**ΘΕΜΑΤIKΕΣ ΠΕΡΙΟΧΕΣ ΠΤΥΧΙΑΚΩΝ ΕΡΓΑΣΙΩΝ ΑΚΑΔΗΜΑΪΚΟΥ ΕΤΟΥΣ 2019-20**

**Ν. ΓΕΛΑΔΑΣ, ΚΑΘΗΓΗΤΗΣ**

* Άσκηση και καρδιαγγειακή ευρωστία
* H επίδραση της προπόνησης με αντιστάσεις στην υγεία και ευρωστία του ατόμου
* Σακχαρώδης διαβήτης και άσκηση
* Παχυσαρκία και έλεγχος σωματικού βάρους
* Yπερλιπιδαιμία και φυσική δραστηριότητα
* Άσκηση-Παχυσαρκία-∆ιατροφή σε ενήλικους και παιδιά
* Αναπνευστικές διαταραχές και άσκηση
* Άσκηση και παιδικό άσθμα
* Σύγκριση αποτελεσματικότητας προπονητικών προγραμμάτων στην υγεία και ευρωστία του ατόμου

**Κ. ΜΠΟΥΝΤΟΛΟΣ, ΚΑΘΗΓΗΤΗΣ**

* Κινητική ή κινηματική ανάλυση επιλεγμένων ασκήσεων (π.χ. δίπλωση κορμού)
* Επίδραση επιπρόσθετης επιβάρυνσης στην ανάλυση βάδισης
* Αξιολόγηση ανθρώπινης μετακίνησης σε κλίμακες (σκαλοπάτια)
* Έλεγχος ισορροπίας και έναρξη βάδισης μετά από έγερση
* Κινητική αξιολόγηση βάδισης σε άτομα με μυοσκελετικές δυσλειτουργίες
* Άρση αντικειμένων και αιτίες πρόκλησης προβλημάτων
* στην οσφυϊκή Μοίρα

**Μ. ΚΟΣΚΟΛΟΥ, ΑΝ. ΚΑΘΗΓΗΤΡΙΑ**

* Βελτίωση της φυσικής κατάστασης στην τρίτη ηλικία.
* Ο ρόλος της άσκησης στην ψυχολογική κατάσταση και την ψυχική υγεία των ηλικιωμένων.
* Πλεονεκτήματα και μειονεκτήματα της άσκησης σε υψόμετρο σε παράγοντες υγείας.
* Αναερόβια άσκηση και υποξία
* Ισομετρική άσκηση και υποξία
* Αντίληψη της κατάστασης βάρους σώματος σε σχέση με την ευρωστία
* Γνώσεις προπονητών και των αθλητών τους πάνω στην αθλητική διατροφή
* Γνώσεις φοιτητών ΣΕΦΑΑ πάνω στην αθλητική διατροφή

**E. ΡΟΥΣΑΝΟΓΛΟΥ, ΑΝ. ΚΑΘΗΓΗΤΡΙΑ**

* Αξιολόγηση ισορροπίας (ηλικιωµένα άτοµα, υπέρβαρα άτομα κλπ)
* Ανάλυση τεχνικής ασκήσεων µε το βάρος σώµατος (π.χ. προβολές, καθίσµατα)
* Επίδραση κόπωσης σε τεχνική ασκήσεων
* Άσκηση µε µουσική
* Επίδραση µουσικής στην κόπωση ή στη νευροµυϊκή λειτουργία
* Στρατηγικές παράκαµψης αναπάντεχου εµποδίου (π.χ. κατά τη βάδιση)
* Βιο-µηχανικές αλλαγές στο διαβητικό πόδι (επίπτωση στη βάδιση ή σε καθημερινές λειτουργίες)
* Βιο-µηχανικές αλλαγές κατά την εγκυμοσύνη (επίπτωση στη βάδιση ή σε καθημερινές λειτουργίες)
* Κριτήρια επιλογής του κατάλληλου αθλητικού υποδήματος (π.χ. για τρέξιμο ή για παιδιά)
* Σύνδρομο "Text Neck": Μυοσκελετικές Επιπτώσεις
* Ευκαμψία και Υγεία

**Δ. ΜΑΝΔΑΛΙΔΗΣ, ΕΠ. ΚΑΘΗΓΗΤΗΣ**

* Ποιότητα ύπνου και αναπνευστική λειτουργία (Ερευνητικό)
* Η επίδραση της αναπνευστικής άσκησης στον έλεγχο της στάσης του σώματος (Ερευνητικό)
* Η επίδραση των μονοποδικών αλμάτων στην λειτουργική ικανότητα του κάτω άκρου (Ερευνητικό)

**Β. ΠΑΣΧΑΛΗΣ, ΕΠ. ΚΑΘΗΓΗΤΗΣ**

* Συμπληρώματα διατροφής και απόδοση
* Αξιολόγηση της απόδοσης με ισοκινητικό δυναμόμετρο
* Διερεύνηση του πλατώ κατά τη μέγιστη πρόσληψη οξυγόνου
* Αξιολόγηση της απόδοσης με εργοποδήλατο
* Μεταφορά οξυγόνου και απόδοση

**X. ΓΙΑΝΝΑΚΟΠΟΥΛΟΣ. ΕΠ. ΚΑΘΗΓΗΤΗΣ**

* Πρόληψη αθλητικών τραυματισμών του γόνατος και του ώμου
* Καταγραφή, συχνότητα και επίπτωση αθλητικών κακώσεων
* Κινησιολογία της γληνοβραχιόνιας άρθρωσης και της ωμοπλατιαιοθωρακικής άρθρωσης
* Η επίπτωση της καθ΄έξιν αστάθειας του ώμου στην λειτουργία της άρθρωσης
* Αρθρομετρική ανάλυση της αστάθειας γόνατος μετά από ρήξη του ΠΧΣ
* Αποτελέσματα της χειρουργικής σταθεροποίησης του γόνατος μετά από αθλητικές κακώσεις
* Ανάλυση της αστάθειας της επιγονατιδομηριαίας άρθρωσης
* Σαρκοπενία και οστεοπενία μετά από αθλητικές κακώσεις
* Αθλητική απόδοση και λειτουργική ανατομική κατασκευή

**B. ΜΑΛΛΙΟΥ ΒΙΚΗ, ΜΕΛΟΣ ΕΕΠ**

* Ενεργειακά συστήματα και προπόνηση αυτών
* Περιβαλλοντικοί παράγοντες και ρύθμιση καρδιαγγειακού και αναπνευστικού συστήματος
* Συνήθειες ύπνου και απόδοση

**Μ.Ε. ΝΙΚΟΛΑΙΔΟΥ, ΜΕΛΟΣ ΕΕΠ**

* Μυϊκές περιτονίες: απόκριση του μυοπεριτονιακού συστήματος σε φορτίο (φυσική δραστηριότητα ή προπόνηση) και επίδραση παρεμβάσεων στην απόδοση των ασκουμένων.
* Τρίτη ηλικία και απόκριση στοχευμένων προγραμμάτων άσκησης/φυσικής δραστηριότητας στον έλεγχο της ισορροπίας.
* Αξιολόγηση ριπτικών ή/και κρουστικών δραστηριοτήτων με έμφαση στα άνω άκρα.
* Ανθρώπινη αλτική απόδοση: μηχανισμοί, παράμετροι απόδοσης.
* Άσκηση – προπονησιμότητα σε άτομα νεαρής ηλικίας.
* Εργασιακά-σχετιζόμενες μυοσκελετικές διαταραχές – σχέση αυτών με εργονομικούς παράγοντες.

**Η. ΑΡΜΕΝΗΣ, ΜΕΛΟΣ ΕΕΠ**

* Σύνδρομα υπέρχρησης των κάτω άκρων .
* Δείκτες φλεγμονής και άσκηση.
* Η επίδραση της άσκησης στην κατανομή των πελματιαίων φορτίσεων.
* Συχνότητα τραυματισμών σε αθλητές υψηλού επιπέδου.