



E-LEARNING

Εφηβική Ιατρική: ψυχοσωματική και γνωστική ανάπτυξη, αναπαραγωγική υγεία, διατροφή, άθληση και στρες των εφήβων



1. ΕΙΣΑΓΩΓΗ

Το Κέντρο Επιμόρφωσης και Δια Βίου Μάθησης του Ε.Κ.Π.Α. σας καλωσορίζει στο Πρόγραμμα Συμπληρωματικής εξ Αποστάσεως Εκπαίδευσης και συγκεκριμένα πρόγραμμα επαγγελματικής επιμόρφωσης και κατάρτισης με τίτλο «**Εφηβική Ιατρική: ψυχοσωματική και γνωστική ανάπτυξη, αναπαραγωγική υγεία, διατροφή, άθληση και στρες των εφήβων**».

Η ανάγκη συνεχούς επιμόρφωσης και πιστοποίησης επαγγελματικών δεξιοτήτων οδήγησε το Κέντρο Επιμόρφωσης και Δια Βίου Μάθησης του Εθνικού και Καποδιστριακού Πανεπιστημίου Αθηνών στο σχεδιασμό των πρωτοποριακών αυτών Προγραμμάτων Επαγγελματικής Επιμόρφωσης και Κατάρτισης, με γνώμονα τη **διασύνδεση της θεωρητικής με την πρακτική γνώση**, αναπτύσσοντας κυρίως, την εφαρμοσμένη διάσταση των επιστημών στα αντίστοιχα επαγγελματικά πεδία.

Η ανάπτυξη των προγραμμάτων στηρίχτηκε κυρίως:

- ▶ στην **εμπειρία του Ε.Κ.Π.Α.** από πιλοτικά προγράμματα, τα οποία αποτέλεσαν το εφαλτήριο για τη δημιουργία των Προγραμμάτων Επαγγελματικής Επιμόρφωσης και Κατάρτισης,
- ▶ στη **γνώση των καθηγητών του**, αλλά και καθηγητών άλλων Εκπαιδευτικών Ιδρυμάτων,
- ▶ στην **πρακτική εμπειρία** ειδικευμένων επιστημόνων διεθνούς κύρους,
- ▶ στην **άρτια και σύγχρονη υλικοτεχνική υποδομή** του Ιδρύματος.

Ο σχεδιασμός των προγραμμάτων έγινε με γνώμονα τη δυνατότητα αναγνώρισης και μεταφοράς πιστωτικών μονάδων, με βάση το Ευρωπαϊκό σύστημα μεταφοράς πιστωτικών μονάδων ECVET.

Στη συνέχεια, σας παρουσιάζουμε αναλυτικά το πρόγραμμα σπουδών για το πρόγραμμα επαγγελματικής επιμόρφωσης και κατάρτισης: «**Εφηβική Ιατρική: ψυχοσωματική και γνωστική ανάπτυξη, αναπαραγωγική υγεία, διατροφή, άθληση και στρες των εφήβων**», τις προϋποθέσεις συμμετοχής σας σε αυτό, καθώς και όλες τις λεπτομέρειες που πιστεύουμε ότι είναι χρήσιμες, για να έχετε μια ολοκληρωμένη εικόνα του προγράμματος.

2. ΠΙΣΤΟΠΟΙΗΣΗ DQS DIN EN ISO 9001:2008 - ΠΙΣΤΟΠΟΙΗΣΗ ISO 9001:2015 & BS ISO 29990:2010

Το Πρόγραμμα Συμπληρωματικής εξ Αποστάσεως Εκπαίδευσης (**e-learning**) του Κέντρου Επιμόρφωσης και Δια Βίου Μάθησης (Κ.Ε.ΔΙ.ΒΙ.Μ.) του Εθνικού και Καποδιστριακού Πανεπιστημίου Αθηνών (Ε.Κ.Π.Α.), από τον **Ιούλιο του 2008**, και μετά από σχετική αξιολόγησή του από τον Ελληνικό Οργανισμό Τυποποίησης (ΕΛ.Ο.Τ.), διαθέτει Πιστοποίηση Διαχείρισης Συστήματος Ποιότητας, σύμφωνα με το πρότυπο ΕΛΟΤ EN ISO 9001:2008. Τον **Απρίλιο του 2012** το πρόγραμμα πιστοποιήθηκε από το Φορέα Πιστοποίησης **DQS** σύμφωνα με το πρότυπο **DIN EN ISO 9001:2008**. Από τον Μάιο του 2018 το Πρόγραμμα Συμπληρωματικής Εξ αποστάσεως Εκπαίδευσης (**e-learning**) διαθέτει Πιστοποίηση Διαχείρισης Συστήματος Ποιότητας κατά τα πρότυπα **ISO 9001:2015 & BS ISO 29990:2010**.

Το Συμπληρωματικής εξ Αποστάσεως Εκπαίδευσης (**e-learning**) διαθέτει επίσης Πιστοποιητικό Συστήματος Διαχείρισης Ποιότητας από το Διεθνές Δίκτυο Πιστοποίησης (**IQNET - International Certification Network**) το οποίο παρέχει ένα διεθνές διαβατήριο σε παγκόσμια αναγνώριση και πρόσβαση στις αγορές. (Πιστοποιητικό IQNET ISO 9001:2008).

3. ΣΥΣΤΗΜΑ ΜΕΤΑΦΟΡΑΣ ΠΙΣΤΩΤΙΚΩΝ ΜΟΝΑΔΩΝ ECVET

Το ECVET (European Credit System for Vocational Education and Training) είναι το Ευρωπαϊκό Σύστημα Μεταφοράς Πιστωτικών Μονάδων στην επαγγελματική εκπαίδευση και κατάρτιση. Εισήχθη το 2009 με την Ευρωπαϊκή οδηγία 2009/C 155/2. Το ECVET αποτελεί ένα τεχνικό πλαίσιο για τη μεταφορά, την αναγνώριση και τη συσσώρευση των μαθησιακών αποτελεσμάτων ενός προσώπου με σκοπό την απόκτηση επαγγελματικού προσόντος.

Η εφαρμογή του ECVET στο Κέντρο e-learning περιλαμβάνει:

- **Την περιγραφή των τίτλων σπουδών σε ενότητες μαθησιακών αποτελεσμάτων με την απόδοση βαθμών ECVET.**

Δομικό συστατικό του ECVET είναι η περιγραφή των προγραμμάτων σε ενότητες μαθησιακών αποτελεσμάτων, όπου κάθε ενότητα περιλαμβάνει συγκεκριμένες γνώσεις, δεξιότητες και ικανότητες που θα πρέπει να κατακτήσει ο εκπαιδευόμενος. Η κατάκτηση των μαθησιακών αποτελεσμάτων κάθε ενότητας αξιολογείται μέσω κατάλληλων ασκήσεων αξιολόγησης.

- **Τη διαδικασία μεταφοράς και συσσώρευσης πιστωτικών μονάδων.**

Σε κάθε ενότητα μαθησιακών αποτελεσμάτων αποδίδονται βαθμοί ECVET, με βάση τον εκτιμώμενο χρόνο ενασχόλησης του σπουδαστή με τα προγράμματα επαγγελματικής επιμόρφωσης και κατάρτισης. Η χρήση των πιστωτικών βαθμών ECVET επιτρέπει την αναγνώριση, μεταφορά και συσσώρευση πιστωτικών μονάδων μεταξύ προγραμμάτων από διαφορετικά εκπαιδευτικά κέντρα. Πρακτικά αυτό σημαίνει ότι οι σπουδαστές του Κέντρου, θα μπορούν να αναγνωρίσουν μαθήματα που έχουν ολοκληρώσει στα πλαίσια των προγραμμάτων επιμόρφωσης και εξειδίκευσης. Η αναγνώριση μαθημάτων προϋποθέτει τη σύναψη διμερών συμφωνιών μεταξύ του Κέντρου e-learning και εκπαιδευτικών φορέων του εξωτερικού. Οι συμφωνίες ECVET που αφορούν την αναγνώριση και μεταφορά μαθημάτων θα ανακοινώνονται στην ιστοσελίδα του Κέντρου.

- **Το συμπλήρωμα πιστοποιητικού Europass.**

Το συμπλήρωμα πιστοποιητικού Europass είναι ένα έγγραφο που συνοδεύει το πιστοποιητικό επιμόρφωσης που απονέμεται με την ολοκλήρωση του προγράμματος και το οποίο περιγράφει αναλυτικά το πρόγραμμα επαγγελματικής επιμόρφωσης και κατάρτισης (μαθήματα, διάρκεια, βαθμοί ECVET, προϋποθέσεις εισαγωγής, διαδικασία αξιολόγησης). Το συμπλήρωμα πιστοποιητικού Europass συμβάλλει στην αξία του χορηγούμενου πιστοποιητικού και μπορεί να χρησιμοποιηθεί από τους απόφοιτους για την εύρεση εργασίας ή τη συνέχιση των σπουδών τους.

4. ΣΚΟΠΟΣ ΤΟΥ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΟΣ

Το εκπαιδευτικό πρόγραμμα «Εφηβική Ιατρική: ψυχοσωματική και γνωστική ανάπτυξη, αναπαραγωγική υγεία, διατροφή, άθληση και στρες των εφήβων», δημιουργήθηκε το 2016 από την Έδρα UNESCO Εφηβικής Υγείας και Ιατρικής «UNESCO Chair Adolescent Health Care», επικεφαλής της οποίας είναι ο διεθνώς αναγνωρισμένος και καταξιωμένος Καθηγητής Παιδιατρικής-Ενδοκρινολογίας, Γεώργιος Χρούσος. Η Έδρα UNESCO Εφηβικής Υγείας και Ιατρικής φιλοξενείται

στο Ειδικό Κέντρο Εφηβικής Ιατρικής στο Χωρέμειο Ερευνητικό Εργαστήριο, της Α' Παιδιατρικής Κλινικής του Εθνικού και Καποδιστριακού Πανεπιστημίου Αθηνών. Επιστημονική Υπεύθυνη του Ειδικού Κέντρου Εφηβικής Ιατρικής είναι η Επίκουρη Καθηγήτρια Παιδιατρικής-Εφηβικής Ιατρικής, Φλώρα Μπακοπούλου, η οποία είναι και η Ακαδημαϊκή και Επιστημονική Υπεύθυνη του εν λόγω εκπαιδευτικού e-learning προγράμματος.

Οι έφηβοι αποτελούν μια ευρεία και ετερογενή ομάδα ατόμων ηλικίας περίπου 10-21 ετών, που χαρακτηρίζονται από σημαντική φυσική αύξηση και ανάπτυξη αλλή και ραγδαία γνωστική-ψυχολογική ωρίμανση, γεγονός που καθιστά τις ιατρικές, γνωστικές και ψυχοκοινωνικές ανάγκες τους μοναδικές.

Σκοπός του προγράμματος είναι να προσφέρει στον εκπαιδευόμενο, μέσω γραπτού κειμένου και εικόνας, αλλή και μαγνητοσκοπημένων ομιλιών ειδικών επιστημόνων, μια πρακτική προσέγγιση στην ψυχοσωματική και γνωστική ανάπτυξη, την αναπαραγωγική υγεία, τη διατροφή, την άθληση και το στρες των εφήβων.

Το εκπαιδευτικό πρόγραμμα «Εφηβική Ιατρική: ψυχοσωματική και γνωστική ανάπτυξη, αναπαραγωγική υγεία, διατροφή, άθληση και στρες των εφήβων» έχει ως σκοπό την εκπαίδευση των επιστημόνων και άλλων ενδιαφερομένων στα βασικά πεδία της Εφηβικής Υγείας και Ιατρικής αλλή και την ευαισθητοποίηση του κοινωνικού συνόλου σχετικά με την ιδιαιτερότητα της φροντίδας υγείας των εφήβων. Οι έφηβοι αποτελούν μια ευρεία και ετερογενή ομάδα ατόμων ηλικίας περίπου 10-21 ετών, που χαρακτηρίζονται από σημαντική φυσική αύξηση και ανάπτυξη αλλή και ραγδαία γνωστική-ψυχολογική ωρίμανση, γεγονός που καθιστά τις ιατρικές, γνωστικές και ψυχοκοινωνικές ανάγκες τους μοναδικές. Ο εκπαιδευόμενος θα έχει τη δυνατότητα να αποκτήσει βασικές γνώσεις σε κύρια πεδία της εφηβικής υγείας και ιατρικής που θα του επιτρέψουν την αξιολόγηση, διάγνωση και θεραπευτική προσέγγιση με τρόπο εξειδικευμένο στις ανάγκες αυτής της ηλικιακής ομάδας.

Σκοπός του προγράμματος είναι να προσφέρει στον εκπαιδευόμενο, μέσω γραπτού κειμένου και εικόνας, αλλή και μαγνητοσκοπημένων ομιλιών ειδικών επιστημόνων, μια πρακτική προσέγγιση στην ψυχοσωματική και γνωστική ανάπτυξη, την αναπαραγωγική υγεία, τη διατροφή, την άθληση και το στρες των εφήβων.

Το πρόγραμμα απευθύνεται σε επιστήμονες και ειδικούς επαγγελματίες που εμπλέκονται στη φροντίδα των εφήβων (ιατρούς, ψυχολόγους, διαιτολόγους, εκπαιδευτικούς, επαγγελματίες φυσικής αγωγής και αθλητισμού, επισκέπτες υγείας, κοινωνικούς λειτουργούς και άλλους), αλλή και σε μη ειδικούς που ενδιαφέρονται να αποκτήσουν εξειδικευμένες γνώσεις σε θέματα που αφορούν την εφηβική ηλικία.

Κατά τη διάρκεια αλλή και μετά τη λήξη του προγράμματος, σε όσους συμμετέχοντες το επιθυμούν, δίνεται η δυνατότητα συνάντησης πρακτικής εφαρμογής στο Ειδικό Κέντρο Εφηβικής Ιατρικής και Έδρα UNESCO Εφηβικής Υγείας και Ιατρικής, στο Χωρέμειο Ερευνητικό Εργαστήριο της Α' Παιδιατρικής Κλινικής του Εθνικού και Καποδιστριακού Πανεπιστημίου Αθηνών, στο Νοσοκομείο Παίδων «Η Αγία Σοφία».

5. ΚΑΤΗΓΟΡΙΕΣ ΥΠΟΨΗΦΙΩΝ ΠΟΥ ΓΙΝΟΝΤΑΙ ΔΕΚΤΟΙ ΣΤΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ - ΤΡΟΠΟΣ ΕΝΤΑΞΗΣ

Η έναρξη του Προγράμματος γίνεται με δημόσια αναγγελία (τόσο στον Τύπο, όσο και στο Διαδίκτυο), όπου καθορίζονται οι διαδικασίες που απαιτούνται για την ένταξη του ενδιαφερόμενου στο Πρόγραμμα.

Αίτηση συμμετοχής μπορούν να υποβάλλουν:

- **απόφοιτοι ΑΕΙ και ΑΤΕΙ της ημεδαπής και της αλλοδαπής**
- **απόφοιτοι δευτεροβάθμιας εκπαίδευσης με συναφή στο αντικείμενο εργασιακή εμπειρία**

Η αίτηση συμμετοχής υποβάλλεται ηλεκτρονικά, μέσω της ιστοσελίδας <https://elearningekpa.gr>.

Το πρόγραμμα απευθύνεται σε επιστήμονες και ειδικούς επαγγελματίες που εμπλέκονται στη φροντίδα των εφήβων (ιατρούς, ψυχολόγους, διαιτολόγους, εκπαιδευτικούς, επαγγελματίες φυσικής αγωγής και αθλητισμού, επισκέπτες υγείας, κοινωνικούς λειτουργούς και άλλους), αλλά και σε μη ειδικούς που ενδιαφέρονται να αποκτήσουν εξειδικευμένες γνώσεις σε θέματα που αφορούν την εφηβική ηλικία.

6. ΤΟ ΧΟΡΗΓΟΥΜΕΝΟ ΠΙΣΤΟΠΟΙΗΤΙΚΟ

Η επιτυχής ολοκλήρωση των **οκτώ (8) θεματικών ενοτήτων** που περιλαμβάνει το συγκεκριμένο πρόγραμμα επαγγελματικής επιμόρφωσης και κατάρτισης, οδηγεί στη χορήγηση **Πιστοποιητικού Εξειδικευμένης Επιμόρφωσης** για το πρόγραμμα επαγγελματικής επιμόρφωσης και κατάρτισης «**Εφηβική Ιατρική: ψυχοσωματική και γνωστική ανάπτυξη, αναπαραγωγική υγεία, διατροφή, άθληση και στρες των εφήβων**» συνοδευόμενου από το Συμπλήρωμα Πιστοποιητικού Europass.

7. ΧΡΟΝΙΚΗ ΔΙΑΡΚΕΙΑ, ΒΑΘΜΟΙ ECVET ΚΑΙ ΚΟΣΤΟΣ ΦΟΙΤΗΣΗΣ

Η χρονική διάρκεια του Προγράμματος είναι **πέντε (5) μήνες**, ενώ ο απαιτούμενος “χρόνος ενασχόλησης” εκτιμάται στις **125 ώρες** και αντιστοιχεί σε **10,42 βαθμούς ECVET**.

Η οργάνωση της δομής του εξ Αποστάσεως επαγγελματικής επιμόρφωσης και κατάρτισης προγράμματος βασίζεται σε μαθήματα/θεματικές ενότητες. Κάθε μάθημα περιλαμβάνει συγκεκριμένες διδακτικές ενότητες και κάθε διδακτική ενότητα αποτελεί το μικρότερο εκπαιδευτικό αντικείμενο που αξιολογείται αυτοτελώς ως προς τις αποκτηθείσες γνώσεις, δεξιότητες και ικανότητες. Τέλος, κάθε θεματική ενότητα/μάθημα αποτελείται από διδακτικές ενότητες που όλες μαζί αποτελούν μια ολοκληρωμένη ενότητα μαθησιακών αποτελεσμάτων.

Η εκτίμηση του απαιτούμενου χρόνου σε ώρες αποσκοπεί στην διευκόλυνση των ενδιαφερομένων αναφορικά με τον υπολογισμό του χρόνου ενασχόλησής τους με το πρόγραμμα επαγγελματικής επιμόρφωσης και κατάρτισης. Τα παραπάνω βασίζονται σε εκτιμώμενα στοιχεία, ενώ, όπως είναι ευνόητο, η τελική εκτίμηση του χρόνου ενασχόλησης του εκπαιδευόμενου, υπόκειται σε υποκειμενικά στοιχεία, όπως για παράδειγμα το προηγούμενο γνωστικό του επίπεδο και η προσωπική ικανότητα αφομοίωσης γνώσεων.

Το συνολικό κόστος φοίτησης είναι **700 ευρώ**. Τα δίδακτρα καταβάλλονται σε τραπεζικό λογαριασμό και εκδίδεται απόδειξη είσπραξης στα στοιχεία του μετέχοντα.

8. ΠΡΟΑΠΑΙΤΟΥΜΕΝΑ

Τα προαπαιτούμενα για την παρακολούθηση του Προγράμματος από τους εκπαιδευόμενους είναι:

- ▶ Πρόσβαση στο Διαδίκτυο
- ▶ Κατοχή προσωπικού e-mail
- ▶ Βασικές γνώσεις χειρισμού ηλεκτρονικών υπολογιστών

9. ΔΟΜΗ ΚΑΙ ΤΡΟΠΟΣ ΠΑΡΟΥΣΙΑΣΗΣ ΘΕΜΑΤΙΚΩΝ ΕΝΟΤΗΤΩΝ

Το περιεχόμενο της κάθε θεματικής ενότητας και ανάλογα το πρόγραμμα επαγγελματικής επιμόρφωσης και κατάρτισης, μπορεί να περιλαμβάνει:

- ▶ **Θεωρία εμπλουτισμένη με εικόνες και links**
- ▶ **Παραδείγματα - Υποδειγματικές Ασκήσεις**
- ▶ **Μελέτες Περίπτωσης**
- ▶ **Σχήματα-Διαγράμματα-Πίνακες**
- ▶ **Πρόσθετη Βιβλιογραφία και Δικτυογραφία**
- ▶ **Βιντεοπαρουσιάσεις**
- ▶ **Μαγνητοσκοπημένες Διαλέξεις**
- ▶ **Ασκήσεις Αυτοαξιολόγησης**
- ▶ **Links σε Εξωτερικές Ιστοσελίδες**
- ▶ **Πρόσθετα Αρχεία pdf - excel - powerpoint**

Μέσω του συγκεκριμένου τρόπου παρουσίασης των θεματικών εννοιών επιτυγχάνεται η εμπέδωση της θεωρίας με έναν πιο εποικοδομητικό τρόπο απ' ό,τι σε ένα "παραδοσιακού" τύπου έντυπο.

Παράλληλα, η δομή των μαθημάτων είναι διαμορφωμένη, έτσι ώστε το εκπαιδευτικό υλικό να:

- ▶ **καθοδηγεί το σπουδαστή στη μελέτη του,**
- ▶ **προάγει την αλληλεπίδραση του σπουδαστή με το μαθησιακό υλικό,**
- ▶ **επεξηγεί δύσκολα σημεία και έννοιες,**
- ▶ **αξιολογεί και ενημερώνει το σπουδαστή για την πρόοδο του,**
- ▶ **εξειδικεύει τις θεωρητικές γνώσεις με τη χρήση πρακτικών εφαρμογών.**

10. ΤΡΟΠΟΣ ΔΙΕΞΑΓΩΓΗΣ ΤΟΥ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΟΣ

Η διδασκαλία στα προγράμματα εξ αποστάσεως επαγγελματικής επιμόρφωσης και κατάρτισης του Κέντρου Επιμόρφωσης και Δια Βίου Μάθησης του Ε.Κ.Π.Α. διεξάγεται μέσω του διαδικτύου, προσφέροντας στον εκπαιδευόμενο «αυτονομία», δηλαδή δυνατότητα μελέτης ανεξαρτήτως

περιοριστικών παραγόντων, όπως η υποχρέωση της φυσικής του παρουσίας σε συγκεκριμένο χώρο και χρόνο.

Το εκπαιδευτικό υλικό του προγράμματος διατίθεται σταδιακά, ανά διδακτική ενότητα, μέσω ειδικά διαμορφωμένων ηλεκτρονικών τάξεων. Κατά την εξέλιξη κάθε θεματικής ενότητας αναρτώνται σε σχετικό link οι απαραίτητες για την ομαλή διεξαγωγή της εκπαιδευτικής διαδικασίας ανακοινώσεις, όπως:

- ▶ **Το Χρονοδιάγραμμα υποβολής των ασκήσεων** το οποίο περιλαμβάνει τις ημερομηνίες διάθεσης των ενοτήτων και τις προθεσμίες υποβολής των αντίστοιχων tests,
- ▶ **Ο Οδηγός Μελέτης** ανά Διδακτική Ενότητα που στοχεύει στην διευκόλυνση της οργάνωσης της μελέτης του εκπαιδευόμενου,
- ▶ **Η Τελική Εργασία** η οποία διατίθεται κατά την ολοκλήρωση της θεματικής ενότητας (εφόσον το απαιτεί η φύση του μαθήματος) και αφορά το σύνολο της διδακτέας ύλης.

Ο εκπαιδευόμενος, αφού ολοκληρώσει τη μελέτη της εκάστοτε διδακτικής ενότητας, καλείται να υποβάλει ηλεκτρονικά, το αντίστοιχο τεστ. Τα τεστ περιλαμβάνουν ερωτήσεις αντιστοίχισης ορθών απαντήσεων, πολλαπλής επιλογής, αληθούς/ψευδούς δήλωσης, ή upload, όπου ο εκπαιδευόμενος θα πρέπει να διατυπώσει και να επισυνάψει την απάντησή του.

Παράλληλα, παρέχεται **πλήρης εκπαιδευτική υποστήριξη** δεδομένου ότι ο εκπαιδευόμενος μπορεί να απευθύνεται ηλεκτρονικά (για το διάστημα που διαρκεί το εκάστοτε μάθημα) στον ορισμένο εκπαιδευτή του, μέσω ενσωματωμένου στην πλατφόρμα ηλεκτρονικού συστήματος επικοινωνίας, για την άμεση επίλυση αποριών σχετιζόμενων με τις θεματικές ενότητες και τις ασκήσεις αξιολόγησης. Τέλος, το εκπαιδευτικό υλικό παρέχεται και σε ηλεκτρονική μορφή (e-book), προκειμένου να διευκολυνθούν οι εκπαιδευόμενοι σε περιπτώσεις που προτιμούν την έντυπη έκδοσή του.

11. ΕΠΙΣΤΗΜΟΝΙΚΟ ΓΡΑΦΕΙΟ ΥΠΟΣΤΗΡΙΞΗΣ (HELP DESK)

Μέσω του ενσωματωμένου στην εκπαιδευτική πλατφόρμα συστήματος επικοινωνίας, ο εκπαιδευόμενος έχει επίσης τη δυνατότητα να απευθυνθεί στην Διοικητική ή Τεχνική Υποστήριξη του προγράμματος, ανάλογα με τη φύση του ζητήματος που τον απασχολεί.

12. ΤΡΟΠΟΣ ΕΞΕΤΑΣΗΣ ΚΑΙ ΒΑΘΜΟΛΟΓΗΣΗΣ

Σε κάθε διδακτική ενότητα ο εκπαιδευόμενος θα πρέπει να επιλύει και να υποβάλει ηλεκτρονικά το αντίστοιχο τεστ, τηρώντας το χρονοδιάγραμμα που έχει δοθεί από τον εκπαιδευτή του. Η βαθμολογία προηγούμενων διδακτικών ενοτήτων ανακοινώνεται στον εκπαιδευόμενο πριν την προθεσμία υποβολής του τεστ της επόμενης ενότητας. Η κλίμακα βαθμολογίας κυμαίνεται από 0 έως 100%. Συνολικά, η βαθμολογία κάθε μαθήματος προκύπτει κατά το 60% από τις ασκήσεις αξιολόγησης και κατά το υπόλοιπο 40% από την τελική εργασία, η οποία εκπονείται στο τέλος του συγκεκριμένου μαθήματος και εφόσον το απαιτεί η φύση αυτού.

Η χορήγηση του **Πιστοποιητικού Εξειδικευμένης Επιμόρφωσης** πραγματοποιείται, όταν ο εκπαιδευόμενος λάβει σε όλα τα μαθήματα βαθμό μεγαλύτερο ή ίσο του 50%. Σε περίπτωση που η συνολική βαθμολογία ενός ή περισσότερων μαθημάτων δεν ξεπερνά το 50%, ο εκπαιδευόμενος

έχει τη δυνατότητα επανεξέτασης των μαθημάτων αυτών μετά την ολοκλήρωση της εκπαιδευτικής διαδικασίας του προγράμματος. Η βαθμολογία που θα συγκεντρώσει κατά τη διαδικασία επανεξέτασής του είναι και η οριστική για τα εν λόγω μαθήματα, με την προϋπόθεση ότι ξεπερνά εκείνη που συγκέντρωσε κατά την κανονική διάρκεια της εκπαιδευτικής διαδικασίας. Σε διαφορετική περίπτωση διατηρείται η αρχική βαθμολογία.

13. ΛΟΙΠΕΣ ΥΠΟΧΡΕΩΣΕΙΣ ΕΚΠΑΙΔΕΥΟΜΕΝΩΝ - ΠΡΟΫΠΟΘΕΣΕΙΣ ΧΟΡΗΓΗΣΗΣ ΠΙΣΤΟΠΟΙΗΤΙΚΟΥ

Πέρα από την επιτυχή ολοκλήρωση του προγράμματος για τη χορήγηση του Πιστοποιητικού απαιτούνται τα εξής:

▶ **Συμμετοχή του εκπαιδευόμενου στη διαδικασία Δειγματοληπτικού Ελέγχου Ταυτοποίησης**
Η διαδικασία Δειγματοληπτικού Ελέγχου Ταυτοποίησης Εκπαιδευόμενου στοχεύει στη διασφάλιση της ποιότητας των παρεχομένων εκπαιδευτικών υπηρεσιών. Συγκεκριμένα, εξουσιοδοτημένο στέλχος του Κέντρου Επιμόρφωσης και Δια Βίου Μάθησης του Ε.Κ.Π.Α., επικοινωνεί τηλεφωνικώς με ένα τυχαίο δείγμα εκπαιδευόμενων, προκειμένου να διαπιστωθεί εάν συμμετείχαν στις εκπαιδευτικές διαδικασίες του προγράμματος, εάν αντιμετώπισαν προβλήματα σε σχέση με το εκπαιδευτικό υλικό, την επικοινωνία με τον ορισμένο εκπαιδευτή τους, καθώς και με τη γενικότερη μαθησιακή διαδικασία. Η τηλεφωνική επικοινωνία διεξάγεται με την ολοκλήρωση του εκάστοτε προγράμματος, ενώ η μέση χρονική διάρκειά της συγκεκριμένης διαδικασίας είναι περίπου 2-3 λεπτά.

Σε περίπτωση μη συμμετοχής του εκπαιδευόμενου στη διαδικασία Δειγματοληπτικού Ελέγχου Ταυτοποίησης, εφόσον κληθεί, ή μη ταυτοποίησής του κατά τη διεξαγωγή της, δεν χορηγείται το πιστοποιητικό σπουδών, ακόμα και αν έχει ολοκληρώσει επιτυχώς την εξ αποστάσεως εκπαιδευτική διαδικασία.

▶ **Συμμετοχή του εκπαιδευόμενου στη διαδικασία Δειγματοληπτικού Ελέγχου Εγγράφων**
Ο δειγματοληπτικός έλεγχος εγγράφων διασφαλίζει την εγκυρότητα των στοιχείων που έχει δηλώσει ο εκπαιδευόμενος στην αίτηση συμμετοχής του στο Πρόγραμμα και βάσει των οποίων έχει αξιολογηθεί και εγκριθεί η αίτηση συμμετοχής του σε αυτό.

Κατά τη διάρκεια ή μετά το πέρας του προγράμματος, πραγματοποιείται δειγματοληπτικός έλεγχος εγγράφων από τη Γραμματεία. Ο εκπαιδευόμενος θα πρέπει να είναι σε θέση να προσκομίσει τα απαραίτητα δικαιολογητικά τα οποία πιστοποιούν τα στοιχεία που έχει δηλώσει στην αίτηση συμμετοχής (Αντίγραφο Πτυχίου, Αντίγραφο Απολυτήριου Λυκείου, Βεβαίωση Εργασιακής Εμπειρίας, Γνώση Ξένων Γλωσσών κ.τ.λ.).

Σε περίπτωση μη συμμετοχής του εκπαιδευόμενου στη διαδικασία Δειγματοληπτικού Ελέγχου Εγγράφων, εφόσον κληθεί, ή μη ύπαρξης των δικαιολογητικών αυτών, δεν χορηγείται το πιστοποιητικό σπουδών, ακόμα και αν έχει ολοκληρώσει επιτυχώς την εξ αποστάσεως εκπαιδευτική διαδικασία.

▶ **Αποπληρωμή του συνόλου των διδάκτρων**

Ο εκπαιδευόμενος θα πρέπει να μην έχει οικονομικής φύσεως εκκρεμότητες. Σε περίπτωση που υπάρχουν τέτοιες, το πιστοποιητικό σπουδών διατηρείται στο αρχείο της Γραμματείας, μέχρι την ενημέρωση της για τη διευθέτηση της εκκρεμότητας.

Προαιρετικά οι εκπαιδευόμενοι μπορούν να συμμετέχουν:

▶ **στη διαδικασία αξιολόγησης προτεινόμενων προγραμμάτων επαγγελματικής επιμόρφωσης και κατάρτισης**

Η διαδικασία αξιολόγησης των προτεινόμενων εκπαιδευτικών αντικειμένων διεξάγεται ηλεκτρονικά μέσω ειδικά διαμορφωμένου συνδέσμου, όπου ο μετέχων μπορεί να δει σύντομη περιγραφή των εν λόγω προγραμμάτων, καθώς και να υποβάλει ηλεκτρονικά τη φόρμα ταξινόμησής τους, με βάση το βαθμό προτίμησης που τους αποδίδει. Στοχεύει δε, στη μελέτη και τον σχεδιασμό ενεργειών, προς την κατεύθυνση της κάλυψης πραγματικών εκπαιδευτικών αναγκών, σύμφωνα με τη φιλοσοφία του Προγράμματος E-learning του ΕΚΠΑ.

▶ **στη διαδικασία αξιολόγησης των παρεχόμενων υπηρεσιών και της αποτελεσματικότητας των προγραμμάτων επαγγελματικής επιμόρφωσης και κατάρτισης**

Η διαδικασία αξιολόγησης των παρεχόμενων υπηρεσιών και της αποτελεσματικότητας των προγραμμάτων επαγγελματικής επιμόρφωσης και κατάρτισης διεξάγεται ηλεκτρονικά από τον εκπαιδευόμενο μέσω ειδικά διαμορφωμένου συνδέσμου μετά την περάτωση της εκπαιδευτικής διαδικασίας. Στόχος της εν λόγω διαδικασίας αξιολόγησης είναι αφενός η βελτίωση της ποιότητας των υπηρεσιών που εμπλέκονται στη διενέργεια της μαθησιακής διαδικασίας και αφορούν την εκπαιδευτική, γραμματειακή και τεχνική υποστήριξη, και αφετέρου στη μελέτη και το σχεδιασμό ενεργειών προς την κατεύθυνση της διαρκούς αναβάθμισης του Προγράμματος e-learning του ΕΚΠΑ, μέσω της ανάπτυξης νέων εκπαιδευτικών εργαλείων για την αποτελεσματικότερη αφομοίωση των προσφερόμενων γνώσεων, καθώς και στη διασφάλιση της πρακτικής εφαρμογής αυτών, σε πραγματικές συνθήκες εργασίας.

▶ **στη διαδικασία αξιολόγησης των εκπαιδευτών**

Μετά το τέλος κάθε μαθήματος, ο εκάστοτε εκπαιδευόμενος δύναται να εισέλθει σε συγκεκριμένο δικτυακό τόπο και να απαντάει ανώνυμα, σε ένα ειδικό ερωτηματολόγιο, βάσει του οποίου προκύπτουν χρήσιμα συμπεράσματα, σχετικά με το επίπεδο και την ποιότητα των εκπαιδευτικών υπηρεσιών που παρέχει ο εκπαιδευτής του εκάστοτε μαθήματος.

14. ΣΥΓΓΡΑΦΕΙΣ ΤΟΥ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟΥ ΥΛΙΚΟΥ

Οι συγγραφείς του εκπαιδευτικού υλικού είναι μέλη ΔΕΠ του Εθνικού και Καποδιστριακού Πανεπιστημίου Αθηνών ή και ειδικοί εμπειρογνώμονες με ιδιαίτερη συγγραφική καταξίωση, οι οποίοι κατέχουν πολύ βασικό ρόλο στην υλοποίηση του προγράμματος. Συγγράφουν τα βασικά κείμενα και αναλαμβάνουν την επιστημονική ευθύνη για την μετατροπή του εκπαιδευτικού υλικού σε e-learning μορφή.

15. Ο ΑΚΑΔΗΜΑΪΚΟΣ ΥΠΕΥΘΥΝΟΣ

Η Ακαδημαϊκή Υπεύθυνη του Προγράμματος είναι η Επίκουρη Καθηγήτρια Παιδιατρικής-Εφηβικής Ιατρικής του Εθνικού και Καποδιστριακού Πανεπιστημίου Αθηνών **Φλώρα Μπακοπούλου**, η οποία έχει την ευθύνη για το σχεδιασμό, την υλοποίηση και την παρακολούθηση της ακαδημαϊκής διαδικασίας για το συγκεκριμένο πρόγραμμα.

16. ΠΩΣ ΔΙΑΜΟΡΦΩΝΕΤΑΙ Η ΎΛΗ ΤΟΥ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΟΣ

Το πρόγραμμα επαγγελματικής επιμόρφωσης και κατάρτισης περιλαμβάνει οκτώ (8) θεματικές ενότητες (μαθήματα). Η δομή του προγράμματος παρουσιάζεται στον παρακάτω πίνακα.

Εφηβική Ιατρική: ψυχοσωματική και γνωστική ανάπτυξη, αναπαραγωγική υγεία, διατροφή, άθληση και στρες των εφήβων	
Μαθήματα	Βαθμοί ECVET
Ανάπτυξη, αύξηση και ενήβωση	1,67
Εφηβική διατροφή	1,67
Εφηβική Άθληση και Άσκηση	1,25
Σεξουαλική υγεία	1,67
Εφηβική γυναικολογία	1,67
Εφηβική ανδρολογία	0,83
Εφηβικό στρες και ψυχική υγεία	0,83
Εφηβική Εκπαίδευση και Συμπεριφορά	0,83

Περιγραφή Μαθημάτων

Το πρώτο μάθημα του προγράμματος «**Ανάπτυξη, αύξηση και ενήβωση**», εισάγει τον εκπαιδευόμενο στη φυσιολογία της αύξησης και της ενήβωσης, καθώς ο ρυθμός των φυσιολογικών αλλαγών που παρατηρείται στην εφηβεία είναι ραγδαίος και μοναδικός για την ηλικία αυτή. Οι διαταραχές της αύξησης και της ενήβωσης αποτελούν σημαντική πηγή άγχους για τους γονείς αλλά και τους επαγγελματίες υγείας που πρέπει να είναι σε θέση να τις αναγνωρίσουν έγκαιρα ώστε να μην παραβλεφθεί σοβαρή υποκείμενη παθολογία.

Το επόμενο μάθημα, αναφέρεται στην «**Εφηβική διατροφή**», θέμα εξαιρετικής σημασίας αφού οι διατροφικές συνήθειες που εγκαθίστανται σε αυτή την ηλικία, συνοδεύουν το άτομο και στην ενήλικη ζωή και μπορεί να έχουν σοβαρές συνέπειες για την υγεία του. Πέρα από τις διατροφικές συστάσεις για την εφηβεία, ιδιαίτερη αναφορά γίνεται στις διαταραχές πρόσληψης τροφής (ψυχογενή ανορεξία, ψυχογενή βουλιμία, διαταραχή υπερφαγίας και άτυπες διαταραχές) καθώς συχνά ξεκινούν στην εφηβεία, συνοδεύονται από σοβαρές ιατρικές επιπλοκές και σημαντικό ποσοστό θνητότητας. Συνοψίζονται τα προειδοποιητικά σημεία των διαταραχών πρόσληψης τροφής που δεν πρέπει να διαφύγουν της προσοχής των γονιών, τα σημεία που πρέπει να αναζητήσει ο ιατρός, ο διαιτολόγος, ο ψυχολόγος, ο γυμναστής, ο εκπαιδευτικός και ο σχολικός σύμβουλος, ώστε η διαταραχή να αντιμετωπιστεί έγκαιρα. Από την άλλη πλευρά, περιγράφεται η διαγνωστική προσέγγιση και αντιμετώπιση της παχυσαρκίας των εφήβων που αποτελεί σύγχρονη μάστιγα. Ιδιαίτερη αναφορά γίνεται στα κριτήρια διάγνωσης της κοιλιακής παχυσαρκίας και του μεταβολικού συνδρόμου των εφήβων στη χώρα μας.

Στο μάθημα «**Εφηβική Άθληση και Άσκηση**» περιγράφεται η εργοφυσιολογία της άσκησης καθώς και τα ωφέλη και οι κίνδυνοι για τους έφηβους αθλητές. Δίνονται οδηγίες για τον προ-αθλητικό έλεγχο και περιγράφονται οι ενδείξεις συμμετοχής των εφήβων με χρόνια νοσήματα σε διάφορα αθλήματα.

Σημαντικό και μάλιστα υποτιμημένο κομμάτι στη ζωή των εφήβων αποτελεί η ανάπτυξη της

σεξουαλικότητάς τους, που περιλαμβάνεται το μάθημα «**Σεξουαλική υγεία**». Ο ρόλος του επαγγελματία που εμπλέκεται στη φροντίδα των εφήβων, αλλά και της οικογένειας, επιδιώκεται να γίνει σαφής μέσα από αυτό το μάθημα. Δίνεται ιδιαίτερη έμφαση στον τομέα της αντισύλληψης και της πρόληψης των σεξουαλικά μεταδιδόμενων λοιμώξεων λόγω της μακροχρόνιας νοσηρότητάς τους, αλλά και στο φλέγον θέμα της σεξουαλικής κακοποίησης.

Το μάθημα «**Εφηβική γυναικολογία**» που ακολουθεί περιλαμβάνει εκπαίδευση στη φυσιολογία του αναπαραγωγικού συστήματος και του φυσιολογικού εμμηνορρυσιακού κύκλου που αποτελεί ζωτικό σημείο για την εκτίμηση της υγείας της νέας γυναίκας. Γίνεται ανασκόπηση των διαταραχών του μαστού και των γεννητικών οργάνων καθώς και των διαταραχών της εμμήνου ρύσεως στην εφηβεία. Το σύνδρομο των πολυκυστικών ωοθηκών αποτελεί συχνή αναπαραγωγική διαταραχή που ξεκινά από την εφηβική ηλικία και περιγράφεται λεπτομερώς.

Στο μάθημα «**Εφηβική ανδρολογία**» συνοψίζονται οι οξείες και χρόνιες διαταραχές των γεννητικών οργάνων των αρρένων εφήβων που είτε δεν αντιμετωπίστηκαν νωρίτερα ή εμφανίστηκαν στη εφηβεία και που η μη έγκαιρη αντιμετώπισή τους μπορεί να οδηγήσει σε προβλήματα στειρότητας. Επίσης γίνεται αναφορά στην παθοφυσιολογία, τη διαγνωστική προσέγγιση και αντιμετώπιση της γυναικομαστίας, που προκαλεί ιδιαίτερο στρες στους εφήβους.

Είναι η πρώτη φορά στην ιστορία της εξέλιξης του ανθρώπου που η βιολογική ενήβωση, δηλαδή το νευροενδοκρινικό στοιχείο της εφηβείας, προηγείται σημαντικά της ηλικίας επιτυχούς λειτουργικότητας ως ενήλικου, που συνιστά το ψυχοκοινωνικό στοιχείο της εφηβείας. Η πολυπλοκότητα της σύγχρονης κοινωνίας, η οικογενειακή κρίση, η πίεση από τα μέσα μαζικής ενημέρωσης, η πολυπολιτισμική κοινωνία, η ανεργία, η φτώχεια, η προσδοκία παρατεταμένης μόρφωσης και καθυστερημένης αναπαραγωγικής διαδικασίας οδηγούν σε καθυστέρηση της ψυχοκοινωνικής ανάπτυξης των νέων ατόμων. Αυτή η αναντιστοιχία (mismatch) στην ηλικία βιολογικής και ψυχοκοινωνικής ωρίμανσης δημιουργεί στρες και προβλήματα συμπεριφοράς και μάθησης στους σύγχρονους έφηβους. Η νευροφυσιολογία του στρες και οι επιπτώσεις του στην εφηβεία περιγράφονται στο μάθημα «**Εφηβικό Στρες και Ψυχική Υγεία**». Η σύγχρονη προσέγγιση στο στρες και τα προβλήματα συμπεριφοράς των εφήβων έχει μετακινηθεί πέρα από την παραδοσιακή μείωση των παραγόντων κινδύνου και επικεντρώνεται στο ίδιο το άτομο. Στόχος αυτού του μαθήματος είναι να τονιστεί η σημασία της ενίσχυσης των προστατευτικών παραγόντων στις ζωές των νέων ανθρώπων και να περιγραφούν τεχνικές δόμησης της ψυχικής τους ανθεκτικότητας. Περιγράφονται ενδεδειγμένοι γονικοί τρόποι ανατροφής και ρεαλιστικά παραδείγματα. Δίνονται οδηγίες προς τους γονείς, τους εκπαιδευτικούς και προς τους ίδιους τους εφήβους για τη μείωση του εφηβικού στρες, την αποφυγή ριψοκίνδυνων συμπεριφορών και την προαγωγή συμπεριφορών υγείας και ευεξίας.

Στο τελευταίο μάθημα «**Εφηβική Εκπαίδευση και Συμπεριφορά**» παρατίθενται διεθνή πρωτόκολλα προληπτικής εφηβικής ιατρικής καθώς και τα κριτήρια που πρέπει να πληρούν οι «Φιλικές προς τους Εφήβους» υπηρεσίες υγείας σύμφωνα με τον Παγκόσμιο Οργανισμό Υγείας.

17. ΥΠΟΔΕΙΓΜΑ ΧΟΡΗΓΟΥΜΕΝΟΥ ΠΙΣΤΟΠΟΙΗΤΙΚΟΥ

ΕΘΝΙΚΟ ΚΑΙ ΚΑΠΟΔΙΣΤΡΙΑΚΟ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΑΘΗΝΩΝ
ΚΕΝΤΡΟ ΕΠΙΜΟΡΦΩΣΗΣ ΚΑΙ ΔΙΑ ΒΙΟΥ ΜΑΘΗΣΗΣ

ΠΙΣΤΟΠΟΙΗΤΙΚΟ ΕΞΕΙΔΙΚΕΥΜΕΝΗΣ ΕΠΙΜΟΡΦΩΣΗΣ

Η/Ο ΤΟΥ

παρακολούθησε επιτυχώς το εκπαιδευτικό πρόγραμμα με τίτλο:

«Εφηβική Ιατρική: ψυχοσωματική και γνωστική ανάπτυξη, αναπαραγωγική υγεία, διατροφή, άθληση και στρες των εφήβων»

που διοργανώθηκε από το Κέντρο Επιμόρφωσης και Δια Βίου Μάθησης του Εθνικού και Καποδιστριακού Πανεπιστημίου Αθηνών.

ΑΚΑΔΗΜΑΪΚΟ ΕΤΟΣ 201.. - 201..

Διάρκεια: .. μήνες/.. ώρες

Μέθοδος Υλοποίησης: Εξ αποστάσεως (E-Learning)

Αθήνα, Ημέρα Μήνας Έτος

Ο Πρύτανης του Κέντρου

Ο Διαχειριστής του Κέντρου

Ο Ακαδημαϊκός Υπεύθυνος
του Προγράμματος

