

Τίτλος Μαθήματος	Κλινική Φυσιολογία της Άσκησης				
Κωδικός Μαθήματος	SPE490				
Τύπος μαθήματος	Υποχρεωτικό				
Επίπεδο	Πτυχίο (1 ^{ος} κύκλος)				
Έτος / Εξάμηνο φοίτησης	4 ^ο Έτος / 8 ^ο Εξάμηνο				
Όνομα Διδάσκοντα	Θα ανακοινωθεί				
ECTS	6	Διαλέξεις / εβδομάδα	2 ώρες /14 εβδομάδες	Εργαστήρια / εβδομάδα	1 ώρα /14 εβδομάδες
Στόχοι Μαθήματος	<p>Το παρόν μάθημα αποσκοπεί πρωτίστως στο να παράσχει βασική γνώση σε θέματα που σχετίζονται με τους περιορισμούς που επιφέρει η νόσος γενικότερα στη λειτουργική ικανότητα και ειδικότερα στην ικανότητα για άσκηση ειδικών πληθυσμών όπως είναι μεταξύ άλλων οι ηλικιωμένοι, οι πάσχοντες από καρδιαγγειακές, αναπνευστικές και μεταβολικές παθήσεις. Επίσης στοχεύει στο να ενημερώσει για τις επιδράσεις που μπορεί να έχει η συστηματική άσκηση στον περιορισμό των συμπτωμάτων της νόσου, τη μείωση της νοσηρότητας, τη βελτίωση του επιπέδου υγείας και σωματικής επάρκειας και κατά συνέπεια της ποιότητας ζωής χρόνια πασχόντων ασθενών.</p>				
Μαθησιακά Αποτελέσματα	<p>Αναμένεται ότι με την ολοκλήρωση του μαθήματος, οι φοιτητές/τριες θα είναι σε θέση να:</p> <ul style="list-style-type: none"> • καταγράφουν τους περιορισμούς που επέρχονται στη σωματική ικανότητα ως συνέπεια της νόσου, • περιγράφουν τους παθοφυσιολογικούς μηχανισμούς οι οποίοι συντελούν στον περιορισμό της λειτουργικής ικανότητας, • παρουσιάζουν και ερμηνεύουν αποτελέσματα τα οποία προκύπτουν από την εφαρμογή δοκιμασιών αξιολόγησης χρόνιων ασθενών, • κατηγοριοποιούν τις επιδράσεις που έχει η άσκηση και φυσική δραστηριότητα στις επιμέρους χρόνιες νόσους, • σχεδιάζουν, συνθέτουν και δομούν τα περιεχόμενα προγραμμάτων άσκησης και φυσικής δραστηριότητας σε ειδικούς πληθυσμούς, • εκτιμούν το επίπεδο επικινδυνότητας το οποίο προκύπτει από τη συμμετοχή σε προγράμματα άσκησης διαφόρων διαβαθμίσεων χρόνιων ασθενών. 				
Προαπαιτούμενα	SPE225	Συναπαιτούμενα		Κανένα	
Περιεχόμενο Μαθήματος	<ul style="list-style-type: none"> • Άσκηση, Υγεία και Ευεξία <ul style="list-style-type: none"> ○ Καθοδήγηση - Ρύθμιση της προπονητικής διαδικασίας ○ Αερόβια Ικανότητα ○ Δύναμη ○ Κινητικότητα 				

	<ul style="list-style-type: none"> ○ Συντονιστικές ικανότητες ○ Ταχύτητα • Άσκηση και Ειδικοί Πληθυσμοί <ul style="list-style-type: none"> ○ Παιδική Ηλικία ○ Γηριατρική Άσκηση • Καρδιοπάθειες <ul style="list-style-type: none"> ○ Στεφανιαία Νόσος ○ Χρόνια καρδιακή ανεπάρκεια ○ Βαλβιδοπάθειες • Αγγειοπάθειες <ul style="list-style-type: none"> ○ Υπέρταση ○ Υπερλιπιδαιμίες και Δυσλιπιδαιμίες • Άσκηση και Χρόνιες Πνευμονοπάθειες <ul style="list-style-type: none"> ○ Χρόνια Αποφρακτική Πνευμονοπάθεια ○ Άσθμα • Μεταβολικές Νόσοι <ul style="list-style-type: none"> ○ Σακχαρώδης Διαβήτης ○ Παχυσαρκία ○ Μεταβολικό Σύνδρομο • Άσκηση και Νεφροπάθειες • Νόσοι των Οστών και των Αρθρώσεων <ul style="list-style-type: none"> ○ Οστεοπόρωση ○ Οστεοαρθρίτιδα ○ Ρευματοειδής Αρθρίτιδα • Παθήσεις του Ανοσοποιητικού Συστήματος <ul style="list-style-type: none"> ○ Καρκίνος ○ Σύνδρομο Χρόνιας Ανοσολογικής Ανεπάρκειας (AIDS) • Νευρομυϊκές Παθήσεις <ul style="list-style-type: none"> ○ Πολλαπλή Σκλήρυνση ○ Εγκεφαλική Παράλυση ○ Alzheimer ○ Parkinson • Άσκηση, Στρες και Άγχος • Άσκηση και Κατάθλιψη
<p>Μεθοδολογία Διδασκαλίας</p>	<p>Διδασκαλία στη τάξη Εργασιακός φόρτος φοιτητή Θεωρία στη τάξη: 28 ώρες Εργαστήριο: 14 ώρες Προετοιμασία για ενδιάμεση αξιολόγηση: 25 ώρες Προετοιμασία για τελική αξιολόγηση: 36 ώρες Αυτόνομη μελέτη: 35 ώρες Πρακτική Εξάσκηση στο εργαστήριο: 12 ώρες</p>

	Σύνολο: 150 ώρες								
Βιβλιογραφία	<ol style="list-style-type: none"> 1. Συμμαχία Άσκησης για την Υγεία. Η άσκηση ως μέσο πρόληψης και αποκατάστασης χρόνιων παθήσεων. (2013). http://www.exerciseforhealth.gr 2. Dustine, J. & Moore, G. "ACSM's Άσκηση Χρόνιες Παθήσεις & Αναπηρίες". Ιατρικές εκδόσεις Πασχαλίδης, Αθήνα, Ελλάδα, (2005). ISBN: 960-399-329-8. 3. Thompson, W.R. ACSM's Clinical Exercise Physiology. Human Kinetics Champaign Illinois, USA (2019). ISBN: 9-781-4963-8780-6 4. Taylor, A. & Johnson, M. Physiology of Exercise and Healthy Aging. Human Kinetics Champaign Illinois, USA (2019). ISBN: 9-780-7360-5838-4 5. Ehrman, J., Gordon, P., Visich, P. & Keteyian, S. Clinical Exercise Physiology. 4th Edition. Human Kinetics Champaign Illinois, USA (2018). ISBN: 978-1-4925-8849-8 6. Coast, J.R., & Oden, G. Clinical Exercise Physiology: Physiological Assessments in Health Disease and Sport Performance, 3rd Ed. Kendall Hunt Publishing Company Dubuque, IA, USA (2017). ISBN: 978-1-5249-0159-2 7. Moore, G.E., Durstine, J.L & Painter, P.L. ACSM's Exercise Management for Persons with Chronic Diseases and Disabilities. Human Kinetics Champaign Illinois, USA (2016). ISBN: 978-1-4504-3414-0 8. Scott, A. & Gidlow, C. Clinical Exercise Science. Routledge, Abingdon, UK and New York, (2016). ISBN: 9-781-1346-1784-5 								
Αξιολόγηση	<table border="1" style="margin-left: auto; margin-right: auto;"> <tr> <td>Εξετάσεις</td> <td style="text-align: center;">70%</td> </tr> <tr> <td>Εργασίες</td> <td style="text-align: center;">20%</td> </tr> <tr> <td>Παρουσία και Συμμετοχή στη Τάξη</td> <td style="text-align: center;">10%</td> </tr> <tr> <td></td> <td style="text-align: center;">100%</td> </tr> </table>	Εξετάσεις	70%	Εργασίες	20%	Παρουσία και Συμμετοχή στη Τάξη	10%		100%
Εξετάσεις	70%								
Εργασίες	20%								
Παρουσία και Συμμετοχή στη Τάξη	10%								
	100%								
Γλώσσα	Ελληνική								