

الف) عنوان درس به فارسی: حرکت شناسی ورزشی

عنوان درس به انگلیسی: Sport Kinesiology

|                                                                                                                                      |                               |                                           |                                  |                |                                 |               |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------|-------------------------------------------|----------------------------------|----------------|---------------------------------|---------------|
| تعداد واحد: ۲                                                                                                                        | نوع واحد                      |                                           |                                  | تعداد ساعت: ۳۲ | دروس پیش نیاز:<br>آناتومی انسان | دروس هم نیاز: |
|                                                                                                                                      | پایه <input type="checkbox"/> | تخصصی <input checked="" type="checkbox"/> | انتخابی <input type="checkbox"/> |                |                                 |               |
|                                                                                                                                      |                               | نظری <input checked="" type="checkbox"/>  | عملی <input type="checkbox"/>    |                |                                 |               |
| 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 ساختار و عملکرد سیستم اسکلتی و عضلانی

اهداف ویژه:

- آشنایی با ویژگی‌های ساختاری مفاصل و عضلات و قابلیت‌ها و محدودیت‌های آنها
- آشنایی با اصول تولید حرکت و مبانی عصبی عضلانی مرتبط
- آشنایی با الگوهای حرکتی هماهنگ کننده حرکات مفاصل و عضلات جهت بهبود کیفی حرکت

پ) سرفصل:

۱. درآمدی بر آناتومی عملکردی و حرکت شناسی
۲. حرکات اندام فوقانی
۳. عضلات درگیر در حرکات اندام فوقانی
۴. حرکات ستون مهره‌ها، اندام‌های گردن، تنه و کمریند لگنی
۵. عضلات درگیر در حرکات ستون مهره‌ها، اندام‌های گردن، تنه و کمریند لگنی
۶. حرکات اندام تحتانی
۷. عضلات درگیر در حرکات اندام تحتانی
۸. حرکت شناسی مربوط به تعادل ایستا و پویای بدن
۹. حرکت شناسی راه رفتن و دویدن (Gait)

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

ارائه درس به صورت تئوری است. سعی شود از نمایش فیلم‌های مرتبط به منظور آموزش بهتر استفاده شود.

ث) روش ارزشیابی:

فعالیت‌های کلاسی در طول ترم

آزمون میان ترم

آزمون پایان ترم

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

کلاس دارای ویدئوپروژکتور و اسپیکر

چ) فهرست منابع:

- ۱- فلوید، آر تی، تامپسون، کلیم. اصول حرکت شناسی ساختاری، ترجمه: دبیدی روشن (۱۳۹۵). انتشارات سمت، تهران.
- ۲- تند نویس، فریدون (۱۳۹۴). حرکت شناسی، انتشارات دانشگاه خوارزمی، تهران.

