



ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΠΑΤΡΩΝ • UNIVERSITY OF PATRAS

ΚΕΝΤΡΟ ΕΠΙΜΟΡΦΩΣΗΣ & ΔΙΑ ΒΙΟΥ ΜΑΘΗΣΗΣ •
EDUCATIONAL CENTER FOR LIFE LONG LEARNING



ΤΕΧΝΙΚΕΣ ΚΑΙ ΜΕΘΟΔΟΙ ΑΘΛΗΤΙΚΗΣ ΠΕΡΙΔΕΣΗΣ



ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΠΑΤΡΩΝ • UNIVERSITY OF PATRAS
ΚΕΝΤΡΟ ΕΠΙΜΟΡΦΩΣΗΣ & ΔΙΑ ΒΙΟΥ ΜΑΘΗΣΗΣ •
EDUCATIONAL CENTER FOR LIFE LONG LEARNING



ΚΕΔΙΒΙΜΠΠ



Τ

ΤΕΧΝΙΚΕΣ ΚΑΙ ΜΕΘΟΔΟΙ ΑΘΛΗΤΙΚΗΣ ΠΕΡΙΔΕΣΗΣ

Επιστημονικά Υπεύθυνος:

Δρ.Κωνσταντίνος Φουσέκης

Αναπληρωτής Καθηγητής Φυσικοθεραπείας- Πανεπιστήμιο Πατρών

Πάτρα, 29/07/2020

ΠΙΝΑΚΑΣ ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΩΝ

1.	ΣΕ ΠΟΙΟΥΣ ΑΠΕΥΘΥΝΕΤΑΙ ΤΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ.....	3
2.	ΣΚΟΠΟΣ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΟΣ.....	4
3.	ΠΡΟΣΔΟΚΩΜΕΝΑ ΜΑΘΗΣΙΑΚΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ.....	4
4.	ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΟΣ.....	5
5.	ΜΕΘΟΔΟΙ ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑΣ ΚΑΙ ΜΑΘΗΣΗΣ.....	11
6.	ΜΕΘΟΔΟΙ ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗΣ, ΕΞΕΤΑΣΗΣ ΚΑΙ ΒΑΘΜΟΛΟΓΗΣΗΣ.....	13
7.	ΕΝΑΡΞΗ-ΔΙΑΡΚΕΙΑ-ΤΕΛΗ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ.....	14
8.	ΛΟΙΠΕΣ ΥΠΟΧΡΕΩΣΕΙΣ ΚΑΤΑΡΤΙΖΟΜΕΝΩΝ.....	15
9.	ΣΥΝΤΟΝΙΣΤΕΣ-ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΕΣ.....	16

1. ΣΕ ΠΟΙΟΥΣ ΑΠΕΥΘΥΝΕΤΑΙ ΤΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ

Το εκπαιδευτικό αυτό πρόγραμμα **απευθύνεται σε** επιστήμονες υγείας που ασχολούνται με την πρόληψη και την αποκατάσταση αθλητικών κακώσεων όπως φυσικοθεραπευτές και ιατρούς διαφόρων ειδικοτήτων, οι οποίοι θέλουν να επικαιροποιήσουν και να εμβαθύνουν τις γνώσεις τους με τα νεότερα δεδομένα σχετικά με τις εφαρμογές περίδεσης για την πρόληψη και αποκατάσταση μυοσκελετικών και αθλητικών κακώσεων και παθήσεων. Ο όρος Αθλητική Περίδεση χρησιμοποιείται για να περιγράψει διάφορες τεχνικές υποστήριξης μιας ανατομικής δομής του αθλητή με χρήση υφασμάτινης ταινίας που είτε περιδένει είτε επικολλάται πάνω σε μια ανατομική περιοχή. Επιπλέον, η αθλητική περίδεση αποτελεί σημαντικό μέρος της παροχής πρώτων βοηθειών στο οξύ στάδιο των αθλητικών κακώσεων.

Ειδικότερα το πρόγραμμα απευθύνεται σε

- Αποφοίτους Τμημάτων Φυσικοθεραπείας Ελληνικών Ιδρυμάτων Τριτοβάθμιας Εκπαίδευσης
- Αποφοίτους ομοταγών Τμημάτων Φυσικοθεραπείας Αλλοδαπής με αναγνωρισμένο τίτλο σπουδών (ΔΟΑΤΑΠ)
- Αποφοίτους Τμημάτων Ιατρικής Ελληνικών Ιδρυμάτων Τριτοβάθμιας Εκπαίδευσης
- Αποφοίτους ομοταγών Τμημάτων Ιατρικής Αλλοδαπής με αναγνωρισμένο τίτλο σπουδών (ΔΟΑΤΑΠ)

Το πρόγραμμα επιμόρφωσης επίσης απευθύνεται σε επαγγελματίες Φυσικοθεραπευτές που συμμετέχουν στο πρόγραμμα πιστοποίησης του Αθλητικού Φυσικοθεραπευτή του Πανελληνίου Συλλόγου Φυσικοθεραπευτών σε συνεργασία με τον Αυστραλιανό Σύλλογο Φυσικοθεραπευτών, σύμφωνα με τις δεξιότητες και τις οδηγίες της IFSPT (το παρόν πρόγραμμα επιμόρφωσης αποτελεί προϋπόθεση για την ολοκλήρωση των υποχρεώσεων και την απόκτηση του Εθνικού Επιπέδου). Επιπλέον, το πρόγραμμα επιμόρφωσης απευθύνεται σε όλους τους επαγγελματίες

Φυσικοθεραπευτές οι οποίοι εργάζονται κυρίως με μυοσκελετικούς ασθενείς ή αθλητές/ αθλούμενους με παθολογία/ τραυματισμό.

Ο ελάχιστος αριθμός των καταρτιζόμενων ανά κύκλο ορίζεται σε έως είκοσι εκπαιδευόμενους (20).

2. ΣΚΟΠΟΣ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΟΣ

Σκοπός του προγράμματος είναι η εκπαίδευση των επιστημόνων υγείας στην εφαρμογή όλων των διαθέσιμων τύπων και μεθόδων αθλητικής περίδεσης για την πρόληψη και αποκατάσταση μυοσκελετικών και αθλητικών κακώσεων και παθήσεων. Απώτερος στόχος είναι η απόκτηση νέων τεκμηριωμένων γνώσεων καθώς και η εντατική εργαστηριακή άσκηση των συμμετεχόντων στην εφαρμογή τεχνικών και μεθόδων αθλητικής περίδεσης για τον σχεδιασμό αποτελεσματικών προγραμμάτων εξατομικευμένης άσκησης στα άτομα αυτά. Στην ανάπτυξη του προγράμματος θα παρέχονται επίσης οι βασικές γνώσεις παθολογίας, διάγνωσης και ιατρικής διαχείρισης των αθλητικών κακώσεων.

3. ΠΡΟΣΔΟΚΩΜΕΝΑ ΜΑΘΗΣΙΑΚΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ

Προσδοκώμενα μαθησιακά αποτελέσματα

Οι εκπαιδευόμενοι μόλις τελειώσει το πρόγραμμα θα μπορούν να:

1. Αξιολογήσουν τον τραυματισμένο και μη, αθλητή και να προσδιορίσουν τις διαθέσιμες τεχνικές παρέμβασης μέσω αθλητικής περίδεσης για την μείωση του ρίσκου αθλητικών τραυματισμών σε διαφορετικά αθλήματα και επίπεδα άθλησης.
2. Εφαρμόσουν κατάλληλα και αποδοτικά τεκμηριωμένες τεχνικές παθητικής υποστήριξης των αρθρώσεων του σώματος μέσω ελαστικής και ανελαστικής περίδεσης (bandaging, taping, kinesiotalping) των αρθρώσεων και του κορμού.
3. Εφαρμόζουν με επιτυχία τεχνικές ελαστικής (kinesiotalping) και ανελαστικής (taping) αυτοκόλλητης περίδεσης με βάση ερευνητικά τεκμηριωμένες πρακτικές

- για την πρόληψη και αποκατάσταση αθλητικών κακώσεων και παθήσεων διαφορετικής τυπολογίας, σε διάφορα αθλήματα και στόχευση.
4. Χρησιμοποιήσουν τις εφαρμογές ελαστικής (kinesiotaping) και ανελαστικής (taping) με βάση ερευνητικά τεκμηριωμένες πρακτικές για την ενίσχυση ή προστασία της διαδικασίας αποκατάστασης-επούλωσης των αθλητικών κακώσεων-παθήσεων
 5. Εφαρμόσουν με επιτυχία τις τεχνικές περίδεσης ως μέσο βιοανάδρασης τόσο για τους αθλητές όσο και για τους άλλους επιστήμονες υγείας και ως μέσο ενίσχυσης της προσήλωσης στην ορθή εκτέλεση των θεραπευτικών προγραμμάτων αποκατάστασης
 6. Να εντοπίζουν παράγοντες και αιτίες που περιορίζουν τον αθλητή στην επίτευξη βέλτιστης απόδοσης, ενσωματώνοντας τα ευρήματα αξιολόγησης σε συγκεκριμένες αθλητικές απαιτήσεις σε διαφορετικά αθλητικά περιβάλλοντα και να εφαρμόζει με ασφάλεια τεχνικές περίδεσης με στόχο την βελτιστοποίηση και μεγιστοποίηση της ανθρώπινης απόδοσης.
 7. Χρησιμοποιούν τα θεραπευτικά αποτελέσματα των εφαρμογών της αθλητικής περίδεσης :
 - ως βιοανάδραση για τους αθλητές και τους άλλους επαγγελματίες υγείας
 - για να ενθαρρύνουν την προσήλωση (compliance) στα θεραπευτικά προγράμματα
 - για να ενημερώνουν και να δίνουν οδηγίες για την συμμετοχή και στην προοδευτικότητα της άθλησης και
 - για να επηρεάσουν τις αποφάσεις μια αθλητικής ομάδας
 8. Να συμβουλεύουν τον αθλητή και άλλους επαγγελματίες υγείας σχετικά με την ασφαλή και τεκμηριωμένη χρήση εξοπλισμού αθλητικής περίδεσης.

4. ΠΕΡΙΧΟΜΕΝΑ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΟΣ

Το αναλυτικό περιεχόμενο του προγράμματος **“Τεχνικές και μέθοδοι Αθλητικής Περίδεσης”** έχει δομηθεί κατά τρόπο που να καλύπτονται οι γνώσεις και οι ικανότητες που θεωρείται αναγκαίο να διαθέτει ο Αθλητικός Φυσικοθεραπευτής με βάση τις έντεκα (11) δεξιότητες που έχει ορίσει η Παγκόσμια Ομοσπονδία των Αθλητικών Φυσικοθεραπευτών ([International Federation of Sports Physical Therapists](#)) στα πλαίσια της κατάρτισης και πιστοποίησης των Αθλητικών

Φυσικοθεραπευτών. Στη συνέχεια παρατίθενται συνοπτικά οι ενότητες του προγράμματος.

Περιγραφή Θεματικής Ενότητας	Ώρες	Διδάσκοντες
<ul style="list-style-type: none"> • Ενότητα 1. «Εφαρμογές Ελαστικής μη-αυτοκόλλητης περίδεσης για την <ul style="list-style-type: none"> – α) πρόληψη και αποκατάσταση των αθλητικών κακώσεων, – β) για την παροχή πρώτων βοηθειών και – γ) για την μεγιστοποίηση της αθλητικής απόδοσης (ElasticbandagingforSportsinjuriespreventionandrehabilitation, first-aidandmaximizationofsportsperformance)» <p>Ο σκοπός της διδακτικής ενότητας είναι η θεωρητική ανάλυση και περιγραφή της ελαστικής μη αυτοκόλλητης περίδεσης για την πρόληψη και αποκατάσταση των μυοσκελετικών κακώσεων και παθήσεων.</p> • Με την ολοκλήρωση της ενότητας οι εκπαιδευόμενοι θα είναι σε θέση να γνωρίζουν: <ul style="list-style-type: none"> ○ Τα υλικά και τον εξοπλισμό που χρησιμοποιείται για την ελαστική μη- αυτοκόλλητη περίδεση (Elasticbandaging) ○ Τις εφαρμογές και την στόχευση της ελαστικής μη αυτοκόλλητης περίδεσης (Elasticbandaging) σε διαφορετικές συνθήκες αθλητικής δραστηριότητας (προετοιμασία, αποκατάσταση, ενίσχυση αποδοσης) και αθλητές διαφορετικών αθλημάτων ○ Τις εφαρμογές και την στόχευση της ελαστικής μη αυτοκόλλητης περίδεσης (Elasticbandaging) σε διαφορετικές κακώσεις και παθήσεις ○ Τους μηχανισμούς στους οποίους βασίζονται οι θεραπευτικές επιδράσεις της ελαστικής μη αυτοκόλλητης περίδεσης (Elasticbandaging) ○ Τα βασικά πρωτόκολλα της ελαστικής μη αυτοκόλλητης περίδεσης (Elasticbandaging) για όλες τις αρθρώσεις και ανατομικές δομές του ανθρώπινου σώματος 	<p>16 ώρες διδασκαλία (2 ώρες σύγχρονη διδασκαλία & 14 ώρες ασύγχρονη διδασκαλία)</p>	<p>Κωνσταντίνος Φουσέκης/Ηλίας Τσέπης</p>

<ul style="list-style-type: none"> • Ενότητα 2. «Εφαρμογές Ανελαστικής Αυτοκόλλητης Περιδέσης (Taping-strapping) για την <ul style="list-style-type: none"> – α) πρόληψη και αποκατάσταση των αθλητικών κακώσεων – β) την παροχή πρώτων βοηθειών και – γ) για την μεγιστοποίηση της αθλητικής απόδοσης (Taping/strapping for Sports injuries prevention and rehabilitation, first-aid and maximization of sports performance)» <p>Ο σκοπός της διδακτικής ενότητας είναι η θεωρητική ανάλυση και περιγραφή της ανελαστικής αυτοκόλλητης περιδέσης (sportstaping-strapping) για την πρόληψη και αποκατάσταση των μυοσκελετικών κακώσεων και παθήσεων.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Με την ολοκλήρωση της ενότητας οι εκπαιδευόμενοι θα είναι σε θέση να γνωρίζουν: <ul style="list-style-type: none"> ○ Τα υλικά και τον εξοπλισμό που χρησιμοποιείται για την ανελαστική αυτοκόλλητη περιδέση (sportstaping-strapping) ○ Τις εφαρμογές και την στόχευση της ανελαστικής αυτοκόλλητης περιδέσης (sportstaping-strapping) σε διαφορετικές συνθήκες αθλητικής δραστηριότητας (προετοιμασία, αποκατάσταση, ενίσχυση απόδοσης) και αθλητές διαφορετικών αθλημάτων ○ Τις εφαρμογές και την στόχευση της ανελαστικής αυτοκόλλητης περιδέσης (sportstaping-strapping) σε διαφορετικές κακώσεις και παθήσεις ○ Τους μηχανισμούς στους οποίους βασίζονται οι θεραπευτικές επιδράσεις της ανελαστικής αυτοκόλλητης περιδέσης (sportstaping-strapping) ○ Τα βασικά πρωτόκολλα της ανελαστικής αυτοκόλλητης περιδέσης (sportstaping-strapping) για όλες τις αρθρώσεις και ανατομικές δομές του ανθρώπινου σώματος 	<p>16 ώρες διδασκαλία (2 ώρες σύγχρονη διδασκαλία & 14 ώρες ασύγχρονη διδασκαλία)</p>	<p>Κωνσταντίνος Φουσέκης</p>
---	--	------------------------------

<p>Ενότητα 3. «Ελαστική αυτοκόλλητη περίδεση (Sports/athletictaping, kinesiotaping)»</p> <p>Ο σκοπός της διδακτικής ενότητας είναι η θεωρητική ανάλυση και περιγραφή της Ελαστικής αυτοκόλλητης περιδέσεως (Sports/athletictaping, kinesiotaping) για την πρόληψη και αποκατάσταση των μυοσκελετικών κακώσεων και παθήσεων.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Με την ολοκλήρωση της ενότητας οι εκπαιδευόμενοι θα είναι σε θέση να γνωρίζουν: <ul style="list-style-type: none"> ○ Τα υλικά και τον εξοπλισμό που χρησιμοποιείται για την Ελαστική αυτοκόλλητη περίδεση (Sports/athletictaping, kinesiotaping) ○ Τις εφαρμογές και την στόχευση της Ελαστικής αυτοκόλλητης περιδέσεως (Sports/athletictaping, kinesiotaping) σε διαφορετικές συνθηκες (προετοιμασία, αποκατασταση, ενίσχυση αποδοσης) και αθλητές διαφορετικων αθλημάτων ○ Τις εφαρμογές και την στοχευση της Ελαστικής αυτοκόλλητης περιδέσεως (Sports/athletictaping, kinesiotaping) σε διαφορετικές κακωσεις και παθησεις ○ Τους μηχανισμούς στους οποίους βασίζονται οι θεραπευτικές επιδρασεις Ελαστικής αυτοκόλλητης περιδέσεως (Sports/athletictaping, kinesiotaping) ○ Τα βασικά πρωτόκολλα της Ελαστικής αυτοκόλλητης περιδέσεως (Sports/athletictaping, kinesiotaping) για όλες τις αρθρώσεις και ανατομικές δομές του ανθρώπινου σώματος 	<p>16 ώρες διδασκαλία (2 ώρες σύγχρονη διδασκαλία & 14 ώρες ασύγχρονη διδασκαλία)</p>	<p>Κωνσταντίνος Φουσέκης /Κωνσταντίνος Διαμαντόπουλος</p>
--	--	---

<p>Ενότητα 4: Εργαστηριακές Εφαρμογές Ελαστικής μη-αυτοκόλλητης περίδεσης (SportsBandaging/SportsTaping-Strapping) (Εργαστηριακή Εκπαίδευση-Εφαρμογές)</p> <p>Ο σκοπός της διδακτικής ενότητας είναι η πρακτική εξάσκηση των συμμετεχόντων στις εφαρμογές Ελαστικής μη-αυτοκόλλητης περίδεσης (SportsBandaging/SportsTaping-Strapping)</p> <p>Με την ολοκλήρωση της ενότητας οι εκπαιδευόμενοι θα είναι σε θέση να μπορούν να εφαρμόζουν:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Τεχνικές και μέθοδους ελαστικής μη αυτοκόλλητης περίδεσης (SportsBandaging) σε όλες τις περιφερικές αρθρώσεις του άνω και κάτω άκρου και για την παροχή πρώτων βοηθειών, • Τεχνικές και μέθοδους ελαστικής μη αυτοκόλλητης περίδεσης για την νευρομυϊκή ενίσχυση των περιφερικών αρθρώσεων, • Τεχνικές και μέθοδους ανελαστικής αυτοκόλλητης περίδεσης (Sportstaping-strapping) για τις αρθρώσεις του άνω και κάτω άκρου καθώς και για την πλειοψηφία των αθλητικών και μυοσκελετικών κακώσεων και παθήσεων. • Τεχνικές και μέθοδους ανελαστικής αυτοκόλλητης περίδεσης (Sportstaping-strapping) για την μεγιστοποίηση της αθλητικής απόδοσης. • Τεχνικές και μέθοδους ανελαστικής αυτοκόλλητης περίδεσης (Sportstaping-strapping) για την νευρομυϊκή ενίσχυση της σπονδυλικής στήλης και των περιφερικών αρθρώσεων. 	<p>8 ώρες πρακτική εξάσκηση</p>	<p>Κωνσταντίνος Φουσέκης</p>
--	--	----------------------------------

<p>Ενότητα 5: Εργαστηριακές Εφαρμογές Ελαστικής αυτοκόλλητης περίδεσης (Sports/athletictaping, kinesiotaping) (Εργαστηριακή Εκπαίδευση-Εφαρμογές)</p> <p>Ο σκοπός της διδακτικής ενότητας είναι η πρακτική εξάσκηση των συμμετεχόντων στις εφαρμογές Ελαστικής αυτοκόλλητης περίδεσης (Sports/athletictaping, kinesiotaping)</p> <p>Με την ολοκλήρωση της ενότητας οι εκπαιδευόμενοι θα είναι σε θέση να μπορούν να εφαρμόζουν:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Τεχνικές και μέθοδους Ελαστικής αυτοκόλλητης περίδεσης (Sports/athletictaping, kinesiotaping) σε όλες τις περιφερικές αρθρώσεις των άκρων για την παροχή πρώτων βοηθειών, • Τεχνικές και μέθοδους Ελαστικής αυτοκόλλητης περίδεσης (Sports/athletictaping, kinesiotaping) για την νευρομυϊκή ενίσχυση των περιφερικών αρθρώσεων, • Τεχνικές και μέθοδους Ελαστικής αυτοκόλλητης περίδεσης (Sports/athletictaping, kinesiotaping) για τις αρθρώσεις του άνω και κάτω άκρου καθώς και για την πλειοψηφία των αθλητικών και μυοσκελετικών κακώσεων και παθήσεων. • Τεχνικές και μέθοδους Ελαστικής αυτοκόλλητης περίδεσης (Sports/athletictaping, kinesiotaping) για την μεγιστοποίηση της αθλητικής απόδοσης. • Τεχνικές και μέθοδους Ελαστικής αυτοκόλλητης περίδεσης (Sports/athletictaping, kinesiotaping) για την νευρομυϊκή ενίσχυση της σπονδυλικής στήλης και των περιφερικών αρθρώσεων. 	<p>6 ώρες πρακτική εξάσκηση</p>	<p>Κωνσταντίνος Φουσέκης /Κωνσταντίνος Διαμαντόπουλος</p>
<p>Σύνολο</p>	<p>62 ώρες</p>	

5. ΜΕΘΟΔΟΙ ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑΣ ΚΑΙ ΜΑΘΗΣΗΣ

Το πρόγραμμα θα υλοποιείται σε τμήματα εκπαιδευομένων. Το πρόγραμμα έχει διάρκεια **4 εβδομάδες** και αντιστοιχεί σε **62 ώρες εκπαίδευσης**.

Είναι μεικτού ή υβριδικού τύπου (blended learning) και βασίζεται σε συνδυασμό σύγχρονης τηλεκπαίδευσης, ασύγχρονης τηλεκπαίδευσης και δια ζώσης διδασκαλίας. Το κομμάτι της σύγχρονης και της δια ζώσης διδασκαλίας, ιδιαίτερα όσον αφορά το καθαρά κλινικό σκέλος (π.χ. ενότητες 4&5), θα περιλαμβάνει διαδραστικές εργαστηριακές συνεδρίες με κλινική και εργαστηριακή-πρακτική άσκηση, επίδειξη, προσομοιώσεις και κλινικές αναπαραστάσεις.

Τα μαθήματα ανά κύκλο σπουδών θα πραγματοποιηθούν :

1. στο Εργαστήριο Θεραπευτικής Άσκησης και Αθλητικής Αποκατάστασης ή και σε άλλους εργατηριακούς χώρους του Τμήματος Φυσικοθεραπείας του Πανεπιστημίου Πατρών, ή σε συνεργαζόμενους χώρους της Πανεπιστημιούπολης Πατρών και
2. στην έδρα του Τμήματος Αθλητικής Φυσικοθεραπείας του Παγκύπριου Συλλόγου Φυσικοθεραπευτών (Λάρνακα Κύπρος)

Αναλυτικότερα:

- **6 διδακτικές ώρες** πραγματοποιούνται με συγχρονη εξ αποστάσεως εκπαίδευση
- **42 διδακτικές ώρες** πραγματοποιούνται με ασύγχρονη τηλεκπαίδευση και αφορούν αφενός τη μελέτη εκπαιδευτικού υλικού, την εκπόνηση μαθησιακών δραστηριοτήτων και εργασιών και αφετέρου την εκπόνηση της τελικής εργασίας.
- **14 διδακτικές ώρες** πραγματοποιούνται με σύγχρονη (δια ζώσης) εργαστηριακή άσκηση.

Σύγχρονη Τηλεκπαίδευση	Διάρκεια (ώρες)			Συνολική Διάρκεια (εβδομάδες)
	Ασύγχρονη Τηλεκπαίδευση	Δια ζώσης Εκπαίδευση	Συνολική Διάρκεια	
3 ενότητες X 2 ώρες = 6	3 ενότητες X 14 ώρες = 42	14 ώρες	62	4

Καθόλη τη διάρκεια του προγράμματος οι εκπαιδευόμενοι έχουν δυνατότητα επικοινωνίας με τους εκπαιδευτές για την υποστήριξη των εργασιών και της μελέτης τους. Σημειώνεται ότι για τη συμμετοχή στο πρόγραμμα απαιτούνται: (α) η κατοχή προσωπικού λογαριασμού e-mail και, (β) η δυνατότητα πρόσβασης στο διαδίκτυο και σύνδεσης με τις πλατφόρμες τηλεκπαίδευσης του Κ.Ε.ΔΙ.ΒΙ.Μ. του Πανεπιστημίου Πατρών.

6. ΜΕΘΟΔΟΙ ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗΣ, ΕΞΕΤΑΣΗΣ ΚΑΙ ΒΑΘΜΟΛΟΓΗΣΗΣ

Στους εκπαιδευόμενους που θα ολοκληρώσουν επιτυχώς το πρόγραμμα χορηγείται Πιστοποιητικό Επιμόρφωσης του προγράμματος διάρκειας 62 ωρών, εφόσον πληρούνται σωρευτικά οι ακόλουθες προϋποθέσεις:

- Συμμετοχή στις συνεδρίες/ενότητες ασύγχρονης τηλεκπαίδευσης συνολικής διάρκειας 42 διδακτικών ωρών).
- Συμμετοχή στις συνεδρίες/ενότητες σύγχρονης εργαστηριακής άσκησης, συνολικής διάρκειας 6 διδακτικών ωρών.
- Συμμετοχή στις δια ζώσης συνεδρίες/ενότητες (πρακτικής άσκησης) συνολικής διάρκειας 14 διδακτικών ωρών.
- Συμμετοχή σε τεστ αξιολόγησης (quiz) κατά τη διάρκεια αλλά και μετά την ολοκλήρωση της κάθε Θεματικής Ενότητας. Η εξέταση γίνεται κατόπιν συνεννόησης και με την εξ αποστάσεως παρουσία εξεταστικής επιτροπής. Η βαθμολογία της αξιολόγησης ανακοινώνεται στον εκπαιδευόμενο αμέσως μετά την ολοκλήρωση της εξέτασης.
- Επίδειξη συγκεκριμένων κλινικών δεξιοτήτων κατά την διάρκεια της δια ζώσης πρακτικής εξάσκησης .
- Οι εκπαιδευόμενοι να έχουν αποπληρώσει το σύνολο του τέλους συμμετοχής τους στο πρόγραμμα.

Οι μέθοδοι αξιολόγησης, εξέτασης και βαθμολόγησης που χρησιμοποιούνται περιλαμβάνουν τα εξής:

1. Συμμετοχή σε τεστ αξιολόγησης μετά την ολοκλήρωση της κάθε Θεματικής Ενότητας (10% κάθε θεματική ενότητα, 40% συνολικά).
 2. Επίδειξη/παρουσίαση συγκεκριμένων κλινικών δεξιοτήτων από τη σύγχρονη /πρακτική εξάσκηση (60%).
- Οι κλινικές δεξιότητες ολοκληρώνονται όταν έχουν λάβει βαθμό «ικανοποιητικά» ή «εξαιρετικά», ενώ η αξιολόγηση πραγματοποιείται από ομάδα αξιολογητών-εκπαιδευτών.

Επιπλέον, προϋπόθεση επιτυχούς παρακολούθησης και χορήγησης πιστοποιητικού είναι και η ενεργός συμμετοχή σε όλες τις συνεδρίες τηλεκπαίδευσης (σύγχρονης και ασύγχρονης) καθώς και στην δια ζώσης εκπαίδευση.

7. ΈΝΑΡΞΗ - ΔΙΑΡΚΕΙΑ –ΤΕΛΗ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ

Οι εγγραφές στο πρόγραμμα είναι ανοικτές καθ' όλη τη διάρκεια του έτους. Νέα τμήματα ξεκινούν αμέσως μόλις συμπληρωθούν οι θέσεις εκπαιδευομένων ή κατά την προκήρυξη νέου κύκλου σπουδών στην ιστοσελίδα του Κ.Ε.ΔΙ.ΒΙ.Μ.

Η συμμετοχή των εκπαιδευόμενων στο κόστος φοίτησης είναι 360 € ενώ στην περίπτωση ειδικών κατηγοριών* παρέχεται έκπτωση και το κόστος διαμορφώνεται σε 290 €. Η πληρωμή των διδάκτρων γίνεται είτε με εφάπαξ καταβολή είτε σε δύο ισόποσες δόσεις, μία πριν την έναρξη και μία κατά το μέσο του προγράμματος. Η καταβολή του εκάστοτε ποσού γίνεται με κατάθεση στον παρακάτω τραπεζικό λογαριασμό της Επιτροπής Ερευνών του Πανεπιστημίου Πατρών και στην αιτιολογία της κατάθεσης πρέπει να αναγράφεται υποχρεωτικά ο κωδικός, το επίθετο και το όνομα του εκπαιδευόμενου,

Εθνική Τράπεζα της Ελλάδος,

Αρ. Λογαριασμού 22954000232 (IBAN GR60 0110 2290 0000 2295 4000 232)

Σημείωση: Τυχόν έξοδα διατραπεζικών συναλλαγών βαρύνουν τον/την συμμετέχοντα/ουσα.

Το Κ.Ε.ΔΙ.ΒΙ.Μ. Πανεπιστημίου Πατρών, στο πλαίσιο της κοινωνικής πολιτικής που εφαρμόζει, προσφέρει έκπτωση επί των τελών συμμετοχής σε ειδικές κατηγορίες εκπαιδευομένων, όπως σε προπτυχιακούς/μεταπτυχιακούς φοιτητές και υποψήφιους διδάκτορες του Πανεπιστημίου Πατρών, καθώς και σε ευαίσθητες και ευπαθείς κοινωνικές ομάδες όπως ανέργους. Το κόστος σε αυτή τη περίπτωση διαμορφώνεται στα 290 €.

8. ΛΟΙΠΕΣ ΥΠΟΧΡΕΩΣΕΙΣ ΚΑΤΑΡΤΙΖΟΜΕΝΩΝ

Πέρα από την επιτυχή ολοκλήρωση του προγράμματος, για τη χορήγηση του Πιστοποιητικού απαιτούνται τα εξής από τους εκπαιδευομένους:

- Αποδοχή συμμετοχής τους στον Δειγματοληπτικό Έλεγχο Εγγράφων
- Αποδοχή συμμετοχής τους στον Δειγματοληπτικό Έλεγχο Ταυτοποίησης
- Αποπληρωμή του συνόλου των τελών συμμετοχής
- Αποδοχή συμμετοχής τους στη διαδικασία αξιολόγησης του προγράμματος
- Σε περίπτωση ακύρωσης της συμμετοχής του καταρτιζόμενου στο Πρόγραμμα, το Κ.Ε.ΔΙ.ΒΙ.Μ. παρακρατά το 50% της αρχικής κατάθεσης, εάν η ακύρωση γίνει μέσα στις πρώτες δύο εβδομάδες από την έναρξη του Προγράμματος. Εάν η ακύρωση γίνει μετά το διάστημα αυτό παρακρατείται όλο το ποσό της κατάθεσης.

Επιστημονικός Υπεύθυνος

Δρ.Κωνσταντίνος Φουσέκης, Pt, BSC, MMedSci, PhD(SportsPhysio)

Ο Κωνσταντίνος Φουσέκης είναι Αναπληρωτής Καθηγητής του Τμήματος Φυσικοθεραπείας του Πανεπιστημίου Πατρών. Αποφοίτησε από το Τμήμα Επιστημής Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού του Εθνικού και Καποδιστριακού Πανεπιστημίου Αθηνών (1995) και από το Τμήμα Φυσικοθεραπείας του Πανεπιστημίου του Καρόλου Πράγας (CharlesUniversity-Prague-CzechRepublic) (1998) της Τσεχίας. Στη συνέχεια ολοκλήρωσε τις μεταπτυχιακές του σπουδές (MasterinMedicalScience-MMedSci) στην Αθλητιατρική (SportsMedicine) στο Πανεπιστήμιο της Γλασκωβης (GlasgowUniversity-UK) (1999), από όπου και πήρε την κλινική εξειδίκευση του αθλητικού φυσικοθεραπευτή (SportsPhysiotherapist). Το 2010 ολοκλήρωσε και το Διδακτορικό του στο Εθνικό και Καποδιστριακό Πανεπιστήμιο Αθηνών πάνω στην Φυσικοθεραπευτική Αξιολόγηση της αιτιοπαθογένειας των αθλητικών κακώσεων. Η κλινική του εμπειρία επικεντρώνεται στην αξιολόγηση και αποκατάσταση των αθλητικών και μυοσκελετικών κακώσεων. Επιπλέον άλλος τομέας ειδικότητας του τα τελευταία πέντε χρόνια είναι η μελέτη των φυσιολογικών και παθολογικών προσαρμογών της ανθρώπινης περιτονίας.

Από το 2003 εργάζεται στον ακαδημαϊκό χώρο. Το ερευνητικό ενδιαφέρον του επικεντρώνεται στους τομείς της Αθλητικής φυσικοθεραπείας, στις τεχνικές μαλακών μορίων στην φυσικοθεραπεία και στην Θεραπευτική άσκηση. Οι επιστημονικές δημοσιεύσεις του είναι κυρίως μυοσκελετικού περιεχομένου και το δημοσιευμένο έργο της έχει αναγνωρισθεί ευρέως από την επιστημονική κοινότητα. Επίσης έχει δώσει σειρά επιστημονικών διαλέξεων, ανακοινώσεων και εισηγήσεων σε μεγάλα συνέδρια (Ελλάδας και εξωτερικού), συμμετέχει στην διδασκαλία και στον συντονισμό μεταπτυχιακών και μετεκπαιδευτικών προγραμμάτων, ενώ είναι

εκλεγμένο μέλος της Συνονιστικής Επιτροπής του Επιστημονικού Προγράμματος πιστοποίησης των Αθλητικών Φυσικοθεραπευτών και Ειδικών Άσκησης του Πανελληνίου Συλλόγου Φυσικοθεραπευτών.

Αναπληρωτής Επιστημονικός Υπεύθυνος

Τσέπης Ηλίας, PT, MSc, PhD

Ο Ηλίας Τσέπης είναι Καθηγητής Φυσικοθεραπείας στο Τμήμα Φυσικοθεραπείας του Πανεπιστημίου Πατρών. Είναι πτυχιούχος κλινικός και ερευνητής Φυσικοθεραπευτής έχοντας Πτυχίο Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού (1990) από το Τμήμα επιστήμης Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού του Εθνικού και Καποδιστριακού Πανεπιστημίου Αθηνών και Πτυχίο Φυσικοθεραπείας (1996), από το Τμήμα Φυσικοθεραπείας του ΤΕΙ Αθήνας. Οι Μεταπτυχιακές σπουδές του πραγματοποιήθηκαν στην Αγγλία από όπου έλαβε το Μεταπτυχιακό δίπλωμα ειδίκευσης Master of Science (MSc) in Sports Medicine (1997) από το Medical School του Nottingham University – U.K με τίτλο μεταπτυχιακής διατριβής «Μελέτη πάνω στην Επίπτωση της Παθητικής Μυϊκής Διάτασης στην Αποκατάσταση της Αίσθησης Θέσης της Άρθρωσης μετά από Μυϊκή Κόπωση».

Το 2004 ολοκλήρωσε και τις Διδακτορικές Σπουδές του στο Εθνικό και Καποδιστριακό Πανεπιστήμιο Αθηνών με κατεύθυνση την Αθλητική Φυσικοθεραπεία και τίτλο διδακτορικής διατριβής: «Ισοκινητική Αξιολόγηση των Μυοδυναμικών Προσαρμογών της Χρόνιας Ανεπάρκειας Πρόσθιου Χιαστού Συνδέσμου στα Κάτω Άκρα Αθλητών». Η κλινική του εμπειρία επικεντρώνεται στην αξιολόγηση και αποκατάσταση των αθλητικών και μυοσκελετικών κακώσεων.

Από το 1998 εργάζεται στον ακαδημαϊκό χώρο. Το ερευνητικό ενδιαφέρον του επικεντρώνεται στους τομείς της Μυοσκελετικής και Αθλητικής φυσικοθεραπείας, στην Κινησιολογική ανάλυση του ανθρωπίνου σώματος και στην παθοκινησιολογία. Οι επιστημονικές δημοσιεύσεις του είναι κυρίως μυοσκελετικού περιεχομένου και το δημοσιευμένο έργο του έχει αναγνωρισθεί ευρέως από την επιστημονική κοινότητα. Επίσης έχει δώσει σειρά επιστημονικών διαλέξεων, ανακοινώσεων και εισηγήσεων σε μεγάλα συνέδρια (Ελλάδας και εξωτερικού), συμμετέχει στην διδασκαλία και στον συντονισμό μεταπτυχιακών και μετεκπαιδευτικών

προγραμμάτων, ενώ είναι διευθυντής του Μεταπτυχιακού προγράμματος σπουδών στη "Θεραπευτική Άσκηση" του Τμήματος Φυσικοθεραπείας του Πανεπιστημίου Πατρών.

Εκπαιδευτές του προγράμματος (κατ' αλφαβητική σειρά)

1. Κωνσταντίνος Διαμαντόπουλος P.T.,BSc., MT.,CKTI, Φυσιοθεραπευτής

Ο Κωνσταντίνος Διαμαντόπουλος είναι Κλινικός Φυσιοθεραπευτής απόφοιτος του τμήματος Φυσιοθεραπείας του Πανεπιστημίου Concordia του Καναδά. Διαθέτει 30 χρόνια κλινικής εμπειρίας στην ορθοπεδική και αθλητική Φυσιοθεραπεία έχοντας εργαστεί για πάρα πολλά χρόνια ως Αθλητικός Φυσιοθεραπευτής σε αθλητικούς συλλόγους υψηλού επιπέδου.

Είναι πιστοποιημένος Εκπαιδευτής του Kinesio με διεθνή αναγνώριση καθώς διδάσκει την συγκεκριμένη θεραπευτική τεχνική σε πάρα πολλές χώρες ανάμεσα στις οποίες η Ελλάδα, η Κύπρος, η Σουηδία, η Νορβηγία, η Δανία, η Σερβία, η Τουρκία, τα Ηνωμένα Αραβικά Εμιράτα και η Σαουδική Αραβία. Η κλινική του εμπειρία επικεντρώνεται στην αξιολόγηση και αποκατάσταση των αθλητικών και μυοσκελετικών κακώσεων.

Το ερευνητικό ενδιαφέρον του επικεντρώνεται στους τομείς της Μυοσκελετικής και Αθλητικής φυσικοθεραπείας και ειδικότερα στην εφαρμογή τεχνικών αθλητικής περίδρασης. Οι επιστημονικές δημοσιεύσεις του είναι κυρίως μυοσκελετικού περιεχομένου και το δημοσιευμένο έργο του έχει αναγνωρισθεί ευρέως από την επιστημονική κοινότητα. Επίσης έχει δώσει σειρά επιστημονικών διαλέξεων, ανακοινώσεων και εισηγήσεων σε μεγάλα συνέδρια (Ελλάδας και εξωτερικού).

2. Ηλίας Τσέπης (βλ. παραπάνω)

3. Κωνσταντίνος Φουσέκης (βλ. παραπάνω)