

Τίτλος Μαθήματος	Εναλλακτικές φυσικοθεραπευτικές τεχνικές				
Κωδικός Μαθήματος	PHYS314				
Τύπος μαθήματος	ΕΠΙΛΟΓΗΣ				
Επίπεδο	Πτυχίο (Επίπεδο 1)				
Έτος / Εξάμηνο φοίτησης	3 ^ο Έτος / Εαρινό				
Όνομα Διδάσκοντα	Δρ Χρήστος Σάββα				
ECTS	6	Διαλέξεις / εβδομάδα	3	Εργαστήρια / εβδομάδα	
Σκοπός του Μαθήματος	<p>Σκοπός του μαθήματος είναι η εκπαίδευση των φοιτητών σε θέματα που αφορούν στην αντιμετώπιση προβλημάτων του μυοσκελετικού, νευρικού και αναπνευστικού συστήματος με ειδικές, ερευνητικά τεκμηριωμένες, εναλλακτικές φυσικοθεραπευτικές τεχνικές. Συγκεκριμένα, εστιάζεται στο ρόλο και τη συμβολή των εναλλακτικών τεχνικών, στη βελτίωση των δυσλειτουργιών που αφορούν στο δέρμα, στις περιτονίες, στο μυοτενόντιο σύστημα, στα νεύρα, στο περιφερικό κυκλοφορικό και λεμφικό σύστημα, καθώς και στην εφαρμογή των τεχνικών αυτών. Επίσης, το μάθημα προετοιμάζει τον/την φοιτητή/τρια για την αποτελεσματική, τεκμηριωμένη, ασφαλή και ρεαλιστική, κλινική εφαρμογή των τεχνικών αυτών.</p>				
Μαθησιακά αποτελέσματα	<p>Μαθησιακοί στόχοι θεωρητικού μέρους: Ο/Η φοιτητής/τρια με την επιτυχή ολοκλήρωση του θεωρητικού μέρους του μαθήματος, θα είναι σε θέση:</p> <ul style="list-style-type: none"> να γνωρίζει τα φυσιολογικά και βιολογικά αποτελέσματα των διαφόρων εναλλακτικών τεχνικών, και τις αρχές σωστής εφαρμογής αυτών, καθώς επίσης και να είναι ικανός/η να δημιουργεί και να εφαρμόζει ειδικά θεραπευτικά σχήματα που 				

	<p>αφορούν τη μεμονωμένη ή και συνδυασμένη εφαρμογή των τεχνικών αυτών (Pilates, βελονισμός κτλ)</p> <ul style="list-style-type: none"> • να αναγνωρίζει τις ενδείξεις και αντενδείξεις ανάλογα με τη νοσολογική οντότητα και τους θεραπευτικούς στόχους, • να κατανοεί την ευεργετική επίδραση των τεχνικών αυτών στα διάφορα συστήματα και να επιλέγει κριτικά κατάλληλες τεχνικές που να εφαρμόζει σε παθήσεις όπως επώδυνα σύνδρομα γενικά ή τοπικά, μετατραυματικά προβλήματα, προβλήματα κυκλοφορίας άνω και κάτω άκρων, αναπνευστικά προβλήματα και ψυχογενείς καταστάσεις, • να κατέχει τα βασικά κριτήρια αξιολόγησης, επαναξιολόγησης και συνεπακόλουθης επανεπιλογής των διαφόρων τεχνικών, • να αναπτύσσει την κριτική σκέψη που απαιτείται για την ασφαλή εφαρμογή της εναλλακτικών τεχνικών σε παθολογικές καταστάσεις. <p>Μαθησιακοί στόχοι εργαστηριακού μέρους: Ο/Η φοιτητής/τρια με την επιτυχή ολοκλήρωση του εργαστηριακού μέρους του μαθήματος, θα είναι σε θέση:</p> <ul style="list-style-type: none"> • να εκτελεί όλες τις εναλλακτικές τεχνικές με ασφάλεια, • να σχεδιάζει με ασφάλεια και να εφαρμόζει θεραπευτικά σχήματα με βάση τις εναλλακτικές τεχνικές επιλέγοντας τις κατάλληλες μεθόδους και τεχνικές παρέμβασης για την αντιμετώπιση συγκεκριμένων προβλημάτων. 		
Προαπαιτούμενα	Όχι	Συναπαιτούμενα	Όχι
Περιεχόμενο Μαθήματος	<p>Θεωρία</p> <p><u>A. Περιεχόμενα θεωρητικού μέρους του μαθήματος.</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Κλινικό Pilates • Βελονισμός • Yoga • Εικονική πραγματικότητα • Ερευνητική και κλινική τεκμηρίωση εναλλακτικών τεχνικών <p><u>B. Περιεχόμενα εργαστηριακού μέρους του μαθήματος.</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Εφαρμογή των παραπάνω τεχνικών μεταξύ των φοιτητών βασιζόμενοι σε μελέτες περίπτωσης (case studies). Ερευνητικά 		

	<p>τεκμηριωμένη εισαγωγή των τεχνικών επικουρικά σε προγράμματα αποκατάστασης.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Στις ιδιαιτερότητες χορήγησης των φυσικοθεραπευτικών προγραμμάτων αποκατάστασης μέσω εναλλακτικών τεχνικών.
<p>Μεθοδολογία Διδασκαλίας</p>	<p>Θεωρία</p> <p>Η διδασκαλία του μαθήματος συμπεριλαμβάνει διαλέξεις για την προσφορά του θεωρητικού υπόβαθρου των εναλλακτικών τεχνικών. Στη διδασκαλία χρησιμοποιούνται αναλυτικές σημειώσεις με PowerPoint και υλικό πλούσιο σε εικόνες και videos. Μέθοδοι όπως μελέτες περίπτωσης, κλινικά σενάρια, συζήτηση, ερωτήσεις / απαντήσεις χρησιμοποιούνται στην μεθοδολογία διδασκαλίας ανάλογα με τη φύση του μαθήματος. Χρησιμοποιείται επίσης σχετικό υλικό δημοσιευμένο σε διεθνή επιστημονικά περιοδικά για παρακολούθηση των πιο πρόσφατων εξελίξεων σχετικών με το αντικείμενο του μαθήματος.</p> <p>Εργαστήριο</p> <p>Κατά τη διάρκεια των εργαστηριακών μαθημάτων, οι φοιτητές ασκούν και αναπτύσσουν σε μικρές ομάδες, τις κλινικές τους δεξιότητες, στην αξιολόγηση και την εφαρμογή εναλλακτικές τεχνικές έτσι ώστε να μπορούν να εφαρμόσουν με επιτυχία και ασφάλεια σε πραγματικό κλινικό περιβάλλον.</p>
<p>Βιβλιογραφία</p>	<p>Κύρια Συγγράμματα:</p> <p>Chaitow, S., Γκρίλιας, Π., Δημητριάδης, Ζ., Καλλίστρατος, Η., Παπανδρέου, Μ., Στασινόπουλος, Δ., Τσεκούρα, Μ., Φουσέκης, Κ. (2022) <i>Soft Tissue techniques in Physiotherapy</i>. Broken Hill Publishers Ltd.</p> <p>Schleip, R., Findley, T. W., Chaitow, L., & Huijing, P. (Eds.). (2021). <i>Fascia: the tensional network of the human body-e-book: the science and clinical applications in manual and movement therapy</i>. Elsevier Health Sciences.</p> <p>Wood, S. (2018). <i>Pilates for rehabilitation</i>. Human Kinetics.</p> <p>Byers D. (1983) <i>Better Health with Foot Reflexology</i>. Ingham Publishing.</p>

	<p>Clay J.H., Pounds DM. (2008) <i>Basic Clinical Massage Therapy: Integrating Anatomy and Treatment</i> (Lww Massage Therapy & Bodywork Educational Series.), Lippincott William and Wilkins.</p> <p>Αναφορές</p> <p>Wong, Chi Ming, Bradley Rugg, and Jo-Anne Geere. "The effects of Pilates exercise in comparison to other forms of exercise on pain and disability in individuals with chronic non-specific low back pain: A systematic review with meta-analysis." <i>Musculoskeletal Care</i> 21.1 (2023): 78-96.</p> <p>Wu, P. J., & Whillier, S. (2018). Is Pilates an effective rehabilitation tool? A systematic review. <i>Journal of bodywork and movement therapies</i>, 22(1), 192-202.</p> <p>Madsen, M. V., Gøtzsche, P. C., & Hróbjartsson, A. (2009). Acupuncture treatment for pain: systematic review of randomised clinical trials with acupuncture, placebo acupuncture, and no acupuncture groups. <i>Bmj</i>, 338.</p>
Αξιολόγηση	<p>Συνεχής αξιολόγηση (50%):</p> <p>Η αξιολόγηση μπορεί να περιλαμβάνει οποιονδήποτε συνδυασμό των ακόλουθων:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Γραπτή και/ή προφορική, και αποτελείται από ερωτήσεις πολλαπλής επιλογής, σύντομης απάντησης, ερωτήσεις ανοικτού τύπου και/ή ερωτήσεις έκθεσης, οι οποίες ευθυγραμμίζονται με τα μαθησιακά αποτελέσματα, προκειμένου να αξιολογηθεί η θεωρητική γνώση που αποκτήθηκε. Οι ερωτήσεις διασφαλίζουν ότι οι φοιτητές θα επιδείξουν βαθιά κατανόηση του αντικειμένου και θα εφαρμόσουν τις γνώσεις τους για την επίλυση προβλημάτων ή την ανάλυση σεναρίων. • Οι εργασίες και τα ερευνητικά σχέδια παρέχουν ευκαιρίες στους φοιτητές να εφαρμόσουν τις θεωρητικές τους γνώσεις με πρακτικό τρόπο. Οι εργασίες είναι σχεδιασμένες με τρόπο που να απαιτούν κριτική σκέψη, έρευνα, ανάλυση και σύνθεση πληροφοριών. Τα ερευνητικά σχέδια μπορεί να είναι ατομικά, ή ομαδικά και πρέπει να ευθυγραμμίζονται με τα μαθησιακά αποτελέσματα. Οι φοιτητές αξιολογούνται ως προς την ποιότητα της εργασίας τους, το βάθος της κατανόησης που επιδεικνύουν και την ικανότητά τους να

	<p>επεξηγούν αποτελεσματικά τις ιδέες τους. Οι εργασίες και τα ερευνητικά σχέδια μπορούν να είναι ατομικές ή ομαδικές.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Η Χρήση μελετών περίπτωσης ή ασκήσεων επίλυσης προβλημάτων για την αξιολόγηση του τρόπου με τον οποίο οι φοιτητές μπορούν να εφαρμόσουν τις θεωρητικές γνώσεις σε πραγματικές καταστάσεις. Στους φοιτητές παρουσιάζονται σενάρια που απαιτούν ανάλυση, κριτική σκέψη και εφαρμογή θεωρητικών περιεχομένων και αξιολογούνται με βάση την ικανότητά τους να πραγματοποιούν προφορικές παρουσιάσεις, να εξετάζονται με <i>viva voce</i>, να εντοπίζουν και να αξιολογούν σχετικές πληροφορίες, να προτείνουν λύσεις και να αιτιολογούν τις επιλογές τους. • Διαδικτυακά κουίζ ή διαδραστικές αξιολογήσεις: Τα διαδικτυακά κουίζ ή οι διαδραστικές αξιολογήσεις, ή αναστοχαστική γραφή μπορούν να χρησιμοποιηθούν μέσω της πλατφόρμας Moodle, για τη δημιουργία κουίζ με διάφορες μορφές ερωτήσεων. Αυτές οι αξιολογήσεις μπορούν να είναι αυτορρυθμιζόμενες ή χρονομετρημένες και μπορεί να παρέχεται άμεση ανατροφοδότηση στους μαθητές. • Συζητήσεις στην τάξη: Οι φοιτητές συμμετέχουν σε συζητήσεις στην τάξη για την αξιολόγηση των θεωρητικών τους γνώσεων. Ενθαρρύνεται η ενεργός συμμετοχή για να ακονίσουν τις δεξιότητες κριτικής σκέψης τους, θέτοντας ερωτήσεις ανοικτού τύπου και διευκόλυνσης του διαλόγου τους. • Αξιολόγηση από ομότιμους και αυτοαξιολόγηση: Ανατίθεται στους φοιτητές να αναθεωρούν και να παρέχουν ανατροφοδότηση σε εργασίες των άλλων, ενθαρρύνοντας τους να αξιολογούν κριτικά την κατανόηση των συμφοιτητών τους και να παρέχουν εποικοδομητικές προτάσεις. <p>Τελική εξέταση (50%): Περιεκτική τελική εξέταση, για την αξιολόγηση της συνολικής θεωρητικής γνώσης των φοιτητών. Αυτές οι αξιολογήσεις καλύπτουν ένα ευρύτερο φάσμα θεμάτων και μαθησιακών αποτελεσμάτων από ολόκληρο το πρόγραμμα σπουδών, για να εκτιμηθεί η κατανόηση και η ενσωμάτωση της γνώσης των φοιτητών σε διάφορους τομείς.</p>
Γλώσσα	Ελληνικά / Αγγλικά