

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	017	ΕΞΑΜΗΝΟ ΣΠΟΥΔΩΝ	1
ΤΙΤΛΟΣ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ	Πρόληψη τραυματισμών στο ποδόσφαιρο		
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	
Διαλέξεις Σεμινάρια Άσκηση Πεδίου Μελέτη και ανάλυση βιβλίων και άρθρων Συγγραφή εργασίας / εργασιών Εξετάσεις	3	6.0000	
ΤΥΠΟΣ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ <i>γενικού υποβάθρου, ειδικού υποβάθρου, ειδικευσης γενικών γνώσεων, ανάπτυξης δεξιοτήτων</i>	Εμβάθυνσης / Εμπέδωσης Γνώσεων		
ΠΡΟΑΠΑΙΤΟΥΜΕΝΑ ΜΑΘΗΜΑΤΑ:			
ΓΛΩΣΣΑ ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑΣ και ΕΞΕΤΑΣΕΩΝ:	Ελληνικά (Διδασκαλία, Εξέταση)		
ΤΟ ΜΑΘΗΜΑ ΠΡΟΣΦΕΡΕΤΑΙ ΣΕ ΦΟΙΤΗΤΕΣ ERASMUS	Ναι		
ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΗ ΣΕΛΙΔΑ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ (URL)	https://qa.auth.gr/class/1/600198170		

(2) ΜΑΘΗΣΙΑΚΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ

<p>Μαθησιακά Αποτελέσματα</p> <p>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.</p> <p>Συμβουλευτείτε το Παράρτημα Α</p> <ul style="list-style-type: none"> 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 <p>1. Να αναγνωρίζουν τους βασικούς μηχανισμούς τραυματισμών του αθλήματος 2. Να σχεδιάζουν ένα βασικό πλάνο καταγραφής τραυματισμών μιας ποδοσφαιρικής ομάδας 3. Να υιοθετήσουν μια στρατηγική πρόληψης τραυματισμών, σύμφωνα με τα διεθνή επιστημονικά δεδομένα 4. Να παρουσιάζουν επιδημιολογικά δεδομένα γραπτώς και προφορικώς 5. Να εφαρμόζουν προγράμματα πρόληψης τραυματισμών</p> <p>Γενικές Ικανότητες</p> <p>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:</p> <p>Αναζήτηση, ανάλυση και σύνθεση δεδομένων και Σχεδιασμός και διαχείριση έργων</p>
--

<p>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</p>	<p>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... </p>
<p>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, Προαγωγή της ελεύθερης, δημιουργικής και επαγωγικής σκέψης</p>	

(3) ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΟ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ

<p>1. Εισαγωγή - Φιλοσοφία της πρόληψης τραυματισμών2. Ανάλυση Παραγόντων Κινδύνου - Μηχανισμοί Πρόκλησης Κακώσεων3. Στρατηγικός Σχεδιασμός Πρόληψης Συνδεσμικών Κακώσεων4., Στρατηγικός Σχεδιασμός Πρόληψης Μυϊκών Κακώσεων5. Επιδημιολογική Ανάλυση Κακώσεων. Φόρμα Καταγραφής Κακώσεων6. Έκκεντρη προπόνηση και πρόληψη τραυματισμών7. Εφαρμοσμένο παράδειγμα προγράμματος πρόληψης 8. Εφαρμοσμένο παράδειγμα: Παιχνίδι ρόλων9. Διατάξεις και πρόληψη τραυματισμών10. Ισοκίνηση και Πρόληψη Τραυματισμών11. Πυρήνας και Πρόληψη Τραυματισμών12. Πρακτικές εφαρμογές στις εγκαταστάσεις Επαγγελματικής ομάδας13. Πρακτικές εφαρμογές στις εγκαταστάσεις Επαγγελματικής ομάδας</p>

(4) ΔΙΔΑΚΤΙΚΕΣ και ΜΑΘΗΣΙΑΚΕΣ ΜΕΘΟΔΟΙ - ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ

<p>ΤΡΟΠΟΣ ΠΑΡΑΔΟΣΗΣ Πρόσωπο με πρόσωπο, Εξ αποστάσεως εκπαίδευση κ.λπ.</p>	<p>Πρόσωπο με πρόσωπο, Εξ αποστάσεως εκπαίδευση</p>	
<p>ΧΡΗΣΗ ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΩΝ ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΑΣ ΚΑΙ ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΩΝ Χρήση Τ.Π.Ε. στη Διδασκαλία, στην Εργαστηριακή Εκπαίδευση, στην Επικοινωνία με τους φοιτητές</p>	<p>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:</p>	
<p>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.</p> <p>Αναγράφονται οι ώρες μελέτης του φοιτητή για κάθε μαθησιακή δραστηριότητα καθώς και οι ώρες μη καθοδηγούμενης μελέτης σύμφωνα με τις αρχές του ECTS</p>	<p>Δραστηριότητα</p>	<p>Φόρτος Εργασίας Εξαμήνου</p>
	<p>Διαλέξεις Σεμινάρια Άσκηση Πεδίου Μελέτη και ανάλυση βιβλίων και άρθρων Συγγραφή εργασίας / εργασιών Εξετάσεις</p>	<p>15 9 21 40 39 26</p>
<p>ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ ΦΟΙΤΗΤΩΝ 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,</p>	<p>Περιγραφή διαδικασίας: Η αξιολόγηση των φοιτητών γίνεται με μια α) ομαδική εργασία και παρουσίαση της στο τέλος του εξαμήνου (50%) και β) σύντομο quiz ερωτήσεων (50%). Μέθοδοι Αξιολόγησης: Γραπτή Εξέταση με Ερωτήσεις Πολλαπλής Επιλογής (Διαμορφωτική, Συμπερασματική), Γραπτή Εξέταση με Ερωτήσεις Σύντομης Απάντησης (Διαμορφωτική, Συμπερασματική), Δημόσια Παρουσίαση (Διαμορφωτική, Συμπερασματική), Έκθεση / Αναφορά (Διαμορφωτική, Συμπερασματική)</p>	

Κλινική Εξέταση Ασθενούς, Καλλιτεχνική Ερμηνεία, Άλλη / Άλλες

Αναφέρονται ρητά προσδιορισμένα κριτήρια αξιολόγησης και εάν και που είναι προσβάσιμα από τους φοιτητές.

(5) ΣΥΝΙΣΤΩΜΕΝΗ-ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

- Προτεινόμενη Βιβλιογραφία:

- 1.Αθλητικοί Τραυματισμοί και Αποκατάσταση, Μάλλιου Π., Γιοφτσίδου Α., Πάφης Γ., Κούτρα Χ. Έκδοση: ΣΕΑΒ, ΚΑΛΛΙΠΟΣ (πηγή), Έτος έκδοσης: 2015, ISBN: 978-960-603-004-8 Διαθέσιμο Δωρεάν, στην σελίδα www.kallipos.gr
- 2.Τεχνικές αποκατάστασης αθλητικών κακώσεων, W.E. PRENTICE ΟΡΘΟΠΑΙΔΙΚΗ ΑΠΟΚΑΤΑΣΤΑΣΗ ΣΤΗΝ ΚΛΙΝΙΚΗ ΠΡΑΞΗ, Brent Brotzman, Robert Manske
- 3.Αθλητικοί τραυματισμοί - πρόληψη & αποκατάσταση Έκδοση: 1η έκδ./2003 Συγγραφείς: Irvin Richard, Iversen Duane, Roy Steven
- 4.Αθλητικές Κακώσεις-Πρόληψη και Θεραπεία Έκδοση: 1/2018, Συγγραφείς: Peterson Lars, Renstrom A.F.H. Per ISBN: 9789963274581 Διαθέτης (Εκδότης): BROKEN HILL PUBLISHERS LTD
- 5.ΑΘΛΗΤΙΚΕΣ ΚΑΚΩΣΕΙΣ Έκδοση: 1/2010 Συγγραφείς: ΑΡΓΥΡΗΣ ΜΗΤΣΟΥ ISBN: 9789606802249 Τύπος: Σύγγραμμα Διαθέτης (Εκδότης): ΙΩΑΝΝΗΣ ΚΩΝΣΤΑΝΤΑΡΑΣ
- 6.Άτλαντας απεικονιστικών μεθόδων στις αθλητικές κακώσεις Έκδοση: 1η/2002 Συγγραφείς: J. ANDERSON, J.W. READ, J. STEINWEG ISBN: 978-960-394-097-5 Τύπος: Σύγγραμμα Διαθέτης (Εκδότης): ΠΑΡΙΣΙΑΝΟΥ
- 7.Soccer Injury Prevention and Treatment: A Guide to Optimal Performance for Players, Parents, and Coaches, Demos Health Publishing; 1 edition (May 5, 2014)

- Επιπρόσθετη βιβλιογραφία για μελέτη:

Science and Football Sports American Journal of Sports Medicine British Journal of Sports Medicine Medicine and Science in Sports and Exercise Journal of Sport Sciences Clinical Biomechanics Journal of Sport Science and Medicine