ΣΥΜΠΛΗΡΩΜΑΤΙΚΕΣ ΚΑΙ ΕΝΑΛΛΑΚΤΙΚΕΣ ΘΕΡΑΠΕΙΕΣ: ΥΓΕΙΑ ΚΑΙ ΑΠΟΔΟΣΗ

ΠΕΡΙΓΡΑΜΜΑ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ

1. **ΓΕΝΙΚΑ**

ΣΧΟΛΗ	**ΕΠΙΣΤΗΜΩΝ ΦΥΣΙΚΗΣ ΑΓΩΓΗΣ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ ΚΑΙ ΔΙΑΙΤΟΛΟΓΙΑΣ**		
ΤΜΗΜΑ	ΕΠΙΣΤΗΜΗΣ ΦΥΣΙΚΗΣ ΑΓΩΓΗΣ ΚΑΙ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ		
ΕΠΙΠΕΔΟ ΣΠΟΥΔΩΝ	*Προπτυχιακό*		
ΚΩΔΙΚΟΣ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ	ΜΕ1126	**ΕΞΑΜΗΝΟ ΣΠΟΥΔΩΝ**	5ο
ΤΙΤΛΟΣ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ	ΣΥΜΠΛΗΡΩΜΑΤΙΚΕΣ ΚΑΙ ΕΝΑΛΛΑΚΤΙΚΕΣ ΘΕΡΑΠΕΙΕΣ: ΥΓΕΙΑ ΚΑΙ ΑΠΟΔΟΣΗ		
ΕΒΔΟΜΑΔΙΑΙΕΣ ΩΡΕΣ ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑΣ	2		
ΠΙΣΤΩΤΙΚΕΣ ΜΟΝΑΔΕΣ ECTS	4		
ΤΥΠΟΣ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ	Επιστημονικής Περιοχής		
ΠΡΟΑΠΑΙΤΟΥΜΕΝΑ ΜΑΘΗΜΑΤΑ			
ΓΛΩΣΣΑ ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑΣ & ΕΞΕΤΑΣΕΩΝ:	Ελληνική		
ΤΟ ΜΑΘΗΜΑ ΠΡΟΣΦΕΡΕΤΑΙ ΣΕ ΦΟΙΤΗΤΕΣ ERASMUS	Όχι		
ΚΩΔΙΚΟΣ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ ΣΤΟ ECLASS			
ΥΠΕΥΘΥΝΟΣ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ	ΣΑΚΚΑΣ ΓΕΩΡΓΙΟΣ, ΚΑΡΑΤΖΑΦΕΡΗ ΧΡΙΣΤΙΝΑ		
ΤΗΛΕΦΩΝΟ/EMAIL	2431047022/gsakkas@pe.uth.gr		
ΑΛΛΟΙ ΔΙΔΑΣΚΟΝΤΕΣ			

2. **ΜΑΘΗΣΙΑΚΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ**

Μαθησιακά Αποτελέσματα	**ΜΑ**
Με την επιτυχή ολοκλήρωση του μαθήματος ο φοιτητής / τρια θα είναι σε θέση να:	
5. Επιδεικνύουν την απαραίτητη διάθεση και συμπεριφορές, προκειμένου να γίνουν αποτελεσματικοί επαγγελματίες και να συνεχίσουν να βελτιώνονται.	5,1 5,2
1. Γνωρίζουν και είναι σε θέση να εφαρμόσουν συγκεκριμένων ως προς το αντικείμενο της Φυσικής Αγωγής και του Αθλητισμού, επιστημονικές και θεωρητικές έννοιες οι οποίες διαδραματίζουν καθοριστικά την ανάπτυξη πνευματικά καλλιεργημένων ατόμων..	1,4 1,5 1,7 1,8
4. Είναι σε θέση να σχεδιάζουν, να εφαρμόζουν και να αξιολογούν προγράμματα άσκησης για ένα σημαντικό εύρος διαφορετικών ηλικιών.	4,1 4,2 4,3

6. Είναι σε θέση να χρησιμοποιήσουν διαδικασίες αξιολόγησης και να αξιοποιήσουν την κριτική τους σκέψη προκειμένου να διαμορφώσουν τις αποφάσεις τους για τη διδασκαλία και να προωθήσουν τη μαθησιακή διαδικασία	6,1
Γενικές και Ειδικές Ικανότητες	
Το μάθημα αποσκοπεί στην ανάπτυξη των παρακάτω γενικών ικανοτήτων: · Κριτικής ικανότητας και ικανότητα αυτοκριτικής · Ικανότητας παραγωγής νέων ιδεών (δημιουργικότητα) · Ικανότητας επικοινωνίας με μη-ειδικούς (στο πεδίο)	Το μάθημα αποσκοπεί στην ανάπτυξη των παρακάτω ειδικών ικανοτήτων: · Ικανότητας σχετικά με το περιεχόμενο της γνώσης · Ικανότητας εφαρμογής πρακτικών για άτομα με ειδικές εκπαιδευτικές ανάγκες, ειδικούς πληθυσμούς ή/και αναπηρίες · Ικανότητας για τη χρήση της τεχνολογίας

3. **ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΟ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ**

1. Εισαγωγή στις έννοιες και το θεσμικό πλαίσιο των Συμπληρωματικών και Εναλλακτικών μορφών θεραπείας
2. Ολιστικά Ιατρικά Συστήματα: Βελονισμός, Πιεσοθεραπεία, Αγιουρβεδική ιατρική, Ομοιοπαθητική,
3. Παραδοσιακή Κινέζικη Ιατρική
4. «Θεραπείες Σώματος»: Χειροπρακτική, Οστεοπαθητική, Μασάζ, Ρεφλεξολογία, Φυσιοκοπαθητική, Tai chi, Yoga
5. «Θεραπείες Μυαλού»: Διαλογισμός, Βιοανάδραση, Ύπνωση - Σεμινάριο Επίδειξης (*)
6. «Θεραπείες «Ενέργειας»: Ηλεκτρομαγνητικό πεδίο, Reiki, Qigong
7. «Θεραπείες Αισθήσεων και Έκφρασης»: Αρωματοθεραπεία, μουσικοθεραπεία, δραματοθεραπεία, Θεραπεία με την βοήθεια ζώων, Βαλνεοθεραπεία (Spa)
8. «Βιολογικά Βασισμένη Θεραπείες»: Συμπληρώματα διατροφής, Βοτανοθεραπεία, χορτοφαγική διατροφή, διαλειμματική νηστεία
9. Εικονικό Φάρμακο (πλασέμπο) και Εικονικός Ασθενής (νοσέμπο) – Αρχές και έννοιες
10. Θεραπεία Υπερβαρικού Οξυγόνου
11. Θεραπεία με Επαναληπτικό Διακρανιακό Μαγνητικό Ερεθισμό
12. Θεραπευτική Άσκηση
13. Σεμινάριο Επίδειξης (*)
14. Ανακεφαλαίωση

* τα σεμινάρια είναι διαθέσιμα μόνο στους φοιτητες που παρακολουθούν κανονικά το μάθημα και ο αριθμός συμμετεχόντων θα καθοριστεί από τον υπεύθυνο με βάση τις παρουσίες

4. **ΔΙΔΑΚΤΙΚΕΣ και ΜΑΘΗΣΙΑΚΕΣ ΜΕΘΟΔΟΙ - ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ**

ΧΩΡΟΣ ΥΛΟΠΟΙΗΣΗΣ & ΠΑΡΑΔΟΣΗΣ	Στην τάξη
ΧΡΗΣΗ ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΩΝ ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΑΣ ΚΑΙ ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΩΝ	Υποστήριξη μαθησιακής διαδικασίας μέσω της ηλεκτρονικής πλατφόρμας e-class

ΟΡΓΑΝΩΣΗ ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑΣ	***Δραστηριότητα***	***Φόρτος Εργασίας Εξαμήνου***
	Διαλέξεις	28
	Ασκήσεις Πράξης που εστιάζουν στην εφαρμογή μεθοδολογιών και ανάλυση μελετών περίπτωσης σε μικρότερες ομάδες φοιτητών	22
	Αυτοτελής Μελέτη/εξάσκηση	50
	Σύνολο Μαθήματος ***(25 ώρες φόρτου εργασίας ανά πιστωτική μονάδα)***	***100***
ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ ΦΟΙΤΗΤΩΝ	I. Γραπτή τελική εξέταση (80%) που περιλαμβάνει: - Ερωτήσεις πολλαπλής επιλογής - Ανάλυση ρόλων και ενδιαφερομένων μερών σε σύντομη μελέτη περίπτωσης - Επίλυση προβλημάτων σχετικών με ποσοτικά δεδομένα ενός έργου χρόνου, κόστους - Συγκριτική αξιολόγηση στοιχείων θεωρίας II. Συμμετοχή στα κουΐζ κατά την διάρκεια των διαλέξεων (20%)	

5. **ΣΥΝΙΣΤΩΜΕΝΗ-ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ**

1. *«WHO Traditional Medicine Strategy 2014-2023» https://www.who.int/global_health_histories/seminars/Dr_Zhangs_Presentation_GHHSeminar_86.pdf*

2. *Σημειώσεις μαθήματος.*

3. *What "CAM" we learn about the level of evidence from 60 years of research into manipulative and body-based therapies in sports and exercise medicine? Mącznik AK, Schneiders AG, Sullivan SJ, Athens J. Complement Ther Med. 2014 Apr;22(2):349-53. doi: 10.1016/j.ctim.2014.02.004. Epub 2014 Feb 24. Review.*

4. *Complementary and alternative treatments in sports medicine. Malone MA, Gloyer K. Prim Care. 2013 Dec;40(4):945-68, ix. doi: 10.1016/j.pop.2013.08.010. Epub 2013 Sep 26. Review*

5. *Effects of mindfulness-based interventions on biomarkers in healthy and cancer populations: a systematic review. Sanada K, Alda Díez M, Salas Valero M, Pérez-Yus MC, Demarzo MM, Montero-Marín J, García-Toro M, García-Campayo J. BMC Complement Altern Med. 2017 Feb 23;17(1):125. doi: 10.1186/s12906-017-1638-y. Review.*

6. *An overview of herb and dietary supplement efficacy, safety and government regulations in the United States with suggested improvements. Part 1 of 5 series. Brown AC. Food Chem Toxicol. 2017 Sep;107(Pt A):449-471. doi: 10.1016/j.fct.2016.11.001. Epub 2016 Nov 3. Review*

7. *Tai Chi for Chronic Pain Conditions: A Systematic Review and Meta-analysis of Randomized Controlled Trials. Kong LJ, Lauche R, Klose P, Bu JH, Yang XC, Guo CQ, Dobos G, Cheng YW. Sci Rep. 2016 Apr 29;6:25325. doi: 10.1038/srep25325. Review.*

8. *Tai Chi and Qigong for the treatment and prevention of mental disorders. Abbott R, Lavretsky H. Psychiatr Clin North Am. 2013 Mar;36(1):109-19. doi: 10.1016/j.psc.2013.01.011. Review.*

9. *Complementary and alternative medicine for sleep disturbances in older adults. Gooneratne NS. Clin Geriatr Med. 2008 Feb;24(1):121-38, viii. Review.*

10. *Randomized trials in alternative/complementary medicine. BG Charlton. QJM - monthly journal of the association of physicians, 2002, 95(10), 643-645 | added to CENTRAL: 31 March 2019 | 2019 Issue 3*