

ΠΕΡΙΓΡΑΜΜΑ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ “6109 - Αγωγή Υγείας”

1. ΓΕΝΙΚΑ

ΣΧΟΛΗ	Επιστήμης Φυσικής Αγωγής, Αθλητισμού & Διαιτολογίας		
ΤΜΗΜΑ	Διαιτολογίας & Διατροφολογίας		
ΕΠΙΠΕΔΟ ΣΠΟΥΔΩΝ	Προπτυχιακό		
ΚΩΔΙΚΟΣ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ	6109	ΕΞΑΜΗΝΟ ΣΠΟΥΔΩΝ	6^ο
ΤΙΤΛΟΣ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ	Αγωγή Υγείας		
ΑΥΤΟΤΕΛΕΙΣ ΔΙΔΑΚΤΙΚΕΣ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ <i>σε περίπτωση που οι πιστωτικές μονάδες απονέμονται σε διακριτά μέρη του μαθήματος π.χ. Διαλέξεις, Εργαστηριακές Ασκήσεις κ.λπ. Αν οι πιστωτικές μονάδες απονέμονται ενιαία για το σύνολο του μαθήματος αναγράψτε τις εβδομαδιαίες ώρες διδασκαλίας και το σύνολο των πιστωτικών μονάδων</i>	ΕΒΔΟΜΑΔΙΑΙΕΣ ΩΡΕΣ ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑΣ	ΠΙΣΤΩΤΙΚΕΣ ΜΟΝΑΔΕΣ	
Διαλέξεις Θεωρίας	2		
Φροντιστήριο	1		
<i>Προσθέστε σειρές αν χρειαστεί. Η οργάνωση διδασκαλίας και οι διδακτικές μέθοδοι που χρησιμοποιούνται περιγράφονται αναλυτικά στο 4.</i>	3	3	
ΤΥΠΟΣ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ <i>Υποβάθρου, Γενικών Γνώσεων, Επιστημονικής Περιοχής, Ανάπτυξης Δεξιοτήτων</i>	Επιστημονικής Περιοχής Γενικών Γνώσεων		
ΠΡΟΑΠΑΙΤΟΥΜΕΝΑ ΜΑΘΗΜΑΤΑ:	Όχι		
ΓΛΩΣΣΑ ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑΣ και ΕΞΕΤΑΣΕΩΝ:	Ελληνική		
ΤΟ ΜΑΘΗΜΑ ΠΡΟΣΦΕΡΕΤΑΙ ΣΕ ΦΟΙΤΗΤΕΣ ERASMUS	ΟΧΙ		
ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΗ ΣΕΛΙΔΑ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ (URL)	https://eclass.uth.gr/courses/DND_U_251/		

2. ΜΑΘΗΣΙΑΚΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ

Μαθησιακά Αποτελέσματα

Περιγράφονται τα μαθησιακά αποτελέσματα του μαθήματος οι συγκεκριμένες γνώσεις, δεξιότητες και ικανότητες καταλλήλου επιπέδου που θα αποκτήσουν οι φοιτητές μετά την επιτυχή ολοκλήρωση του μαθήματος.

Συμβουλευτείτε το Παράρτημα Α

- Περιγραφή του Επιπέδου των Μαθησιακών Αποτελεσμάτων για κάθε ένα κύκλο σπουδών σύμφωνα με Πλαίσιο Προσόντων του Ευρωπαϊκού Χώρου Ανώτατης Εκπαίδευσης
- Περιγραφικοί Δείκτες Επιπέδων 6, 7 & 8 του Ευρωπαϊκού Πλαισίου Προσόντων Διά Βίου Μάθησης και Παράρτημα Β
- Περιληπτικός Οδηγός συγγραφής Μαθησιακών Αποτελεσμάτων

Το μάθημα αγωγή υγείας στοχεύει:

1. να δώσει γνώση και να εκπαιδεύσει τους φοιτητές/τριες αναφορικά με τον σχεδιασμό προγραμμάτων που στοχεύουν στην εκπαίδευση των ανθρώπων σε σχέση με υγιείς και ανθυγιεινές συμπεριφορές.
2. να δώσει γνώση και να εκπαιδεύσει τους φοιτητές/τριες σε σχέση με το σχεδιασμό και εκπόνηση προγραμμάτων προς υποστήριξη ατόμων που χρήζουν ή/και θέλουν να αλλάξουν συμπεριφορές που σχετίζονται με την υγεία.

Κατά την επιτυχή ολοκλήρωση του μαθήματος οι φοιτητές/τριες θα κατέχουν την αναγκαία θεωρητική στοιχειοθέτηση/γνώση/εκπαίδευση και βασικές δεξιότητες για το σχεδιασμό/εκπόνηση προγραμμάτων εκπαίδευσης υγείας και προγραμμάτων τροποποίησης συμπεριφοράς υγείας σε ποικιλόμορφα επίπεδα, όπως νοσοκομεία, κέντρα αποκατάστασης, σχολεία, κοινότητα, εργασιακό περιβάλλον ή εξατομικευμένη κατάσταση.

Επί του προκειμένου, κατά την επιτυχή ολοκλήρωση του μαθήματος, ο φοιτητής/τρια:

- Θα είναι εξοικειωμένος-η με τους βασικούς επιστημονικούς όρους στον τομέα της εκπαίδευσης στην υγεία και της τροποποίησης συμπεριφοράς για υγεία.

- Θα κατέχει έννοιες από θεωρίες τροποποίησης συμπεριφοράς.
- Θα διακρίνει και παρουσιάζει τους κυριαρχικούς παράγοντες υγιεινών και ανθυγιεινών συμπεριφορών σε συγκεκριμένο περιβάλλον όπως και για συγκεκριμένα άτομα ή/και πληθυσμούς.
- Θα εφαρμόζει την κυκλική μέθοδο τροποποίησης συμπεριφοράς ώστε να σχεδιάζει/εκπονεί προγράμματα για την προώθηση της τροποποίησης συμπεριφοράς για υγεία.
- Θα επιλέγει κατά το δοκούν εργαλεία τροποποίησης συμπεριφοράς σε συνάρτηση με τις ανάγκες και προτιμήσεις των ατόμων και πληθυσμών που επιθυμούν ή/και χρήζουν σχετικής υποστήριξης.
- Θα συνταιριάζει διατροφικές και άλλες συμπεριφορές όπως φυσική δραστηριότητα και άσκηση σε ένα πρόγραμμα εκπαίδευσης και παρέμβασης σύμφωνα με τις ανάγκες του πληθυσμού-στόχου.

Γενικές Ικανότητες

Λαμβάνοντας υπόψη τις γενικές ικανότητες που πρέπει να έχει αποκτήσει ο πτυχιούχος (όπως αυτές αναγράφονται στο Παράρτημα Διπλώματος και παρατίθενται ακολούθως) σε ποια / ποιες από αυτές αποσκοπεί το μάθημα:

Αναζήτηση, ανάλυση και σύνθεση δεδομένων και πληροφοριών, με τη χρήση και των απαραίτητων τεχνολογιών

Προσαρμογή σε νέες καταστάσεις

Λήψη αποφάσεων

Αυτόνομη εργασία

Ομαδική εργασία

Εργασία σε διεθνές περιβάλλον

Εργασία σε διεπιστημονικό περιβάλλον

Παράγωγή νέων ερευνητικών ιδεών

Σχεδιασμός και διαχείριση έργων

Σεβασμός στη διαφορετικότητα και στην πολυπολιτισμικότητα

Σεβασμός στο φυσικό περιβάλλον

Επίδειξη κοινωνικής, επαγγελματικής και ηθικής υπευθυνότητας

και ευαισθησίας σε θέματα φύλου

Άσκηση κριτικής και αυτοκριτικής

Προαγωγή της ελεύθερης, δημιουργικής και επαγωγικής σκέψης

Το μάθημα αγωγή υγείας στοχεύει να υποστηρίξει και εκπαδεύσει τους φοιτητές/τριες να αποκτήσουν τις ακόλουθες γενικές ικανότητες:

Αναζήτηση, ανάλυση και σύνθεση δεδομένων και πληροφοριών, με τη χρήση και των απαραίτητων τεχνολογιών

1. Αναζήτηση, ανάλυση και σύνθεση δεδομένων και πληροφοριών, με τη χρήση και των απαραίτητων τεχνολογιών.
2. Προσαρμογή σε νέες καταστάσεις.
3. Λήψη αποφάσεων.
4. Αυτόνομη εργασία.
5. Ομαδική εργασία.
6. Άσκηση κριτικής και αυτοκριτικής.

3. ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΟ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ

Διαλέξεις:

1. Εισαγωγή. Ορισμοί. Περιβάλλοντα στα οποία η εκπαίδευση για την υγεία και την τροποποίηση συμπεριφορών υγείας δύναται και επιβάλλεται να εκπονηθούν.
2. Κοινωνικο-γνωστική θεωρία, μοντέλο πιστεύω υγείας, μοντέλα οικολογικής συμπεριφοράς υγείας.
3. Καθοριστικοί παράγοντες συμπεριφοράς υγείας.
4. Σχεδιασμός προγραμμάτων αλλαγής συμπεριφοράς υγείας. Κυκλική τροποποίηση συμπεριφοράς.
5. Σχεδιασμός προγραμμάτων αλλαγής συμπεριφοράς υγείας. Τεχνικές τροποποίησης συμπεριφοράς.
6. Σχεδιασμός προγραμμάτων αλλαγής συμπεριφοράς υγείας.
7. Προώθηση τροποποίησης συμπεριφοράς υγείας.
8. Διατροφή και εκπαίδευση στην υγεία: Παλλινδρόμηση συμπεριφοράς.
9. Κατάθλιψη, Άγχος και διατροφικές διαταραχές: Σχέσεις και ιεραρχικές αλληλεπιδράσεις.
10. Μοντελοποίηση και παραμετροποίηση παρεμβάσεων βάση της Θεωρίας του Αυτοκαθορισμού.

4. ΔΙΔΑΚΤΙΚΕΣ και ΜΑΘΗΣΙΑΚΕΣ ΜΕΘΟΔΟΙ - ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ

<p>ΤΡΟΠΟΣ ΠΑΡΑΔΟΣΗΣ Πρόσωπο με πρόσωπο, Εξ αποστάσεως εκπαίδευση κ.λπ.</p>	<p>Δια ζώσης</p>
<p>ΧΡΗΣΗ ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΩΝ ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΑΣ ΚΑΙ ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΩΝ Χρήση Τ.Π.Ε. στη Διδασκαλία, στην Εργαστηριακή Εκπαίδευση, στην Επικοινωνία με τους φοιτητές</p>	<p>Μέσω της ηλεκτρονικής πλατφόρμας e-Class</p>

ΟΡΓΑΝΩΣΗ ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑΣ	Δραστηριότητα	Φόρτος Εργασίας Εξαμήνου
<p>Περιγράφονται αναλυτικά ο τρόπος και μέθοδοι διδασκαλίας.</p> <p>Διαλέξεις, Σεμινάρια, Εργαστηριακή Άσκηση, Άσκηση Πεδίου, Μελέτη & ανάλυση βιβλιογραφίας, Φροντιστήριο, Πρακτική (Τοποθέτηση), Κλινική Άσκηση, Καλλιτεχνικό Εργαστήριο, Διαδραστική διδασκαλία, Εκπαιδευτικές επισκέψεις, Εκπόνηση μελέτης (project), Συγγραφή εργασίας / εργασιών, Καλλιτεχνική δημιουργία, κ.λπ.</p> <p>Αναγράφονται οι ώρες μελέτης του φοιτητή για κάθε μαθησιακή δραστηριότητα καθώς και οι ώρες μη καθοδηγούμενης μελέτης ώστε ο συνολικός φόρτος εργασίας σε επίπεδο εξαμήνου να αντιστοιχεί στα standards του ECTS</p>	Διαλέξεις	26
	Φροντιστήριο	13
	Μελέτη & ανάλυση βιβλιογραφίας	22
	Συγγραφή εργασίας	14
	Σύνολο Μαθήματος (25 ώρες φόρτου εργασίας ανά πιστωτική μονάδα)	75
<p>ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ ΦΟΙΤΗΤΩΝ</p> <p>Περιγραφή της διαδικασίας αξιολόγησης</p> <p>Γλώσσα Αξιολόγησης, Μέθοδοι αξιολόγησης, Διαμορφωτική ή Συμπερασματική, Δοκιμασία Πολλαπλής Επιλογής, Ερωτήσεις Σύντομης Απάντησης, Ερωτήσεις Ανάπτυξης Δοκιμίων, Επίλυση Προβλημάτων, Γραπτή Εργασία, Έκθεση / Αναφορά, Προφορική Εξέταση, Δημόσια Παρουσίαση, Εργαστηριακή Εργασία, Κλινική Εξέταση Ασθενούς, Καλλιτεχνική Ερμηνεία, Άλλη / Άλλες</p> <p>Αναφέρονται ρητά προσδιορισμένα κριτήρια αξιολόγησης και εάν και που είναι προσβάσιμα από τους φοιτητές.</p>	<p>Τελικές εξετάσεις μέσω:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Δοκιμασία πολλαπλής επιλογής 2. Ερωτήσεις σύντομης απάντησης 	

5. ΣΥΝΙΣΤΩΜΕΝΗ-ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

-Προτεινόμενη Βιβλιογραφία :

Σχεδιασμός προγραμμάτων αγωγής υγείας (2018). ΘΕΟΔΩΡΑΚΗΣ ΙΩΑΝΝΗΣ, ΧΑΣΑΝΔΡΑ ΜΑΙΡΗ. ΑΦΟΙ ΚΥΡΙΑΚΙΔΗ ΕΚΔΟΣΕΙΣ Α.Ε