

ΠΕΡΙΓΡΑΦΜΑ ΘΕΜΑΤΙΚΗΣ ΕΝΟΤΗΤΑΣ/ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ

ΔΙΔΑΣΚΟΝΤΕΣ	1. ΑΓΓΕΛΟΥΣΗΣ ΝΙΚΟΛΑΟΣ, ΚΑΘΗΓΗΤΗΣ ΤΕΦΑΑ, ΔΠΘ 2. ΜΑΚΡΗ Ε., ΥΠ. ΔΙΔΑΚΤΟΡΑΣ ΤΕΦΑΑ 3. ΜΑΛΛΙΟΥ ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ, ΚΑΘΗΓΗΤΡΙΑ ΤΕΦΑΑ, ΔΠΘ 4. ΜΠΕΝΕΚΑ ΑΝΑΣΤΑΣΙΑ, ΚΑΘΗΓΗΤΡΙΑ ΤΕΦΑΑ, ΔΠΘ 5. ΠΡΩΤΟΠΑΠΠΑ ΜΑΡΙΑ, ΥΠ. ΔΙΔΑΚΤΟΡΑΣ ΤΕΦΑΑ
--------------------	--

• **ΓΕΝΙΚΑ**

ΤΙΤΛΟΣ ΘΕΜΑΤΙΚΗΣ ΕΝΟΤΗΤΑΣ/ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ			
ΑΥΤΟΤΕΛΕΙΣ ΔΙΔΑΚΤΙΚΕΣ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ <i>σε περίπτωση που οι πιστωτικές μονάδες απονέμονται σε διακριτά μέρη π.χ. Διαλέξεις, Εργαστηριακές Ασκήσεις κ.λπ. αναγράφτε τις συνολικές ώρες διδασκαλίας και πιστωτικών μονάδων</i>		ΣΥΝΟΛΙΚΕΣ ΩΡΕΣ ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑΣ	ΠΙΣΤΩΤΙΚΕΣ ΜΟΝΑΔΕΣ
Pilates σε νευρολογικούς ασθενείς		48	2
ΓΛΩΣΣΑ ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑΣ και ΕΞΕΤΑΣΕΩΝ:		Ελληνική	

• **ΜΑΘΗΣΙΑΚΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ**

Μαθησιακά Αποτελέσματα <i>Περιγράφονται τα μαθησιακά αποτελέσματα της θεματικής ενότητας μαθήματος οι συγκεκριμένες γνώσεις, δεξιότητες και ικανότητες καταλλήλου επιπέδου που θα αποκτήσουν οι εκπαιδευόμενοι μετά την επιτυχή ολοκλήρωση του μαθήματος.</i>	
Μετά την ολοκλήρωση του προγράμματος οι εκπαιδευόμενοι/ες αναμένεται να γνωρίζουν: Τα βασικά χαρακτηριστικά και τις επιπτώσεις νευρολογικών παθήσεων στο σώμα και την κίνηση 1. Τις αρχές του Pilates και πως αυτές μπορούν να προσαρμοστούν στις ανάγκες των ασκούμενων με νευρολογικές παθήσεις. 2. Ασκήσεις που ενισχύουν τη κινητικότητα, την ισορροπία και την δύναμη βασισμένες στη μέθοδο Pilates με τη χρήση του μικρού και του μεγάλου εξοπλισμού.	
Γενικές Ικανότητες <i>Σημειώστε γενικές ικανότητες που αποκτά ο εκπαιδευόμενος σε ποια / ποιες από αυτές αποσκοπεί το μάθημα.:</i>	
<i>Αναζήτηση, ανάλυση και σύνθεση δεδομένων και πληροφοριών, με τη χρήση και των απαραίτητων τεχνολογιών</i> <i>Προσαρμογή σε νέες καταστάσεις</i> <i>Λήψη αποφάσεων</i> <i>Αυτόνομη εργασία</i> <i>Ομαδική εργασία</i> <i>Εργασία σε διεθνές περιβάλλον</i> <i>Εργασία σε διεπιστημονικό περιβάλλον</i> <i>Παράγωγή νέων ερευνητικών ιδεών</i>	<i>Σχεδιασμός και διαχείριση έργων</i> <i>Σεβασμός στη διαφορετικότητα και στην πολυπολιτισμικότητα</i> <i>Σεβασμός στο φυσικό περιβάλλον</i> <i>Επίδειξη κοινωνικής, επαγγελματικής και ηθικής υπευθυνότητας και εναισθησίας σε θέματα φύλου</i> <i>Άσκηση κριτικής και αυτοκριτικής</i> <i>Προαγωγή της ελεύθερης, δημιουργικής και επαγωγικής σκέψης</i>

• **ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΟ ΘΕΜΑΤΙΚΗΣ ΕΝΟΤΗΤΑΣ/ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ**

Ανατομία του σώματος-Σύντομη αναφορά στα Ερειστικό/Μυϊκό/ Νευρικό σύστημα Λειτουργική ανατομική του σώματος Κινησιολογία Εισαγωγή στην θεωρία της μεθόδου Pilates Προασκήσεις και οδηγίες της μεθόδου Ειδικά θέματα λειτουργικής ανατομικής και αρχές της μεθόδου Pilates Αναπνοή Εισαγωγή στις νευρολογικές παθήσεις Εγκεφαλικό επεισόδιο
--

Pilates σε ασθενείς με εγκεφαλικό επεισόδιο πρακτικό μέρος Σκλήρυνση κατά πλάκας Νόσος του Πάρκινσον Pilates σε ασθενείς με Σκλήρυνση κατά πλάκας πρακτικό μέρος Pilates σε ασθενείς με Νόσος του Πάρκινσον πρακτικό μέρος Αξιολόγηση νευρολογικού ασθενή Προαιρετικό Κομοτηνή Προαιρετικό μάθημα δια ζώσης Κομοτηνή

• **ΔΙΔΑΚΤΙΚΕΣ και ΜΑΘΗΣΙΑΚΕΣ ΜΕΘΟΔΟΙ - ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ**

ΤΡΟΠΟΣ ΠΑΡΑΔΟΣΗΣ <i>Πρόσωπο με πρόσωπο, Εξ αποστάσεως εκπαίδευση κ.λπ.</i>	Η διδασκαλία θα πραγματοποιηθεί με μεθόδους εξ αποστάσεως διδασκαλίας, με ασύγχρονες (eClass) και σύγχρονες online διαλέξεις (με την χρήση του Teams). Οι διαλέξεις θα περιέχουν σε μεγάλο τους μέρος βίντεο και φωτογραφικό υλικό από κατάλληλο ασκησιολόγιο που εκτελείται με την χρήση του εξοπλισμού Pilates (μικρό και μεγάλο εξοπλισμό) Η δια ζώσης διδασκαλία θα πραγματοποιηθεί στα studio Pilates στις εγκαταστάσεις του ΤΕΦΑΑ
ΧΡΗΣΗ ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΩΝ ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΑΣ ΚΑΙ ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΩΝ <i>Χρήση Τ.Π.Ε. στη Διδασκαλία, στην Εργαστηριακή Εκπαίδευση, στην Επικοινωνία με τους εκπαιδευόμενους</i>	Για τη συμμετοχή στο πρόγραμμα, απαιτείται η πρόσβαση στο Διαδίκτυο, η κατοχή προσωπικού e-mail, βασικές γνώσεις χειρισμού ηλεκτρονικών υπολογιστών.)
ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ ΕΚΠΑΙΔΕΥΟΜΕΝΩΝ <i>Περιγραφή της διαδικασίας αξιολόγησης</i> <i>Γλώσσα Αξιολόγησης, Μέθοδοι αξιολόγησης, Διαμορφωτική ή Συμπερασματική, Δοκιμασία Πολλαπλής Επιλογής, Ερωτήσεις Σύντομης Απάντησης, Ερωτήσεις Ανάπτυξης Δοκιμών, Επίλυση Προβλημάτων, Γραπτή Εργασία, Έκθεση / Αναφορά, Προφορική Εξέταση, Δημόσια Παρουσίαση, Εργαστηριακή Εργασία, Κλινική Εξέταση Ασθενούς, Καλλιτεχνική Ερμηνεία, Άλλη / Άλλες</i> <i>Αναφέρονται ρητά προσδιορισμένα κριτήρια αξιολόγησης και εάν και που είναι προσβάσιμα από τους εκπαιδευόμενους.</i>	Η αξιολόγηση των εκπαιδευομένων θα γίνεται: Μετά την ολοκλήρωση της θεματικής ενότητας, με ερωτήσεις πολλαπλών επιλογών μέσω της πλατφόρμας eClassDUTH και συγκεκριμένα του Εργαλείου «Ασκήσεις». Οι εκπαιδευόμενοι μέσω των ερωτήσεων θα αξιολογούνται στην θεωρία που διδασχόταν, στην ικανότητα αναγνώρισης σωστής και λάθους τεχνικής εκτέλεσης των ασκήσεων και στην κατανόηση των περιορισμών που έχουν άτομα με νευρολογικές παθήσεις Σε περίπτωση που κάποιος εκπαιδευόμενος δεν ανταποκριθεί στην κανονική εξέταση λόγω ανωτέρας βίας (ασθένειας, τεχνικών προβλημάτων, προσωπικών προβλημάτων κλπ.), θα υπάρξει επαναληπτική εξέταση που θα ορίζεται μέσα σε διάστημα ενός μηνός.

• **ΣΥΝΙΣΤΩΜΕΝΗ ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ**

1. Μάλλιου Π. (2023). UNI PILATES. Αθήνα: Εκδόσεις Κωνσταντάρας, ISBN: 9789606081132. 2. Nichols-Larsen D. (2017). Νευρολογική αποκατάσταση. Επιμέλεια: Δ. Μπακαλίδου. Αθήνα: Ι. Κωνσταντάρας. ISBN: 9789606802997. 3. Stokes M. & Stack E. (2016). ΚΛΙΝΙΚΗ ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗ ΓΙΑ ΝΕΥΡΟΛΟΓΙΚΕΣ ΚΑΤΑΣΤΑΣΕΙΣ (3Η ΕΚΔ.) Επιμέλεια Κ. Κατσουλάκης. Αθήνα: Εκδόσεις Παρισιάνου Α.Ε. ISBN: 9789603949664 4. Meikis L, Wicker P, Donath L. Effects of Pilates Training on Physiological and Psychological Health Parameters in Healthy Older Adults and in Older Adults With Clinical Conditions Over 55 Years: A Meta-Analytical Review. Front Neurol. 2021 Oct 25;12:724218. doi: 10.3389/fneur.2021.724218.

5. Cronin E, Monaghan K. Online neuropilates classes in chronic stroke patients: Protocol for a randomised controlled feasibility study. *Contemp Clin Trials Commun.* 2023 Jan 20;32:101068. doi: 10.1016/j.conctc.2023.101068.
6. García-Bravo C, Delgado-Lobete L, Montes-Montes R, Rodríguez-Pérez MP, Trugeda-Pedrajo N, Fernández-Gómez G, García-Bravo S. Effects of Neuropilates on Functional Outcomes in Chronic Stroke: A Randomized Clinical Trial. *Healthcare (Basel).* 2024 Apr 17;12(8):850. doi: 10.3390/healthcare12080850.
7. Miri, S. , Nazari, A. M. , Khalili, A. , Eftekhari, B. and Kameli Koleti, M. E. (2024). Effects of Pilates exercises on the quality-of-life in patients with multiple sclerosis: A narrative review. *Journal of Nursing Reports in Clinical Practice*, 3(Issue 1), 96-102. doi: 10.32598/JNRCP.2312.1007