

ΠΕΡΙΓΡΑΜΜΑ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ

1. ΓΕΝΙΚΑ

ΣΧΟΛΗ	ΕΠΙΣΤΗΜΗΣ ΦΥΣΙΚΗΣ ΑΓΩΓΗΣ ΚΑΙ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ		
ΤΜΗΜΑ	ΕΠΙΣΤΗΜΗΣ ΦΥΣΙΚΗΣ ΑΓΩΓΗΣ ΚΑΙ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ		
ΕΠΙΠΕΔΟ ΣΠΟΥΔΩΝ	ΕΠΙΠΕΔΟ 6		
ΚΩΔΙΚΟΣ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ	N547	ΕΞΑΜΗΝΟ ΣΠΟΥΔΩΝ	Εαρινό
ΤΙΤΛΟΣ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ	ΚΑΡΔΙΑΓΓΕΙΑΚΕΣ ΠΑΘΗΣΕΙΣ & ΆΣΚΗΣΗ		
ΑΥΤΟΤΕΛΕΙΣ ΔΙΔΑΚΤΙΚΕΣ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ <i>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</i>	ΕΒΔΟΜΑΔΙΑΙΕΣ ΩΡΕΣ ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑΣ	ΠΙΣΤΩΤΙΚΕΣ ΜΟΝΑΔΕΣ	
	4	8	
<i>Προσθέστε σειρές αν χρειαστεί. Η οργάνωση διδασκαλίας και οι διδακτικές μέθοδοι που χρησιμοποιούνται περιγράφονται αναλυτικά στο 4.</i>			
ΤΥΠΟΣ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ <i>Υποβάθρου, Γενικών Γνώσεων, Επιστημονικής Περιοχής, Ανάπτυξης Δεξιοτήτων</i>	ΕΙΔΙΚΟΤΗΤΑΣ		
ΠΡΟΑΠΑΙΤΟΥΜΕΝΑ ΜΑΘΗΜΑΤΑ:	ΝΑΙ		
ΓΛΩΣΣΑ ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑΣ και ΕΞΕΤΑΣΕΩΝ:	ΕΛΛΗΝΙΚΗ		
ΤΟ ΜΑΘΗΜΑ ΠΡΟΣΦΕΡΕΤΑΙ ΣΕ ΦΟΙΤΗΤΕΣ ERASMUS	ΟΧΙ		
ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΗ ΣΕΛΙΔΑ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ (URL)	https://eclass.duth.gr/courses/KOM02225/		

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 Πλαίσιο Προσόντων του Ευρωπαϊκού Χώρου Ανώτατης Εκπαίδευσης
- Περιγραφικοί Δείκτες Επιπέδων 6, 7 & 8 του Ευρωπαϊκού Πλαισίου Προσόντων Διά Βίου Μάθησης και Παράρτημα Β
- Περιληπτικός Οδηγός συγγραφής Μαθησιακών Αποτελεσμάτων

Στόχος του μαθήματος είναι να αποκτήσουν οι φοιτητές τις απαραίτητες θεωρητικές γνώσεις σχετικά με την παθοφυσιολογία των καρδιαγγειακών παθήσεων (στεφανιαία νόσος, υπέρταση, δυσλιπιδαιμίες, περιφερική αγγειοπάθεια, εγκεφαλικά επεισόδια κ.α.) καθώς και τις δυνατότητες εφαρμογής της άσκησης ως μέσου αποκατάστασης. Θα αναλυθούν διεξοδικά οι μηχανισμοί δράσης της άσκησης σε κάθε πάθηση, οι χρόνιες προσαρμογές που αυτή προκαλεί, ειδικά πρωτόκολλα και είδη άσκησης που εφαρμόζονται καθώς και οι προϋποθέσεις που θα πρέπει να τηρούνται έτσι ώστε η άσκηση να είναι ασφαλής και αποτελεσματική.

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

Μετά την ολοκλήρωση της φοίτησης στο συγκεκριμένο μάθημα, οι φοιτητές –τριες θα είναι ικανοί να:

1. Γνωρίζουν και θα κατανοούν τα βασικά σημεία παθοφυσιολογίας των σημαντικότερων καρδιαγγειακών παθήσεων
2. Κατανοήσουν τους βασικούς μηχανισμούς και τις προσαρμογές που προκαλούν τα διάφορα είδη άσκησης σε ασθενείς με εκδήλωση καρδιαγγειακών παθήσεων
3. Είναι ικανοί να σχεδιάζουν (συνταγογράφηση) και να υλοποιούν (εποπτεία) ειδικά προγράμματα άσκησης σε ασθενείς με εκδήλωση καρδιαγγειακών παθήσεων

3. ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΟ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ

1. Παράγοντες κινδύνου για την εμφάνιση καρδιαγγειακών παθήσεων
2. Η άσκηση ως μέσο πρόληψης-θεραπείας καρδιαγγειακών παθήσεων
3. Παθοφυσιολογία στεφανιαίας νόσου και φάσεις αποκατάστασης
4. Χαρακτηριστικά προγραμμάτων άσκησης σε ασθενείς με στεφανιαία νόσο
5. Προσαρμογές και μηχανισμοί δράσης της άσκησης σε ασθενείς με στεφανιαία νόσο
6. Εργαστήριο I (Δοκιμασία κόπωσης)
7. Εργαστήριο II (Σχεδιασμός προγραμμάτων άσκησης)
8. Παθοφυσιολογία της υπέρτασης
9. Εφαρμογή προγραμμάτων άσκησης σε υπερτασικούς ασθενείς
10. Διαταραχές λιπιδίων και οφέλη της άσκησης
11. Μεταβολικό σύνδρομο: ορισμός και παθογένεια
12. Άσκηση σε ασθενείς με μεταβολικό σύνδρομο
13. Εργαστήριο III (Δοκιμασία ανοχής στη γλυκόζη)
14. Εργαστήριο IV (Πρωτόκολλα δύναμης σε ασθενείς με καρδιαγγειακές παθήσεις)
15. Περιφερική αρτηριοπάθεια και άσκηση
16. Αγγειακά εγκεφαλικά επεισόδια και άσκηση
17. Καρδιακή ανεπάρκεια και άσκηση
18. Άσκηση στο νερό σε ασθενείς με καρδιαγγειακές παθήσεις
19. Ασφάλεια και απώτερη έκβαση της άσκησης σε ασθενείς με καρδιαγγειακές παθήσεις
20. Συγγενείς ανωμαλίες της καρδιάς και άσκηση
21. Εργαστήριο V (Περιπτωσιολογικές μελέτες I)
22. Εργαστήριο VI (Περιπτωσιολογικές μελέτες II)
23. Υποστροφή της αθηρωμάτωσης και άσκηση
24. Επίδραση της άσκησης στην ενδοθηλιακή λειτουργία
25. Προσαρμογές της άσκησης με βάρη σε ασθενείς με καρδιαγγειακές παθήσεις
26. Άσκηση και αγγειακή λειτουργία

4. ΔΙΔΑΚΤΙΚΕΣ και ΜΑΘΗΣΙΑΚΕΣ ΜΕΘΟΔΟΙ - ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ

ΤΡΟΠΟΣ ΠΑΡΑΔΟΣΗΣ	- Διαλέξεις - Εργαστήρια
<i>Πρόσωπο με πρόσωπο, Εξ αποστάσεως εκπαίδευση κ.λπ.</i>	
ΧΡΗΣΗ	Χρήση Τ.Π.Ε. στη Διδασκαλία και στην Επικοινωνία με τους φοιτητές

ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΩΝ ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΑΣ ΚΑΙ ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΩΝ				
<p>Χρήση Τ.Π.Ε. στη Διδασκαλία, στην Εργαστηριακή Εκπαίδευση, στην Επικοινωνία με τους φοιτητές</p>				
<p>ΟΡΓΑΝΩΣΗ ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑΣ</p> <p>Περιγράφονται αναλυτικά ο τρόπος και μέθοδοι διδασκαλίας.</p> <p>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.</p> <p>Αναγράφονται οι ώρες μελέτης του φοιτητή για κάθε μαθησιακή δραστηριότητα καθώς και οι ώρες μη καθοδηγούμενης μελέτης ώστε ο συνολικός φόρτος εργασίας σε επίπεδο εξαμήνου να αντιστοιχεί στα standards του ECTS</p>	Αποτελέσματα μάθησης	Εκπαιδευτικές δραστηριότητες	Αξιολόγηση	Φόρτος Εργασίας Φοιτητή (ώρες)
	Οι φοιτητές θα γνωρίζουν και θα κατανοούν τα βασικά σημεία παθοφυσιολογίας των σημαντικότερων καρδιαγγειακών παθήσεων	Θεωρητικές διαλέξεις	Ενδιάμεσοι έλεγχοι με γραπτές δοκιμασίες γνωστικής αξιολόγησης	100
	Οι φοιτητές θα κατανοήσουν τους βασικούς μηχανισμούς και τις προσαρμογές που προκαλούν τα διάφορα είδη άσκησης σε ασθενείς με εκδήλωση καρδιαγγειακών παθήσεων	Εργαστηριακές ασκήσεις και μαθήματα	Ενδιάμεσα τεστ αξιολόγησης πρακτικών ικανοτήτων των φοιτητών	80
	Οι φοιτητές θα είναι ικανοί να σχεδιάζουν και να εποπτεύουν ειδικά προγράμματα άσκησης σε ασθενείς με εκδήλωση καρδιαγγειακών παθήσεων	Ατομικές/Ομαδικές εργασίες στο σπίτι	Θεωρητικές τελικές εξετάσεις Αξιολόγηση εργασιών	60
			ΣΥΝΟΛΟ	240

<p>ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ ΦΟΙΤΗΤΩΝ</p> <p>Περιγραφή της διαδικασίας αξιολόγησης</p> <p>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</p> <p>Αναφέρονται ρητά προσδιορισμένα κριτήρια αξιολόγησης και εάν και που είναι προσβάσιμα από τους φοιτητές.</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Πρόοδοι (20%) 2. Εργασία ανασκόπησης ή παρουσιάσεις ερευνητικών άρθρων σχετικά με την εφαρμογή της άσκησης σε ασθενείς με καρδιαγγειακές παθήσεις (20%) 3. Τελικές εξετάσεις (60%)
---	---

5. ΣΥΝΙΣΤΩΜΕΝΗ ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

1. Τοκμακίδης Σ. (2003). Άσκηση και χρόνιες παθήσεις. Εκδόσεις Πασχαλίδη.
2. Τοκμακίδης Σ., Βόλακλης Κ. (2008). Η άσκηση ως θεραπευτικό μέσο ασθενών με στεφανιαία νόσο. Εκδόσεις Πασχαλίδη.