

عنوان درس : تمرین درمانی ۱ (اصول تمرین درمانی) (تئوری) تعداد واحد: ۲ رشته تحصیلی: فیزیوتراپی نام استاد: دکتر محمد تقی پور

هدف کلی درس : آشنایی با مفاهیم پایه، اصول تمرین درمانی و روش های اجرای آن شماره جلسه : ۱ مدت زمان جلسه: ۲ ساعت

اهداف ویژه در پایان کلاس	رفتار ورودی (آمادگی لازم دانشجو قبل از شروع کلاس – ارزشیابی آغازین)	خلاصه محتوای درس	زمان (دقیقه)	روش تدریس	وسایل کمک آموزشی	ارزشیابی در حین تدریس	فعالیت های فراگیران	ارزشیابی تکمیلی
دانشجو باید بتواند: - تمرین درمانی را تعریف نماید - جنبه های عملکرد فیزیکی را توضیح دهد - ایمنی تمرین را بداند	زمان ۱۰ دقیقه سؤال و جواب شفاهی و کتبی از دانسته های قبلی	-توصیف تعریف تمرین درمانی - تشریح جنبه های عملکرد فیزیکی * بالانس * تناسب کار دیوپولمونی * هماهنگی * انعطاف پذیری * Performance عضلانی * کنترل نروماسکولار - تشریح ایمنی تمرین		-سخنرانی - پرسش و پاسخ - بحث گروهی	- پاورپوینت - ویدیو پرژکتور -وایت برد و ماژیک - کامپیوتر	زمان ۱۵ دقیقه پرسش و پاسخ	- شرکت در مباحث گروهی - حل تکالیف - پاسخ به سوالات	- حضور فعال در کلاس - امتحان میان ترم - امتحان پایان ترم

منبع اصلی:

Kisner C, Colby La: Therapeutic Exercise, foundation and techniques, 5th – FA Davis Company, Philadelphia, 2007

منابع و سایت های کمک کننده:

Williams E. Prentice. Rehabilitation techniques in sports medicine. 1999

عنوان درس : تمرین درمانی ۱ (اصول تمرین درمانی) تعداد واحد: ۲ رشته تحصیلی: فیزیوتراپی نام استاد: دکتر محمد تقی پور

هدف کلی درس : آشنایی با مفاهیم پایه، اصول تمرین درمانی و روش های اجرای آن شماره جلسه : ۲ مدت زمان جلسه: ۲ ساعت

اهداف ویژه در پایان کلاس	رفتار ورودی (آمادگی لازم دانشجو قبل از شروع کلاس – ارزشیابی آغازین)		خلاصه محتوای درس	زمان (دقیقه)	روش تدریس	وسایل کمک آموزشی	ارزشیابی در حین تدریس		فعالیت های فراگیران	ارزشیابی تکمیلی
دانشجو باید بتواند: - ناتوانی را تعریف کند - انواع ناتوانی را توضیح دهد - Impairment را تعریف نماید - سطوح پیشگیری را بشناسد - اصول یادگیری حرکتی را بداند	زمان ۱۰ دقیقه	سؤال و جواب شفاهی و کتبی از دانسته های قبلی	- تعریف Disablement - تقسیم بندی ناتوانی ها - Impairments و انواع آن - محدودیت های عملکردی - پیشگیری و انواع آن - آمادگی برای آموزش تمرین درمانی - یاد گیری و مراحل آن		- سخنرانی - پرسش و پاسخ - بحث گروهی	- پاورپوینت - ویدیو - پرژکتور - وایت برد و ماژیک - کامپیوتر	پرسش و پاسخ	زمان ۱۵ دقیقه	- شرکت در مباحث گروهی - حل تکالیف - پاسخ به سوالات	- حضور فعال در کلاس - امتحان میان ترم - امتحان پایان ترم

منبع اصلی:

Kisner C, Colby La: Therapeutic Exercise, foundation and techniques, 5th – FA Davis Company, Philadelphia, 2007

منابع و سایت های کمک کننده:

Williams E. Prentice. Rehabilitation techniques in sports medicine. 1999

عنوان درس : تمرین درمانی ۱ (اصول تمرین درمانی) تعداد واحد: ۲ رشته تحصیلی: فیزیوتراپی نام استاد: دکتر محمد تقی پور

هدف کلی درس : آشنایی با مفاهیم پایه (تئوری و عملی)، اصول تمرین درمانی و روش های اجرای آن شماره جلسه : ۳ مدت زمان جلسه: ۲ ساعت

اهداف ویژه در پایان کلاس	رفتار ورودی (آمادگی لازم دانشجو قبل از شروع کلاس – ارزشیابی آغازین)		خلاصه محتوای درس	زمان (دقیقه)	روش تدریس	وسایل کمک آموزشی	ارزشیابی در حین تدریس		فعالیت های فراگیران	ارزشیابی تکمیلی
دانشجو باید بتواند: -انواع دامنه حرکتی را تعریف نماید - موارد کاربرد انواع دامنه حرکتی را توضیح دهد - موارد کنتر اندیکاسیون انواع دامنه حرکتی را بداند	سؤال و جواب شفاهی و کتبی از دانسته های قبلی	زمان ۱۰ دقیقه	-توصیف انواع دامنه حرکتی - تمرینات دامنه حرکتی پاسیو - تمرینات دامنه حرکتی اکتیو -محدودیت های تمرینات دامنه حرکتی -احتیاطات و کنتر اندیکاسیون های تمرینات دامنه حرکتی - تمرینات دامنه حرکتی اکتیو کمکی CPM- - اجرای تمرین دامنه حرکتی		-سخنرانی - پرسش و پاسخ - بحث گروهی	- پاورپوینت -ویدیو پرژکتور -وایت برد و ماژیک -کامپیوتر	پرسش و پاسخ	زمان ۱۵ دقیقه	- شرکت در مباحث گروهی - حل تکالیف -پاسخ به سوالات	- حضور فعال در کلاس - امتحان میان ترم - امتحان پایان ترم

منبع اصلی:

Kisner C, Colby La: Therapeutic Exercise, foundation and techniques, 5th – FA Davis Company, Philadelphia, 2007

منابع و سایت های کمک کننده:

Williams E. Prentice. Rehabilitation techniques in sports medicine. 1999

عنوان درس : تمرین درمانی ۱ (اصول تمرین درمانی) تعداد واحد: ۲ رشته تحصیلی: فیزیوتراپی نام استاد: دکتر محمد تقی پور

هدف کلی درس : آشنایی با مفاهیم پایه (تئوری و عملی)، اصول تمرین درمانی و روش های اجرای آن شماره جلسه : ۴ مدت زمان جلسه: ۲ ساعت

اهداف ویژه در پایان کلاس	رفتار ورودی (آمادگی لازم دانشجو قبل از شروع کلاس – ارزشیابی آغازین)	خلاصه محتوای درس	زمان (دقیقه)	روش تدریس	وسایل کمک آموزشی	ارزشیابی در حین تدریس	فعالیت های فراگیران	ارزشیابی تکمیلی
دانشجو باید بتواند: -انواع موبیلیتی را تعریف نماید - انعطاف پذیری را توضیح دهد - کنتراکچر را بشناسد -استرچینگ و نحوه انجام آنرا بداند	سؤال و جواب شفاهی و کتبی از دانسته های قبلی	-موبیلیتی و انواع آن - انعطاف پذیری و انواع آن - کنتراکچر و انواع آن - اندیکاسیون و کنتر اندیکاسیون استرچینگ -شاخص های اجرای استرچینگ - راهبردهای عملی برای استعمال استرچینگ - موارد الحاقی به کشش	زمان ۱۰ دقیقه	-سخنرانی - پرسش و پاسخ - بحث گروهی	- پاورپوینت -ویدیو پرژکتور -وایت برد و ماژیک -کامپیوتر	زمان ۱۵ دقیقه پرسش و پاسخ	- شرکت در مباحث گروهی - حل تکالیف -پاسخ به سوالات	- حضور فعال در کلاس - امتحان میان ترم - امتحان پایان ترم

منبع اصلی:

Kisner C, Colby La: Therapeutic Exercise, foundation and techniques, 5th – FA Davis Company, Philadelphia, 2007

منابع و سایت های کمک کننده:

Williams E. Prentice. Rehabilitation techniques in sports medicine. 1999

عنوان درس : تمرین درمانی ۱ (اصول تمرین درمانی) تعداد واحد: ۲ رشته تحصیلی: فیزیوتراپی نام استاد: دکتر محمد تقی پور

هدف کلی درس : آشنایی با مفاهیم پایه (تئوری و عملی)، اصول تمرین درمانی و روش های اجرای آن شماره جلسه : ۵ مدت زمان جلسه: ۲ ساعت

اهداف ویژه در پایان کلاس	رفتار ورودی (آمادگی لازم دانشجو قبل از شروع کلاس – ارزشیابی آغازین)	خلاصه محتوای درس	زمان (دقیقه)	روش تدریس	وسایل کمک آموزشی	ارزشیابی در حین تدریس	فعالیت های فراگیران	ارزشیابی تکمیلی
دانشجو باید بتواند: Muscle – performance و انواع آنرا را تعریف نماید – اصول تمرینات مقاومتی را بداند – عوامل موثر بر تولید تانسیون عضلات اسکلتی نرمال را توضیح دهد – انواع تطابقات را بداند	سؤال و جواب شفاهی و کتبی از دانسته های قبلی	Muscle performance– *قدرت عضلانی * تحمل عضلانی * توان عضلانی – اصول Overload * SAID* Reversibility * – عوامل موثر بر تولید تانسیون عضلات اسکلتی نرمال – تطابقات فیزیولوژیک بدنبال تمرین مقاومتی		– سخنرانی – پرسش و پاسخ – بحث گروهی	– پاورپوینت – ویدیو پژکتور – وایت برد و ماژیک – کامپیوتر	زمان ۱۵ دقیقه پرسش و پاسخ	– شرکت در مباحث گروهی – حل تکالیف – پاسخ به سوالات	– حضور فعال در کلاس – امتحان میان ترم – امتحان پایان ترم

منبع اصلی:

Kisner C, Colby La: Therapeutic Exercise, foundation and techniques, 5th – FA Davis Company, Philadelphia, 2007

منابع و سایت های کمک کننده:

Williams E. Prentice. Rehabilitation techniques in sports medicine. 1999

عنوان درس : تمرین درمانی ۱ (اصول تمرین درمانی) تعداد واحد: ۲ رشته تحصیلی: فیزیوتراپی نام استاد: دکتر محمد تقی پور

هدف کلی درس : آشنایی با مفاهیم پایه (تئوری و عملی)، اصول تمرین درمانی و روش های اجرای آن شماره جلسه : ۶ مدت زمان جلسه: ۲ ساعت

اهداف ویژه در پایان کلاس	رفتار ورودی (آمادگی لازم دانشجوی قبل از شروع کلاس – ارزشیابی آغازین)		خلاصه محتوای درس	زمان (دقیقه)	روش تدریس	وسایل کمک آموزشی	ارزشیابی در حین تدریس		فعالیت های فراگیران	ارزشیابی تکمیلی
دانشجو باید بتواند: - شاخص های تمرین مقاومتی تعریف نماید - احتیاطات طی تمرین مقاومتی را توضیح دهد - کنتراندیکاسیون های تمرین مقاومتی - رژیم های تمرینی خاص را بداند	سؤال و جواب شفاهی و کتبی از دانسته های قبلی	زمان ۱۰ دقیقه	- شاخص های تمرین مقاومتی شامل شدت، حجم، فرکانس و دیورشن - Mode of Exercise شامل تمرینات ایزومتریک- دینامیک - انواع تمرینات مقاومتی شامل دستی یا مکانیکال، تمرین ایزوکینتیک - رژیم های تمرینی خاص * Progressive Resistance Exercise * Circuit Weight Training		- سخنرانی - پرسش و پاسخ - بحث گروهی	- پاورپوینت - ویدیو پرژکتور - وایت برد و ماژیک - کامپیوتر	پرسش و پاسخ	زمان ۱۵ دقیقه	- شرکت در مباحث گروهی - حل تکالیف - پاسخ به سوالات	- حضور فعال در کلاس - امتحان میان ترم - امتحان پایان ترم

منبع اصلی:

Kisner C, Colby La: Therapeutic Exercise, foundation and techniques, 5th – FA Davis Company, Philadelphia, 2007

منابع و سایت های کمک کننده:

Williams E. Prentice. Rehabilitation techniques in sports medicine. 1999

عنوان درس : تمرین درمانی ۱ (اصول تمرین درمانی) تعداد واحد: ۲ رشته تحصیلی: فیزیوتراپی نام استاد: دکتر محمد تقی پور

هدف کلی درس : آشنایی با مفاهیم پایه (تئوری و عملی)، اصول تمرین درمانی و روش های اجرای آن شماره جلسه : ۷ مدت زمان جلسه: ۲ ساعت

اهداف ویژه در پایان کلاس	رفتار ورودی (آمادگی لازم دانشجو قبل از شروع کلاس – ارزشیابی آغازین)	خلاصه محتوای درس	زمان (دقیقه)	روش تدریس	وسایل کمک آموزشی	ارزشیابی در حین تدریس	فعالیت های فراگیران	ارزشیابی تکمیلی
دانشجو باید بتواند: - اصطلاحات کلیدی تمرین هوازی را تعریف نماید - انواع سیستم های انرژی را توضیح دهد - پاسخ فیزیولوژیک به تمرینات هوازی را بداند	سؤال و جواب شفاهی و کتبی از دانسته های قبلی	زمان ۱۰ دقیقه - اصطلاحات کلیدی شامل تناسب، حداکثر اکسیژن مصرفی، تمرین هوازی، تطابق، اکسیژن مصرفی قلب، Deconditioning و کفایت تمرین - سیستم های انرژی شامل فسفاژن، گلیکولیتیک و هوازی - پاسخ فیزیولوژیک به تمرینات هوازی شامل اثرات کاردیك، محیطی و رسپیراتوری		- سخنرانی - پرسش و پاسخ - بحث گروهی	- پاورپوینت - ویدیو پرژکتور - وایت برد و ماژیک - کامپیوتر	زمان ۱۵ دقیقه - پرسش و پاسخ	- شرکت در مباحث گروهی - حل تکالیف - پاسخ به سوالات	- حضور فعال در کلاس - امتحان میان ترم - امتحان پایان ترم

منبع اصلی:

Kisner C, Colby La: Therapeutic Exercise, foundation and techniques, 5th – FA Davis Company, Philadelphia, 2007

منابع و سایت های کمک کننده:

Williams E. Prentice. Rehabilitation techniques in sports medicine. 1999

عنوان درس : تمرین درمانی ۱ (اصول تمرین درمانی) تعداد واحد: ۲ رشته تحصیلی: فیزیوتراپی نام استاد: دکتر محمد تقی پور

هدف کلی درس : آشنایی با مفاهیم پایه (تئوری و عملی)، اصول تمرین درمانی و روش های اجرای آن شماره جلسه : ۸ مدت زمان جلسه: ۲ ساعت

اهداف ویژه در پایان کلاس	رفتار ورودی (آمادگی لازم دانشجو قبل از شروع کلاس – ارزشیابی آغازین)		خلاصه محتوای درس	زمان (دقیقه)	روش تدریس	وسایل کمک آموزشی	ارزشیابی در حین تدریس		فعالیت های فراگیران	ارزشیابی تکمیلی
دانشجو باید بتواند: - روش های ارزیابی برای برنامه تمرین هوازی را بداند - شاخص های برنامه تمرین هوازی را توضیح دهد	سؤال و جواب شفاهی و کتبی از دانسته های قبلی	زمان ۱۰ دقیقه	-انواع ارزیابی شامل *Stress test *Multistage test -شاخص های برنامه تمرین هوازی *تعیین شدت تمرین * دیورشن تمرین *فرکانس تمرین *Mode تمرین		-سخنرانی - پرسش و پاسخ - بحث گروهی	- پاورپوینت -ویدیو پرژکتور -وایت برد و ماژیک -کامپیوتر	پرسش و پاسخ	زمان ۱۵ دقیقه	- شرکت در مباحث گروهی - حل تکالیف -پاسخ به سوالات	- حضور فعال در کلاس - امتحان میان ترم - امتحان پایان ترم

منبع اصلی:

Kisner C, Colby La: Therapeutic Exercise, foundation and techniques, 5th – FA Davis Company, Philadelphia, 2007

منابع و سایت های کمک کننده:

Williams E. Prentice. Rehabilitation techniques in sports medicine. 1999

عنوان درس : تمرین درمانی ۱ (اصول تمرین درمانی) تعداد واحد: ۲ رشته تحصیلی: فیزیوتراپی نام استاد: دکتر محمد تقی پور

هدف کلی درس : آشنایی با مفاهیم پایه (تئوری و عملی)، اصول تمرین درمانی و روش های اجرای آن شماره جلسه : ۹ مدت زمان جلسه: ۲ ساعت

اهداف ویژه در پایان کلاس	رفتار ورودی (آمادگی لازم دانشجو قبل از شروع کلاس – ارزشیابی آغازین)		خلاصه محتوای درس	زمان (دقیقه)	روش تدریس	وسایل کمک آموزشی	ارزشیابی در حین تدریس		فعالیت های فراگیران	ارزشیابی تکمیلی
دانشجو باید بتواند: - مراحل یک برنامه تمرین هوازی را توضیح دهد - تطابقات بدنبال یک دوره تمرین هوازی را بداند - تمرینات هوازی برای بیماران با بیماری کرونری را توضیح دهد	سؤال و جواب شفاهی و کتبی از دانسته های قبلی	زمان ۱۰ دقیقه	- برنامه تمرینی * فاز Warm up * فاز تمرین هوازی * فاز Cool down - تطابقات * تغییرات قلبی عروقی * تغییرات ریسپیراتوری * تغییرات متابولیک * تغییرات دیگر سیستم ها - مراحل تمرینات هوازی بیماران قلبی		- سخنرانی - پرسش و پاسخ - بحث گروهی	- پاورپوینت - ویدیو پرژکتور - وایت برد و ماژیک - کامپیوتر	پرسش و پاسخ	زمان ۱۵ دقیقه	- شرکت در مباحث گروهی - حل تکالیف - پاسخ به سوالات	- حضور فعال در کلاس - امتحان میان ترم - امتحان پایان ترم

منبع اصلی:

Kisner C, Colby La: Therapeutic Exercise, foundation and techniques, 5th – FA Davis Company, Philadelphia, 2007

منابع و سایت های کمک کننده:

Williams E. Prentice. Rehabilitation techniques in sports medicine. 1999

عنوان درس : تمرین درمانی ۱ (اصول تمرین درمانی) تعداد واحد: ۲ رشته تحصیلی: فیزیوتراپی نام استاد: دکتر محمد تقی پور

هدف کلی درس : آشنایی با مفاهیم پایه (تئوری و عملی)، اصول تمرین درمانی و روش های اجرای آن شماره جلسه : ۱۰ مدت زمان جلسه: ۲ ساعت

اهداف ویژه در پایان کلاس	رفتار ورودی (آمادگی لازم دانشجو قبل از شروع کلاس – ارزشیابی آغازین)		خلاصه محتوای درس	زمان (دقیقه)	روش تدریس	وسایل کمک آموزشی	ارزشیابی در حین تدریس		فعالیت های فراگیران	ارزشیابی تکمیلی
دانشجو باید بتواند: - تمرینات پلايومتریک را بشناسد - شیوه تمرین پلايومتریک را بداند	سؤال و جواب شفاهی و کتبی از دانسته های قبلی	زمان ۱۰ دقیقه	-تمرینات پلايومتریک *تعریف *مراحل *اهداف *مکانیسم نروفیزیولوژیک *اصول بیومکانیک *پیش نیاز *اشیوه تمرین		-سخنرانی - پرسش و پاسخ - بحث گروهی	- پاورپوینت -ویدیو پرژکتور -وایت برد و ماژیک -کامپیوتر	پرسش و پاسخ	زمان ۱۵ دقیقه	- شرکت در مباحث گروهی - حل تکالیف -پاسخ به سوالات	- حضور فعال در کلاس - امتحان میان ترم - امتحان پایان ترم

منبع اصلی:

Kisner C, Colby La: Therapeutic Exercise, foundation and techniques, 5th – FA Davis Company, Philadelphia, 2007

منابع و سایت های کمک کننده:

Williams E. Prentice. Rehabilitation techniques in sports medicine. 1999

عنوان درس : تمرین درمانی ۱ (اصول تمرین درمانی) تعداد واحد: ۲ رشته تحصیلی: فیزیوتراپی نام استاد: دکتر محمد تقی پور

هدف کلی درس : آشنایی با مفاهیم پایه (تئوری و عملی)، اصول تمرین درمانی و روش های اجرای آن شماره جلسه : ۱۱ مدت زمان جلسه: ۲ ساعت

اهداف ویژه در پایان کلاس	رفتار ورودی (آمادگی لازم دانشجو قبل از شروع کلاس – ارزشیابی آغازین)	خلاصه محتوای درس	زمان (دقیقه)	روش تدریس	وسایل کمک آموزشی	ارزشیابی در حین تدریس	فعالیت های فراگیران	ارزشیابی تکمیلی
دانشجو باید بتواند: - اصول تمرینات حرکتی - زنجیره باز و بسته تمرین درمانی را بداند - تفاوت های تمرینات حرکتی زنجیره باز و بسته بداند - انواع تمرینات زنجیره بسته اندام تحتانی و فوقانی را بداند	زمان ۱۰ دقیقه سؤال و جواب شفاهی و کتبی از دانسته های قبلی	- مفهوم زنجیره حرکتی - ویژگی های تمرین زنجیره بسته و باز - تفاوت تمرین زنجیره بسته و باز - تمرینات زنجیره بسته اندام تحتانی شامل Wall Squatting, slid Leg, Step up, Lung, press و ... - تمرینات زنجیره بسته در اندام فوقانی شامل Weight Push up, shifting		- سخنرانی - پرسش و پاسخ - بحث گروهی	- پاورپوینت - ویدیو - پرژکتور - وایت برد و ماژیک - کامپیوتر	زمان ۱۵ دقیقه پرسش و پاسخ	- شرکت در مباحث گروهی - حل تکالیف - پاسخ به سوالات	- حضور فعال در کلاس - امتحان میان ترم - امتحان پایان ترم

منبع اصلی:

Kisner C, Colby La: Therapeutic Exercise, foundation and techniques, 5th – FA Davis Company, Philadelphia, 2007

منابع و سایت های کمک کننده:

Williams E. Prentice. Rehabilitation techniques in sports medicine. 1999

عنوان درس : تمرین درمانی ۱ (اصول تمرین درمانی) تعداد واحد: ۲ رشته تحصیلی: فیزیوتراپی نام استاد: دکتر محمد تقی پور

هدف کلی درس : آشنایی با مفاهیم پایه (تئوری و عملی)، اصول تمرین درمانی و روش های اجرای آن شماره جلسه : ۱۲ مدت زمان جلسه: ۲ ساعت

اهداف ویژه در پایان کلاس	رفتار ورودی (آمادگی لازم دانشجو قبل از شروع کلاس – ارزشیابی آغازین)	خلاصه محتوای درس	زمان (دقیقه)	روش تدریس	وسایل کمک آموزشی	ارزشیابی در حین تدریس	فعالیت های فراگیران	ارزشیابی تکمیلی
دانشجو باید بتواند: - حس عمقی را تعریف نماید - سیستم های حسی دخیل در حرکت را بداند - سیستم های ثبات مفصل را توضیح دهد	زمان ۱۰ دقیقه سئوال و جواب شفاهی و کتبی از دانسته های قبلی	-تعریف کنترل عصبی عضلانی -ساب سیستم های حسی دخیل در حرکت شامل بینایی، وستیبولار و سوماتوسنسوری -مکانیسم های کنترل نروماسکولار *Feed-Forward * Feedback -سیستم های ثبات مفصل شامل پاسیو، اکتیو و نروماسکولار		-سخنرانی - پرسش و پاسخ - بحث گروهی	- پاورپوینت -ویدیو پرژکتور -وایت برد و مازیک -کامپیوتر	زمان ۱۵ دقیقه پرسش و پاسخ	- شرکت در مباحث گروهی - حل تکالیف -پاسخ به سوالات	- حضور فعال در کلاس - امتحان میان ترم - امتحان پایان ترم

منبع اصلی:

Kisner C, Colby La: Therapeutic Exercise, foundation and techniques, 5th – FA Davis Company, Philadelphia, 2007

منابع و سایت های کمک کننده:

Williams E. Prentice. Rehabilitation techniques in sports medicine. 1999

عنوان درس : تمرین درمانی ۱ (اصول تمرین درمانی) تعداد واحد: ۲ رشته تحصیلی: فیزیوتراپی نام استاد: دکتر محمد تقی پور

هدف کلی درس : آشنایی با مفاهیم پایه (تئوری و عملی)، اصول تمرین درمانی و روش های اجرای آن شماره جلسه : ۱۳ مدت زمان جلسه: ۲ ساعت

اهداف ویژه در پایان کلاس	رفتار ورودی (آمادگی لازم دانشجو قبل از شروع کلاس – ارزشیابی آغازین)		خلاصه محتوای درس	زمان (دقیقه)	روش تدریس	وسایل کمک آموزشی	ارزشیابی در حین تدریس		فعالیت های فراگیران	ارزشیابی تکمیلی
دانشجو باید بتواند: - فاکتورهای لازم برای ثبات دینامیک را نام ببرد - اجزا کنترل نروماسکولار را توضیح دهد - کنترل بالانس را بداند	سؤال و جواب شفاهی و کتبی از دانسته های قبلی	زمان ۱۰ دقیقه	- فاکتورهای لازم برای ثبات دینامیک - اجزا کنترل نروماسکولار * پروپریوسپشن و حس حرکت * استابیلیزاسیون دینامیک * کنترل نروماسکولار واکنشی - کنترل بالانس و انواع آن - انواع پاسخ های کنترل بالانس		- سخنرانی - پرسش و پاسخ - بحث گروهی	- پاورپوینت - ویدیو پرژکتور - وایت برد و ماژیک - کامپیوتر	- پرسش و پاسخ ۱۵ دقیقه	زمان	- شرکت در مباحث گروهی - حل تکالیف - پاسخ به سوالات	- حضور فعال در کلاس - امتحان میان ترم - امتحان پایان ترم

منبع اصلی:

Kisner C, Colby La: Therapeutic Exercise, foundation and techniques, 5th – FA Davis Company, Philadelphia, 2007

منابع و سایت های کمک کننده:

Williams E. Prentice. Rehabilitation techniques in sports medicine. 1999

عنوان درس : تمرین درمانی ۱ (اصول تمرین درمانی) تعداد واحد: ۲ رشته تحصیلی: فیزیوتراپی نام استاد: دکتر محمد تقی پور

هدف کلی درس : آشنایی با مفاهیم پایه (تئوری و عملی)، اصول تمرین درمانی و روش های اجرای آن شماره جلسه : ۱۴ مدت زمان جلسه: ۲ ساعت

اهداف ویژه در پایان کلاس	رفتار ورودی (آمادگی لازم دانشجو قبل از شروع کلاس – ارزشیابی آغازین)		خلاصه محتوای درس	زمان (دقیقه)	روش تدریس	وسایل کمک آموزشی	ارزشیابی در حین تدریس		فعالیت های فراگیران	ارزشیابی تکمیلی
دانشجو باید بتواند: - استراتژی های حرکتی جهت کنترل بالانس را بداند - اختلال بالانس را توضیح دهد - آموزش تعادل را بداند	سؤال و جواب شفاهی و کتبی از دانسته های قبلی	زمان ۱۰ دقیقه	- انواع استراتژی حرکتی * استراتژی مچ پا * استراتژی هیپ یا تنه * استراتژی گام برداشتن * استراتژی Weight- Shifting * استراتژی Suspension - بالانس طی بلند کردن شی - اختلال بالانس - آموزش تعادل شامل تعادل استاتیک، نیمه دینامیک و دینامیک		- سخنرانی - پرسش و پاسخ - بحث گروهی	- پاورپونت - ویدیو پرژکتور - وایت برد و ماژیک - کامپیوتر	- پرسش و پاسخ	زمان ۱۵ دقیقه	- شرکت در مباحث گروهی - حل تکالیف - پاسخ به سوالات	- حضور فعال در کلاس - امتحان میان ترم - امتحان پایان ترم

منبع اصلی:

Kisner C, Colby La: Therapeutic Exercise, foundation and techniques, 5th – FA Davis Company, Philadelphia, 2007

منابع و سایت های کمک کننده:

Williams E. Prentice. Rehabilitation techniques in sports medicine. 1999

عنوان درس : تمرین درمانی ۱ (اصول تمرین درمانی) تعداد واحد: ۲ رشته تحصیلی: فیزیوتراپی نام استاد: دکتر محمد تقی پور

هدف کلی درس : آشنایی با مفاهیم پایه (تئوری و عملی)، اصول تمرین درمانی و روش های اجرای آن شماره جلسه : ۱۵ مدت زمان جلسه: ۲ ساعت

اهداف ویژه در پایان کلاس	رفتار ورودی (آمادگی لازم دانشجو قبل از شروع کلاس – ارزشیابی آغازین)		خلاصه محتوای درس	زمان (دقیقه)	روش تدریس	وسایل کمک آموزشی	ارزشیابی در حین تدریس		فعالیت های فراگیران	ارزشیابی تکمیلی
دانشجو باید بتواند: - کاربرد تمرینات فانکشنال را بداند - فوائد تمرینات فانکشنال را بشناسد - راه رفتن با وسایل کمکی را به مریض آموزش دهد	سؤال و جواب شفاهی و کتبی از دانسته های قبلی	زمان ۱۰ دقیقه	-اهداف بالینی توانبخشی -اهداف عملکردی توانبخشی -فوائد فیزیکی و روانشناختی - انواع تمرینات فانکشنال - انواع وسایل کمکی راه رفتن -انواع راه رفتن با وسایل کمکی		-سخنرانی - پرسش و پاسخ - بحث گروهی	- پاورپوینت -ویدیو پرژکتور -وایت برد و ماژیک -کامپیوتر	- پرسش و پاسخ دقیقه	زمان ۱۵	- شرکت در مباحث گروهی - حل تکالیف -پاسخ به سوالات	- حضور فعال در کلاس - امتحان میان ترم - امتحان پایان ترم

منبع اصلی:

Kisner C, Colby La: Therapeutic Exercise, foundation and techniques, 5th – FA Davis Company, Philadelphia, 2007

منابع و سایت های کمک کننده:

Williams E. Prentice. Rehabilitation techniques in sports medicine. 1999

عنوان درس : تمرین درمانی ۱ (اصول تمرین درمانی) تعداد واحد: ۲ رشته تحصیلی: فیزیوتراپی نام استاد: دکتر محمد تقی پور

هدف کلی درس : آشنایی با مفاهیم پایه (تئوری و عملی)، اصول تمرین درمانی و روش های اجرای آن شماره جلسه : ۱۶ مدت زمان جلسه: ۲ ساعت

اهداف ویژه در پایان کلاس	رفتار ورودی (آمادگی لازم دانشجو قبل از شروع کلاس – ارزشیابی آغازین)	خلاصه محتوای درس	زمان (دقیقه)	روش تدریس	وسایل کمک آموزشی	ارزشیابی در حین تدریس	فعالیت های فراگیران	ارزشیابی تکمیلی
دانشجو باید بتواند: - هیدروتراپی را تعریف نماید - خواص آب را بداند - نوع تمرینات را بشناسد	زمان ۱۰ دقیقه سؤال و جواب شفاهی و کتبی از دانسته های قبلی	-اهداف و اندیکاسیون هیدروتراپی - احتیاطات و کنترل اندیکاسیون هیدروتراپی - خواص آب * خواص فیزیکی * خواص هیدرومکانیک * خواص ترمودینامیک - تمرینات استرچینگ داخل آب - تمرینات تقویتی داخل آب		- سخنرانی - پرسش و پاسخ - بحث گروهی	- پاورپوینت - ویدیو پرزکتور - وایت برد و ماژیک - کامپیوتر	زمان ۱۵ دقیقه پرسش و پاسخ	- شرکت در مباحث گروهی - حل تکالیف - پاسخ به سوالات	- حضور فعال در کلاس - امتحان میان ترم - امتحان پایان ترم

منبع اصلی:

Kisner C, Colby La: Therapeutic Exercise, foundation and techniques, 5th – FA Davis Company, Philadelphia, 2007

منابع و سایت های کمک کننده:

Williams E. Prentice. Rehabilitation techniques in sports medicine. 1999

عنوان درس : تمرین درمانی ۱ (اصول تمرین درمانی) تعداد واحد: ۲ رشته تحصیلی: فیزیوتراپی نام استاد: دکتر محمد تقی پور

هدف کلی درس : آشنایی با مفاهیم پایه (تئوری و عملی)، اصول تمرین درمانی و روش های اجرای آن شماره جلسه : ۱۷ مدت زمان جلسه: ۲ ساعت

اهداف ویژه در پایان کلاس	رفتار ورودی (آمادگی لازم دانشجوی قبل از شروع کلاس – ارزشیابی آغازین)		خلاصه محتوای درس	زمان (دقیقه)	روش تدریس	وسایل کمک آموزشی	ارزشیابی در حین تدریس		فعالیت های فراگیران	ارزشیابی تکمیلی
دانشجو باید بتواند: - رفع اشکال نماید	سؤال و جواب شفاهی و کتبی از دانسته های قبلی	زمان ۳۰ دقیقه	- مرور مطالب گذشته - پاسخ به سوالات دانشجویان		- پرسش و پاسخ - بحث گروهی	- پاورپونت - ویدیو - پرژکتور - وایت برد و ماژیک - کامپیوتر	- پرسش و پاسخ	زمان ۳۰ دقیقه	- شرکت در مباحث گروهی - پاسخ به سوالات - پرسش از استاد	- حضور فعال در کلاس - امتحان میان ترم - امتحان پایان ترم

منبع اصلی:

Kisner C, Colby La: Therapeutic Exercise, foundation and techniques, 5th – FA Davis Company, Philadelphia, 2007

منابع و سایت های کمک کننده:

Williams E. Prentice. Rehabilitation techniques in sports medicine. 1999