

Τίτλος Μαθήματος	Αθλητική Φυσικοθεραπεία				
Κωδικός Μαθήματος	PHY405				
Τύπος μαθήματος	Υποχρεωτικό				
Επίπεδο	Πτυχίο (1 <sup>ος</sup> κύκλος)				
Έτος / Εξάμηνο φοίτησης	4 <sup>ος</sup> χρόνος / 1 <sup>ο</sup> τετράμηνο				
Όνομα Διδάσκοντα	Θα ανακοινωθεί				
ECTS	6	Διαλέξεις / εβδομάδα	2 ώρες / 14 εβδομάδες	Εργαστήρια / εβδομάδα	2 ώρες / 14 εβδομάδες
Στόχοι Μαθήματος	<p>Σκοπός του μαθήματος είναι η εκπαίδευση των φοιτητών σε σχέση με τις ιδιαιτερότητες του τραυματισμένου αθλητή όσον αφορά την αξιολόγηση και την αποκατάσταση. Επιπλέον, οι φοιτητές ενημερώνονται σε θέματα που αφορούν στην πρόληψη των αθλητικών τραυματισμών, στην αντιμετώπιση τραυματισμένου αθλητή στον αγωνιστικό χώρο, στο ρόλο και στη συμμετοχή του στην πολυπαραγοντική αθλητιατρική ομάδα.</p>				
Μαθησιακά Αποτελέσματα	<p>Με την ολοκλήρωση του θεωρητικού μέρους του μέρους του μαθήματος ο διδασκόμενος αναμένεται να είναι σε θέση να:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>προσδιορίζει την έννοια της αθλητικής κάκωσης, των συνδρόμων υπέρχρησης και την επιδημιολογία των κακώσεων στα διάφορα αθλήματα</li> <li>προσδιορίζει όλες τις παραμέτρους για την αξιολόγηση και αποκατάσταση τραυματισμένων αθλητών.</li> <li>αναγνωρίζει τη σπουδαιότητα της αποκατάστασης της μυϊκής λειτουργικής ικανότητας και επανάκτηση τροχιάς κίνησης μετά από τραυματισμό αθλητή.</li> <li>υπολογίζει και να επεξηγεί τη σημασία της επανεκπαίδευσης νευρομυϊκού συντονισμού μετά από τραυματισμό.</li> <li>ανακαλεί τις αρχές και τα στάδια αποκατάστασης κακώσεων άνω και κάτω άκρου.</li> <li>αναγνωρίζει τη σπουδαιότητα της πρόληψης των αθλητικών τραυματισμών.</li> <li>αναγνωρίζει τη σημασία της Φυσικοθεραπευτικής αξιολόγησης και της αποκατάστασης που να βασίζεται σε επιστημονικά τεκμηριωμένες πρακτικές (evidence-based practice).</li> </ul> <p>Με την ολοκλήρωση του εργαστηριακού μέρους του μέρους του μαθήματος ο διδασκόμενος αναμένεται να είναι σε θέση να:</p>				

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• αξιολογεί τον τραυματισμένο αθλητή και να εφαρμόζει πρώτες βοήθειες στον αγωνιστικό χώρο εφόσον παραστεί ανάγκη.</li> <li>• εφαρμόζει τις κατάλληλες μεθόδους για αποκατάσταση της μυϊκής και της λειτουργικής ικανότητας</li> <li>• σχεδιάζει και να εφαρμόζει προγράμματα επανεκπαίδευσης νευρομυϊκού συντονισμού</li> <li>• εφαρμόζει προγράμματα Φυσικοθεραπευτικής αποκατάστασης αθλητικών κακώσεων άνω άκρου</li> <li>• εφαρμόζει προγράμματα Φυσιοθεραπευτικής αποκατάστασης αθλητικών κακώσεων κάτω άκρου</li> <li>• εφαρμόζει προγράμματα Φυσιοθεραπευτικής αποκατάστασης αθλητικών κακώσεων σπονδυλικής στήλης</li> <li>• αξιολογεί και να σχεδιάζει, να εφαρμόζει και να επιβλέπει προγράμματα λειτουργικής αποκατάστασης και σταδιακής επανόδου στην αγωνιστική δράση, στηριζόμενος σε επιστημονικά τεκμηριωμένες πρακτικές.</li> <li>• επιλέγει και να εφαρμόζει τα κατάλληλα κλινικά εργαλεία για την αξιολόγηση των ασθενών με αθλητικούς τραυματισμούς, βασισμένοι στη κατάταξη ICF του Παγκόσμιου Οργανισμού Υγείας.</li> </ul>		
Προαπαιτούμενα	PHY310, PHY200	Συναπαιτούμενα	Κανένα
Περιεχόμενο Μαθήματος	<p>Εισαγωγή στις Αθλητικές κακώσεις</p> <p>Οξύς τραυματισμός και σύνδρομα υπέρχρησης</p> <p>Επιδημιολογία τραυματισμών στα διάφορα αθλήματα</p> <p>Αξιολόγηση και Διαχείριση τραυματισμένου αθλητή στον αγωνιστικό χώρο &amp; Πρώτες βοήθειες μέσα στον αγωνιστικό χώρο.</p> <p>Αξιολόγηση τραυματισμένου αθλητή</p> <p>Υποκειμενική αξιολόγηση &amp; αντικειμενική αξιολόγηση</p> <p>Λειτουργική αξιολόγηση – Functional Movement Screening</p> <p>Αποκατάσταση μυϊκής λειτουργικής ικανότητας και επανάκτηση τροχιάς κίνησης μετά από τραυματισμό αθλητή</p> <p>Βιολογικά υλικά και άσκηση, κλειστή και ανοικτή βιοκινητική αλυσίδα, πλειομετρική και μειομετρική συστολή, ισοκίνηση, διατάσεις, λειτουργική άσκηση</p> <p>Επανεκπαίδευση νευρομυϊκού συντονισμού μετά από τραυματισμό αθλητή</p> <p>Νευροφυσιολογία αρθρώσεων και τραυματισμός, νευρομυϊκός συντονισμός, παράμετροι προγράμματος</p>		

Λειτουργική αποκατάσταση - Παράμετροι προγράμματος στο γήπεδο-λειτουργική αποκατάσταση (τρέξιμο, άλματα, πλειομετρική προπόνηση και σταδιακή συμμετοχή στο άθλημα)

Αποκατάσταση αθλητικών κακώσεων κάτω άκρου (1)

Χειρουργικές επεμβάσεις (αρθροσκόπηση), διαφορές προγραμμάτων αποκατάστασης, κακώσεις ποδοκνημικής και άκρου ποδιού, σχεδιασμός προγραμμάτων αποκατάστασης

Αποκατάσταση αθλητικών κακώσεων κάτω άκρου (2)

Κακώσεις γόνατος και ισχίου, σχεδιασμός προγραμμάτων αποκατάστασης

Αποκατάσταση αθλητικών κακώσεων άνω άκρου

Κακώσεις ώμου, αγκώνα και άκρας χείρας, σχεδιασμός προγραμμάτων αποκατάστασης

Αποκατάσταση αθλητικών κακώσεων Σ.Σ

Αστάθεια Σ.Σ, κακώσεις μαλακών μορίων, σπονδυλόλυση και σπονδυλολίσθηση, σχεδιασμός προγραμμάτων αποκατάστασης

Ειδικές Τεχνικές / Δοκιμασίες / Πρωτόκολλα στην Αποκατάσταση, Πρόβλεψη & Πρόληψη αθλητικών κακώσεων

Κριτήρια επιστροφή στον αγωνιστικό χώρο ( Return to Play / Sports Criteria)

Περίδεση (Taping),

EMG- biofeedback και άρση αναχαίτισης,

Φυσικοθεραπευτής και ομάδα -Προετοιμασία αθλητών για ταξίδι,

Ο ρόλος του Φυσικοθεραπευτή στην πολυπαραγοντική αθλητιατρική ομάδα,

Πρωώθηση των δίκαιων πρακτικών παιχνιδιού(fair-play) και ελέγχου για ναρκωτικές ουσίες (Doping), διοργάνωση μεγάλων αθλητικών γεγονότων, φύλλο αγώνα

Αθλητής με ειδικές ανάγκες

Βιομηχανική αθλημάτων, κανόνες και επιδημιολογία τραυματισμών

Εργαστήριο

Οι φοιτητές εφαρμόζουν προγράμματα αποκατάστασης για κάθε περίπτωση τραυματισμού και παρουσιάζουν εργασίες σε σχέση με το περιεχόμενο του μαθήματος με σκοπό την πλήρη κατανόησή του, εφαρμόζοντας την παρατήρηση και την ερμηνεία.

Επιπρόσθετα, οι φοιτητές έχοντας ως βάση τα πιο πάνω εξοικειώνονται στην προσέγγιση και πρόσβαση σε πηγές γνώσεων (βιβλιοθήκες, η- βιβλιοθήκες, διαδίκτυο).

	Παράλληλα, οι φοιτητές αναπτύσσουν, με την εφαρμογή, τεχνικές δεξιότητες για την παροχή της συγκεκριμένης φυσικοθεραπευτικής φροντίδας.						
Μεθοδολογία Διδασκαλίας	Διδασκαλία στην τάξη						
Βιβλιογραφία	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Κων/νος Α. ΦΟΥΣΕΚΗΣ, (2015). 'Εφαρμοσμένη Αθλητική Φυσικοθεραπεία' Εκδοσεις ΠΑΣΧΑΛΙΔΗΣ 2015 <a href="http://www.brokenhill.com.cy">www.brokenhill.com.cy</a></li> <li>2. Brukner P and Khan K. (2017) Clinical Sports Medicine Volume I: Injuries, McGRAW HILL, 5TH ED 2017</li> <li>3. Joyce D and Lewindon D (2016) 'Sport Injury Prevention and Rehabilitation' Routledge 2016</li> <li>4. Prentice, WE., 2011. Rehabilitation Techniques For Sports Medicine And Athletic Training, 5th edition, McGraw-Hill Higher Education</li> <li>6. Hudson, Z. &amp; Small, C. (2011) Managing the Injured Athlete, Churchill Livingstone, (2011). ISBN: 978-0-7020-3004-8</li> <li>7. Andrews, J., Harrelson, G. &amp; Wilk, K. (2012) Physical rehabilitation of the Injured Athlete. 4th Ed. Saunders Elsevier, PA, USA, (2012). ISBN: 9781437724110</li> </ol>						
Αξιολόγηση	<table border="1" style="margin-left: auto; margin-right: auto;"> <tr> <td style="padding: 5px;">Εξετάσεις</td> <td style="text-align: center; padding: 5px;">90%</td> </tr> <tr> <td style="padding: 5px;">Παρουσία και Συμμετοχή στη Τάξη</td> <td style="text-align: center; padding: 5px;">10%</td> </tr> <tr> <td style="padding: 5px;"></td> <td style="text-align: center; padding: 5px;">100%</td> </tr> </table>	Εξετάσεις	90%	Παρουσία και Συμμετοχή στη Τάξη	10%		100%
Εξετάσεις	90%						
Παρουσία και Συμμετοχή στη Τάξη	10%						
	100%						
Γλώσσα	Ελληνική & Αγγλική						