

<b>Τίτλος Μαθήματος</b>	Αισθητική Σώματος Ι				
<b>Κωδικός Μαθήματος</b>	ASM-103				
<b>Τύπος μαθήματος</b>	Υποχρεωτικό				
<b>Επίπεδο</b>	1 <sup>ο</sup>				
<b>Έτος / Εξάμηνο φοίτησης</b>	1 <sup>ο</sup> , Εαρινό/Spring				
<b>Όνομα Διδάσκοντα</b>					
<b>ECTS</b>	4	<b>Διαλέξεις / εβδομάδα</b>	2	<b>Εργαστήρια / εβδομάδα</b>	0
<b>Στόχος Μαθήματος</b>					
<p>Το μάθημα παρέχει στους φοιτητές/τριες γνώσεις στις θεραπείες του σώματος. Διδάσκονται τις μεθόδους διάγνωσης και να εντοπισμού προβλημάτων στο σώμα, και επικεντρώνεται στην φιλοσοφία της μάλαξης και στην εφαρμογή της στην βελτίωση της σωματικής και ψυχικής υγείας.</p>					
<b>Μαθησιακά Αποτελέσματα</b>					
<p>Με την συμπλήρωση του μαθήματος αναμένεται οι φοιτητές/τριες να είναι ικανοί να:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- γνωρίσουν τις αιτούμενες διαδικασίες για μια επαγγελματική θεραπεία μασάζ</li> <li>- εκτελούν μια λεπτομερή ανάλυση του σώματος με επαγγελματική διαβούλευση του πελάτη</li> <li>- αναγνωρίσουν την σημαντικότητα της σεμνότητας του πελάτη κατά την διάρκεια μιας θεραπείας μασάζ σώματος</li> <li>- διατηρήσουν αρχείο με τα απαιτούμενα στοιχεία των πελατών - βάρος και μετρήσεις του σώματος</li> <li>- αναγνωρίσουν τα πρόβλημα στάσης του σώματος όπως σκολίωση, λόρδωση και κύφωσης</li> <li>- αποκτούν της υποστηρικτικές γνώσης που απαιτούνται για μια σωστή θεραπεία μασάζ σώματος</li> <li>- κατέχουν γνώσεις για τις επιδράσεις του μασάζ σώματος στα συστήματα του σώματος</li> <li>- αναγνωρίσουν της κλασικές κίνησης μασάζ σώματος (Σουηδική μέθοδος)</li> <li>- εφαρμόσουν τα γνωστικά αποτελέσματα του μαθήματος αυτού στο συναπαιτούμενο μάθημα πρακτικής</li> </ul>					
<b>Προαπαιτούμενα</b>	ASM-113 ASM-114	<b>Συναπαιτούμενα</b>	ASM-103L		
<b>Περιεχόμενο Μαθήματος</b>					

### 1.Ανάλυση φιγούρας του σώματος

- Διαβούλευση και αξιολόγηση του σωματότυπου του πελάτη
- Μορφολογία σώματος και προβλήματα στη στάση του σώματος
- Διατήρηση αρχείων βάρους και μέτρων και άλλων σχετικών λεπτομερειών
- 

### 2. Θεραπείες θέρμανσης του σώματος

- Ατμόλουτρο, σάουνα και σπα
- Υπέρυθρη και ραδιενεργή θερμότητα
- Κερί παραφίνης και λουτρά ηφαιστειακής λάσπης
- Αντενδείξεις και μέτρα προστασίας /ασφαλείας

### 3. Μασάζ σώματος

- Ιστορία, Θεωρία και Φιλοσοφία
- Περιγραφή κλασικών κινήσεων του μασάζ
- Περιποίηση και σεμνότητα του πελάτη
- Αντενδείξεις και ωφέληματα του μασάζ σώματος
- Συστηνόμενη κατ' οίκων φροντίδα του πελάτη
- Προγραμματισμός θεραπειών μασάζ στο ινστιτούτο
- Φυσιολογικές και ψυχολογικές επιδράσεις του μασάζ
- Επιδράσεις του μασάζ στα διάφορα συστήματα του ανθρώπινου οργανισμού
- Μέσα για θεραπείες μασάζ σώματος (λάδι, κρέμα, πούδρα )

Μεθοδολογία Διδασκαλίας	Διαλέξεις, Συζήτηση.			
Βιβλιογραφία				
Προτεινόμενη Βιβλιογραφία				
<b>Authors</b>	<b>Title</b>	<b>Publisher</b>	<b>Year</b>	<b>ISBN</b>
Σπύρος Βλαχόπουλος	Αισθητική Σώματος,	Α' Έκδοση Ενδόσεις Καύκας Αθήνα	(2010)	
Υποχρεωτική Βιβλιογραφία-Σημειώσεις Διδάσκων				
Αξιολόγηση	Μέθοδοι Αξιολόγησης Παρουσίες και συμμετοχή      10% Ενδιάμεση εξέταση              30% Ατομική εργασία                    20% Τελική εξέταση                      40%			
Γλώσσα	Ελληνική			