

ΠΕΡΙΓΡΑΜΜΑ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ

1. ΓΕΝΙΚΑ

ΣΧΟΛΗ	ΕΠΙΣΤΗΜΗΣ ΦΥΣΙΚΗΣ ΑΓΩΓΗΣ ΚΑΙ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ		
ΤΜΗΜΑ	ΕΠΙΣΤΗΜΗΣ ΦΥΣΙΚΗΣ ΑΓΩΓΗΣ ΚΑΙ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ		
ΕΠΙΠΕΔΟ ΣΠΟΥΔΩΝ	ΜΕΤΑΠΤΥΧΙΑΚΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΣΠΟΥΔΩΝ		
ΚΩΔΙΚΟΣ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ	T204	ΕΞΑΜΗΝΟ ΣΠΟΥΔΩΝ	2^ο ΕΞΑΜΗΝΟ
ΤΙΤΛΟΣ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ	ΕΝΑΛΛΑΚΤΙΚΕΣ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ ΑΘΛΗΣΗΣ, ΤΟΥΡΙΣΜΟΥ ΚΑΙ ΑΝΑΨΥΧΗΣ. ΣΥΓΧΡΟΝΕΣ ΤΑΣΕΙΣ – ΠΡΟΣΕΓΓΙΣΕΙΣ		
ΥΠΕΥΘΥΝΟΣ ΚΑΘΗΓΗΤΗΣ	Ουρανία Ματσούκα		
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 αναγράφτε τις εβδομαδιαίες ώρες διδασκαλίας και το σύνολο των πιστωτικών μονάδων</i>		ΕΒΔΟΜΑΔΙΑΙΕΣ ΩΡΕΣ ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑΣ	ΠΙΣΤΩΤΙΚΕΣ ΜΟΝΑΔΕΣ
		3	7,5
<i>Προσθέστε σειρές αν χρειαστεί. Η οργάνωση διδασκαλίας και οι διδακτικές μέθοδοι που χρησιμοποιούνται περιγράφονται αναλυτικά στο 4.</i>			
ΤΥΠΟΣ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ <i>Υποβάθρου, Γενικών Γνώσεων, Επιστημονικής Περιοχής, Ανάπτυξης Δεξιοτήτων</i>	ΕΙΔΙΚΕΥΣΗΣ		
ΠΡΟΑΠΑΙΤΟΥΜΕΝΑ ΜΑΘΗΜΑΤΑ:	ΟΧΙ		
ΓΛΩΣΣΑ ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑΣ και ΕΞΕΤΑΣΕΩΝ:	ΕΛΛΗΝΙΚΗ		
ΤΟ ΜΑΘΗΜΑ ΠΡΟΣΦΕΡΕΤΑΙ ΣΕ ΦΟΙΤΗΤΕΣ ERASMUS	ΟΧΙ		
ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΗ ΣΕΛΙΔΑ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ (URL)	https://eclass.duth.gr/courses/PHYED7A105/		

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

Σκοπός του μαθήματος είναι να εξετάσει και να αναλύσει θέματα που αφορούν στις θεμελιώδεις αρχές της βιώσιμης ανάπτυξης και των εναλλακτικών μορφών τουρισμού. Συγκεκριμένα, το συγκεκριμένο μάθημα στοχεύει τόσο στην θεωρητική όσο και στην πρακτική κατάρτιση των φοιτητών σε θέματα που αφορούν στο σχεδιασμό, υλοποίηση, ανάπτυξη και αξιολόγηση προγραμμάτων εναλλακτικών μορφών άσκησης τουρισμού και αναψυχής, που προσφέρονται από δημόσιες και ιδιωτικές δομές λαμβάνοντας υπόψη τις ιδιαιτερότητες των εκάστοτε συμμετεχόντων. Μέσω των προσφερόμενων προγραμμάτων δίνεται η δυνατότητα στα άτομα με κινητικούς, γνωστικούς, συναισθηματικούς ή/και κοινωνικούς περιορισμούς να αποκτήσουν δεξιότητες, που θα τους επιτρέπουν να απολαμβάνουν τον ελεύθερο χρόνο τους δημιουργικά, ευχάριστα και ανεξάρτητα.

Στόχοι του μαθήματος είναι:

- α) να δημιουργήσει προϋποθέσεις για ερευνητική δραστηριότητα σχετικά με τις εναλλακτικές δραστηριότητες άθλησης και αναψυχής σε ποικίλα περιβάλλοντα.
- β) να δημιουργήσει τις κατάλληλες προϋποθέσεις για επαγγελματική δραστηριότητα σε επιχειρήσεις, δημόσιους και ιδιωτικούς φορείς που προσφέρουν προγράμματα δραστηριοτήτων άθλησης και αναψυχής.

Μετά την επιτυχή ολοκλήρωση του μαθήματος οι φοιτητές θα είναι σε θέση να:

1. Να γνωρίζουν και να κατανοούν τις θεμελιώδεις αρχές της βιώσιμης ανάπτυξης και των εναλλακτικών μορφών τουρισμού.
2. Να προσδιορίζουν, να καταγράφουν και να αξιολογούν τις ιδιαίτερες ικανότητες των πληθυσμιακών ομάδων (ομάδες στόχου).

3. Να γνωρίζουν και να περιγράφουν την λειτουργία των Δημόσιων και Ιδιωτικών δομών παροχής υπηρεσιών προγραμμάτων εναλλακτικών μορφών άσκησης τουρισμού και αναψυχής σε εθνικό και διεθνές επίπεδο.
4. Να παράξουν ερευνητική δραστηριότητα και συνεργασίες σε εθνικό και διεθνές επίπεδο.

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

- 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 διεπιστημονικό περιβάλλον
- Παραγωγή νέων ερευνητικών ιδεών
- Προαγωγή της ελεύθερης, δημιουργικής και επαγωγικής σκέψης

3. ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΟ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ

1. Εισαγωγή στην βιώσιμη ανάπτυξη και τις εναλλακτικές μορφές τουρισμού.
2. Βιώσιμη ανάπτυξη και εναλλακτικές μορφές τουρισμού-Καλές πρακτικές στην Ελλάδα και στο εξωτερικό.
3. Παίζουμε και χτίζουμε το μέλλον για το 2030 με βάση τους 17 στόχους της βιώσιμης ανάπτυξης.
4. Αθλητικές δραστηριότητες αναψυχής σε προστατευόμενες περιοχές.
5. Ευκαιρίες και προκλήσεις στην οργάνωση του αθλητισμού και της αναψυχής στη μετά Covid -19 εποχή.
6. Βιομηχανία των Σπορ και Τρίτη Ηλικία.
7. Βασικές αρχές θεραπευτικής αναψυχής
8. Η δυναμική της Ομάδας μέσω παιχνιδιού στην κοινωνική ενσωμάτωση.
9. Κατανοώντας τους Συμμετέχοντες
10. Θεραπευτική αναψυχή και Εξαρτημένα Άτομα από Ψυχοτρόπες Ουσίες
11. Θεραπευτική αναψυχή και Παιδιατρικοί Ογκολογικοί Πληθυσμοί
12. Εφαρμογές ερευνητικών μεθόδων- Η ανάλυση SWOT.
13. Παρουσιάσεις επιστημονικών άρθρων με έμφαση στις καλές πρακτικές σε εθνικό και διεθνές επίπεδο.

4. ΔΙΔΑΚΤΙΚΕΣ και ΜΑΘΗΣΙΑΚΕΣ ΜΕΘΟΔΟΙ - ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ

ΤΡΟΠΟΣ ΠΑΡΑΔΟΣΗΣ

Πρόσωπο με πρόσωπο, Εξ αποστάσεως εκπαίδευση κ.λπ.

Εισηγήσεις δια ζώσης και από απόσταση, συζήτηση, κριτική ανάλυση άρθρων, πρακτική εξάσκηση σε λογισμικά ανάλυσης ποσοτικών και ποιοτικών δεδομένων, παρουσίαση εργασιών

Εξ αποστάσεως σύγχρονη εκπαίδευση

Εξ αποστάσεως ασύγχρονη εκπαίδευση

ΧΡΗΣΗ ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΩΝ ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΑΣ ΚΑΙ ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΩΝ

Χρήση Τ.Π.Ε. στη Διδασκαλία, στην Εργαστηριακή Εκπαίδευση, στην Επικοινωνία με τους φοιτητές

Χρήση Τ.Π.Ε. στη Διδασκαλία και στην Επικοινωνία με τους φοιτητές

ΟΡΓΑΝΩΣΗ ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑΣ

Περιγράφονται αναλυτικά ο τρόπος και μέθοδοι διδασκαλίας.

Διαλέξεις, Σεμινάρια, Εργαστηριακή Άσκηση, Άσκηση Πεδίου, Μελέτη & ανάλυση βιβλιογραφίας, Φροντιστήριο, Πρακτική (Τοποθέτηση), Κλινική Άσκηση, Καλλιτεχνικό Εργαστήριο, Διαδραστική διδασκαλία,

Φόρτος Εργασίας Φοιτητή (ώρες)	
Εκπαιδευτικές δραστηριότητες	
Διαλέξεις	40
Μελέτη και ανάλυση βιβλιογραφίας	30

Εκπαιδευτικές επισκέψεις, Εκπόνηση μελέτης (project), Συγγραφή εργασίας / εργασιών, Καλλιτεχνική δημιουργία, κ.λπ. 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	Εκπόνηση μελέτης (ατομικού project)	70	
	Παρουσίαση μελέτης	48	
		ΣΥΝΟΛΟ	188
ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ ΦΟΙΤΗΤΩΝ Περιγραφή της διαδικασίας αξιολόγησης 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 Αναφέρονται ρητά προσδιορισμένα κριτήρια αξιολόγησης και εάν και πού είναι προσβάσιμα από τους φοιτητές.	Η αξιολόγηση των φοιτητών θα γίνει: 1. Παρουσίαση ερευνητικών μεθόδων 20% 2. Γραπτές τελικές εξετάσεις 80%		

5. ΣΥΝΙΣΤΩΜΕΝΗ ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

1. Capra, F. (2007). Sustainable living, ecological literacy, and the breath of life. *Canadian Journal of Environmental Education (CJEE)*, 12(1), 9-18.
2. Carter, M. J., & Van Andel, G. E. (2019). *Therapeutic recreation: A practical approach*. Waveland press.
3. De la Vega, L. R., & Toscano, W. N. (Eds.). (2018). *Handbook of leisure, physical activity, sports, recreation and quality of life*. Springer International Publishing.
4. Human Kinetics (Organization). (2010). *Dimensions of leisure for life: Individuals and society*. Human Kinetics.
5. Kauffman, R. (2010). *Career development in recreation, parks and tourism: a positioning approach*. Human Kinetics Publishers Inc.
6. Lang, M. (2011). Applied research and evaluation methods in recreation.
7. Nani, S., Matsouka, O., & Antoniou, P. (2019). Can ten weeks intervention with exergames contribute to better subjective vitality and physical health?. *Sport Sciences for Health*, 15(1), 43-47.
8. Nani, S., Matsouka, O., Theodorakis, Y., & Antoniou, P. (2019). Exergames and implications on quality of life in pediatric oncology patients: A preliminary qualitative study. *Journal of Physical Education and Sport*, 19, 262-267
9. Robertson, T., & Long, T. (2008). *Foundations of therapeutic recreation*. Human Kinetics.
10. Nani, S., Matsouka, O., Theodorakis, Y., Antoniou, P. Perceived Benefits of a Therapeutic Exercise program through digital interactive games among children with cancer (2019) *Hellenic Journal of Nursing*, 58 (1), pp. 64-70.
11. Nani, S., Matsouka, O., Tsitskari, E., & Avgerinos, A. (2017). The role of physical activity in life happiness of Greek drug abusers participating in a treatment program. *Sport sciences for health*, 13(1), 25-32.
12. Pfister, R. E., & Tierney, P. T. (2009). *Recreation, event, and tourism businesses: Start-up and sustainable operations*. Human Kinetics.
13. Russell, R. V., & Jamieson, L. M. (2008). *Leisure program planning and delivery*. Human Kinetics.
14. Hurd, A. R., & Anderson, D. M. (2010). *The park and recreation professional's handbook*. Human Kinetics.
15. Αυθίνος, Ι. (2006). Άσκηση, άθληση, κινητική αναψυχή: οργανωτική διάσταση.
16. Θεοδωράκης, Γ. (2010). Άσκηση, ψυχική υγεία και ποιότητα ζωής. *Εκδόσεις Χριστοδουλίδη, Θεσσαλονίκη*.
17. Κουθούρης, Χ. (2006). «Σχόλη», «Αναψυχή» & «Αθλητισμός»: Εννοιολογική Συσχέτιση των Όρων. *Inquiries in Sport & Physical Education*, 4(1), 68-77.
18. Παιτσίνης Κώστα, Γ., Ματσούκα, Ο., Τριγώνης, Ι., & Τσίτσαρη, Ε. (2015). Αθλητικός Τουρισμός και Υπαίθριες Δραστηριότητες.

6. ΑΚΑΔΗΜΑΙΚΗ ΑΚΕΡΑΙΟΤΗΤΑ

Οι φοιτητές που μετέχουν στο μάθημα αυτό οφείλουν να πραγματοποιούν όλες τις εργασίες και τις σχετικές δραστηριότητες σύμφωνα με την ισχύουσα νομοθεσία για τα πνευματικά δικαιώματα Ν. 2121/1993. Οποιασδήποτε μορφή λογοκλοπής δεν είναι αποδεκτή και αποτελεί σοβαρό πειθαρχικό παράπτωμα με σοβαρότατες κυρώσεις. Σε κάθε περίπτωση οδηγεί σε αποτυχία (Βαθμός = 0) στο μάθημα και αναφέρεται άμεσα στην Ειδική Διατηρηματική Επιτροπή του ΔΠΜΣ και μπορεί να οδηγήσει και στη διαγραφή σύμφωνα με τον Κανονισμό λειτουργίας των Προγραμμάτων Μεταπτυχιακών Σπουδών του ΔΠΘ. Όποιες ιδέες ή κείμενο δεν αποτελούν πρωτότυπο έργο του φοιτητή θα πρέπει να συνοδεύονται από πλήρη αναφορά της πηγής τους

ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ ΠΕΡΙΓΡΑΦΜΑΤΟΣ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ

Εναλλακτικοί τρόποι εξέτασης μαθήματος σε καταστάσεις έκτακτης ανάγκης

Διδάσκων:	ΟΥΡΑΝΙΑ ΜΑΤΣΟΥΚΑ, Καθηγήτρια Τ.Ε.Φ.Α.Α. – Δ.Π.Θ.
Τρόπος επικοινωνίας με διδάσκοντα	oumatsou@phyed.duth.gr
Επόπτες/Επιτηρητές: (1)	ΟΧΙ
Τρόποι εξέτασης: (2)	Γραπτή εξέταση με εξ αποστάσεως μεθόδους
Οδηγίες υλοποίησης εξέτασης: (3)	Η εξέταση στο μάθημα θα πραγματοποιηθεί σε υποομάδες χρηστών στο e-class, ανάλογα με τον αριθμό συμμετεχόντων στο μάθημα, την ημέρα εξέτασης του μαθήματος σύμφωνα με το πρόγραμμα της εξεταστικής που ανακοινώνεται από τη Γραμματεία. Η εξέταση θα πραγματοποιηθεί μέσω Teams. Ο σύνδεσμός θα αποσταλεί στους φοιτητές μέσω e-class αποκλειστικά στους ιδρυματικούς λογαριασμούς όσων έχουν δηλώσει το μάθημα και έχουν λάβει γνώση των όρων εξ αποστάσεως εκπαίδευσης. Οι φοιτητές/τριες θα πρέπει να συνδεθούν στην αίθουσα εξέτασης μέσω του ιδρυματικού τους λογαριασμού, διαφορετικά δεν θα μπορέσουν να συμμετάσχουν. Επίσης θα συμμετάσχουν στην εξέταση με κάμερα την οποία θα έχουν ανοικτή κατά τη διάρκεια της εξέτασης. Πριν την έναρξη της εξέτασης, οι φοιτητές θα επιδεικνύουν στην κάμερα την ταυτότητά τους, ώστε να γίνει ταυτοποίησή τους. Κάθε φοιτητής/τρια θα πρέπει να απαντήσει σε ερωτήσεις πολλαπλής επιλογής, ανάπτυξης ελεύθερου κειμένου, κριτικού σχολιασμού. Κάθε μία από τις ερωτήσεις βαθμολογείται από 0.5 έως 2.0 βαθμούς ανάλογα με την κατηγορία ερώτησης.

(1) Συμπληρώνεται με ΝΑΙ ή ΟΧΙ

(2) Συμπληρώνεται με έναν ή περισσότερους τρόπους εξέτασης που επιθυμεί ο διδάσκων π.χ.

- γραπτή εργασία ή/και ασκήσεις,
- γραπτή ή προφορική εξέταση με εξ αποστάσεως μεθόδους, υπό την προϋπόθεση ότι εξασφαλίζεται το αδιάβλητο και η αξιοπιστία διενέργειας της εξέτασης.

(3) Στο πλαίσιο **Οδηγίες υλοποίησης** ο διδάσκων καταγράφει σαφείς οδηγίες προς τους φοιτητές όπου αναφέρονται:
α) σε περίπτωση **γραπτής εργασίας ή/και ασκήσεων**: ο χρόνος παράδοσης (π.χ. την τελευταία εβδομάδα του εξαμήνου) και το μέσο υποβολής τους στον διδάσκοντα, ο τρόπος βαθμολόγησής τους, η συμμετοχή της εργασίας στον τελικό βαθμό και ό,τι άλλο κρίνει ο διδάσκων ότι πρέπει να αναφερθεί.

β) σε περίπτωση **προφορικής εξέτασης με εξ αποστάσεως μεθόδους**: οι οδηγίες πραγματοποίησης της εξέτασης (π.χ. σε γκρουπ Χ ατόμων), ο τρόπος εκφώνησης θεμάτων, οι εφαρμογές που θα χρησιμοποιηθούν, τα απαραίτητα τεχνικά μέσα για την υλοποίηση της εξέτασης (μικρόφωνο, κάμερα, επεξεργαστής κειμένου, σύνδεση στο διαδίκτυο πλατφόρμα επικοινωνίας), ο τρόπος αποστολής του υπερασυνδέσμου, η διάρκεια της εξέτασης, ο τρόπος

βαθμολόγησης, η συμμετοχή της εξέτασης στον τελικό βαθμό, οι τρόποι με τους οποίους εξασφαλίζεται το αδιάβλητο και η αξιοπιστία εξέτασης και ό,τι άλλο κρίνει ο διδάσκων ότι πρέπει να αναφερθεί.

γ) Σε περίπτωση **γραφτής εξέτασης με εξ αποστάσεως μεθόδους**: οι οδηγίες χορήγησης των θεμάτων, ο τρόπος υποβολής των απαντήσεων, η χρονική διάρκεια της εξέτασης, ο τρόπος βαθμολόγησης, η συμμετοχή της εξέτασης στον τελικό βαθμό, οι τρόποι με τους οποίους εξασφαλίζεται το αδιάβλητο και η αξιοπιστία εξέτασης και ό,τι άλλο κρίνει ο διδάσκων ότι πρέπει να αναφερθεί. Επισυνάπτεται κατάλογος μόνο με τα ΑΕΜ των δικαιούχων να συμμετάσχουν στην εξέταση.

Ο Υπεύθυνος του μαθήματος

ΟΥΡΑΝΙΑ ΜΑΤΣΟΥΚΑ,

oumatsou@phyed.duth.gr, Καθηγήτρια, ΣΕΦΑΑ, ΔΠΘ
[τηλ. Επικοινωνίας 6936887788](tel:6936887788)