

طرح درس

سال تحصیلی : نیم سال اول ۱۴۰۲-۱۴۰۳	تاریخ ارائه درس (شماره جلسه) : (جلسه ی اول)
دانشکده: توانبخشی	نوع درس: واحد تئوری و عملی
مقطع / رشته: کارشناسی/فیزیوتراپی	نام مدرس : دکتر سیده طاهره سید حسین پور
نام درس (واحد) : اصول تمرین درمانی	تعداد دانشجو: ۲۰
ترم: سوم	مدت زمان کلاس : ۱ ساعت و ۴۵ دقیقه

<p>هدف کلی : آشنایی با اصول بنیادی تمرین درمانی و آشنایی با مفاهیم پایه</p> <p>اهداف ویژه در پایان کلاس دانشجو باید بتواند:</p> <p>۱- تمرین درمانی را تعریف کند</p> <p>۲- اجزای عملکرد فیزیکی را نام ببرد و توضیح دهد</p> <p>۳- مداخلات تمرین درمانی را نام ببرد</p>	
مدت زمان: ۱۰ دقیقه	پیش بینی رفتار ورودی : (آمادگی لازم دانشجو قبل از شروع کلاس - ارزشیابی آغازین) : انجام پرسش از دانشجو و ارزیابی میزان اطلاعات در شروع کلاس
مدت زمان: ۷۵ دقیقه	کلیات درس : ۱- تعریف تمرین درمانی و جایگاه آن ۲- معرفی اجزای عملکرد فیزیکی و تعریف آنها ۳- جایگاه و کاربرد اجزای عملکرد فیزیکی ۴- معرفی انواع مداخلات تمرین درمانی
مدت زمان: ۱۰ دقیقه	ارزشیابی در حین تدریس: ارزیابی میزان دقت و توجه دانشجویان با طرح پرسش
مدت زمان: ۵ دقیقه	جمع بندی و نتیجه گیری:
روش تدریس: روش سخنرانی+ پرسش و پاسخ	
وسایل کمک آموزشی: کامپیوتر(نرم افزار Power Point)، ویدئوپروژکتور و وایت برد	
فعالیت فراگیران: گوش دادن و شرکت فعال در فرایند یادگیری- یادداشت برداشتن سر کلاس	
ارزشیابی پایان کلاس(تکمیلی) : سوالات شفاهی از موضوعات تدریس شده	
منابع اصلی درس: ○ Therapeutic Exercises Foundation and Techniques, 7th Edition, 2018 ○ اصول تمرین درمانی، دکتر قدمعلی طالبی، آخرین ویرایش	

سال تحصیلی : نیم سال اول ۱۴۰۲-۱۴۰۳	تاریخ ارائه درس (شماره جلسه) : (جلسه ی دوم)
دانشکده: توانبخشی	نوع درس: واحد تئوری و عملی
مقطع / رشته: کارشناسی/فیزیوتراپی	نام مدرس : دکتر سیده طاهره سید حسین پور
نام درس (واحد) : اصول تمرین درمانی	تعداد دانشجو: ۲۰
ترم: سوم	مدت زمان کلاس : ۱ ساعت و ۴۵ دقیقه

<p>هدف کلی : طبقه بندی وضعیت سلامت، عملکرد و ناتوانی اهداف ویژه در پایان کلاس دانشجو باید بتواند:</p> <p>۱- ناتوانی را تعریف کند ۲- مدل های ناتوانی و عملکرد را شرح دهد ۳- اجزای مدل ICF را نام ببرد و جایگاه آن را توضیح دهد</p>	
مدت زمان: ۱۰ دقیقه	پیش بینی رفتار ورودی : (آمادگی لازم دانشجو قبل از شروع کلاس - ارزشیابی آغازین): انجام پرسش از دانشجو و ارزیابی میزان اطلاعات در شروع کلاس
مدت زمان: ۷۵ دقیقه	کلیات درس : ۱- تعریف ناتوانی ۲- تعریف مدل های ناتوانی و عملکرد ۳- توضیح اجزای مدل ICF و جایگاه آن ها ۴- تعریف انواع پیشگیری ها و جایگاه آن در مدیریت بیماران
مدت زمان : ۱۰ دقیقه	ارزشیابی در حین تدریس: ارزیابی میزان دقت و توجه دانشجویان با طرح پرسش
مدت زمان: ۵ دقیقه	جمع بندی و نتیجه گیری:
روش تدریس: روش سخنرانی+ پرسش و پاسخ	
وسایل کمک آموزشی: کامپیوتر(نرم افزار Power Point)، ویدئوپروژکتور و وایت برد	
فعالیت فراگیران : گوش دادن و شرکت فعال در فرایند یادگیری- یادداشت برداشتن سر کلاس	
ارزشیابی پایان کلاس (تکمیلی) : سوالات شفاهی از موضوعات تدریس شده	
منابع اصلی درس:	
<ul style="list-style-type: none"> ○ Therapeutic Exercises Foundation and Techniques, 7th Edition, 2018 ○ اصول تمرین درمانی، دکتر قدمعلی طالبی، آخرین ویرایش 	

سال تحصیلی : نیم سال اول ۱۴۰۲-۱۴۰۳	تاریخ ارائه درس (شماره جلسه) : (جلسه ی سوم)
دانشکده: توانبخشی	نوع درس: واحد تئوری و عملی
مقطع / رشته: کارشناسی/فیزیوتراپی	نام مدرس : دکتر سیده طاهره سید حسین پور
نام درس (واحد) : اصول تمرین درمانی	تعداد دانشجو: ۲۰
ترم: سوم	مدت زمان کلاس : ۱ ساعت و ۴۵ دقیقه

<p>هدف کلی : مدل مدیریت بیمار</p> <p>اهداف ویژه در پایان کلاس دانشجو باید بتواند:</p> <p>۱- مدل مدیریت بیمار را تعریف کند</p> <p>۲- نحوه ارزیابی بیماران را توضیح دهد</p> <p>۳- با کلیات تصمیم گیری بالینی آشنا باشد</p>	
مدت زمان: ۱۰ دقیقه	پیش بینی رفتار ورودی : (آمادگی لازم دانشجو قبل از شروع کلاس - ارزشیابی آغازین) : انجام پرسش از دانشجو و ارزیابی میزان اطلاعات در شروع کلاس
مدت زمان: ۷۵ دقیقه	کلیات درس : ۱- آشنایی با مدل مدیریت بالینی ۲- توضیح نحوه تاریخچه گیری و ارزیابی بیماران ۳- توضیح نحوه تصمیم گیری بالینی در درمان و مدیریت بیماران
مدت زمان : ۱۰ دقیقه	ارزشیابی در حین تدریس: ارزیابی میزان دقت و توجه دانشجویان با طرح پرسش
مدت زمان: ۵ دقیقه	جمع بندی و نتیجه گیری:
روش تدریس: روش سخنرانی+ پرسش و پاسخ	
وسایل کمک آموزشی: کامپیوتر(نرم افزار Power Point)، ویدئوپروژکتور و وایت برد	
فعالیت فراگیران : گوش دادن و شرکت فعال در فرایند یادگیری- یادداشت برداشتن سر کلاس	
ارزشیابی پایان کلاس (تکمیلی) : سوالات شفاهی از موضوعات تدریس شده	
منابع اصلی درس:	
○ Therapeutic Exercises Foundation and Techniques, 7th Edition, 2018	
○ اصول تمرین درمانی، دکتر قدمعلی طالبی، آخرین ویرایش	

سال تحصیلی : نیم سال اول ۱۴۰۲-۱۴۰۳	تاریخ ارائه درس (شماره جلسه) : (جلسه ی چهارم)
دانشکده: توانبخشی	نوع درس: واحد تئوری و عملی
مقطع / رشته: کارشناسی / فیزیوتراپی	نام مدرس : دکتر سیده طاهره سید حسین پور
نام درس (واحد) : اصول تمرین درمانی	تعداد دانشجو: ۲۰
ترم: سوم	مدت زمان کلاس : ۱ ساعت و ۴۵ دقیقه

<p>هدف کلی : تمرینات دامنه حرکتی</p> <p>اهداف ویژه در پایان کلاس دانشجو باید بتواند:</p> <ol style="list-style-type: none"> ۱- تمرینات دامنه حرکتی را تعریف کند ۲- کاربردها و عدم کاربردهای تمرینات دامنه حرکتی را نام ببرد ۳- انواع تمرینات دامنه حرکتی را نام ببرد ۴- کاربرد هر یک از انواع تمرینات دامنه حرکتی را نام ببرد ۵- مقدار و شدت تمرینات دامنه حرکتی را برای شرایط خاص بیمار تجویز کند 	
مدت زمان: ۱۰ دقیقه	پیش بینی رفتار ورودی : (آمادگی لازم دانشجو قبل از شروع کلاس - ارزشیابی آغازین) : انجام پرسش از دانشجو و ارزیابی میزان اطلاعات در شروع کلاس
مدت زمان: ۷۵ دقیقه	<p>کلیات درس :</p> <ol style="list-style-type: none"> ۱- تعریف تمرینات دامنه حرکتی ۲- کاربرد و عدم کاربرد تمرینات دامنه حرکتی ۳- معرفی انواع تمرینات دامنه حرکتی (تمرینات فعال، غیر فعال و کمکی) ۴- مشخص کردن کاربرد هر یک از انواع تمرینات حرکتی و دوز مورد نیاز آن برای بیماران
مدت زمان: ۱۰ دقیقه	ارزشیابی در حین تدریس: ارزیابی میزان دقت و توجه دانشجویان با طرح پرسش
مدت زمان: ۵ دقیقه	جمع بندی و نتیجه گیری:
روش تدریس: روش سخنرانی+ پرسش و پاسخ	
وسایل کمک آموزشی: کامپیوتر(نرم افزار Power Point)، ویدئوپروژکتور و وایت برد	
فعالیت فراگیران: گوش دادن و شرکت فعال در فرایند یادگیری - یادداشت برداشتن سر کلاس	
ارزشیابی پایان کلاس (تکمیلی) : سوالات شفاهی از موضوعات تدریس شده	
<p>منابع اصلی درس:</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ Therapeutic Exercises Foundation and Techniques, 7th Edition, 2018 ○ اصول تمرین درمانی، دکتر قدمعلی طالبی، آخرین ویرایش 	

سال تحصیلی : نیم سال اول ۱۴۰۲-۱۴۰۳	تاریخ ارائه درس (شماره جلسه) : (جلسه ی پنجم)
دانشکده: توانبخشی	نوع درس: واحد تئوری و عملی
مقطع / رشته: کارشناسی/فیزیوتراپی	نام مدرس : دکتر سیده طاهره سید حسین پور
نام درس (واحد) : اصول تمرین درمانی	تعداد دانشجو: ۲۰
ترم: سوم	مدت زمان کلاس : ۱ ساعت و ۴۵ دقیقه

<p>هدف کلی : اصول تمرینات کششی</p> <p>اهداف ویژه در پایان کلاس دانشجو باید بتواند:</p> <p>۱- مفاهیم مربوط به تمرینات کششی را شرح دهد</p> <p>۲- رفتار بافت های مختلف را در پاسخ به کشش و بی حرکتی توصیف کند</p> <p>۳- ویژگی های بیومکانیکی و نوروفیزیولوژیکی بافت های انقباضی و غیر انقباضی را بیان کند</p> <p>۴- انواع رفلکس ها و نقششان در کشش بافت را توضیح دهد</p>	
مدت زمان: ۱۰ دقیقه	پیش بینی رفتار ورودی : (آمادگی لازم دانشجو قبل از شروع کلاس - ارزشیابی آغازین): انجام پرسش از دانشجو و ارزیابی میزان اطلاعات در شروع کلاس
مدت زمان: ۷۵ دقیقه	<p>کلیات درس :</p> <p>۱- مفاهیم و واژه شناسی تمرینات کششی</p> <p>۲- پاسخ بافت به حرکت و بی حرکتی</p> <p>۳- بیومکانیک بافت انقباضی</p> <p>۴- بیومکانیک بافت غیر انقباضی</p> <p>۵- معرفی رفلکس ها و نقش آن ها در کشش پذیری بافت انقباضی و غیر انقباضی</p>
مدت زمان : ۱۰ دقیقه	ارزشیابی در حین تدریس: ارزیابی میزان دقت و توجه دانشجویان با طرح پرسش
مدت زمان: ۵ دقیقه	جمع بندی و نتیجه گیری:
روش تدریس: روش سخنرانی+ پرسش و پاسخ	
وسایل کمک آموزشی: کامپیوتر(نرم افزار Power Point)، ویدئوپروژکتور و وایت برد	
فعالیت فراگیران : گوش دادن و شرکت فعال در فرایند یادگیری- یادداشت برداشتن سر کلاس	
ارزشیابی پایان کلاس (تکمیلی) : سوالات شفاهی از موضوعات تدریس شده	
<p>منابع اصلی درس:</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ Therapeutic Exercises Foundation and Techniques, 7th Edition, 2018 ○ اصول تمرین درمانی، دکتر قدمعلی طالبی، آخرین ویرایش 	

سال تحصیلی : نیم سال اول ۱۴۰۲-۱۴۰۳	تاریخ ارائه درس (شماره جلسه) : (جلسه ی ششم)
دانشکده: توانبخشی	نوع درس: واحد تئوری و عملی
مقطع / رشته: کارشناسی/فیزیوتراپی	نام مدرس : دکتر سیده طاهره سید حسین پور
نام درس (واحد) : اصول تمرین درمانی	تعداد دانشجو: ۲۰
ترم: سوم	مدت زمان کلاس : ۱ ساعت و ۴۵ دقیقه

<p>هدف کلی : کاربرد تمرینات کششی اهداف ویژه در پایان کلاس دانشجو باید بتواند:</p> <p>۱- کاربرد و عدم کاربرد تمرینات کششی را نام ببرد ۲- شدت و دوز تمرینات کششی را برای بیماران مشخص کند</p>	
مدت زمان: ۱۰ دقیقه	پیش بینی رفتار ورودی : { آمادگی لازم دانشجو قبل از شروع کلاس - ارزشیابی آغازین): انجام پرسش از دانشجو و ارزیابی میزان اطلاعات در شروع کلاس
مدت زمان: ۷۵ دقیقه	کلیات درس : ۱- کاربرد تمرینات کششی ۲- عدم کاربرد تمرینات کششی ۳- انواع تمرینات کششی ۴- شدت تمرینات کششی ۵- سرعت تمرینات کششی
مدت زمان : ۱۰ دقیقه	ارزشیابی در حین تدریس: ارزیابی میزان دقت و توجه دانشجویان با طرح پرسش
مدت زمان: ۵ دقیقه	جمع بندی و نتیجه گیری:
روش تدریس: روش سخنرانی+ پرسش و پاسخ	
وسایل کمک آموزشی: کامپیوتر(نرم افزار Power Point)، ویدئوپروژکتور و وایت برد	
فعالیت فراگیران : گوش دادن و شرکت فعال در فرایند یادگیری- یادداشت برداشتن سر کلاس	
ارزشیابی پایان کلاس (تکمیلی) : سوالات شفاهی از موضوعات تدریس شده	
منابع اصلی درس: ○ Therapeutic Exercises Foundation and Techniques, 7th Edition, 2018 ○ اصول تمرین درمانی، دکتر قدمعلی طالبی، آخرین ویرایش	

سال تحصیلی : نیم سال اول ۱۴۰۲-۱۴۰۳	تاریخ ارائه درس (شماره جلسه) : (جلسه ی هفتم)
دانشکده: توانبخشی	نوع درس: واحد تئوری و عملی
مقطع / رشته: کارشناسی / فیزیوتراپی	نام مدرس : دکتر سیده طاهره سید حسین پور
نام درس (واحد) : اصول تمرین درمانی	تعداد دانشجو: ۲۰
ترم: سوم	مدت زمان کلاس : ۱ ساعت و ۴۵ دقیقه

<p>هدف کلی : اصول تمرینات مقاومتی اهداف ویژه در پایان کلاس دانشجو باید بتواند:</p> <ol style="list-style-type: none"> ۱- مفاهیم و واژه شناسی تمرینات مقاومتی را توصیف کند ۲- تطابق نوروفیزیولوژیک بافت های بدن با تمرینات مقاومتی را شرح دهد ۳- تطابق بیومکانیکال بافت های بدن با تمرینات مقاومتی را توضیح دهد 	
مدت زمان: ۱۰ دقیقه	پیش بینی رفتار ورودی : (آمادگی لازم دانشجو قبل از شروع کلاس - ارزشیابی آغازین) : انجام پرسش از دانشجو و ارزیابی میزان اطلاعات در شروع کلاس
مدت زمان: ۷۵ دقیقه	کلیات درس : ۱- مفاهیم و واژه شناسی تمرینات مقاومتی ۲- تطابق نوروفیزیولوژیک بافت های بدن با تمرینات مقاومتی ۳- تطابق بیومکانیکال بافت های بدن با تمرینات مقاومتی
مدت زمان: ۱۰ دقیقه	ارزشیابی در حین تدریس: ارزیابی میزان دقت و توجه دانشجویان با طرح پرسش
مدت زمان: ۵ دقیقه	جمع بندی و نتیجه گیری:
روش تدریس: روش سخنرانی+ پرسش و پاسخ	
وسایل کمک آموزشی: کامپیوتر(نرم افزار Power Point)، ویدئوپروژکتور و وایت برد	
فعالیت فراگیران: گوش دادن و شرکت فعال در فرایند یادگیری- یادداشت برداشتن سر کلاس	
ارزشیابی پایان کلاس (تکمیلی) : سوالات شفاهی از موضوعات تدریس شده	
منابع اصلی درس:	
<ul style="list-style-type: none"> ○ Therapeutic Exercises Foundation and Techniques, 7th Edition, 2018 ○ اصول تمرین درمانی، دکتر قدمعلی طالبی، آخرین ویرایش 	

سال تحصیلی : نیم سال اول ۱۴۰۲-۱۴۰۳	تاریخ ارائه درس (شماره جلسه) : (جلسه ی هشتم)
دانشکده: توانبخشی	نوع درس: واحد تئوری و عملی
مقطع / رشته: کارشناسی/فیزیوتراپی	نام مدرس : دکتر سیده طاهره سید حسین پور
نام درس (واحد) : اصول تمرین درمانی	تعداد دانشجو: ۲۰
ترم: سوم	مدت زمان کلاس : ۱ ساعت و ۴۵ دقیقه

<p>هدف کلی : کاربرد تمرینات مقاومتی</p> <p>اهداف ویژه در پایان کلاس دانشجو باید بتواند:</p> <p>۱- کاربرد و عدم کاربرد تمرینات مقاومتی را نام ببرد</p> <p>۲- شدت و دوز تمرینات مقاومتی و قدرتی را برای بیماران مشخص کند</p>	
مدت زمان: ۱۰ دقیقه	پیش بینی رفتار ورودی : (آمادگی لازم دانشجو قبل از شروع کلاس - ارزشیابی آغازین): انجام پرسش از دانشجو و ارزیابی میزان اطلاعات در شروع کلاس
مدت زمان: ۷۵ دقیقه	کلیات درس : ۱- کاربرد تمرینات مقاومتی ۲- عدم کاربرد تمرینات مقاومتی ۳- انواع تمرینات مقاومتی ۴- شدت تمرینات مقاومتی ۵- سرعت تمرینات قدرتی
مدت زمان: ۱۰ دقیقه	ارزشیابی در حین تدریس: ارزیابی میزان دقت و توجه دانشجویان با طرح پرسش
مدت زمان: ۵ دقیقه	جمع بندی و نتیجه گیری:
روش تدریس: روش سخنرانی+ پرسش و پاسخ	
وسایل کمک آموزشی: کامپیوتر(نرم افزار Power Point)، ویدئوپروژکتور و وایت برد	
فعالیت فراگیران: گوش دادن و شرکت فعال در فرایند یادگیری- یادداشت برداشتن سر کلاس	
ارزشیابی پایان کلاس(تکمیلی): سوالات شفاهی از موضوعات تدریس شده	
منابع اصلی درس:	
○ Therapeutic Exercises Foundation and Techniques, 7th Edition, 2018	
○ اصول تمرین درمانی، دکتر قدمعلی طالبی، آخرین ویرایش	

سال تحصیلی : نیم سال اول ۱۴۰۲-۱۴۰۳	تاریخ ارائه درس (شماره جلسه) : (جلسه ی نهم)
دانشکده: توانبخشی	نوع درس: واحد تئوری و عملی
مقطع / رشته: کارشناسی / فیزیوتراپی	نام مدرس : دکتر سیده طاهره سید حسین پور
نام درس (واحد) : اصول تمرین درمانی	تعداد دانشجو: ۲۰
ترم: سوم	مدت زمان کلاس : ۱ ساعت و ۴۵ دقیقه

<p>هدف کلی : ادامه کاربرد تمرینات مقاومتی اهداف ویژه در پایان کلاس دانشجو باید بتواند:</p> <ol style="list-style-type: none"> ۱- تمرینات زنجیره باز و بسته را توضیح دهد ۲- ابزارهای مورد استفاده در تمرینات مقاومتی را شناسد و به کار ببندد ۳- کوفتگی تاخیری را شرح دهد ۴- روش های مقابله با کوفتگی تاخیری را نام ببرد 	
مدت زمان: ۱۰ دقیقه	<p>پیش بینی رفتار ورودی : (آمادگی لازم دانشجو قبل از شروع کلاس - ارزشیابی آغازین): انجام پرسش از دانشجو و ارزیابی میزان اطلاعات در شروع کلاس</p>
مدت زمان: ۷۵ دقیقه	<p>کلیات درس :</p> <ol style="list-style-type: none"> ۱- تمرینات زنجیره باز و بسته ۲- تعریف کوفتگی تاخیری ۳- مکانیسم و تئوری ایجاد کوفتگی تاخیری ۴- راههای مقابله با کوفتگی تاخیری ۵- ابزارهای مختلف تمرین درمانی مقاومتی و کاربرد آن
مدت زمان: ۱۰ دقیقه	ارزشیابی در حین تدریس: ارزیابی میزان دقت و توجه دانشجویان با طرح پرسش
مدت زمان: ۵ دقیقه	جمع بندی و نتیجه گیری:
روش تدریس: روش سخنرانی+ پرسش و پاسخ	
وسایل کمک آموزشی: کامپیوتر(نرم افزار Power Point)، ویدئوپروژکتور و وایت برد	
فعالیت فراگیران: گوش دادن و شرکت فعال در فرایند یادگیری- یادداشت برداشتن سر کلاس	
ارزشیابی پایان کلاس(تکمیلی): سوالات شفاهی از موضوعات تدریس شده	
<p>منابع اصلی درس:</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ Therapeutic Exercises Foundation and Techniques, 7th Edition, 2018 ○ اصول تمرین درمانی، دکتر قدمعلی طالبی، آخرین ویرایش ○ Practical Exercise Therapy, 4th Edition, 1999 	

سال تحصیلی : نیم سال اول ۱۴۰۲-۱۴۰۳	تاریخ ارائه درس (شماره جلسه) : (جلسه ی دهم)
دانشکده: توانبخشی	نوع درس: واحد تئوری و عملی
مقطع / رشته: کارشناسی / فیزیوتراپی	نام مدرس : دکتر سیده طاهره سید حسین پور
نام درس (واحد): اصول تمرین درمانی	تعداد دانشجو: ۲۰
ترم: سوم	مدت زمان کلاس : ۱ ساعت و ۴۵ دقیقه

<p>هدف کلی : اصول تمرینات استقامتی اهداف ویژه در پایان کلاس دانشجو باید بتواند:</p> <p>۱- مفاهیم و واژه شناسی تمرینات استقامتی را توصیف کند ۲- تطابق نوروفیزیولوژیک بافت های بدن با تمرینات استقامتی را شرح دهد ۳- تطابق بیومکانیکال بافت های بدن با تمرینات استقامتی را توضیح دهد</p>	
مدت زمان: ۱۰ دقیقه	پیش بینی رفتار ورودی : (آمادگی لازم دانشجو قبل از شروع کلاس - ارزشیابی آغازین): انجام پرسش از دانشجو و ارزیابی میزان اطلاعات در شروع کلاس
مدت زمان: ۷۵ دقیقه	کلیات درس : ۱- مفاهیم و واژه شناسی تمرینات استقامتی ۲- تطابق نوروفیزیولوژیک بافت های بدن با تمرینات استقامتی ۳- تطابق بیومکانیکال بافت های بدن با تمرینات استقامتی
مدت زمان : ۱۰ دقیقه	ارزشیابی در حین تدریس: ارزیابی میزان دقت و توجه دانشجویان با طرح پرسش
مدت زمان: ۵ دقیقه	جمع بندی و نتیجه گیری:
روش تدریس: روش سخنرانی+ پرسش و پاسخ	
وسایل کمک آموزشی: کامپیوتر(نرم افزار Power Point)، ویدئوپروژکتور و وایت برد	
فعالیت فراگیران: گوش دادن و شرکت فعال در فرایند یادگیری- یادداشت برداشتن سر کلاس	
ارزشیابی پایان کلاس(تکمیلی): سوالات شفاهی از موضوعات تدریس شده	
منابع اصلی درس: ○ Therapeutic Exercises Foundation and Techniques, 7th Edition, 2018 ○ اصول تمرین درمانی، دکتر قدمعلی طالبی، آخرین ویرایش	

سال تحصیلی : نیم سال اول ۱۴۰۲-۱۴۰۳	تاریخ ارائه درس (شماره جلسه) : (جلسه ی یازدهم)
دانشکده: توانبخشی	نوع درس: واحد تئوری و عملی
مقطع / رشته: کارشناسی/فیزیوتراپی	نام مدرس : دکتر سیده طاهره سید حسین پور
نام درس (واحد) : اصول تمرین درمانی	تعداد دانشجو: ۲۰
ترم: سوم	مدت زمان کلاس : ۱ ساعت و ۴۵ دقیقه

<p>هدف کلی : کاربرد تمرینات استقامتی</p> <p>اهداف ویژه در پایان کلاس دانشجو باید بتواند:</p> <p>۱- کاربرد و عدم کاربرد تمرینات استقامتی را نام ببرد</p> <p>۲- شدت و دوز تمرینات استقامتی را برای بیماران مشخص کند</p>	
مدت زمان: ۱۰ دقیقه	پیش بینی رفتار ورودی : (آمادگی لازم دانشجو قبل از شروع کلاس - ارزشیابی آغازین) : انجام پرسش از دانشجو و ارزیابی میزان اطلاعات در شروع کلاس
مدت زمان: ۷۵ دقیقه	کلیات درس : ۱- کاربرد تمرینات استقامتی ۲- عدم کاربرد تمرینات استقامتی ۳- انواع تمرینات استقامتی ۴- شدت تمرینات استقامتی ۵- سرعت تمرینات استقامتی
مدت زمان: ۱۰ دقیقه	ارزشیابی در حین تدریس: ارزیابی میزان دقت و توجه دانشجویان با طرح پرسش
مدت زمان: ۵ دقیقه	جمع بندی و نتیجه گیری:
روش تدریس: روش سخنرانی+ پرسش و پاسخ	
وسایل کمک آموزشی: کامپیوتر(نرم افزار Power Point)، ویدئوپروژکتور و وایت برد	
فعالیت فراگیران: گوش دادن و شرکت فعال در فرایند یادگیری- یادداشت برداشتن سر کلاس	
ارزشیابی پایان کلاس(تکمیلی) : سوالات شفاهی از موضوعات تدریس شده	
منابع اصلی درس: <ul style="list-style-type: none"> ○ Therapeutic Exercises Foundation and Techniques, 7th Edition, 2018 ○ اصول تمرین درمانی، دکتر قدمعلی طالبی، آخرین ویرایش 	

سال تحصیلی : نیم سال اول ۱۴۰۲-۱۴۰۳	تاریخ ارائه درس (شماره جلسه) : (جلسه دوازدهم)
دانشکده: توانبخشی	نوع درس: واحد تئوری و عملی
مقطع / رشته: کارشناسی/فیزیوتراپی	نام مدرس : دکتر سیده طاهره سید حسین پور
نام درس (واحد) : اصول تمرین درمانی	تعداد دانشجو: ۲۰
ترم: سوم	مدت زمان کلاس : ۱ ساعت و ۴۵ دقیقه

<p>هدف کلی : اصول و کاربرد تمرینات در آب اهداف ویژه در پایان کلاس دانشجو باید بتواند:</p> <p>۱- نقش فیزیکی آب در تعدیل نیروهای وارد بر بدن را نام ببرد ۲- کاربرد آب درمانی را نام ببرد ۳- احتیاطات و عدم کاربرد آب درمانی را نام ببرد</p>	
مدت زمان: ۱۰ دقیقه	پیش بینی رفتار ورودی : (آمادگی لازم دانشجو قبل از شروع کلاس - ارزشیابی آغازین) : انجام پرسش از دانشجو و ارزیابی میزان اطلاعات در شروع کلاس
مدت زمان: ۷۵ دقیقه	کلیات درس : ۱- نیروهای وارده به بدن در داخل آب ۲- کاربرد و عدم کاربرد آب درمانی ۳- انواع وسایل و نوع تمرینات در آب
مدت زمان : ۱۰ دقیقه	ارزشیابی در حین تدریس: ارزیابی میزان دقت و توجه دانشجویان با طرح پرسش
مدت زمان: ۵ دقیقه	جمع بندی و نتیجه گیری:
روش تدریس: روش سخنرانی+ پرسش و پاسخ	
وسایل کمک آموزشی: کامپیوتر(نرم افزار Power Point)، ویدئوپروژکتور و وایت برد	
فعالیت فراگیران: گوش دادن و شرکت فعال در فرایند یادگیری- یادداشت برداشتن سر کلاس	
ارزشیابی پایان کلاس (تکمیلی) : سوالات شفاهی از موضوعات تدریس شده	
<p>منابع اصلی درس:</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ Therapeutic Exercises Foundation and Techniques, 7th Edition, 2018 ○ اصول تمرین درمانی، دکتر قدمعلی طالبی، آخرین ویرایش 	

سال تحصیلی : نیم سال اول ۱۴۰۲-۱۴۰۳	تاریخ ارائه درس (شماره جلسه) : (جلسه ی سیزدهم)
دانشکده: توانبخشی	نوع درس: واحد تئوری و عملی
مقطع / رشته: کارشناسی/فیزیوتراپی	نام مدرس : دکتر سیده طاهره سید حسین پور
نام درس (واحد): اصول تمرین درمانی	تعداد دانشجو: ۲۰
ترم: سوم	مدت زمان کلاس : ۱ ساعت و ۴۵ دقیقه

<p>هدف کلی : تعلیق و ابزارهای کمکی اهداف ویژه در پایان کلاس دانشجو باید بتواند:</p> <ol style="list-style-type: none"> ۱- انواع تعلیق را نام ببرد ۲- کاربرد تعلیق را توضیح دهد ۳- ابزارهای کمکی مختلف برای راه اندازی بیماران را نام ببرد ۴- کاربرد ابزارهای مختلف کمکی را توضیح دهد 	
مدت زمان: ۱۰ دقیقه	پیش بینی رفتار ورودی : (آمادگی لازم دانشجو قبل از شروع کلاس - ارزشیابی آغازین) : انجام پرسش از دانشجو و ارزیابی میزان اطلاعات در شروع کلاس
مدت زمان: ۷۵ دقیقه	کلیات درس : ۱- تعریف تعلیق و کاربرد آن ۲- آشنایی با ابزارای کمکی راه رفتن مانند عصا، واکر، ویلچر ۳- کاربرد هر یک از ابزارهای کمکی
مدت زمان : ۱۰ دقیقه	ارزشیابی در حین تدریس: ارزیابی میزان دقت و توجه دانشجویان با طرح پرسش
مدت زمان: ۵ دقیقه	جمع بندی و نتیجه گیری:
روش تدریس: روش سخنرانی+ پرسش و پاسخ	
وسایل کمک آموزشی: کامپیوتر(نرم افزار Power Point)، ویدئوپروژکتور و وایت برد	
فعالیت فراگیران : گوش دادن و شرکت فعال در فرایند یادگیری - یادداشت برداشتن سر کلاس	
ارزشیابی پایان کلاس (تکمیلی) : سوالات شفاهی از موضوعات تدریس شده	
منابع اصلی درس:	
<ul style="list-style-type: none"> ○ Therapeutic Exercises Foundation and Techniques, 7th Edition, 2018 ○ اصول تمرین درمانی، دکتر قدمعلی طالبی، آخرین ویرایش ○ Practical Exercise Therapy, 4th Edition, 1999 ○ فیزیوتراپی در بیماریهای روماتیسمی و پوستی، دکتر محمد اکبری، ویرایش سوم، ۱۳۹۷ 	

سال تحصیلی : نیم سال اول ۱۴۰۲-۱۴۰۳	تاریخ ارائه درس (شماره جلسه) : (جلسه ی چهاردهم)
دانشکده: توانبخشی	نوع درس: واحد تئوری و عملی
مقطع / رشته: کارشناسی/فیزیوتراپی	نام مدرس : دکتر سیده طاهره سید حسین پور
نام درس (واحد) : اصول تمرین درمانی	تعداد دانشجو: ۲۰
ترم: سوم	مدت زمان کلاس : ۱ ساعت و ۴۵ دقیقه

<p>هدف کلی : اصول تمرینات تعادلی و حس عمقی</p> <p>اهداف ویژه در پایان کلاس</p> <p>دانشجو باید بتواند:</p> <p>۱- واژه های مربوط به تمرینات تعادلی را تعریف کند</p> <p>۲- استراتژی های بدن در حفظ تعادل را به تفکیک موقعیت توضیح دهد</p>	
مدت زمان: ۱۰ دقیقه	پیش بینی رفتار ورودی : (آمادگی لازم دانشجو قبل از شروع کلاس - ارزشیابی آغازین): انجام پرسش از دانشجو و ارزیابی میزان اطلاعات در شروع کلاس
مدت زمان: ۷۵ دقیقه	کلیات درس : ۱- مفاهیم و واژه شناسی تمرینات تعادلی ۲- استراتژی های بدن در حفظ تعادل
مدت زمان : ۱۰ دقیقه	ارزشیابی در حین تدریس: ارزیابی میزان دقت و توجه دانشجویان با طرح پرسش
مدت زمان: ۵ دقیقه	جمع بندی و نتیجه گیری:
روش تدریس: روش سخنرانی+ پرسش و پاسخ	
وسایل کمک آموزشی: کامپیوتر(نرم افزار Power Point)، ویدئوپروژکتور و وایت برد	
فعالیت فراگیران : گوش دادن و شرکت فعال در فرایند یادگیری-یادداشت برداشتن سر کلاس	
ارزشیابی پایان کلاس(تکمیلی) : سوالات شفاهی از موضوعات تدریس شده	
منابع اصلی درس:	
<ul style="list-style-type: none"> ○ Therapeutic Exercises Foundation and Techniques, 7th Edition, 2018 ○ اصول تمرین درمانی، دکتر قدمعلی طالبی، آخرین ویرایش 	

سال تحصیلی : نیم سال اول ۱۴۰۲-۱۴۰۳	تاریخ ارائه درس (شماره جلسه) : (جلسه ی پانزدهم)
دانشکده: توانبخشی	نوع درس: واحد تئوری و عملی
مقطع / رشته: کارشناسی/فیزیوتراپی	نام مدرس : دکتر سیده طاهره سید حسین پور
نام درس (واحد) : اصول تمرین درمانی	تعداد دانشجو: ۲۰
ترم: سوم	مدت زمان کلاس : ۱ ساعت و ۴۵ دقیقه

<p>هدف کلی : کاربرد تمرینات تعادلی و حس عمقی</p> <p>اهداف ویژه در پایان کلاس</p> <p>دانشجو باید بتواند:</p> <p>۱- کاربرد و جایگاه تمرینات تعادلی را ذکر کند</p> <p>۲- تعادل بیماران و ورزشکاران را ارزیابی کند</p> <p>۳- انواع تمرینات تعادلی را نام ببرد و کاربرد آن ها را ذکر کند</p>	
مدت زمان: ۱۰ دقیقه	پیش بینی رفتار ورودی : (آمادگی لازم دانشجو قبل از شروع کلاس - ارزشیابی آغازین) : انجام پرسش از دانشجو و ارزیابی میزان اطلاعات در شروع کلاس
مدت زمان: ۷۵ دقیقه	کلیات درس : ۱- کاربرد و جایگاه تمرینات تعادلی در موقعیت و بیماران مختلف ۲- انواع تست های تعادلی در افراد بیمار و ورزشکار ۳- انواع تمرینات تعادلی و کاربرد آن ها
مدت زمان: ۱۰ دقیقه	ارزشیابی در حین تدریس: ارزیابی میزان دقت و توجه دانشجویان با طرح پرسش
مدت زمان: ۵ دقیقه	جمع بندی و نتیجه گیری:
روش تدریس: روش سخنرانی+ پرسش و پاسخ	
وسایل کمک آموزشی: کامپیوتر(نرم افزار Power Point)، ویدئوپروژکتور و وایت برد	
فعالیت فراگیران: گوش دادن و شرکت فعال در فرایند یادگیری- یادداشت برداشتن سر کلاس	
ارزشیابی پایان کلاس(تکمیلی) : سوالات شفاهی از موضوعات تدریس شده	
منابع اصلی درس: ○ Therapeutic Exercises Foundation and Techniques, 7th Edition, 2018 ○ اصول تمرین درمانی، دکتر قدمعلی طالبی، آخرین ویرایش	

سال تحصیلی : نیم سال اول ۱۴۰۲-۱۴۰۳	تاریخ ارائه درس (شماره جلسه) : (جلسه ی شانزدهم)
دانشکده: توانبخشی	نوع درس: واحد تئوری و عملی
مقطع / رشته: کارشناسی/فیزیوتراپی	نام مدرس : دکتر سیده طاهره سید حسین پور
نام درس (واحد): اصول تمرین درمانی	تعداد دانشجو: ۲۰
ترم: سوم	مدت زمان کلاس : ۱ ساعت و ۴۵ دقیقه

<p>هدف کلی : ادامه کاربرد تمرینات تعادلی و حس عمقی اهداف ویژه در پایان کلاس دانشجو باید بتواند:</p> <ol style="list-style-type: none"> ۱- نقش پیش بینی را در حفظ تعادل ذکر کند ۲- انواع پروتکل های تمرینات تعادلی را نام ببرد ۳- کاربرد انواع پروتکل های تمرینات تعادلی را در بیماری های مختلف توضیح دهد 	
مدت زمان: ۱۰ دقیقه	پیش بینی رفتار ورودی : (آمادگی لازم دانشجو قبل از شروع کلاس - ارزشیابی آغازین) : انجام پرسش از دانشجو و ارزیابی میزان اطلاعات در شروع کلاس
مدت زمان: ۷۵ دقیقه	کلیات درس : ۱- نقش پیش بینی در برقراری تعادل ۲- آشنایی با رژیم های مختلف تعادلی در بیماران مختلف
مدت زمان : ۱۰ دقیقه	ارزشیابی در حین تدریس: ارزیابی میزان دقت و توجه دانشجویان با طرح پرسش
مدت زمان: ۵ دقیقه	جمع بندی و نتیجه گیری:
روش تدریس: روش سخنرانی+ پرسش و پاسخ	
وسایل کمک آموزشی: کامپیوتر(نرم افزار Power Point)، ویدئوپروژکتور و وایت برد	
فعالیت فراگیران : گوش دادن و شرکت فعال در فرایند یادگیری- یادداشت برداشتن سر کلاس	
ارزشیابی پایان کلاس(تکمیلی) : سوالات شفاهی از موضوعات تدریس شده	
منابع اصلی درس: <ul style="list-style-type: none"> ○ Therapeutic Exercises Foundation and Techniques, 7th Edition, 2018 ○ اصول تمرین درمانی، دکتر قدمعلی طالبی، آخرین ویرایش 	