

صفحه	عنوان
	<b>فصل اول: مفاهیم پایه در حرکات اصلاحی</b>
۱	مقدمه
۱	تعریف حرکات اصلاحی
۲	سازوکارهای فیزیولوژیک حفظ تعادل بدن
۴	دستگاه دهلیزی
۴	دستگاه بینایی
۶	عضلات ضدجاذبه
۷	تست‌های طبقه‌بندی شده فصل اول
۸	پاسخنامه تست‌های طبقه‌بندی شده فصل اول
۹	آزمون فصل اول
	<b>فصل دوم: رشد جسمانی</b>
۱۰	الگوهای رشد عمومی
۱۵	نسبت‌های بدنی
۱۷	اندازه‌گیری سنخ بدنی
۱۸	علل و عوامل بروز ناهنجاری
۱۹	تست‌های طبقه‌بندی شده فصل دوم
۱۹	پاسخنامه تست‌های طبقه‌بندی شده فصل دوم
۲۰	آزمون فصل دوم
	<b>فصل سوم: ناهنجاری‌های اندام فوقانی</b>
۲۱	آشنایی با ستون فقرات
۲۱	ساختار ستون فقرات
۲۳	ساختمان و اجزای مهره
۲۴	آشنایی با عضلات
۲۹	عوامل مؤثر بر وضعیت بدن
۳۱	ناهنجاری‌های ستون فقرات و تنه
۳۱	کج‌گردنی (Torticollis or wry neck)
۳۵	کج‌پشتی یا اسکولیوز (Scoliosis)
۳۶	تقسیم‌بندی اسکولیوز
۳۹	عوارض ناشی از اسکولیوز
۴۲	بررسی لگن
۴۲	انحراف جانبی لگن
۴۳	دررفتگی ران
۴۴	سر به جلو یا گردن جلو آمده (افتادگی گردن) (forward head)
۴۶	صاف شدن گردن یا از بین رفتن قوس گردنی
۴۷	پشت گرد، گردپشتی (کیفوزیس) "Kyphosis"
۴۸	گردپشتی براساس شدت انحنا
۵۲	گودپشتی یا کمر گود (Hyperlordosis)
۵۴	پشت صاف
۵۶	پشت تابدار (sway back)
۵۶	عارضه کتف بالدار (Winging scapula)
۵۷	عارضه کوبیتوس والگوس
۵۷	کوبیتوس واروس
۵۸	دست چنبری
۵۸	انگشتان چسبیده (Syndactyly)
۵۸	انگشت اضافی (Polydactylity)
۵۸	انگشت چکشی دست (Mallet Finger)
۵۹	انگشت جرسی
۵۹	انگشتان جاتکمه‌ای (boutonniere deformity)
۵۹	ناهنجاری گردن قو (Swan neck deformity)
۵۹	ناهنجاری دوپوترون (duputrenis contracture)
۵۹	تغییر شکل مفاصل بین‌انگشتی بند انتهایی و ابتدایی
۶۰	انگشت ماشه‌ای (trigger finger)



صفحه	عنوان
۶۱	تغییر Z شکل درشت دست.....
۶۲	تست‌های طبقه‌بندی شده فصل سوم.....
۶۶	پاسخنامه تست‌های طبقه‌بندی شده فصل سوم.....
۷۰	آزمون فصل سوم.....
<b>فصل چهارم: ناهنجاری‌های اندام تحتانی</b>	
۷۱	ناهنجاری‌های شایع اندام تحتانی.....
۷۱	رشد اندام تحتانی.....
۷۲	زانو.....
۷۳	نمونه حرکات تقویتی و کششی عضلات زانو.....
۷۴	زانوی پراتزی (Bow leg یا Genu varum).....
۷۷	زانوی ضربدری (Knock – Knee یا genu valgum).....
۷۹	زانوی خمیده یا ژنوفلکسوم (Genu Flexum یا knee flexion).....
۸۰	زانوی عقب رفته یا رکورواتوم (Back knee).....
۸۱	پای چرخیده به داخل و خارج.....
۸۲	پای چنبری (club foot).....
۸۴	کف پای صاف (Flat Foot).....
۹۳	کف پای طاق‌دیزی یا کف پای گود (Pes cavernous).....
۹۶	پای پهن (Sapling Foot).....
۹۶	انگشت شست کج (Hallux valgus).....
۹۸	انگشت چکشی (Hammer toe).....
۹۹	انگشت چنگالی (clawing toe).....
۹۹	چرخش انگشتان به داخل.....
۱۰۰	فرورفتن ناخن در گوشت.....
۱۰۱	تست‌های طبقه‌بندی شده فصل چهارم.....
۱۰۵	پاسخنامه تست‌های طبقه‌بندی شده فصل چهارم.....
۱۱۰	آزمون فصل چهارم.....
<b>فصل پنجم: ایستادن – نشستن – خوابیدن</b>	
۱۱۲	ایستادن.....
۱۱۲	نشستن.....
۱۱۳	انواع نشستن.....
۱۱۴	نشستن‌های هنجار و ناهنجار.....
۱۱۵	مراحل نشستن و برخاستن.....
۱۱۶	استانداردهای میز و صندلی.....
۱۱۸	خوابیدن.....
۱۱۹	تست‌های تألیفی فصل پنجم.....
۱۱۹	پاسخنامه تست‌های تألیفی فصل پنجم.....
۱۱۹	تست‌های طبقه‌بندی شده فصل پنجم.....
۱۱۹	پاسخنامه تست‌های طبقه‌بندی شده فصل پنجم.....
۱۲۰	آزمون فصل پنجم.....
<b>فصل ششم: راه رفتن</b>	
۱۲۱	راه رفتن.....
۱۲۲	مراحل راه رفتن.....
۱۲۳	راه رفتن ناهنجار.....
۱۲۸	تست‌های طبقه‌بندی شده فصل ششم.....
۱۲۸	پاسخنامه تست‌های طبقه‌بندی شده فصل ششم.....
۱۲۹	آزمون فصل ششم.....
<b>فصل هفتم: وضعیت بدنی و فعالیت ورزشی</b>	
۱۳۰	وضعیت بدنی و فعالیت ورزشی.....
۱۳۱	ورزش‌های راکتی (تنیس، بدمینتون).....
۱۳۱	ورزش‌های آبی (شنا، واترپلو).....
۱۳۲	ورزش‌های میدانی (هاکی میدانی، فوتبال).....
۱۳۳	ورزش‌های سالنی (بسکتبال، والیبال، هندبال).....

# مدرسان شریف



## فهرست مطالب

صفحه	عنوان
۱۳۳	ورزش‌های رزمی (کشتی، بوکس، جودو).....
۱۳۳	ناهنجاری‌های وضعیتی ورزشکاران حرفه‌ای.....
۱۳۴	تست‌های طبقه‌بندی شده فصل هفتم.....
۱۳۴	پاسخنامه تست‌های طبقه‌بندی شده فصل هفتم.....
۱۳۵	آزمون فصل هفتم.....
<b>فصل هشتم: آشنایی با اصول طراحی و اجرای تمرین‌های توانبخشی و درمانی</b>	
۱۳۶	تمرین درمانی.....
۱۳۶	طراحی یک برنامه درمانی.....
۱۳۷	وضعیت بدنی در هنگام تمرین.....
۱۴۰	اندازه‌گیری انعطاف‌پذیری.....
۱۴۲	تست‌های طبقه‌بندی شده فصل هشتم.....
۱۴۲	پاسخنامه تست‌های طبقه‌بندی شده فصل هشتم.....
۱۴۳	آزمون فصل هشتم.....
۱۴۴	آزمون‌های خودسنجی.....
۱۴۷	سؤالات آزمون سراسری ۹۴.....
۱۴۸	پاسخنامه آزمون سراسری ۹۴.....
۱۴۹	سؤالات آزمون سراسری ۹۵.....
۱۵۰	پاسخنامه آزمون سراسری ۹۵.....
۱۵۱	سؤالات آزمون دکتری ۹۶.....
۱۵۴	پاسخنامه آزمون دکتری ۹۶.....
۱۵۹	سؤالات آزمون سراسری ۹۶.....
۱۵۹	پاسخنامه آزمون سراسری ۹۶.....
۱۶۱	سؤالات آزمون دکتری ۹۷.....
۱۶۴	پاسخنامه آزمون دکتری ۹۷.....
۱۶۹	سؤالات آزمون سراسری ۹۷.....
۱۷۰	پاسخنامه آزمون سراسری ۹۷.....
۱۷۱	سؤالات آزمون دکتری ۹۸.....
۱۷۴	پاسخنامه آزمون دکتری ۹۸.....
۱۷۹	سؤالات آزمون سراسری ۹۸.....
۱۸۰	پاسخنامه آزمون سراسری ۹۸.....
۱۸۱	سؤالات آزمون دکتری ۱۳۹۹.....
۱۸۳	پاسخنامه آزمون دکتری ۱۳۹۹.....
۱۸۷	سؤالات آزمون کارشناسی ارشد ۱۳۹۹.....
۱۸۸	پاسخنامه آزمون کارشناسی ارشد ۱۳۹۹.....
۱۸۹	سؤالات آزمون دکتری ۱۴۰۰.....
۱۹۲	پاسخنامه آزمون دکتری ۱۴۰۰.....
۱۹۶	سؤالات آزمون کارشناسی ارشد ۱۴۰۰.....
۱۹۷	پاسخنامه آزمون کارشناسی ارشد ۱۴۰۰.....
۱۹۹	سؤالات آزمون دکتری ۱۴۰۱.....
۲۰۲	پاسخنامه آزمون دکتری ۱۴۰۱.....
۲۰۵	سؤالات آزمون کارشناسی ارشد ۱۴۰۱.....
۲۰۶	پاسخنامه آزمون کارشناسی ارشد ۱۴۰۱.....
۲۰۷	سؤالات آزمون دکتری ۱۴۰۲.....
۲۰۹	پاسخنامه آزمون دکتری ۱۴۰۲.....
۲۱۴	سؤالات آزمون کارشناسی ارشد ۱۴۰۲.....
۲۱۵	پاسخنامه آزمون کارشناسی ارشد ۱۴۰۲.....
۲۱۷	سؤالات آزمون دکتری ۱۴۰۳.....
۲۱۹	پاسخنامه آزمون دکتری ۱۴۰۳.....
۲۲۲	سؤالات آزمون کارشناسی ارشد ۱۴۰۳.....
۲۲۳	پاسخنامه آزمون کارشناسی ارشد ۱۴۰۳.....
۲۲۵	پاسخنامه آزمون‌ها.....
۲۲۶	منابع و مراجع.....

