**ΚΙΝΗΣΙΟΛΟΓΙΑ ΚΟΡΜΟΥ-ΡΤΗ\_104**

**ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΟ & ΜΑΘΗΣΙΑΚΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ ΑΝΑ ΕΒΔΟΜΑΔΙΑΙΟ ΜΑΘΗΜΑ**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| ***Εβδομάδα μαθήματος*** | ***Περιεχόμενο*** | ***Μαθησιακά Αποτελέσματα****Με το τέλος του μαθήματος οι φοιτητές θα γνωρίζουν:* |
| 1η  | Εισαγωγή στην Κινησιολογία | Βασικές έννοιες. Επίπεδα κίνησης, τύποι αρθρώσεων, μύες-κατηγορίες |
| 2η  | Μυϊκή συστολή | Φυσιολογία-τύποι (ισομετρική, σύγκεντρη, έκκεντρη) πλειομετρική άσκηση |
| 3η  | Ανοιχτή & Κλειστή Βιοκινητική Αλυσίδα | Ιδιαιτερότητες, φορτίσεις, εφαρμογές ασκήσεων |
| 4η  | Δομή και λειτουργία της αυχενικής μοίρας ΣΣ  | Κατασκευή και λειτουργία ανώτερης και κατώτερης ΑΜΣΣ. Ανάλυση κινήσεων της περιοχής |
| 5η | Λειτουργικές εφαρμογές αυχενικής μοίρας ΣΣ  | Μυϊκά τεστ αυχένα. |
| 6η | Δομή και λειτουργία της θωρακικής μοίρας ΣΣ  | Κατασκευή και λειτουργία ΘΜΣΣ. Κινησιολογία της αναπνοής.  |
| 7η | Λειτουργικές εφαρμογές της θωρακικής μοίρας ΣΣ | Μυϊκά τεστ θώρακα. Ανάλυση κινήσεων της περιοχής |
| 8η | Δομή και λειτουργία της οσφυϊκής μοίρας ΣΣ  | Κατασκευή και λειτουργία ΟΜΣΣ. Οσφυοπυελικός ρυθμός. Μυϊκά τεστ οσφύος.  |
| 9η | Λειτουργικές εφαρμογές της οσφυϊκής μοίρας ΣΣ  | Ανάλυση κινήσεων της οσφυοπυελικής περιοχής |
| 10η | Κροταφογναθική άρθρωση | Αξιολόγηση κίνησης-αλληλεπιδράσεις με μύες αυχένα |
| 11η | Η κινησιολογία στην Αξιολόγηση της Λειτουργικότητας | Λειτουργικές δοκιμασίες, εφαρμογές- ανάλυση |
| 12η | Ανάλυση κίνησης σύνθετων προτύπων & Εφαρμογές | Πολυαρθρικές κινήσεις. Εναλλαγή μυϊκών συστολών στο σύνολο του εύρους τροχιάς |
| 13η | Εξετάσεις | Εξέταση Α) εργαστηριακού σκέλους, Β) Θεωρητικού σκέλουςΑνατροφοδότηση φοιτητών |