

<b>ΣΧΟΛΙΚΟ ΕΤΟΣ 2022-2023</b>					
<b>1ο ΕΠΑΛ ΖΩΓΡΑΦΟΥ</b>					
<b>ΤΑΞΗ:</b>	<b>Β ΛΥΚΕΙΟΥ</b>				
<b>ΤΜΗΜΑ:</b>	<b>Β. ΦΥΣΙΚΟΘΕΡΑΠΕΥΤΗ</b>				
<b>ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟΣ/ΤΡΙΑ :</b>	<b>1. ΝΙΚΗ ΚΟΥΤΙΒΑ</b>		<b>2. ΓΕΩΡΓΙΑ ΓΕΩΡΓΙΟΥ</b>		
<b>ΕΤΗΣΙΟΣ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΙΣΜΟΣ ΔΙΔΑΚΤΕΑΣ ΥΛΗΣ</b>	<b>Αναλυτικό Πρόγραμμα Σπουδών:</b>			<b>Ισαγωγή στη Φ</b>	
<b>ΒΙΒΛΙΑ:</b>	<b>1 Εισαγωγή στη Φυσικοθεραπεία</b> <b>2 Φυσικά Μέσα</b> <b>3 Μάλαξη 1</b> <b>4</b>				
<b>Α' ΤΕΤΡΑΜΗΝΟ</b>					
<b>Α/Α</b>	<b>ΜΗΝΑΣ</b>	<b>ΕΒΔΟΜΑΔΑ</b>	<b>ΚΕΦΑΛΑΙΟ-ΕΝΟΤΗΤΑ/ΠΑΡΑΓΡΑΦΟΣ</b>	<b>ΩΡΕΣ</b>	<b>ΥΛΟΠΟΙΗΣΗ</b>
	<b>ΣΕΠΤΕΜΒΡΙΟΣ</b>				
1		1η	<b>ΚΕΦΑΛΑΙΟ 2 (ΒΙΒΛΙΟ 1)</b> <b>ΑΝΤΙΚΕΙΜΕΝΟ ΤΗΣ ΦΥΣΙΚΟΘΕΡΑΠΕΙΑΣ</b> 2.1 Τι είναι η Φυσικοθεραπεία 2.2 Πεδίο εφαρμογής - Τομείς της Φυσικοθεραπείας. <b>ΚΕΦΑΛΑΙΟ 1 (ΒΙΒΛΙΟ 2)</b> 1.2 Φυσικά Μέσα στην υπηρεσία της Φυσικοθεραπείας. 1.3 Σύγχρονη Συνεδρία Φυσικοθεραπείας 1.3.1 Ηλιακή ακτινοβολία 1.3.2 Ηλεκτρική ενέργεια 1.3.3 Υπέρηχοι 1.3.4 Μάλαξη	4	
2		2η	<b>ΚΕΦΑΛΑΙΟ 3 (ΒΙΒΛΙΟ 1)</b> <b>ΦΥΣΙΚΟΘΕΡΑΠΕΥΤΙΚΟΣ ΧΩΡΟΣ - ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΟ ΦΥΣΙΚΟΘΕΡΑΠΕΙΑΣ</b> 3.1 Διαρρύθμιση - προδιαγραφές χώρου 3.2 Εξοπλισμός εργαστηρίου Φυσικοθεραπείας - γνωριμία με τα μηχανήματα. <b>ΚΕΦΑΛΑΙΟ 1 (ΒΙΒΛΙΟ 3)</b> <b>ΕΙΣΑΓΩΓΗ ΕΤΗ ΜΑΛΑΞΗ</b> Ιστορική αναδρομή. Θέση της μάλαξης στη σύγχρονη θεραπευτική. Επίδραση της μάλαξης στην ψυχοσύνθεση του ανθρώπου — ψυχική προσέγγιση. Σχέση της μάλαξης με το κύκλο της αποκατάστασης - σωματική προσέγγιση. Σκοπός της μάλαξης. Γενικός σκοπός της μάλαξης. Ειδικοί σκοποί της μάλαξης	4	
	<b>ΟΚΤΩΒΡΙΟΣ</b>				



3	3η	<p><b>ΚΕΦΑΛΑΙΟ 4 (ΒΙΒΛΙΟ1)</b>  ΜΥΟΣΚΕΛΕΤΙΚΟ ΣΥΣΤΗΜΑ - ΑΡΘΡΩΣΗ  4.1 Ταξινόμηση αρθρώσεων 4.2  Περιγραφή μιας τυπικής άρθρωσης 4.3  Λειτουργία των αρθρώσεων</p> <p><b>ΚΕΦΑΛΑΙΟ 2 (ΒΙΒΛΙΟ 3)</b>  ΠΡΟΫΠΟΘΕΣΕΙΣ ΣΩΣΤΗΣ ΕΦΑΡΜΟΓΗΣ  ΤΩΝ ΤΕΧΝΙΚΩΝ  ΤΗΣ ΜΑΛΑΞΗΣ  Συμπεριφορά και εμφάνιση του  θεραπευτή.  Χώρος και εξοπλισμός.Θέση εργασίας  του θεραπευτή.  Θέση εργασίας με τον ασθενή στο  ειδικό κρεβάτι  Θέση εργασίας με τον ασθενή στο  κάθισμα.  Τοποθέτηση του ασθενή..  Υλικά επαφής.</p>	4	
4	4η	<p><b>ΚΕΦΑΛΑΙΟ 4 (ΒΙΒΛΙΟ 1)</b>  4.4 Μοχλοί :Εισαγωγή στη θεωρία των  μοχλών. Είδη μοχλών. Παραδείγματα κι  εφαρμογές.</p> <p><b>ΚΕΦΑΛΑΙΟ 2-ΝΕΡΟ (ΒΙΒΛΙΟ 2)</b>  2.1 Γενικά στοιχεία .2.2 Ιστορική  αναδρομή . 2.3 Βασικές ιδιότητες του  νερού .2.3.1 Η θερμοκρασία του νερού .  2.3.2 Υδροστατική πίεση .</p>	4	
5	5η	<p><b>ΚΕΦΑΛΑΙΟ 4 (ΒΙΒΛΙΟ 1)</b>  4.4 Μοχλοί :Αντιστοίχιση των μοχλών  στο ανθρώπινο σώμα : υπομόχλιο,  δύναμη, αντίσταση, μοχλοβραχίονες.  Παραδείγματα κι εφαρμογές.</p> <p><b>ΚΕΦΑΛΑΙΟ 3 (ΒΙΒΛΙΟ 3)</b>  ΠΡΟΕΤΟΙΜΑΣΙΑ ΚΑΙ ΠΑΡΑΚΟΛΟΥΘΗΣΗ  ΤΟΥ ΑΣΘΕΝΗ  Προετοιμασία του ασθενή.  Προετοιμασία του ασθενή στο σπίτι  Προετοιμασία του ασθενή στο χώρο  εφαρμογής. Παρακολούθηση του  ασθενή από το θεραπευτή.  Παρακολούθηση πριν την έναρξη της  μάλαξης. Παρακολούθηση κατά την  διάρκεια της μάλαξης.  Παρακολούθηση μετά το τέλος της  μάλαξης.</p>	4	


6		6η	<p><b>ΚΕΦΑΛΑΙΟ 5 (ΒΙΒΛΙΟ 1)</b>  ΜΥΟΣΚΕΛΕΤΙΚΟ ΣΥΣΤΗΜΑ - ΜΥΣ 5.1  Μυϊκή συστολή - Εισαγωγή</p> <p><b>ΚΕΦΑΛΑΙΟ 2 (βιβλιο2) 2.4</b> Μηχανικές ιδιότητες - άνωση και αντίσταση .</p> <p>2.5 Ιδιαίτερα φυσιολογικά αποτελέσματα-Χημική επίδραση</p> <p>2.6 Τρόποι επίδρασης υδροθεραπείας</p> <p>2.7 Ενδείξεις και αντενδείξεις υδροθεραπείας .</p> <p>2.8 Γενικοί κανόνες εφαρμογής υδροθεραπείας .</p> <p>2.9 Χώροι και μέσα υδροθεραπείας</p>	4
	<b>ΝΟΕΜΒΡΙΟΣ</b>			
7		7η	<p><b>ΚΕΦΑΛΑΙΟ 5 (ΒΙΒΛΙΟ 1)</b>  ΜΥΟΣΚΕΛΕΤΙΚΟ ΣΥΣΤΗΜΑ - ΜΥΣ 5.1  Μυϊκή συστολή. Είδη συστολής.  Ανάλυση και περιγραφή ισομετρικής συστολής.</p> <p><b>ΚΕΦΑΛΑΙΟ 4 (ΒΙΒΛΙΟ 3)</b>  ΤΕΧΝΙΚΗ ΤΗΣ ΜΑΛΑΞΗΣ  Τεχνική της μάλαξης</p>	4
8		8η	<p><b>ΚΕΦΑΛΑΙΟ 5(ΒΙΒΛΙΟ 1)</b></p> <p><b>ΜΥΟΣΚΕΛΕΤΙΚΟ ΣΥΣΤΗΜΑ - ΜΥΣ 5.1</b>  Μυϊκή συστολή. Είδη συστολής.  Ανάλυση και περιγραφή ισοτονικής συστολής. Μειομετρική. Παραδείγματα κι εφαρμογές. Εργαστηριακές ασκήσεις.</p> <p><b>ΚΕΦΑΛΑΙΟ 2 (ΒΙΒΛΙΟ 2)</b>  2.10 Πισίνα.2.10.1 Εξοπλισμός θεραπευτικής πισίνας .  2.10.2 Χρήση στη Φυσικοθεραπεία  2.10.3 Οριζόντιες θέσεις .  2.10.4 Καθιστές θέσεις εκκίνησης</p>	4
9		9η	<p><b>ΚΕΦΑΛΑΙΟ 5 (ΒΙΒΛΙΟ 1)</b>  ΜΥΟΣΚΕΛΕΤΙΚΟ ΣΥΣΤΗΜΑ - ΜΥΣ 5.1  Μυϊκή συστολή. Είδη συστολής.  Ανάλυση και περιγραφή ισοτονικής συστολής. Πλειομετρική. Παραδείγματα κι εφαρμογές. Εργαστηριακές ασκήσεις.</p> <p><b>ΚΕΦΑΛΑΙΟ 5 (ΒΙΒΛΙΟ 3)</b>  <b>ΒΑΣΙΚΟΙ ΧΕΙΡΙΣΜΟΙ</b>  Χαρακτηριστικά στοιχεία βασικών χειρισμών. Βασικοί χειρισμοί.Είδη βασικών χειρισμών.Χρήση λιπαντικού. Κινήσεις χεριών. Κατεύθυνση κινήσεων. Ένταση χειρισμών</p>	4


10		10η	<p><b>ΚΕΦΑΛΑΙΟ 5 (ΒΙΒΛΙΟ 1)</b>  <b>ΜΥΟΣΚΕΛΕΤΙΚΟ ΣΥΣΤΗΜΑ</b>            5.2 Λειτουργία των μυών σε σχέση με το ερειστικό σύστημα. Εργαστηριακές ασκήσεις. Παραδείγματα. <b>ΚΕΦΑΛΑΙΟ 2 (ΒΙΒΛΙΟ 2)</b> 2.10 Πισίνα2. 10.5 Όρθιες θέσεις εκκίνησης . 2.10.6 Το ισχίο . 2.10.7 Το γόνατο. 2.10.8 Ο ώμος . 2.10.9 Ο κορμός</p>	4	
	<b>ΔΕΚΕΜΒΡΙΟΣ</b>				
11		11η	<p><b>ΚΕΦΑΛΑΙΟ 5 (ΒΙΒΛΙΟ 1).</b>  <b>ΜΥΟΣΚΕΛΕΤΙΚΟ ΣΥΣΤΗΜΑ</b>            Εργαστηριακές ασκήσεις. Επαναληπτικά παραδείγματα στα είδη μυϊκής συστολής. <b>ΚΕΦΑΛΑΙΟ 6 (ΒΙΒΛΙΟ 3)</b>  <b>ΟΛΙΣΘΙΣΗ - ΘΩΠΕΙΕΣ</b>            Ορισμός - Χαρακτηριστικά στοιχεία ολίσθησης και θωπείας.Είδη θωπείας. «Επιτολής» θωπεία. «Εν τω βάθει» θωπεία.Προϋποθέσεις εφαρμογής ολίσθησης και θωπείας. Εργαστηριακές ασκήσεις κι εφαρμογή.</p>	4	
12		12η	<b>Προφορική Εξέταση Α' Εξαμήνου</b>	4	
13		13η	<p><b>ΚΕΦΑΛΑΙΟ 6 ΕΥΡΟΣ ΤΡΟΧΙΑΣ ΤΗΣ ΑΡΘΡΩΣΗΣ (ΒΙΒΛΙΟ 1)</b>            6.1 Φυσιολογικό εύρος τροχιάς .6.2 Παράγοντες από τους οποίους εξαρτάται το εύρος τροχιάς  <b>ΚΕΦΑΛΑΙΟ 2 (ΒΙΒΛΙΟ 2)</b>            2.11 Δινόλουτρο. 2.11.1 Χρόνος Εφαρμογής.2.11.2 Τύποι δινόλουτρων . 2.11.3 Στροβιλισμός . 2.11.4 Θερμοκρασία . 2.11.5 Εφαρμογή</p>	4	
	<b>ΙΑΝΟΥΑΡΙΟΣ</b>				
14		14η	<p><b>ΚΕΦΑΛΑΙΟ 6 ΕΥΡΟΣ ΤΡΟΧΙΑΣ ΤΗΣ ΑΡΘΡΩΣΗΣ (ΒΙΒΛΙΟ 1)</b>            6.3 Μέτρηση εύρους τροχιάς. Εργαστηριακό μέρος.  <b>ΚΕΦΑΛΑΙΟ 6 (ΒΙΒΛΙΟ 3)</b>            Θεραπευτικοί σκοποί ολίσθησης και θωπείας. Εργαστηριακό μέρος: Ολίσθηση - Τεχνική της Εκτέλεσης. Πρακτικά παραδείγματα. Θωπείες — Τεχνική της Εκτέλεσης. Πρακτικά παραδείγματα</p>	4	





15		15η	<p><b>ΚΕΦΑΛΑΙΟ 6 ΕΥΡΟΣ ΤΡΟΧΙΑΣ ΤΗΣ ΑΡΘΡΩΣΗΣ (ΒΙΒΛΙΟ 1)</b>          Παραδείγματα κι εφαρμογές στην μέτρηση του εύρους τροχιάς</p> <p><b>ΚΕΦΑΛΑΙΟ 3 (ΒΙΒΛΙΟ 2)-ΘΕΡΜΟΤΗΤΑ</b>          3.1 Γενικά στοιχεία 3.2 Τρόπος δράσης της θερμότητας . 3.3 Ιαματικό νερό . 3.4 Λουτρά υγρού φορέα</p>	4	
			<b>Β' ΤΕΤΡΑΜΗΝΟ</b>		
	<b>ΙΑΝΟΥΑΡΙΟΣ</b>				
16		16η	<p><b>ΚΕΦΑΛΑΙΟ 7 (ΒΙΒΛΙΟ 1) ΕΠΙΠΕΔΑ ΚΙΝΗΣΕΩΝ ΚΑΙ ΑΞΟΝΕΣ ΚΙΝΗΣΗΣ - ΘΕΣΕΙΣ</b>          7.1 Γενικά στοιχεία 7.2 Εφαρμογή στην κίνηση των αρθρώσεων 7.3 Κινήσεις των αρθρώσεων .Εφαρμογές και παραδείγματα.</p> <p><b>ΚΕΦΑΛΑΙΟ 7 (ΒΙΒΛΙΟ 3)</b>          ΖΥΜΩΜΑΤΑ          Ορισμός - Χαρακτηριστικά στοιχεία των ζυμωμάτων.Είδη ζυμωμάτων.          Ζυμώματα- συνθλίψεις. Κυκλικές τρίψεις, Ημικυκλικές τρίψεις.          Ρολλάριομα.Προϋποθέσεις εφαρμογής ζυμωμάτων. Περιπτώσεις εφαρμογής των ζυμωμάτων. Περιπτώσεις που δεν έχουν εφαρμογή.Θεραπευτικοί σκοποί των ζυμωμάτων.Εργαστηριακή εφαρμογή.</p>	4	
	<b>ΦΕΒΡΟΥΑΡΙΟΣ</b>				
17		17η	<p><b>ΚΕΦΑΛΑΙΟ 7 (ΒΙΒΛΙΟ 1)</b>          Κινήσεις των αρθρώσεων και ονοματολογία των κινήσεων.          Παραδείγματα. Εργαστηριακές ασκήσεις</p> <p><b>ΚΕΦΑΛΑΙΟ 3 (ΒΙΒΛΙΟ 2)-ΘΕΡΜΟΤΗΤΑ</b>          3.5 Ιαματικές πηγές και ιαματικά λουτρά .3.5.1 Ελληνικές ιαματικές πηγές . 3.5.2 Κλινική εφαρμογή ιαματικής λουτροθεραπείας . 3.5.3 Ενδείξεις ιαματικής λουτροθεραπείας . 3.5.4 Αντενδείξεις ιαματικής λουτροθεραπείας .3.5.5 Τεχνητά ιαματικά λουτρά</p>	4	



18		18η	<p><b>ΚΕΦΑΛΑΙΟ 7 (ΒΙΒΛΙΟ 1)</b> 7.4 Θέσεις του σώματος. Εργαστηριακό μέρος . Παραδείγματα σε ύπτια, πρηνή πλάγια, καθιστή, εδραία, γονυπετή θέση. <b>ΚΕΦΑΛΑΙΟ 8 (ΒΙΒΛΙΟ 3)</b> ΑΝΑΤΡΙΨΕΙΣ Ορισμός - Χαρακτηριστικά στοιχεία των ανατρίψεων.Είδη ανατρίψεων. Παλαμικές ανατρίψεις. Καρποπαλαμικές ανατρίψεις. Δακτυλικές ανατρίψεις. Ανατρίψεις με το θέναρ. Ανατρίψεις με τον αντίχειρα. Πρακτική εφαρμογή.</p>	4	
19		19η	<p><b>ΚΕΦΑΛΑΙΟ 7 (ΒΙΒΛΙΟ 1)</b> Επίπεδα και άξονες κίνησης σε πρακτικά παραδείγματα κι εφαρμογές των επιμέρους αρθρώσεων. <b>ΚΕΦΑΛΑΙΟ 3 (ΒΙΒΛΙΟ 2)</b> 3.6 Θερμά επιθέματα.3.6.1 Χημικά θερμά επιθέματα .3.6.2 Προπαρασκευή συσκευής .3.6.3 Προετοιμασία του ασθενή .6.4 Διάρκεια θεραπείας 3.6.5 Συχνότητα . 3.6.6 Ενδείξεις 3.6.7 Αντενδείξεις 3.6.8 Κίνδυνοι και προφυλάξεις</p>	4	
20		20η	<b>προφορική εξέταση εργαστηρίου</b>	4	
	<b>ΜΑΡΤΙΟΣ</b>				
21		21η	<p><b>ΚΕΦΑΛΑΙΟ 8 (ΒΙΒΛΙΟ 1)</b> <b>ΕΝΕΡΓΗΤΙΚΗ ΚΙΝΗΣΗ</b> 8.1 Γενικά στοιχεία 8.2 Ταξινόμηση των ενεργητικών κινήσεων : Αναρτώμενη ενεργητική κίνηση.Εργαστηριακά παραδείγματα. <b>ΚΕΦΑΛΑΙΟ 8 (ΒΙΒΛΙΟ 3)</b> Ανατρίψεις — Τεχνική της Εκτέλεσης. Πρακτικά παραδείγματα. Ασκήσεις.</p>	4	
22		22η	<p><b>ΚΕΦΑΛΑΙΟ 8 (ΒΙΒΛΙΟ 1)</b> <b>ΕΝΕΡΓΗΤΙΚΗ ΚΙΝΗΣΗ</b> Υποστηριζόμενη ενεργητική κίνηση. Εφαρμογές και παραδείγματα Υποβοηθούμενη ενεργητική κίνηση. Εφαρμογές και παραδείγματα. <b>ΚΕΦΑΛΑΙΟ 3 (ΒΙΒΛΙΟ 2)</b> 3.7 Επιθέματα παραφίνης. 3.7.1 Μέθοδοι εφαρμογής 3.7.2 Οδηγίες χρήσης 3.7.3 Ενδείξεις . 3.7.4 Αντενδείξεις 3.8 Παραφάγκο.3.8.1 Ενδείξεις 3.9 Περιτυλίξεις3.10 Αμμόλουτρο 3.11 Πηλοθεραπεία . 3.12 Η Φινλανδική σάουνα3.13 Το ατμόλουτρο</p>	4	



23		23η	<p><b>ΚΕΦΑΛΑΙΟ 8 (ΒΙΒΛΙΟ 1)</b>  <b>ΕΝΕΡΓΗΤΙΚΗ ΚΙΝΗΣΗ</b>  Ελευθερη ενεργητική κίνηση - Αντίσταση. Πρακτικά παραδείγματα κι εφαρμογές. 8.3 Ισοτονικές - Ισομετρικές κινήσεις 8.4 Παρατηρήσεις.  Εργαστηριακό μέρος</p> <p><b>ΚΕΦΑΛΑΙΟ 9 (ΒΙΒΛΙΟ 3)</b>  ΠΕΛΕΚΙΣΜΟΙ  Ορισμός - Χαρακτηριστικά στοιχεία των πελεκισμών. Προϋποθέσεις εφαρμογής. Ενδείξεις-αντενδείξεις. Τεχνική της εκτέλεσης. Παραλλαγές. εργαστηριακά παραδείγματα κι εφαρμογές.</p>	4	
24		24η	<p><b>ΚΕΦΑΛΑΙΟ 9 (ΒΙΒΛΙΟ 1) ΠΑΘΗΤΙΚΗ ΚΙΝΗΣΗ</b>  9.1 Γενικά στοιχεία 9.2 Ταξινόμηση των παθητικών κινήσεων 9.3 Παρατηρήσεις  Εργαστηριακό μέρος</p> <p><b>ΚΕΦΑΛΑΙΟ 4 (ΒΙΒΛΙΟ 2)ΚΡΥΘΘΕΡΑΠΕΙΑ</b>  4.1 Γενικά στοιχεία 4.2 Φυσιολογικά αποτελέσματα της εφαρμογής κρύου  4.3 Μέθοδοι και τεχνικές εφαρμογής κρυοθεραπείας  4.4 Προφυλάξεις-αντενδείξεις κρυοθεραπείας.Παραδείγματα κι εργαστηριακές εφαρμογές</p>	4	
25		25η	<p>Επαναληπτικές παρατηρήσεις και παραδείγματα σε ενεργητική και παθητική κίνηση. Εφαρμογές</p> <p><b>ΚΕΦΑΛΑΙΟ 10 (ΒΙΒΛΙΟ 3)</b>  ΠΛΗΞΕΙΣ 10.1 Ορισμός - χαρακτηριστικά των πλήξεων. 10.2 Είδη των πλήξεων. Προϋποθέσεις εφαρμογής. Θεραπευτικοί σκοποί. Ενδείξεις. Αντενδείξεις πλήξεων. Τεχνική της εκτέλεσης. Εργαστηριακές εφαρμογές και παραδείγματα.</p>	4	
	<b>ΑΠΡΙΛΙΟΣ</b>				


26		26η	<p><b>ΚΕΦΑΛΑΙΟ 10 (ΒΙΒΛΙΟ 1) ΜΕΤΑΦΟΡΕΣ</b>  10.1 Γενικά στοιχεία 10.2 Μεταφορά με τη βοήθεια ενός ατόμου 10.3 Μεταφορά με τη βοήθεια δύο ατόμων. Εφαρμογές. Εργαστηριακές ασκήσεις <b>ΚΕΦΑΛΑΙΟ 4 (ΒΙΒΛΙΟ 2)</b> 4.5 Εφαρμογή πάγου .  4.6 Ψυχρά επιθέματα 4.6.1 Εφαρμογή 4.7 Ψυχρό δινόλουτρο .4.7.1 Εφαρμογή . 4.8 Ψυκτικά σπρέι .  4.8.1 Εφαρμογή .  4.9 Θαλασσοθεραπεία .  4.9.1 Πώς μπορούν να αξιοποιηθούν οι ιδιότητες της θάλασσας .  Εργαστηριακές ασκήσεις.</p>	4	
27		27η	<p><b>ΚΕΦΑΛΑΙΟ 10 (ΒΙΒΛΙΟ 1) ΜΕΤΑΦΟΡΕΣ</b>  10.4 Ανεξάρτητη μεταφορά 10.5 Μεταφορά με χρήση μηχανικών βοηθημάτων .Εργαστηριακό μέρος <b>ΚΕΦΑΛΑΙΟ 11 (ΒΙΒΛΙΟ 3)ΔΟΝΗΣΕΙΣ</b>  Ορισμός - Χαρακτηριστικά στοιχεία των δονήσεων.Είδη δονήσεων.  Παλαμικές δονήσεις. Ραχιαίες δονήσεις. Σημειακές δονήσεις  Προϋποθέσεις εφαρμογής δονήσεων  Περιπτώσεις εφαρμογής των δονήσεων. Περιπτώσεις που δεν έχουν εφαρμογή.Θεραπευτικοί σκοποί των δονήσεων.  Εργαστηριακό μέρος  Δονήσεις — Τεχνική της εκτέλεσης  Πρακτικά παραδείγματα</p>	4	
	<b>ΜΑΙΟΣ</b>				
28		28η	<p><b>Επαναληπτικές παρατηρήσεις κι εφαρμογές -μέρος 1</b>  <b>ΚΕΦΑΛΑΙΟ 5 (ΒΙΒΛΙΟ 2)-ΚΙΝΗΣΗ</b>  5.1 Εισαγωγή .  5.2 Βασικές γνώσεις της κίνησης .  5.3 Περιγραφή της κίνησης .  5.4 Τροχιά της κίνησης .  5.5 Επίπεδα κίνησης .  5.6 Άξονες κίνησης  5.7 Βαθμός κίνησης της άρθρωσης  5.8 Πώς χρησιμοποιούμε την κίνηση στη φυσικοθεραπεία. Παραδείγματα κι εφαρμογές.</p>	4	








<b>ΣΧΟΛΙΚΟ ΕΤΟΣ 2022-2023</b>			
<b>1ο ΕΠΑΛ ΖΩΓΡΑΦΟΥ</b>			
<b>ΤΑΞΗ: Β</b>			
<b>ΤΜΗΜΑ: ΒΥΠΕ-1</b>			
<b>ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟΣ/ΤΡΙΑ : ΘΕΟΔΩΡΟΥ Σ., ΓΙΑΧΟΥΝΤΗ Χ.</b>			
<b>ΕΤΗΣΙΟΣ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΙΣΜΟΣ ΔΙΔΑΚΤΕΑΣ ΥΛΗΣ (Αναλυτικό Πρόγραμμα σπουδών: Φ.Ε.Κ 64/τα. Β'/2</b>			
<b>ΜΑΘΗΜΑ: ΝΟΣΗΛΕΥΤΙΚΗ Ι (ΕΙΔΙΚΟ ΜΑΘΗΜΑ)</b>			
<b>Α' ΤΕΤΡΑΜΗΝΟ</b>			
<b>Α/Α</b>	<b>ΜΗΝΑΣ</b>	<b>ΕΒΔΟΜΑΔΑ</b>	<b>ΚΕΦΑΛΑΙΟ-ΕΝΟΤΗΤΑ/ΠΑΡΑΓΡΑΦΟΣ</b>
	<b>ΣΕΠΤΕΜΒΡΙΟΣ</b>		
1		1η	<b>1ο Κεφάλαιο: Βασική νοσηλευτική φροντίδα αρρώστου. Στρώσιμο κρεβατιού-Γενικές αρχές</b> <b>1.α</b> Στρώσιμο απλού κρεβατιού με αλλαγή σεντονιών, από δύο άτομα
2		2η	<b>1ο Κεφάλαιο: Βασική νοσηλευτική φροντίδα αρρώστου. Στρώσιμο κρεβατιού-Γενικές αρχές</b> <b>1.α</b> Στρώσιμο απλού κρεβατιού με αλλαγή σεντονιών, από δύο άτομα (συνέχιση της προηγούμενης άσκησης)
	<b>ΟΚΤΩΒΡΙΟΣ</b>		
3		3η	<b>1.β</b> Στρώσιμο απλού κρεβατιού από ένα άτομο
4		4η	<b>3ο Κεφάλαιο: Ειδικές θέσεις Αρρώστου</b> 3. α Ύπτια θέση 3.β Πλάγια θέση 3.β Πρηνής θέση 3.δ Καθιστική-Ημικαθιστική θέση 3.ε Κατάρροπη θέση (Tredelenburg)
5		5η	<b>10ο Κεφάλαιο: Αποστείρωση</b> 10.α Προετοιμασία υλικών για αποστείρωση
6		6η	10.β Τρόπος χρήσης αποστειρωμένου υλικού
	<b>ΝΟΕΜΒΡΙΟΣ</b>		
7		7η	10.β Τρόπος χρήσης αποστειρωμένου υλικού (συνέχιση της προηγούμενης άσκησης)
8		8η	10.γ Πλύσιμο χεριών
9		9η	10.δ Τρόπος χρήσης μάσκας, μπλούζας, γαντιών
10		10η	<b>2ο Κεφάλαιο: Λήψη ζωτικών σημείων και ενημέρωση θερμομετρικού διαγράμματος</b> 2. α Θερμομέτρηση
	<b>ΔΕΚΕΜΒΡΙΟΣ</b>		
11		11η	2.β Μέτρηση αρτηριακού σφυγμού
12		12η	2.γ Μέτρηση αναπνοών
13		13η	2.δ Μέτρηση αρτηριακής πίεσης
	<b>ΙΑΝΟΥΑΡΙΟΣ</b>		
14		14η	2.ε Ενημέρωση διαγράμματος
15		15η	Αξιολόγηση μαθητών
		<b>Β' ΤΕΤΡΑΜΗΝΟ</b>	
	<b>ΙΑΝΟΥΑΡΙΟΣ</b>		


2-1-2016)


**ΩΡΕΣ**

--

4
---

4
---

--

4
---

4
---

4
---

4
---

4
---

--

4
---

4
---

4
---

4
---

--

4
---

4
---

4
---

--

4
---

4
---

--

--

--



4
4
4
4
4
4
4
4
4
4
4
4
4
Ο Διευθυντής

