

Course plan

دانشکده علوم توانبخشی

تعداد واحد : ۱	نام درس : درمان های دستی ۱ (عملی)
مدت زمان ارائه درس : ۱۷ ساعت	مقطع : کارشناسی
پیش نیاز : تشریح سر، گردن، تنه و اندام های بالایی و پایینی	
مسئول برنامه : دکتر ایمان رضایی	
تاریخ تهیه: شهریور ماه ۱۴۰۲	

عناوین کلی این درس شامل موارد زیر می باشد :

- ۱) مقدمه ای بر اصول اولیه ماساژ و اصول اخلاقی
- ۲) روش های آماده سازی بیمار و وضعیت دهی بیمار و قرار گیری فیزیوتراپیست
- ۳) فراگیری نحوه انجام ماساژهای گروه **Stroking**
- ۴) فراگیری نحوه انجام ماساژهای گروه **Pressure manipulation**
- ۵) فراگیری نحوه انجام ماساژهای گروه **Percussive manipulation**
- ۶) فراگیری نحوه انجام ماساژهای گروه **Shaking** و **Vibration**
- ۷) فراگیری نحوه انجام ماساژهای گروه **Friction**
- ۸) انجام روش های مختلف ماساژ در اندام های بالایی
- ۹) انجام روش های مختلف ماساژ در اندام های پایینی
- ۱۰) انجام روش های مختلف ماساژ در صورت، گردن و پشت
- ۱۱) تشخیص نقاط ماشه ای و انجام روش های غیر فعالسازی آنها
- ۱۲) انجام روش های مختلف تکنیک های نوروماسکولار

❖ هدف کلی

مقدمه ای بر اصول اولیه ماساژ

❖ اهداف اختصاصی

دانشجو باید بتواند:

- اصول اخلاقی در ماساژ را بیان کند
- بیمار را برای انجام تکنیک های ماساژ آماده کند
- بیمار را در وضعیت های مختلف از جمله *Supine*، *prone*، *sidelying* به طور مناسب و راحت برای انجام ماساژ قرار دهد
- در وضعیت مناسب بدنی قرار گرفته و بدن خود را برای انجام تکنیک های ماساژ آماده کند و ورزش های مختلف در این زمینه را انجام دهد
- از مواد واسط مناسب در انجام تکنیک های ماساژ استفاده کند

❖ هدف کلی

انجام ماساژهای گروه *Stroking*

❖ اهداف اختصاصی

دانشجو باید بتواند:

- ماساژ *Stroking* را انجام دهد
- ماساژ *Effleurage* را انجام دهد
- ماساژهای گروه *Stroking* را در اندام های مختلف بدن انجام دهد

❖ هدف کلی

۲) انجام ماساژهای گروه *Pressure manipulation*

❖ اهداف اختصاصی

دانشجو باید بتواند:

- ماساژ *Kneading* را انجام دهد
- ماساژ *Pick up* را انجام دهد
- ماساژ *Wringing* را انجام دهد
- ماساژ *Skin rolling* را انجام دهد

- ماساژهای گروه Pressure manipulation را در اندام های مختلف بدن انجام دهد

❖ هدف کلی

انجام ماساژهای گروه Percussive manipulation

❖ اهداف اختصاصی

دانشجو باید بتواند:

- ماساژ Clapping را انجام دهد
- ماساژ Beating را انجام دهد
- ماساژ Hacking را انجام دهد
- ماساژ Pounding را انجام دهد
- ماساژهای گروه Percussive manipulation را در اندام های مختلف بدن انجام دهد

❖ هدف کلی

انجام ماساژ گروه Vibration و Shaking و Friction

❖ اهداف اختصاصی

دانشجو باید بتواند:

- ماساژ Vibration را انجام دهد
- ماساژ Shaking را انجام دهد
- ماساژ Friction را انجام دهد
- ماساژهای گروه Vibration و Shaking و Friction را در اندام های مختلف بدن انجام دهد

❖ هدف کلی

تشخیص نقاط ماشه ای و انجام روش های غیر فعالسازی آنها

❖ اهداف اختصاصی

دانشجو باید بتواند:

- انواع نقاط ماشه ای را تشخیص دهد
- تکنیک های مختلف درمانی نقاط ماشه ای را انجام دهد.
- نقاط ماشه ای در اندام های مختلف بدن را غیر فعال سازد

❖ هدف کلی

انجام روش های مختلف تکنیک های نوروماسکولار

❖ اهداف اختصاصی

دانشجو باید بتواند:

- تکنیک نوروماسکولار به روش *gliding* را انجام دهد
- تکنیک نوروماسکولار به روش *finger* را انجام دهد
- تکنیک نوروماسکولار به روش *thumb* را انجام دهد
- تکنیک های نوروماسکولار *Friction* را در اندام های مختلف بدن انجام دهد

روش آموزش

- انجام تکنیک به صورت عملی، انجام آن توسط دانشجو و تصحیح و ارائه بازخورد مناسب تا فراگیری صحیح تکنیک

شرایط اجراء

❖ امکانات آموزشی بخش

اتاق مناسب انجام ماساژ با رعایت اصول لازم برای انجام این تکنیک ها، تخت به تعداد مناسب، مواد واسط و ملزومات انجام تکنیک های ماساژ

❖ آموزش دهنده

- اساتید بخش فیزیوتراپی

منابع اصلی درسی

1. De Domenico, G. (2007). *Beard's Massage: Principles and Practice of Soft Tissue Manipulation*, Elsevier Health Sciences.
2. Chaitow, L. (2010). *Modern Neuromuscular Techniques*. United Kingdom: Elsevier Health Sciences.
3. Fritz, S. (2016). *Mosby's Fundamentals of Therapeutic Massage*. United Kingdom: Elsevier.
4. Hollis, M. (2009). *Massage for Therapists: A Guide to Soft Tissue Therapy*. United Kingdom: Wiley.
5. Salvo, S. G. (2022). *Massage Therapy: Principles and Practice*. United States: Elsevier - Health Sciences Division.

ارزشیابی

❖ نحوه ارزشیابی

- فعالیت کلاسی
- انجام عملی و درست تکنیک های فرا گرفته شده

❖ نحوه محاسبه نمره

۲) فعالیت کلاسی ۵ نمره

۳) انجام عملی و درست تکنیک های فرا گرفته شده ۱۵ نمره

❖ مقررات

▪ حداقل نمره قبولی

▪ تعداد دفعات مجاز غیبت در کلاس

کسب حداقل ۵۰ درصد نمره ارزشیابی

مطابق با مقررات آموزشی