

## فرم طرح درس (Lesson Plan)

نام واحد: اصول فیزیولوژیکی تمرین درمانی	مدت کلاس : ۲ ساعت
رشته : فیزیوتراپی	مقطع : دکترا
ترم : دوم	سال تحصیلی :
تاریخ ارائه درس:	تعداد دانشجو : ۴

منبع :

- Therapeutic exercise Bandy 2005
- Therapeutic exercise Kisner 2012
- Exercise therapy Huglum 2007
- Scientific foundations and principles of practice in musculoskeletal rehabilitation. Magee and Zachazewski and quillen-2007
- Assesment and tratment of muscle imbalance Jauda approach Page 2010

امکانات آموزشی :

ویدئو پروژکتور – کامپیوتر

مدرس : دکتر زهرا رجحانی شیرازی

عنوان درس :

اصول فیزیولوژیک انجام تمرینات تخصصی با تکیه بر تمرینات زنجیره بسته و باز حرکتی

اهداف آموزشی :

اهداف کلی :

- آشنایی با اصول فیزیولوژیک در زنجیره های باز و بسته حرکتی

اهداف اختصاصی :

- دانشجو باید بتواند طبق مباحث مطروحه در کلاس زنجیره حرکتی را تعریف کند.
- دانشجو باید بتواند بر طبق روشهای معرفی شده عوامل بیومکانیکال ، حسی و عضلانی را در حرکات در زنجیره های باز و بسته حرکتی تفسیر کند.
- دانشجو باید بتواند بر طبق رفرنسهای معرفی شده ، کنترل فیدبکی و فیدفوراردی را مقایسه نماید.

- دانشجو باید بتواند تفاوت‌های دو زنجیره را برطبق مباحث مطروحه در کلاس بیان نماید.
- دانشجو باید بتواند برای برانگیختن استراتژیهای مختلف کنترلی برطبق رفرانس ، تمرین پیشنهاد نماید.

### روش آموزش :

- سخنرانی – پرسش و پاسخ – بحث های گروهی-نقد مقاله مرتبط

### روش اجرا :

- معرفی کلی مباحثی که در جلسه مطرح میگردد ۵ دقیقه
- بیان یک case که مبتلا به یک ضایعه در اندام تحتانی است و بحث گروهی درخصوص چگونگی انجام تمرینات مختلف زنجیره های باز و بسته ۱۰ دقیقه
- تعریف زنجیره ها و ویژگیهای انها ۲۵ دقیقه
- پرسش و پاسخ درخصوص زنجیره ها ۱۰ دقیقه
- بیان و تشریح استراتژیهای کنترل کننده حرکتی ۱۰ دقیقه
- بیان کنترل حرکتی در انواع زنجیره ها ۱۰ دقیقه
- ارائه نمونه هایی از انواع تمرینات زنجیره های مختلف ۱۰ دقیقه
- جمع بندی از مطالب مطروحه ۵ دقیقه
- نقد یک مقاله مرتبط ۱۵ دقیقه

### ارزشیابی درس :

- تکوینی : پرسش و پاسخ – سمینار
- پایانی : MCQ – سوال تشریحی