

توصیف دوره آموزشی

نام دوره: اصول فیزیولوژیکی تمرین درمانی

جمعیت هدف: دانشجویان دکتری

پیامدهای یادگیری پایان دوره :

- دانشجو می تواند تغییرات سیستم های عصبی عضلانی و اسکلتی را بدنبال کم تحرکی و پر تحرکی (overuse) شرح دهد
- دانشجو می تواند تغییرات سیستم های عصبی عضلانی و اسکلتی را بدنبال سالمندی شرح دهد
- دانشجو می تواند تغییرات سیستم های عصبی عضلانی و اسکلتی را بدنبال انجام برنامه های تمرینی شرح دهد
- دانشجو می تواند با تازه ترین اطلاعات روز در زمینه نحوه افزایش قدرت و استقامت عضلانی آشنا شود
- دانشجو می تواند با تازه ترین اطلاعات روز در زمینه نحوه افزایش تعادل و اصلاح پاسچر آشنا شود
- دانشجو قادر به طراحی پروتکل تمرین درمانی عضلات بدن بر اساس ساختار و عملکرد متفاوت عضلات بدن می شود

محتوای آموزشی دوره:

a. سرفصلهای آموزشی دوره:

- آشنایی با مدل‌های مختلف پر تحرکی- تطابق متفاوت عضلات مختلف بدن در این مدل-تاثیر مطلوب و نامطلوب این تطابق در سیستم حرکتی
- اصول تطابق به دنبال تمرینات-
- آشنایی با تاثیرات بی تحرکی و کم تحرکی و Over use و بیماریها بر سیستم های مختلف بدن
- آشنایی با تغییرات حاصله از سالمندی بر سیستم های مختلف بدن
- آشنایی با سیستم کنترل حرکت و پاسچر
-
- رفرنسهای آموزشی دوره:
- Lieber RL. Skeletal muscle structure, function and plasticity, the physiological basis of rehabilitation 3rd edition. 2010
- Sullivan PE, Markos PD. Clinical Decision making in therapeutic exercise, Appleton& Lange,2010
- Prentice WE, Voight ML. Techniques in musculoskeletal rehabilitation, McGraw- Hill, 2001
- Original articles and systematic review papers

متدهای آموزشی دوره:

سخنرانی ، پرسش و پاسخ ،نمایش اسلاید

تعداد ساعت /واحد آموزشی:

۲واحد تئوری معادل ۳۴ ساعت

جایگاههای آموزشی دوره :

- دانشگاه علوم بهزیستی

ارزشیابیهای دوره :

پرسش شفاهی در طول ترم – امتحان پایان ترم- برگزاری سمینارهای دانشجویی

طرح درس

نام درس: اصول فیزیولوژیکی تمرین درمانی

اهداف پایان درس: اصول فیزیولوژیکی تمرین درمانی

اهداف شناختی: آشنایی با تازه ترین اطلاعات روز در زمینه نحوه افزایش قدرت استقامت تعادل و اصلاح پاسچر

اهداف روانی حرکتی :

اهداف نگرشی: توانایی تجویز تمرینات تخصصی در بیماریهای مختلف عضلانی اسکلتی و نورولوژیکی

اهداف یادگیری	سرفصلهای آموزشی	روشهای آموزشی	فعاليتها ی یادگیرنده	جایگاه و زمان مورد نیاز	زمان و نحوه ارزشیابی یادگیرنده	منابع
دانشجو می تواند تغییرات سیستم های عصبی عضلانی و اسکلتی را بدنال کم تحرکی و پر تحرکی (overuse) شرح دهد	آشنایی با مدل‌های مختلف پر تحرکی- تطابق متفاوت عضلات مختلف بدن در این مدل-تاثیر مطلوب و نامطلوب این تطابق در سیستم حرکتی	سخنرانی ' پرسش و پاسخ و نمایش اسلاید - نمایش عملی	مشارکت در بحث و پاسخ به سئوالات مطروحه برگزاری سمینار	۱۰ ساعت تئوری	پرسش شفاهی در طول ترم - امتحان پایان ترم	1- Lieber RL. Skeletal muscle structure, function and plasticity, the physiologic al basis of rehabilitati on 3 rd edition. 2010 2- Sullivan PE, Markos PD. Clinical Decision making in therapeutic exercise, Appleton& Lange,2010 -3- Prentice WE, Voight ML. Techniques in musculoske letal rehabilitati on, McGraw-Hill, 2001 4-- Original articles and
دانشجو می تواند تغییرات سیستم های عصبی عضلانی و اسکلتی را بدنال سالمندی شرح دهد تغییرات سیستم های عصبی عضلانی و اسکلتی را بدنال انجام برنامه های تمرینی شرح دهد	اصول تطابق به بدنال تمرینات- آشنایی با نشیئات بی تحرکی و کم تحرکی و Over use و بیماریها بر سیستم های مختلف بدن آشنایی با تغییرات حاصله از سالمندی بر سیستم های مختلف بدن -	سخنرانی ' پرسش و پاسخ و نمایش اسلاید - نمایش عملی	مشارکت در بحث و پاسخ به سئوالات مطروحه برگزاری سمینار	۱۰ ساعت تئوری		
دانشجو با تازه ترین اطلاعات روز در زمینه نحوه افزایش قدرت و استقامت	آشنایی با تازه ترین اطلاعات روز در زمینه نحوه افزایش قدرت و			۱۰ ساعت تئوری		

systematic review papers	پرسش شفاهی در طول ترم – امتحان میان و پایان ترم	۱۰ ساعت تئوری	مشارکت در بحث و پاسخ به سئوالات مطروحه	سخنرانی ، پرسش و پاسخ ، نمایش اسلاید – نمایش عملی	استقامت عضلانی اصول پیشرفته تجویز تمرین درمانی در بیماریهای عضلانی اسکلتی و نورولوژیکی	عضلانی آشنا می شود
					آشنایی با سیستم کنترل حرکت و پاسچر و اصول تمرین درمانی پیشرفته آن	دانشجو با تازه ترین اطلاعات روز در زمینه نحوه افزایش تعادل و اصلاح پاسچر آشنا می شود
					آشنایی با اجزاء سیستم حرکتی- آشنایی با ساختار تخصصی عضلات- تقسیم بندی عملکردی عضلات مختلف بدن	دانشجو قادر به طراحی پروتکل تمرین درمانی عضلات بدن بر اساس ساختار و عملکرد متفاوت عضلات بدن می شود

کار / تجربه های عملی :

ندارد

تکالیف دانشجوی:

مشارکت در بحث و پاسخ به سئوالات مطروحه- برگزاری سمینار دانشجویی

ارزشیابی درس :

پرسش شفاهی در طول ترم – امتحان میان و پایان ترم-