



جمهوری اسلامی ایران
وزارت علوم، تحقیقات و فناوری
شورای گسترش و برنامه ریزی آموزش عالی



برنامه درسی رشته

آسیب شناسی ورزشی و تمرینات اصلاحی

Sport Injuries and Corrective Exercises

مقطع کارشناسی ارشد ناپیوسته



گرایش ها

تمرینات اصلاحی	Corrective Exercises
آسیب شناسی ورزشی	Sport Injuries
تربیت بدنی سازگاران و ورزش معلولین	Adapted Physical Education and Sports for the Disabled



گروه علوم اجتماعی
پیشنهادی کارگروه تخصصی علوم ورزشی

پایه

عنوان گرایش‌ها: ۱- تمرینات اصلاحی ۲- آسیب‌شناسی

ورزشی ۳- تربیت بدنی سازگاران و ورزش معلولین

دوره تحصیلی: کارشناسی ارشد ناپیوسته

نوع مصوبه: بازنگری

تاریخ تصویب: ۱۴۰۰/۰۲/۰۵

نام رشته: آسیب‌شناسی ورزشی و تمرینات اصلاحی

گروه: علوم اجتماعی

کارگروه تخصصی: علوم ورزشی

پیشنهادی: کارگروه علوم ورزشی

برنامه درسی بازنگری شده دوره کارشناسی ارشد ناپیوسته رشته آسیب‌شناسی ورزشی با سه گرایش: ۱- تمرینات اصلاحی ۲- آسیب‌شناسی ورزشی ۳- تربیت بدنی سازگاران و ورزش معلولین، در جلسه شماره ۱۵۶ تاریخ ۱۴۰۰/۰۲/۰۵ کمیسیون برنامه‌ریزی آموزشی به شرح زیر تصویب شد:

ماده یک- این برنامه درسی برای دانشجویانی که پس از تصویب برنامه درسی یاد شده وارد دانشگاه‌ها و موسسات آموزش عالی می‌شوند، قابل اجرا است.

ماده دو- این برنامه درسی، جایگزین برنامه درسی رشته آسیب‌شناسی ورزشی و حرکات اصلاحی با سه گرایش: حرکات اصلاحی، امدادگر ورزشی و تربیت بدنی ویژه مصوب جلسه ۷۸۶ تاریخ ۱۳۹۰/۰۷/۰۴ شورای برنامه‌ریزی آموزش عالی می‌شود.

ماده سه- این برنامه درسی در سه فصل: مشخصات کلی، جدول‌های واحدهای درسی و سرفصل دروس تنظیم شده است و برای اجرا در دانشگاه‌ها و موسسات آموزش عالی پس از اخذ مجوز پذیرش دانشجو از شورای گسترش و برنامه‌ریزی آموزش عالی و سایر ضوابط و مقررات مصوب وزارت علوم، تحقیقات و فناوری، ابلاغ می‌شود.

ماده چهار- این برنامه درسی از شروع سال تحصیلی ۱۴۰۱-۱۴۰۰ به مدت ۵ سال قابل اجرا است و پس از آن، در صورت تشخیص کارگروه تخصصی مربوطه، نیاز به بازنگری دارد.

دکتر محمدرضا آهنجیان
دبیر کمیسیون برنامه‌ریزی آموزشی





جمهوری اسلامی ایران
وزارت علوم، تحقیقات و فناوری
شورای گسترش و برنامه ریزی آموزش عالی

دانشگاهها / موسسه های همکار



دانشگاه هرمزگان
Hormozgan University



وزارت علوم، تحقیقات و فناوری
پژوهشگاه تربیت بدنی و علوم ورزشی



دانشگاه شهید باهنر کرمان



برنامه درسی رشته

آسیب شناسی ورزشی و تمرینات اصلاحی

Sport Injuries and Corrective Exercises

مقطع کارشناسی ارشد ناپیوسته



مشمول بر گرایش های:

۱. تمرینات اصلاحی | Corrective Exercises

۲. آسیب شناسی ورزشی | Sport Injuries

۳. تربیت بدنی سازگارانه و ورزش معلولین

Adapted Physical Education and Sports for the Disabled

تهیه کنندگان:

دکتر رضا رجبی، عضو هیات علمی دانشگاه تهران

دکتر منصور صاحب الزمانی، عضو هیات علمی دانشگاه شهید باهنر کرمان

دکتر حامد عباسی، عضو هیات علمی پژوهشگاه تربیت بدنی و علوم ورزشی

دکتر محمد بیات ترک، عضو هیات علمی دانشگاه هرمزگان

و با تشکر از مشارکت ۳۸ عضو هیات علمی از ۲۰ دانشگاه سراسر کشور شامل: تهران - شهید باهنر کرمان - پژوهشگاه تربیت

بدنی و علوم ورزشی - اصفهان - شهید بهشتی - تبریز - علامه طباطبایی - کردستان - مازندران - گیلان - خوارزمی - اراک -

هرمزگان - بوعلی سینا - آزاد اسلامی کرج - ارومیه - رازی کرمانشاه - صنعتی شاهرود - بین المللی امام خمینی (ره) قزوین

-شهرکرد - تربیت دبیر شهید رجایی

گرایش تمرینات اصلاحی

جدول تغییرات

ردیف	در برنامه قبلی	در برنامه بازنگری شده
۱.	روش تحقیق در علوم ورزشی	روش تحقیق و آمار در علوم ورزشی
۲.	آمار زیستی پیشرفته در علوم ورزشی	
۳.	فیزیولوژی پیشرفته دستگاه اعصاب مرکزی	فیزیولوژی دستگاه عصبی
۴.	حرکت‌شناسی پیشرفته	حرکت‌شناسی کاربردی
۵.	حرکات اصلاحی پیشرفته	تمرینات اصلاحی پیشرفته
۶.	پاتوکینزیولوژی دستگاه عصبی عضلانی	کینزیوپاتولوژی دستگاه عصبی-عضلانی
۷.	آزمایشگاه حرکات اصلاحی	آزمایشگاه تمرینات اصلاحی
۸.	اصول برنامه‌ریزی حرکات اصلاحی	اصول برنامه‌ریزی تمرینات اصلاحی
۹.	-----	ملاحظات ویژه و روش‌های نوین در تمرینات اصلاحی
۱۰.	-----	حرکت درمانی
۱۱.	سمینار در حرکات اصلاحی	سمینار در تمرینات اصلاحی
۱۲.	مسائل معاصر در حرکات اصلاحی	سیر پیشرفت در تمرینات اصلاحی: گذشته، معاصر و آینده
۱۳.	ارگونومی ورزشی	ناهنجاریهای محیط کار و مداخلات اصلاحی
۱۴.	کارورزی	کارورزی در تمرینات اصلاحی
۱۵.	ماساژ ورزشی	ماساژ ورزشی و اصلاحی
۱۶.	-----	نورومکانیک تمرینات اصلاحی
۱۷.	-----	کارآفرینی در تمرینات اصلاحی
۱۸.	ورزش معلولین پیشرفته	ورزش معلولین
۱۹.	امدادگر ورزشی پیشرفته	آسیب‌شناسی ورزشی پیشرفته
۲۰.	بازتوانی پیشرفته آسیب‌های ورزشی	
۲۱.	-----	تمرینات اصلاحی عملی
۲۲.	پایان نامه	پایان نامه
۲۳.	-----	-----



گرایش آسیب‌شناسی ورزشی

جدول تغییرات

ردیف	در برنامه قبلی	در برنامه بازنگری شده
۱.	روش تحقیق در علوم ورزشی	روش تحقیق و آمار در علوم ورزشی
۲.	آمار زیستی پیشرفته در علوم ورزشی	
۳.	فیزیولوژی پیشرفته دستگاه اعصاب مرکزی	فیزیولوژی دستگاه عصبی
۴.	حرکت‌شناسی پیشرفته	حرکت‌شناسی پیشرفته
۵.	-----	کینزیوپاتولوژی دستگاه عصبی-عضلانی
۶.	امدادگر ورزشی پیشرفته	آسیب‌شناسی ورزشی پیشرفته
۷.	آزمایشگاه در امدادگر ورزشی	آزمایشگاه آسیب‌شناسی ورزشی
۸.	-----	پیشگیری از آسیب‌های ورزشی و بازگشت به ورزش
۹.	پاتومکانیک آسیب‌های ورزشی	پاتومکانیک آسیب‌های ورزشی
۱۰.	-----	حرکت درمانی
۱۱.	سمینار در امدادگر ورزشی	سمینار در آسیب‌شناسی ورزشی
۱۲.		
۱۳.	بازتوانی پیشرفته آسیب‌های ورزشی	بازتوانی پیشرفته آسیب‌های ورزشی
۱۴.	حرکات اصلاحی در پیشگیری از آسیب‌های ورزشی	تمرینات اصلاحی در پیشگیری از آسیب‌های ورزشی
۱۵.	ماساژ ورزشی	ماساژ ورزشی
۱۶.	ورزش معلولین پیشرفته	ورزش معلولین
۱۷.	ارزیابی و مدیریت پیشرفته آسیب‌های ورزشی	ارزیابی اسکلتی عضلانی و آسیب‌های ورزشی
۱۸.	-----	تجویز تمرینات در پیشگیری از آسیب‌های ورزشی
۱۹.	-----	روانشناسی آسیب‌های ورزشی و بازتوانی
۲۰.	کارورزی ۱	کارورزی در آسیب‌شناسی ورزشی
۲۱.	کارورزی ۲	
۲۲.	پایان نامه	پایان نامه
۲۳.		



گرایش تربیت بدنی سازگاران و ورزش معلولین

جدول تغییرات

ردیف	در برنامه قبلی	در برنامه بازنگری شده
۱.	روش تحقیق در علوم ورزشی	روش تحقیق و آمار در علوم ورزشی
۲.	آمار زیستی پیشرفته در علوم ورزشی	
۳.	حرکت‌شناسی پیشرفته	حرکت‌شناسی کاربردی
۴.	فیزیولوژی پیشرفته اعصاب مرکزی	پاتوفیزیولوژی معلولیت‌ها
۵.	ورزش معلولین جسمی	ورزش معلولین
۶.	ورزش معلولین حسی و ذهنی	
۷.	بیماری‌های عصبی عضلانی	پزشکی ورزشی تطبیقی
۸.	-----	آموزش در تربیت بدنی سازگاران
۹.	آمادگی جسمانی معلولین	تجویز فعالیت ورزشی برای معلولین
۱۰.	آزمایشگاه (ارزیابی جسمی و حرکتی معلولین)	آزمایشگاه تربیت بدنی سازگاران و ورزش معلولین
۱۱.	سمینار در تربیت بدنی ویژه	سمینار در تربیت بدنی سازگاران و ورزش معلولین
۱۲.	-----	کارآفرینی در تربیت بدنی سازگاران و ورزش معلولین
۱۳.	-----	روانشناسی ورزش و فعالیت بدنی در معلولین
۱۴.	ماساژ ورزشی	ورزش درمانی
۱۵.	تمرین درمانی	
۱۶.	-----	کلاس بندی در تربیت بدنی سازگاران و ورزش معلولین
۱۷.	-----	تمرینات اصلاحی پیشرفته
۱۸.	اصول توانبخشی و فیزیوتراپی	پیشگیری و بازتوانی آسیب‌های ورزشی در معلولین
۱۹.	بازتوانی معلولین جسمی	
۲۰.	-----	سازمانهای ورزش معلولین
۲۱.	-----	مربیگری معلولین
۲۲.	کارورزی ۱	کارورزی در ورزش معلولین
۲۳.	کارورزی ۲	



فصل اول

مشخصات کلی برنامه درسی



تربیت بدنی و علوم ورزشی پدیده‌ای است که سلامت و رشد تمامی انسان‌های نیازمند را با هر سطحی از توانایی از طریق حرکت و ورزش تامین و تسهیل می‌کند. قابلیت‌ها و کارکردهای متنوع تربیت بدنی و علوم ورزشی با توجه به ویژگی‌های خاص افراد تحت پوشش خود و همچنین گسترش روزافزون یافته‌های علمی؛ تخصص‌های جدید را ایجاد نموده است. دوره کارشناسی ارشد رشته آسیب‌شناسی ورزشی و تمرینات اصلاحی یکی از جدیدترین و کارآمدترین این تخصص‌ها خصوصاً در حوزه بهداشت و سلامت افراد جامعه است.

علوم ورزشی به صورت کلی و رشته تمرینات اصلاحی، آسیب‌شناسی و تربیت بدنی سازگار یافته بصورت اخص در زمره علوم بین رشته‌ای بشمار می‌روند که موضوع مورد مطالعه آن انسان یا ورزشکار به عنوان یک سیستم زنده می‌باشد و با توجه به اینکه اجزا انسان به صورت منفک قابل مطالعه نیست در نتیجه علوم مختلف لازم است که در تعامل و تداخل با یکدیگر درباره آن به صورت عمیق مطالعه و بحث نمایند. از آنجاییکه پدیده‌های مرتبط با ورزش از قبیل اجراء، خستگی، آسیب، ناهنجاری، استعدادیابی؛ و ... به صورت مجموعه در نظر گرفته می‌شوند و لذا برای حل مشکل در این زمینه‌ها لازم است که متخصصین از حوزه‌های یادشده ضمن درک مشترکات و مفاهیم اولیه و پایه‌ای حوزه تربیت بدنی، با یکدیگر تعامل و همکاری نزدیکی داشته باشند.

دانش آموختگان رشته آسیب‌شناسی ورزشی و تمرینات اصلاحی به طور مستقیم با سلامت جامعه در ارتباط می‌باشند و قادر به شناسایی و تشخیص ناهنجاری‌های وضعیتی و اختلالات اسکلتی عضلانی مختلف و در ادامه، قادر به ارائه روش‌هایی برای پیشگیری و اصلاح آنها هستند. همچنین توانایی طرح و برنامه‌ریزی تمرینات اصلاحی مناسب و متناسب با افراد گوناگون و با سطح توانایی‌های جسمانی مختلف از کودکان و نوجوانان گرفته تا افراد شاغل، افراد مسن و ورزشکاران تفریحی و حرفه‌ای را دارا می‌باشند. علاوه بر این نقش مهمی در ارائه خدمات مشاوره‌ای مرتبط با سلامت جسمی دانش آموزان، کارمندان و ورزشکاران حاضر در باشگاههای ورزشی و به طور کل بهبود سلامت جامعه دارند. همچنین یک متخصص آسیب‌شناسی ورزشی و تمرینات اصلاحی می‌تواند با بکارگیری حرکات و ورزش‌های اصلاحی، موجب بهبود عملکرد یک ورزشکار حرفه‌ای در رشته مربوط به خود شود. دانش آموختگان کارشناسی ارشد این رشته توانایی پیشگیری از آسیب‌های ورزشی و شناسایی آن را کسب می‌کنند و نقش مهمی در بازگرداندن ورزشکار آسیب دیده به شرایط مسابقه دارند. از طرفی می‌توانند بعنوان راهنما و برنامه ریز برای آگاهی از روش‌های کنترل آسیب‌های ورزشی عمل کنند. همچنین با تخصص در گرایش تربیت بدنی سازگاران نیز قادر هستند تا در ورزش معلولان و ورزشکاران پارالمپیک به فعالیت بپردازند و مباحث مختلفی از تمرین تا تغذیه و بحث‌های قهرمانی این افراد را مدیریت نمایند. علاوه بر این در توانمند سازی جسمی، روانی و اجتماعی افراد کم توان نقشی چشمگیر داشته و می‌توانند با طراحی تمرینات ورزشی مناسب از باقیمانده توانایی‌های جسمانی آنها در جهت بهبود کیفیت زندگی این افراد آسپ‌شناسی استفاده نمایند.

ب) مشخصات کلی، تعریف و اهداف

رشته آسیب‌شناسی ورزشی و تمرینات اصلاحی شامل مجموعه یافته‌های علمی در حوزه‌های آسیب‌شناسی ورزشی، تمرینات اصلاحی، پیش‌گیری و بازتوانی آسیب‌های ورزشی، تربیت بدنی ویژه و ورزش سازگاران است که برای



کارشناسی ارشد ناپیوسته آسیب‌شناسی ورزشی و تمرینات اصلاحی / ۲

دانشجویان علاقه مند به مطالعه در حیطه آسیب شناسی ورزشی و تمرینات اصلاحی تامین می شود. هدف از تأسیس دوره آسیب شناسی ورزشی و تمرینات اصلاحی، تربیت افراد علاقه مند و متخصص است تا بتوانند با آموزش و پژوهش، برنامه ریزی، راهنمایی و مشاوره، مربیگری و ارائه خدمات ورزشی به افراد تحت پوشش خود در ارتقای سلامت جسمی و روانی و نیز بهبود فعالیت های حرکتی و ورزشی آنان تلاش نماید. این افراد گسترده ای از مبتلایان به ناهنجاری ها و اختلالات جسمی و حرکتی که با درجاتی از هنجارهای تندرستی جامعه فاصله دارند، افراد شرکت کننده در فعالیت های بدنی و ورزشی تفریحی و رقابتی که در معرض خطر آسیب دیدگی ورزشی قرار دارند، کم توانان جسمی، ذهنی و رفتاری را که از درجاتی از هنجارهای تندرستی جامعه پایین تر بوده و به عنوان کم توان، بیمار و معلول شناخته می شوند، در بر می گیرد.

از طرفی با توجه به پیشرفت سریع و چشمگیر علم در سالهای اخیر در حوزه های مختلف از جمله حوزه مرتبط با سلامت و کیفیت زندگی، هدف از بازنگری برنامه های درسی رشته آسیب شناسی ورزشی و تمرینات اصلاحی، برخورداری از این علوم به روز و پیشرفته در جهت ارتقای سطح توانایی های علمی و عملی دانشجویان و دانش آموختگان این رشته و به منظور افزایش کارایی آنها در جامعه و یاری رساندن به اقشار مختلف مردم می باشد.

پ) ضرورت و اهمیت

رشد و گسترش چشمگیر کارکردهای علمی ورزش و آشکار شدن هرچه بیشتر نقش فعالیتهای جسمانی در ارتقای تندرستی اقشار مختلف جامعه، پیشگیری از ناهنجاریها و اختلالات اسکلتی عضلانی، آشنایی با آسیب های ورزشی مختلف و نحوه پیشگیری از آنها، افزایش توانمندی ها و کیفیت زندگی افراد مبتلا به ناهنجاریها و اختلالات اسکلتی عضلانی از طریق شرکت در فعالیتهای جسمانی و ورزشی هدفمند، آشنایی هرچه بیشتر با جنبه های بهداشتی ورزش در سطوح مختلف جامعه، نوتوانی ورزشی و افزایش توانمندی های افراد دارای معلولیت های مختلف از طریق شرکت در فعالیتهای ورزشی جملگی بیانگر ضرورت ایجاد دوره کارشناسی ارشد رشته آسیب شناسی ورزشی و تمرینات اصلاحی است. از طرفی به دلیل پیشرفت چشمگیر علم و دانش در زمینه های مختلف از جمله علوم مرتبط با رشته آسیب شناسی ورزشی و تمرینات اصلاحی، نیاز به بازنگری در برنامه های درسی این حیطه به منظور توانمندسازی فارغ التحصیلان این رشته مطابق با استانداردهای روز دنیا و کارا نمودن توانایی های علمی آنها در سطح جامعه بیش از پیش احساس می گردد.

ت) تعداد و نوع واحدهای درسی

جدول (۱) - توزیع واحدها



تعداد واحد	نوع دروس	
۶	مشترک بین گرایش ها	دروس تخصصی
۱۴	ویژه هر گرایش	
۶	دروس اختیاری	
۶	پایان نامه	
۳۲	جمع	

کارشناسی ارشد ناپیوسته آسیب‌شناسی ورزشی و تمرینات اصلاحی / ۸

نکته: دانشجویانی که رشته مقطع کارشناسی آنان غیرمرتبط می‌باشد بایستی ۱۲ واحد (۶ واحد عملی و ۶ واحد نظری) را به عنوان دروس جبرانی از میان دروس دوره کارشناسی علوم ورزشی در نیمسال اول تا دوم بگذرانند. انتخاب این دروس به تشخیص گروه آموزشی دانشگاه / موسسه می‌باشد و بایستی شامل دروسی باشد که دانش پایه و اصلی رشته علوم ورزشی را در بر بگیرد.

ث) مهارت، توانمندی و شایستگی دانش‌آموختگان

گرایش تمرینات اصلاحی

مهارت‌ها، شایستگی‌ها و توانمندی‌های ویژه	دروس مرتبط
توانایی پیشگیری، اصلاح و جلوگیری از پیشرفت ناهنجاریها و اختلالات اسکلتی عضلانی در کودکان، نوجوانان، بزرگسالان و افراد مسن	تمرینات اصلاحی پیشرفته، تمرینات اصلاحی عملی، ملاحظات ویژه و روش‌های نوین در تمرینات اصلاحی، حرکت‌شناسی کاربردی، فیزیولوژی دستگاه عصبی، اصول برنامه‌ریزی تمرینات اصلاحی
توانایی غربالگری، ارزیابی و اندازه‌گیری ناهنجاریها و اختلالات اسکلتی عضلانی با استفاده از آزمونهای میدانی و ابزارهای آزمایشگاهی ساده تا پیشرفته	آزمایشگاه تمرینات اصلاحی، تمرینات اصلاحی پیشرفته، کارورزی، تمرینات اصلاحی عملی، ناهنجاریهای محیط کار و مداخلات اصلاحی
توانایی برنامه‌ریزی و تجویز تمرینات اصلاحی مناسب و متناسب با شرایط سنی، جنسیتی، شغلی، فرهنگی و اجتماعی افراد مختلف	کینزیوپاتولوژی دستگاه عصبی عضلانی، تمرینات اصلاحی پیشرفته، کارورزی، تمرینات اصلاحی عملی، ملاحظات ویژه و روش‌های نوین در تمرینات اصلاحی، ناهنجاریهای محیط کار و مداخلات اصلاحی
انجام خدمات مشاوره‌ای در حوزه تمرینات اصلاحی و تندرستی در مدارس، ادارات، شرکت‌ها، کارخانه‌ها، باشگاههای ورزشی و ...	ناهنجاریهای محیط کار و مداخلات اصلاحی، اصول برنامه‌ریزی تمرینات اصلاحی، کارآفرینی در حیطه تمرینات اصلاحی
راهنمایی و مشاوره برای مربیان و ورزشکاران در زمینه پیشگیری و مدیریت آسیب‌های ورزشی ناشی از ناهنجاریهای وضعیتی و حرکتی	آسیب‌شناسی ورزشی، تمرینات اصلاحی عملی، حرکت درمانی، ماساژ ورزشی و اصلاحی
مهارت‌ها، شایستگی‌ها و توانمندی‌های عمومی	دروس مرتبط
توانایی تدریس، تحقیق و پژوهش در حوزه تمرینات اصلاحی	سمینار، روش تحقیق و آمار در علوم ورزشی، مبانی و روندهای تمرینات اصلاحی: گذشته، معاصر و آینده
برنامه‌ریزی و تحلیل یافته‌های موجود در حیطه تمرینات اصلاحی	تمرینات اصلاحی پیشرفته، تمرینات اصلاحی عملی و سمینار در تمرینات اصلاحی



گرایش آسیب‌شناسی ورزشی

مهارت‌ها، شایستگی‌ها و توانمندی‌های ویژه	دروس مرتبط
توانایی پیشگیری، تشخیص، مدیریت کاربردی و بازتوانی آسیب‌های اسکلتی عضلانی ورزشکاران	اصول پیشگیری از آسیب‌های ورزشی و بازگشت به ورزش، ارزیابی اسکلتی عضلانی و آسیب‌های ورزشی، بازتوانی پیشرفته آسیب‌های ورزشی
توانایی غربالگری، ارزیابی و اندازه‌گیری فاکتورهای خطرهای بروز آسیب ورزشی با استفاده از آزمونهای میدانی و ابزارهای آزمایشگاهی ساده تا پیشرفته	آزمایشگاه تمرینات اصلاحی، ارزیابی اسکلتی عضلانی و آسیب‌های ورزشی، تمرینات اصلاحی در پیشگیری از آسیب‌های ورزشی
توانایی برنامه‌ریزی و تجویز تمرینات بازگشت به ورزش با همکاری تیم پزشکی باشگاههای ورزشی مختلف	اصول پیشگیری از آسیب‌های ورزشی و بازگشت به ورزش، ارزیابی اسکلتی عضلانی و آسیب‌های ورزشی، بازتوانی پیشرفته آسیب‌های ورزشی، حرکت درمانی
انجام خدمات مشاوره‌ای در حوزه آسیب‌های ورزشی در مدارس، ادارات، کارخانه‌ها، باشگاههای ورزشی و ...	اصول پیشگیری از آسیب‌های ورزشی و بازگشت به ورزش، بازتوانی پیشرفته آسیب‌های ورزشی، پاتومکانیک آسیب‌های ورزشی
راهنمایی و مشاوره برای مربیان و ورزشکاران در زمینه پیشگیری و مدیریت آسیب‌های ورزشی ناشی از عدم اجرای صحیح و علمی تکنیکهای ورزشی	اصول پیشگیری از آسیب‌های ورزشی و بازگشت به ورزش، بازتوانی پیشرفته آسیب‌های ورزشی، پاتومکانیک آسیب‌های ورزشی
مهارت‌ها، شایستگی‌ها و توانمندی‌های عمومی	دروس مرتبط
توانایی تدریس، تحقیق و پژوهش در حوزه آسیب‌های ورزشی	سمینار، روش تحقیق و آمار در علوم ورزشی، مسائل معاصر در آسیب‌شناسی ورزشی
برنامه‌ریزی و تحلیل یافته‌های موجود در حیطه آسیب‌های ورزشی	آسیب‌شناسی ورزشی پیشرفته، بازتوانی پیشرفته آسیب‌های ورزشی



گرایش تربیت بدنی سازگاران و ورزش معلولین

مهارت‌ها، شایستگی‌ها و توانمندی‌های ویژه	دروس مرتبط
یادگیری کاربردهای حرکت‌شناسی در شناسایی نقایص حرکتی، ناهنجاری‌های قامتی و بازتوانی و پیشگیری از آسیب‌های ورزشی در معلولین	حرکت‌شناسی کاربردی
شناخت پاتوفیزیولوژی بیماری‌ها و معلولیت‌های شایع	پاتوفیزیولوژی معلولیت‌ها
تسلط بر کارکرد و برنامه‌های تربیت بدنی سازگاران و ورزش معلولین	تربیت بدنی سازگاران و ورزش معلولین
یادگیری ملاحظات پزشکی ورزشی در تربیت بدنی سازگاران و ورزش معلولین	پزشکی ورزشی تطبیقی
تسلط بر شیوه‌های آموزش و برقراری ارتباط در تربیت بدنی سازگاران	اصول و روش‌های آموزش در تربیت بدنی سازگاران و ورزش معلولین
توانایی تجویز فعالیت ورزشی برای گروه‌های مختلف معلولین	تجویز فعالیت ورزشی برای معلولین
تسلط بر ابزارهای آزمایشگاهی و روش‌های اندازه‌گیری ویژگی‌های جسمانی، حرکتی، مهارتی و روانی افراد و ورزشکاران دارای معلولیت	آزمایشگاه در تربیت بدنی سازگاران و ورزش معلولین
تسلط بر انواع مداخلات تمرینی به منظور توانبخشی ضعف‌های جسمانی، نقایص حرکتی و بیماری‌ها	ورزش درمانی
توانایی کلاس‌بندی معلولین با توجه به نوع معلولیت و رشته ورزشی	کلاس‌بندی در تربیت بدنی سازگاران و ورزش معلولین
تسلط بر رویکردهای تمرینات اصلاحی و نحوه غربالگری و ارزیابی انحرافات قامتی، ایمبالانس‌های عضلانی و نقایص حرکتی	تمرینات اصلاحی پیشرفته
تسلط بر رویکردهای پیشگیری و بازتوانی آسیب‌های ورزشی در معلولین	پیشگیری و بازتوانی آسیب‌های ورزشی در معلولین
توانایی مربیگری ورزشکاران معلول	مربیگری معلولین
مهارت‌ها، شایستگی‌ها و توانمندی‌های عمومی	دروس مرتبط
تسلط بر روش‌های پژوهش و آمار در علوم ورزشی	روش‌های پژوهش و آمار در علوم ورزشی
آشنایی با مطالب معاصر و مهم در زمینه تربیت بدنی سازگاران و ورزش معلولین	سمینار در تربیت بدنی سازگاران و ورزش معلولین
آشنایی مبانی و مهارت‌های مورد نیاز برای موفقیت در فرآیند کارآفرینی	کارآفرینی در تربیت بدنی سازگاران و ورزش معلولین
آشنایی با اصول روانشناسی ورزش و فعالیت بدنی در معلولین	روان‌شناسی ورزش و فعالیت بدنی در معلولین
توسعه بینش متقابل، تعامل و تجربه عملی با افراد معلول	کارورزی در تربیت بدنی سازگاران و ورزش معلولین

ج) شرایط و ضوابط ورود به دوره

فارغ التحصیلان کلیه دوره‌های کارشناسی تربیت بدنی و علوم ورزشی داخل کشور و فارغ التحصیلان دوره‌های تحصیلی مشابه خارج از کشور می‌توانند با شرکت در آزمون و کسب موفقیت در این رشته تحصیل نمایند.



فصل دوم

جدول عناوین و مشخصات دروس



جدول (۳) - عنوان و مشخصات کلی دروس تخصصی گرایش تمرینات اصلاحی

ردیف	عنوان درس	تعداد واحد	نوع واحد			تعداد ساعات		پیش نیاز	هم نیاز
			نظری	عملی	نظری - عملی	نظری	عملی		
۱.	روش تحقیق و آمار در علوم ورزشی	۲	*			۳۲			
۲.	فیزیولوژی دستگاه عصبی	۲	*			۳۲			
۳.	حرکت‌شناسی کاربردی	۲	*			۳۲			
۴.	تمرینات اصلاحی پیشرفته	۲	*			۳۲	فیزیولوژی دستگاه عصبی حرکت‌شناسی کاربردی		
۵.	کینزیوپاتولوژی دستگاه عصبی عضلانی	۲	*			۳۲	حرکت‌شناسی کاربردی		
۶.	آزمایشگاه تمرینات اصلاحی	۲			*	۱۶	۳۲	تمرینات اصلاحی پیشرفته فیزیولوژی دستگاه عصبی حرکت‌شناسی کاربردی	
۷.	اصول برنامه‌ریزی تمرینات اصلاحی	۲	*			۳۲		تمرینات اصلاحی پیشرفته حرکت‌شناسی کاربردی	
۸.	ملاحظات ویژه و روش‌های نوین در تمرینات اصلاحی	۲	*			۳۲		تمرینات اصلاحی پیشرفته حرکت‌شناسی کاربردی	
۹.	حرکت درمانی	۲	*			۲۴	۱۶	تمرینات اصلاحی پیشرفته حرکت‌شناسی کاربردی اصول برنامه‌ریزی تمرینات اصلاحی	
۱۰.	سمینار در تمرینات اصلاحی	۲	*			۳۲		روش تحقیق و آمار در علوم ورزشی	



جدول (۴) - عنوان و مشخصات کلی دروس اختیاری گرایش تمرینات اصلاحی

ردیف	عنوان درس	تعداد واحد	نوع واحد			تعداد ساعات		هم نیاز
			نظری	عملی	نظری - عملی	نظری	عملی	
۱.	سیر پیشرفت در تمرینات اصلاحی: گذشته، معاصر و آینده	۲	*			۳۲		تمرینات اصلاحی پیشرفته
۲.	ناهنجاری‌های محیط کار و مداخلات اصلاحی	۲			*	۱۶	۳۲	تمرینات اصلاحی پیشرفته حرکت‌شناسی کاربردی
۳.	کارورزی در تمرینات اصلاحی	۴		*			۱۲۸	آزمایشگاه تمرینات اصلاحی اصول برنامه‌ریزی تمرینات اصلاحی
۴.	ماساژ ورزشی و اصلاحی	۲			*	۱۶	۳۲	تمرینات اصلاحی پیشرفته حرکت‌شناسی کاربردی
۵.	نورومکانیک تمرینات اصلاحی	۲	*			۳۲		تمرینات اصلاحی پیشرفته حرکت‌شناسی کاربردی
۶.	کارآفرینی در تمرینات اصلاحی	۲	*			۳۲		آزمایشگاه تمرینات اصلاحی
۷.	ورزش معلولین	۲	*			۳۲		فیزیولوژی دستگاه عصبی حرکت‌شناسی کاربردی
۸.	آسیب‌شناسی ورزشی پیشرفته	۲	*			۳۲		فیزیولوژی دستگاه عصبی حرکت‌شناسی کاربردی
۹.	تمرینات اصلاحی عملی	۲		*			۳۲	آزمایشگاه تمرینات اصلاحی اصول برنامه‌ریزی تمرینات اصلاحی



جدول (۳) - عنوان و مشخصات کلی دروس تخصصی گرایش آسیب‌شناسی ورزشی

ردیف	عنوان درس	تعداد واحد	نوع واحد			ساعات		پیش نیاز	هم نیاز
			نظری	عملی	نظری - عملی	نظری	عملی		
۱.	روش تحقیق و آمار در علوم ورزشی	۲	*			۳۲			
۲.	فیزیولوژی دستگاه عصبی	۲	*			۳۲			
۳.	حرکت‌شناسی کاربردی	۲	*			۳۲			
۴.	کینزیوپاتولوژی دستگاه عصبی عضلانی	۲	*			۳۲	فیزیولوژی دستگاه عصبی حرکت‌شناسی کاربردی	آسیب‌شناسی ورزشی پیشرفته	
۵.	آسیب‌شناسی ورزشی پیشرفته	۲	*			۳۲	فیزیولوژی دستگاه عصبی حرکت‌شناسی کاربردی		
۶.	آزمایشگاه آسیب‌شناسی ورزشی	۲			*	۸	۴۸	آسیب‌شناسی ورزشی پیشرفته	
۷.	پیشگیری از آسیب‌های ورزشی و بازگشت به ورزش	۲	*			۳۲		آسیب‌شناسی ورزشی پیشرفته	
۸.	پاتومکانیک آسیب‌های ورزشی	۲	*			۳۲		حرکت‌شناسی کاربردی	
۹.	حرکت درمانی	۲			*	۲۴	۱۶	حرکت‌شناسی کاربردی	
۱۰.	سمینار در آسیب‌شناسی ورزشی	۲	*			۳۲		روش تحقیق و آمار در علوم ورزشی	



جدول (۴) - عنوان و مشخصات کلی دروس اختیاری گرایش آسیب‌شناسی ورزشی

ردیف	عنوان درس	تعداد واحد	نوع واحد			تعداد ساعات		هم نیاز
			نظری	عملی	نظری - عملی	نظری	عملی	
۱.	بازتوانی پیشرفته آسیب‌های ورزشی	۲	*			۳۲		پاتومکانیک آسیب‌های ورزشی آسیب‌شناسی ورزشی پیشرفته
۲.	تمرینات اصلاحی در پیشگیری از آسیب‌های ورزشی	۲	*			۳۲		آسیب‌شناسی ورزشی پیشرفته
۳.	ماساژ ورزشی	۲			*	۱۶	۳۲	حرکت‌شناسی کاربردی
۴.	ورزش معلولین	۲	*			۳۲		فیزیولوژی دستگاه عصبی
۵.	ارزیابی اسکلتی عضلانی و آسیب‌های ورزشی	۲	*			۳۲		آزمایشگاه آسیب‌شناسی ورزشی
۶.	تجویز تمرینات در پیشگیری از آسیب‌های ورزشی	۲	*			۳۲		آسیب‌شناسی ورزشی پیشرفته
۷.	روان‌شناسی آسیب‌های ورزشی و بازتوانی	۲	*			۳۲		آسیب‌شناسی ورزشی پیشرفته
۸.	کارورزی در آسیب‌شناسی ورزشی	۲		*			۱۲۸	پیشگیری از آسیب‌های ورزشی و بازگشت به ورزش



جدول (۳) - عنوان و مشخصات کلی دروس تخصصی گرایش تربیت بدنی سازگاران و ورزش معلولین

ردیف	عنوان درس	تعداد واحد	نوع واحد			ساعات		هم نیاز
			نظری	عملی	نظری - عملی	نظری	عملی	
۱.	روش تحقیق و آمار در علوم ورزشی	۲	*			۳۲		
۲.	حرکت‌شناسی کاربردی	۲	*			۳۲		
۳.	پاتوفیزیولوژی معلولیت‌ها	۲	*			۳۲		
۴.	ورزش معلولین	۲	*			۳۲	پاتوفیزیولوژی معلولیت‌ها	
۵.	پزشکی ورزشی تطبیقی	۲	*			۳۲		
۶.	آموزش در تربیت بدنی سازگاران	۲	*			۳۲	ورزش معلولین	
۷.	تجویز فعالیت ورزشی برای معلولین	۲	*			۳۲	ورزش معلولین حرکت‌شناسی کاربردی	
۸.	آزمایشگاه تربیت بدنی سازگاران و ورزش معلولین	۲			*	۸	۴۸	ورزش معلولین حرکت‌شناسی کاربردی
۹.	سمینار در تربیت بدنی سازگاران و ورزش معلولین	۲	*			۳۲		روش تحقیق و آمار در علوم ورزشی ورزش معلولین



جدول (۴) - عنوان و مشخصات کلی دروس اختیاری گرایش تربیت بدنی سازگارانه و ورزش معلولین

ردیف	عنوان درس	تعداد واحد	نوع واحد			تعداد ساعات		پیش نیاز	هم نیاز
			نظری	عملی	نظری - عملی	نظری	عملی		
۱.	کارآفرینی در تربیت بدنی سازگارانه و ورزش معلولین	۲	*				۳۲	ورزش معلولین	
۲.	روان‌شناسی در ورزش معلولین	۲	*				۳۲	ورزش معلولین	
۳.	ورزش درمانی	۲	*				۳۲	پاتوفیزیولوژی معلولیت‌ها حرکت‌شناسی کاربردی	
۴.	کلاس‌بندی در تربیت بدنی سازگارانه و ورزش معلولین	۲			*		۱۶	۳۲	حرکت‌شناسی کاربردی پاتوفیزیولوژی معلولیت‌ها
۵.	تمرینات اصلاحی پیشرفته	۲	*				۳۲	حرکت‌شناسی کاربردی پاتوفیزیولوژی معلولیت‌ها	
۶.	پیشگیری و بازتوانی آسیب‌های ورزشی در معلولین	۲	*				۳۲	حرکت‌شناسی کاربردی پاتوفیزیولوژی معلولیت‌ها	
۷.	سازمان‌های ورزش معلولین	۲	*				۳۲	ورزش معلولین	
۸.	مربیگری در ورزش معلولین	۲	*				۳۲	ورزش معلولین پزشکی ورزشی تطبیقی	
۹.	کارورزی در ورزش معلولین	۲	*				۱۲۸	ورزش معلولین	



فصل سوم

ویژگی‌های دروس

گرایش تمرینات اصلاحی



عنوان درس به فارسی:		روش تحقیق و آمار در علوم ورزشی	
عنوان درس به انگلیسی:		Research Methods and Statistics in Sport Sciences	
نوع درس و واحد		ندارد	دروس پیش‌نیاز:
نظری <input checked="" type="checkbox"/> پایه <input type="checkbox"/>		ندارد	دروس هم‌نیاز:
عملی <input type="checkbox"/> تخصصی <input checked="" type="checkbox"/>			تعداد واحد: ۲
نظری-عملی <input type="checkbox"/> اختیاری <input type="checkbox"/>			تعداد ساعت: ۳۲
	پایان نامه <input type="checkbox"/>		

نوع آموزش تکمیلی عملی (در صورت نیاز): سفر علمی آزمایشگاه سمینار کارگاه موارد دیگر:

هدف کلی: آشنایی با فرآیند و نحوه انجام تحقیق

اهداف ویژه:

- آشنایی با انواع روش‌های تحقیق
- آشنایی با آمار و اندازه‌گیری در تربیت بدنی و علوم ورزشی
- (پ) **مباحث یا سرفصل‌ها:**
 - فرآیند و انجام تحقیق:
 - مقدمات تحقیق در تربیت بدنی و علوم ورزشی
 - نحوه نگارش تحقیق و بررسی و نقد ادبیات پیشنهادی
 - نحوه نگارش پروپوزال تحقیق به همراه رعایت اخلاق در تحقیق
 - انواع روش‌های تحقیق (تحقیق تجربی، تحقیق توصیفی، تحقیق کیفی و سایر روش‌های تحقیق)
 - آمار و اندازه‌گیری در تربیت بدنی و علوم ورزشی
 - مفاهیم بنیادی آمار
 - یافتن ارتباط بین متغیرها، یافتن تفاوت بین گروهها
 - تست‌های آماری ناپارامتریک، اندازه‌گیری متغیر در تحقیق و انتخاب تست مناسب برای طرح‌های تحقیقی مختلف
- (ت) **راهبردهای تدریس و یادگیری متناسب با محتوا و هدف:**
روش یاد دهی عموماً بصورت مشترک توسط مدرس کلاس و ارایه پروژه از طرف دانشجو صورت می‌گیرد.
- (ث) **راهبردهای ارزشیابی:**

فعالیت‌های کلاسی در طول نیم‌سال: ۶۰ درصد آزمون پایان نیم‌سال: ۴۰ درصد

(ج) **ملزومات، تجهیزات و امکانات مورد نیاز برای ارائه:**

سیستم رایانه‌ای متصل به اینترنت به همراه ویدیو پروژکتور

(چ) **فهرست منابع پیشنهادی:**

۱. رسول حمایت طلب (۱۳۹۴). آمار در تربیت بدنی و علوم ورزشی. انتشارات علم و حرکت

۲. کاظم‌نژاد، انوشیروان، خلخالی، حمیدرضا، کاظم‌پور دیزجی، مهدی (۱۳۸۰)؛ ۱۰۰ آزمون آماری به همراه راهنمای نرم افزار SPSS تحت

ویندوز، موسسه فرهنگی هنری دیباگران تهران؛ تهران.

3. Stacey Plichta Kellar ScD CPH, Elizabeth Kelvin PhD MPH; Munro's Statistical Methods for Health Care Research 6th Edition (2012). LWW; 6 editions

(ترجمه این کتاب به زبان فارسی موجود است)

4. Susan J. Hall, FACSM, Nancy Getchell (2014). Research Methods in Kinesiology and the Health Sciences. 4 Lippincott Williams & Wilkins, a Wolters Kluwer business

5. Brent L. Arnold, Bruce Michael Gansneder, David H. Perrin (2005); Research methods in athletic training; F.A. Davis Co.



عنوان درس به فارسی:		فیزیولوژی دستگاه عصبی	
عنوان درس به انگلیسی:		Neurophysiology	
دروس پیش‌نیاز:	ندارد	پایه <input type="checkbox"/>	نظری <input checked="" type="checkbox"/>
دروس هم‌نیاز:	ندارد	تخصصی <input checked="" type="checkbox"/>	عملی <input type="checkbox"/>
تعداد واحد:	۲	اختیاری <input type="checkbox"/>	نظری-عملی <input type="checkbox"/>
تعداد ساعت:	۳۲	پایان‌نامه <input type="checkbox"/>	

نوع آموزش تکمیلی عملی (در صورت نیاز): سفر علمی آزمایشگاه سمینار کارگاه موارد دیگر:

هدف کلی: آشنایی با ساختار و عملکرد دستگاه عصبی مرکزی و محیطی با تاکید بر بخش حرکتی

اهداف ویژه:

- آشنایی با ویژگیها و مبنای عملکرد سلول عصبی
- آشنایی با ساختار و عملکرد بخش های مختلف دستگاه عصبی مرکزی و محیطی (حسی و حرکتی)
- آشنایی با بیماریهای عصبی و اختلالات عصبی ناشی از آسیب ورزشی

پ) مباحث یا سرفصل‌ها:

- سلول عصبی و سیناپس و مبنای الکتروفیزیولوژیک فعالیت آنها
- مروری بر ساختار(آناتومی) دستگاه عصبی محیطی و مرکزی
- سیستم حسی و مکانیسم پایه عمل آن (حس های پیکری، لامسه، درد، دهلیزی و ...)
- اعمال حرکتی نخاع و بازتابهای نخاعی
- معرفی ساختار و عملکرد و مراکز حرکتی هرمی (قشر حرکتی) و خارج هرمی هسته های قاعده ای، ساقه مغز
- معرفی ساختار و عملکرد مخچه و سیستم تعادل
- آشنایی با مهمترین بیماریهای دستگاه عصبی حرکتی
- آشنایی با مهمترین آسیبهای دستگاه عصبی در ورزش
- آشنایی با روش های مطالعه و مداخله در عملکرد دستگاه عصبی

ت) راهبردهای تدریس و یادگیری متناسب با محتوا و هدف:

روش یاد دهی عموماً توسط مدرس کلاس و نیز ارایه پروژه از طرف دانشجو صورت می گیرد.

ث) راهبردهای ارزشیابی (پیشنهادی):

فعالیت‌های کلاسی در طول نیم‌سال: ۴۰ درصد
آزمون پایان نیم‌سال: ۶۰ درصد

ج) ملزومات، تجهیزات و امکانات مورد نیاز برای ارائه:

سیستم رایانه‌ای متصل به اینترنت به همراه ویدیو پروژکتور

چ) فهرست منابع پیشنهادی:

۱. فیزیولوژی پزشکی گایتون، تالیف آرتورسی. گایتون و جان‌ای. هال. نشر طبیب تیمورزاده (۱۳۹۹).
۲. یادداشتهای علوم اعصاب؛ ترجمه داود معظمی؛ انتشارات سمت (۱۳۸۷).

3. Kandel ER, Schwartz JH, Jessell TM, Siegelbaum S, Hudspeth AJ, Mack S, editors. Principles of neural science. New York: McGraw-hill; 2000 Jan.



عنوان درس به فارسی:		حرکت‌شناسی کاربردی	
عنوان درس به انگلیسی:		Applied Kinesiology	
نوع درس و واحد			
نظری <input checked="" type="checkbox"/> پایه <input type="checkbox"/>		ندارد	دروس پیش‌نیاز:
عملی <input type="checkbox"/> تخصصی <input checked="" type="checkbox"/>		ندارد	دروس هم‌نیاز:
نظری-عملی <input type="checkbox"/> اختیاری <input type="checkbox"/>			تعداد واحد: ۲
پایان‌نامه <input type="checkbox"/>			تعداد ساعت: ۳۲

نوع آموزش تکمیلی عملی (در صورت نیاز): سفر علمی آزمایشگاه سمینار کارگاه موارد دیگر:

هدف کلی: آشنایی با مطالعه و تحلیل عملکرد طبیعی و غیر طبیعی عضلات، مفاصل و استخوان‌ها در فعالیت‌های حرکتی روزانه به صورت کاربردی

اهداف ویژه:

- آشنایی با تحلیل عملکرد طبیعی عضلات، مفاصل و استخوان‌ها در فعالیت‌های حرکتی روزانه
- آشنایی با تحلیل عملکرد غیرطبیعی عضلات، مفاصل و استخوان‌ها به دنبال ابتلا به ناهنجاری‌ها و اختلالات اسکلتی-عضلانی
- آشنایی با تحلیل عملکرد عضلات، مفاصل و استخوان‌ها در حین اجرای تمرینات اصلاحی ویژه ناهنجاری‌های مختلف وضعیتی

پ) مباحث یا سرفصل‌ها:

- تحلیل عملکرد طبیعی عضلات، مفاصل و استخوان‌ها در فعالیت‌های حرکتی روزانه
 - o آشنایی با مفاهیم بنیادی حرکت‌شناسی کاربردی
 - o تجزیه و تحلیل بیومکانیکی استخوان، عضلات، غضروف، تاندون و لیگامانت
 - o تحلیل عملکرد عضلات و مفاصل و استخوان‌ها در فعالیت‌های حرکتی روزانه
- تحلیل عملکرد غیرطبیعی عضلات، مفاصل و استخوان‌ها به دنبال ابتلا به ناهنجاری‌ها و اختلالات اسکلتی-عضلانی
 - o تحلیل عملکرد عضلات، مفاصل و استخوان‌ها به دنبال ناهنجاری‌ها و اختلالات اسکلتی
 - o بررسی عملکردی ساختارها، نیروهای وارده و پاتومکانیک مفاصل اندام فوقانی و اندام تحتانی
 - o تحلیل عملکرد غیرطبیعی عضلات، مفاصل و استخوان‌ها در ناهنجاری‌های وضعیتی ورزشکاران جهت پیشگیری از بروز ناهنجاری‌ها و آسیب‌های ورزشی
- تحلیل عملکرد عضلات و مفاصل و استخوان‌ها در حین اجرای تمرینات اصلاحی ویژه ناهنجاری‌های مختلف وضعیتی

ت) راهبردهای تدریس و یادگیری متناسب با محتوا و هدف:

روش یاد دهی عموماً توسط مدرس کلاس و در صورت نیاز ارایه پروژه از طرف دانشجو صورت می‌گیرد.

ث) راهبردهای ارزشیابی (پیشنهادی):

- فعالیت‌های کلاسی در طول نیم‌سال: ۴۰ درصد
- آزمون پایان نیم‌سال: ۶۰ درصد
- ج) ملزومات، تجهیزات و امکانات مورد نیاز برای ارائه:
- سیستم رایانه‌ای متصل به اینترنت به همراه ویدیو پروژکتور

چ) فهرست منابع پیشنهادی:

1. James Watkins (2009); Structure and Function of the Musculoskeletal System; 2nd Edition; Human kinetics.
2. Carol A. Oatis (2009); Kinesiology: The Mechanics and Pathomechanics of Human Movement; 2nd Edition; Lippincott Williams & Wilkins.
3. Donald A. Neumann (2010); Kinesiology of the Musculoskeletal System; 2nd Edition; Mosby.
4. Lippert, L.S. and M.A.D. Minor, Clinical Kinesiology and Anatomy. 2011: FA Davis.
5. Hougum, P.A. and D.B. Bertoti, Brunnstrom's clinical kinesiology. 2011: FA Davis.



عنوان درس به فارسی:		تمرینات اصلاحی پیشرفته	
عنوان درس به انگلیسی:		Advanced Corrective Exercises	
دروس پیش‌نیاز:		پایه <input type="checkbox"/>	نظری <input checked="" type="checkbox"/>
دروس هم‌نیاز:		تخصصی <input checked="" type="checkbox"/>	عملی <input type="checkbox"/>
تعداد واحد:	۲	اختیاری <input type="checkbox"/>	نظری-عملی <input type="checkbox"/>
تعداد ساعت:	۳۲	پایان‌نامه <input type="checkbox"/>	

نوع آموزش تکمیلی عملی (در صورت نیاز): سفر علمی آزمایشگاه سمینار کارگاه موارد دیگر:

هدف کلی: آشنایی با انواع ناهنجاریها و اختلالات اسکلتی عضلانی و توانایی ارزیابی دقیق و طراحی تمرینات اصلاحی متناسب

اهداف ویژه:

- آشنایی با انواع ناهنجاریها و اختلالات اسکلتی عضلانی، نشانه‌ها، علل و منبع بروز آنها در افراد مختلف
- آشنایی با ارزیابی‌های دقیق جهت تشخیص منبع، علت و نشانه‌های ناشی از ناهنجاریها و اختلالات اسکلتی عضلانی
- آشنایی با تمرینات اصلاحی برای ناهنجاریها و اختلالات اسکلتی عضلانی به صورت انفرادی و ویژه هر فرد براساس نتایج حاصل از فرآیند کامل ارزیابی

(پ) مباحث یا سرفصل‌ها:

- انواع ناهنجاریها و اختلالات اسکلتی عضلانی، نشانه‌ها، علل و منبع بروز آنها در نواحی مختلف بدن
- توانایی ارزیابی‌های دقیق جهت تشخیص منبع، علت و نشانه‌های ناشی از ناهنجاریها و اختلالات اسکلتی عضلانی
 - o استفاده از تکنیک‌ها و روش‌های مختلف در ارزیابی دقیق افراد دارای ناهنجاریهای ترکیبی به منظور تشخیص منبع، علت و نشانه‌های ناشی از ناهنجاریها و اختلالات اسکلتی عضلانی.
 - o ارتباط تغییرات مشاهده شده وضعیتی با بروز برخی اختلالات اسکلتی عضلانی مانند درد، التهاب و ...
 - o توانایی تشخیص اثرات جانبی و تغییرات جبرانی به دنبال بروز ناهنجاریها و اختلالات اسکلتی عضلانی
 - o توانایی تشخیص ناهنجاریهای اولیه و ثانویه
- توانایی طراحی تمرینات اصلاحی به صورت انفرادی و ویژه هر فرد مراجعه کننده براساس نتایج حاصل از فرآیند کامل ارزیابی
 - o تمرینات عمومی جهت اصلاح ناهنجاریها و اختلالات اسکلتی عضلانی
 - o تمرینات ویژه و خاص جهت اصلاح ناهنجاریها و اختلالات اسکلتی عضلانی
 - o توانایی استفاده از انواع و روش‌های مختلف تمرینات اصلاحی به صورت انفرادی و ویژه براساس نتایج حاصل از فرآیند کامل ارزیابی

(ت) راهبردهای تدریس و یادگیری متناسب با محتوا و هدف:

عموما بصورت مشترک توسط مدرس کلاس و ارایه پروژه از طرف دانشجو صورت می‌گیرد.

(ث) راهبردهای ارزشیابی (پیشنهادی): فعالیت‌های کلاسی در طول نیم‌سال: ۵۰ درصد آزمون پایان نیم‌سال:

(ج) ملزومات، تجهیزات و امکانات مورد نیاز برای ارائه: سیستم رایانه‌ای متصل به اینترنت به همراه ویدیو پروژکتور

(چ) فهرست منابع پیشنهادی:

1. Johnson J. Postural assessment. Human Kinetics; 2011 Dec 8.
2. Sahrman S. Movement system impairment syndromes of the extremities, cervical and thoracic spines: Elsevier Health Sciences; 2010.
3. Page P, Frank C, Lardner R. Assessment and treatment of muscle imbalance: the Janda approach: Human kinetics; 2010.
4. Hodges PW, Cholewicki J, Van Dieën JH. Spinal control: the rehabilitation of back pain: state of the art and science: Elsevier Health Sciences; 2013.
5. Lederman E. Neuromuscular rehabilitation in manual and physical therapies: principles to practice: Elsevier Health Sciences; 2010.
6. Magee DJ, Manske RC. Orthopedic physical assessment-E-Book. Saunders; 2021 Jan 27.
7. Kisner C, Colby LA, Borstad J. Therapeutic exercise: foundations and techniques. Fa Davis; 2017 Oct 18.



عنوان درس به فارسی:		کینزیوپاتولوژی دستگاه عصبی عضلانی	
عنوان درس به انگلیسی:		Kinesiotherapy of Musculoskeletal System	
نوع درس و واحد		حرکت‌شناسی کاربردی	
نظری <input checked="" type="checkbox"/> / پایه <input type="checkbox"/>	تخصصی <input checked="" type="checkbox"/> / عملی <input type="checkbox"/>		
نظری-عملی <input type="checkbox"/> / اختیاری <input type="checkbox"/>	پایان‌نامه <input type="checkbox"/>	۲	تعداد واحد:
		۳۲	تعداد ساعت:

نوع آموزش تکمیلی عملی (در صورت نیاز): سفر علمی آزمایشگاه سمینار کارگاه موارد دیگر:

هدف کلی: آشنایی با مفاهیم پایه در کینزیوپاتولوژی، سندروم‌های نقص حرکتی و انواع آن، آشنایی با مفهوم ایمبالانس عضلانی و واکنش‌های زنجیره‌ای، آشنایی با مفهوم کنترل حرکتی و ثبات در ستون فقرات

اهداف ویژه:

- آشنایی با مفاهیم پایه در کینزیوپاتولوژی
- آشنایی با مفهوم و انواع سندروم‌های نقص حرکتی در بخش‌های مختلف بدن
- آشنایی با مفاهیم پایه در ایمبالانس عضلانی
- آشنایی با واکنش‌های زنجیره‌ای در بدن و ارزیابی و اصلاح ایمبالانس عضلانی
- آشنایی با مفهوم کنترل حرکتی و ثبات در ستون فقرات

پ) مباحث یا سرفصل‌ها:

- تعریف مدل‌های کینزیولوژیک و کینزیوپاتولوژیک و پاتوکینزیولوژیک در آسیب‌های عصبی-عضلانی-اسکلتی
- تعاریف، اصول و مفاهیم پایه در سندروم‌های نقص حرکتی
- سندروم‌های نقص حرکتی در ستون فقرات و لگن
- سندروم‌های نقص حرکتی اندام فوقانی
- سندروم‌های نقص حرکتی اندام تحتانی
- مفاهیم پایه در ایمبالانس عضلانی
- ارزیابی و اصلاح ایمبالانس عضلانی
- واکنش‌های زنجیره‌ای در بدن
- مفهوم کنترل حرکتی و ثبات در ستون فقرات
- کدهای تطبیقی در بازتوانی عصبی-عضلانی

ت) راهبردهای تدریس و یادگیری متناسب با محتوا و هدف:

روش یاد دهی عموماً توسط مدرس کلاس و نیز ارائه پروژه از طرف دانشجو صورت می‌گیرد.

ث) راهبردهای ارزشیابی (پیشنهادی):

فعالیت‌های کلاسی در طول نیم‌سال: ۴۰ درصد / آزمون پایان نیم‌سال: ۶۰ درصد

ج) ملزومات، تجهیزات و امکانات مورد نیاز برای ارائه:

سیستم رایانه‌ای متصل به اینترنت به همراه ویدیو پروژکتور

چ) فهرست منابع پیشنهادی:

1. Sahrmann, S (2001). Diagnosis and Treatment of Movement Impairment Syndromes. Mosby
2. Sahrmann, S. (2010). Movement system impairment syndromes of the extremities, cervical and thoracic spines-e-book. Elsevier Health Sciences.
3. Lederman, E. (2005). The science & practice of manual therapy. Elsevier Health Sciences.
4. Frank, C., Page, P., & Lardner, R. (2009). Assessment and treatment of muscle imbalance: the Janda approach. Human kinetics.
5. Hodges, P. W., Cholewicki, J., & Van Dieën, J. H. (Eds.). (2013). Spinal control: The rehabilitation of back pain e-book: State of the art and science.



عنوان درس به فارسی:		آزمایشگاه تمرینات اصلاحی	
عنوان درس به انگلیسی:	Corrective Exercises Laboratory	نوع درس و واحد	
دروس پیش‌نیاز:	تمرینات اصلاحی پیشرفته - فیزیولوژی دستگاه عصبی - حرکت‌شناسی کاربردی	<input type="checkbox"/> پایه	<input type="checkbox"/> نظری
دروس هم‌نیاز:		<input checked="" type="checkbox"/> تخصصی	<input type="checkbox"/> عملی
تعداد واحد:	۲	<input type="checkbox"/> اختیاری	<input checked="" type="checkbox"/> نظری-عملی
تعداد ساعت:	۴۸	<input type="checkbox"/> پایان‌نامه	

نوع آموزش تکمیلی عملی (در صورت نیاز): سفر علمی آزمایشگاه سمینار کارگاه موارد دیگر:

هدف کلی: آشنایی و ایجاد زمینه لازم تئوری و عملی برای مشارکت دانشجویان در مطالعه، شناسایی، بررسی و به کار گیری وسایل، تستها و روش های اندازه گیری در تحقیقات حیطه تخصصی تمرینات اصلاحی

اهداف ویژه:

- آشنایی با وسایل اندازه گیری معمول در حیطه تمرینات اصلاحی
- آشنایی با تست‌های اندازه گیری معمول در حیطه تمرینات اصلاحی
- ملاحظات کلی در ارتباط با انتخاب تستها و اندازه‌گیری‌ها و ویژگی محیط آزمایشگاه
- آشنایی با ملاحظات اخلاقی در اندازه‌گیری‌ها و ارزیابی‌های پوسچرال
- آشنایی با عوامل تهدید کننده روایی و پایایی اندازه‌گیری‌های وضعیت بدنی
- آشنایی با ویژگی‌های مناسب ابزار و آزمون اندازه گیری مناسب
- آشنایی با مفاهیم و اصول ارزیابی جامع مربوط به تمرینات اصلاحی

ب) مباحث یا سرفصل‌ها:

- وسایل و روش‌های اندازه‌گیری ناهنجاری‌های نواحی مختلف بدن
- روش‌های اندازه‌گیری تعادل ایستا و پویا با تست‌های میدانی و دستگاه‌های پیشرفته (فوت اسکن، فورث پلنت، بایودکس)
- روش‌ها و وسایل اندازه‌گیری قدرت (دینامومترهای دستی، ایزوکینتیک، بایودکس)
- نحوه اندازه‌گیری میزان و زمانبندی فعالیت الکتریکی عضلات با دستگاه الکترومیوگرافی سطحی
- وسایل و روش‌های اندازه‌گیری دامنه حرکتی (گونیا متر و الکتروگونیا متر)
- وسایل و روش‌های دو بعدی و سه بعدی اندازه‌گیری و آنالیز راه رفتن
- آزمونهای غربالگری وضعیت بدنی داینامیک و آزمونهای حرکتی (FMS)
- روش فتوگرامتری در اندازه‌گیری ناهنجاری‌های اسکلتی عضلانی

ت) راهبردهای تدریس و یادگیری متناسب با محتوا و هدف:

روش یاد دهی عموماً توسط مدرس کلاس و نیز ارایه پروژه از طرف دانشجو صورت می‌گیرد.

ث) راهبردهای ارزشیابی (پیشنهادی):

فعالیت‌های کلاسی در طول نیم‌سال: ۴۰ درصد آزمون پایان نیم‌سال: ۶۰ درصد

ج) ملزومات، تجهیزات و امکانات مورد نیاز برای ارائه: سیستم رایانه‌ای متصل به اینترنت به همراه ویدیو پروژکتور

چ) فهرست منابع پیشنهادی:

۱. رجبی، رضا و صمدی، هادی (۱۳۹۸): راهنمای آزمایشگاه حرکات اصلاحی، چاپ سوم، دانشگاه تهران، تهران

2. Nicpon, Elaine. 2021, Human Anatomy & Physiology Laboratory Manual, Main Version, Valuepack Only. Prentice Hall Publication.

3. Watkins, J. (2017). Laboratory and field exercises in sport and exercise biomechanics. Routledge.

4. Magee DJ, Manske RC. Orthopedic physical assessment: Saunders; 2021.



عنوان درس به فارسی:		اصول برنامه‌ریزی تمرینات اصلاحی	
عنوان درس به انگلیسی:		Principles of Corrective Exercises Programming	
دروس پیش‌نیاز:	تمرینات اصلاحی پیشرفته - حرکت‌شناسی کاربردی	پایه <input type="checkbox"/>	نظری <input checked="" type="checkbox"/>
دروس هم‌نیاز:		تخصصی <input checked="" type="checkbox"/>	عملی <input type="checkbox"/>
تعداد واحد:	۲	اختیاری <input type="checkbox"/>	نظری-عملی <input type="checkbox"/>
تعداد ساعت:	۳۲	پایان‌نامه <input type="checkbox"/>	

نوع آموزش تکمیلی عملی (در صورت نیاز): سفر علمی آزمایشگاه سمینار کارگاه موارد دیگر:

هدف کلی: آشنایی با اصول و مبانی برنامه‌ریزی تمرینات اصلاحی برای پیشگیری و اصلاح ناهنجاریها و اختلالات اسکلتی-عضلانی

اهداف ویژه:

- آشنایی با انواع تمرینات و کاربرد آنها جهت استفاده در پروتکل‌های اصلاحی
- آشنایی با اصول پایه و کلی در طراحی تمرینات اصلاحی
- آشنایی با مراحل مختلف تمرینات در پروتکل‌های اصلاحی

پ) مباحث یا سرفصل‌ها:

- انواع تمرینات و کاربرد آنها جهت استفاده در پروتکل‌های اصلاحی
 - o ماهیت و انواع تمرینات کششی و مقاومتی و کاربرد آنها در پیشگیری و اصلاح ناهنجاریها و اختلالات اسکلتی-عضلانی
 - o ماهیت و انواع تمرینات سنسوری موتور و کاربرد آنها در پیشگیری و اصلاح ناهنجاریها و اختلالات اسکلتی-عضلانی
 - o ماهیت و انواع تمرینات فانکشنال و کاربرد آنها در پیشگیری و اصلاح ناهنجاریها و اختلالات اسکلتی-عضلانی
 - o ماهیت و انواع تمرینات خاص (مانند پیلاتس، یوگا، تی آر ایکس، بازیهای اصلاحی و ...)
 - o تمرینات در محیط‌های آبی و کاربرد آنها در پیشگیری و اصلاح ناهنجاریها و اختلالات اسکلتی-عضلانی
- اصول پایه و کلی در طراحی تمرینات
 - o اصل اضافه بار و اصل پیشرفت در طراحی تمرینات اصلاحی
 - o اصل اختصاصی بودن و اصل برگشت پذیری در طراحی تمرینات اصلاحی
 - o اصول کلی و کمیت‌های یک جلسه تمرین اصلاحی

- مراحل مختلف تمرینات در پروتکل‌های اصلاحی (فاز ابتدایی، فاز پیشرفت و فاز نگهداری) و ویژگیها و ملزومات هر مرحله

ت) راهبردهای تدریس و یادگیری متناسب با محتوا و هدف:

عموما بصورت مشترک توسط مدرس کلاس و ارایه پروژه از طرف دانشجو صورت می‌گیرد.

ث) راهبردهای ارزشیابی (پیشنهادی): فعالیت‌های کلاسی در طول نیم‌سال: ۴۰ درصد آزمون پایان نیم‌سال:

ج) ملزومات، تجهیزات و امکانات مورد نیاز برای ارائه:

سیستم رایانه‌ای متصل به اینترنت به همراه ویدیو پروژکتور

چ) فهرست منابع پیشنهادی:

1. Liebenson C. Rehabilitation of the spine: a practitioner's manual: Lippincott Williams & Wilkins; 2007.
2. Page P, Frank C, Lardner R. Assessment and treatment of muscle imbalance: the Janda approach: Human kinetics; 2010. (ترجمه این کتاب به زبان فارسی موجود است.)
3. Lederman E. Neuromuscular rehabilitation in manual and physical therapies: principles to practice: Elsevier Health Sciences; 2010. (ترجمه این کتاب به زبان فارسی موجود است.)
4. American College of Sports Medicine. ACSM's guidelines for exercise testing and prescription. Lippincott Williams & Wilkins; 2013 Mar 4.
5. Richardson C, Hodges P, Hides J. Therapeutic exercise for lumbopelvic stabilization. Edinburgh: Churchill Livingstone; 2004 May.
6. Kisner C, Colby LA, Borstad J. Therapeutic exercise: foundations and techniques. Fa Davis; 2017 Oct 18.
7. Price J. The BioMechanics Method for Corrective Exercise. Human Kinetics; 2018.



عنوان درس به فارسی:		ملاحظات ویژه و روش‌های نوین در تمرینات اصلاحی	
عنوان درس به انگلیسی:		New Methods and Special Considerations in Corrective Exercises	
نوع درس و واحد			
نظری <input checked="" type="checkbox"/>	پایه <input type="checkbox"/>	تمرینات اصلاحی پیشرفته - حرکت‌شناسی کاربردی	
عملی <input type="checkbox"/>	تخصصی <input checked="" type="checkbox"/>		
نظری-عملی <input type="checkbox"/>	اختیاری <input type="checkbox"/>	۲	تعداد واحد:
پایان نامه <input type="checkbox"/>		۳۲	تعداد ساعت:

نوع آموزش تکمیلی عملی (در صورت نیاز): سفر علمی آزمایشگاه سمینار کارگاه موارد دیگر:

هدف کلی: ملاحظات ویژه و انواع رویکردها و روش‌های نوین در پیشگیری و اصلاح ناهنجاریهای وضعیتی افراد در شرایط، سنین و جنسیت مختلف

اهداف ویژه:

- ملاحظات رشدی و سنی در ارزیابی و طراحی تمرینات اصلاحی برای کودکان، نوجوانان، بزرگسالان و افراد مسن
- ملاحظات کلینیکی در ارزیابی و طراحی تمرینات اصلاحی برای افراد دارای معلولیت، بیماریهای متابولیکی یا بیماریهای خاص
- ملاحظات فرهنگی در ارزیابی و طراحی تمرینات اصلاحی برای بانوان
- ملاحظات اخلاقی و روانشناختی در اجرای فعالیتهای پژوهشی در حیطه تمرینات اصلاحی
- آشنایی با رویکردها و روش‌های نوین در پیشگیری و اصلاح ناهنجاریهای وضعیتی و اختلالات اسکلتی-عضلانی

(پ) مباحث یا سرفصل‌ها:

- ملاحظات رشدی و سنی در ارزیابی و طراحی تمرینات اصلاحی برای کودکان، نوجوانان، بزرگسالان و افراد مسن
 - o تغییرات وضعیتی فیزیولوژیکال در دوران رشد کودکان و نوجوانان
 - o نورم‌های آنتروپومتریک و وضعیتی استاندارد مرتبط با کودکان و نوجوانان
 - o روش‌های نوین جهت جایگزینی با تمرینات اصلاحی رایج برای کودکان و نوجوانان (شامل بازیهای اصلاحی، ژیمناستیک اصلاحی، تمرینات در خانه، بازی/حرکت درمانی، موزیک اصلاحی و ...)
 - o تغییرات فیزیولوژیک و ظرفیتهای جسمانی افراد مسن
 - o تغییرات فیزیولوژیک و ظرفیتهای جسمانی ویژه افراد مسن در طراحی تمرینات اصلاحی
- ملاحظات فرهنگی در ارزیابی و طراحی تمرینات اصلاحی برای بانوان
 - o نیازهای جنسیتی مطابق با شرایط فرهنگی و مذهبی کشورمان در اندازه‌گیری، ارزیابی و طراحی تمرینات اصلاحی
- ملاحظات اخلاقی و روانشناختی در اجرای فعالیتهای پژوهشی در حیطه تمرینات اصلاحی
 - o ملاحظات اخلاقی موردنیاز (از جمله دریافت کد اخلاق) برای اجرای فعالیتهای پژوهشی انسانی
 - o ملاحظات روانشناختی حاصل از ناهنجاری‌ها در اصلاح آن.
- روش‌های مختلف پیشگیری و اصلاح ناهنجاریهای وضعیتی و اختلالات اسکلتی-عضلانی
 - o استفاده از روش‌های نوین در آگاهی بخشی به کودکان و نوجوانان جهت پیشگیری از ابتلا به ناهنجاریهای وضعیتی
 - o استفاده از روش‌های نوین در آگاهی بخشی به افراد سالمند جهت پیشگیری از تشدید ناهنجاریهای وضعیتی و اختلالات اسکلتی-عضلانی و بهبود کیفیت زندگی
 - o رویکردها و متدهای تمرینی نوین در اصلاح ناهنجاریهای وضعیتی در نواحی مختلف بدن

(ت) راهبردهای تدریس و یادگیری متناسب با محتوا و هدف:

روش یاد دهی عموماً بصورت مشترک توسط مدرس کلاس و ارایه پروژه از طرف دانشجو صورت می‌گیرد.

(ث) راهبردهای ارزشیابی (پیشنهادی):

فعالیت‌های کلاسی در طول نیم‌سال: ۴۰ درصد آزمون پایان نیم‌سال: ۶۰ درصد

(ج) ملزومات، تجهیزات و امکانات مورد نیاز برای ارائه:

سیستم رایانه‌ای متصل به اینترنت به همراه ویدیو پروژکتور

(چ) فهرست منابع پیشنهادی:



1. Kendall HO, Kendall FP, Boynton DA. Posture and pain: Robert E. Krieger Pub. Co. Inc; New York; 1952.
(ترجمه این کتاب به زبان فارسی موجود است)
 2. Sahrman S. Movement system impairment syndromes of the extremities, cervical and thoracic spines: Elsevier Health Sciences; 2010.
 3. Clark M, Lucett S. NASM essentials of corrective exercise training: Lippincott Williams & Wilkins; 2010.
(ترجمه این کتاب به زبان فارسی موجود است)
 4. Page P, Frank C, Lardner R. Assessment and treatment of muscle imbalance: the Janda approach: Human kinetics; 2010.
(ترجمه این کتاب به زبان فارسی موجود است)
 5. Lederman E. Neuromuscular rehabilitation in manual and physical therapies: principles to practice: Elsevier Health Sciences; 2010.
(ترجمه این کتاب به زبان فارسی موجود است)
 6. Chodzko-Zajko W, American College of Sports Medicine. ACSM's exercise for older adults. Lippincott Williams & Wilkins; 2013.
 7. American College of Sports Medicine. ACSM's guidelines for exercise testing and prescription. Lippincott Williams & Wilkins; 2013 Mar 4.
۸. بازیهای پیشگانه- اصلاحی برای ناهنجاریهای اسکلتی عضلانی در کودکان. رجبی و همکاران. ۱۳۹۹ دانشگاه تهران



عنوان درس به فارسی:		حرکت درمانی	
عنوان درس به انگلیسی:		Therapeutic Exercises	
نوع درس و واحد			
نظری <input checked="" type="checkbox"/>	پایه <input type="checkbox"/>	تمرینات اصلاحی پیشرفته - حرکت‌شناسی کاربردی- اصول برنامه‌ریزی تمرینات اصلاحی	
عملی <input type="checkbox"/>	تخصصی <input type="checkbox"/>	دروس هم‌نیاز:	
نظری-عملی <input type="checkbox"/>	اختیاری <input checked="" type="checkbox"/>	۲	تعداد واحد:
پایان‌نامه <input type="checkbox"/>		۴۰	تعداد ساعت:

نوع آموزش تکمیلی عملی (در صورت نیاز): سفر علمی آزمایشگاه سمینار کارگاه موارد دیگر:

هدف کلی: آشنایی با مبانی و اصول طراحی تمرینات درمانی و کاربرد آن در حیطه تمرینات اصلاحی و اختلالات اسکلتی عضلانی

اهداف ویژه:

- آشنایی با تاریخچه، مقدمات و اصول حرکت درمانی
- آشنایی با اصول طراحی حرکات درمانی برای اختلالات ورزشی و اسکلتی عضلانی
- آشنایی با اصول ارزیابی و بازگشت به فعالیت بدنی و ورزش

پ) مباحث یا سرفصل‌ها:

- اصول طراحی انواع تمرینات درمانی
 - o اصول کلی تجویز حرکات درمانی
 - o اصول طراحی حرکات تقویتی، حرکات استقامتی، حرکات کششی، حرکات تعادلی و حس عمقی
 - o اصول طراحی حرکات به منظور یکپارچه سازی
- اصول طراحی حرکات درمانی برای اختلالات ورزشی
 - o اصول طراحی حرکات درمانی در اختلالات شایع اندام فوقانی، اندام تحتانی و ستون فقرات
 - اصول ارزیابی و بازگشت به ورزش
 - o ابزارها و آزمون‌های بازگشت به ورزش
 - o روش‌های نوین ارزیابی و استفاده از تکنولوژی‌های نوین در طراحی و تجویز حرکات درمانی

ت) راهبردهای تدریس و یادگیری متناسب با محتوا و هدف:

روش یاد دهی عموماً بصورت مشترک توسط مدرس کلاس و در صورت نیاز ارایه پروژه از طرف دانشجو صورت می‌گیرد.

ث) راهبردهای ارزشیابی (پیشنهادی):

فعالیت‌های کلاسی در طول نیم‌سال: ۴۰ درصد
آزمون پایان نیم‌سال: ۶۰ درصد

ج) ملزومات، تجهیزات و امکانات مورد نیاز برای ارائه:

سیستم رایانه‌ای متصل به اینترنت به همراه ویدیو پروژکتور

چ) فهرست منابع پیشنهادی:

1. Kisner C, Colby LA, Borstad J. Therapeutic exercise: foundations and techniques. Fa Davis; 2017 Oct 18.
2. Prentice WE. Rehabilitation techniques for sports medicine and athletic training. 2004.
3. Gibson AL, Wagner D, Heyward V. Advanced Fitness Assessment and Exercise Prescription, 8E. Human kinetics; 2018 Sep 27.



عنوان درس به فارسی:		سمینار در تمرینات اصلاحی	
عنوان درس به انگلیسی:	Seminar in Corrective Exercises	نوع درس و واحد	
دروس پیش‌نیاز:	روش تحقیق و آمار در علوم ورزشی	پایه <input type="checkbox"/>	نظری <input checked="" type="checkbox"/>
دروس هم‌نیاز:		تخصصی <input checked="" type="checkbox"/>	عملی <input type="checkbox"/>
تعداد واحد:	۲	اختیاری <input type="checkbox"/>	نظری-عملی <input type="checkbox"/>
تعداد ساعت:	۳۲	پایان‌نامه <input type="checkbox"/>	

نوع آموزش تکمیلی عملی (در صورت نیاز): سفر علمی آزمایشگاه سمینار کارگاه موارد دیگر:

هدف کلی: آشنایی با مطالب معاصر و مهم در زمینه ورزش و تمرینات اصلاحی و جهت دهی به مطالعه و جمع آوری اطلاعات اولیه در خصوص یکی از مطالب مورد نظر تا حد نگارش پروپوزال پایان نامه کارشناسی ارشد

اهداف ویژه:

- آشنایی با تازه‌های گرایش تمرینات اصلاحی وابسته به موضوع پایان نامه احتمالی
- آشنایی با شیوه نقد مقالات مرتبط با حوزه تخصصی
- آشنایی با شیوه نوشتن پروپوزال و مقالات علمی در حوزه تخصصی مرتبط
- آشنایی با چگونگی ارائه پروژه‌های کلاسی، کنفرانس‌های علمی و جلسه دفاع پایان نامه

پ) مباحث یا سرفصل‌ها:

- تازه‌های گرایش تمرینات اصلاحی به همراه اطلاعات و ادبیات وابسته به موضوع پایان نامه
 - شناسایی، ارایه و بحث پیرامون تازه‌های علمی در حیطه تمرینات اصلاحی به منظور رسیدن به موضوع پایان نامه احتمالی
- شیوه نقد مقالات و گزارشات علمی منتشره در مجلات علمی معتبر
 - نقد شکلی و محتوایی مقالات علمی و پایان‌نامه‌های مربوط به تمرینات اصلاحی
- شیوه نوشتن پروپوزال و مقالات علمی
 - روش‌های نگارش پروپوزال
 - روش نگارش مقالات علمی و پیش‌نیازهای مربوط به مراحل ارسال مقاله به مجلات معتبر بین‌المللی
 - آشنایی با شیوه‌های منبع‌نویسی مختلف متناسب با دستورالعمل مجلات بین‌المللی
 - اصول اخلاقی نگارش پایان‌نامه و مقاله و نحوه دریافت کد اخلاق ثبت پروپوزال
 - دستورالعمل‌های بین‌المللی برای نگارش مقاله‌های علمی (مانند STROBE, CONSORT, PRISMA و ...)
- چگونگی ارائه پروژه‌های کلاسی، کنفرانس‌های علمی و جلسه دفاع پایان نامه
 - شیوه‌های علمی و استاندارد تنظیم، تهیه و ارائه مناسب در سطوح ملی و بین‌المللی
 - متدهای نوین ارایه‌های علمی (مانند استفاده از پرزنت‌های آنلاین و ...)

ت) راهبردهای تدریس و یادگیری متناسب با محتوا و هدف:

روش یاد دهی عموماً بصورت مشترک توسط مدرس کلاس و ارایه پروژه از طرف دانشجو صورت می‌گیرد.

ث) راهبردهای ارزشیابی (پیشنهادی):

فعالیت‌های کلاسی در طول نیم‌سال: ۴۰ درصد
آزمون پایان نیم‌سال: ۶۰ درصد

ج) ملزومات، تجهیزات و امکانات مورد نیاز برای ارائه: سیستم رایانه‌ای متصل به اینترنت به همراه ویدیو پروژکتور

چ) فهرست منابع پیشنهادی:

۱. مقالات علمی - پژوهشی جدید در موضوعات مربوط به رشته

1. Hall, S. J. H., & Getchell, N. (2014). Research methods in kinesiology and the health sciences: Wolters Kluwer Health.

2. Susan J. Hall, FACSM, Nancy Getchell (2014). Research Methods in Kinesiology and the Health Sciences. 4 Lippincott Williams & Wilkins, a Wolters Kluwer business



عنوان درس به فارسی:		سیر پیشرفت در تمرینات اصلاحی: گذشته، حال و آینده	
عنوان درس به انگلیسی:		Trends in Corrective Exercises: Past, Present and Future	
دروس پیش‌نیاز:	تمرینات اصلاحی پیشرفته	پایه <input type="checkbox"/>	نظری <input checked="" type="checkbox"/>
دروس هم‌نیاز:		تخصصی <input type="checkbox"/>	عملی <input type="checkbox"/>
تعداد واحد:	۲	اختیاری <input checked="" type="checkbox"/>	نظری-عملی <input type="checkbox"/>
تعداد ساعت:	۳۲	پایان‌نامه <input type="checkbox"/>	

نوع آموزش تکمیلی عملی (در صورت نیاز): سفر علمی آزمایشگاه سمینار کارگاه موارد دیگر:

هدف کلی: آشنایی با مفاهیم، تاریخچه و سیر تکاملی گرایش تمرینات اصلاحی از گذشته تا کنون و چشم‌انداز آن در آینده

اهداف ویژه:

- آشنایی با مفاهیم و معانی تمرینات اصلاحی
- آشنایی با تاریخچه، خاستگاه تمرینات اصلاحی
- آشنایی با سیر پیشرفت تمرینات اصلاحی جهت پیشگیری و اصلاح ناهنجاریهای وضعیتی و بهبود اختلالات اسکلتی-عضلانی
- آشنایی با مطالعات نوین در زمینه‌های اندازه‌گیری و ارزیابی، پیشگیری و اصلاح ناهنجاریها و اختلالات اسکلتی عضلانی

پ) مباحث یا سرفصل‌ها:

- مفاهیم و معانی تمرینات اصلاحی، تاریخچه و سیر پیشرفت مداخلات تمرینی جهت پیشگیری و اصلاح ناهنجاریهای وضعیتی و بهبود اختلالات اسکلتی-عضلانی
- پیشگامان حوزه تمرینات اصلاحی (از گذشته تا حال) و دیدگاه‌های آنها در پیشگیری و بهبود ناهنجاریهای وضعیتی و اختلالات اسکلتی-عضلانی
- مسائل معاصر در حیطه اصلاحی شامل:
 - مطالعات معاصر در اندازه‌گیری، برنامه‌های اصلاح و پیشگیری از ناهنجاریهای وضعیتی در نواحی مختلف بدن
 - مسائل مرتبط با آینده گرایش (فرصت‌ها و تهدیدها).
 - تحدیدهای پیش رو برای رشته تمرینات اصلاحی
 - فرصت‌های پیش رو برای رشته تمرینات اصلاحی بعنوان گرایشی بین رشته‌ای

ت) راهبردهای تدریس و یادگیری متناسب با محتوا و هدف:

روش یاد دهی عموماً بصورت مشترک توسط مدرس کلاس و در صورت نیاز ارایه پروژه از طرف دانشجو صورت می‌گیرد.

ث) راهبردهای ارزشیابی (پیشنهادی):

فعالیت‌های کلاسی در طول نیم‌سال: ۴۰ درصد
آزمون پایان نیم‌سال: ۶۰ درصد

ج) ملزومات، تجهیزات و امکانات مورد نیاز برای ارائه:

سیستم رایانه‌ای متصل به اینترنت به همراه ویدیو پروژکتور

چ) فهرست منابع پیشنهادی:

- منابع و اطلاعات موجود در سایت دانشکده‌ها و دپارتمان‌های تربیت بدنی کشورهای حوزه بالکان و اروپای شرقی.
- منابع و متون مرتبط با تاریخچه تمرینات اصلاحی (داخلی و خارجی)
- منابع و مقالات موجود در مجلات معتبر بین المللی در حوزه‌های مرتبط با تمرینات اصلاحی از جمله درمانگری ورزشی، توانبخشی، فیزیوتراپی، طب ورزشی، بیومکانیک ورزشی و ...



عنوان درس به فارسی: ناهنجاری‌های محیط کار و مداخلات اصلاحی	
عنوان درس به انگلیسی: Work-related Musculoskeletal Disorders and Corrective Interventions	نوع درس و واحد
دروس پیش‌نیاز: تمرینات اصلاحی پیشرفته - حرکت‌شناسی کاربردی	پایه <input type="checkbox"/> نظری <input type="checkbox"/>
دروس هم‌نیاز:	تخصصی <input checked="" type="checkbox"/> عملی <input type="checkbox"/>
تعداد واحد: ۲	اختیاری <input type="checkbox"/> نظری-عملی <input checked="" type="checkbox"/>
تعداد ساعت: ۴۸	پایان‌نامه <input type="checkbox"/>

نوع آموزش تکمیلی عملی (در صورت نیاز): سفر علمی آزمایشگاه سمینار کارگاه موارد دیگر:

هدف کلی: آشنایی با ناهنجاری‌ها و اختلالات اسکلتی - عضلانی در محیط‌های کاری و استفاده از مداخلات اصلاحی برای مدیریت و اصلاح شرایط
اهداف ویژه:

- آشنایی با ارگونومی محیط کار
- آشنایی با ناهنجاری‌ها و اختلالات اسکلتی - عضلانی در محیط‌های کاری
- آشنایی با مداخلات اصلاحی لازم برای پیشگیری و بهبود ناهنجاری‌ها و اختلالات اسکلتی - عضلانی در محیط‌های کاری
- ارتباط استفاده از مداخلات اصلاحی برای بهبود ناهنجاری‌ها و اختلالات اسکلتی - عضلانی در ارتقای سطح فاکتورهای مرتبط با کار

ب) مباحث یا سرفصل‌ها:

- ارگونومی محیط کار
 - o اصول ارگونومی در مشاغل دفتری و مشاغل نیازمند به فعالیتهای فیزیکی
 - o استفاده از تکنولوژی‌های نوین در ارگونومی
- ناهنجاری‌ها و اختلالات اسکلتی - عضلانی در محیط‌های کاری
 - o ناهنجاری‌ها و اختلالات اسکلتی - عضلانی مرتبط با کار در نواحی مختلف بدن
 - o اختلالات شایع اسکلتی - عضلانی مرتبط با کار و عوامل روانشناختی - اجتماعی مرتبط با آن
- مداخلات لازم برای پیشگیری و بهبود ناهنجاری‌ها و اختلالات اسکلتی - عضلانی در محیط کار
 - o شناخت مداخلات لازم جهت پیشگیری از آسیب دیدگی در محیط‌های کاری
 - o شناخت مداخلات لازم جهت کنترل و بهبود اختلالات اسکلتی - عضلانی مرتبط با محیط کار
 - o برخی از روش‌های اندازه‌گیری اختلالات محیط کار (RULA, REBA)
- ارتباط استفاده از مداخلات اصلاحی برای بهبود ناهنجاری‌ها و اختلالات اسکلتی - عضلانی در ارتقای فاکتورهای مرتبط با کار
 - o بهبود ناهنجاری‌ها و اختلالات اسکلتی - عضلانی و ارتقای توانایی کار و راندمان کاری در افراد شاغل
 - o بهبود ناهنجاری‌ها و اختلالات اسکلتی - عضلانی و کاهش روزهای غیبت از کار متعاقب آن
 - o بهبود ناهنجاری‌ها و اختلالات اسکلتی - عضلانی و ارتقای وضعیت روانشناختی و اجتماعی افراد شاغل



ت) راهبردهای تدریس و یادگیری متناسب با محتوا و هدف: روش یاد دهی عموماً بصورت مشترک توسط مدرس کلاس و رایانه پروژکتور از طرف دانشجو صورت می‌گیرد.

ث) راهبردهای ارزشیابی (پیشنهادهای): فعالیت‌های کلاسی در طول نیم‌سال: ۴۰ درصد آزمون پایان نیم‌سال:

ج) ملزومات، تجهیزات و امکانات مورد نیاز برای ارائه: سیستم رایانه‌ای متصل به اینترنت به همراه ویدیو پروژکتور

چ) فهرست منابع پیشنهادی:

1. Alan Hedge. Ergonomic Workplace Design for Health, Wellness, And Productivity, CRC Press/Taylor & Francis Group, 2017.
2. Edited by: Richard Graveling. Ergonomics and Musculoskeletal Disorders (MSDs) in the Workplace A Forensic and Epidemiological Analysis, Taylor & Francis Group, 2019.
3. Edited by: Danuta Koradecka. Handbook of occupational safety and health. Taylor & Francis Group, 2010.
4. Kerr J, Cox T, Griffiths AJ, editors. Workplace health: Employee fitness and exercise. CRC Press; 1996 Oct 1.

عنوان درس به فارسی: کارورزی در تمرینات اصلاحی		عنوان درس به انگلیسی: Internship in Corrective Exercises	
نوع درس و واحد	پایه <input type="checkbox"/> نظری <input type="checkbox"/>	آزمایشگاه تمرینات اصلاحی اصول برنامه‌ریزی تمرینات اصلاحی	دروس پیش‌نیاز:
تخصصی <input type="checkbox"/> عملی <input type="checkbox"/>	اختیاری <input checked="" type="checkbox"/> نظری-عملی <input type="checkbox"/>		دروس هم‌نیاز:
کارورزی <input checked="" type="checkbox"/> پایان‌نامه <input type="checkbox"/>		۲	تعداد واحد:
		۱۲۸	تعداد ساعت:

نوع آموزش تکمیلی عملی (در صورت نیاز): سفر علمی ■ آزمایشگاه ■ سمینار ■ کارگاه ■ موارد دیگر: کار در یک مرکز مرتبط

هدف کلی: تجربه واقعی و عملی از مهارت‌های آموخته شده در طول دوران تحصیل بعنوان یک دانش آموخته تمرینات اصلاحی در مراکز تمرینات اصلاحی

اهداف ویژه:

- فراهم آوردن تجربه عملی برای دانشجویان در فهم، تشخیص، ارزیابی، پیشگیری و اصلاح ناهنجاریها و اختلالات اسکلتی عضلانی تحت نظارت یک متخصص تمرینات اصلاحی در مراکز یا کلینیک‌های مربوطه

پ) مباحث یا سرفصل‌ها:

- محیط‌های کلینیکی و مراکز تمرینات اصلاحی و تندرستی
- اجرای عملی فرآیندهای ارزیابی و اندازه‌گیری ناهنجاریها و اختلالات اسکلتی عضلانی مراجعین در مراکز تمرینات اصلاحی و تندرستی
- اجرای عملی فرآیندهای طراحی و تجویز تمرینات اصلاحی برای بهبود ناهنجاریها و اختلالات اسکلتی عضلانی مراجعین در مراکز تمرینات اصلاحی و تندرستی

ت) راهبردهای تدریس و یادگیری متناسب با محتوا و هدف: روش یاد دهی عموماً بصورت پروژه عملی توسط دانشجو و با مشارکت و تدریس مدرس در موارد خاص صورت می‌گیرد.

ث) راهبردهای ارزشیابی (پیشنهادی):

فعالیت‌های کلاسی در طول نیم‌سال: ۸۰ درصد
آزمون پایان نیم‌سال: ۲۰ درصد

ج) ملزومات، تجهیزات و امکانات مورد نیاز برای ارائه: سیستم رایانه‌ای متصل به اینترنت به همراه ویدیو پروژکتور

چ) فهرست منابع پیشنهادی:

۱. با توجه به ماهیت عملی این درس، متناسب با شرایط دانشجویان منابع مختلف پیشنهاد خواهد شد.



عنوان درس به فارسی: ماساژ ورزشی و اصلاحی		عنوان درس به انگلیسی: Sport and Corrective Massage	
نوع درس و واحد	پایه <input type="checkbox"/> نظری <input type="checkbox"/>	تمرینات اصلاحی پیشرفته - حرکت‌شناسی کاربردی	دروس پیش‌نیاز:
	تخصصی <input type="checkbox"/> عملی <input type="checkbox"/>		دروس هم‌نیاز:
	اختیاری <input checked="" type="checkbox"/> نظری-عملی <input checked="" type="checkbox"/>	۲	تعداد واحد:
	پایان‌نامه <input type="checkbox"/>	۴۸	تعداد ساعت:

نوع آموزش تکمیلی عملی (در صورت نیاز): سفر علمی آزمایشگاه سمینار کارگاه موارد دیگر:

هدف کلی: آشنایی با مفاهیم ماساژ و کاربرد آن در ورزش و اصلاح ناهنجاری‌ها

اهداف ویژه:

- آشنایی با مفاهیم کلی و اثرات ماساژ بر سیستم‌های مختلف بدن
 - آشنایی با تکنیک‌های عمومی و تخصصی ماساژ و کاربرد آن‌ها در اصلاح ناهنجاری‌ها و اختلالات اسکلتی عضلانی
- پ) مباحث یا سرفصل‌ها:**
- مفاهیم کلی و اثرات ماساژ بر سیستم‌های مختلف بدن
 - o تئوری و علم ماساژ
 - o مقدمات ماساژ ورزشی در اختلالات عضلات اسکلتی
 - o مقدمات ماساژ ارتوپدی در اختلالات عضلات اسکلتی
 - o تاثیرات فیزیولوژیکی و روانی ماساژ
 - o موارد منع استفاده و احتیاط‌های لازم در اجرای ماساژ و ملزومات ماساژ
 - روش‌ها و مهارت‌های پایه
 - o وضعیت قرار گیری دست و انگشتان
 - o تکنیک‌ها (روش‌های) پایه‌ای ماساژ شامل تکنیک‌های حرکت دادن فعال و غیر فعال مفاصل و تکنیک‌های کششی
 - تکنیک‌های تخصصی ماساژ برای درمان و اصلاح ناهنجاری‌ها
 - o ماساژ بافت عمقی، ماساژ کرانیال و ساکرال تراپی، ماساژ سوئدی، ماساژ ورزشی، ماساژ شیاتسو، رها سازی میوفاشیال، ماساژ تای
 - کاربرد تکنیک‌های ماساژ اصلاحی در ناهنجاری‌های اندام فوقانی، تنه و اندام تحتانی

ت) راهبردهای تدریس و یادگیری متناسب با محتوا و هدف:

روش یاد دهی عموماً بصورت مشترک توسط مدرس کلاس و ارایه پروژه از طرف دانشجو صورت می‌گیرد.

ث) راهبردهای ارزشیابی (پیشنهادی):

فعالیت‌های کلاسی در طول نیم‌سال: ۴۰ درصد آزمون پایان نیم‌سال: ۶۰ درصد

ج) ملزومات، تجهیزات و امکانات مورد نیاز برای ارائه:

سیستم رایانه‌ای متصل به اینترنت به همراه ویدیو پروژکتور

چ) فهرست منابع پیشنهادی:

۱. پاتریشیا بنجامین ؛ لمپ اسکات (مترجم فریبرز هوانلو ؛ حمید طباطبایی) ماساژ ورزشی (۱۳۹۲) ؛ انتشارات بامداد کتاب

2. Lowe WW. Orthopedic Massage E-Book: Theory and Technique. Elsevier Health Sciences; 2009 Apr 8.
3. Hendrickson T. Massage and manual therapy for orthopedic conditions. Jones & Bartlett Publishers; 2020 Jun 5.
4. Johnson J. Deep tissue massage. Human Kinetics 1; 2011.
5. Beck MF. Theory and practice of therapeutic massage. Cengage Learning; 2012 Dec 13.



عنوان درس به فارسی: نورومکانیک تمرینات اصلاحی		عنوان درس به انگلیسی: Corrective Exercises Neuromechanics	
نوع درس و واحد	پایه <input type="checkbox"/> نظری <input checked="" type="checkbox"/>	تمرینات اصلاحی پیشرفته - حرکت‌شناسی کاربردی	دروس پیش‌نیاز:
	تخصصی <input type="checkbox"/> عملی <input type="checkbox"/>	کینزیوپاتولوژی دستگاه عصبی عضلانی	دروس هم‌نیاز:
	اختیاری <input checked="" type="checkbox"/> نظری-عملی <input type="checkbox"/>		تعداد واحد: ۲
	پایان‌نامه <input type="checkbox"/>		تعداد ساعت: ۳۲

نوع آموزش تکمیلی عملی (در صورت نیاز): سفر علمی آزمایشگاه سمینار کارگاه موارد دیگر:

(ب) هدف کلی:

آشنایی با بیومکانیک و نورومکانیک در تجزیه و تحلیل وضعیت بدنی در وضعیت‌های ایستا و پویا

اهداف ویژه:

۱. آشنایی با بیومکانیک و تجزیه و تحلیل حرکات بدن
۲. آشنایی با نورومکانیک وضعیت بدنی

(پ) سرفصل:

۱. مقدمات مکانیک لیگامنت، غضروف و استخوان
۲. مقدمات مکانیک عضله و تاندون
۳. تحلیل مکانیکی وضعیت بدنی در حالت ایستا
۴. تحلیل مکانیکی وضعیت بدنی در حالت پویا
۵. تحلیل مکانیکی وضعیت بدنی در شرایط محیطی نامتعادل و فعالیت‌های دوگانه
۶. استراتژی‌های کنترل عصبی عضلانی در هماهنگی پاسچرال
۷. فرضیه‌ها و استراتژی‌های حرکات (prepheralism, centralism, impedance control) فرضیه‌های توازن و تعادل، (impedance control)
۸. تحلیل سینرژی‌های حرکتی در وضعیت‌های ایستا و پویا
۹. یادگیری حرکت و مدل‌های ارائه شده برای حرکت (model predictive, smith predictor, internal model, motor learning)
۱۰. سنجش اختلالات حرکتی (control)

(ث) راهبردهای ارزشیابی (پیشنهادی): فعالیت‌های کلاسی در طول نیم‌سال: ۴۰ درصد آزمون پایان نیم‌سال: ۶۰ درصد

(ج) ملزومات، تجهیزات و امکانات مورد نیاز برای ارائه: سیستم رایانه‌ای متصل به اینترنت به همراه ویدیو پروژکتور

(چ) فهرست منابع:

1. Winter, D.A. (2009). Biomechanics and Motor Control of Human Movement, John Wiley & Sons Inc. (4th Ed).
2. Latash, M.L., Zatsiorsky, V.M. (2015). Biomechanics and Motor Control: Defining Central Concepts. Elsevier Inc.
3. M. Winters, J.M., Woo, S.L.Y., (2020). Multiple muscle systems: biomechanics and movement organization. Springer-Verlag New York.
4. Schmidt, R, Lee, T. (2011). Motor control and learning: A behavioural emphasis (9th Ed) Human Kinetics, Champaign, IL.
5. Latash, M.L. (1998). Neurophysiological basis of movement. Human Kinetics, Champaign, IL.
6. Latash, M.L. (2008). Synergy. Oxford University Press.

عنوان درس به فارسی: کارآفرینی در تمرینات اصلاحی			
عنوان درس به انگلیسی: Entrepreneurship in Corrective Exercises		نوع درس و واحد	
دروس پیش‌نیاز:	آزمایشگاه تمرینات اصلاحی	پایه <input type="checkbox"/>	نظری <input checked="" type="checkbox"/>
دروس هم‌نیاز:		تخصصی <input type="checkbox"/>	عملی <input type="checkbox"/>
تعداد واحد:	۲	اختیاری <input checked="" type="checkbox"/>	نظری-عملی <input type="checkbox"/>
تعداد ساعت:	۳۲	پایان‌نامه <input type="checkbox"/>	

نوع آموزش تکمیلی عملی (در صورت نیاز): سفر علمی آزمایشگاه سمینار کارگاه موارد دیگر:

هدف کلی: آشنایی با ایده پردازی، کارآفرینی و اشتغال در حیطه تمرینات اصلاحی

اهداف ویژه:

- آشنایی با ایده پردازی و نوآوری در حیطه تمرینات اصلاحی
- آشنایی با کارآفرینی و اشتغال در حیطه تمرینات اصلاحی

پ) مباحث یا سرفصل‌ها:

- مبانی و مفاهیم کارآفرینی
- نظریه‌های کارآفرینی
- شیوه‌های خلاقیت و نوآوری
- مفهوم ایده و ایده پردازی در حوزه تمرینات اصلاحی
- ساختار کسب و کار در حوزه ورزش
- اصول تیم سازی برای کسب و کار
- طراحی و تدوین طرح کسب و کار
- راه اندازی کسب و کار
- مدیریت ریسک در کسب و کارهای کارآفرینانه
- مهارت های کارآفرینی: کارگروهی، مدیریت منابع، مدیریت مالی، ارتباطات
- بسترهای فناوری اطلاعات و فناوری‌های نوین در تمرینات اصلاحی
- بررسی کسب و کارهای ورزشی در حوزه تمرینات اصلاحی
- نحوه پیاده سازی استراتژیهای بازاریابی در تمرینات اصلاحی

ت) راهبردهای تدریس و یادگیری متناسب با محتوا و هدف:

روش یاد دهی عموماً بصورت مشترک توسط مدرس کلاس و ارایه پروژه از طرف دانشجو صورت می‌گیرد.

ث) راهبردهای ارزشیابی (پیشنهادی):

فعالیت‌های کلاسی در طول نیم‌سال: ۴۰ درصد آزمون پایان نیم‌سال: ۶۰ درصد

ج) ملزومات، تجهیزات و امکانات مورد نیاز برای ارائه: سیستم رایانه‌ای متصل به اینترنت به همراه ویدیو پروژکتور

چ) فهرست منابع پیشنهادی:

۱. دکتر مرتضی اکبری و همکاران. ۱۳۹۶. نوآوری و کارآفرینی -نظریه، سیاست و عمل. انتشارات ادیبان روز.
۲. دکتر امیر امامی. ۱۳۹۸. کارآفرین اندیشمند به سوی سفر کارآفرینانه. انتشارات ادیبان روز.
۳. مهرداد بیات و همکاران، ۱۳۹۵. خلاقیت و نوآوری اساس کارآفرینی. انتشارات ادیبان روز.

4. Price, J., and M. Bratcher. 2012. The BioMechanics Method corrective exercise business professional educational course. San Diego, CA: The BioMechanics Press.

5. Rieva, L. 2001. Start your own business: The only start-up book you'll ever need. 2nd ed. Irvine, CA: Entrepreneur Press.



عنوان درس به فارسی:		ورزش معلولین	
عنوان درس به انگلیسی:		Sports for the Disabled	
دروس پیش‌نیاز:		فیزیولوژی دستگاه عصبی حرکت‌شناسی کاربردی	
دروس هم‌نیاز:		تخصصی <input type="checkbox"/> پایه <input type="checkbox"/> نظری <input checked="" type="checkbox"/>	
تعداد واحد:		۲	
تعداد ساعت:		۳۲	
		اختیاری <input checked="" type="checkbox"/> عملی <input type="checkbox"/> نظری-عملی <input type="checkbox"/> پایان‌نامه <input type="checkbox"/>	

نوع آموزش تکمیلی عملی (در صورت نیاز): سفر علمی آزمایشگاه سمینار کارگاه موارد دیگر:

هدف کلی: آشنایی با اهداف ورزش برای معلولین و افراد با نیازهای خاص و چگونگی مشارکت آنها در فعالیت‌های ورزشی

اهداف ویژه:

- آشنایی با چگونگی ایجاد معلولیت و عواقب مختلف جسمانی، روانی و اجتماعی و طبقه‌بندی معلولیت‌ها
 - آشنایی با اهداف و اهمیت ورزش معلولین در راستای برطرف کردن و کاهش عوارض معلولیت
 - آشنایی با مفاهیم کلاس بندی ورزشی
 - آشنایی با سازمان‌ها و فداراسیون‌های ورزش معلولین و چگونگی برگزاری مسابقات مختلف ورزشی
 - آشنایی با معلولیت‌های مختلف و ورزش‌های مربوط به هر طبقه و نوع
- (پ) مباحث یا سرفصل‌ها:

- چگونگی ایجاد معلولیت و عواقب مختلف جسمانی، روانی و اجتماعی
- سیستم‌های طبقه‌بندی معلولیت‌ها
- اهداف و اهمیت ورزش معلولین در راستای برطرف کردن و کاهش عوارض معلولیت
- مفاهیم کلاس‌بندی، کلاس بندی ورزشی
- سازمان‌ها و فداراسیون‌های ورزش معلولین و چگونگی برگزاری مسابقات مختلف ورزشی
- معلولیت‌های جسمی و ذهنی و روانی (تعاریف، طبقه بندی، پاتوفیزیولوژی...)
- رشته‌های ورزشی در هر نوع معلولیت شامل قوانین و مقررات، طبقه بندی رشته ورزشی مربوطه
- سازگاری‌های محیطی و ورزشی برای مشارکت بیشتر در اجتماع و فعالیت‌های ورزشی

(ت) راهبردهای تدریس و یادگیری متناسب با محتوا و هدف:

روش یاد دهی عموماً بصورت مشترک توسط مدرس کلاس و ارایه پروژه از طرف دانشجو صورت می‌گیرد.

(ث) راهبردهای ارزشیابی (پیشنهادی):

فعالیت‌های کلاسی در طول نیم‌سال: ۴۰ درصد
آزمون پایان نیم‌سال: ۶۰ درصد

(ج) ملزومات، تجهیزات و امکانات مورد نیاز برای ارائه:

سیستم رایانه‌ای متصل به اینترنت به همراه ویدیو پروژکتور

(چ) فهرست منابع پیشنهادی:

1. Joseph P. Winnick (2010); Adapted Physical Education and Sport; Human kinetics.
2. Davis RW. Teaching disability sport: A guide for physical educators. Human Kinetics; 2011.
3. Hassan D, Dowling S, McConkey R, editors. Sport, coaching and intellectual disability. Routledge; 2014 Jul 17.
4. Martin JJ. Handbook of disability sport and exercise psychology. Oxford University Press; 2018.
5. دانشمندی، کریمی زاده، نادری فر، کردی، تربیت بدنی و ورزش معلولین، انتشارات حتمی.



عنوان درس به فارسی:		آسیب‌های ورزشی پیشرفته	
عنوان درس به انگلیسی:		Advanced Sport Injuries	
نوع درس و واحد	پایه <input type="checkbox"/>	نظری <input checked="" type="checkbox"/>	
دروس پیش‌نیاز:		فیزیولوژی دستگاه عصبی حرکت‌شناسی کاربردی	
دروس هم‌نیاز:		تخصصی <input type="checkbox"/>	
تعداد واحد:		۲	
تعداد ساعت:		۳۲	
		اختیاری <input checked="" type="checkbox"/>	
		پایان‌نامه <input type="checkbox"/>	
		عملی <input type="checkbox"/>	
		نظری-عملی <input type="checkbox"/>	

نوع آموزش تکمیلی عملی (در صورت نیاز): سفر علمی آزمایشگاه سمینار کارگاه موارد دیگر:

هدف کلی: آشنایی، تشخیص، درمان و پیشگیری از آسیب‌های ورزشی متداول

اهداف ویژه:

- آشنایی با انواع آسیب‌های ورزشی متداول
- آشنایی با روش‌های تشخیص و مدیریت آسیب‌های ورزشی متداول

پ) مباحث یا سرفصل‌ها:

- روش تشخیص، درمان و پیشگیری از آسیب‌های ورزشی پا
- روش تشخیص، درمان و پیشگیری از آسیب‌های ورزشی مچ پا
- روش تشخیص، درمان و پیشگیری از آسیب‌های ورزشی ساق پا
- روش تشخیص، درمان و پیشگیری از آسیب‌های ورزشی زانو
- روش تشخیص، درمان و پیشگیری از آسیب‌های ورزشی ران و کشاله ران
- روش تشخیص، درمان و پیشگیری از آسیب‌های ورزشی دست و مچ دست
- روش تشخیص، درمان و پیشگیری از آسیب‌های ورزشی آرنج
- روش تشخیص، درمان و پیشگیری از آسیب‌های ورزشی شانه

ت) راهبردهای تدریس و یادگیری متناسب با محتوا و هدف:

روش یاد دهی عموماً بصورت مشترک توسط مدرس کلاس و ارایه پروژه از طرف دانشجو صورت می‌گیرد.

ث) راهبردهای ارزشیابی (پیشنهادی):

فعالیت‌های کلاسی در طول نیم‌سال: ۴۰ درصد آزمون پایان نیم‌سال: ۶۰ درصد

ج) ملزومات، تجهیزات و امکانات مورد نیاز برای ارائه:

سیستم رایانه‌ای متصل به اینترنت به همراه ویدیو پروژکتور

چ) فهرست منابع پیشنهادی:

1. Sports Injury Prevention Editor(s): Roald Bahr MD, PhD, Lars Engebretsen MD, PhD, Wiley-Blackwell 2009
ترجمه این کتاب به فارسی موجود است.
2. The Sports Injuries Handbook: Diagnosis and Management Paperback – 26 Oct. 2007 by Christer G. Rolf A & C Black Publishers Ltd (26 Oct. 2007). ترجمه این کتاب به فارسی موجود است.
3. Nedim Doral, Mahmut & Karlsson, Jon (2015). Sports Injuries: Prevention, Diagnosis, Treatment and Rehabilitation. Publisher Springer-Verlag Berlin Heidelberg.
4. Peterson, Lars, Renstrom Per A.F.H. (2017). Sports Injuries: Prevention, Treatment and Rehabilitation, 4th Edition. Publisher: Routledge.



عنوان درس به فارسی:		تمرینات اصلاحی عملی	
عنوان درس به انگلیسی:		Practical Corrective Exercises	
دروس پیش‌نیاز:	آزمایشگاه تمرینات اصلاحی اصول برنامه‌ریزی تمرینات اصلاحی	پایه <input type="checkbox"/>	نظری <input type="checkbox"/>
دروس هم‌نیاز:		تخصصی <input type="checkbox"/>	عملی <input checked="" type="checkbox"/>
تعداد واحد:	۲	اختیاری <input checked="" type="checkbox"/>	نظری-عملی <input type="checkbox"/>
تعداد ساعت:	۳۲	پایان‌نامه <input type="checkbox"/>	

نوع آموزش تکمیلی عملی (در صورت نیاز): سفر علمی ■ آزمایشگاه ■ سمینار ■ کارگاه ■ موارد دیگر:

هدف کلی: آشنایی عملی با اصول و مراحل مختلف ارزیابی و طراحی تمرینات اصلاحی برای افراد مبتلا به ناهنجاریها و اختلالات اسکلتی عضلانی

اهداف ویژه:

- آشنایی عملی با مراحل مختلف در اندازه‌گیری و ارزیابی افراد مبتلا به ناهنجاریها و اختلالات اسکلتی عضلانی
- آشنایی عملی با ابزارهای مختلف در اندازه‌گیری افراد مبتلا به ناهنجاریها و اختلالات اسکلتی عضلانی
- آشنایی عملی با مراحل مختلف در طراحی تمرینات اصلاحی برای افراد مبتلا به ناهنجاریها و اختلالات اسکلتی عضلانی

(پ) مباحث یا سرفصل‌ها:

- مراحل مختلف در اندازه‌گیری و ارزیابی افراد مبتلا به ناهنجاریها و اختلالات اسکلتی عضلانی
 - نحوه تکمیل اطلاعات و دریافت سوابق و تاریخچه مرتبط با ناهنجاری یا اختلال اسکلتی عضلانی مراجعین (شامل شرایط شغلی، الگوهای وضعیتی غالب، الگوهای حرکتی غالب، بیماری، وراثت، سوابق ورزشی و ...)
 - مراحل و فرآیند ارزیابی مشاهده‌ای مراجعین
 - اندازه‌گیری عملی در تستهای تکمیلی موردنیاز برای فرآیند ارزیابی مراجعین
 - آزمونهای اندازه‌گیری طول عضلات و دامنه حرکتی مفاصل، آزمونهای اندازه‌گیری دستی قدرت عضلات
 - الگوهای حرکتی موضعی و جنرال (شامل FMS، ریتم اسکاپولوهومرال، ریتم کمری لگنی، اسکوات بالای سر و ...)
- ابزارهای مختلف در اندازه‌گیری و ارزیابی افراد مبتلا به ناهنجاریها و اختلالات اسکلتی عضلانی
 - اندازه‌گیری عملی با ابزارهای مختلف موردنیاز در فرآیند اندازه‌گیری ناهنجاریها و اختلالات اسکلتی عضلانی (شامل صفحه شطرنجی، خط کش منعطف، اسپاینال موس، کایفومتر، فتوگرامتری، اسکولیومتر و ...)
 - ارزیابی‌های پیش، حین و پس از فصل مسابقات ورزشی جهت بررسی اختلالات وضعیتی و ساختاری اسکلتی عضلانی ورزشکاران
- روش‌های مختلف در طراحی تمرینات اصلاحی برای افراد مبتلا به ناهنجاریها و اختلالات اسکلتی عضلانی
 - اجرای عملی رهاسازی مایوفاشیال، تمرینات الانگیشن و کششی، تمرینات ثباتی ناحیه مرکزی بدن
 - اجرای عملی تمرینات تقویتی، عصبی-عضلانی تمرینات تخصصی و ویژه برخی از ناهنجاریها (مانند اسکولیوزیس و ...)

(ت) راهبردهای تدریس و یادگیری متناسب با محتوا و هدف: روش یاد دهی عموماً بصورت مشترک توسط مدرس کلاس و آرایه پروژم از طرف دانشجو صورت می‌گیرد.

(ث) راهبردهای ارزشیابی (پیشنهادی): فعالیت‌های کلاسی در طول نیم‌سال: ۴۰ درصد آزمون پایان نیم‌سال: ۶۰ درصد

(ج) ملزومات، تجهیزات و امکانات مورد نیاز برای ارائه: سیستم رایانه‌ای متصل به اینترنت به همراه ویدیو پروژکتور

(چ) فهرست منابع پیشنهادی:

1. David J. Magee, Orthopedic Physical Assessment, 7th Edition, Saunders.
2. David J. Magee. Pathology and Intervention in Musculoskeletal Rehabilitation, 2nd edition, Saunders.
3. Micheal A. Clark and Scott C. Lucett. NASM's Essentials of Corrective Exercise Training, 1st edition, Lippincott Williams & Wilkins.

۴. با توجه به ماهیت عملی این درس، متناسب با شرایط دانشجویان منابع مختلف دیگری پیشنهاد خواهد شد.



فصل سوم

ویژگی‌های دروس

گرایش آسیب‌شناسی ورزشی



عنوان درس به فارسی:		روش تحقیق و آمار در علوم ورزشی	
عنوان درس به انگلیسی:		Research Methods and Statistics in Sport Sciences	
نوع درس و واحد		ندارد	پایه <input type="checkbox"/> نظری <input checked="" type="checkbox"/>
		ندارد	تخصصی <input checked="" type="checkbox"/> عملی <input type="checkbox"/>
	تعداد واحد:	۲	نظری-عملی <input type="checkbox"/>
	تعداد ساعت:	۳۲	پایان نامه <input type="checkbox"/>

نوع آموزش تکمیلی عملی (در صورت نیاز): سفر علمی آزمایشگاه سمینار کارگاه موارد دیگر:

هدف کلی: آشنایی با فرایندها و نحوه انجام تحقیق

اهداف ویژه:

- آشنایی با انواع روش‌های تحقیق
- آشنایی با آمار و اندازه گیری در تربیت بدنی و علوم ورزشی
- (پ) مباحث یا سرفصل‌ها:**
- پروسه و انجام تحقیق:
 - مقدمات تحقیق در تربیت بدنی و علوم ورزشی
 - نحوه نگارش تحقیق و بررسی و نقد ادبیات پیشینه
 - نحوه نگارش پروپوزال تحقیق به همراه رعایت اخلاق در تحقیق
 - انواع روش‌های تحقیق (تحقیق تجربی، تحقیق توصیفی، تحقیق کیفی و سایر روش‌های تحقیق)
- آمار و اندازه گیری در تربیت بدنی و علوم ورزشی
 - مفاهیم بنیادی آمار
 - یافتن ارتباط بین متغیرها، یافتن تفاوت بین گروهها
 - تست‌های آماری ناپارامتریک، اندازه گیری متغیر در تحقیق و انتخاب تست مناسب برای طرح‌های تحقیقی مختلف
- (ت) راهبردهای تدریس و یادگیری متناسب با محتوا و هدف:**
- روش یاد دهی عموماً بصورت مشترک توسط مدرس کلاس و ارایه پروژه از طرف دانشجو صورت می‌گیرد.
- (ث) راهبردهای ارزشیابی (پیشنهادی):**

فعالیت‌های کلاسی در طول نیم‌سال: ۶۰ درصد آزمون پایان نیم‌سال: ۴۰ درصد

(ج) ملزومات، تجهیزات و امکانات مورد نیاز برای ارائه:

سیستم رایانه‌ای متصل به اینترنت به همراه ویدیو پروژکتور

(چ) فهرست منابع پیشنهادی:

۱. رسول حمایت طلب (۱۳۹۴). آمار در تربیت بدنی و علوم ورزشی. انتشارات علم و حرکت

۲. کاظم‌نژاد، انوشیروان، خلخالی، حمیدرضا، کاظم‌پور دیزجی، مهدی (۱۳۸۰)؛ ۱۰۰ آزمون آماری به همراه راهنمای نرم افزار SPSS تحت

ویندوز، موسسه فرهنگی هنری دیباگران تهران؛ تهران.

3. Stacey Plichta Kellar ScD CPH, Elizabeth Kelvin PhD MPH; Munro's Statistical Methods for Health Care Research 6th Edition (2012). LWW; 6 editions

(ترجمه این کتاب به زبان فارسی موجود است)

4. Susan J. Hall, FACSM, Nancy Getchell (2014). Research Methods in Kinesiology and the Health Sciences. 4 Lippincott Williams & Wilkins, a Wolters Kluwer business

5. Brent L. Arnold, Bruce Michael Gansneder, David H. Perrin (2005); Research methods in athletic training; F.A. Davis Co.



عنوان درس به فارسی:		فیزیولوژی دستگاه عصبی	
عنوان درس به انگلیسی:		Neurophysiology	
نوع درس و واحد			
نظری <input checked="" type="checkbox"/>	پایه <input type="checkbox"/>	ندارد	
عملی <input type="checkbox"/>	تخصصی <input checked="" type="checkbox"/>	ندارد	
نظری-عملی <input type="checkbox"/>	اختیاری <input type="checkbox"/>	۲	
	پایان نامه <input type="checkbox"/>	۳۲	
تعداد واحد:		۲	
تعداد ساعت:		۳۲	

نوع آموزش تکمیلی عملی (در صورت نیاز): سفر علمی آزمایشگاه سمینار کارگاه موارد دیگر:

هدف کلی: آشنایی با ساختار و عملکرد دستگاه عصبی مرکزی و محیطی با تاکید بر بخش حرکتی

اهداف ویژه:

- آشنایی با ویژگیها و مبنای عملکرد سلول عصبی
 - آشنایی با ساختار و عملکرد بخش های مختلف دستگاه عصبی مرکزی و محیطی (حسی و حرکتی)
 - آشنایی با بیماریهای عصبی و اختلالات عصبی ناشی از آسیب ورزشی
- پ) مباحث یا سرفصلها:**
- سلولهای عصبی و انتقال سیناپسی
 - o اجزا سلولی دستگاه عصبی و عملکرد سلول عصبی
 - o واکنش بافت عصبی به آسیب
 - o انواع سیناپسها و عملکرد آنها
 - دستگاه اعصاب مرکزی
 - o اجزا دستگاه اعصاب مرکزی (قشر مغز، تالاموس، هیپوتالاموس، مخچه..)
 - o وظایف و عملکرد اجزا دستگاه اعصاب مرکزی
 - o اختلالات حرکتی با منشا دستگاه اعصاب مرکزی (پارکینسون، آلزایمر، آتاکسی، ام اس..) و ارتباط آن با ورزش
 - o مهم ترین آسیبهای ورزشی مرتبط با دستگاه اعصاب مرکزی (شکستگی جمجه، ضربه یا تکان مغزی..)
 - دستگاه اعصاب محیطی و سازوکارهای درک درد
 - o اجزا دستگاه اعصاب محیطی (مسیرهای عصبی، مکانورسپتورها (پروپریوسپتورها)، اکستروسپتورها..)
 - o وظایف و عملکرد اجزا دستگاه اعصاب محیطی
 - o نقش دستگاه اعصاب محیطی در حفظ تعادل
 - o اختلالات حرکتی و بیماری با منشا دستگاه عصبی محیطی (درگیری سیاتیک و دیسک، نروپاتی دیابتی..) و ارتباط آن با ورزش
 - o مهم ترین آسیبهای ورزشی مرتبط با دستگاه اعصاب محیطی (گیرافتادگی، کشیدگی..)

ت) راهبردهای تدریس و یادگیری متناسب با محتوا و هدف:

روش یاد دهی عموماً توسط مدرس کلاس و نیز ارایه پروژه از طرف دانشجو صورت می گیرد.

ث) راهبردهای ارزشیابی (پیشنهادی): فعالیت‌های کلاسی در طول نیم‌سال: ۴۰ درصد آزمون پایان نیم‌سال:

ج) ملزومات، تجهیزات و امکانات مورد نیاز برای ارائه: سیستم رایانه‌ای متصل به اینترنت به همراه ویدیو پروژکتور

چ) فهرست منابع پیشنهادی:

۱. فیزیولوژی پزشکی گایتون، تالیف آرتورسی. گایتون و جان‌ای. هال. نشر طبیب تیمورزاده (۱۳۹۹).

۲. یادداشتهای علوم اعصاب؛ ترجمه داود معظمی؛ انتشارات سمت (۱۳۸۷).

3. Kandel ER, Schwartz JH, Jessell TM, Siegelbaum S, Hudspeth AJ, Mack S, editors. Principles of neural science. New York: McGraw-hill; 2000 Jan.

4. Bruce M. Koeppen, Bruce A. Stanton (2018); Bern & Levy Physiology, Seventh Edition; Elsevier.

5. Kim E. Barrett, Susan M. Barman, Heddwen L. Brooks, Jason X.-J. Yuan (2019); Ganong's Review of Medical Physiology, 26th Edition; McGraw-Hill Education.



عنوان درس به فارسی:		حرکت‌شناسی کاربردی	
عنوان درس به انگلیسی:		Applied Kinesiology	
دروس پیش‌نیاز:	ندارد	پایه <input type="checkbox"/>	نظری <input checked="" type="checkbox"/>
دروس هم‌نیاز:	ندارد	تخصصی <input checked="" type="checkbox"/>	عملی <input type="checkbox"/>
تعداد واحد:	۲	اختیاری <input type="checkbox"/>	نظری-عملی <input type="checkbox"/>
تعداد ساعت:	۳۲	پایان‌نامه <input type="checkbox"/>	

نوع آموزش تکمیلی عملی (در صورت نیاز): سفر علمی آزمایشگاه سمینار کارگاه موارد دیگر:

هدف کلی: آشنایی با کاربردهای حرکت‌شناسی در حرکات طبیعی و شناسایی ضعف‌های عضلانی، ناهنجاری‌های قامتی، و پیشگیری از آسیب‌های ورزشی و بازتوانی آن

اهداف ویژه:

- آشنایی و مروری بر مفاهیم پایه حرکت‌شناسی
- آشنایی با تجزیه و تحلیل حرکات و نقص‌های حرکتی مفاصل گوناگون

(ب) مباحث یا سرفصل‌ها:

- مروری بر مفاهیم پایه حرکت‌شناسی مانند استئوکینماتیک‌ها، آرتروکینماتیک‌ها، کاربرد اهرم‌ها
- رفتار بافت‌های مختلف بدن انسان در مقابل اعمال نیروهای مختلف (نمودارهای استرس-استرین، ویژگی الاستیسیته، ویسکو الاستیسیته، استرس ریلکسیشن و ...)
- اصول پایه بیومکانیک (اهرم‌ها، گشتاورها، نیروها) و کاربرد آنها در تجزیه و تحلیل حرکت
- تجزیه و تحلیل حرکات و نقص‌های حرکتی آسیب زا کمربند شانه
- تجزیه و تحلیل حرکات و نقص‌های حرکتی آسیب زا کمربند لگن
- تجزیه و تحلیل حرکات و نقص‌های حرکتی آسیب زا مفصل زانو
- تجزیه و تحلیل حرکات و نقص‌های حرکتی آسیب زا مفصل مچ پا
- تجزیه و تحلیل راه رفتن
- تجزیه و تحلیل مهارت‌های ورزشی و ارتباط آن با آسیب ورزشی

(ت) راهبردهای تدریس و یادگیری متناسب با محتوا و هدف:

روش یاد دهی عموماً توسط مدرس کلاس و در صورت نیاز آرایه پروژه از طرف دانشجو صورت می‌گیرد.

(ث) راهبردهای ارزشیابی (پیشنهادی):

فعالیت‌های کلاسی در طول نیم‌سال: ۴۰ درصد
آزمون پایان نیم‌سال: ۶۰ درصد

(ج) ملزومات، تجهیزات و امکانات مورد نیاز برای ارائه:

سیستم رایانه‌ای متصل به اینترنت به همراه ویدیو پروژکتور

(چ) فهرست منابع پیشنهادی:

1. James Watkins (2009); Structure and Function of the Musculoskeletal System; 2nd Edition; Human kinetics.
2. Carol A. Oatis (2009); Kinesiology: The Mechanics and Pathomechanics of Human Movement; 2nd Edition; Lippincott Williams & Wilkins.
3. Donald A. Neumann (2010); Kinesiology of the Musculoskeletal System; 2nd Edition; Mosby.
4. Lippert, L.S. and M.A.D. Minor, Clinical Kinesiology and Anatomy. 2011: FA Davis.
5. Houglum, P.A. and D.B. Bertoti, Brunnstrom's clinical kinesiology. 2011: FA Davis.



عنوان درس به فارسی:		کینزیوپاتولوژی دستگاه عصبی عضلانی	
عنوان درس به انگلیسی:		Kinesiotherapy of Musculoskeletal System	
نوع درس و واحد			
نظری <input checked="" type="checkbox"/>	پایه <input type="checkbox"/>	فیزیولوژی دستگاه عصبی - حرکت‌شناسی کاربردی	
عملی <input type="checkbox"/>	تخصصی <input checked="" type="checkbox"/>	آسیب‌شناسی ورزشی پیشرفته	
نظری-عملی <input type="checkbox"/>	اختیاری <input type="checkbox"/>	۲	تعداد واحد:
	پایان‌نامه <input type="checkbox"/>	۳۲	تعداد ساعت:

نوع آموزش تکمیلی عملی (در صورت نیاز): سفر علمی آزمایشگاه سمینار کارگاه موارد دیگر:

هدف کلی: آشنایی با مفاهیم پایه در کینزیوپاتولوژی، سندروم‌های نقص حرکتی و انواع آن، آشنایی با مفهوم ایمبالانس عضلانی و واکنش‌های زنجیره‌ای، آشنایی با مفهوم کنترل حرکتی و ثبات در ستون فقرات

اهداف ویژه:

- آشنایی با مفاهیم پایه در کینزیوپاتولوژی
- آشنایی با مفهوم و انواع سندروم‌های نقص حرکتی در بخش‌های مختلف بدن
- آشنایی با مفاهیم پایه در ایمبالانس عضلانی
- آشنایی با واکنش‌های زنجیره‌ای در بدن و ارزیابی و اصلاح ایمبالانس عضلانی
- آشنایی با مفهوم کنترل حرکتی و ثبات در ستون فقرات

پ) مباحث یا سرفصل‌ها:

- تعریف مدل‌های کینزیولوژیک و کینزیوپاتولوژیک و پاتوکینزیولوژیک در آسیب‌های عصبی-عضلانی-اسکلتی
- تعاریف، اصول و مفاهیم پایه در سندروم‌های نقص حرکتی
- سندروم‌های نقص حرکتی در ستون فقرات و لگن
- سندروم‌های نقص حرکتی اندام فوقانی
- سندروم‌های نقص حرکتی اندام تحتانی
- مفاهیم پایه در ایمبالانس عضلانی
- ارزیابی و اصلاح ایمبالانس عضلانی
- واکنش‌های زنجیره‌ای در بدن
- مفهوم کنترل حرکتی و ثبات در ستون فقرات
- کدهای تطبیقی در بازتوانی عصبی-عضلانی

ت) راهبردهای تدریس و یادگیری متناسب با محتوا و هدف:

روش یاد دهی عموماً توسط مدرس کلاس و نیز ارائه پروژه از طرف دانشجو صورت می‌گیرد.

ث) راهبردهای ارزشیابی (پیشنهادی):

فعالیت‌های کلاسی در طول نیم‌سال: ۴۰ درصد
آزمون پایان نیم‌سال: ۶۰ درصد

ج) ملزومات، تجهیزات و امکانات مورد نیاز برای ارائه:

سیستم رایانه‌ای متصل به اینترنت به همراه ویدیو پروژکتور

چ) فهرست منابع پیشنهادی:

1. Sahrmann, S (2001). Diagnosis and Treatment of Movement Impairment Syndromes. Mosby
2. Sahrmann, S. (2010). Movement system impairment syndromes of the extremities, cervical and thoracic spines-e-book. Elsevier Health Sciences.
3. Lederman, E. (2005). The science & practice of manual therapy. Elsevier Health Sciences.
4. Frank, C., Page, P., & Lardner, R. (2009). Assessment and treatment of muscle imbalance: the Janda approach. Human kinetics.
5. Hodges, P. W., Cholewicki, J., & Van Dieën, J. H. (Eds.). (2013). Spinal control: The rehabilitation of back pain e-book: State of the art and science.



عنوان درس به فارسی: آسیب‌شناسی ورزشی پیشرفته		عنوان درس به انگلیسی: Advanced Sport Injuries	
نوع درس و واحد	نظری <input checked="" type="checkbox"/> پایه <input type="checkbox"/>	فیزیولوژی دستگاه اعصاب مرکزی حرکت‌شناسی کاربردی	دروس پیش‌نیاز:
	تخصصی <input checked="" type="checkbox"/> عملی <input type="checkbox"/>		دروس هم‌نیاز:
	اختیاری <input type="checkbox"/> نظری-عملی <input type="checkbox"/>		تعداد واحد: ۲
	پایان‌نامه <input type="checkbox"/>		تعداد ساعت: ۳۲

نوع آموزش تکمیلی عملی (در صورت نیاز): سفر علمی آزمایشگاه سمینار کارگاه موارد دیگر:

هدف کلی: آشنایی با نحوه مدیریت پیشرفته آسیب‌های ورزشی

اهداف ویژه:

- آشنایی با آسیب‌های ورزشی در نقاط مختلف بدن
- آشنایی با روش‌های مطالعات همه گیرشناسی آسیب‌های ورزشی، شاخص‌ها، و مدل‌های مطالعات همه گیرشناسی (مدل ون میشلن، مدل میوویس، مدل هادون،...).
- آشنایی با راهکارهای پیشگیری از آسیب‌ها

پ) مباحث یا سرفصل‌ها:

- انواع آسیب‌های ورزشی حاد و مزمن و جنبه‌های بیومکانیکی آسیب در رشته‌های ورزشی مختلف
- مفاهیم پایه در اپیدمیولوژی آسیب‌های ورزشی
- مفاهیم پایه پیشگیری از آسیب‌های ورزشی
- اصول درمان و توانبخشی آسیب‌های ورزشی
- آسیب‌های ورزشی ناحیه سر و گردن، تنه و لگن
- آسیب‌های ورزشی ناحیه شانه، بازو، آرنج، ساعد، مچ و دست
- آسیب‌های ورزشی ناحیه ران، کشاله، زانو، ساق، مچ و پا
- آسیب‌های ورزشی گروه‌های خاص (کودکان و نوجوانان، معلولین، سالمندان)

ت) راهبردهای تدریس و یادگیری متناسب با محتوا و هدف:

روش یاد دهی عموماً بصورت مشترک توسط مدرس کلاس و ارایه پروژه از طرف دانشجو صورت می‌گیرد.

ث) راهبردهای ارزشیابی (پیشنهادی): فعالیت‌های کلاسی در طول نیم‌سال: ۴۰ درصد آزمون پایان نیم‌سال: ۶۰ درصد

ج) ملزومات، تجهیزات و امکانات مورد نیاز برای ارائه: سیستم رایانه‌ای متصل به اینترنت به همراه ویدیو پروژکتور

چ) فهرست منابع پیشنهادی:

1. Brukner, P. (2016). Brukner & Khan's clinical sports medicine. Brukner & Khan's Clinical Sports Medicine 5e, Volume 1: Injuries, McGraw-Hill.
2. Bahr, R., Engebretsen, L., Laprade, R., McCrory, P., & Meeuwisse, W. (Eds.). (2012). The IOC manual of sports injuries: an illustrated guide to the management of injuries in physical activity. John Wiley & Sons.
3. Nedin Doral, Mahmut & Karlsson, Jon (2015). Sports Injuries: Prevention, Diagnosis, Treatment and Rehabilitation. Publisher Springer-Verlag Berlin Heidelberg.
4. Peterson, Lars, Renstrom Per A.F.H. (2017). Sports Injuries: Prevention, Treatment and Rehabilitation, 4th Edition. Publisher: Routledge.
5. Verhagen, E., & Van Mechelen, W. (Eds.). (2010). Sports injury research (Vol. 16, No. 1). Oxford University Press.
6. Sports Injury Prevention Editor(s): Roald Bahr MD, PhD, Lars Engebretsen MD, PhD, Wiley-Blackwell 2009
7. ترجمه این کتاب به فارسی موجود است.
8. The Sports Injuries Handbook: Diagnosis and Management Paperback – 26 Oct. 2007 by Christer G. Rolf A & C Black Publishers Ltd (26 Oct. 2007) ترجمه این کتاب به فارسی موجود است.

عنوان درس به فارسی:		آزمایشگاه آسیب‌شناسی ورزشی	
عنوان درس به انگلیسی:		Sport Injuries Laboratory	
نوع درس و واحد		آسیب‌شناسی ورزشی پیشرفته	
<input type="checkbox"/> نظری	<input type="checkbox"/> پایه		
<input type="checkbox"/> عملی	<input checked="" type="checkbox"/> تخصصی		
<input checked="" type="checkbox"/> نظری-عملی	<input type="checkbox"/> اختیاری	۲	تعداد واحد:
<input type="checkbox"/> پایان‌نامه		۵۶	تعداد ساعت:

نوع آموزش تکمیلی عملی (در صورت نیاز): سفر علمی آزمایشگاه سمینار کارگاه موارد دیگر:

هدف کلی: آشنایی و ایجاد زمینه لازم تئوری و عملی برای مشارکت دانشجویان در مطالعه، شناسایی، بررسی و به کار گیری وسایل، تستها و روش های اندازه گیری در تحقیقات حیطه تخصصی آسیب‌شناسی ورزشی

اهداف ویژه:

- آشنایی با اندازه گیری‌ها و تست‌های معمول در حیطه آسیب‌شناسی ورزشی
 - آشنایی با وسایل اندازه گیری در حیطه آسیب‌شناسی ورزشی و نحوه و طرز کار آنها
- (پ) مباحث یا سرفصل‌ها:**
- ملاحظات کلی در ارتباط با انتخاب تستها و اندازه‌گیری‌ها و ویژگی محیط آزمایشگاه
 - ملاحظات اخلاقی در ارزیابی‌های بدنی و حرکتی
 - عوامل تهدید کننده روایی و پایایی اندازه گیری‌ها
 - ویژگی‌های یک ابزار و آزمون اندازه گیری مناسب
 - مفاهیم و اصول ارزیابی جامع مربوط به آسیب‌های ورزشی
 - ابزاری‌های آزمایشگاهی در حیطه آسیب‌شناسی ورزشی (بایودکس- آنالیز حرکت- الکترومایوگرافی- صفحه نیرو سنج- دینامومتر)
 - تست‌های میدانی ارزیابی عملکرد ورزشی
 - تست‌ها و بازگشت به ورزش (عملکردی)
 - تست‌های میدانی شناسایی ریسک فاکتورهای آسیب‌های ورزشی
 - روش‌ها و وسایل اندازه گیر دامنه حرکتی، حس عمقی، قدرت، حرکت، تعادل و عملکرد حرکتی
- (ت) راهبردهای تدریس و یادگیری متناسب با محتوا و هدف:**
- روش یاد دهی عموماً بصورت مشترک توسط مدرس کلاس و ارایه پروژه از طرف دانشجو صورت می‌گیرد.

(ث) راهبردهای ارزشیابی (پیشنهادی):

فعالیت‌های کلاسی در طول نیم‌سال: ۴۰ درصد آزمون پایان نیم‌سال: ۶۰ درصد

(ج) ملزومات، تجهیزات و امکانات مورد نیاز برای ارائه:

سیستم رایانه‌ای متصل به اینترنت به همراه ویدیو پروژکتور- ابزارهای آزمایشگاه آسیب‌شناسی ورزشی

(چ) فهرست منابع پیشنهادی:

۱. رجیبی، رضا و صمدی، هادی (۱۳۸۷): راهنمای آزمایشگاه حرکات اصلاحی، چاپ اول، دانشگاه تهران، تهران

۲. صادقی، حیدر؛ موسوی، خلیل نبوی نیک، حسین. (۱۳۹۳). راهنمای آزمایشگاه بیومکانیک ورزشی، چاپ دوم، انتشارات حتمی، تهران

3. Magee DJ, Manske RC. Orthopedic physical assessment-E-Book: Saunders; 2021.

4. Brukner P. Brukner & Khan's clinical sports medicine: McGraw-Hill North Ryde; 2016.

5. Loudon, J. K., Swift, M., & Bell, S. (2008). The clinical orthopedic assessment guide. Human Kinetics



عنوان درس به فارسی:		پیشگیری از آسیب‌های ورزشی و بازگشت به ورزش	
عنوان درس به انگلیسی:		Injury Prevention and Return to Sport	
دروس پیش‌نیاز:	آسیب‌شناسی ورزشی پیشرفته		
دروس هم‌نیاز:			
تعداد واحد:	۲		نوع درس و واحد
تعداد ساعت:	۳۲		<input type="checkbox"/> پایه <input checked="" type="checkbox"/> نظری <input type="checkbox"/> تخصصی <input checked="" type="checkbox"/> عملی <input type="checkbox"/> اختیاری <input type="checkbox"/> نظری-عملی <input type="checkbox"/> پایان‌نامه

نوع آموزش تکمیلی عملی (در صورت نیاز): سفر علمی آزمایشگاه سمینار کارگاه موارد دیگر:

هدف کلی: آشنایی با اصول پیشگیری از آسیب‌های ورزشی و اصول بازگشت به ورزش پس از آسیب‌های ورزشی

اهداف ویژه:

- آشنایی با اصول پیشگیری از آسیب‌های اسکلتی - عضلانی در ورزش
- آشنایی با اصول بازگشت به ورزش پس از درمان آسیب‌های ورزشی
- آشنایی با مراحل بازگشت به ورزش پس از درمان آسیب‌های ورزشی

(پ) مباحث یا سرفصل‌ها:

- مطالعه ارزیابی سلامت عمومی و تخصصی ورزشکار جهت پیشگیری از وقوع صدمات منتج از فشارهای تمرینی و ورزشی (PPE)
- عوامل خطر زای جسمانی در وقوع آسیب‌های ورزشی (محیط ، تجهیزات ، تمرینات و ...)
- مکانیزم‌های اصلی وقوع آسیب‌های ورزشی جهت کنترل و پیشگیری از آنها
- عوامل اصلی کنترل کننده ساختار جسمانی در مواجهه با آسیب ورزشی
- ارزیابی‌های پیش بینی کننده آسیب‌های ورزشی و تعیین سطح توانایی ورزشکار در مواجهه با آسیب‌های احتمالی
- مراحل گذر ورزشکار از آسیب ورزشی (مراحل توانبخشی ورزشی - بعد از توانبخشی و بازگشت به ورزش)
- اصول توانبخشی ورزشی
- ارزیابی‌های مراحل توانبخشی ورزشی جهت نیل به میزان توانایی ورزشکار نسبت به قبل از آسیب
- مراحل بازگشت به ورزش
- اصول برنامه‌ریزی تمرینات بازگشت به ورزش
- آزمون‌های مهارتی جهت ورود به مرحله بازگشت به ورزش و شروع جلسات اصلی تمرین پس از آسیب
- ارزیابی‌های دوره‌ای جهت کنترل آسیب مجدد

(ت) راهبردهای تدریس و یادگیری متناسب با محتوا و هدف:

روش یاد دهی عموماً بصورت مشترک توسط مدرس کلاس و ارایه پروژه از طرف دانشجو صورت می‌گیرد.

(ث) راهبردهای ارزشیابی (پیشنهادی):

فعالیت‌های کلاسی در طول نیم‌سال: ۴۰ درصد آزمون پایان نیم‌سال: ۶۰ درصد

(ج) ملزومات، تجهیزات و امکانات مورد نیاز برای ارائه:

سیستم رایانه‌ای متصل به اینترنت به همراه ویدیو پروژکتور

(چ) فهرست منابع پیشنهادی:

۱. Sports Injury Prevention Editor(s): Roald Bahr MD, PhD, Lars Engebretsen MD, PhD, Wiley-Blackwell 2009

ترجمه این کتاب به فارسی موجود است.

2. William E. Prentice (2014) Rehabilitation Techniques For Sport Medicine And Athletic Training

3. Kathleen Kickish (2013) Return to Play: Guide to the Mental Aspects of Rehabilitation for Injured Athletes Paperback

4. Sports Rehabilitation and Injury Prevention (2010): Paul Comfort & K Earle Abrahamson



عنوان درس به فارسی:		پاتومکانیک آسیب‌های ورزشی	
عنوان درس به انگلیسی:		Pathomechanics of Sport Injuries	
نوع درس و واحد		حرکت‌شناسی کاربردی	
نظری <input checked="" type="checkbox"/> پایه <input type="checkbox"/>			
عملی <input type="checkbox"/> تخصصی <input checked="" type="checkbox"/>			
نظری-عملی <input type="checkbox"/> اختیاری <input type="checkbox"/>		۲	تعداد واحد:
پایان‌نامه <input type="checkbox"/>		۳۲	تعداد ساعت:

نوع آموزش تکمیلی عملی (در صورت نیاز): سفر علمی آزمایشگاه سمینار کارگاه موارد دیگر:

هدف کلی: آشنایی با سبب‌شناسی و مکانیسم آسیب‌های عضلانی - اسکلتی رایج ورزشی

اهداف ویژه:

- آشنایی با پاتومکانیک نیروهای وارده بر سیستم عضلانی - اسکلتی
- آشنایی با پاتومکانیک آسیب‌های ورزشی رایج

پ) مباحث یا سرفصل‌ها:

- نمای کلی و چشم‌اندازهای مربوط به آسیب
- طبقه‌بندی، ساختار و عملکرد بافت‌های بیولوژیکی
- مفاهیم آسیب و ترمیم
- ریسک فاکتورهای آسیب‌های تاندونی، عضلانی - اسکلتی در ورزش
- پاتومکانیک نیروهای وارده بر سیستم عضلانی - اسکلتی و سازگاری‌های پاتوفیزیولوژیکی مرتبط با آن
- بیومکانیک مفاصل
- پاتومکانیک آسیب‌های ورزشی رایج در اندام فوقانی
- پاتومکانیک آسیب‌های ورزشی رایج در اندام تحتانی
- پاتومکانیک آسیب‌های ورزشی رایج در سر، گردن و ستون فقرات

ت) راهبردهای تدریس و یادگیری متناسب با محتوا و هدف:

روش یاد دهی عموماً بصورت مشترک توسط مدرس کلاس و ارایه پروژه از طرف دانشجو صورت می‌گیرد.

ث) راهبردهای ارزشیابی (پیشنهادی):

فعالیت‌های کلاسی در طول نیم‌سال: ۴۰ درصد
آزمون پایان نیم‌سال: ۶۰ درصد

ج) ملزومات، تجهیزات و امکانات مورد نیاز برای ارائه:

سیستم رایانه‌ای متصل به اینترنت به همراه ویدیو پروژکتور

چ) فهرست منابع پیشنهادی:

1. William Charles Whiting, Ronald F. Zernicke (2008). Biomechanics of Musculoskeletal Injury, 2nd Edition, Human Kinetics.
2. Maffulli, Nicola, Renstrom, Per, Leadbetter, Wayne B (2005). Tendon Injuries: Basic science and clinical medicine, springer,
3. Carol A. Oatis (2009). Kinesiology: The Mechanics and Pathomechanics of Human Movement 2nd ed. Edition. Lippincott Williams & Wilkins
4. Margareta Nordin, Victor Hirsch Frankel (2012). Basic Biomechanics of the Musculoskeletal System 4th. LWW
5. Peter M. Tiidus (2008). Skeletal Muscle Damage and Repair. Human Kinetics



عنوان درس به فارسی:		حرکت درمانی	
عنوان درس به انگلیسی:		Therapeutic Exercise	
دروس پیش‌نیاز:		حرکت‌شناسی کاربردی	
دروس هم‌نیاز:			
تعداد واحد:		۲	
تعداد ساعت:		۴۰	
نوع درس و واحد			
<input type="checkbox"/> نظری	<input type="checkbox"/> پایه		
<input type="checkbox"/> عملی	<input checked="" type="checkbox"/> تخصصی		
<input checked="" type="checkbox"/> نظری-عملی	<input type="checkbox"/> اختیاری		
	<input type="checkbox"/> پایان‌نامه		

نوع آموزش تکمیلی عملی (در صورت نیاز): سفر علمی آزمایشگاه سمینار کارگاه موارد دیگر:

هدف کلی: آشنایی با اصول، اجزا و اثرات حرکت درمانی در پیشگیری و بازتوانی مشکلات عضلانی، مفصلی و اسکلتی

اهداف ویژه:

- آشنایی با مفاهیم عمومی، اهداف و تکنیک‌های حرکت درمانی
 - آشنایی با کاربرد تکنیک‌های حرکت درمانی برای نواحی مختلف بدن
- (ب) مباحث یا سرفصل‌ها:**
- مقدمه‌ای بر حرکت درمانی (تعریف، اهداف، وضعیت‌های شروع و انواع حرکت)
 - مدیریت و ترمیم آسیب‌های بافت نرم
 - ارزیابی بیمار و طراحی برنامه
 - تست‌های حرکتی
 - تکنیک‌های حرکت درمانی (دامنه حرکتی، تمرینات کششی، جنبش‌پذیری، تعادلی، حس عمقی، مقاومتی و عملکردی)
 - کاربرد تکنیک‌های حرکت درمانی برای شانه و کمر بند شانه
 - کاربرد تکنیک‌های حرکت درمانی برای آرنج و ساعد
 - کاربرد تکنیک‌های حرکت درمانی برای مچ دست و دست
 - کاربرد تکنیک‌های حرکت درمانی برای ستون فقرات
 - کاربرد تکنیک‌های حرکت درمانی برای ران
 - کاربرد تکنیک‌های حرکت درمانی برای زانو
 - کاربرد تکنیک‌های حرکت درمانی برای مچ پا و پا
 - حرکت درمانی در محیط‌های ویژه (آب-حالت معلق)

(ت) راهبردهای تدریس و یادگیری متناسب با محتوا و هدف:

روش یاد دهی عموماً بصورت مشترک توسط مدرس کلاس و ارایه پروژه از طرف دانشجو صورت می‌گیرد.

(ث) راهبردهای ارزشیابی (پیشنهادی):

فعالیت‌های کلاسی در طول نیم‌سال: ۴۰ درصد آزمون پایان نیم‌سال: ۶۰ درصد

(ج) ملزومات، تجهیزات و امکانات مورد نیاز برای ارائه: سیستم رایانه‌ای متصل به اینترنت به همراه ویدیو پروژکتور

(چ) فهرست منابع پیشنهادی:

۱. صوفیا نقدی دو رباطی (۱۳۹۴). حرکت درمانی (اصول و روش‌ها). انتشارات ارجمند
۲. محمدحسین علیزاده- رضا رجبی مهدی قیطاسی-هومن مینونژاد (۱۳۹۲). حرکت درمانی. انتشارات دانشگاه تهران
۳. حسن دانشمندی، علی شمسی ماجلان، لیلا مبارک آبادی. (۱۳۹۸) آموزش حرکت درمانی. انتشارات پژوهشگاه تربیت بدنی
۴. حسن دانشمندی، هیمن محمدی، حامد محمودی، بهنام ابراهیمی و فریبا احمد علیدخت (۱۳۹۷) تکنیک‌های توانبخشی در طب ورزشی. انتشارات حتمی
۵. محمدحسین رضوانی- هیمن محمدی- عین اله نادری (۱۳۹۸) کاربرد تمرینات آبی در بازتوانی طب ورزشی و ارتوپدیک و اختلالات جسمانی. انتشارات حتمی

6. Florence P. Kendall, Elizabeth Kendall McCrary, Patricia province, Mary Rodgers, William Anthony Romani(2010): Muscles Testing and Function with Posture and Pain: Lippincott Williams and Wilkins.



عنوان درس به فارسی: سمینار در آسیب‌شناسی ورزشی		عنوان درس به انگلیسی: Seminar in Sport Injuries	
نوع درس و واحد	پایه <input type="checkbox"/> نظری <input checked="" type="checkbox"/>	روش تحقیق و آمار در علوم ورزشی	دروس پیش‌نیاز:
	تخصصی <input checked="" type="checkbox"/> عملی <input type="checkbox"/>		دروس هم‌نیاز:
	اختیاری <input type="checkbox"/> نظری-عملی <input type="checkbox"/>	۲	تعداد واحد:
	پایان‌نامه <input type="checkbox"/>	۳۲	تعداد ساعت:

نوع آموزش تکمیلی عملی (در صورت نیاز): سفر علمی آزمایشگاه سمینار کارگاه موارد دیگر:

هدف کلی: آشنایی با شیوه انجام جدیدترین پژوهش‌ها در حیطه آسیب‌شناسی ورزشی پیشرفته

اهداف ویژه:

- نحوه مطالعه و بررسی انواع مطالعات در حیطه آسیب‌شناسی ورزشی
- مرور عملیاتی شیوه‌های اجرای پژوهش‌ها در حیطه آسیب‌شناسی ورزشی
- یادگیری عملی شیوه‌های انتخاب یک موضوع پژوهشی در حیطه آسیب‌شناسی ورزشی

پ) مباحث یا سرفصل‌ها:

- اخلاق حرفه‌ای در پژوهش (حقوق مولفین، حقوق ناشرین، حقوق همکاران پژوهشگر، حقوق مشارکت جویان)
- شیوه‌های بررسی مقالات مرتبط با یک موضوع انتخابی
- شیوه‌های پیدا کردن و دسته بندی مقالات و سایر اسناد علمی
- راههای کشف جدیدترین زمینه‌های تحقیقاتی و مطالعاتی در حیطه آسیب‌شناسی ورزشی پیشرفته
- نحوه مطالعه و بررسی انواع مطالعات در حیطه آسیب‌شناسی ورزشی پیشرفته
- شیوه‌های کشف چالش‌ها و سوالات جدید از طریق مقالات و مطالعات گذشته
- شیوه‌های نگارش یک پروتکل تحقیقی
- چهارچوب‌های اساسی و کاربردی در نگارش پروپوزال و پایان نامه
- روش نگارش یک مقاله علمی پژوهشی به فرسی و انگلیسی
- نقد قسمت‌های مختلف یک سند علمی
- چگونگی انجام و نقد یک مطالعه مروری سیستماتیک
- کدهای اخلاقی در پژوهش‌های مرتبط با آسیب‌شناسی ورزشی پیشرفته

ت) راهبردهای تدریس و یادگیری متناسب با محتوا و هدف:

روش یاد دهی عموماً بصورت مشترک توسط مدرس کلاس و آرایه پروژه از طرف دانشجو صورت می‌گیرد.

ث) راهبردهای ارزشیابی (پیشنهادی): فعالیت‌های کلاسی در طول نیم‌سال: ۴۰ درصد آزمون پایان نیم‌سال: ۶۰ درصد

ج) ملزومات، تجهیزات و امکانات مورد نیاز برای ارائه: سیستم رایانه‌ای متصل به اینترنت به همراه ویدیو پروژکتور

چ) فهرست منابع پیشنهادی:

۱. مجلات معتبر در دسترس به تشخیص و راهنمایی استاد درس

۲. پایان نامه‌های معتبر در دسترس به تشخیص و راهنمایی استاد درس

1. Susan J. Hall, FACSM, Nancy Getchell (2014). Research Methods in Kinesiology and the Health Sciences. 4 Lippincott Williams & Wilkins, a Wolters Kluwer business
2. Brent L. Arnold, Bruce Michael Gansneder, David H. Perrin (2005); Research methods in athletic training; F.A. Davis Co.
3. Jerry Thomas, Jack Nelson, Stephen Silverman (2010); Research Methods in Physical Activity; 6th Edition; Human kinetics
4. Volker Musahl, Jón Karlsson, Michael T. Hirschmann, Olufemi R. Ayeni, Robert G. Marx, Jason L. Koh, Norimasa Nakamura; Basic Methods Handbook for Clinical Orthopaedic Research. A Practical Guide and Case Based Research Approach, ISAKOS, Springer Nature (2019).



عنوان درس به فارسی: باز توانی پیشرفته آسیب‌های ورزشی		عنوان درس به انگلیسی: Advanced Rehabilitation of Sport Injuries	
نوع درس و واحد	پایه <input type="checkbox"/> نظری <input checked="" type="checkbox"/>	پاتومکانیک آسیب‌های ورزشی آسیب‌شناسی ورزشی پیشرفته	
	تخصصی <input type="checkbox"/> عملی <input type="checkbox"/>	دروس هم‌نیاز:	
	اختیاری <input checked="" type="checkbox"/> نظری-عملی <input type="checkbox"/>	۲	تعداد واحد:
	پایان‌نامه <input type="checkbox"/>	۳۲	تعداد ساعت:

نوع آموزش تکمیلی عملی (در صورت نیاز): سفر علمی آزمایشگاه سمینار کارگاه موارد دیگر:

هدف کلی: آشنایی با توانبخشی حرفه ای در پیشگیری و باز توانی آسیب های ورزشی

اهداف ویژه:

- آشنایی با اصول حرفه ای پیشگیری از بروز آسیب اولیه و آسیب مجدد
- آشنایی با اصول توانبخشی حرفه ای پس از بروز آسیب های ورزشی حاد
- آشنایی با اصول توانبخشی حرفه ای در آسیب های مزمن

پ) مباحث یا سرفصل‌ها:

- مدیریت آسیب های ورزشی (حاد - ناشی از پرکاری)
- روش های غربالگری مختلف ورزشکاران و شناسایی ورزشکاران با خطر بالای بروز آسیب پیش از شروع فعالیت های ورزشی (آزمون های عملکردی)
- اصول پیشگیری از بروز آسیب های ورزشی در رشته های ورزشی مختلف
- فرایند ارزیابی در توانبخشی ورزشی
- اصول روانشناختی در باز توانی ورزشی
- اصول برنامه ریزی علمی و طراحی برنامه های تمرین درمانی در توانبخشی ورزشی آسیب ها در فازهای مختلف ترمیم پس از آسیب (تمرینات ثبات مرکزی، تعادلی، دامنه حرکتی، قدرت، استقامت، عضلانی و قلبی - تنفسی، زنجیره باز و بسته، پلايومتریک، ماساژ)
- جدیدترین پروتکل ها و گام های توانبخشی پس از بروز آسیب های مختلف ورزشی
- آب درمانی و تکنیک های نوین در توانبخشی آسیب های مختلف ورزشی
- تکنیک های کینزیو تپیپینگ

ت) راهبردهای تدریس و یادگیری متناسب با محتوا و هدف:

روش یاد دهی عموماً بصورت مشترک توسط مدرس کلاس و ارایه پروژه از طرف دانشجو صورت می گیرد.

ث) راهبردهای ارزشیابی (پیشنهادی): فعالیت‌های کلاسی در طول نیم‌سال: ۴۰ درصد آزمون پایان نیم‌سال:

ج) ملزومات، تجهیزات و امکانات مورد نیاز برای ارائه: سیستم رایانه‌ای متصل به اینترنت به همراه ویدیو پروژکتور

چ) فهرست منابع پیشنهادی:

1. William Prentice, (2015). *Rehabilitation Techniques for Sports Medicine and Athletic Training, Sixth Edition*. Slack Incorporated. (این کتاب به فارسی ترجمه شده است)

2. Paul Comfort, Earle Abrahamson. (2013). *Sports Rehabilitation and Injury Prevention*. Wiley & son.

(این کتاب به فارسی ترجمه شده است)

3. Darlene Hertling and Randolph M. Kessler. (2005). *Management of Common Musculoskeletal Disorders: Physical Therapy Principles and Methods*. LWW; Fourth edition.

4. *Rehabilitation Techniques for Sports Medicine and Athletic Training: Seventh Edition* Feb 15, 2020 by William E. Prentice.



عنوان درس به فارسی: تمرینات اصلاحی در پیشگیری از آسیب‌های ورزشی		عنوان درس به انگلیسی: Corrective Exercises in Sport Injuries Prevention	
نوع درس و واحد		آسیب شناسی ورزشی پیشرفته	
نظری <input checked="" type="checkbox"/> / پایه <input type="checkbox"/>		دروس هم‌نیاز:	
عملی <input type="checkbox"/> / تخصصی <input type="checkbox"/>		تعداد واحد: ۲	
نظری-عملی <input type="checkbox"/> / اختیاری <input checked="" type="checkbox"/>		تعداد ساعت: ۳۲	
	پایان‌نامه <input type="checkbox"/>		

نوع آموزش تکمیلی عملی (در صورت نیاز): سفر علمی آزمایشگاه سمینار کارگاه موارد دیگر:

هدف کلی: روش‌های ارزیابی اختلالات حرکتی در ورزشکاران و استراتژی‌های حرکات اصلاحی به منظور کاهش خطر بروز آسیب‌های ورزشی

اهداف ویژه:

- آشنایی با تغییرات پاسچرال و آسیب‌های سیستم حرکتی در انسان
- آشنایی با استراتژی‌های تمرینات اصلاحی مرتبط با اختلالات و ناهنجاریهای اندام فوقانی
- آشنایی با استراتژی‌های تمرینات اصلاحی مرتبط با اختلالات و ناهنجاریهای اندام تحتانی

پ) مباحث یا سرفصل‌ها:

- اختلالات حرکتی در ورزشکاران رشته‌های مختلف ورزشی
- روش‌های ارزیابی اختلالات حرکتی در ورزشکاران
- انواع پاسچرال و آسیب‌های مرتبط در ورزشکاران
- نقش غربالگری و شناسایی دفورمیتی‌های اسکلتی-عضلانی در مرحله استعداد یابی ورزشکاران
- نقش دفورمیتی‌های اندام فوقانی در بروز آسیب هنگام اجرای مهارت ورزشی
- نقش دفورمیتی‌های اندام تحتانی در بروز آسیب هنگام اجرای مهارت ورزشی
- نقش ایمبالانس‌های عضلانی ناشی از دفورمیتی‌های بدنی و بروز آسیب‌های ورزشی (آسیب بافت نرم - بافت سخت)
- استراتژی‌ها و پروتکل‌های حرکات اصلاحی مرتبط با اختلالات اندام فوقانی در ورزشکاران رشته‌های مختلف ورزشی
- استراتژی‌ها و پروتکل‌های حرکات اصلاحی مرتبط با اختلالات اندام تحتانی در ورزشکاران رشته‌های مختلف ورزشی
- استراتژی‌ها و پروتکل‌های حرکات اصلاحی مرتبط با ایمبالانس‌های عضلانی در رشته‌های مختلف ورزشی

ت) راهبردهای تدریس و یادگیری متناسب با محتوا و هدف:

روش یاد دهی عموماً بصورت مشترک توسط مدرس کلاس و ارایه پروژه از طرف دانشجو صورت می‌گیرد.

ث) راهبردهای ارزشیابی (پیشنهادی): فعالیت‌های کلاسی در طول نیم‌سال: ۴۰ درصد / آزمون پایان نیم‌سال: ...

ج) ملزومات، تجهیزات و امکانات مورد نیاز برای ارائه: سیستم رایانه‌ای متصل به اینترنت به همراه ویدیو پروژکتور

چ) فهرست منابع پیشنهادی:

1. Kahn, Stuart B., Xu, Rachel Yinfei. (2017); Musculoskeletal Sports and Spine Disorders. Springer.
2. Micheal Clark; Scott Lucett; Brian G Sutton; National Academy of Sports Medicine. (2014). NASM Essentials of Corrective Exercise Training. Burlington, MA : Jones & Bartlett Learning.

ترجمه این کتاب به زبان فارسی موجود است

3. Florence Peterson Kendall, Elizabeth Kendall McCreary, Patricia Geise Provance, Mary McIntyre Rodgers, William Anthony Romani. (2010). Muscles, Testing and Function: With Posture and Pain. Williams & Wilkins.

ترجمه این کتاب به زبان فارسی موجود است

4. Darlene Hertling and Randolph M. Kessler . (2006). Management of Common Musculoskeletal Disorders: Physical Therapy Principles and Methods. Lippincott Williams & Wilkins



عنوان درس به فارسی:		ماساژ ورزشی	
عنوان درس به انگلیسی:		Sport Massage	
دروس پیش‌نیاز:	حرکت شناسی کاربردی	پایه <input type="checkbox"/>	نظری <input type="checkbox"/>
دروس هم‌نیاز:		تخصصی <input type="checkbox"/>	عملی <input type="checkbox"/>
تعداد واحد:	۲	اختیاری <input checked="" type="checkbox"/>	نظری-عملی <input checked="" type="checkbox"/>
تعداد ساعت:	۴۸	پایان‌نامه <input type="checkbox"/>	

نوع آموزش تکمیلی عملی (در صورت نیاز): سفر علمی آزمایشگاه سمینار کارگاه موارد دیگر:

هدف کلی: آشنایی با مفاهیم مربوط به ماساژ و تکنیک‌ها و کاربرد آن در ورزش

اهداف ویژه:

- آشنایی با مفاهیم کلی و اثرات ماساژ ورزشی
- آشنایی با تکنیک‌های عمومی و تخصصی ماساژ ورزشی و کاربرد آن‌ها در عملکرد ورزشکاران، و پیشگیری از آسیب و تانبخشی ورزش
- پ) مباحث یا سرفصل‌ها:**
- تاریخچه ماساژ
- اثرات فیزیولوژیک، روانی و مکانیکی ماساژ
- موارد منع استفاده و احتیاط‌های لازم در طراحی ماساژ، آشنایی با روش‌ها و مهارت‌های پایه‌ای ماساژ (وضعیت قرارگیری دست و انگشتان - تکنیک‌های پایه‌ای ماساژ)
- ملاحظات مربوط به تجهیزات، محیط، اصول بهداشتی اینی در ماساژ
- وضعیت قرارگیری ماساژدهنده و ماساژ گیرنده (روی تخت، صندلی و زمین)
- تکنیک‌های ماساژ ورزشی نگه‌دارنده و ترمیمی
- تکنیک‌های مورد استفاده در ماساژ قبل، هنگام و بعد از مسابقه (Event massage)
- کاربردهای ماساژ ورزشی برای ورزش‌های مختلف
- خود ماساژ برای ورزشکار
- روغن‌ها، کرم‌ها، لوسیون‌های ماساژ
- کاربرد ماساژ در کاهش بروز آسیب و توانبخشی آسیب‌های ورزشی

ت) راهبردهای تدریس و یادگیری متناسب با محتوا و هدف:

روش یاددهی عموماً بصورت مشترک توسط مدرس کلاس و آرایه پروژه از طرف دانشجو صورت می‌گیرد.

ث) راهبردهای ارزشیابی (پیشنهادی): فعالیت‌های کلاسی در طول نیم‌سال: ۴۰ درصد آزمون پایان نیم‌سال:

ج) ملزومات، تجهیزات و امکانات مورد نیاز برای ارائه: سیستم رایانه‌ای متصل به اینترنت به همراه ویدیو پروژکتور

چ) فهرست منابع پیشنهادی:

1. Anders Jelveus, Integrated Sports Massage Therapy: A Comprehensive Handbook, 1st Edition(2012)
(این کتاب به زبان فارسی ترجمه شده است)
2. . Susan Findlay (2010), Sport Massage, Second Edition, Human Kinetics
- ۳ . پاتریشیا بنجامین ؛ لمپ اسکات (مترجم فریبرز هوانلو ؛ حمید طباطبایی) ماساژ ورزشی (۱۳۹۲) ؛ انتشارات بامداد کتاب .
4. Jane Johnson (2011), Deep Tissue Massage, Hands – on Guides for Therapists, Human Kinetics
5. Tim Paine, The Complete Guide to Sports Massage (Complete Guides), 3rd Revised ed. Edition (July 28.2015)
6. Fritz, S. (2012). Sports & Exercise Massage - E-Book: Comprehensive Care in Athletics, Fitness, & Rehabilitation. United Kingdom: Elsevier Health Sciences.



عنوان درس به فارسی:		ورزش معلولین	
عنوان درس به انگلیسی:		Sports for the Disabled	
نوع درس و واحد			
نظری <input checked="" type="checkbox"/>	پایه <input type="checkbox"/>	فیزیولوژی دستگاه عصبی	
عملی <input type="checkbox"/>	تخصصی <input type="checkbox"/>		
نظری-عملی <input type="checkbox"/>	اختیاری <input checked="" type="checkbox"/>	۲	تعداد واحد:
پایان نامه <input type="checkbox"/>		۳۲	تعداد ساعت:

نوع آموزش تکمیلی عملی (در صورت نیاز): سفر علمی آزمایشگاه سمینار کارگاه موارد دیگر:

هدف کلی: آشنایی با اهداف ورزش برای معلولین و افراد با نیازهای خاص و چگونگی مشارکت آنها در فعالیت‌های ورزشی

اهداف ویژه:

- آشنایی با چگونگی ایجاد معلولیت و عواقب مختلف جسمانی، روانی و اجتماعی و طبقه‌بندی معلولیت‌ها
- آشنایی با اهداف و اهمیت ورزش معلولین در راستای برطرف کردن و کاهش عوارض معلولیت
- آشنایی با مفاهیم کلاس بندی ورزشی
- آشنایی با سازمان‌ها و فدراسیون‌های ورزش معلولین و چگونگی برگزاری مسابقات مختلف ورزشی
- آشنایی با معلولیت‌های مختلف و ورزش‌های مربوط به هر طبقه و نوع

پ) مباحث یا سرفصل‌ها:

- چگونگی ایجاد معلولیت و عواقب مختلف جسمانی، روانی و اجتماعی
- سیستم‌های طبقه بندی معلولیت‌ها
- اهداف و اهمیت ورزش معلولین در راستای برطرف کردن و کاهش عوارض معلولیت
- مفاهیم کلاس بندی ورزشی
- سازمان‌ها و فدراسیون‌های ورزش معلولین و چگونگی برگزاری مسابقات مختلف ورزشی
- معلولیت‌های جسمی و ذهنی و روانی (تعاریف، طبقه بندی، پاتوفیزیولوژی...)
- رشته‌های ورزشی در هر نوع معلولیت شامل قوانین و مقررات، طبقه بندی رشته ورزشی مربوطه
- سازگاری‌های محیطی و ورزشی برای مشارکت بیشتر در اجتماع و فعالیت‌های ورزشی

ت) راهبردهای تدریس و یادگیری متناسب با محتوا و هدف:

روش یاددهی عموماً بصورت مشترک توسط مدرس کلاس و آرایه پروژه از طرف دانشجو صورت می‌گیرد.

ث) راهبردهای ارزشیابی (پیشنهادی):

فعالیت‌های کلاسی در طول نیم‌سال: ۴۰ درصد
آزمون پایان نیم‌سال: ۶۰ درصد

ج) ملزومات، تجهیزات و امکانات مورد نیاز برای ارائه:

سیستم رایانه‌ای متصل به اینترنت به همراه ویدیو پروژکتور

چ) فهرست منابع پیشنهادی:

1. Joseph P. Winnick (2010); Adapted Physical Education and Sport; Human kinetics.
2. Davis RW. Teaching disability sport: A guide for physical educators. Human Kinetics; 2011.
3. Hassan D, Dowling S, McConkey R, editors. Sport, coaching and intellectual disability. Routledge; 2014 Jul 17.
4. Martin JJ. Handbook of disability sport and exercise psychology. Oxford University Press; 2018.
۵. دانشمندی، کریمی زاده، نادری فر، کردی، تربیت بدنی و ورزش معلولین، انتشارات حتمی.



عنوان درس به فارسی:		ارزیابی اسکلتی - عضلانی و آسیب‌های ورزشی	
عنوان درس به انگلیسی:		Musculoskeletal Assessment and Sport Injuries	
دروس پیش‌نیاز:	آزمایشگاه آسیب‌شناسی ورزشی	پایه <input type="checkbox"/>	نظری <input checked="" type="checkbox"/>
دروس هم‌نیاز:		تخصصی <input type="checkbox"/>	عملی <input type="checkbox"/>
تعداد واحد:	۲	اختیاری <input checked="" type="checkbox"/>	نظری-عملی <input type="checkbox"/>
تعداد ساعت:	۳۲	پایان‌نامه <input type="checkbox"/>	

نوع آموزش تکمیلی عملی (در صورت نیاز): سفر علمی آزمایشگاه سمینار کارگاه موارد دیگر:

هدف کلی: آشنایی با ارزیابی عضلانی-اسکلتی و نحوه ارزیابی ورزشکاران رشته‌های مختلف ورزشی

اهداف ویژه:

- آشنایی با شیوه‌های مختلف ارزیابی عضلات اسکلتی در نواحی مختلف آناتومیکی بدن
- غربالگری ورزشکاران سالم و آسیب دیده
- (پ) **مباحث یا سرفصل‌ها:**
- اصول و مفاهیم پایه در ارزیابی آسیب‌های عضلات اسکلتی در ورزشکاران آسیب دیده (History, Observation, Examination)
- شناسایی میزان شیوع مشکلات اسکلتی عضلانی در ورزشکاران رشته‌های مختلف ورزشی
- شناسایی عوامل موثر بر مشکلات اسکلتی عضلانی ورزشکاران
- پرسشنامه‌ها و چک لیست‌های ارزیابی آسیب‌های ورزشی، تشکیل پرونده و ثبت اطلاعات و سوابق
- ارتباط میان ارزیابی و پیشگیری از آسیب‌های ورزشکاران
- ارزیابی نواحی مختلف آناتومیک ورزشکاران (سر و ستون فقرات، اندام طرفی، اندام تحتانی،...)
- پرسشنامه‌ها و چک لیست‌های ارزیابی آسیب‌های ورزشی، تشکیل پرونده و ثبت اطلاعات و سوابق

(ت) **راهبردهای تدریس و یادگیری متناسب با محتوا و هدف:**

روش یاد دهی عموماً بصورت مشترک توسط مدرس کلاس و ارایه پروژه از طرف دانشجو صورت می‌گیرد.

(ث) **راهبردهای ارزشیابی (پیشنهادی):**

فعالیت‌های کلاسی در طول نیم‌سال: ۴۰ درصد آزمون پایان نیم‌سال: ۶۰ درصد

(ج) **ملزومات، تجهیزات و امکانات مورد نیاز برای ارائه:** سیستم رایانه‌ای متصل به اینترنت به همراه ویدیو پروژکتور

(چ) **فهرست منابع پیشنهادی:**

۱. مرضیه یاسین، امیر احمدی، فیزیوتراپی در آسیب‌های عضلانی اسکلتی ستون فقرات، تیمورزاده نوین، ۱۳۹۷.

2. Magee, D. J., & Manske, R. C. (2021). Orthopedic physical assessment-E-Book. Saunders.

3. Starkey, C., & Brown, S. D. (2015). Examination of orthopedic & athletic injuries. FA Davis.

4. McRae, R. (2010). Clinical orthopaedic examination. Churchill Livingstone/Elsevier.

5. Helen Hislop, Dale Avers, Marybeth Brown. Daniels and Worthingham's Muscle Testing: Techniques of Manual Examination and Performance Testing. Saunders; 9th edition (January 29, 2013).

6. Sandra J. Shultz, Peggy A. Houglum, David H. Perrin. Examination of Musculoskeletal Injuries. Human Kinetics, 2005.

7. Ronald C. Evans. Illustrated Orthopedic Physical Assessment . Mosby; 3rd edition (December 29, 2008)

8. Jeff G. Konin, Denise Wiksten, Jerome A. Isear Jr., Holly Brader. Special Tests for Orthopedic Examination. Slack Incorporated; 3rd edition (January 15, 2006).



عنوان درس به فارسی:		تجویز تمرینات در پیشگیری از آسیب‌های ورزشی	
عنوان درس به انگلیسی:		Exercises Prescription on Sport Injuries Prevention	
دروس پیش‌نیاز:	آسیب‌شناسی ورزشی پیشرفته	پایه <input type="checkbox"/>	نظری <input checked="" type="checkbox"/>
دروس هم‌نیاز:		تخصصی <input type="checkbox"/>	عملی <input type="checkbox"/>
تعداد واحد:	۲	اختیاری <input checked="" type="checkbox"/>	نظری-عملی <input type="checkbox"/>
تعداد ساعت:	۳۲	پایان‌نامه <input type="checkbox"/>	

نوع آموزش تکمیلی عملی (در صورت نیاز): سفر علمی آزمایشگاه سمینار کارگاه موارد دیگر:

هدف کلی: آشنایی با راهبردها و پروتکل‌های پیشگیری از آسیب‌های ورزشی

اهداف ویژه:

- آشنایی با مفاهیم اپیدمیولوژی آسیب‌های ورزشی
- آشنایی با پروتکل‌های پیشگیری از آسیب‌های ورزشی در رشته‌های مختلف
- (ب) مباحث یا سرفصل‌ها:**
- مفاهیم اپیدمیولوژی آسیب‌های ورزشی (تعاریف آسیب، شیوع، بروز، خطر، نسبت خطر، احتمال خطر، پیش‌بینی و ...)
- سیستم‌های ثبت آسیب‌های ورزشی (NCAA، ...)
- عوامل خطر بیرونی و درونی آسیب‌های ورزشی و فرآیندهای پیش‌بینی آسیب‌ها
- ارزیابی‌های پیش از فصل مسابقات
- مکانیسم‌های آسیب‌های ورزشی و روش‌های بررسی آنها
- راهبردها و پروتکل‌های پیشگیری از آسیب‌های شانه (مانند ۱+ دروازه بانان)
- راهبردها و پروتکل‌های پیشگیری از آسیب‌های مچ پا
- راهبردها و پروتکل‌های پیشگیری از آسیب‌های زانو و ACL (اجرای عملی برنامه‌های PEP, HAMOKNEE, KIPP)
- راهبردها و پروتکل‌های پیشگیری از آسیب‌های عضلات همسترینگ، کشاله ران
- راهبردها و پروتکل‌های پیشگیری از آسیب‌های سر و گردن در ورزش مانند کانکاشن
- نقش تمرینات تعادلی، حس عمقی، ثبات مرکزی در پیشگیری از آسیب‌های ورزشی
- پروتکل‌های پیشگیری از آسیب‌های ورزشی مانند ۱۱+، ۱۱+ کودکان، ...

(ت) راهبردهای تدریس و یادگیری متناسب با محتوا و هدف:

روش یاد دهی عموماً بصورت مشترک توسط مدرس کلاس و آرایه پروژه از طرف دانشجو صورت می‌گیرد.

(ث) راهبردهای ارزشیابی (پیشنهادی):

فعالیت‌های کلاسی در طول نیم‌سال: ۴۰ درصد آزمون پایان نیم‌سال: ۶۰ درصد

(ج) ملزومات، تجهیزات و امکانات مورد نیاز برای ارائه: سیستم رایانه‌ای متصل به اینترنت به همراه ویدیو پروژکتور

(چ) فهرست منابع پیشنهادی:

1. Bahr R, Engebretsen L, editors. Handbook of sports medicine and science: sports injury prevention. John Wiley & Sons; 2011.
2. Comfort, Paul, and Earle Abrahamson, eds. Sports rehabilitation and injury prevention. Chichester: Wiley-Blackwell, 2010."
3. David Joyce, Dan Lewindon, Sports Injury Prevention and Rehabilitation: Integrating Medicine and Science for Performance Solutions 1st Edition, Routledge, 2015.
4. Anderson, Marcia K., Susan J. Hall, and Malissa Martin. Foundations of athletic training: Prevention, assessment, and management. Lippincott Williams & Wilkins, 6ed, 2021.



عنوان درس به فارسی:		روان‌شناسی آسیب‌های ورزشی و بازتوانی	
عنوان درس به انگلیسی:		Psychology of Sport Injuries and Rehabilitation	
نوع درس و واحد		آسیب‌شناسی ورزشی پیشرفته	
نظری <input checked="" type="checkbox"/>	پایه <input type="checkbox"/>		
عملی <input type="checkbox"/>	تخصصی <input type="checkbox"/>		
نظری-عملی <input type="checkbox"/>	اختیاری <input checked="" type="checkbox"/>		
	پایان‌نامه <input type="checkbox"/>		
تعداد واحد:		۲	
تعداد ساعت:		۳۲	

نوع آموزش تکمیلی عملی (در صورت نیاز): سفر علمی آزمایشگاه سمینار کارگاه موارد دیگر:

هدف کلی: آشنایی با جنبه‌های روانشناختی آسیب دیدگی در ورزش و ملاحظات روانشناختی تعامل با ورزشکار آسیب دیده

اهداف ویژه:

- آشنایی با نظریه‌ها و مدل‌های روان‌شناسی آسیب دیدگی در ورزش
 - آشنایی با مداخله روانشناختی در کمک به ورزشکاران آسیب دیده
- (پ) مباحث یا سرفصل‌ها:**

- کلیات روانشناسی آسیب‌های ورزشی
- نظریه‌ها و مدل‌های مرتبط با روان‌شناسی آسیب‌های ورزشی
- کاربرد روان‌شناسی در پیشگیری از آسیب‌های ورزشی
- پاسخ‌های روانشناختی به آسیب‌های ورزشی
- رویکرد روانشناختی به درد در ورزشکاران
- هدف‌گزینی و نقش آن در بازتوانی ورزشکار آسیب دیده
- مهارت‌های ارتباط و تعامل با ورزشکار آسیب دیده
- تصویرسازی ذهنی و روش‌های آرام‌سازی در بازتوانی ورزشکار آسیب دیده
- خودگفتاری در بازتوانی ورزشکار آسیب دیده
- حمایت اجتماعی در بازتوانی ورزشکار آسیب دیده
- جنبه‌های روانشناختی بازگشت ورزشکار آسیب دیده به ورزش

(ت) راهبردهای تدریس و یادگیری متناسب با محتوا و هدف:

روش یاددهی عموماً بصورت مشترک توسط مدرس کلاس و ارایه پروژه از طرف دانشجو صورت می‌گیرد.

(ث) راهبردهای ارزشیابی (پیشنهادی): فعالیت‌های کلاسی در طول نیم‌سال: ۴۰ درصد آزمون پایان نیم‌سال: ۶۰ درصد

(ج) ملزومات، تجهیزات و امکانات مورد نیاز برای ارائه: سیستم رایانه‌ای متصل به اینترنت به همراه ویدیو پروژکتور

(چ) فهرست منابع پیشنهادی:

۱. عبدلی، بهروز و فقهی، ایمان (۱۳۹۲). کاربرد روان‌شناسی در پزشکی ورزشی، انتشارات حتمی.

2- Arvinen-Barrow W. and Walker. natalie J (2013). The psychology of sport injury and rehabilitation, Routledge.

3- Brewere. Britton W. and Remond, Charles. J (2017) psychological strategies for athletic training, Human Kinetics.



عنوان درس به فارسی:		کارورزی در آسیب‌شناسی ورزشی	
عنوان درس به انگلیسی:		Internship in Sport Injuries	
نوع درس و واحد			
<input type="checkbox"/> نظری	<input type="checkbox"/> پایه	پیشگیری از آسیب‌های ورزشی و بازگشت به ورزش	
<input checked="" type="checkbox"/> عملی	<input type="checkbox"/> تخصصی		
<input type="checkbox"/> نظری-عملی	<input checked="" type="checkbox"/> اختیاری	۲	تعداد واحد:
<input type="checkbox"/> پایان‌نامه		۱۲۸	تعداد ساعت:

نوع آموزش تکمیلی عملی (در صورت نیاز): سفر علمی آزمایشگاه سمینار کارگاه موارد دیگر:

هدف کلی: تجربه واقعی و عملی از مهارت‌های آموخته شده در طول دوران تحصیل بعنوان یک دانش آموخته آسیب‌شناسی ورزشی در مراکز توانبخشی

اهداف ویژه:

- فراهم آوردن تجربه عملی برای دانشجویان در فهم، تشخیص، ارزیابی، پیشگیری و توانبخشی آسیب‌های ورزشی تحت نظارت یک متخصص در مراکز یا کلینیک‌های مربوطه

پ) مباحث یا سرفصل‌ها:

- آشنایی با بخشها و ابزارهای مختلف محیط‌های کلینیکی و مراکز توانبخشی آسیب‌های ورزشی
- اجرای عملی فرآیندهای ارزیابی ورزشکار آسیب دیده در مراکز و کلینیک‌های مربوطه
- اجرای عملی فرآیندهای طراحی و تجویز تمرینات توانبخشی برای بهبود و بازگشت به ورزش یک ورزشکار آسیب دیده

ت) راهبردهای تدریس و یادگیری متناسب با محتوا و هدف: روش یاد دهی عموماً بصورت پروژه عملی توسط دانشجو و با مشارکت و تدریس مدرس در موارد خاص صورت می‌گیرد.

ث) راهبردهای ارزشیابی (پیشنهادی):

فعالیت‌های کلاسی در طول نیم‌سال: ۸۰ درصد آزمون پایان نیم‌سال: ۲۰ درصد

ج) ملزومات، تجهیزات و امکانات مورد نیاز برای ارائه: سیستم رایانه ای متصل به اینترنت به همراه ویدیو پروژکتور

چ) فهرست منابع پیشنهادی:

۱. با توجه به ماهیت عملی این درس، متناسب با شرایط دانشجویان منابع مختلف پیشنهاد خواهد شد.



فصل سوم

ویژگی‌های دروس

گرایش تربیت بدنی سازگاران و ورزش معلولین



عنوان درس به فارسی:		روش تحقیق و آمار در علوم ورزشی	
عنوان درس به انگلیسی:		Research Methods and Statistics in Sport Sciences	
نوع درس و واحد		ندارد	پایه <input type="checkbox"/> نظری <input checked="" type="checkbox"/>
		ندارد	تخصصی <input checked="" type="checkbox"/> عملی <input type="checkbox"/>
		۲	اختیاری <input type="checkbox"/> نظری-عملی <input type="checkbox"/>
		۳۲	پایان نامه <input type="checkbox"/>
تعداد واحد:	۲		
تعداد ساعت:	۳۲		

نوع آموزش تکمیلی عملی (در صورت نیاز): سفر علمی آزمایشگاه سمینار کارگاه موارد دیگر:

هدف کلی: آشنایی با فرایندها و نحوه انجام تحقیق

اهداف ویژه:

- آشنایی با انواع روش‌های تحقیق
- آشنایی با آمار و اندازه‌گیری در تربیت بدنی و علوم ورزشی
- پ) مباحث یا سرفصل‌ها:**
 - پروسه و انجام تحقیق:
 - مقدمات تحقیق در تربیت بدنی و علوم ورزشی
 - نحوه نگارش تحقیق و بررسی و نقد ادبیات پیشینه
 - نحوه نگارش پروپوزال تحقیق به همراه رعایت اخلاق در تحقیق
 - انواع روش‌های تحقیق (تحقیق تجربی، تحقیق توصیفی، تحقیق کیفی و سایر روش‌های تحقیق)
 - آمار و اندازه‌گیری در تربیت بدنی و علوم ورزشی
 - مفاهیم بنیادی آمار
 - یافتن ارتباط بین متغیرها، یافتن تفاوت بین گروهها
 - تست‌های آماری ناپارامتریک، اندازه‌گیری متغیر در تحقیق و انتخاب تست مناسب برای طرح‌های تحقیقی مختلف
- ت) راهبردهای تدریس و یادگیری متناسب با محتوا و هدف:**
روش یاد دهی عموماً بصورت مشترک توسط مدرس کلاس و ارایه پروژه از طرف دانشجو صورت می‌گیرد.
ث) راهبردهای ارزشیابی (پیشنهادی):

فعالیت‌های کلاسی در طول نیم‌سال: ۶۰ درصد آزمون پایان نیم‌سال: ۴۰ درصد

ج) ملزومات، تجهیزات و امکانات مورد نیاز برای ارائه:

سیستم رایانه‌ای متصل به اینترنت به همراه ویدیو پروژکتور

چ) فهرست منابع پیشنهادی:

۱. رسول حمایت طلب (۱۳۹۴). آمار در تربیت بدنی و علوم ورزشی. انتشارات علم و حرکت

۲. کاظم‌نژاد، انوشیروان، خلخالی، حمیدرضا، کاظم‌پور دیزجی، مهدی (۱۳۸۰)؛ ۱۰۰ آزمون آماری به همراه راهنمای نرم افزار SPSS تحت

ویندوز، موسسه فرهنگی هنری دیباگران تهران؛ تهران.

3. Stacey Plichta Kellar ScD CPH, Elizabeth Kelvin PhD MPH; Munro's Statistical Methods for Health Care Research 6th Edition (2012). LWW; 6 editions

(ترجمه این کتاب به زبان فارسی موجود است)

4. Susan J. Hall, FACSM, Nancy Getchell (2014). Research Methods in Kinesiology and the Health Sciences. 4 Lippincott Williams & Wilkins, a Wolters Kluwer business

5. Brent L. Arnold, Bruce Michael Gansneder, David H. Perrin (2005); Research methods in athletic training; F.A. Davis Co.



عنوان درس به فارسی:		حرکت‌شناسی کاربردی	
عنوان درس به انگلیسی:		Applied Kinesiology	
دروس پیش‌نیاز:	ندارد	پایه <input type="checkbox"/>	نظری <input checked="" type="checkbox"/>
دروس هم‌نیاز:	ندارد	تخصصی <input checked="" type="checkbox"/>	عملی <input type="checkbox"/>
تعداد واحد:	۲	اختیاری <input type="checkbox"/>	نظری-عملی <input type="checkbox"/>
تعداد ساعت:	۳۲	پایان‌نامه <input type="checkbox"/>	

نوع آموزش تکمیلی عملی (در صورت نیاز): سفر علمی آزمایشگاه سمینار کارگاه موارد دیگر:

هدف کلی: آشنایی با کاربردهای حرکت‌شناسی در شناسایی نقایص حرکتی، ناهنجاری‌های قامتی و بازتوانی و پیشگیری از آسیب‌های ورزشی در معلولین

اهداف ویژه:

- آشنایی با مفاهیم پایه حرکت‌شناسی مانند صفحات و محورهای حرکتی مفاصل، عملکرد و نقش‌های عضلات
- آشنایی با تجزیه و تحلیل حرکات ورزشی و نقایص حرکتی
- آشنایی با سندروم‌ها و اختلالات دستگاه عضلانی اسکلتی، به ویژه در انواع معلولیت‌ها

ب) مباحث یا سرفصل‌ها:

- مفاهیم پایه حرکت‌شناسی مانند استئوکینماتیک، آرتروکینماتیک، کاربرد اهرم‌ها
- پاسچر و هماهنگی بخش‌های مختلف بدن در حفظ وضعیت نرمال
- رفتار بافت‌های مختلف بدن انسان در مقابل اعمال نیروهای مختلف (نمودارهای استرس-استرین، ویژگی الاستیسیته، ویسکو الاستیسیته، استرس ریلکسیشن و...)
- کنترل حرکت و تعادل سیستم حرکتی در شرایط طبیعی و معلولیت
- اصول پایه بیومکانیک (اهرم‌ها، گشتاورها، نیروها) و کاربرد آنها در تجزیه و تحلیل حرکت
- اختلالات رشدی و ارتباط آنها با سیستم عصبی عضلانی و اسکلتی
- پاتوکینزیولوژی آسیب‌های ورزشی و استرس‌های محیطی معلولیت‌های مختلف
- تجزیه و تحلیل حرکات و نقص‌های حرکتی کمر بند شانه، کمر بند لگنی، مفصل زانو، مفصل مچ پا
- تجزیه و تحلیل راه رفتن و انواع نقایص راه رفتن

ت) راهبردهای تدریس و یادگیری متناسب با محتوا و هدف:

روش یاد دهی عموماً توسط مدرس کلاس و نیز ارائه پروژه از طرف دانشجو صورت می‌گیرد.

ث) راهبردهای ارزشیابی (پیشنهادی):

- فعالیت‌های کلاسی در طول نیم‌سال: ۴۰ درصد
- آزمون پایان نیم‌سال: ۶۰ درصد
- ج) ملزومات، تجهیزات و امکانات مورد نیاز برای ارائه:
- سیستم رایانه‌ای متصل به اینترنت به همراه ویدیو پروژکتور

چ) فهرست منابع پیشنهادی:

1. DA, N. (2016). Neumann DA. Axial skeleton: osteology and arthrology. Kinesiology of the Musculoskeletal System: Foundations for Rehabilitation 3rd ed. Saint Louis: Mosby, 784.
 2. Oatis, C. A. (2017). Kinesiology: the mechanics and pathomechanics of human movement. Wolters Kluwer.
- این کتاب به زبان فارسی ترجمه شده است.
3. Houglum, P. A., & Bertoti, D. B. (2011). Brunnstrom's clinical kinesiology. FA Davis.
 4. Lippert, L. S., & Minor, M. A. D. (2017). Laboratory Manual for Clinical Kinesiology and Anatomy. FA Davis.
 5. Bronstein, A., & Brandt, T. (2004). Clinical disorders of balance posture and gait. CRC Press.



عنوان درس به فارسی:		پاتوفیزیولوژی معلولیت‌ها	
عنوان درس به انگلیسی:		Pathophysiology of Disabilities	
دروس پیش‌نیاز:	ندارد	پایه <input type="checkbox"/>	نظری <input checked="" type="checkbox"/>
دروس هم‌نیاز:	ندارد	تخصصی <input checked="" type="checkbox"/>	عملی <input type="checkbox"/>
تعداد واحد:	۲	اختیاری <input type="checkbox"/>	نظری-عملی <input type="checkbox"/>
تعداد ساعت:	۳۲	پایان‌نامه <input type="checkbox"/>	

نوع آموزش تکمیلی عملی (در صورت نیاز): سفر علمی آزمایشگاه سمینار کارگاه موارد دیگر:

هدف کلی: آشنایی با پاتوفیزیولوژی بیماری‌ها و معلولیت‌های شایع

اهداف ویژه:

- آشنایی با پاتوفیزیولوژی بیماری‌های شایع
 - آشنایی با پاتوفیزیولوژی معلولیت‌های جسمی
 - آشنایی با پاتوفیزیولوژی معلولیت‌های حسی
 - آشنایی با پاتوفیزیولوژی معلولیت‌های ذهنی
- پ) مباحث یا سرفصل‌ها:**
- همه گیر شناسی بیماری‌های عصبی عضلانی اسکلتی
 - پاتوفیزیولوژی اختلالات دستگاه عصبی مرکزی
 - پاتوفیزیولوژی اختلالات دستگاه عصبی محیطی
 - پاتوفیزیولوژی اختلالات عضلانی
 - پاتوفیزیولوژی اختلالات استخوانی و مفصلی
 - پاتوفیزیولوژی اختلالات تنفسی
 - پاتوفیزیولوژی اختلالات رفتاری
 - پاتوفیزیولوژی اختلالات ذهنی
 - پاتوفیزیولوژی اختلالات حسی

ت) راهبردهای تدریس و یادگیری متناسب با محتوا و هدف:

روش یاد دهی عموماً توسط مدرس کلاس و نیز ارائه پروژه از طرف دانشجو صورت می‌گیرد.

ث) راهبردهای ارزشیابی (پیشنهادی):

فعالیت‌های کلاسی در طول نیم‌سال: ۴۰ درصد

آزمون پایان نیم‌سال: ۶۰ درصد

ج) ملزومات، تجهیزات و امکانات مورد نیاز برای ارائه:

سیستم رایانه‌ای متصل به اینترنت به همراه ویدیو پروژکتور

چ) فهرست منابع پیشنهادی:

1. Ellison, D., Love, S., Chimelli, L. M. C., Harding, B., Lowe, J. S., Vinters, H. V., & Yong, W. H. (2012). Neuroanatomy: a reference text of CNS pathology. Elsevier Health Sciences.
2. Loeffler, A. G., & Hart, M. N. (2014). Introduction to Human Disease (book): Pathophysiology for Health Professionals. Jones & Bartlett Publishers.
3. Evans, R. (2011). Campbell's Pathophysiology Notes. Nursing Standard (through 2013), 25(32), 31.
4. Grossman, S. (2013). Porth's pathophysiology: Concepts of altered health states. Lippincott Williams & Wilkins.
5. Bronstein, A., & Brandt, T. (2004). Clinical disorders of balance, posture and gait. CRC Press.



عنوان درس به فارسی:		ورزش معلولین	
عنوان درس به انگلیسی:		Sports for the Disabled	
دروس پیش‌نیاز:	پاتوفیزیولوژی معلولیت‌ها		
دروس هم‌نیاز:	تخصصی <input checked="" type="checkbox"/> نظری <input type="checkbox"/> پایه <input type="checkbox"/> عملی <input type="checkbox"/>		
تعداد واحد:	۲	اختیاری <input type="checkbox"/> نظری-عملی <input type="checkbox"/>	
تعداد ساعت:	۳۲	پایان‌نامه <input type="checkbox"/>	

نوع آموزش تکمیلی عملی (در صورت نیاز): سفر علمی آزمایشگاه سمینار کارگاه موارد دیگر:

هدف کلی: آشنایی با اهداف، کارکرد و برنامه‌های تربیت بدنی سازگاران و ورزش معلولین

اهداف ویژه:

- آشنایی با انواع معلولیت و کم توانی
- آشنایی با اهداف تربیت بدنی سازگاران و ورزش معلولین
- آشنایی با روش‌های به‌کارگیری تربیت بدنی سازگاران و ورزش معلولین
- (پ) **مباحث یا سرفصل‌ها:** آشنایی با تعاریف معلولیت
- تاریخچه تربیت بدنی سازگاران و ورزش معلولین
- فلسفه تربیت بدنی سازگاران و ورزش معلولین
- انواع معلولیت‌ها
- انواع کلاس بندی معلولین
- نیازهای ویژه معلولین
- اصول و اهداف تربیت بدنی سازگاران و ورزش معلولین
- قوانین مهم در تربیت بدنی سازگاران و ورزش معلولین
- رشته‌های ورزشی معلولین
- افراد مشمول قانون آموزش معلولین
- برنامه‌ریزی برای ورزش سازگاران در مدرسه و جامعه
- (ت) **راهبردهای تدریس و یادگیری متناسب با محتوا و هدف:**

روش یاد دهی عموماً توسط مدرس کلاس و نیز ارایه پروژه از طرف دانشجو صورت می‌گیرد.

(ث) **راهبردهای ارزشیابی (پیشنهادی):**

- فعالیت‌های کلاسی در طول نیم‌سال: ۴۰ درصد
- ملزومات، تجهیزات و امکانات مورد نیاز برای ارائه:
- سیستم رایانه‌ای متصل به اینترنت به همراه ویدیو پروژکتور

(ج) **فهرست منابع پیشنهادی:**

1. Winnick J and David L. Porretta (2016); adapted physical education and sport; human kinetics
2. Kelly LE. (2019); adapted physical education national standards; human kinetics
3. Zittel, L., Pyfer, J. and Auxter, D., (2016). Principles and methods of adapted physical education & recreation. Jones & Bartlett Publishers.



عنوان درس به فارسی:		پزشکی ورزشی تطبیقی	
عنوان درس به انگلیسی:		Adaptive Sports Medicine	
دروس پیش‌نیاز:	ندارد	پایه <input type="checkbox"/>	نظری <input checked="" type="checkbox"/>
دروس هم‌نیاز:	ندارد	تخصصی <input checked="" type="checkbox"/>	عملی <input type="checkbox"/>
تعداد واحد:	۲	اختیاری <input type="checkbox"/>	نظری-عملی <input type="checkbox"/>
تعداد ساعت:	۳۲	پایان‌نامه <input type="checkbox"/>	

نوع آموزش تکمیلی عملی (در صورت نیاز): سفر علمی آزمایشگاه سمینار کارگاه موارد دیگر:

هدف کلی: آشنایی با اصول و ملاحظات پزشکی ورزشی در تربیت بدنی سازگاران و ورزش معلولین

اهداف ویژه:

- آشنایی با اصول پزشکی ورزشی برای ایجاد و حفظ عملکرد مطلوب جسمانی در افراد و ورزشکاران معلول
- آشنایی با ملاحظات پزشکی ورزشی در مراقبت از ورزشکاران معلول در رشته‌های مختلف ورزشی

پ) مباحث یا سرفصل‌ها:

- تاریخچه و حقوق معلولین در جامعه و ایجاد زمینه مساعد برای رشد
- ملاحظات پزشکی ورزشی تطبیقی
- آسیب‌شناسی رشته‌های ورزشی معلولین
- مراقبت از ورزشکاران رشته‌های ورزشی تطبیقی
- توانبخشی ورزشکاران رشته‌های ورزشی تطبیقی
- ملاحظات جراحی در ورزشکاران رشته‌های ورزشی تطبیقی
- فناوری و بیومکانیک پروتزهای ورزشی تطبیقی
- فن‌آوری ورزشی ویلچری و بیومکانیک

ت) راهبردهای تدریس و یادگیری متناسب با محتوا و هدف:

روش یاد دهی عموماً توسط مدرس کلاس و نیز ارائه پروژه از طرف دانشجو صورت می‌گیرد.

ث) راهبردهای ارزشیابی (پیشنهادی):

فعالیت‌های کلاسی در طول نیم‌سال: ۴۰ درصد
آزمون پایان نیم‌سال: ۶۰ درصد

ج) ملزومات، تجهیزات و امکانات مورد نیاز برای ارائه:

سیستم رایانه‌ای متصل به اینترنت به همراه ویدیو پروژکتور

چ) فهرست منابع پیشنهادی:

1. De Luigi, A. J. (Ed.). (2017). Adaptive Sports Medicine: A Clinical Guide. Springer.
2. Vanlandewijck, Y. C., & Thompson, W. R. (Eds.). (2011). Handbook of Sports Medicine and Science: The Paralympic Athlete. John Wiley & Sons.
3. Kjaer, M., Krogsgaard, M., Magnusson, P., Engebretsen, L., Roos, H., Takala, T., & Woo, S. L. (Eds.). (2008). textbook of sports medicine: Basic science and clinical aspects of sports injury and physical activity. John Wiley & Sons.



عنوان درس به فارسی: آموزش در تربیت بدنی سازگاران		عنوان درس به انگلیسی: Education in Adapted Physical Education	
نوع درس و واحد	پایه <input type="checkbox"/> نظری <input checked="" type="checkbox"/>	ورزش معلولین	دروس پیش‌نیاز:
	تخصصی <input checked="" type="checkbox"/> عملی <input type="checkbox"/>		دروس هم‌نیاز:
	اختیاری <input type="checkbox"/> نظری-عملی <input type="checkbox"/>		تعداد واحد: ۲
	پایان‌نامه <input type="checkbox"/>		تعداد ساعت: ۳۲

نوع آموزش تکمیلی عملی (در صورت نیاز): سفر علمی آزمایشگاه سمینار کارگاه موارد دیگر:

هدف کلی: آشنایی با شیوه‌های آموزش و برقراری ارتباط در تربیت بدنی سازگاران و ورزش معلولین

اهداف ویژه:

- آشنایی با استانداردهای آموزشی تربیت بدنی سازگاران و ورزش معلولین
- آشنایی با اصول و روش‌های تدریس تربیت بدنی برای معلولین

پ) مباحث یا سرفصل‌ها:

- اصول و ملاحظات آموزش تربیت بدنی در افراد با کم توانی ذهنی
- فردی سازی برنامه‌های آموزشی در تربیت بدنی سازگاران و ورزش معلولین
- آموزش تلفیقی
- آموزش تغییر رفتار
- استراتژی‌های ساختارمند برای تربیت بدنی معلولین
- آموزش تئوری‌های کاربردی یادگیری و مربیگری در ورزش و تربیت بدنی
- تأکید بر درک نظریه‌ها و استراتژی‌های مختلف مربیگری / یادگیری
- طراحی تمرین عملی و برنامه‌های بازی و یادگیری
- سبک‌های مختلف یادگیری از طریق مشاهده، تجزیه و تحلیل و مهارت‌های انتقادی

ت) راهبردهای تدریس و یادگیری متناسب با محتوا و هدف:

روش یاد دهی عموماً توسط مدرس کلاس و نیز ارایه پروژه از طرف دانشجو صورت می‌گیرد.

ث) راهبردهای ارزشیابی (پیشنهادی):

- فعالیت‌های کلاسی در طول نیم‌سال: ۴۰ درصد
- آزمون پایان نیم‌سال: ۶۰ درصد
- ج) ملزومات، تجهیزات و امکانات مورد نیاز برای ارائه:
- سیستم رایانه‌ای متصل به اینترنت به همراه ویدیو پروژکتور

چ) فهرست منابع پیشنهادی:

1. Zittel, L., Pyfer, J., & Auxter, D. (2016). Principles and methods of adapted physical education & recreation. Jones & Bartlett Publishers.
2. Carpenter, B., Egerton, J., Cockbill, B., Bloom, T., Fotheringham, J., Rawson, H., & Thistlethwaite, J. (2015). Engaging Learners with Complex Learning Difficulties and Disabilities: A resource book for teachers and teaching assistants. Routledge.
3. Block, M. E. (2007). A teacher's guide to including students with disabilities in general physical education: ERIC
4. Lewis, A., & Norwich, B. (2004). Special teaching for special children? Pedagogies for inclusion: A pedagogy for inclusion? McGraw-Hill Education (UK).
5. Horvat, M., Kelly, L., Block, M., & Croce, R. (2018). Developmental and Adapted Physical Activity Assessment, 2E. Human Kinetics.



عنوان درس به فارسی: تجویز فعالیت ورزشی برای معلولین			
عنوان درس به انگلیسی: Exercise Prescription for the Disabled	نوع درس و واحد		
دروس پیش‌نیاز:	پایه <input type="checkbox"/> نظری <input checked="" type="checkbox"/>		
دروس هم‌نیاز:	تخصصی <input checked="" type="checkbox"/> عملی <input type="checkbox"/>		
تعداد واحد: ۲	اختیاری <input type="checkbox"/> نظری-عملی <input type="checkbox"/>		
تعداد ساعت: ۳۲	پایان‌نامه <input type="checkbox"/>		

نوع آموزش تکمیلی عملی (در صورت نیاز): سفر علمی آزمایشگاه سمینار کارگاه موارد دیگر:

هدف کلی: آشنایی با نیازمندی‌های حرکتی معلولین و طراحی برنامه‌های تمرینی منطبق با نیاز برای گروه‌های مختلف معلولین
اهداف ویژه:

- آشنایی با اولویت‌ها و نیازهای تمرینی معلولیت‌ها
- آشنایی با اصول کلی علم تمرین برای طراحی برنامه‌های تمرینی
- آشنایی با برنامه‌ریزی و زمان بندی مدالیته‌های مختلف تمرینی

پ) مباحث یا سرفصل‌ها:

- شناسایی نیازهای حرکتی و مهارتی معلولین
- اصول طراحی تمرینات رهاسازی
- اصول طراحی تمرینات دامنه حرکتی و انعطاف پذیری
- اصول طراحی تمرینات کششی، مقاومتی، هوازی، بی‌هوازی
- اصول طراحی تمرینات هوازی و بی‌هوازی
- اصول طراحی تمرینات عملکردی
- برنامه‌ریزی تمرین برای رقابت
- طراحی تمرین با وسایل تمرینی مختلف
- طراحی تمرین در آب
- طراحی تمرینات مختلف با وزن بدن

ت) راهبردهای تدریس و یادگیری متناسب با محتوا و هدف:

روش یاد دهی عموماً توسط مدرس کلاس و نیز ارائه پروژه از طرف دانشجو صورت می‌گیرد.

ث) راهبردهای ارزشیابی (پیشنهادی):

- فعالیت‌های کلاسی در طول نیم‌سال: ۴۰ درصد
- آزمون پایان نیم‌سال: ۶۰ درصد
- ج) ملزومات، تجهیزات و امکانات مورد نیاز برای ارائه:
سیستم رایانه‌ای متصل به اینترنت به همراه ویدیو پروژکتور

چ) فهرست منابع پیشنهادی:

1. Pescatello, L.S., Riebe, D. and Thompson, P.D. eds., 2014. ACSM's guidelines for exercise testing and prescription. Lippincott Williams & Wilkins.
2. Taylor, J. Andrew, ed. The physiology of exercise in spinal cord injury. Springer US, 2016.
3. Moore, G., Durstine, J. L., Painter, P., & American College of Sports Medicine. (2016). Acsm's exercise management for persons with chronic diseases and disabilities, 4E. Human Kinetics.
4. Swain, D. P., Brawner, C. A., & American College of Sports Medicine. (2014). ACSM's resource manual for guidelines for exercise testing and prescription. Wolters Kluwer Health/Lippincott Williams & Wilkins.
5. Skinner, J. S. (Ed.). (2005). Exercise testing and exercise prescription for special cases: theoretical basis and clinical application. Lippincott Williams & Wilkins.



عنوان درس به فارسی: آزمایشگاه تربیت بدنی سازگاران و ورزش معلولین		عنوان درس به انگلیسی: Laboratory of Adapted Physical Education and Sports for the Disabled	
نوع درس و واحد		دروس پیش‌نیاز:	
نظری <input type="checkbox"/>	پایه <input type="checkbox"/>	ورزش معلولین حرکت‌شناسی کاربردی	
عملی <input type="checkbox"/>	تخصصی <input checked="" type="checkbox"/>	دروس هم‌نیاز:	
نظری-عملی <input checked="" type="checkbox"/>	اختیاری <input type="checkbox"/>	۲	تعداد واحد:
پایان‌نامه <input type="checkbox"/>		۵۶	تعداد ساعت:

نوع آموزش تکمیلی عملی (در صورت نیاز): سفر علمی آزمایشگاه سمینار کارگاه موارد دیگر:

هدف کلی: آشنایی با ابزارهای آزمایشگاهی و روش‌های اندازه‌گیری ویژگی‌های جسمانی، حرکتی، مهارتی و روانی افراد و ورزشکاران دارای معلولیت

اهداف ویژه:

- آشنایی با اهداف، اصول و ارزیابی جسمانی افراد دارای کم توانی
- آشنایی و فراگیری ابزارها، آزمون‌ها و روش اندازه‌گیری فاکتورهای جسمانی، شناختی و روانی در افراد دارای کم توانی
- آشنایی با روش‌های انجام غربالگری و ارزیابی اختلالات اسکلتی عضلانی در افراد و ورزشکاران دارای معلولیت
- آشنایی با آزمون‌های آزمایشگاهی و میدانی‌های ویژه سنجش آمادگی جسمانی مرتبط با سلامت و مهارت در افراد معلول

(پ) مباحث یا سرفصل‌ها:

- نحوه استفاده از ابزارهای آزمایشگاهی مرتبط با سنجش بدنی در افراد و ورزشکاران دارای معلولیت
- ملاحظات اخلاقی در ارزیابی‌های بدنی و حرکتی افراد معلول
- نحوه اجرای تست‌های میدانی مرتبط با آمادگی در افراد و ورزشکاران دارای معلولیت
- نحوه ارزیابی طول و قدرت عضلات در افراد و ورزشکاران دارای معلولیت
- نحوه انجام غربالگری و ارزیابی اختلالات وضعیتی و ساختاری اسکلتی عضلانی در افراد و ورزشکاران دارای معلولیت
- نحوه انجام ارزیابی‌های پیش از فصل، حین فصل و پس از فصل در و ورزشکاران دارای معلولیت
- نحوه انجام آزمون‌های آمادگی عملکردی و الگوهای حرکتی در ورزش و اجرا در افراد و ورزشکاران دارای معلولیت
- نحوه انجام ارزیابی آمادگی جسمانی مرتبط با سلامت و مهارت در افراد و ورزشکاران دارای معلولیت
- نرم افزارها و اپلیکیشن‌های ارزیابی قامت

(ت) راهبردهای تدریس و یادگیری متناسب با محتوا و هدف:

روش یاد دهی عموماً توسط مدرس کلاس و نیز ارائه پروژه از طرف دانشجو صورت می‌گیرد.

(ث) راهبردهای ارزشیابی (پیشنهادی):

فعالیت‌های کلاسی در طول نیم‌سال: ۴۰ درصد آزمون پایان نیم‌سال: ۶۰ درصد

(ج) ملزومات، تجهیزات و امکانات مورد نیاز برای ارائه:

سیستم رایانه‌ای متصل به اینترنت به همراه ویدیو پروژکتور- آزمایشگاه مجهز (تخته معاینه، تشک، متر نوازی، گونیامتر، صفحه شش‌نعلی، راکت‌های ورزشی، حرکات عملکردی- صفحه نیروسنج- دستگاه آنالیز حرکت- خط کش منعطف- کایفومتر- اسکلیومتر- اینکلاینومتر و غیره)

(چ) فهرست منابع پیشنهادی:

۱. رضا رجیبی، هادی صمدی (۱۳۹۵). آزمایشگاه حرکات اصلاحی. چاپ سوم، انتشارات دانشگاه تهران.

2. Magee, D. J., & Manske, R. C. (2021). Orthopedic physical assessment-E-Book. Saunders.
3. Horvat, M., Kelly, L., Block, M., & Croce, R. (2018). Developmental and Adapted Physical Activity Assessment, 2E. Human Kinetics.
4. Winnick, J., & Short, F. X. (2014). Brockport physical fitness test manual: a health-related assessment for youngsters with disabilities. Human Kinetics.
5. Levine, D., Richards, J., & Whittle, M. W. (2012). Whittle's Gait Analysis-E-Book. Elsevier health sciences.



عنوان درس به فارسی:		سمینار در تربیت بدنی سازگاران و ورزش معلولین	
عنوان درس به انگلیسی:		Seminar in Adapted Physical Education and Sports for the Disabled	
نوع درس و واحد			
نظری <input checked="" type="checkbox"/>	پایه <input type="checkbox"/>	روش پژوهش و آمار در علوم ورزشی ورزش معلولین	
عملی <input type="checkbox"/>	تخصصی <input checked="" type="checkbox"/>	دروس هم‌نیاز:	
نظری-عملی <input type="checkbox"/>	اختیاری <input type="checkbox"/>	۲	تعداد واحد:
پایان‌نامه <input type="checkbox"/>		۳۲	تعداد ساعت:

نوع آموزش تکمیلی عملی (در صورت نیاز): سفر علمی آزمایشگاه سمینار کارگاه موارد دیگر:

هدف کلی: آشنایی با مطالب معاصر و مهم در زمینه تربیت بدنی سازگاران و ورزش معلولین و جهت دهی به مطالعه و جمع‌آوری اطلاعات اولیه در خصوص یکی از مطالب مورد نظر تا حد نگارش پروپوزال پایان‌نامه کارشناسی ارشد

اهداف ویژه:

- آشنایی با تازه‌های رشته تربیت بدنی سازگاران وابسته به موضوع پایان‌نامه احتمالی
- آشنایی با شیوه نقد مقالات
- آشنایی با شیوه نوشتن پروپوزال و مقالات علمی
- آشنایی با چگونگی ارائه پروژه‌های کلاسی، کنفرانس‌های علمی و جلسه دفاع پایان‌نامه

پ) مباحث یا سرفصل‌ها:

- تازه‌های گرایش تربیت بدنی سازگاران به همراه اطلاعات و ادبیات وابسته به موضوع پایان‌نامه
- شناسایی، ارائه و بحث پیرامون تازه‌های علمی در حیطه تربیت بدنی سازگاران به منظور رسیدن به موضوع پایان‌نامه احتمالی
- شیوه نقد مقالات و گزارشات علمی منتشره در مجلات علمی معتبر
- شیوه نوشتن پروپوزال و مقالات علمی
- دسته‌بندی داده‌ها و اطلاعات، ذخیره اطلاعات و داده‌ها در تربیت بدنی سازگاران
- نحوه ارائه و نشر اطلاعات و داده‌های جمع‌آوری شده در تربیت بدنی سازگاران
- روش نگارش مقالات علمی و پیش‌نیازهای مربوط به مراحل ارسال مقاله به مجلات معتبر بین‌المللی
- شیوه‌های منبع‌نویسی مختلف متناسب با دستورالعمل مجلات بین‌المللی
- اصول اخلاقی نگارش پایان‌نامه و مقاله و نحوه دریافت کد اخلاق ثبت پروپوزال
- دستورالعمل‌های بین‌المللی مربوط به نگارش مقاله‌های علمی
- چگونگی ارائه پروژه‌های کلاسی، کنفرانس‌های علمی و جلسه دفاع پایان‌نامه

ت) راهبردهای تدریس و یادگیری متناسب با محتوا و هدف:

روش یاددهی عموماً توسط مدرس کلاس و نیز ارائه پروژه از طرف دانشجو صورت می‌گیرد.

ث) راهبردهای ارزشیابی (پیشنهادی):

- فعالیت‌های کلاسی در طول نیم‌سال: ۴۰ درصد
- آزمون پایان نیم‌سال: ۶۰ درصد
- ملزومات، تجهیزات و امکانات مورد نیاز برای ارائه:
- سیستم رایانه‌ای متصل به اینترنت به همراه ویدیو پروژکتور

ج) فهرست منابع پیشنهادی:

۱. مقالات علمی - پژوهشی جدید در موضوعات مربوط به رشته از نشریات معتبر
2. Hall, S. J. H., & Getchell, N. (2014). Research methods in kinesiology and the health sciences: Wolters Kluwer Health.
3. Thomas; Nelson, J & Silverman, S. (2010); research methods in physical activity; 6th Edition; human kinetics.



عنوان درس به فارسی: کارآفرینی در تربیت بدنی سازگاران و ورزش معلولین		عنوان درس به انگلیسی: Entrepreneurship in Adapted Physical Education and Sports for the Disabled	
نوع درس و واحد	ورزش معلولین		
<input type="checkbox"/> نظری	<input type="checkbox"/> پایه	دروس پیش‌نیاز:	
<input type="checkbox"/> عملی	<input type="checkbox"/> تخصصی	دروس هم‌نیاز:	
<input checked="" type="checkbox"/> نظری-عملی	<input checked="" type="checkbox"/> اختیاری	۲	تعداد واحد:
<input type="checkbox"/> پایان‌نامه		۳۲	تعداد ساعت:

نوع آموزش تکمیلی عملی (در صورت نیاز): سفر علمی آزمایشگاه سمینار کارگاه موارد دیگر:

هدف کلی:

آشنایی مبانی و مهارت‌های مورد نیاز برای موفقیت در فرآیند کارآفرینی در رشته تربیت بدنی سازگاران و ورزش معلولین

اهداف ویژه:

- آشنایی با مدیریت و کسب کار در رشته تربیت بدنی سازگاران و ورزش معلولین
- آشنایی با برآورد اقتصادی طرح و جذب سرمایه برای کسب و کارهای کوچک و بزرگ در رشته تربیت بدنی سازگاران و ورزش معلولین

ب) مباحث یا سرفصل‌ها:

- تاریخچه کارآفرینی، مفاهیم کارآفرینی و انواع آن
- انواع کسب و کار و مبانی و اصول کسب و کار در تربیت بدنی سازگاران و ورزش معلولین
- مبانی بازار و مدیریت بازار
- کلیات قوانین تجارت در ایران و جهان
- مسائل حقوقی مربوط به اداره کسب و کار
- ارزیابی، امکان‌سنجی و انتخاب ایده کارآفرینی
- چارچوب طرح کسب و کار
- مراحل ثبت و تأسیس شرکت و انواع شرکت‌ها
- مهارت‌های کارآفرینی: کارگروهی، مدیریت منابع، مدیریت مالی، ارتباطات و...
- برنامه‌ریزی و سازماندهی کسب و کار
- راه اندازی کسب و کار، تولید، کنترل کیفیت و کنترل هزینه‌ها، بازاریابی، فروش و ارتباط با مشتری
- ارائه نمونه طرح کسب و کار در قالب پروژه دانشجویی (تمرین عملی)

ت) راهبردهای تدریس و یادگیری متناسب با محتوا و هدف:

روش یاد دهی عموماً توسط مدرس کلاس و نیز ارایه پروژه از طرف دانشجو صورت می‌گیرد.

ث) راهبردهای ارزشیابی (پیشنهادی):

- فعالیت‌های کلاسی در طول نیم‌سال: ۴۰ درصد
- آزمون پایان نیم‌سال: ۶۰ درصد
- ج) ملزومات، تجهیزات و امکانات مورد نیاز برای ارائه:
- سیستم رایانه‌ای متصل به اینترنت به همراه ویدیو پروژکتور

چ) فهرست منابع پیشنهادی:

1. Peterson, T. and Schenker, K. eds., 2018. Sport and social entrepreneurship in Sweden. Springer.
2. Ciletti, D., & Chadwick, S. (2012). Sports entrepreneurship: Theory and practice. Fitness Information Technology.
3. Ratten, V. (2018). Sport entrepreneurship: Developing and sustaining an entrepreneurial sports culture. Springer.
4. Hisrich, R. D., Peters, M. P., & Shepherd, D. A. (2017). Entrepreneurship. McGraw-Hill Education.



عنوان درس به فارسی:		روان‌شناسی در ورزش معلولین	
عنوان درس به انگلیسی:		Psychology in Sports for the Disabled	
دروس پیش‌نیاز:	ورزش معلولین		
دروس هم‌نیاز:			
تعداد واحد:	۲		
تعداد ساعت:	۳۲		
نوع درس و واحد	پایه <input type="checkbox"/>	نظری <input checked="" type="checkbox"/>	
	تخصصی <input type="checkbox"/>	عملی <input type="checkbox"/>	
	اختیاری <input checked="" type="checkbox"/>	نظری-عملی <input type="checkbox"/>	
	پایان‌نامه <input type="checkbox"/>		

نوع آموزش تکمیلی عملی (در صورت نیاز): سفر علمی آزمایشگاه سمینار کارگاه موارد دیگر:

هدف کلی:

آشنایی با اصول روانشناسی ورزش و فعالیت بدنی در معلولین

اهداف ویژه:

- آشنایی با اصول و مهارت‌های روانشناختی برای ارتقا سلامت روانی و بهبود عملکرد ورزشی معلولین
- آشنایی با اثرات شرکت در ورزش و فعالیت بدنی بر سلامت روانی معلولین
- آشنایی با استفاده از مدل‌های روان‌شناختی و مهارت‌های مشاوره در معلولین
- آشنایی با روان‌سنجی در ورزش معلولین
- آشنایی با جنبه‌های روانشناختی و اصول بهبود مشارکت و عملکرد ورزشی معلولین

پ) مباحث یا سرفصل‌ها:

- مهمترین مشکلات روانی معلولین
- پاسخ‌های روانی به معلولیت
- سلامت روانی و ورزش
- مشارکت و پایبندی به ورزش
- مهارت‌های روانی
- هدف‌گزینی و انگیزش
- انگیزش، استرس و اضطراب
- توجه و تمرکز
- اعتماد به نفس
- تصویرسازی
- پرخاشگری در ورزش

ت) راهبردهای تدریس و یادگیری متناسب با محتوا و هدف:

روش یاد دهی عموماً توسط مدرس کلاس و نیز ارایه پروژه از طرف دانشجو صورت می‌گیرد.

ث) راهبردهای ارزشیابی (پیشنهادی):

- فعالیت‌های کلاسی در طول نیم‌سال: ۴۰ درصد
- آزمون پایان نیم‌سال: ۶۰ درصد
- ج) ملزومات، تجهیزات و امکانات مورد نیاز برای ارائه:
- سیستم رایانه‌ای متصل به اینترنت به همراه ویدیو پروژکتور

چ) فهرست منابع پیشنهادی:

1. Brewer, B. W., & Redmond, C. (2016). Psychology of Sport Injury. Human Kinetics.
2. Whitbourne, S. K., & Halgin, R. P. (2015). Abnormal psychology. McGraw-Hill.
3. Brewer, B. W. (2001). Psychology of sport injury rehabilitation. Handbook of Sport Psychology, Third Edition.
4. Weinberg, R. S., & Gould, D. (2016). Foundations of Sport and Exercise Psychology, 6E. Human Kinetics.
5. Martin, J. J. (2018). Handbook of disability sport and exercise psychology. Oxford University Press.



عنوان درس به فارسی:		ورزش درمانی	
عنوان درس به انگلیسی:		Therapeutic Exercise	
دروس پیش‌نیاز:	پاتوفیزیولوژی معلولیت‌ها حرکت‌شناسی کاربردی	پایه <input type="checkbox"/>	نظری <input checked="" type="checkbox"/>
دروس هم‌نیاز:		تخصصی <input type="checkbox"/>	عملی <input type="checkbox"/>
تعداد واحد:	۲	اختیاری <input checked="" type="checkbox"/>	نظری-عملی <input type="checkbox"/>
تعداد ساعت:	۳۲	پایان‌نامه <input type="checkbox"/>	

نوع آموزش تکمیلی عملی (در صورت نیاز): سفر علمی آزمایشگاه سمینار کارگاه موارد دیگر:

هدف کلی:

آشنایی با اصول علمی و عملی انواع مداخلات تمرینی به منظور توانبخشی ضعف‌های جسمانی، نقایص حرکتی و بیماری‌ها

اهداف ویژه:

- آشنایی با اصول و اهداف ورزش درمانی
- آشنایی با اصول و فرآیند توانبخشی ورزشی در معلولیت‌های مختلف
- آشنایی با انواع مدالیته‌ها، تکنیک‌ها و پارامترهای ورزش درمانی

پ) مباحث یا سرفصل‌ها:

- انواع مداخلات تمرینی
- نحوه اجرای مدالیته‌های تمرینی
- نحوه تعدیل مدالیته‌های تمرینی برای بیماری‌ها معلولیت‌های مختلف
- ملاحظات ورزش درمانی در افراد دارای کم توانی
- تمرین با وسایل مختلف
- تمرین با وزن بدن
- تمرین در آب
- ماساژ

ت) راهبردهای تدریس و یادگیری متناسب با محتوا و هدف:

روش یاد دهی عموماً توسط مدرس کلاس و نیز ارائه پروژه از طرف دانشجو صورت می‌گیرد.

ث) راهبردهای ارزشیابی (پیشنهادی):

فعالیت‌های کلاسی در طول نیم‌سال: ۴۰ درصد
آزمون پایان نیم‌سال: ۶۰ درصد

ج) ملزومات، تجهیزات و امکانات مورد نیاز برای ارائه:

سیستم رایانه‌ای متصل به اینترنت به همراه ویدیو پروژکتور

چ) فهرست منابع پیشنهادی:

1. Kisner, C., Colby, L. A., & Borstad, J. (2017). Therapeutic exercise: foundations and techniques. Fa Davis.
2. Hertling, D., & Kessler, R. M. (2006). Management of common musculoskeletal disorders: physical therapy principles and methods. Lippincott Williams & Wilkins.
3. Lederman, E. (2010). Neuromuscular rehabilitation in manual and physical therapy. Edinburgh: Churchill Livingstone, 178.
4. Moore, G., Durstine, J.L., Painter, P. and American College of Sports Medicine, 2016. Acsm's exercise management for persons with chronic diseases and disabilities, 4E. Human Kinetics.
5. Houglim, P. A. (2016). Therapeutic Exercise for Musculoskeletal Injuries 4th Edition. Human Kinetics.



عنوان درس به فارسی:		کلاس‌بندی در تربیت‌بدنی سازگارانه و ورزش معلولین	
عنوان درس به انگلیسی:		Classification in Adapted Physical Education and Sports for the Disabled	
دروس پیش‌نیاز:	حرکت‌شناسی کاربردی پاتوفیزیولوژی معلولیت‌ها	پایه <input type="checkbox"/>	نظری <input type="checkbox"/>
دروس هم‌نیاز:		تخصصی <input type="checkbox"/>	عملی <input type="checkbox"/>
تعداد واحد:	۲	اختیاری <input checked="" type="checkbox"/>	نظری-عملی <input checked="" type="checkbox"/>
تعداد ساعت:	۵۸	پایان‌نامه <input type="checkbox"/>	

نوع آموزش تکمیلی عملی (در صورت نیاز): سفر علمی آزمایشگاه سمینار کارگاه موارد دیگر:

هدف کلی:

آشنایی با اهداف و کلاس‌بندی معلولین با توجه به نوع معلولیت و رشته ورزشی

اهداف ویژه:

- آشنایی با اهداف و چگونگی کلاس‌بندی معلولین با توجه به نوع معلولیت
- آشنایی با چگونگی کلاس‌بندی معلولین با توجه به رشته ورزشی

(پ) مباحث یا سرفصل‌ها:

- تاریخچه کلاس‌بندی و ورزش معلولین
- هدف و فلسفه کلاس‌بندی در ورزش معلولین
- انواع اختلالات قابل قبول برای شرکت در ورزش معلولین
- نحوه کلاس‌بندی افراد با نقص بینایی
- نحوه کلاس‌بندی افراد با نقص شنوایی
- نحوه کلاس‌بندی افراد فلج مغزی
- نحوه کلاس‌بندی افراد با ضایعه نخاعی
- نحوه کلاس‌بندی افراد قطع عضو
- نحوه کلاس‌بندی افراد با کم‌توانی ذهنی
- کلاس‌بندی رشته‌های ورزشی معلولین شامل دوومیدانی، بسکتبال با ویلچر، والیبال نشسته، شنا، بوچیا، تنیس روی میز، تیر و کمان و تیراندازی و فوتبال هفت‌نفره
- منابع، سایت‌ها و پژوهش‌های نوین در کلاس‌بندی ورزش معلولین

(ت) راهبردهای تدریس و یادگیری متناسب با محتوا و هدف:

روش یاد دهی عموماً توسط مدرس کلاس و نیز ارایه پروژه از طرف دانشجو صورت می‌گیرد.

(ث) راهبردهای ارزشیابی (پیشنهادی):

فعالیت‌های کلاسی در طول نیم‌سال: ۴۰ درصد آزمون پایان نیم‌سال: ۶۰ درصد

(ج) ملزومات، تجهیزات و امکانات مورد نیاز برای ارائه:

سیستم رایانه‌ای متصل به اینترنت به همراه ویدیو پروژکتور -چکش معاینه رفلکس، گونیا متر، متر نواری- تخت معاینه

(چ) فهرست منابع پیشنهادی:

۱. کتاب جامع ورزش معلولین؛ یحیی سخنگویی و همکاران؛ چاپ سوم؛ انتشارات حتمی؛ تهران؛ ۱۳۹۸.

2. Winnick J and David L. Porretta (2016); adapted physical education and sport; human kinetics
3. DePauw, K. P., & Gavron, S. J. (2005). Disability sport. Human Kinetics.
4. International Paralympic Committee. (2000). International Paralympic Committee handbook. Adenauerallee.



عنوان درس به فارسی: تمرینات اصلاحی پیشرفته		عنوان درس به انگلیسی: Advanced Corrective Exercises	
نوع درس و واحد	پایه <input type="checkbox"/>	نظری <input type="checkbox"/>	دروس پیش‌نیاز: حرکت‌شناسی کاربردی-پاتوفیزیولوژی معلولیت‌ها
	تخصصی <input type="checkbox"/>	عملی <input type="checkbox"/>	دروس هم‌نیاز:
	اختیاری <input checked="" type="checkbox"/>	نظری-عملی <input checked="" type="checkbox"/>	تعداد واحد:
	پایان‌نامه <input type="checkbox"/>		تعداد ساعت:

نوع آموزش تکمیلی عملی (در صورت نیاز): سفر علمی آزمایشگاه سمینار کارگاه موارد دیگر:

هدف کلی: آشنایی با رویکردهای تمرینات اصلاحی و نحوه غربالگری و ارزیابی انحرافات قامتی، ایمبالانس‌های عضلانی و نقایص حرکتی

اهداف ویژه:

- آشنایی با فرآیندهای رشد طبیعی، غربالگری و ارزیابی اختلالات اسکلتی عضلانی در سنین مختلف و رویکردهای اصلاح اختلالات اسکلتی عضلانی
 - آشنایی با روش‌های غربالگری اختلالات وضعیتی و ساختاری ستون فقرات، اندام فوقانی، لگن و اندام تحتانی
 - آشنایی با اختلالات اسکلتی عضلانی و الگوهای حرکتی جبرانی و آسیب‌زا مرتبط با معلولیت‌های مختلف
- (پ) مباحث یا سرفصل‌ها:

- فرآیندهای رشد طبیعی بدن و اختلالات اسکلتی عضلانی در سنین مختلف
- millstoneها و نموده‌های کاربردی اختلالات در دوران کودکی و مدارس (دوران رشد)
- فرآیندها و روش‌های غربالگری از دوران کودکی یا بزرگسالی
- رویکردهای اصلاح اختلالات اسکلتی عضلانی
- غربالگری، ارزیابی عمومی و تخصصی در اختلالات اسکلتی عضلانی
- اختلالات اسکلتی مرتبط با معلولیت‌های مختلف
- mainstreaming الگوهای حرکتی جبرانی و آسیب‌زای مرتبط با معلولیت‌های مختلف
- اختلالات وضعیتی و ساختاری ستون فقرات در معلولیت‌های مختلف
- اختلالات وضعیتی و ساختاری اندام فوقانی در معلولیت‌های مختلف
- اختلالات وضعیتی و ساختاری لگن و اندام تحتانی در معلولیت‌های مختلف
- اختلالات راه رفتن مرتبط با معلولیت‌ها

(ت) راهبردهای تدریس و یادگیری متناسب با محتوا و هدف:

روش یاد دهی عموماً توسط مدرس کلاس و نیز ارایه پروژه از طرف دانشجو صورت می‌گیرد.

(ث) راهبردهای ارزشیابی (پیشنهادی):

فعالیت‌های کلاسی در طول نیم‌سال: ۴۰ درصد آزمون پایان نیم‌سال: ۶۰ درصد

(ج) ملزومات، تجهیزات و امکانات مورد نیاز برای ارائه:

سیستم رایانه‌ای متصل به اینترنت به همراه ویدیو پروژکتور

(چ) فهرست منابع پیشنهادی:

1. Clark, M. A., Lucett, S. C., & Sutton, B. (2014). *NASM essentials of corrective exercise training*. Burlington, MA.
2. Patel, K. (2014). *Corrective Exercise: A Practical Approach: A Practical Approach*. Routledge.
3. Page, P., Frank, C. C., & Lardner, R. (2010). *Assessment and treatment of muscle imbalance: the Janda approach* (pp. 44-46). Champaign, IL: Human kinetics.
4. Sahrmann, S. (2013). *Diagnosis and Treatment of Movement Impairment Syndromes-E-Book*. Elsevier Health Sciences.



عنوان درس به فارسی: پیشگیری و بازتوانی آسیب‌های ورزشی در معلولین			
عنوان درس به انگلیسی: Sport Injuries Prevention and Rehabilitation in the Disabled		نوع درس و واحد	
دروس پیش‌نیاز:	حرکت‌شناسی کاربردی-پاتوفیزیولوژی معلولیت‌ها	<input type="checkbox"/> پایه	<input checked="" type="checkbox"/> نظری
دروس هم‌نیاز:		<input type="checkbox"/> تخصصی	<input type="checkbox"/> عملی
تعداد واحد:	۲	<input checked="" type="checkbox"/> اختیاری	<input type="checkbox"/> نظری-عملی
تعداد ساعت:	۳۲	<input type="checkbox"/> پایان‌نامه	

نوع آموزش تکمیلی عملی (در صورت نیاز): سفر علمی آزمایشگاه سمینار کارگاه موارد دیگر:

هدف کلی:

آشنایی با رویکردهای پیشگیری و بازتوانی آسیب‌های ورزشی در معلولین

اهداف ویژه:

- آشنایی با مدل‌های پیشگیری از آسیب‌های ورزشی
- آشنایی با فرآیند بازتوانی آسیب‌های ورزشی
- آشنایی با معیارهای بازگشت به ورزش

پ) مباحث یا سرفصل‌ها:

- همه گیر شناسی آسیب‌ها در ورزش‌های معلولین
- مدل‌های پیشگیری از آسیب‌های ورزشی
- غربالگری و شناسایی افراد مستعد آسیب
- ریسک فاکتورهای آسیب‌های ورزشی در معلولین
- مدیریت آسیب‌های ورزشی حاد و مزمن
- فرآیند بازتوانی در آسیب‌های ورزشی
- مدالیته‌های بازتوانی در آسیب‌های ورزشی
- تغذیه در پیشگیری و بازتوانی آسیب‌های ورزشی
- بازتوانی جنبه‌های روانی ناشی از آسیب‌های ورزشی
- معیارهای بازگشت به ورزش پس از آسیب‌های ورزشی

ت) راهبردهای تدریس و یادگیری متناسب با محتوا و هدف:

روش یاد دهی عموماً توسط مدرس کلاس و نیز ارایه پروژه از طرف دانشجو صورت می‌گیرد.

ث) راهبردهای ارزشیابی (پیشنهادی):

فعالیت‌های کلاسی در طول نیم‌سال: ۴۰ درصد
آزمون پایان نیم‌سال: ۶۰ درصد

ج) ملزومات، تجهیزات و امکانات مورد نیاز برای ارائه:

سیستم رایانه‌ای متصل به اینترنت به همراه ویدیو پروژکتور

چ) فهرست منابع پیشنهادی:

1. Houglum, P. A. (2016). Therapeutic Exercise for Musculoskeletal Injuries 4th Edition. Human Kinetics.
2. Kisner, C., Colby, L. A., & Borstad, J. (2017). Therapeutic exercise: foundations and techniques. Fa Davis.
3. Lederman, E. (2010). Neuromuscular rehabilitation in manual and physical therapy. Edinburgh: Churchill Livingstone, 178.
4. Joyce, D., & Lewindon, D. (Eds.). (2015). Sports injury prevention and rehabilitation: integrating medicine and science for performance solutions. Routledge.
5. Arvinen-Barrow, M., & Walker, N. (Eds.). (2013). The psychology of sport injury and rehabilitation. Routledge



عنوان درس به فارسی:		سازمان‌های ورزش معلولین	
عنوان درس به انگلیسی:		Sports Organizations for the Disabled	
نوع درس و واحد		ورزش معلولین	
نظری <input checked="" type="checkbox"/>	پایه <input type="checkbox"/>		
عملی <input type="checkbox"/>	تخصصی <input type="checkbox"/>		
نظری-عملی <input type="checkbox"/>	اختیاری <input checked="" type="checkbox"/>		
	پایان‌نامه <input type="checkbox"/>		
		۲	تعداد واحد:
		۳۲	تعداد ساعت:

نوع آموزش تکمیلی عملی (در صورت نیاز): سفر علمی آزمایشگاه سمینار کارگاه موارد دیگر:

هدف کلی:

آشنایی با سازمان‌ها و تشکیلات ملی و بین‌المللی مربوط به ورزش معلولین

اهداف ویژه:

- آشنایی با اهداف و برنامه‌های سازمان‌های ملی
- آشنایی با رویدادهای ملی و بین‌المللی

پ) مباحث یا سرفصل‌ها:

- کمیته بین‌المللی پارالمپیک (IPC) و کمیته ملی پارالمپیک NPC
- فدراسیون‌های بین‌المللی رشته‌های مختلف ورزشی معلولین
- سازمان‌های بین‌المللی ورزش معلولین
- سازمان فدراسیون بین‌المللی ورزش نابینایان (IBSA)
- انجمن بین‌المللی ورزش و تفریحات سالم افراد فلج مغزی (CPISRA)
- فدراسیون بین‌المللی ورزش‌های افراد ویلچری و قطع عضو (IWAS)
- فدراسیون بین‌المللی ورزش‌های افراد عقب مانده ذهنی (INAS)
- المپیک ویژه
- رویدادهای مختلف ورزشی ورزشکاران معلول

ت) راهبردهای تدریس و یادگیری متناسب با محتوا و هدف:

روش یاد دهی عموماً توسط مدرس کلاس و نیز ارائه پروژه از طرف دانشجو صورت می‌گیرد.

ث) راهبردهای ارزشیابی (پیشنهادی):

فعالیت‌های کلاسی در طول نیم‌سال: ۴۰ درصد
آزمون پایان نیم‌سال: ۶۰ درصد

ج) ملزومات، تجهیزات و امکانات مورد نیاز برای ارائه:

سیستم رایانه‌ای متصل به اینترنت به همراه ویدیو پروژکتور

چ) فهرست منابع پیشنهادی:

۱. کتاب جامع ورزش معلولین؛ یحیی سخنگویی و همکاران؛ چاپ سوم؛ انتشارات حتمی؛ تهران؛ ۱۳۹۸.

1. Winnick, J., & Porretta, D. L. (2016). Adapted physical education and sport. Human Kinetics.
2. Girginov, V. (Ed.). (2012). Handbook of the London 2012 Olympic and Paralympic Games: Volume One: Making the Games (Vol. 1). Routledge.
3. Brittain, I. (2016). The paralympic games explained. Routledge.



عنوان درس به فارسی:		مربیگری در ورزش معلولین	
عنوان درس به انگلیسی:		Disability Sports Coaching	
دروس پیش‌نیاز:		ورزش معلولین پزشکی ورزشی تطبیقی	
دروس هم‌نیاز:			
تعداد واحد:		۲	
تعداد ساعت:		۳۲	
نوع درس و واحد			
نظری <input checked="" type="checkbox"/>	پایه <input type="checkbox"/>		
عملی <input type="checkbox"/>	تخصصی <input type="checkbox"/>		
نظری-عملی <input type="checkbox"/>	اختیاری <input checked="" type="checkbox"/>		
	پایان‌نامه <input type="checkbox"/>		

نوع آموزش تکمیلی عملی (در صورت نیاز): سفر علمی آزمایشگاه سمینار کارگاه موارد دیگر:

هدف کلی:

آشنایی با اصول و فلسفه مربیگری ورزشکاران معلول

اهداف ویژه:

- آشنایی با اصول و روش‌های آماده سازی ورزشکاران معلول
- آشنایی با ملاحظات جسمانی ورزشکاران معلول
- آشنایی با ملاحظات پزشکی در مربیگری ورزشکاران معلول
- آشنایی با ملاحظات روانی در مربیگری ورزشکاران معلول

پ) مباحث یا سرفصل‌ها:

- اصول و روش‌های مربیگری
- آشنایی با ملاحظات پزشکی ورزشی معلولیت‌ها
- علم تمرین و آماده سازی ورزشکاران معلول
- فیزیولوژی فعالیت ورزشی در ورزشکاران معلول
- بیومکانیک و ارگونومی در رشته‌های ورزشی معلولین
- تغذیه ورزشی ورزشکاران معلول
- روانشناسی مربیگری ورزشکاران معلول
- بهداشت ورزشی و مدیریت آسیب‌های ورزشی معلول

ت) راهبردهای تدریس و یادگیری متناسب با محتوا و هدف:

روش یاد دهی عموماً توسط مدرس کلاس و نیز ارایه پروژه از طرف دانشجو صورت می‌گیرد.

ث) راهبردهای ارزشیابی (پیشنهادی):

فعالیت‌های کلاسی در طول نیم‌سال: ۴۰ درصد

ج) ملزومات، تجهیزات و امکانات مورد نیاز برای ارائه:

سیستم رایانه‌ای متصل به اینترنت به همراه ویدیو پروژکتور

چ) فهرست منابع پیشنهادی:

1. Vanlandewijck, Y. C., & Thompson, W. R. (Eds.). (2016). Training and coaching the Paralympic athlete. John Wiley & Sons.
2. Potrac, P., Gilbert, W., & Denison, J. (Eds.). (2013). Routledge handbook of sports coaching. Routledge.
3. Hassan, D., Dowling, S., & McConkey, R. (Eds.). (2014). Sport, coaching and intellectual disability. Routledge.
4. Kohe, G. Z., & Peters, D. M. (Eds.). (2016). High performance disability sport coaching. Taylor & Francis.
5. DePauw, K. P., & Gavron, S. J. (2005). Disability sport. Human Kinetics.



آزمون پایان نیم‌سال: ۶۰ درصد

عنوان درس به فارسی:		کارورزی در ورزش معلولین	
عنوان درس به انگلیسی:		Internship in Sports for the Disabled	
دروس پیش‌نیاز:	ورزش معلولین	نوع درس و واحد	پایه <input type="checkbox"/> نظری <input type="checkbox"/>
دروس هم‌نیاز:			تخصصی <input type="checkbox"/> عملی <input type="checkbox"/>
تعداد واحد:	۲		اختیاری <input checked="" type="checkbox"/> نظری-عملی <input type="checkbox"/>
تعداد ساعت:	۱۲۸		پایان‌نامه <input type="checkbox"/> کارورزی <input checked="" type="checkbox"/>

نوع آموزش تکمیلی عملی (در صورت نیاز): سفر علمی ■ آزمایشگاه ■ سمینار ■ کارگاه ■ موارد دیگر: کارآموزی در مراکز مربوط به معلولین

هدف کلی:

ایجاد زمینه تجربه عملی برای دانشجویان در گرایش تربیت بدنی سازگاران (تشخیص و ارزیابی، توانبخشی، مربیگری ورزشی)

اهداف ویژه:

- آشنایی با سطوح صلاحیت حرفه‌ای - تخصصی تربیت بدنی سازگاران
- آشنایی با سازمان‌های ارائه دهنده خدمات ورزشی معلولین
- مشارکت در رویکرد مبتنی بر شواهد تربیت بدنی سازگاران
- ایده پردازی استراتژی‌های مداخله بر اساس ارزیابی جامع و استفاده از اصول عملی مبتنی بر شواهد.
- برقراری ارتباط کافی با همکاران، مربیان ورزشی و سایر مراقبین به روش حرفه‌ای.
- توسعه بینش متقابل با جمعیت‌های هدف

پ) مباحث یا سرفصل‌ها:

- مبانی و اهداف کارورزی
- ابزار و ویژگی‌های مورد نیاز برای کارورزی
- یادگیری مهارت‌های مورد نیاز برای کارورزی
- هدف‌گزینی
- توسعه مهارت‌های حرفه‌ای تربیت بدنی سازگاران و ورزش معلولین
- استراتژی‌های لازم برای موفقیت در ارائه خدمات به معلولین
- ارزشیابی اهداف تربیت بدنی سازگاران و ورزش معلولین

ت) راهبردهای تدریس و یادگیری متناسب با محتوا و هدف:

روش یاد دهی عموماً توسط مدرس کلاس و نیز ارایه پروژه از طرف دانشجو صورت می‌گیرد.

ث) راهبردهای ارزشیابی (پیشنهادی):

فعالیت‌های کلاسی در طول نیم‌سال: ۸۰ درصد
آزمون پایان نیم‌سال: ۲۰ درصد

ج) ملزومات، تجهیزات و امکانات مورد نیاز برای ارائه:

کلاس - وایت‌برد - پروژکتور و سیستم صوتی - رایانه و اینترنت

چ) فهرست منابع پیشنهادی:

1. Emes, C., & Velde, B. P. (2005). Practicum in adapted physical activity. Human Kinetics.
2. Sweitzer, H. F., & King, M. A. (2013). The successful internship. Cengage Learning.
3. Kiser, P. M. (2015). The human services internship: Getting the most from your experience. Cengage Learning

