

عنوان	صفحه
فصل اول: «تعریف حرکت‌شناسی و تاریخچه آن»	
تعریف حرکت‌شناسی	۱
تاریخچه حرکت‌شناسی	۱
تست‌های طبقه‌بندی شده فصل اول	۴
پاسخنامه تست‌های طبقه‌بندی شده فصل اول	۴
آزمون فصل اول	۵
فصل دوم: «مفاهیم و اصطلاحات کاربردی در حرکت‌شناسی»	
حالت ایستادن (وضعیت‌های مرجع)	۷
سطوح حرکتی	۷
محورهای حرکتی و حرکت‌های حول آن	۸
حرکت‌ها	۹
انواع استخوان‌ها	۱۰
انواع مفاصل	۱۰
عوامل محدودکننده حرکات در مفاصل	۱۳
اصطلاحات علمی در عضلات	۱۳
انواع انقباض (Contractions)	۱۴
اندازه‌گیری زوایای حرکتی مفاصل بدن	۱۵
تست‌های طبقه‌بندی شده فصل دوم	۱۶
پاسخنامه تست‌های طبقه‌بندی شده فصل دوم	۱۷
آزمون فصل دوم	۱۸
فصل سوم: «کمر بند شانه»	
ساختار کمر بند شانه	۱۹
مفاصل کمر بند شانه	۱۹
حرکات کمر بند شانه	۲۰
عضلات کمر بند شانه	۲۲
تست‌های طبقه‌بندی شده فصل سوم	۲۸
پاسخنامه تست‌های طبقه‌بندی شده فصل سوم	۳۰
آزمون فصل سوم	۳۴
فصل چهارم: «مفصل شانه»	
ساختار مفصل شانه	۳۵
حرکات استخوان بازو در مفصل شانه	۳۶
عضلات حرکت‌دهنده استخوان بازو	۳۹
تست‌های طبقه‌بندی شده فصل چهارم	۴۶
پاسخنامه تست‌های طبقه‌بندی شده فصل چهارم	۴۹
آزمون فصل چهارم	۵۳
فصل پنجم: «مفصل آرنج و ساعد»	
ساختار مفصل آرنج و ساعد	۵۴
حرکات مفصل آرنج و ساعد	۵۵
عضلات مفصل آرنج و ساعد	۵۷
تست‌های طبقه‌بندی شده فصل پنجم	۶۲
پاسخنامه تست‌های طبقه‌بندی شده فصل پنجم	۶۴
آزمون فصل پنجم	۶۶

مدرسین شریف



عنوان	صفحه
فصل ششم: «مفاصل مچ دست و انگشتان»	
..... ساختار مفصلی مچ دست و انگشتان	۶۷
..... حرکات انگشتان	۶۹
..... عضلات مچ، کف و انگشتان دست	۷۱
..... حرکات اصلی مچ، انگشتان و شست دست	۷۸
..... تست‌های طبقه‌بندی شده فصل ششم	۷۸
..... پاسخنامه تست‌های طبقه‌بندی شده فصل ششم	۷۸
..... آزمون فصل ششم	۷۹
فصل هفتم: «مفصل ران و کمر بند لگنی»	
..... ساختار مفصل ران و کمر بند لگنی	۸۰
..... لیگامنت‌های مفصل ران	۸۱
..... حرکات مفصل ران	۸۱
..... چرخش‌های (تیلت) استخوان لگن	۸۴
..... عضلات مفصل ران	۸۴
..... تست‌های طبقه‌بندی شده فصل هفتم	۹۴
..... پاسخنامه تست‌های طبقه‌بندی شده فصل هفتم	۹۶
..... آزمون فصل هفتم	۱۰۰
فصل هشتم: «مفصل زانو»	
..... ساختار مفصل زانو	۱۰۱
..... مینیسک‌ها و غضروف‌های مفصلی زانو	۱۰۱
..... لیگامنت‌های مفصل زانو	۱۰۲
..... حرکات مفصل زانو	۱۰۴
..... عضلات مفصل زانو	۱۰۵
..... تست‌های طبقه‌بندی شده فصل هشتم	۱۰۹
..... پاسخنامه تست‌های طبقه‌بندی شده فصل هشتم	۱۱۰
..... آزمون فصل هشتم	۱۱۳
فصل نهم: «مفصل مچ پا»	
..... ساختار استخوانی مچ پا	۱۱۴
..... مفاصل ناحیه مچ، کف و انگشتان پا	۱۱۵
..... لیگامنت‌های مچ پا	۱۱۶
..... قوس‌های ناحیه پا	۱۱۷
..... حرکات ناحیه مچ پا و پا	۱۱۷
..... عضلات مفصل مچ پا	۱۱۸
..... تست‌های طبقه‌بندی شده فصل نهم	۱۲۵
..... پاسخنامه تست‌های طبقه‌بندی شده فصل نهم	۱۲۶
..... آزمون فصل نهم	۱۲۸
فصل دهم: «ستون مهره‌ها»	
..... ساختار استخوانی ستون مهره‌ها	۱۲۹
..... قفسه سینه	۱۳۰
..... لیگامنت‌های ستون مهره‌ها	۱۳۱
..... مفاصل ستون مهره‌ها	۱۳۱

مدرسان شریف



فهرست مطالب

عنوان	صفحه
حرکات ستون مهره‌ها	۱۳۲
رباط‌های ستون مهره‌ها	۱۳۳
عضلات ستون مهره‌ها	۱۳۴
تست‌های طبقه‌بندی شده فصل دهم	۱۴۰
پاسخنامه تست‌های طبقه‌بندی شده فصل دهم	۱۴۲
آزمون فصل دهم	۱۴۴
فصل یازدهم: «تجزیه و تحلیل عضلانی حرکات اصلی و برخی مهارت‌های ورزشی»	
راه رفتن	۱۴۵
شنای پروانه	۱۴۶
گرفتن	۱۴۷
کشش از بارفیکس در مفصل شانه	۱۴۸
دراز و نشست با زانوی خم	۱۴۹
حرکت اسکات یا نشستن و برخاستن با وزنه (چمباتمه)	۱۴۹
حرکت لیفت مرده	۱۵۰
حرکت شنای سوئدی روی پنجه دست	۱۵۰
تست‌های طبقه‌بندی شده فصل یازدهم	۱۵۵
پاسخنامه تست‌های طبقه‌بندی شده فصل یازدهم	۱۵۶
آزمون فصل یازدهم	۱۵۸
فصل دوازدهم: «مکانیک حرکات‌های آدمی»	
مکانیک	۱۵۹
بیومکانیک	۱۵۹
توازن	۱۵۹
تعادل	۱۵۹
پایداری	۱۵۹
نیرو	۱۶۰
حرکت و انواع آن	۱۶۰
اهرم‌ها	۱۶۰
مرکز ثقل بدن	۱۶۵
تست‌های طبقه‌بندی شده فصل دوازدهم	۱۶۶
پاسخنامه تست‌های طبقه‌بندی شده فصل دوازدهم	۱۶۷
آزمون فصل دوازدهم	۱۶۹
آزمون‌های خودسنجی	۱۷۰
سؤالات آزمون کارشناسی ارشد ۱۴۰۲	۱۷۳
پاسخنامه آزمون کارشناسی ارشد ۱۴۰۲	۱۷۴
سؤالات آزمون کارشناسی ارشد ۱۴۰۳	۱۷۵
پاسخنامه آزمون کارشناسی ارشد ۱۴۰۳	۱۷۶
پاسخنامه آزمون‌ها	۱۷۷
منابع و مراجع	۱۷۸

مدرسان شریف

