

الف) عنوان درس به فارسی: آسیب شناسی ورزشی

عنوان درس به انگلیسی: Sport Injuries

تعداد واحد: ۲	نوع واحد		دروس پیش نیاز: آناتومی انسان	دروس هم نیاز:
	<input type="checkbox"/> پایه	<input checked="" type="checkbox"/> تخصصی		
تعداد ساعت: ۳۲		<input checked="" type="checkbox"/> نظری	<input type="checkbox"/> عملی	
آموزش تکمیلی عملی: دارد <input type="checkbox"/> ندارد <input checked="" type="checkbox"/>				
سفر علمی <input type="checkbox"/> آزمایشگاه <input type="checkbox"/> سمینار <input type="checkbox"/> کارگاه <input type="checkbox"/>				

ب) هدف کلی:

مطالعه آسیب‌های متداول در ورزش و راه‌های پیشگیری و درمان آنها

اهداف ویژه:

- آشنایی با آسیب‌های متداول در ورزش
- آشنایی با راه‌های پیشگیری از آسیب‌های ورزشی
- آشنایی با اقدامات اولیه در آسیب‌های ورزشی

پ) سرفصل:

۱. تعریف و شناخت انواع آسیب‌های شکستگی، دررفتگی، آسیب‌های وارده به ضریع استخوان، خونمردگی و کبودی
۲. آسیب‌های عضلانی و تاندونی، دسته بندی آنها و علائم هر دسته
۳. آسیب‌های وتری، دسته بندی آنها و علائم هر دسته
۴. آرتريت ها، آسیب‌های بورس، دسته بندی آنها و علائم هر دسته
۵. تعریف، علائم و نشانه‌های آسیب‌های اندام طرفی در ورزش
۶. تعریف، علائم و نشانه‌های آسیب‌های ستون فقرات در ورزش
۷. تعریف، علائم و نشانه‌های آسیب‌های کشاله ران و ران در ورزش
۸. تعریف، علائم و نشانه‌های آسیب‌های اندام تحتانی در ورزش
۹. روش‌های درمان آسیب‌های حاد بافت نرم
۱۰. روش‌های پیشگیری از آسیب‌های ورزشی

ت) روش یاددهی - یادگیری متناسب با محتوا و هدف:

آموزش کلامی

ث) روش ارزشیابی:

ارزیابی دانش در موضوع آسیب شناسی ورزشی

ج) ملزومات، تجهیزات و امکانات مورد نیاز برای ارائه:

چ) فهرست منابع:

- ۱- قراخانو، رضا؛ دانشمندی، حسن و علیزاده، محمد حسین (۱۳۹۰). راهنمای پیشگیری و درمان آسیب‌های ورزشی؛ سازمان سمت و پژوهشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی؛ چاپ سوم، تهران.
- ۲- نادر رهنما و همکارانش، راهنمای جامع آسیب‌های ورزشی (۱۳۹۱)، انتشارات پژوهشکده علوم ورزشی، چاپ اول، تهران
- ۳- محمدحسین علیزاده، سپیده لطیفی، آناتومی آسیب‌های ورزشی (۱۳۹۳)، چاپ اول، انتشارات حتمی، تهران

