

**ΚΑΤΑΤΑΚΤΗΡΙΕΣ ΕΞΕΤΑΣΕΙΣ ΑΚΑΔΗΜΑΪΚΟΥ ΕΤΟΥΣ 2026-2027  
ΕΞΕΤΑΣΤΕΑ ΥΛΗ «ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΚΗΣ ΑΝΑΤΟΜΙΚΗΣ ΤΟΥ ΑΝΘΡΩΠΟΥ»**

**Θεματικές Ενότητες:**

1. Ανατομική θέση και Επίπεδα
2. Μικροσκοπική και μακροσκοπική Δομή και Λειτουργία των οστών, μυών, τενόντων και του αρθρικού χόνδρου
3. Μυολογία (μορφολογία, κατασκευή, ιδιότητες, επικουρικά μόρια, είδη συστολής, μυϊκή λειτουργία, μυϊκές ομάδες θώρακα, άνω και κάτω άκρων)
4. Οστεολογία (είδη οστών, δομή, μορφολογία, λειτουργία, ομοιοστασία, αγγείωση, λειτουργική προσαρμογή στην άσκηση, ανάπτυξη)
5. Αρθρολογία (είδη, κατασκευή, εμβιομηχανική, αρθροκινηματική)
6. Σπονδυλική Στήλη (κατασκευή, κυρτώματα, μακροσκοπική μορφολογία, μεσοσπονδύλιος δίσκος, σύνδεσμοι, μύες, λειτουργία, κινηματική)
7. Ωμική ζώνη και Άνω Άκρο (οστεολογία, μυολογία, αρθρολογία, ωμοβραχιόνιος ρυθμός, τενόντιο πέταλο, σύνδεσμοι γληνοβραχιόνιας και ακρωμιοκλειδικής άρθρωσης, λειτουργία αγκώνα και αντιβραχίου, κατασκευή καρπού, λειτουργία τενόντων και μυών, κατανομή περιφερικών νεύρων)
8. Τράχηλος και Αυχένας
9. Κεφαλή (οστεολογία, μύες οφθαλμού και προσώπου, μασητήριοι μύες)
10. Νευρολογία
  - Κεντρικό και Περιφερικό Νευρικό Σύστημα (δομή εγκεφάλου, νευρώνες, ΕΝΥ, νευρικά πλέγματα, νωτιαίος μυελός, ιππούριδα, παρεγκεφαλίδα, αγγείωση εγκεφάλου, κύκλος Willis)
  - νευρικό σύστημα
  - Αυτόνομο νευρικό σύστημα (Συμπαθητικό και Παρασυμπαθητικό, διαφορές, δράσεις)
11. Πύελος και Κάτω άκρα (Οστεολογία, αρθρώσεις πυέλου, ισχίου, γόνατος, ποδοκνημικής, κινησιολογία, επιγονατιδομηριαία άρθρωση, συνδεσμολογία ισχίου, γόνατος και ποδοκνημικής, κατασκευή άκρου ποδός και ποδικής καμάρας)
12. Κυκλοφορικό και Καρδιοαγγειακό Σύστημα (δομή καρδιάς, αρτηριακή και φλεβική κυκλοφορία, μικροκυκλοφορία, λεμφικό σύστημα)
13. Αναπνευστικό Σύστημα (Ανώτερο και κατώτερο αναπνευστικό σύστημα, αναπνευστική οδός, βρογχικό δένδρο, πνεύμονες, θωρακική κοιλότητα, υπεζωκότας, ρύθμιση της αναπνοής)

**Προτεινόμενα Βιβλία Αναφοράς**

1. **Ανατομία του Ανθρώπου**, Συγγραφείς : ANNE M. GILROY, κωδικός βιβλίου στον ΕΥΔΟΞΟ: 86057378, Διάθετης (Εκδότης) : Ιωάννης Κωνσταντάρας
2. **Sobotta Ανατομία με Έγχρωμο Άτλαντα**, Συγγραφείς: Waschke Jens, Bockers M. Tobias, Paulsen Friedrich, κωδικός βιβλίου στον ΕΥΔΟΞΟ: 94644945, Διαθέτης (Εκδότης): BROKEN HILL PUBLISHERS LTD.

### Θεματικές Ενότητες

1. Παιδαγωγικά θέματα και οργάνωση της διδασκαλίας και της μάθησης
2. Η πορεία της παιδαγωγικής σκέψης και οι επιστήμες της εκπαίδευσης
3. Η έρευνα στην εκπαίδευση
4. Αναλυτικό πρόγραμμα
5. Εκπαίδευση και ψυχολογία
6. Γνωστικές και κοινωνικο-γνωστικές θεωρίες για τη μάθηση και την επίδοση στην εκπαίδευση
7. Κοινωνιολογικές οπτικές και προσεγγίσεις για τη διαδικασία, τους σκοπούς της εκπαίδευσης και την παιδική ηλικία
8. Η εκπαιδευτική πολιτική: ανάλυση της εκπαιδευτικής πολιτικής
9. Η Συγκριτική Εκπαίδευση
10. Ενταξιακή εκπαίδευση και η ιστορία των ειδικών αναγκών

### Προτεινόμενη βιβλιογραφία

1. **Bartlett, S., & Burton, D. (2016).** Εισαγωγή στις επιστήμες της εκπαίδευσης. Αθήνα: Gutenberg.
2. **Ανδρούσου, Α., & Τσάφος, Β. (2020).** Επιστήμες της Εκπαίδευσης. Αθήνα: Gutenberg.

**ΚΑΤΑΤΑΚΤΗΡΙΕΣ ΕΞΕΤΑΣΕΙΣ ΑΚΑΔΗΜΑΙΚΟΥ ΕΤΟΥΣ 2026-2027  
ΕΞΕΤΑΣΤΕΑ ΥΛΗ «ΘΕΩΡΙΑ ΑΘΛΗΤΙΚΗΣ ΠΡΟΠΟΝΗΣΗΣ»**

**Θεματικές Ενότητες:**

1. **Καταγραφή, αξιολόγηση και έλεγχος της προπονητικής επιβάρυνσης:** παράμετροι επιβάρυνσης και κατανομή της στο μικρόκυκλο, μεσόκυκλο και μακρόκυκλο, υπερπροπόνηση/υπερκόπωση, φορμάρισμα.
2. **Μακροχρόνιος/πολυετής και βραχυπρόθεσμος σχεδιασμός της προπόνησης:** αρχές δόμησης προγραμμάτων προπόνησης, περίοδοι και μοντέλα προπόνησης των φυσικών ικανοτήτων στον πολυετή προγραμματισμό, σχεδιασμός και δόμηση μακρόκυκλων, μεσόκυκλων, μικρόκυκλων και φάσεων/περιόδων προπόνησης, περιεχόμενο και δόμηση προπονητικής μονάδας/ημέρας (προθέρμανση, αποθεραπεία).
3. **Προπόνηση δύναμης και ισχύος:** Ορισμοί/είδη/κατηγοριοποιήσεις δύναμης/ισχύος, μέτρηση/αξιολόγηση απόδοσης, φυσιολογικοί μηχανισμοί βελτίωσης, μέθοδοι/μέσα προπόνησης & δόμηση προπονητικών προγραμμάτων, προπόνηση ειδικών πληθυσμών και ομάδων
4. **Προπόνηση ταχύτητας** Ορισμοί/είδη/κατηγοριοποιήσεις ταχύτητας, μέτρηση/αξιολόγηση απόδοσης, φυσιολογικοί μηχανισμοί βελτίωσης, μέθοδοι/μέσα προπόνησης & δόμηση προπονητικών προγραμμάτων, προπόνηση ειδικών πληθυσμών και ομάδων
5. **Προπόνηση αντοχής** Ορισμοί/είδη/κατηγοριοποιήσεις αντοχής, μέτρηση/αξιολόγηση απόδοσης, φυσιολογικοί μηχανισμοί βελτίωσης, μέθοδοι/μέσα προπόνησης & δόμηση προπονητικών προγραμμάτων, προπόνηση ειδικών πληθυσμών και ομάδων
6. **Προπόνηση ευλυγισίας** Ορισμοί/είδη/κατηγοριοποιήσεις ευλυγισίας, μέτρηση/αξιολόγηση απόδοσης, φυσιολογικοί μηχανισμοί βελτίωσης, μέθοδοι/μέσα προπόνησης & δόμηση προπονητικών προγραμμάτων, προπόνηση ειδικών πληθυσμών και ομάδων

**Ενδεικτική βιβλιογραφία:**

1. «**Σχεδιασμός και Προγραμματισμός της Αθλητικής Προπόνησης**», Έκδοση: 2020, Συγγραφείς: Βεληγκέκας Παναγιώτης, Μπογδάνης Γρηγόριος, Παραδείσης Γεώργιος, ISBN: 9789925575732 Κωδικός Βιβλίου στον Εύδοξο: 86055686. Εκδότης: BROKEN HILL PUBLISHERS LTD
2. «**Περιοδικότητα – Θεωρία και Μεθοδολογία της Προπόνησης**», Έκδοση: 2019, Συγγραφείς: Bompa T., Buzzichelli C.A. (Επιμέλεια έκδοσης Γεροδήμος Β, Καρατράντου Κ.), ISBN: 9789925563586 Κωδικός Βιβλίου στον Εύδοξο: 77107160. Εκδότης: BROKEN HILL PUBLISHERS LTD