

ΠΜΣ, ΑΤΟΜΙΚΑ & ΟΜΑΔΙΚΑ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΑ ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΚΗΣ ΑΣΚΗΣΗΣ (ΑΤ.Ο.ΠΡΟ.Λ.Α.)

ΓΕΝΙΚΑ ΠΕΡΙΓΡΑΦΜΑ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ

A201 PILATES II

1.

ΣΧΟΛΗ	ΕΠΙΣΤΗΜΗΣ ΦΥΣΙΚΗΣ ΑΓΩΓΗΣ ΚΑΙ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ		
ΤΜΗΜΑ	ΕΠΙΣΤΗΜΗΣ ΦΥΣΙΚΗΣ ΑΓΩΓΗΣ ΚΑΙ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ		
ΕΠΙΠΕΔΟ ΣΠΟΥΔΩΝ	ΠΜΣ ΕΠΙΠΕΔΟ 7		
ΚΩΔΙΚΟΣ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ	A201	ΕΞΑΜΗΝΟ ΣΠΟΥΔΩΝ	A ΕΞΑΜΗΝΟ
ΤΙΤΛΟΣ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ	PILATES II		
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	
	3	7,5	
Προσθέστε σειρές αν χρειαστεί. Η οργάνωση διδασκαλίας και οι διδακτικές μέθοδοι που χρησιμοποιούνται περιγράφονται αναλυτικά στο 4.			
ΤΥΠΟΣ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ <i>Υποβάθρου, Γενικών Γνώσεων, Επιστημονικής Περιοχής, Ανάπτυξης Δεξιοτήτων</i>	Υποβάθρου		
ΠΡΟΑΠΑΙΤΟΥΜΕΝΑ ΜΑΘΗΜΑΤΑ:	ΟΧΙ		
ΓΛΩΣΣΑ ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑΣ και ΕΞΕΤΑΣΕΩΝ:	ΕΛΛΗΝΙΚΗ		
ΤΟ ΜΑΘΗΜΑ ΠΡΟΣΦΕΡΕΤΑΙ ΣΕ ΦΟΙΤΗΤΕΣ ERASMUS			
ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΗ ΣΕΛΙΔΑ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ (URL)	https://eclass.duth.gr/courses/PHYED8105/		

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

Αυτό το μάθημα έχει σχεδιαστεί για να παρέχει στους φοιτητές γνώσεις, δεξιότητες και ικανότητες που σχετίζονται με το σχεδιασμό, την υλοποίηση και την καθοδήγηση των μαθημάτων Pilates II. Οι γνώσεις που θα αποκτηθούν σχετίζονται με τα ακόλουθα: α) Εξοπλισμός Pilates. β) Λειτουργική ανατομία της μεθόδου Pilates σε εξοπλισμό Pilates (Reformer, Cadillac, Spine Corrector, Barrel, Chair. γ) Εκμάθηση και πρακτική εφαρμογή όλων των αυθεντικών ασκήσεων της μεθόδου Pilates στο Reformer για ασκούμενους διαφορετικών επιπέδων (αρχάριος, μεσαίος, προχωρημένος) με βάση τα πρόσφατα αποτελέσματα της κινησιολογικής έρευνας.

δ) Εκμάθηση και πρακτική εφαρμογή όλων των αυθεντικών ασκήσεων της μεθόδου Pilates στο Cadillac ή στο Tower για ασκούμενους διαφορετικών επιπέδων (αρχάριοι, ενδιάμεσοι, προχωρημένοι) με βάση τα πρόσφατα

αποτελέσματα της κινησιολογικής έρευνας. ε) Εκμάθηση και πρακτική εφαρμογή όλων των αυθεντικών ασκήσεων της μεθόδου Pilates στον Διορθωτή Σπονδυλικής Στήλης για ασκούμενους διαφορετικών επιπέδων (αρχάριος, μεσαίος, προχωρημένος) με βάση τα αποτελέσματα πρόσφατης κινησιολογικής έρευνας. στ) Εκμάθηση και πρακτική εφαρμογή όλων των αυθεντικών ασκήσεων της μεθόδου Pilates στην καρέκλα Pilates για ασκούμενους διαφορετικών επιπέδων (αρχάριος, μεσαίος, προχωρημένος) με βάση τα αποτελέσματα πρόσφατης κινησιολογικής έρευνας. ζ) Εκμάθηση και πρακτική εφαρμογή όλων των αυθεντικών ασκήσεων της μεθόδου Pilates στο Barrel για ασκούμενους διαφορετικών επιπέδων (αρχάριος, μεσαίος, προχωρημένος) με βάση τα αποτελέσματα πρόσφατης κινησιολογικής έρευνας. η) Εκμάθηση, πρακτική εφαρμογή και κατανόηση του τρόπου σχεδιασμού ασκήσεων τύπου pilates στη σειρά σε εξοπλισμό Pilates.

Με την επιτυχή ολοκλήρωση αυτού του μαθήματος οι φοιτητές θα είναι σε θέση: α) Κατανοήστε τη φιλοσοφία, τις βασικές αρχές και τους κύριους στόχους της μεθόδου Pilates στον εξοπλισμό Pilates. ι) Κατανόηση της λειτουργικής ανατομίας της μεθόδου Pilates σε εξοπλισμό Pilates (Reformer, Cadillac, Spine Corrector, Barrel, Chair. ι) Μάθετε και εφαρμόστε όλες τις αυθεντικές και σύγχρονες ασκήσεις της μεθόδου Pilates στο Reformer για ασκούμενους διαφορετικών επιπέδων (αρχάριοι, ενδιάμεσοι, προχωρημένοι) με βάση τα πρόσφατα αποτελέσματα της κινησιολογικής έρευνας. ια) Μάθετε και εφαρμόστε όλες τις αυθεντικές και σύγχρονες ασκήσεις της μεθόδου Pilates στο Cadillac ή στον Πύργο για ασκούμενους διαφορετικών επιπέδων (αρχάριοι, ενδιάμεσοι, προχωρημένοι) με βάση τα πρόσφατα αποτελέσματα της κινησιολογικής έρευνας. ιβ) Μάθετε και εφαρμόστε όλες τις αυθεντικές και σύγχρονες ασκήσεις της μεθόδου Pilates στον Διορθωτή Σπονδυλικής Στήλης για ασκούμενους διαφορετικών επιπέδων (αρχαρίων, μεσαίων, προχωρημένων) με βάση τα αποτελέσματα πρόσφατης κινησιολογικής έρευνας. ιγ) Μάθετε και εφαρμόστε όλες τις αυθεντικές και σύγχρονες ασκήσεις της μεθόδου Pilates στην καρέκλα Pilates για ασκούμενους διαφορετικών επιπέδων (αρχαρίων, μεσαίων, προχωρημένων) με βάση τα αποτελέσματα πρόσφατης κινησιολογικής έρευνας. ιδ) Μάθετε και εφαρμόστε όλες τις αυθεντικές και σύγχρονες ασκήσεις της μεθόδου Pilates στο Barrel για ασκούμενους διαφορετικών επιπέδων (αρχάριος, μεσαίος, προχωρημένος) με βάση τα αποτελέσματα πρόσφατης κινησιολογικής έρευνας. Κατανοήστε πώς να σχεδιάζετε ασκήσεις τύπου pilates στη σειρά σε εξοπλισμό Pilates.

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
 Παραγωγή 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
- Άσκηση κριτικής και αυτοκριτικής
- Παραγωγή νέων ερευνητικών ιδεών
- Προαγωγή της ελεύθερης, δημιουργικής και επαγωγικής σκέψης

3. ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΟ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ

Το περιεχόμενο του μαθήματος περιλαμβάνει:

1. Εξοπλισμός Pilates.
2. Λειτουργική ανατομία της μεθόδου Pilates σε εξοπλισμό Pilates (Reformer, Cadillac, Spine Corrector, Barrel, Chair.

3. Αυθεντικές και σύγχρονες ασκήσεις της μεθόδου Pilates στο Reformer για ασκούμενους διαφορετικών επιπέδων (αρχαρίων, μεσαίων, προχωρημένων) με βάση τα πρόσφατα αποτελέσματα της κινησιολογικής έρευνας.
4. Αυθεντικές και σύγχρονες ασκήσεις της μεθόδου Pilates στο Cadillac ή στον Πύργο για ασκούμενους διαφορετικών επιπέδων (αρχαρίων, μεσαίων, προχωρημένων) με βάση τα πρόσφατα αποτελέσματα κινησιολογικών ερευνών.
5. Αυθεντικές και σύγχρονες ασκήσεις της μεθόδου Pilates στον Διορθωτή Σπονδυλικής Στήλης για ασκούμενους διαφορετικών επιπέδων (αρχαρίων, μεσαίων, προχωρημένων) με βάση τα πρόσφατα αποτελέσματα της κινησιολογικής έρευνας.
6. Αυθεντικές και σύγχρονες ασκήσεις της μεθόδου Pilates στην καρέκλα Pilates για ασκούμενους διαφορετικών επιπέδων (αρχαρίων, μεσαίων, προχωρημένων) με βάση τα πρόσφατα αποτελέσματα κινησιολογικών ερευνών.
7. Αυθεντικές και σύγχρονες ασκήσεις της μεθόδου Pilates στο Barrel για ασκούμενους διαφορετικών επιπέδων (αρχαρίων, μεσαίων, προχωρημένων) με βάση τα αποτελέσματα πρόσφατης κινησιολογικής έρευνας.
8. Πώς να σχεδιάσετε ασκήσεις τύπου pilates στη σειρά σε εξοπλισμό Pilates.

4. ΔΙΔΑΚΤΙΚΕΣ και ΜΑΘΗΣΙΑΚΕΣ ΜΕΘΟΔΟΙ - ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ

<p>ΤΡΟΠΟΣ ΠΑΡΑΔΟΣΗΣ Πρόσωπο με πρόσωπο, Εξ αποστάσεως εκπαίδευση κ.λπ.</p>	<p>Η εκπαιδευτική διαδικασία διεξάγεται είτε με δια ζώσης εισηγήσεις από τους διδάσκοντες, είτε με εξ αποστάσεως (σύγχρονες) εισηγήσεις από τους διδάσκοντες, είτε με εξ αποστάσεως (ασύγχρονες) εισηγήσεις από τους διδάσκοντες, είτε με εργαστηριακά μαθήματα, είτε με την εκπόνηση και παρουσίαση εργασιών από τους φοιτητές και φοιτήτριες, είτε με οποιονδήποτε άλλο πρόσφορο τρόπο που κατά την κρίση των διδασκόντων/ουσών συμβάλλει στην αρτιότερη επιστημονική προσέγγιση του αντικειμένου και κατάρτιση του/της φοιτητή/τριας.</p>													
<p>ΧΡΗΣΗ ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΩΝ ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΑΣ ΚΑΙ ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΩΝ Χρήση Τ.Π.Ε. στη Διδασκαλία, στην Εργαστηριακή Εκπαίδευση, στην Επικοινωνία με τους φοιτητές</p>	<p>Χρήση Τ.Π.Ε. στη Διδασκαλία και στην Επικοινωνία με τους φοιτητές</p>													
<p>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</p>	<p>Εκπαιδευτικές δραστηριότητες</p> <table border="1"> <tr> <td>Διαλέξεις</td> <td>30</td> </tr> <tr> <td>Μελέτη και ανάλυση βιβλιογραφίας</td> <td>60</td> </tr> <tr> <td>Εκπόνηση μελέτης (ατομικού project)</td> <td>70</td> </tr> <tr> <td>Πρακτική εξάσκηση</td> <td>27,5</td> </tr> <tr> <td></td> <td>ΣΥΝΟΛΟ</td> </tr> </table>	Διαλέξεις	30	Μελέτη και ανάλυση βιβλιογραφίας	60	Εκπόνηση μελέτης (ατομικού project)	70	Πρακτική εξάσκηση	27,5		ΣΥΝΟΛΟ	<p>Φόρτος Εργασίας Φοιτητή (ώρες)</p> <table border="1"> <tr> <td></td> <td>187,5</td> </tr> </table>		187,5
Διαλέξεις	30													
Μελέτη και ανάλυση βιβλιογραφίας	60													
Εκπόνηση μελέτης (ατομικού project)	70													
Πρακτική εξάσκηση	27,5													
	ΣΥΝΟΛΟ													
	187,5													

<p>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>	
<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>Η αξιολόγηση των μαθημάτων γίνεται με γραπτή ή προφορική εξέταση, εργασία, παρουσίαση, αναφορά (report) ή συνδυασμό των παραπάνω. Η ακριβής μορφή της αξιολόγησης καθορίζεται από τον/την διδάσκοντα/ουσα ή τους/τις διδάσκοντες/ουσες σε σχέση και με τη φύση του κάθε μαθήματος και ανακοινώνεται στην αρχή του εξαμήνου.</p>

Αναφέρονται ρητά προσδιορισμένα κριτήρια αξιολόγησης και εάν και που είναι προσβάσιμα από τους φοιτητές.	

ΕΝΔΕΙΚΤΙΚΗ ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

Daskalaki, K., Beneka, A., Malliou, P. (2021). Tips on how to prepare and lead a live- streaming exercise program in one-sided free platforms. ACSM’ s Health & Fitness Journal, 25 (4), 25-28.

Friedman Π. & Eisen, G. (1980). The Pilates Method of Physical and Mental Conditioning. Doubleday & Company, Inc., Garden City, New York.

Gadar, C. M. (2020). Pilates- Wunda Chair Edition.

Gallagher S. P. & Kryzanowska R. (1999). The Pilates Method of Body Conditioning. Bainbridge Books: Philadelphia.

Grootenhuis, R. (2020). Carola Trier: The First Woman ever to open a pilates studio.

Isacowitz, R. (2006). Pilates. Human Kinetics: USA

Larkam E. (2015). Fascia oriented Pilates Training. In R. Schleip, & A. Baker (Eds.), Fascia in Sport and Movement (pp.211-227). Edinburgh: Handspring Publishing.

Marongiu, G. Reformer. Edizioni Centro Studi La Torre.

Marongiu, G. Cadillac. Edizioni Centro Studi La Torre.

Marongiu, G. Wunda Chair. Edizioni Centro Studi La Torre.

Marongiu G., & Cinelli, E. Spine Corrector. Edizioni Centro Studi La Torre.

Pilates J.H. & Miller, W. J. (1945). Pilates’ Return to Life through Contrology. Presentation Dynamics.

San Miguel, L. (2021). My enchanted Life – A Memoir.

Steel, J. (2020). Caged Lion: Joseph Pilates and his Legacy. Echo Point Books and Media. Daskalaki, K., Beneka, A., Malliou, P. (2021). Tips on how to prepare and lead a live- streaming exercise program in one-sided free platforms. ACSM’ s Health & Fitness Journal, 25 (4), 25-28.

Friedman Π. & Eisen, G. (1980). The Pilates Method of Physical and Mental Conditioning. Doubleday & Company, Inc., Garden City, New York.

Gadar, C. M. (2020). Pilates- Wunda Chair Edition.

Gallagher S. P. & Kryzanowska R. (1999). The Pilates Method of Body Conditioning. Bainbridge Books: Philadelphia.

Grootenhuis, R. (2020). Carola Trier: The First Woman ever to open a pilates studio.

Isacowitz, R. (2006). Pilates. Human Kinetics: USA

Larkam E. (2015). Fascia oriented Pilates Training. In R. Schleip, & A. Baker (Eds.), Fascia in Sport and Movement (pp.211-227). Edinburgh: Handspring Publishing.

Marongiu, G. Reformer. Edizioni Centro Studi La Torre.

Marongiu, G. Cadillac. Edizioni Centro Studi La Torre.

Marongiu, G. Wunda Chair. Edizioni Centro Studi La Torre.

Marongiu G., & Cinelli, E. Spine Corrector. Edizioni Centro Studi La Torre.

Pilates J.H. & Miller, W. J. (1945). Pilates' Return to Life through Contrology. Presentation Dynamics.

San Miguel, L. (2021). My enchanted Life – A Memoir.

Steel, J. (2020). Caged Lion: Joseph Pilates and his Legacy. Echo Point Books and Media.

5. 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 Συντονιστική Επιτροπή του ΠΜΣ και μπορεί να οδηγήσει και στη διαγραφή σύμφωνα με τον Κανονισμό λειτουργίας των Προγραμμάτων Μεταπτυχιακών Σπουδών του ΔΠΘ. Όποιες ιδέες ή κείμενα 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:	Μάλλιου Βίβιαν, Καθηγήτρια
Τρόπος επικοινωνίας με διδάσκοντα	Μέσω email: pmalliou@phyed.duth.gr
Επόπτες/Επιτηρητές: (1)	ΟΧΙ
Τρόποι εξέτασης: (2)	Γραπτή εξέταση με εξ αποστάσεως μεθόδους
Οδηγίες υλοποίησης εξέτασης: (3)	<p>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.</p> <p>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.</p> <p>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.</p> <p>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.</p>

(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 **γραφτής 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 υπερσυνδέσμου, 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.

Η Υπεύθυνη του μαθήματος

Μάλλιου Βίβιαν, Καθηγήτρια