

به نام خداوند بخشنده مهربان



ورزش ویژه معلولین

مجموعه:

تربیت بدنی / آسیب شناسی ورزشی

مؤلفان:

هاشم پیری

محمد کریمی زاده اردکانی

محمد رحیمی



دکترتیرس

پیری، هاشم ۱۳۶۳

ورزش ویژه معلولین رشته تربیت بدنی / هاشم پیری - محمد کریمی زاده اردکانی (۱۳۶۵) - محمد رحیمی (۱۳۶۴)

مشاوران صعود ماهان: ۱۳۹۴

۲۰۸ص: جدول، نمودار، (آمادگی آزمون دکتری)

ISBN: 978-600-7715-95-6

شابک

فهرست نویسی بر اساس اطلاعات فیبا.

فارسی - چاپ اول

۱- ورزش ویژه معلولین

۲- آزمونها و تمرینها

۲- آزمون دوره های تحصیلات تکمیلی

۴- دانشگاه ها و مدارس عالی - ایران - آزمونها

ورزش معلولین

هاشم پیری، محمد کریمی زاده اردکانی، محمد رحیمی

ج - عنوان

۳۷۹۲۰۹۸

شماره کتابشناسی ملی:

انتشارات مشاوران صعود ماهان



موسسه آموزش عالی آزاد
www.mahan.ac.ir

- نام کتاب: ورزش ویژه معلولین
- مولفان: هاشم پیری، محمد کریمی زاده اردکانی، محمد رحیمی
- مدیران مسئول: هادی و مجید سیاری
- برنامه ریزی محتوا: منصور محمدزاده
- مسئول تولید: سمیه بیگی
- ناشر: مشاوران صعود ماهان
- نوبت و تاریخ چاپ: اول / ۱۳۹۴
- تیراژ: ۱۰۰۰ نسخه
- قیمت: ۲۵۰/۰۰۰ ریال
- شابک: ISBN 978-600-7715-95-6

انتشارات مشاوران صعود ماهان: تهران - خیابان ولیعصر، بالاتر از تقاطع ولیعصر مطهری، پلاک ۲۰۵۰

تلفن: ۸۸۱۰۰۱۱۳ و ۸۴۰۱۳۱۳

کلیه حقوق مادی و معنوی این اثر متعلق به موسسه آموزش عالی آزاد ماهان می باشد. و هرگونه اقتباس و

کپی برداری از این اثر بدون اخذ مجوز پیگرد قانونی دارد.

بنام خدا

ایمان داریم که هر تغییر تحول بزرگی در مسیر زندگی بدون تحول معرفت و نگرش میسر نخواهد بود. پس بیایید با اندیشه توکل، تفکر، تلاش و تحمل در توسعه دنیای فکریمان برای نیل به آرامش و آسایش توأمان اولین گام را برداریم. چون همگی یقین داریم دانایی، توانایی می‌آورد.

شاد باشید و دلی را شاد کنید
برادران سیاری
تابستان ۹۳

نیاز گسترده دانشجویان برای منابع مفید و جامع که در بردارنده جهات مختلف کتاب های درسی باشد ما را بر آن داشت که با لطف و عنایت پروردگار این کتاب را برای داوطلبان آزمون ورودی مقطع دکتری گردآوری کنیم تا از این طریق آینده ای روشن برای کشورمان ترسیم نماییم.

در تهیه این کتاب تلاش شده است از متن کتاب های منبع و سوالات آزمون های سال های قبل استفاده شود تا دانشجویان و داوطلبان علاوه بر بازنگری منابعی که آزمون از آن طراحی گردیده با سوالات آزمون آشنا شوند.

نهایت سعی و تلاش در تدوین کتاب حاضر بر این بوده است که مطالب به خوبی بیان و عرضه شود. امید است مطالب این کتاب مفید واقع گردد.

با آرزوی بهترین ها

هاشم پیری، محمد رحیمی

فهرست مطالب

۱۷	فصل اول: اصطلاحات و مفاهیم کاربردی در ورزش معلولان
۱۷	اصطلاحات و مفاهیم
۱۷	ناتوانی
۱۷	نقص
۱۷	معلولیت
۱۸	تعریف معلول و معلولیت
۱۸	تقسیم‌بندی معلولان
۱۹	علل بروز معلولیت‌ها
۱۹	علل مادرزادی
۱۹	علل قبل از تولد
۱۹	عللی که ممکن است در حین تولد باعث معلولیت شوند
۱۹	علل اکتسابی
۱۹	اهداف و وظایف ورزش معلولان
۱۹	آمادگی جسمانی / بدن‌ری
۲۰	مهارت‌ها
۲۰	به‌کارگیری مهارت‌ها و بازدهی
۲۰	اهداف و وظایف عمومی ورزش معلولان
۲۱	قرار گرفتن در جریان اصلی
۲۱	اهداف و وظایف اختصاصی ورزش معلولان
۲۱	اهداف برجسته برنامه تربیت‌بدنی ویژه
۲۱	اصول کلی و اساسی ورزش معلولان
۲۱	اصل مطابقت داشتن با نوع معلولیت
۲۲	اصل مفید بودن
۲۲	اصل اقتصادی بودن
۲۳	اصل به‌کارگیری تدابیر آموزشی و روش‌های یادگیری مخصوص
۲۳	اصل به‌کارگیری تکنیک‌های تمرینی مخصوص
۲۳	اصل ارزیابی مسابقه‌ای مخصوص
۲۳	کلاس‌بندی ورزش معلولین
۲۴	کلاس ورزشی
۲۴	کلاس‌بندی معلولان برای رقابت‌های ورزشی
۲۴	درجه معلولیت
۲۴	هدف از کلاس‌بندی
۲۴	انواع کلاس‌بندی
۲۴	کلاس‌بندی برای ورزش‌های پارالمپیک
۲۴	تست عمومی
۲۷	تست‌های مهارتی
۲۷	صفات معلم معلولین
۲۷	تدریس و روش‌های تدریس در معلولین

۲۷	تکلم
۲۷	رؤیت
۲۷	نمایش
۲۷	سینما و نوار
۲۷	علم حرکات
۲۸	روش مستقیم یا سنتی
۲۸	مسأله گشایی یا روش غیرمستقیم
۲۹	ترکیب روش ها
۲۹	سازمان‌های وابسته به ورزش معلولین
۳۰	آزمون براکپورت
۳۱	ساختار آزمون
۳۱	جامعه‌ی هدف
۳۱	جامعه‌ی عمومی
۳۲	نکات کلیدی
۳۵	سوالات تالیفی
۳۷	فصل دوم: قطع و نقص عضو
۳۷	مقدمه
۳۷	واژه‌های کلیدی
۳۷	آمپوتاسیون
۳۷	استامپ
۳۷	پروتز
۳۷	علل قطع عضو
۳۷	بیماری‌های عروقی
۳۸	تومورها
۳۸	عفونت
۳۸	عفونت‌های حاد
۳۸	عفونت‌های مزمن
۳۸	سوختگی‌ها و سرمازدگی
۳۸	صدمات عصبی
۳۸	سطوح مختلف قطع اندام تحتانی
۳۸	قطع انگشتان
۳۸	قطع از سطح مفصلی بین استخوان‌های کف پای و مچ پای
۳۹	قطع از سطوح مفصلی بین استخوان‌های مچ پا
۳۹	آمپوتاسیون پیرگف
۳۹	قطع زیر زانو
۳۹	قطع روی زانو
۳۹	قطع بالای زانو
۳۹	قطع از سطح مفصلی ران
۳۹	سطوح مختلف قطع اندام فوقانی

۳۹	قطع یک چهارم قدامی بدن
۳۹	قطع از سطح مفصلی شانه
۳۹	قطع اندام از بالای آرنج
۴۰	قطع روی آرنج
۴۰	قطع زیر آرنج
۴۰	قطع از مچ دست
۴۰	قطع قسمتی از دست
۴۰	قطع دو یا چند انگشت
۴۰	قطع یک یا دو بند انگشت و یا یک انگشت
۴۰	صدمه دیدگی تا خشکی کامل یک مفصل شانه
۴۰	صدمه دیدگی تا خشکی کامل هر دو مفصل شانه
۴۰	معلولیت‌هایی که در اثر نقص عضو به وجود می‌آیند
۴۰	فلج کامل یا ناکامل عدا لات دست
۴۰	کلاس‌بندی
۴۱	مشکلات و عوارض ناشی از قطع عضو
۴۱	کوتاهی عضلات خم‌کننده و در رکنند
۴۱	رشد استخوان اضافه
۴۱	تعادل
۴۱	درد فانتوم
۴۱	حساس شدن بیش از حد استامپ
۴۲	ورزش‌ها و بازی‌ها برای افراد قطع و نقص عضو اندام برعابی
۴۲	بدنسازي
۴۲	دو و میدانی
۴۳	شنا
۴۳	بازی‌ها
۴۳	ورزش‌های زمستانی
۴۴	ورزش‌ها و بازی‌های مخصوص معلولان قطع و نقص عضو اندام تحتانی
۴۴	بدنسازي
۴۴	ژیمناستیک
۴۵	دو و میدانی
۴۵	راه رفتن
۴۵	دوها
۴۵	پرش‌ها
۴۵	پرتاب‌ها
۴۵	شنا
۴۶	والیبال نشسته
۴۷	وزنه‌برداری
۴۷	شرایط پزشکی خاص
۴۷	ورزش‌های زمستانی

۴۸	نکات کلیدی
۵۱	سوالات تالیفی
۵۵	فصل سوم: ضایعات نخاعی
۵۵	مقدمه
۵۵	اصطلاحات ضایعه نخاعی
۵۵	اصولاً ضایعات نخاعی را به دو بخش عمده تقسیم می‌کنند
۵۵	فلج سخت
۵۶	فلج شل
۵۶	طبقه‌بندی معلولان نخاعی
۵۶	از نظر بالینی
۵۶	از نظر آناتومیک
۵۶	از نظر سطح ضایعه
۵۷	طبقه‌بندی عملکرد عضلات بر حسب سطح ضایعه
۵۷	سطح مهره چهارم بردن
۵۷	سطح مهره پنجم گردنی
۵۷	سطح مهره ششم گردنی
۵۷	سطح مهره هفتم گردنی
۵۸	سطح فوقانی مهره‌های پشتی
۵۸	سطح تحتانی مهره‌های پشتی
۵۸	سطح کمری
۵۸	سطح خاجی
۵۸	کلاس‌بندی ISMWSF
۵۹	مشکلات عمده معلولان ضایعه نخاعی
۵۹	اختلالات حسی
۵۹	اختلالات و مشکلات حرکتی
۵۹	اختلالات رفلکسی
۵۹	اختلالات عملکردی
۶۰	فلج اسپاستیک
۶۰	فلج فلاسید
۶۰	فلج اتونومیک
۶۰	رشد غیرطبیعی استخوان
۶۰	آسیب‌های تحتانی نخاع
۶۱	صدمات پوستی
۶۱	مشکلات جنسی
۶۱	اسپینا بی فیدا
۶۲	طبقه‌بندی
۶۲	مایلو مینینگوسل
۶۲	فلج اطفال
۶۴	انواع پولیومیلیت

۶۴	پیشگیری
۶۴	مشکلات افراد مبتلا به فلج اطفال
۶۴	ورزش‌ها و بازی‌ها
۶۴	آمادگی جسمانی
۶۵	دو و میدانی
۶۵	شنا
۶۵	بازی‌ها
۶۶	بسکتبال روی ویلچر
۶۶	کلاسبندی بازیکنان برای بسکتبال روی ویلچر
۶۷	بعضی دیگر از مقررات بازی بسکتبال روی ویلچر
۶۷	تنیس روی میز
۶۸	سایر ورزش‌ها
۶۹	نکات کلیدی
۷۳	سوالات تالیفی
۷۵	فصل چهارم: فلج مغزی
۷۵	مقدمه
۷۶	علت شناسی
۷۶	علل پیش از تولد
۷۶	علل حین تولد
۷۶	علل پس از تولد
۷۶	میزان شیوع
۷۷	طبقه‌بندی
۷۷	طبقه‌بندی آناتومیکی
۷۷	طبقه‌بندی نوروموتور
۷۷	حالت سفیدی یا اسپاسمی
۷۸	آتوز
۷۸	آناکسی
۷۹	سختی
۷۹	فلاسید یا هیپوتن
۷۹	ریشه
۷۹	ترکیبی
۷۹	تقسیم‌بندی معلولان فلج مغزی بر اساس توانایی‌های عملکردی
۸۰	کلاس بندی ورزشی معلولان فلج مغزی
۸۱	ناهنجاری‌های حاصل از فلج مغزی
۸۱	تربیت‌بندی و درمان
۸۳	نیازهای ورزشی
۸۳	اهداف و وظایف اختصاصی ورزش با معلولان فلج مغزی
۸۴	فاکتورهای جسمانی
۸۴	آمادگی جسمانی

۸۵	قدرت
۸۵	انعطاف پذیری
۸۶	سرعت
۸۶	هماهنگی حرکتی
۸۶	سازگاریهای مورد نیاز فرد مبتلا به فلج مغزی
۸۷	طرح برنامه
۸۷	ورزش های ویژه معلولین فلج مغزی
۸۸	ورزش ها
۸۸	تمرینات با وسایل ژیمناستیک
۸۸	دوومیدانی
۸۸	راه رفتن و دویدن
۸۹	سه چرخه رانی
۸۹	ویلیچررانی
۸۹	پرش ها
۸۹	پرتاب ها
۸۹	شنا
۹۰	بازی ها
۹۰	بازی های ورزشی بین المللی
۹۱	بوچیا
۹۱	مسابقات انفرادی کلاس ۱ BC
۹۱	مسابقات انفرادی کلاس ۲ BC
۹۲	مسابقات انفرادی کلاس ۳ BC
۹۲	مسابقات انفرادی کلاس ۴ BC
۹۲	مسابقات دو نفره کلاس ۳ BC
۹۲	مسابقات دو نفره کلاس ۴ BC
۹۲	مسابقات تیمی
۹۳	فوتبال فلج مغزی ها
۹۳	تعداد بازیکنان
۹۳	مقررات مسابقه
۹۴	نکات کلیدی
۱۰۰	سوالات تالیفی
۱۰۳	فصل پنجم: معلولان نابینا و کم بینا
۱۰۳	معلولان بینایی
۱۰۴	تعریف و مرزبندی نابینایان و کم بینایان
۱۰۵	تقسیم بندی بر اساس عملکرد
۱۰۵	طبقه بندی ورزشی نابینایان براساس تقسیم بندی انجمن بین المللی ورزش های نابینایان
۱۰۶	عوامل مؤثر در معلولیت بینایی
۱۰۶	دلایل بروز نابینایی
۱۰۶	محل صدمه دیدگی

۱۰۸	خصوصیات فیزیولوژیکی، ذهنی روانی و اجتماعی معلولان بینایی
۱۰۸	کم بینایان
۱۰۹	نابینایان
۱۰۹	مشکلات فیزیولوژیکی روانی و حرکتی صدمه دیدگان بینایی
۱۱۰	اهداف و وظایف اختصاصی ورزش با معلولان بینایی
۱۱۱	ملاحظات ویژه در آموزش نابینایان
۱۱۲	تدابیر آموزشی مخصوص
۱۱۲	ورزش‌ها و بازی‌ها
۱۱۳	آمادگی جسمانی
۱۱۳	توسعه تجربیات حرکتی و بکارگیری وسایل
۱۱۳	زیمناستیک
۱۱۴	دوومیدانی
۱۱۴	شنا
۱۱۵	بازی‌ها
۱۱۵	سایر ورزش‌ها
۱۱۵	جودو
۱۱۵	قایق سواری
۱۱۵	اسکی
۱۱۵	گلیبال
۱۱۷	شودان
۱۲۰	نکات کلیدی
۱۲۳	سوالات تالیفی
۱۲۵	فصل ششم: معلولان شنوایی و کم شنوایی
۱۲۵	تعریف ناشنوایی و کم شنوایی
۱۲۵	ناشنوایی
۱۲۵	کم شنوایی
۱۲۵	واجد اندازه‌گیری صوت و تقسیم‌بندی معلولان شنوایی
۱۲۵	علل بروز ناشنوایی و کم شنوایی
۱۲۶	انواع ناشنوایی از لحاظ زمان وقوع
۱۲۶	صدمه‌دیدگی مادرزادی
۱۲۶	صدمه‌دیدگی اکتسابی
۱۲۶	انواع ناشنوایی از لحاظ نوع اختلال
۱۲۶	اختلال در هدایت شنوایی
۱۲۶	اختلال در اعصاب حسی شنوایی
۱۲۶	اختلالات شنوایی ترکیبی
۱۲۶	اختلالات شنوایی مرکزی
۱۲۶	سیستم‌های ارتباطی معلولان شنوایی
۱۲۶	هجی انگشتی کلمات
۱۲۷	خصوصیات فیزیولوژیکی، ذهنی - روانی و اجتماعی معلولان شنوایی

۱۲۷	کم شنوایان
۱۲۷	ناشنوایان
۱۲۸	اهداف و وظایف اختصاصی ورزش با معلولان شنوایی
۱۲۹	بازی‌ها و ورزش‌ها
۱۳۰	شنا
۱۳۰	تعادل
۱۳۰	رویدادهای ورزشی معلولان شنوایی
۱۳۱	بازی‌های المپیک ناشنوایان
۱۳۱	آسیب‌دیدگی حسی دوگانه
۱۳۱	ماهیت و علل بروز آسیب‌دیدگی حسی دوگانه
۱۳۲	نیازها و سازگاری‌های ناشنوا - نابینا
۱۳۳	نکات کلیدی
۱۳۵	سوالات تالیفی
۱۳۷	فصل هفتم: اختلالات ریویژیک
۱۳۷	آسم
۱۳۷	علل ایجاد آسم
۱۳۸	علائم، عوارض و ویژگی‌های آسم
۱۳۸	علائم شایع
۱۳۸	علائم شدید حمله حاد
۱۳۸	عوارض و ویژگی‌ها
۱۳۹	خصوصیات فیزیولوژیکی و ذهنی روانی افراد مبتلا به آسم
۱۳۹	ورزش‌ها و بازی‌ها
۱۴۱	تب یونجه
۱۴۱	فیبروز کیسه‌ای
۱۴۱	برونشیت
۱۴۱	آمفیژم
۴۱	دیابت و ورزش
۱۴۱	دیابت نوع یک
۱۴۲	دیابت نوع دو
۱۴۲	اقدامات لازم برای کنترل مناسب دیابت
۱۴۲	اثر ورزش بر دیابت
۱۴۳	افت قند خون
۱۴۳	علائم و نشانه‌های هیپوگلیسمی خفیف
۱۴۳	علائم و نشانه‌های هیپوگلیسمی شدید
۱۴۳	عوارض دیررس دیابت
۱۴۴	خطوط کلی برنامه ورزش در زندگی افراد دیابتی
۱۴۴	فواید برنامه منظم ورزشی برای افراد دیابتی
۱۴۴	ملاحظات ورزشی در افراد دیابتی
۱۴۴	توصیه‌هایی برای افراد دیابتی شرکت کننده در فعالیتهای بدنی و برنامه‌های ورزشی

۱۴۵	رهنمودهای کلی برای انجام یک ورزش مفید و مطمئن
۱۴۵	مراقبت‌های ویژه بیماران دیابتی مبتلا به عوارض مزمن دیابت
۱۴۵	خطرات احتمالی ورزش برای افراد دیابتی
۱۴۶	نکات کلیدی
۱۴۹	سوالات تالیفی
۱۵۱	فصل هشتم: معلولان کم توان ذهنی و مبتلا به اختلالات رفتاری
۱۵۱	معلولان مبتلا به اختلالات رفتاری
۱۵۱	علائم و علل معلولیت
۱۵۲	ورزش با معلولان دچار اختلالات رفتاری
۱۵۳	معلولان کم توان ذهنی
۱۵۳	شدت معلولیت
۱۵۴	گروه‌بندی افراد کم‌توان ذهنی براساس نتایج آزمون‌های هوشی استنفورد - بینت
۱۵۴	سیستم آموزشی بر اساس طبقه‌بندی کرک
۱۵۴	اهداف اختصاصی و پرسش‌های معلولان کم توان ذهنی
۱۵۵	نکات کلیدی
۱۵۶	سوالات تالیفی
۱۵۷	فصل نهم: مولتیپل اسکلروزیس
۱۵۷	تاریخچه و طبقه‌بندی نامگذاری
۱۵۷	تاریخچه ام اس در ایران
۱۵۷	پاتوفیزیولوژی ام اس
۱۵۸	علل پیدایش بیماری ام اس
۱۵۹	اپیدمیولوژی ام اس
۱۵۹	علائم و نشانه‌های ابتلا به بیماری
۱۶۰	الگوهای بیماری ام اس
۱۶۰	عود کننده - فروکش کننده
۱۶۰	پیشرونده اولیه
۱۶۰	پیشرونده ثانویه
۱۶۱	پیشرونده - عود کننده
۱۶۱	پیش آگاهی بیماری ام اس
۱۶۱	تشخیص ام اس
۱۶۲	تشخیص‌های افتراقی ام اس
۱۶۲	شرایط روحی فرد پس از تشخیص بیماری
۱۶۳	امتیاز گسترش یافته وضعیت ناتوانی (EDSS)
۱۶۴	فیزیوتراپی
۱۶۴	کار درمانی
۱۶۴	گفتار درمانی
۱۶۵	مشاوره
۱۶۵	فعالیت ورزشی
۱۶۵	تأثیر فعالیت بدنی و ورزش بر بیماران ام اس

۱۶۵ نکات خاص در رابطه با فعالیت ورزشی بیماران ام اس
۱۶۶ ارزیابی بیماران قبل از فعالیت ورزشی
۱۶۶ فعالیت‌های ورزشی مناسب برای بیماران ام اس
۱۶۶ بوگا
۱۶۶ ایروبیک
۱۶۶ فعالیت‌های ورزشی در آب
۱۶۷ ام اس و تغذیه
۱۶۷ توصیه‌هایی برای بیماران ام اس
۱۶۸ نکات کلیدی
۱۷۰ سوالات تألیفی
۱۷۱ فصل دهم: پارکینسون
۱۷۱ بیماری پارکینسون
۱۷۱ شیوع بیماری
۱۷۱ پاتوفیزیولوژی
۱۷۱ علائم بیماری
۱۷۲ تقسیم‌بندی پارکینسون
۱۷۲ تفاوت سیستم دوپامینرژیک و کولینرژیک
۱۷۲ علت‌شناسی بیماری پارکینسون
۱۷۳ تظاهرات کلینیکی
۱۷۵ درمان بیماری پارکینسون
۱۷۵ زمان تجویز ورزش برای بیماران پارکینسونی که دارو مصرف نمی‌کنند
۱۷۵ محدودیت‌های بیماران پارکینسونی در خصوص انجام فعالیت‌های ورزشی
۱۷۵ نکات قابل توجه در طی انجام برنامه ورزشی بیماران مبتلا به پارکینسون
۱۷۶ مزایای تمرینات استقامت قلبی عروقی تنفسی برای بیماران مبتلا به پارکینسون
۱۷۶ روش‌ها و تجهیزات ورزشی مورد استفاده برای افزایش استقامت قلبی عروقی تنفسی در افراد پارکینسونی
۱۷۶ ملاحظات انجام تمرینات قدرتی
۱۷۷ عوارض ناشی از کاهش انعطاف‌پذیری و تغییرات پوسچر
۱۷۷ تمرینات انعطاف‌پذیری در افراد پارکینسونی
۱۷۷ نکات حائز اهمیت در پیشنهاد تمرینات انعطاف‌پذیری
۱۷۸ ورزش تایچی
۱۷۸ رویکرد تراگر
۱۷۹ نکات کلیدی
۱۸۲ سوالات تألیفی
۱۸۳ فصل یازدهم: سندروم داون
 سندروم داون ۱۸۳
۱۸۳ تریزومی
۱۸۳ ترنس لوکیشن یا جابجایی کروموزوم
۱۸۴ موزائیسیم یا چندگانگی کروموزوم
۱۸۵ ناهنجاری‌های هیپ

۱۸۵	ناپایداری پاتلا
۱۸۵	ناهنجاری‌های پا
۱۸۵	تون پاسچرال
۱۸۵	تون عضلانی
۱۸۵	ظرفیت هوازی
۱۸۶	قدرت
۱۸۶	سرعت
۱۸۶	نکات کلیدی
۱۸۹	سوالات تالیفی
۱۹۰	سوالات کنکور دکتری سال ۹۲
۱۹۳	کلید تست
۱۹۴	پاسخ تشریحی
۱۹۹	سوالات کنکور دکتری سال ۹۳
۲۰۱	کلید تست
۲۰۲	پاسخ تشریحی
۲۰۸	منابع

www.ketab.ir