

۱۴۴۱۳۹۸



پیشگامان ارشد بامداد راهنمای جامع آزمون آسیب شناسی ورزشی

رضا شریفات پور (دانشجوی دکتری آسیب شناسی ورزشی و حرکات اصلاحی)
دکتر حمیدرضا فلاح (عضو هیات علمی دانشگاه یزد)



بامداد کتاب

پیشگامان ارشد بامداد راهنمای جامع آزمون آسیب شناسی ورزشی

تألیف و گردآوری: رضا شریفات پور - دکتر حمیدرضا فلاح

ویراستار ادبی: بهاره سعیدی

صفحه آرایی: کیانقش (حسینی لر)

نوبت چاپ: اول - پاییز ۱۳۹۵

شمارگان: ۱۰۰ نسخه

قطع: وزیری - ۱۶۰ صفحه

شابک: ۹۷۸-۹۶۴-۲۰۶-۱۰۸-۲

کتاب حقوقی ناشر محفوظ است.

فرو: ۲۸۱

ناشر همکار نشر ورزش

قیمت: ۱۴۹۰۰ تومان

مرکز بخش و فروشگاه: تهران، خیابان انقلاب، پلاک ۶، کوچه نیک پور، پلاک ۶

www.bamdadketab.com

varzesh_pub@yahoo.com

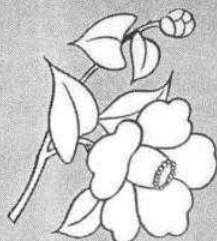
تلفن: ۴-۶۶۴۸۱۲۴۳

نمابر: ۶۶۹۷۴۱۶۲

- | | |
|---------------------|--|
| سرشناسه | : شریفات پور، رضا، ۱۳۶۷- |
| عنوان و نام پدیدآور | : پیشگامان ارشد بامداد، راهنمای جامع آسیب شناسی ورزشی. |
| مشخصات نشر | : تهران: بامداد کتاب، ۱۳۹۵. |
| مشخصات ظاهری | : ۱۶۰ ص: مصور، جدول. |
| شابک | : ۹۷۸-۹۶۴-۲۰۶-۱۰۸-۲ |
| وضعیت فهرست نویسی | : فبای مختصر. |
| یادداشت | : فهرست نویسی کامل این اثر در نشانی: http://opac.nlai.ir قابل دسترسی است |
| شناسه افزوده | : فلاح، حمیدرضا، ۱۳۴۹- |
| شماره کتابشناسی ملی | : ۴۳۲۳۳۹۹ |

فهرست

فصل ۱ / آسیب‌های استخوان.....	۹
فصل ۲ / آسیب‌های غضروف.....	۲۵
فصل ۳ / آسیب‌های تاندون.....	۳۱
فصل ۴ / آسیب‌های رباط.....	۵۱
فصل ۵ / آسیب‌های عضله.....	۵۹
فصل ۶ / آسیب‌های عصب زلالی (بورسیت).....	۷۱
فصل ۷ / مکانیسم آسیب‌ها.....	۷۷
فصل ۸ / تست‌های تشخیص آسیب.....	۱۰۷
فصل ۹ / سایر آسیب‌ها.....	۱۱۷



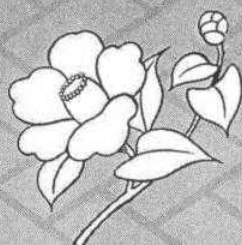
سپاس ایزد جهان آفرین راست، آنکه اختران رخشان به پرتو روشنی و پاکی او تابنده‌اند و چرخ گردون به خواست و فرمان او پاینده. آفریننده‌ای که پرستیدن اوست سزاوار.

خداوند، شایسته‌ایم که توفیق ارائه خدمات فرهنگی آموزشی در گستره فرهنگ میهن اسلامی را به ما ارزانی داشت و اکنون که این منت بی‌انتها توانستیم با نشر آثار متعدد در زمینه علوم ورزشی، تجارب علمی و آموزشی دانشمندان و سایر استادان و همکاران گرامی را به آحاد جامعه و تمام نقاط کشور منتقل کنیم.

استقبال کم‌نظیر استادان دانشجویان و ورزش‌دوستان از آثار ارائه‌شده، رسالت ما را در برابر جامعه ورزش سنگین‌تر کرد و ما را بر آن داشت تا با گام‌های مستحکم در راه نشر آثار غنی و ارائه کتاب‌هایی با قیمت مناسب و کیفیت بالا در مسیر اهداف خود به پیش برویم. خشنودیم که قدم‌های اولیه را با استواری هر چه تمام‌تر در راه نشر آثار برگزیده برداشته‌ایم و به خشنودی خداوند از اعمال و کردارمان اعتقاد داریم.

در این راستا و برای دستیابی به اهداف، تمامی توان خود را به کار گرفته‌ایم تا با کمک نیروهای متخصص و ماهر، کتاب‌هایی منتشر کنیم که از نظر محتوای علمی غنی باشد و نیاز جامعه ورزشی کشور را برطرف سازد؛ و این هدف نمی‌شود مگر با «شرف بی‌وقفه و خستگی‌ناپذیر واحدهای مختلف این انتشارات».

موفقیت این انتشارات بدون همفکری و همیاری صاحب‌نظران فن و دست‌اندرکاران دانش تربیت‌بدنی و علوم ورزشی میسر نمی‌شود. بنابراین از پیشنهادات و انتقادهای سازنده شما استقبال می‌کنیم و به دیده منت داریم که در این راه، یار و همگام ما باشید.



مقدمه نویسندگان

یکی از دغدغه‌ها و اهداف اصلی دانشجویان دانشگاه‌ها، داشتن تحصیلات تکمیلی و ادامه تحصیل آنها در دوره‌های آموزشی کارشناسی ارشد و دکترای تخصصی است. بر این اساس و برای رسیدن به این هدف مهم، وجود منابع تخصصی معتبر و مفید ضروری است. بنابراین با توجه به پراکندگی منابع در رشته تربیت بدنی، بر آن شدیم تا در جهت خدمت به دانشجویان راه علم، کتاب راهنمای جامع آزمون درسی آسیب‌شناسی ورزشی، ویژه داوطلبان تحصیلات تکمیلی رشته تربیت بدنی را به همراه سوالات و تست‌های طبقه‌بندی شده گوناگون به رشته تحریر درآوریم.

در این مجموعه سعی شده است که سوالات تست‌های درس آسیب‌شناسی ورزشی آزمون‌های کارشناسی ارشد و تربیت بدنی را مورد تجزیه و تحلیل قرار گیرد و به‌طور مشخص، عنوان شود که هر یک از منابع اصلی موجود در حوزه آسیب‌شناسی ورزشی آمده است و به‌طور کامل توضیح داده شده که هر کدام از این سوالات تاکنون چند بار و در چه سال‌هایی در زمره سوالات آزمون کارشناسی ارشد قرار گرفته است.

با توجه به تغییرات در نحوه طراحی سوالات و تغییر منابع این رشته، به داوطلبان گرامی آزمون کارشناسی ارشد سال ۹۶ پیشنهاد می‌شود از منابع جدید برای مطالعه این دروس استفاده کنند. امید است که این مجموعه کوچک بتواند گره‌های بسیاری از مسائل دانش‌آموختگان مقطع کارشناسی و علاقه‌مندان به ادامه تحصیل در رشته تربیت بدنی و علوم ورزشی باشد.

این کتاب در ۹ فصل با عنوان‌های آسیب‌های استخوان، غضروف، تاندون، رباط، عضله، کیسه زلالی یا بورسیت، مکانیسم آسیب‌ها، تست‌های تشخیصی آسیب‌ها و سایر آسیب‌ها تدوین شده است.

راهنمای مطالعه کتاب:

جهت استفاده و بهره‌وری هرچه بیشتر و بهتر از این کتاب لازم است نکاتی را درخصوص سهولت مطالعه برای خوانندگان عزیز و داوطلبان گرامی یادآوری نماییم:

در ابتدا به اولین ویژگی این کتاب که طبقه‌بندی سؤالات درس آسیب‌شناسی ورزشی در آزمون کارشناسی ارشد می‌باشد اشاره کنیم. بدین صورت که در هر کدام از فصل‌های این کتاب سؤالات مربوط به همان فصل آورده شده است، که این موضوع مطالعه سؤالات آسیب‌شناسی ورزشی در آزمون‌های مختلف، که مربوط به هر قسمت از بدن را به طور مشخص تفکیک شده است را آسان‌تر و راحت‌تر می‌کند و داوطلبان دیگر نیازی به این ندارند که به دنبال سؤالات مرتبط با آسیب‌شناسی ورزشی قسمت‌های مختلف بدن بگردند. این موضوع به داوطلبان کمک می‌کند تا بخش‌هایی از بدن که سؤالات بیشتری از آن طراحی شده است را بشناسند و بیشتر مطالعه کنند.

دومین ویژگی این کتاب که در مقایسه با سایر کتاب‌های تست منحصر به فرد می‌باشد، این است که بلافاصله پس از آوردن سؤالات، به ذکر این نکته پرداخته شده است که هر سؤال چند بار و در چه سال یا سال‌هایی تکرار شده است.

این نکته برای دانش‌آموزان و مطالعه‌کنندگان این کتاب حائز اهمیت می‌باشد، چرا که این مطلب عنوان می‌کند که چه قسمت‌هایی از کتاب برای طراحان سؤال مهم بوده و بیشتر مورد سؤال واقع شده است. لذا داوطلبان می‌توانند با مطالعه دقیق‌تر و بهتر این بخش‌ها موفق به چشمگیری‌تری در آزمون کارشناسی ارشد داشته باشند.

معرفی منبعی که سؤال از آن طراحی شده است با ذکر عنوان کتاب، نام نویسندگان، انتشارات، ویرایش کتاب و شماره صفحه، یکی دیگر از ویژگی‌های این کتاب محسوب می‌شود که آن را از سایر کتاب‌های تست متمایز می‌کند. این ویژگی به داوطلبان درخصوص منابعی که سؤالات آزمون کارشناسی ارشد از آن طراحی می‌شود کمک فراوانی می‌نماید که منابع و کتب‌های به سؤال از آن مطرح می‌گردد را شناخته و به مطالعه دقیق آن بپردازد.

از دیگر ویژگی‌های این کتاب پاسخ به سؤالات به صورت تشریحی با ذکر این نکته که زیر قسمتی که جواب سؤال آمده است، خط کشیده شده و بصورت *Italic* نوشته شده است. این ویژگی به داوطلبان کمک می‌کند تا پس از مطالعه سؤال و جواب کامل به قسمتی که از آن سؤال طراحی شده است، بپردازند و با تحلیل تست موردنظر، مجدداً به سؤال برگشته و این بار به راحتی و با فهمیدن نکته‌ای که از آن سؤال طراحی شده به تست پاسخ دهند.

یکی دیگر از ویژگی‌های منحصر به فرد این کتاب که در هیچ‌یک از سایر کتاب‌های تست وجود ندارد، این است که پس از پاسخ تشریحی به سؤال‌ها، عکس یا جدول مرتبط با آن سؤال گذاشته شده است که این مورد به یادگیری بیشتر و بهتر و همچنین به یادداری با مدت زمان طولانی‌تر داوطلبان کمک شایانی می‌نماید. در پایان هر فصل جدولی با عنوان کلید سؤالات آن فصل آورده شده که داوطلبان گرامی را در یافتن پاسخ صحیح مرتبط با سؤال یاری می‌کند. علاوه بر این که در پایان هر سؤال به جواب سئوال اشاره کوتاهی شده است.

در نهایت منابع اصلی که تا به حال از آن سؤال طراحی شده در بخش منابع، جهت استفاده داوطلبان آورده شده است.

با تشکر

رضا شریفات پور

دکتر حمیدرضا فلاح