به نام ایزد دانا

(کاربرگ طرح درس)

تاریخ به‌روز رسانی: ۱۴۰۵/۰۷/۰۱

دانشکده علوم انسانی

نیمسال اول سال تحصیلی ۰۶-۰۵

نام درس	فارسی: آسیب شناسی ورزشی	تعداد واحد: نظری۲	مقطع: کارشناسی
	لاتین: **injuries**	**Sport**	پیش‌نیازها و هم‌نیازها:
مدرس/مدرسین: دکتر سید محسن آوندی		شماره تلفن اتاق: ۰۲۳۳۱۵۳۲۱۶۶	
پست الکترونیکی: m.avandi@semnan.ac.ir		منزلگاه اینترنتی: http://mavandi.profile.semnan.ac.ir	
برنامه تدریس در هفته و شماره کلاس:			
اهداف درس: **مطالعه آسیب های متداول در رشته های ورزشی و روش های پیشگیری و درمان**			
امکانات آموزشی مورد نیاز: **استفاده از ویدئو پروژکتور و تخته وایت بورد**			

نحوه ارزشیابی	فعالیت‌های کلاسی و آموزشی	ارزشیابی مستمر(کوئیز)	امتحان میان‌ترم	امتحان پایان‌ترم
درصد نمره	۱۰ درصد	۴۰ درصد		۵۰ درصد
منابع و مآخذ درس	۱. آسیب شناسی ورزشی، دکتر محمد حسینی. انتشارات حتمی. تهران. ۲. آسیب شناسی ورزشی، رضا قره خانلو، انتشارات سمت.			

بودجه‌بندی درس

هفته	مبحث	توضیحات
۱	آشنایی و شناخت آسیب های سیستم اسکلتی	
۲	آشنایی و شناخت آسیب های سیستم عضلانی و تاندونی	
۳	آشنایی و شناخت آسیب های لیگامنت، مفاصل و کیسه های زلالی	
٤	آشنایی با آزمون های تشخیص آسیب های ورزشی اندام تحتانی	
٥	آشنایی با آزمون های تشخیص آسیب های ورزشی اندام فوقانی	
٦	آشنایی با آسیب های مفصل شانه	
۷	آشنایی با آسیب های مفصل شانه	
۸	آشنایی با آسیب های ناحیه آرنج	
۹	آشنایی با آسیب های ناحیه مچ دست	
۱۰	آشنایی با آسیب های ناحیه مفصل ران	
۱۱	آشنایی با آسیب های ناحیه مفصل زانو	
۱۲	آشنایی با آسیب های ناحیه مفصل زانو	
۱۳	بازتوانی آسیب های ورزشی مفصل شانه	
۱٤	بازتوانی آسیب های ورزشی مفصل آرنج	
۱٥	بازتوانی آسیب های ورزشی مفصل زانو	
۱٦	بازتوانی آسیب های ورزشی مفصل ستون فقرات	