



دانشگاه علوم پزشکی
و خدمات بهداشتی درمانی تهران

دانشکده توانبخشی

طرح دوره درس « درمانهای دستی ۱ (ماساژ) »

اطلاعات درس:

عنوان درس: درمانهای دستی ۱ (ماساژ)

کد درس: ۴۲

نوع و تعداد واحد: ۲ واحد (نظری - عملی)

نام مسؤول درس: دکتر ارسلان قربان پور - دکتر زینت آشناگر

مدرس/مدرسان: دکتر ارسلان قربان پور - دکتر زینت آشناگر

پیش‌نیاز/هم‌زمان: تشریح سر، گردن، تنه و اندام فوقانی و تحتانی

رشته تحصیلی: فیزیوتراپی

مقطع تحصیلی: کارشناسی

نیمسال تحصیلی: اول

اطلاعات مسئول درس:

رتبه علمی: استادیار

محل کار: دانشکده توانبخشی

تلفن تماس: ۰۹۱۱۲۹۳۶۱۴۴

نشانی پست الکترونیک: ghorbanpoura@sina.tums.ac.ir

توصیف کلی درس:

در این درس، دانشجویان با اصول علمی و عملی انواع تکنیکهای ماساژ آشنا می شوند. هدف درس، شناخت اثرات نوروفیزیولوژیک، درمانی و کاربردی ماساژ در حیطه های مختلف بالینی فیزیوتراپی می باشد. تمرکز این درس بر توسعه مهارت عملی در انواع تکنیکهای ماساژ سطحی، عمقی، لنفاوی، زیبایی، و آماده سازی قبل و بعد از فعالیت ورزشی است.

اهداف کلی / محورهای توانمندی:

- فراگیران با انواع تکنیکهای ماساژ سطحی، عمقی، لنفاوی، زیبایی، و ورزشی آشنا می شوند.
- فراگیران دانش نظری در خصوص مبانی ماساژ و تأثیر آن بر بافت های نرم و فاشیا را ارتقا می دهند.
- فراگیران بر اجرای تکنیکهای مختلف ماساژ در سناریوهای بالینی و درمانی در آسیبها و موقعیتهای مختلف آشنا می شوند.
- فراگیران از ماساژ به عنوان یک ابزار مکمل در برنامه های فیزیوتراپی و تسکین درد بیماران استفاده می کنند.

اهداف اختصاصی / زیرمحورهای هر توانمندی:

- آشنایی با تکنیکهای ماساژ سطحی و عمقی در بافت فاشیا
- آشنایی با تکنیکهای Effleurage و کاربرد آن در بالین بیماران
- آشنایی با تکنیکهای Petrissage و کاربرد آن در بالین بیماران
- آشنایی با تکنیکهای Vibration و کاربرد آن در بالین بیماران
- آشنایی با تکنیکهای Tapotement و کاربرد آن در بالین بیماران
- آشنایی با تکنیکهای Friction و کاربرد آن در بالین بیماران
- آشنایی با تکنیکهای Cosmetic massage و کاربرد آن در بالین بیماران
- آشنایی با تکنیکهای Sport massage و کاربرد آن در بالین بیماران

پس از پایان این درس انتظار می‌رود که فراگیر:

- تاریخچه و اصول علمی ماساژ را توضیح دهد.
- انواع تکنیک‌های ماساژ را (Effleurage, Petrissage, Tapotement, Friction و ...) اجرا کند.
- اثرات ماساژ بر سیستم عضلانی، لنفاوی، عصبی و گردش خون را تحلیل کند.
- موارد ممنوعیت و احتیاط در استفاده از ماساژ را بشناسد.
- یک جلسه ماساژ پایه ای را با رعایت اصول بهداشتی و ارگونومی اجرا کند.
- از ماساژ در آماده سازی قبل و ریکاوری بعد از ورزش استفاده کند.

روش‌های یاددهی - یادگیری:

- سخنرانی تعاملی (پرسش و پاسخ، کوئیز، بحث گروهی و ...)
- بحث در گروه‌های کوچک
- ایفای نقش
- یادگیری اکتشافی هدایت شده
- یادگیری مبتنی بر تیم (TBL)
- یادگیری مبتنی بر حل مسئله (PBL)
- یادگیری مبتنی بر سناریو
- کلاس وارونه
- آموزش مجازی
- استفاده از دانشجویان در تدریس (تدریس توسط هم‌تایان)
- بازی
- سایر موارد (لطفاً نام ببرید) -----

تقویم درس:

جلسه	عنوان مبحث	روش تدریس	فعالیت‌های یادگیری/ تکالیف دانشجوی	امکانات و وسایل	نام مدرس / مدرسان
۱	آشنایی با تاریخچه و مبانی علمی ماساژ	سخنرانی پرسش و پاسخ مباحثه ای	پرسش و پاسخ شفاهی و یا کتبی شرکت فعال در کلاس	پاورپوینت فیلم آموزشی	دکتر قربان پور (آقایان) دکتر آشناگر (خانم‌ها)

دکتر قربان پور (آقایان) دکتر آشناگر (خانم ها)	پاورپوینت فیلم آموزشی	پرسش و پاسخ شفاهی و یا کتبی شرکت فعال در کلاس	سخنرانی پرسش و پاسخ مباحثه ای	آشنایی با نوروفیزیولوژی بافت نرم (فاشیا، عضله، و ...)	۲
دکتر قربان پور (آقایان) دکتر آشناگر (خانم ها)	پاورپوینت فیلم آموزشی	پرسش و پاسخ شفاهی و یا کتبی شرکت فعال در کلاس	سخنرانی پرسش و پاسخ مباحثه ای	آشنایی با تکنیک Effleurage	۳
دکتر قربان پور (آقایان) دکتر آشناگر (خانم ها)	پاورپوینت فیلم آموزشی	اجرای عملی تکنیکها در گروه های ۳ نفره	ارائه سناریوهای بالینی اجرای عملی تکنیکها	آشنایی با تکنیک Effleurage	۴
دکتر قربان پور (آقایان) دکتر آشناگر (خانم ها)	پاورپوینت فیلم آموزشی	پرسش و پاسخ شفاهی و یا کتبی شرکت فعال در کلاس	سخنرانی پرسش و پاسخ مباحثه ای	آشنایی با تکنیکهای Petrissage	۵
دکتر قربان پور (آقایان) دکتر آشناگر (خانم ها)	پاورپوینت فیلم آموزشی	اجرای عملی تکنیکها در گروه های ۳ نفره	ارائه سناریوهای بالینی اجرای عملی تکنیکها	آشنایی با تکنیکهای Petrissage	۶
دکتر قربان پور (آقایان) دکتر آشناگر (خانم ها)	پاورپوینت فیلم آموزشی	پرسش و پاسخ شفاهی و یا کتبی شرکت فعال در کلاس	سخنرانی پرسش و پاسخ مباحثه ای	آشنایی با تکنیکهای Vibration	۷
دکتر قربان پور (آقایان) دکتر آشناگر (خانم ها)	پاورپوینت فیلم آموزشی	اجرای عملی تکنیکها در گروه های ۳ نفره	ارائه سناریوهای بالینی اجرای عملی تکنیکها	آشنایی با تکنیکهای Vibration	۸
دکتر قربان پور (آقایان) دکتر آشناگر (خانم ها)	پاورپوینت فیلم آموزشی	پرسش و پاسخ شفاهی و یا کتبی شرکت فعال در کلاس	سخنرانی پرسش و پاسخ مباحثه ای	آشنایی با تکنیکهای Tapotement	۹

دکتر قربان پور (آقایان) دکتر آشناگر (خانم ها)	پاورپوینت فیلم آموزشی	اجرای عملی تکنیکها در گروه های ۳ نفره	ارائه سناریوهای بالینی اجرای عملی تکنیکها	آشنایی با تکنیکهای Tapotement	۱۰
دکتر قربان پور (آقایان) دکتر آشناگر (خانم ها)	پاورپوینت فیلم آموزشی	پرسش و پاسخ شفاهی و یا کتبی شرکت فعال در کلاس	سخنرانی پرسش و پاسخ مباحثه ای	آشنایی با تکنیکهای Friction	۱۱
دکتر قربان پور (آقایان) دکتر آشناگر (خانم ها)	پاورپوینت فیلم آموزشی	اجرای عملی تکنیکها در گروه های ۳ نفره	ارائه سناریوهای بالینی اجرای عملی تکنیکها	آشنایی با تکنیکهای Friction	۱۲
دکتر قربان پور (آقایان) دکتر آشناگر (خانم ها)	پاورپوینت فیلم آموزشی	پرسش و پاسخ شفاهی و یا کتبی شرکت فعال در کلاس	سخنرانی پرسش و پاسخ مباحثه ای	آشنایی با تکنیکهای Cosmetic massage	۱۳
دکتر قربان پور (آقایان) دکتر آشناگر (خانم ها)	پاورپوینت فیلم آموزشی	اجرای عملی تکنیکها در گروه های ۳ نفره	ارائه سناریوهای بالینی اجرای عملی تکنیکها	آشنایی با تکنیکهای Cosmetic massage	۱۴
دکتر قربان پور (آقایان) دکتر آشناگر (خانم ها)	پاورپوینت فیلم آموزشی	پرسش و پاسخ شفاهی و یا کتبی شرکت فعال در کلاس	سخنرانی پرسش و پاسخ مباحثه ای	آشنایی با تکنیکهای Sport massage	۱۵
دکتر قربان پور (آقایان) دکتر آشناگر (خانم ها)	پاورپوینت فیلم آموزشی	پرسش و پاسخ شفاهی و یا کتبی شرکت فعال در کلاس	سخنرانی پرسش و پاسخ مباحثه ای	آشنایی با تکنیکهای Sport massage	۱۶
دکتر قربان پور (آقایان) دکتر آشناگر (خانم ها)	پاورپوینت فیلم آموزشی	ارائه تیمهای ۳ الی ۴ نفره شواهد علمی جدید درباره ماساژ	بحث در گروه های کوچک	مروری بر جلسات قبلی بررسی و نقد جدیدترین شواهد	۱۷

تمامی موارد مطرح شده در قسمت نظری همزمان یا پس از برگزاری جلسات به صورت عملی تمرین خواهد شد.

نقش و وظایف دانشجو:

- (۱) حضور و مشارکت در مباحث درسی
- (۲) انجام تکالیف محوله توسط استاد
- (۳) مطالعه منابع معرفی شده

روش ارزیابی دانشجو:

- آزمون تکوینی به صورت پرسش کلاسی شفاهی یا کوییز چند گزینه‌ای و آزمون تراکمی در پایان ترم به صورت کوییز چند گزینه‌ای، تشریحی و کوتاه پاسخ در قسمت نظری و به صورت آزمون چک لیست در قسمت عملی
- سهم ارزشیابی هر روش در نمره دانشجو:
آزمون پایان ترم ۷۰٪ (چهارگزینه‌ای، تشریحی، کوتاه پاسخ به همراه آزمون عملی)
تکالیف ۱۰٪
مشارکت و فعالیت در برنامه آموزشی، آزمون میان ترم ۱۰٪
حضور و غیاب ۱۰٪

منابع:

- 1) Massage Therapy: Principles and Practice, 5th edition. By: Susan G. Salvo.
- 2) Mosby's Fundamentals of Therapeutic Massage, 6th edition. By: Sandy Fritz.
- 3) Massage for Orthopedic Conditions, 1st edition. By: Thomas Hendrickson.
- 4) Basic Clinical Massage Therapy: Integrating Anatomy and Treatment, 2nd edition. By: James Hubert Clay, and David M. Pounds.