστική περίοδο γραπτή δοκιμασία με την παράθεση θεματικών ερωτήσεων που απαιτούν ικανή ανάπτυξη - σχολιασμό, κατα την οποίαν αξιολογείται και η κριτική ικανότητα του εξεταζομένου. Επίσης, συναξιολογείται και η γραπτή κατάθεση εκπονηθείσης ανασκοπητικής εργασίας κατά την όλη διάρκεια της διδασκαλίας του μαθήματος,η παρουσίαση της εκπονηθείσης ανασκοπητικής εργασίας καθώς και η όλη ενεργός παρουσία και συμμετοχή του φοιτητή στο μάθημα.  *Μέθοδοι Αξιολόγησης:*  Γραπτή Εξέταση με Ερωτήσεις Εκτεταμένης Απάντησης (Συμπερασματική), Γραπτή Εργασία (Συμπερασματική) |

**(5) ΣΥΝΙΣΤΩΜΕΝΗ-ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ**

|  |
| --- |
| *- Προτεινόμενη Βιβλιογραφία:*  1)1)Η ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΚΗ ΑΝΑΤΟΜΙΚΗ ΤΩΝ ΑΘΡΩΣΕΩΝ κωδικός 13257014 - Ι.Α.ΚΑΡΑNDJI, BROKEN HILL PUBLISHERS LTD,ΙΑΤΡΙΚΕΣ ΕΚΔΟΣΕΙΣ ΠΑΣΧΑΛΙΔΗ, 2001 , ΑΘΗΝΑ.2)ΑΝΑΤΟΜΙΚΗ ΤΟΥ ΑΝΘΡΩΠΟΥ: ΔΟΜΗ ΚΑΙ ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑ Ι,ΙΙ, . MΠΑΛΤΟΠΟΥΛΟΣ ΠΑΝΑΓΙΩΤΗΣ , ΙΑΤΡΙΚΕΣ ΕΚΔΟΣΕΙΣ Π.Χ.ΠΑΣΧΑΛΙΔΗ,2003, ΑΘΗΝΑ.  *- Επιπρόσθετη βιβλιογραφία για μελέτη:*  1)Hamilton, N & Luttgens K. (2002). Kinesiology: Scientific basis of human motion. McGraw-Hill.2)Soderberg, G (1997). Kinesiology. Application to Pathological Motion. Williams & Wilkins. |

**ΠΕΡΙΓΡΑΜΜΑ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ**

**(1) ΓΕΝΙΚΑ**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **ΣΧΟΛΗ** | Επιστημών Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού | | | | |
| **ΤΜΗΜΑ** | Επιστήμης Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού, με έδρα τις Σέρρες | | | | |
| **ΕΠΙΠΕΔΟ ΣΠΟΥΔΩΝ** | Μεταπτυχιακό | | | | |
| **ΚΩΔΙΚΟΣ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ** | 009 | **ΕΞΑΜΗΝΟ ΣΠΟΥΔΩΝ** | | 2 | |
| **ΤΙΤΛΟΣ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ** | ΜΕΘΟΔΟΙ ΕΡΕΥΝΑΣ | | | | |
| **ΑΥΤΟΤΕΛΕΙΣ ΔΙΔΑΚΤΙΚΕΣ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ**  *σε περίπτωση που οι πιστωτικές μονάδες απονέμονται σε διακριτά μέρη του μαθήματος π.χ. Διαλέξεις, Εργαστηριακές Ασκήσεις κ.λπ. Αν οι πιστωτικές μονάδες απονέμονται ενιαία για το σύνολο του μαθήματος αναγράψτε τις εβδομαδιαίες ώρες διδασκαλίας και το σύνολο των πιστωτικών μονάδων* | | | **ΕΒΔΟΜΑΔΙΑΙΕΣ ΩΡΕΣ ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑΣ** | | **ΠΙΣΤΩΤΙΚΕΣ ΜΟΝΑΔΕΣ** |
| |  |  |  | | --- | --- | --- | | Διαλέξεις |  |  | | Μελέτη και ανάλυση βιβλίων και άρθρων |  |  | | Εξετάσεις |  |  | | | | | | |
|  | | |  | | 5.0000 |
| **ΤΥΠΟΣ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ**  *γενικού υποβάθρου,  ειδικού υποβάθρου, ειδίκευσης*  *γενικών γνώσεων, ανάπτυξης δεξιοτήτων* | Γενικού Υποβάθρου | | | | |
| **ΠΡΟΑΠΑΙΤΟΥΜΕΝΑ ΜΑΘΗΜΑΤΑ:** |  | | | | |
| **ΓΛΩΣΣΑ ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑΣ και ΕΞΕΤΑΣΕΩΝ:** | Ελληνικά (Διδασκαλία,Εξέταση) | | | | |
| **ΤΟ ΜΑΘΗΜΑ ΠΡΟΣΦΕΡΕΤΑΙ ΣΕ ΦΟΙΤΗΤΕΣ ERASMUS** |  | | | | |
| **ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΗ ΣΕΛΙΔΑ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ (URL)** | https://qa.auth.gr/class/1/600228354 | | | | |

**(2) ΜΑΘΗΣΙΑΚΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ**

|  |  |
| --- | --- |
| **Μαθησιακά Αποτελέσματα**  *Περιγράφονται τα μαθησιακά αποτελέσματα του μαθήματος οι συγκεκριμένες γνώσεις, δεξιότητες και ικανότητες καταλλήλου επιπέδου που θα αποκτήσουν οι φοιτητές μετά την επιτυχή ολοκλήρωση του μαθήματος.*  *Συμβουλευτείτε το Παράρτημα Α*   * *Περιγραφή του Επιπέδου των Μαθησιακών Αποτελεσμάτων για κάθε ένα κύκλο σπουδών σύμφωνα με το Πλαίσιο Προσόντων του Ευρωπαϊκού Χώρου Ανώτατης Εκπαίδευσης* * *Περιγραφικοί Δείκτες Επιπέδων 6, 7 & 8 του Ευρωπαϊκού Πλαισίου Προσόντων Διά Βίου Μάθησης και το Παράρτημα Β*   *Περιληπτικός Οδηγός συγγραφής Μαθησιακών Αποτελεσμάτων* | |
| Με την επιτυχή ολοκλήρωση του μαθήματος, οι φοιτητές: 1) Θα κατανοήσουν τις θεμελιώδεις αρχές της ερευνητικής μεθοδολογίας 2) Θα γνωρίζουν πως να σχεδιάζουν μια ερευνητική μελέτη 3) Θα μπορούν να συγγράψουν ένα επιστημονικό άρθρο 4) Θα μπορούν να κάνουν κριτική σε ένα επιστημονικό άρθρο 5) Θα γνωρίζουν βασικά δεοντολογικά ζητήματα στην έρευνα | |
| **Γενικές Ικανότητες** | |
| *Λαμβάνοντας υπόψη τις γενικές ικανότητες που πρέπει να έχει αποκτήσει ο πτυχιούχος (όπως αυτές αναγράφονται στο Παράρτημα Διπλώματος και παρατίθενται ακολούθως) σε ποια / ποιες από αυτές αποσκοπεί το μάθημα;.* | |
| *Αναζήτηση, ανάλυση και σύνθεση δεδομένων και πληροφοριών, με τη χρήση και των απαραίτητων τεχνολογιών*  *Προσαρμογή σε νέες καταστάσεις*  *Λήψη αποφάσεων*  *Αυτόνομη εργασία*  *Ομαδική εργασία*  *Εργασία σε διεθνές περιβάλλον*  *Εργασία σε διεπιστημονικό περιβάλλον*  *Παράγωγή νέων ερευνητικών ιδεών* | *Σχεδιασμός και διαχείριση έργων*  *Σεβασμός στη διαφορετικότητα και στην πολυπολιτισμικότητα*  *Σεβασμός στο φυσικό περιβάλλον*  *Επίδειξη κοινωνικής, επαγγελματικής και ηθικής υπευθυνότητας και ευαισθησίας σε θέματα φύλου*  *Άσκηση κριτικής και αυτοκριτικής*  *Προαγωγή της ελεύθερης, δημιουργικής και επαγωγικής σκέψης*  *……*  *Άλλες…*  *…….* |
| Εφαρμογή της γνώσης στην πράξη, Λήψη αποφάσεων, Αυτόνομη εργασία, Εργασία σε διεθνές περιβάλλον, Άσκηση κριτικής και αυτοκριτικής | |

**(3) ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΟ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ**

|  |
| --- |
| Εισαγωγή στις μεθόδους έρευνας Στάδια ερευνητικής διαδικασίας Τεχνικές δειγματοληψίας Εγκυρότητα και αξιοπιστία Αναζήτηση σε βάσεις δεδομένων Είδη μελετών Συστηματική ανασκόπηση και μετά-ανάλυση Η ποιοτική έρευνα Μη πειραματικές μελέτες Δεοντολογικά ζητήματα στην έρευνα Συγγραφή επιστημονικού άρθρου / ΔιατριβήςΑξιολόγηση επιστημονικού άρθρουΕρμηνευτικά ζητήματα στην επιστημονική έρευνα |

**(4) ΔΙΔΑΚΤΙΚΕΣ και ΜΑΘΗΣΙΑΚΕΣ ΜΕΘΟΔΟΙ – ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ**

|  |  |
| --- | --- |
| **ΤΡΟΠΟΣ ΠΑΡΑΔΟΣΗΣ** *Πρόσωπο με πρόσωπο, Εξ αποστάσεως εκπαίδευση κ.λπ.* | Πρόσωπο με πρόσωπο |
| **ΧΡΗΣΗ ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΩΝ ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΑΣ ΚΑΙ ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΩΝ** *Χρήση Τ.Π.Ε. στη Διδασκαλία, στην Εργαστηριακή Εκπαίδευση, στην Επικοινωνία με τους φοιτητές* | Χρήση Τ.Π.Ε. στη Διδασκαλία  *Περιγραφή:* |
| **ΟΡΓΑΝΩΣΗ ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑΣ**  *Περιγράφονται αναλυτικά ο τρόπος και μέθοδοι διδασκαλίας.*  *Διαλέξεις, Σεμινάρια, Εργαστηριακή Άσκηση, Άσκηση Πεδίου, Μελέτη & ανάλυση βιβλιογραφίας, Φροντιστήριο, Πρακτική (Τοποθέτηση), Κλινική Άσκηση, Καλλιτεχνικό Εργαστήριο, Διαδραστική διδασκαλία, Εκπαιδευτικές επισκέψεις, Εκπόνηση μελέτης (project), Συγγραφή εργασίας / εργασιών, Καλλιτεχνική δημιουργία, κ.λπ.*  *Αναγράφονται οι ώρες μελέτης του φοιτητή για κάθε μαθησιακή δραστηριότητα καθώς και οι ώρες μη καθοδηγούμενης μελέτης σύμφωνα με τις αρχές του ECTS* | |  |  | | --- | --- | | ***Δραστηριότητα*** | ***Φόρτος Εργασίας Εξαμήνου*** | | |  |  | | --- | --- | | Διαλέξεις | 39 | | Μελέτη και ανάλυση βιβλίων και άρθρων | 84 | | Εξετάσεις | 2 | | | | Σύνολο Μαθήματος | 125 | |
| **ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ ΦΟΙΤΗΤΩΝ**  *Περιγραφή της διαδικασίας αξιολόγησης*  *Γλώσσα Αξιολόγησης, Μέθοδοι αξιολόγησης, Διαμορφωτική ή Συμπερασματική, Δοκιμασία Πολλαπλής Επιλογής, Ερωτήσεις Σύντομης Απάντησης, Ερωτήσεις Ανάπτυξης Δοκιμίων, Επίλυση Προβλημάτων, Γραπτή Εργασία, Έκθεση / Αναφορά, Προφορική Εξέταση, Δημόσια Παρουσίαση, Εργαστηριακή Εργασία, Κλινική Εξέταση Ασθενούς, Καλλιτεχνική Ερμηνεία, Άλλη / Άλλες*  *Αναφέρονται ρητά προσδιορισμένα κριτήρια αξιολόγησης και εάν και που είναι προσβάσιμα από τους φοιτητές.* | *Περιγραφή διαδικασίας:*  Γραπτές εξετάσεις  *Μέθοδοι Αξιολόγησης:*  Γραπτή Εξέταση με Ερωτήσεις Πολλαπλής Επιλογής (Συμπερασματική), Γραπτή Εξέταση με Ερωτήσεις Σύντομης Απάντησης (Συμπερασματική) |

**(5) ΣΥΝΙΣΤΩΜΕΝΗ-ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ**

|  |
| --- |
| *- Προτεινόμενη Βιβλιογραφία:*  *- Επιπρόσθετη βιβλιογραφία για μελέτη:*  Thomas, J.R., & Nelson, J.K. (1996). Research methods in physical activity (3rd ed.). Champaign, Il: Human Kinetics. Janet, H. (2019). H έρευνα στις επιστήμες υγείας. Εκδ: Ιωάννης Κωνσταντάρας. Kviz F.J. (2023). Διεξαγωγή έρευνας στις επιστήμες υγείας. Εκδ: ΠροπομπόςΚαμπίτσης, Χ. (2004). Η έρευνα στις αθλητικές επιστήμες: Στατιστική ανάλυση – αξιολόγηση. Εκδ: Τσιαρτσιάνης: Θεσσαλονίκη. |

**ΠΕΡΙΓΡΑΜΜΑ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ**

**(1) ΓΕΝΙΚΑ**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **ΣΧΟΛΗ** | Επιστημών Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού | | | | |
| **ΤΜΗΜΑ** | Επιστήμης Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού, με έδρα τις Σέρρες | | | | |
| **ΕΠΙΠΕΔΟ ΣΠΟΥΔΩΝ** | Μεταπτυχιακό | | | | |
| **ΚΩΔΙΚΟΣ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ** | 010 | **ΕΞΑΜΗΝΟ ΣΠΟΥΔΩΝ** | | 2 | |
| **ΤΙΤΛΟΣ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ** | ΠΕΙΡΑΜΑΤΙΚΟΣ ΣΧΕΔΙΑΣΜΟΣ ΚΑΙ ΑΝΑΛΥΣΗ ΣΤΗΝ ΚΙΝΗΣΙΟΛΟΓΙΑ | | | | |
| **ΑΥΤΟΤΕΛΕΙΣ ΔΙΔΑΚΤΙΚΕΣ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ**  *σε περίπτωση που οι πιστωτικές μονάδες απονέμονται σε διακριτά μέρη του μαθήματος π.χ. Διαλέξεις, Εργαστηριακές Ασκήσεις κ.λπ. Αν οι πιστωτικές μονάδες απονέμονται ενιαία για το σύνολο του μαθήματος αναγράψτε τις εβδομαδιαίες ώρες διδασκαλίας και το σύνολο των πιστωτικών μονάδων* | | | **ΕΒΔΟΜΑΔΙΑΙΕΣ ΩΡΕΣ ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑΣ** | | **ΠΙΣΤΩΤΙΚΕΣ ΜΟΝΑΔΕΣ** |
| |  |  |  | | --- | --- | --- | | Διαλέξεις |  |  | | Εργαστηριακή Άσκηση |  |  | | Μελέτη και ανάλυση βιβλίων και άρθρων |  |  | | Εξετάσεις |  |  | | | | | | |
|  | | |  | | 5.0000 |
| **ΤΥΠΟΣ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ**  *γενικού υποβάθρου,  ειδικού υποβάθρου, ειδίκευσης*  *γενικών γνώσεων, ανάπτυξης δεξιοτήτων* | Ειδικού Υποβάθρου / Κορμού | | | | |
| **ΠΡΟΑΠΑΙΤΟΥΜΕΝΑ ΜΑΘΗΜΑΤΑ:** |  | | | | |
| **ΓΛΩΣΣΑ ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑΣ και ΕΞΕΤΑΣΕΩΝ:** | Ελληνικά (Διδασκαλία,Εξέταση) | | | | |
| **ΤΟ ΜΑΘΗΜΑ ΠΡΟΣΦΕΡΕΤΑΙ ΣΕ ΦΟΙΤΗΤΕΣ ERASMUS** |  | | | | |
| **ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΗ ΣΕΛΙΔΑ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ (URL)** | https://qa.auth.gr/class/1/600228355 | | | | |

**(2) ΜΑΘΗΣΙΑΚΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ**

|  |  |
| --- | --- |
| **Μαθησιακά Αποτελέσματα**  *Περιγράφονται τα μαθησιακά αποτελέσματα του μαθήματος οι συγκεκριμένες γνώσεις, δεξιότητες και ικανότητες καταλλήλου επιπέδου που θα αποκτήσουν οι φοιτητές μετά την επιτυχή ολοκλήρωση του μαθήματος.*  *Συμβουλευτείτε το Παράρτημα Α*   * *Περιγραφή του Επιπέδου των Μαθησιακών Αποτελεσμάτων για κάθε ένα κύκλο σπουδών σύμφωνα με το Πλαίσιο Προσόντων του Ευρωπαϊκού Χώρου Ανώτατης Εκπαίδευσης* * *Περιγραφικοί Δείκτες Επιπέδων 6, 7 & 8 του Ευρωπαϊκού Πλαισίου Προσόντων Διά Βίου Μάθησης και το Παράρτημα Β*   *Περιληπτικός Οδηγός συγγραφής Μαθησιακών Αποτελεσμάτων* | |
| Οι φοιτητές αναμένεται ότι στα πλαίσια του μαθήματος:•Θα κατανοήσουν τις αρχές και την διαδικασία του Πειραματικού Σχεδιασμού και της Ανάλυσης στην κινησιολογία •Θα κατανοήσουν τις αρχές που διέπουν οι μέθοδοι της βιομηχανικής ανάλυσης, κινηματική, κινητική, ηλεκτρομυογραφική και υπερηχογραφική ανάλυση και θα είναι σε θέση να αναγνωρίζουν τις βασικές μεταβλητές που μπορούν να εξάγουν από κάθε αντίστοιχη ανάλυση. • Θα είναι σε θέση να αναζητήσουν στην διεθνή βιβλιογραφία ερευνητικά ερωτήματα που προκύπτουν από την διεξαγωγή ενός πειράματος και την συζήτηση των αποτελεσμάτων του•Θα είναι σε θέση να οργανώσουν ένα πείραμα, θέτοντας το δικό τους ερευνητικό ερώτημα συνδυάζοντας ταυτόχρονα την σχετική βιομηχανική ανάλυση για την επίλυση του •Θα είναι σε θέση να ορίσουν την μεθοδολογία , επιλέγοντας τα σωστά εργαλεία μέτρησης για να αξιολογήσουν και να συλλέξουν τις ανεξάρτητες και εξαρτημένες μεταβλητές που είναι απαραίτητες για να απαντήσουν το ερευνητικό ερώτημα.• Θα επιδείξουν την ικανότητα να ορίσουν τον σκοπό, τις ερευνητικές και μηδενικές υποθέσεις, και τον έλεγχο και ερμηνεία της μηδενικής υπόθεσης του ερευνητικού ερωτήματος.• Θα αναγνωρίζουν το στατιστικό τεστ που θα χρησιμοποιήσουν για να εξετάσουν τη σχέση μεταξύ ποσοτικών δεδομένων.•Να εφαρμόσουν τις γνώσεις που απέκτησαν στο μάθημα μέσω της συμμετοχής τους. | |
| **Γενικές Ικανότητες** | |
| *Λαμβάνοντας υπόψη τις γενικές ικανότητες που πρέπει να έχει αποκτήσει ο πτυχιούχος (όπως αυτές αναγράφονται στο Παράρτημα Διπλώματος και παρατίθενται ακολούθως) σε ποια / ποιες από αυτές αποσκοπεί το μάθημα;.* | |
| *Αναζήτηση, ανάλυση και σύνθεση δεδομένων και πληροφοριών, με τη χρήση και των απαραίτητων τεχνολογιών*  *Προσαρμογή σε νέες καταστάσεις*  *Λήψη αποφάσεων*  *Αυτόνομη εργασία*  *Ομαδική εργασία*  *Εργασία σε διεθνές περιβάλλον*  *Εργασία σε διεπιστημονικό περιβάλλον*  *Παράγωγή νέων ερευνητικών ιδεών* | *Σχεδιασμός και διαχείριση έργων*  *Σεβασμός στη διαφορετικότητα και στην πολυπολιτισμικότητα*  *Σεβασμός στο φυσικό περιβάλλον*  *Επίδειξη κοινωνικής, επαγγελματικής και ηθικής υπευθυνότητας και ευαισθησίας σε θέματα φύλου*  *Άσκηση κριτικής και αυτοκριτικής*  *Προαγωγή της ελεύθερης, δημιουργικής και επαγωγικής σκέψης*  *……*  *Άλλες…*  *…….* |
| Εφαρμογή της γνώσης στην πράξη, Αναζήτηση, ανάλυση και σύνθεση δεδομένων και πληροφοριών, με τη χρήση και των απαραίτητων τεχνολογιών, Αυτόνομη εργασία, Ομαδική εργασία, Παραγωγή νέων ερευνητικών ιδεών, Προαγωγή της ελεύθερης, δημιουργικής και επαγωγικής σκέψης | |

**(3) ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΟ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ**

|  |
| --- |
| 1.Διάλεξη: Βασικές αρχές της Κινησιολογίας – Μέθοδοι Κινηματικής Ανάλυσης 2.Εργαστήριο: Λήψη 2-Δ κινηματικών δεδομένων: •Βάδιση•Άρση από καρέκλα•Στατικό Άλμα •Άλμα βάθους•Ρίψη μπάλας•Λάκτισμα στο ποδόσφαιρο 3.Εργαστήριο Η/Υ: Ανάλυση κινηματικών δεδομένων με το APAS και το Maxtraq 4.Διάλεξη: Αρχές δυναμικής ανάλυσης / Το δυναμοδάπεδο 5.Ανάλυση Κατακόρυφων αλμάτων 6.Ανάλυση Βάδισης και άρσης από καρέκλα 7.Ανάλυση πολύ-αρθρικών αθλητικών τεχνικών 8.Ανάλυση της ισομετρικής δύναμης 9. Κύκλος διάτασης βράχυνσης 10. Ανάλυση πελματικών πιέσεων και της ισορροπίας 11. Ηλεκτρομυογραφία / Επίδειξη λογισμικού Biopac 12. Aρχιτεκτονική των μυών 13. Εργαστήριο ανάλυσης ηλεκτρομυογραφικών δεδομένων και διάτασης του επιγονατιδιαίου τένοντα με το Biopac και το MaxTraq. |

**(4) ΔΙΔΑΚΤΙΚΕΣ και ΜΑΘΗΣΙΑΚΕΣ ΜΕΘΟΔΟΙ - ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ**

|  |  |
| --- | --- |
| **ΤΡΟΠΟΣ ΠΑΡΑΔΟΣΗΣ** *Πρόσωπο με πρόσωπο, Εξ αποστάσεως εκπαίδευση κ.λπ.* | Πρόσωπο με πρόσωπο, Eξ απoστάσεως εκπαίδευση |
| **ΧΡΗΣΗ ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΩΝ ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΑΣ ΚΑΙ ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΩΝ** *Χρήση Τ.Π.Ε. στη Διδασκαλία, στην Εργαστηριακή Εκπαίδευση, στην Επικοινωνία με τους φοιτητές* | Χρήση Τ.Π.Ε. στη Διδασκαλία, Χρήση Τ.Π.Ε. στην Εργαστηριακή Εκπαίδευση, Χρήση Τ.Π.Ε. στην Επικοινωνία με τους φοιτητές  *Περιγραφή:* |
| **ΟΡΓΑΝΩΣΗ ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑΣ**  *Περιγράφονται αναλυτικά ο τρόπος και μέθοδοι διδασκαλίας.*  *Διαλέξεις, Σεμινάρια, Εργαστηριακή Άσκηση, Άσκηση Πεδίου, Μελέτη & ανάλυση βιβλιογραφίας, Φροντιστήριο, Πρακτική (Τοποθέτηση), Κλινική Άσκηση, Καλλιτεχνικό Εργαστήριο, Διαδραστική διδασκαλία, Εκπαιδευτικές επισκέψεις, Εκπόνηση μελέτης (project), Συγγραφή εργασίας / εργασιών, Καλλιτεχνική δημιουργία, κ.λπ.*  *Αναγράφονται οι ώρες μελέτης του φοιτητή για κάθε μαθησιακή δραστηριότητα καθώς και οι ώρες μη καθοδηγούμενης μελέτης σύμφωνα με τις αρχές του ECTS* | |  |  | | --- | --- | | ***Δραστηριότητα*** | ***Φόρτος Εργασίας Εξαμήνου*** | | |  |  | | --- | --- | | Διαλέξεις | 39 | | Εργαστηριακή Άσκηση | 50 | | Μελέτη και ανάλυση βιβλίων και άρθρων | 34 | | Εξετάσεις | 2 | | | | Σύνολο Μαθήματος | 125 | |
| **ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ ΦΟΙΤΗΤΩΝ**  *Περιγραφή της διαδικασίας αξιολόγησης*  *Γλώσσα Αξιολόγησης, Μέθοδοι αξιολόγησης, Διαμορφωτική ή Συμπερασματική, Δοκιμασία Πολλαπλής Επιλογής, Ερωτήσεις Σύντομης Απάντησης, Ερωτήσεις Ανάπτυξης Δοκιμίων, Επίλυση Προβλημάτων, Γραπτή Εργασία, Έκθεση / Αναφορά, Προφορική Εξέταση, Δημόσια Παρουσίαση, Εργαστηριακή Εργασία, Κλινική Εξέταση Ασθενούς, Καλλιτεχνική Ερμηνεία, Άλλη / Άλλες*  *Αναφέρονται ρητά προσδιορισμένα κριτήρια αξιολόγησης και εάν και που είναι προσβάσιμα από τους φοιτητές.* | *Περιγραφή διαδικασίας:*  Τελικές Γραπτές εξετάσεις σε επίλυση προβλημάτων χρησιμοποιώντας συγκεκριμένα επιστημονικά εργαλεία  *Μέθοδοι Αξιολόγησης:*  Γραπτή Εξέταση με Ερωτήσεις Πολλαπλής Επιλογής (Συμπερασματική), Γραπτή Εξέταση με Ερωτήσεις Σύντομης Απάντησης (Συμπερασματική), Γραπτή Εξέταση με Επίλυση Προβλημάτων (Συμπερασματική) |

**(5) ΣΥΝΙΣΤΩΜΕΝΗ-ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ**

|  |
| --- |
| *- Προτεινόμενη Βιβλιογραφία:*  Κέλλης, Ε. Νευρομηχανικές Αρχές Αξιολόγησης της δύναμης. Εκδόσεις Τελέθριο, 2009Baumann, W. 1996. Βασικές αρχές της Βιομηχανικής των αθλητικών κινήσεων (μετάφραση-επιμέλεια: Χρ. Παπαδόπουλος). Eκδόσεις Σάλτο 1996,Παπαδόπουλος, Χ. 2005. Κινησιολογία Κλασικού Αθλητισμού, Εκδόσεις Τελέθριον. Αθήνα.Adrian, M., and J. M. Cooper. 1994. Biomechanics of human movement. 2nd ed. Dubuque, IA: Wm. C. Brown Communications.Cavanagh, P. R. 1990. Biomechanics of distance running. Human Kinetics Books.Dainty, D. A., and R. W. Norman. 1987. Standardizing biomechanical testing in sport. Champaign, IL: Human Kinetics.Delp, D., and S. Delp. 1989. Understanding human movement with computer graphics. Soma 3(3): 17-25.De Luca, C. J. 1997. The use of surface electromyography in biomechanics. Journal of Applied Biomechanics. 13:1, 35-63.Frederick, E. C. 1986. In search of the asymptote: Projecting the limits of human performance. International Journal of Sport Biomechanics 2: 1-5.Gowitzke, B. A. 1984. Muscles alive in sport. In Biomechanics: The 1984 Olympic Scientific Congress Proceedings, edited by M. Adrian and H. Deutsch. Eugene, OR: Microform Publications.Goldstein, H. 1965. Classical mechanics. Reading, MA: Addison-Wesley.Grabiner M. D. 1993. Current Issues in Biomechanics. Human Kinetics Publishers.Hamilton, N., and K. Luttgens. 2003. Κινησιολογία. Επιστημονική βάση της ανθρώπινης κίνησης (επιμέλεια: Γ. Γιόφτσος). Επιστημονικές Εκδόσεις Παρισιανού ΑΕ. Αθήνα.Loy, D. J., and A. S. Voloshin. 1991. Biomechanics of stair walking and jumping. Journal of Sports Sciences 9:1, 37-49.Murray, M. P., A. B. Drought, and R. C. Kory. 1964. Walking patterns of normal men. Journal of Bone and Joint Surgery 46A:3, 35-60.Murray, M. P., R. C. Kory, and S. B. Sepic. 1970. Walking patterns of normal women. Archive of Physical Medicine Rehabilitation 51:6, 37-50.Nigg, B. M., and W. Herzog. 1995. Biomechanics of the musculoskeletal system. John Wiley & Sons.Rose, J., and J. G. Gamble. 1994. Human walking. Baltimore: Williams & Wilkins.Synge, J.L., and B.A. Griffith. 1959. Principles of mechanics. New York: McGraw Hill.Vaughn, C. L. 1984. Computer simulation of human motion in sports biomechanics. Exercise and Sport Sciences Reviews 12: 373-416.Yeadon, M. R., and J. H. Challis. 1994. The future of performance-related sports biomechanics research. Journal of Sports Sciences 12: 3-32.Zatsiorsky, V. M., and V. L. Fortney. 1993. Sport biomechanics 2000. Journal of Sports Sciences 11:2, 79-83.Zatsiorsky, V. M. 1998. Kinematics of Human Motion: Human Kinetics.Winter, D. A. 1990. Biomechanics and motor control of human movement. John Wiley & Sons.  *- Επιπρόσθετη βιβλιογραφία για μελέτη:* |

# Εξάμηνο Γ

**ΠΕΡΙΓΡΑΜΜΑ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ**

1. **ΓΕΝΙΚΑ**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **ΣΧΟΛΗ** | Επιστημών Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού | | | | |
| **ΤΜΗΜΑ** | Επιστήμης Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού, με έδρα τις Σέρρες | | | | |
| **ΕΠΙΠΕΔΟ ΣΠΟΥΔΩΝ** | Μεταπτυχιακό | | | | |
| **ΚΩΔΙΚΟΣ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ** | 011 | **ΕΞΑΜΗΝΟ ΣΠΟΥΔΩΝ** | | 3 | |
| ΤΙΤΛΟΣ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ | *ΜΕΤΑΠΤΥΧΙΑΚΗ ΔΙΠΛΩΜΑΤΙΚΗ ΕΡΓΑΣΙΑ* | | | | |
| **ΑΥΤΟΤΕΛΕΙΣ ΔΙΔΑΚΤΙΚΕΣ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ**  *σε περίπτωση που οι πιστωτικές μονάδες απονέμονται σε διακριτά μέρη του μαθήματος π.χ. Διαλέξεις, Εργαστηριακές Ασκήσεις κ.λπ. Αν οι πιστωτικές μονάδες απονέμονται ενιαία για το σύνολο του μαθήματος αναγράψτε τις εβδομαδιαίες ώρες διδασκαλίας και το σύνολο των πιστωτικών μονάδων* | | | **ΕΒΔΟΜΑΔΙΑΙΕΣ ΩΡΕΣ ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑΣ** | | **ΠΙΣΤΩΤΙΚΕΣ ΜΟΝΑΔΕΣ** |
| |  |  |  | | --- | --- | --- | | Εργαστηριακή Άσκηση |  |  | | Μελέτη και ανάλυση βιβλίων και άρθρων |  |  | | Εκπαιδευτικές επισκέψεις και παρακολούθηση συνεδρίων / σεμιναρίων / εκδηλώσεων |  |  | | Εκπόνηση μελέτης (project) |  |  | | Συγγραφή εργασίας / εργασιών |  |  | | | | | | |
|  | | |  | | 30.0000 |
| **ΤΥΠΟΣ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ**  *γενικού υποβάθρου,  ειδικού υποβάθρου, ειδίκευσης*  *γενικών γνώσεων, ανάπτυξης δεξιοτήτων* | Εμβάθυνσης / Εμπέδωσης Γνώσεων | | | | |
| **ΠΡΟΑΠΑΙΤΟΥΜΕΝΑ ΜΑΘΗΜΑΤΑ:** |  | | | | |
| **ΓΛΩΣΣΑ ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑΣ και ΕΞΕΤΑΣΕΩΝ:** | Ελληνικά (Διδασκαλία,Εξέταση) | | | | |
| **ΤΟ ΜΑΘΗΜΑ ΠΡΟΣΦΕΡΕΤΑΙ ΣΕ ΦΟΙΤΗΤΕΣ ERASMUS** |  | | | | |
| **ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΗ ΣΕΛΙΔΑ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ (URL)** | https://qa.auth.gr/class/1/600245907 | | | | |

1. **ΜΑΘΗΣΙΑΚΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ**

|  |  |
| --- | --- |
| **Μαθησιακά Αποτελέσματα**  *Περιγράφονται τα μαθησιακά αποτελέσματα του μαθήματος οι συγκεκριμένες γνώσεις, δεξιότητες και ικανότητες καταλλήλου επιπέδου που θα αποκτήσουν οι φοιτητές μετά την επιτυχή ολοκλήρωση του μαθήματος.*  *Συμβουλευτείτε το Παράρτημα Α*   * *Περιγραφή του Επιπέδου των Μαθησιακών Αποτελεσμάτων για κάθε ένα κύκλο σπουδών σύμφωνα με το Πλαίσιο Προσόντων του Ευρωπαϊκού Χώρου Ανώτατης Εκπαίδευσης* * *Περιγραφικοί Δείκτες Επιπέδων 6, 7 & 8 του Ευρωπαϊκού Πλαισίου Προσόντων Διά Βίου Μάθησης και το Παράρτημα Β*   *Περιληπτικός Οδηγός συγγραφής Μαθησιακών Αποτελεσμάτων* | |
| Με την επιτυχή ολοκλήρωση του μαθήματος, ο/η φοιτητής/τρια : 1) θα μπορεί να αναζητήσει, επιλέξει, αναλύσει και συνθέσει βιβλιογραφικά δεδομένα σε συγκεκριμένο επιστημονικό πεδίο και θέμα της Κινησιολογίας, 2) θα μπορεί να οργανώσει το θεωρητικό/βιβλιογραφικό υλικό και να εξοικειωθεί με συγκεκριμένο τρόπο γραφής του επιστημονικού κειμένου, 3) θα μπορεί να εξοικειωθεί με την έννοια της λογοκλοπής και την αποφυγή της μέσω της αναπαραγωγής βιβλιογραφικών δεδομένων, 4) θα εξοικειωθεί με την χρήση και παράθεση βιβλιογραφικών αναφορών, 5) θα μπορεί να οργανώσει και να εκτελέσει πειράματα, και να συλλέξει τα ερευνητικά δεδομένα και να τα συσχετίσει με αυτά άλλων ερευνών, 6) θα μπορεί να αναλύσει (στατιστική ανάλυση) και να ερμηνεύσει τα ερευνητικά δεδομένα, και 6) θα μπορεί να οργανώσει και παρουσιάσει τα δεδομένα της μεταπτυχιακής εργασίας του σε ευρύ κοινό. | |
| **Γενικές Ικανότητες** | |
| *Λαμβάνοντας υπόψη τις γενικές ικανότητες που πρέπει να έχει αποκτήσει ο πτυχιούχος (όπως αυτές αναγράφονται στο Παράρτημα Διπλώματος και παρατίθενται ακολούθως) σε ποια / ποιες από αυτές αποσκοπεί το μάθημα;.* | |
| *Αναζήτηση, ανάλυση και σύνθεση δεδομένων και πληροφοριών, με τη χρήση και των απαραίτητων τεχνολογιών*  *Προσαρμογή σε νέες καταστάσεις*  *Λήψη αποφάσεων*  *Αυτόνομη εργασία*  *Ομαδική εργασία*  *Εργασία σε διεθνές περιβάλλον*  *Εργασία σε διεπιστημονικό περιβάλλον*  *Παράγωγή νέων ερευνητικών ιδεών* | *Σχεδιασμός και διαχείριση έργων*  *Σεβασμός στη διαφορετικότητα και στην πολυπολιτισμικότητα*  *Σεβασμός στο φυσικό περιβάλλον*  *Επίδειξη κοινωνικής, επαγγελματικής και ηθικής υπευθυνότητας και ευαισθησίας σε θέματα φύλου*  *Άσκηση κριτικής και αυτοκριτικής*  *Προαγωγή της ελεύθερης, δημιουργικής και επαγωγικής σκέψης*  *……*  *Άλλες…*  *…….* |
| Εφαρμογή της γνώσης στην πράξη, Αναζήτηση, ανάλυση και σύνθεση δεδομένων και πληροφοριών, με τη χρήση και των απαραίτητων τεχνολογιών, Προσαρμογή σε νέες καταστάσεις, Λήψη αποφάσεων, Αυτόνομη εργασία, Ομαδική εργασία, Εργασία σε διεπιστημονικό περιβάλλον, Παραγωγή νέων ερευνητικών ιδεών, Άσκηση κριτικής και αυτοκριτικής, Προαγωγή της ελεύθερης, δημιουργικής και επαγωγικής σκέψης | |

1. **ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΟ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ**

|  |
| --- |
| Η Μεταπτυχιακή Διπλωματική Εργασία στοχεύει στην εκπόνηση από τον/την φοιτητή/τρια επιστημονικής έρευνας, με κοινοποίηση των αποτελεσμάτων τους, τόσο γραπτά όσο και προφορικά, σύμφωνα με τα ισχύοντα στη διεθνή επιστημονική κοινότητα. Έχει ως αντικείμενο την ανασκόπηση της επιστημονικής βιβλιογραφίας, την διεξαγωγή της έρευνας και την γραπτή και προφορική παρουσίαση της πρότασης και των τελικών αποτελεσμάτων στην τριμελή επιτροπή που αξιολογεί την Μεταπτυχιακή Διπλωματική Εργασία.1) Επιλογή και κατάθεση του θέματος, της βιβλιογραφικής ανασκόπησης και του πειραματικού πρωτοκόλλου (της πρόταση),2) Δημόσια παρουσίαση της πρότασης της ΜΔΕ που αφορά στη βιβλιογραφική ανασκόπηση και το πειραματικό πρωτόκολλο (2ο δεκαπενθήμερο Δεκεμβρίου ή Μαΐου),3) Διεξαγωγή μελέτης,4) Συγγραφή της μεταπτυχιακής διπλωματικής εργασίας και5) Υποστήριξη της μεταπτυχιακής διπλωματικής εργασίας ενώπιων της τριμελούς επιτροπής. |

1. **ΔΙΔΑΚΤΙΚΕΣ και ΜΑΘΗΣΙΑΚΕΣ ΜΕΘΟΔΟΙ - ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ**

|  |  |
| --- | --- |
| **ΤΡΟΠΟΣ ΠΑΡΑΔΟΣΗΣ** *Πρόσωπο με πρόσωπο, Εξ αποστάσεως εκπαίδευση κ.λπ.* | Πρόσωπο με πρόσωπο, Eξ απoστάσεως εκπαίδευση |
| **ΧΡΗΣΗ ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΩΝ ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΑΣ ΚΑΙ ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΩΝ** *Χρήση Τ.Π.Ε. στη Διδασκαλία, στην Εργαστηριακή Εκπαίδευση, στην Επικοινωνία με τους φοιτητές* | Χρήση Τ.Π.Ε. στην Εργαστηριακή Εκπαίδευση, Χρήση Τ.Π.Ε. στην Επικοινωνία με τους φοιτητές  *Περιγραφή:* |
| **ΟΡΓΑΝΩΣΗ ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑΣ**  *Περιγράφονται αναλυτικά ο τρόπος και μέθοδοι διδασκαλίας.*  *Διαλέξεις, Σεμινάρια, Εργαστηριακή Άσκηση, Άσκηση Πεδίου, Μελέτη & ανάλυση βιβλιογραφίας, Φροντιστήριο, Πρακτική (Τοποθέτηση), Κλινική Άσκηση, Καλλιτεχνικό Εργαστήριο, Διαδραστική διδασκαλία, Εκπαιδευτικές επισκέψεις, Εκπόνηση μελέτης (project), Συγγραφή εργασίας / εργασιών, Καλλιτεχνική δημιουργία, κ.λπ.*  *Αναγράφονται οι ώρες μελέτης του φοιτητή για κάθε μαθησιακή δραστηριότητα καθώς και οι ώρες μη καθοδηγούμενης μελέτης σύμφωνα με τις αρχές του ECTS* | |  |  | | --- | --- | | ***Δραστηριότητα*** | ***Φόρτος Εργασίας Εξαμήνου*** | | |  |  | | --- | --- | | Εργαστηριακή Άσκηση | 120 | | Μελέτη και ανάλυση βιβλίων και άρθρων | 200 | | Εκπαιδευτικές επισκέψεις και παρακολούθηση συνεδρίων / σεμιναρίων / εκδηλώσεων | 15 | | Εκπόνηση μελέτης (project) | 200 | | Συγγραφή εργασίας / εργασιών | 215 | | | | Σύνολο Μαθήματος | 750 | |
| **ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ ΦΟΙΤΗΤΩΝ**  *Περιγραφή της διαδικασίας αξιολόγησης*  *Γλώσσα Αξιολόγησης, Μέθοδοι αξιολόγησης, Διαμορφωτική ή Συμπερασματική, Δοκιμασία Πολλαπλής Επιλογής, Ερωτήσεις Σύντομης Απάντησης, Ερωτήσεις Ανάπτυξης Δοκιμίων, Επίλυση Προβλημάτων, Γραπτή Εργασία, Έκθεση / Αναφορά, Προφορική Εξέταση, Δημόσια Παρουσίαση, Εργαστηριακή Εργασία, Κλινική Εξέταση Ασθενούς, Καλλιτεχνική Ερμηνεία, Άλλη / Άλλες*  *Αναφέρονται ρητά προσδιορισμένα κριτήρια αξιολόγησης και εάν και που είναι προσβάσιμα από τους φοιτητές.* | *Περιγραφή διαδικασίας:*  •Υποστήριξη της ΜΔΕ (1ο δεκαπενθήμερο Ιουνίου ή Νοεμβρίου ή Φεβρουαρίου). Η υποστήριξη μπορεί να πραγματοποιηθεί κατά τη διάρκεια του 6ου μήνα, από την ημερομηνία παρουσίασης της πρότασης της ΜΔΕ (ελάχιστος χρόνος εκπόνησης της Μεταπτυχιακής Διπλωματικής Εργασίας) και μόνο εάν ο υποψήφιος καταθέσει τη ΜΔΕ γραπτώς σε όλα τα μέλη της τριμελούς επιτροπής, τουλάχιστον δεκαπέντε (15) ημέρες πριν την υποστήριξή της.Μετά την υποστήριξη της Μ.Δ.Ε. συντάσσεται πρακτικό στο οποίο αναφέρεται ο επιμέρους βαθμός κάθε μέλους της Τριμελούς Εξεταστικής Επιτροπής, ο μέσος όρος της βαθμολογίας καθώς και τυχόν παρατηρήσεις ή επισημάνσεις.Κατόπιν της έγκρισής της από την Επιτροπή, αναρτάται υποχρεωτικά στο διαδικτυακό τόπο της Σχολής ή της Βιβλιοθήκης του ΑΠΘ.Αν η κρίση της Μ.Δ.Ε. είναι αρνητική, ο μεταπτυχιακός φοιτητής μπορεί να υποβάλλει την εργασία του ενσωματώνοντας τις επισημάνσεις για τη βελτίωσή της σε χρονικό διάστημα που ορίζει η Τριμελής Εξεταστική Επιτροπή. Αν και η δεύτερη κρίση είναι αρνητική, ο μεταπτυχιακός φοιτητής χάνει το δικαίωμα απονομής του Δ.Μ.Σ.  *Μέθοδοι Αξιολόγησης:*  Γραπτή Εργασία (Συμπερασματική), Προφορική Εξέταση (Συμπερασματική), Δημόσια Παρουσίαση (Συμπερασματική), Εργαστηριακή Εργασία (Διαμορφωτική) |

1. **ΣΥΝΙΣΤΩΜΕΝΗ-ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ**

|  |
| --- |
| *- Προτεινόμενη Βιβλιογραφία:*  *- Επιπρόσθετη βιβλιογραφία για μελέτη:*  Σχετικά ΒοβλίαΔημοσιευμένα άρθρα |

Περίγραμμα/Οδηγός συγγραφής μεταπτυχιακής διατριβής

Για αναλυτικό οδηγό συγγραφής της μεταπτυχιακής εργασίας βλέπε στην ηλεκτρονική διεύθυνση:

<https://kinesiology.phed-sr.auth.gr/sites/default/files/sygrafi_msc_dr_0_0.pdf>