

**AZƏRBAYCAN RESPUBLİKASI SƏHIYYƏ NAZİRLİYİ
AZƏRBAYCAN TİBB UNİVERSİTETİ**



İDMANÇILARIN REABİLİTASIYASI

FƏNNİ ÜZRƏ

050803 – “Fizioterapiya və tibbi reabilitasiya” ixtisası üzrə

050803 – Fizioterapist-Reabilitoloq ixtisası üçün

TƏDRİS PROQRAMI

BAKI – 2023

Tərtib edən:

**“Fizioterapiya və tibbi rehabilitasiya”
kafedrasının əməkdaşları**

Kafedra müdiri, t. .f.d. dosent Paşa Mehdiyev Surxay ođlu

 mza _____

t. .f.d., dosent S daq t Quliyeva Qədir qızı

 mza _____

t. .f.d., assistent Vaqif Cəlilov Çingiz ođlu

 mza _____

Rəy verənlər:

1. Universitet daxili
2. Universitetdən kənar (yerli və ya xarici)

Fənn proqramına Elm və Təhsil Nazirliyindən nəşr hüququ (qrif) o zaman alınır ki, sizin fənn Elm və Təhsil Nazirliyinin təsdiq etdiyi təhsil proqramında mövcuddur.

Fənn proqramına Azərbaycan Tibb Universitetindən nəşr hüququ (qrif) o zaman alınır ki, sizin fənn universitet tərəfindən müəyyən edilmiş fəndir və tədris işçi planında mövcuddur.

**Fənn proqramına Elm və Təhsil Nazirliyindən
nəşr hüququ (qrif) alınması üçün tələb olunan sənədlər**

- 1 – Kafedradan çıxarış
- 2 – Fakültə elmi şurasından çıxarış
- 3 – Tədris-metodik şuradan çıxarış (əgər şura varsa)
- 4 – 2 rəy (universitet daxili və kənar)
- 5 – Notariusdan təsdiq olunmuş ərizə forması (qrif almaq üçün)
- 6 – Fənn proqramı möhürlənmiş və imzalanmış (möhür universitetin; imza proqramı tərtib edənlərin)
- 7 – Rektorun adından Elm və Təhsil Nazirliyinə məktub
- 8 – A4 formatında təqdim etmək olar

**Fənn proqramına Azərbaycan Tibb Universitetində
nəşr hüququ (qrif) alınması üçün tələb olunan sənədlər**

- 1 – Kafedradan çıxarış
- 2 – Fakültə elmi şurasından çıxarış
- 3 – Tədris-metodik şuradan çıxarış (əgər şura varsa)
- 4 – 2 rəy (universitet daxili və kənar)
- 5 – Notariusdan təsdiq olunmuş ərizə forması (qrif almaq üçün)
- 6 – Fənn proqramı möhürlənmiş və imzalanmış (möhür universitetin; imza proqramı tərtib edənlərin)
- 7 – Kafedra müdirinin adından rektora məktub
- 8 – A4 formatında təqdim etmək olar

GİRİŞ

AKTS: 3

İdmançılarının rehabilitasiyası idmançıların təlim məşq toplantıları zamanı və ondan kənarında qarşılaşdıqları sağlamlıq problemlərinin bərpası ilə bağlı müxtəlif bilik və mövzulardan ibarətdir. İdman zədələrindən sonra fizioterapiya və rehabilitasiya sahəsində problem həll etmə bacarıqlarını inkişaf etdirməklə, müxtəlif qruplarda tətbiq olunan idman fizioterapiyası, fiziki hazırlıq testləri, idman zədələrini bərpa etmə prosesləri, idman və zədələrdə tətbiq olunan ölçmə və qiymətləndirmə metodlarının və müalicə yanaşmalarının əsas xüsusiyyətlərinin dərk olunmasını və praktikada əks olunmasını və idmançının təhlükəsiz bir şəkildə idmana qayıtmasını təmin etmək fənnin əsas fəaliyyət sahələridir. Fənn eyni zamanda idmandakı qidalanma problemlərini və idmanda doping hesab edilən maddə və metodlar haqqında mövzuları da əhatə edir.

1-İdmançıların rehabilitasiyasının hansı mövzuları əhatə etdiyini, idman zədələnmələrinin skriningini aparmağı, zədələnmədən sonra hərəkətlərin qiymətləndirilməsini

2. İdman zədələnmələrinin patofiziologiyasını və sağalma prosesinin mərhələlərini

3. Zədələnmələr zamanı effektiv klinik qərar vermədə multidisiplinar yanaşmanın əhəmiyyətini

4. İdmançıların qidalanması haqqında məlumatları, istifadə olunan qida əlavələrini

5. İdmanda qadağan olunmuş maddələr və tibbi metodlar haqqında məlumatları(Doping control)

6-İdman zədələrindən sonra idmançıların idman qayıtma meyarlarını müəyyənləşdirməyi və idmançının ehtiyaclarına uyğun funksional rehabilitasiya proqramını planlaşdırmağı

Tələbə nəyi bacarmalıdır

İdmanda fizioterapiya, ölçmə və qiymətləndirmə üsulları

Zədələnmələri dəyərləndirməyi, yerində həkiməqədər ilkin yardımını

Ayrı ayrı nahiyələrin zədələnmələrində aparılan testləri

Rehabilitasiya müddətində fiziki terapiya prosesinin təyin olunmasını və aparılmasını

Tələbə nəyə yiyələnməlidir:

İdmançıların zədələnməsinin skriningini aparmaq, idman zədələrinin patofiziologiyası, zədələnmənin təyin edilməsi, müxtəlif nahiyələrin manual testləri, ağrının qiymətləndirilməsi, fiziki terapiyanın mərhələli şəkildə aparılması, idmançılarda qidalanma, doping kontrol haqqında biliklərə

PROQRAM

Proqram 10 saat mühazirə, 30 saat praktik hissədən ibarətdir. proqrama daxil edilmiş dərslərin mövzuları cədvəl şəkilində aşağıda göstərilmişdir. Proqrama daxil olan dərslərinde tələbələr idman reabilitasiyasının mahiyyətini, zədələrin skriningi və hərəkətin qiymətləndirilməsini, əzələ-skelet zədələrinin patofiziologiyasını, doping control və idman əlaqəsini, idman prosesində ayrı-ayrı nahiyələrin zədələnmələrini, idman zədələnmələrində klinik qərarvermənin mahiyyətin öyrənməklər.

Отформатировано: Узор: Нет (Белый)

Отформатировано

Fizioterapiya və tibbi reabilitasiya ixtisası üzrə IV kurs tələbələri üçün

“İdmançıların reabilitasiyası” fənnindən mühazirələrin mövzu planı

Payız (VII semestr)

Cəmi: saat **130**

Nö	Topic Mövzu (mühazirə)	Readings (Ədəbiyyat)	Saat
1	1. <u>İdman reabilitasiyasına giriş</u> 1- <u>İdman</u>	Paul Comfort, Earle Abrahamson “Sports Rehabilitation and Injury Prevention” / 2010, C 2010 John Wiley & Sons, Ltd //ISBN 978-0-470-98562-5 (cloth)/ Great Britain-2010. Səh.3-13	2
2	2. <u>Zədələrin skriningi və hərəkətin qiymətləndirilməsi</u> 2- <u>Pəhriz və qida əlavələrinin rolu</u>	Paul Comfort, Earle Abrahamson “Sports Rehabilitation and Injury Prevention” / 2010, C 2010 John Wiley & Sons, Ltd //ISBN 978-0-470-98562-5 (cloth)/ Great Britain-2010. Səh.13-65	2
3	3. <u>Əzələ-skelet zədələrinin patofiziologiyası</u> 3- <u>Doping və idman</u>	Paul Comfort, Earle Abrahamson “Sports Rehabilitation and Injury Prevention” / 2010, C 2010 John Wiley & Sons, Ltd //ISBN 978-0-470-98562-5 (cloth)/ Great Britain-2010. Səh.65-143	2
4	4. <u>Effektiv kliniki qərar qəbul edilməsi</u> 5- <u>Uşaq və yeniyetmə idmançıları üçün xüsusi mülahizələr</u> Qadın idmançıları üçün xüsusi mülahizələr	Paul Comfort, Earle Abrahamson “Sports Rehabilitation and Injury Prevention” / 2010, C 2010 John Wiley & Sons, Ltd //ISBN 978-0-470-98562-5 (cloth)/ Great Britain-2010. Səh.143-225	2
5	5. <u>Doping control və idman</u> 6- <u>Yaşlı idmançıda xüsusi mülahizələr.</u> Əlil idmançıda xüsusi mülahizələr. Xroniki xəstəliyi və ya xəstəliyi olan xəstələr üçün xüsusi mülahizələr	AMADA – Azərbaycan Milli Anti-doping Agentliyi-Əsasnamə, (https://www.amada.az/)	2
			4

Код поля изменен

Fizioterapiya və tibbi reabilitasiya ixtisası üzrə IV kurs tələbələri üçün
 “İdmançıların reabilitasiyası” fənnindən təcrübə dərslərinin mövzu planı

Payız (VII semestr)

Cəmi: saat 30

Отформатировано: По левому краю

№	Topic Mövzu (praktik məşğələ)	Readings (Ədəbiyyat)	Saat
1	<u>İdmanda çiyin zədələri və reabilitasiyası</u> 4. İdmançının ümumi tibbi problemləri	Paul Comfort, Earle Abrahamson “Sports Rehabilitation and Injury Prevention” / 2010, C 2010 John Wiley & Sons, Ltd //ISBN 978-0-470-98562-5 (cloth)/ Great Britain-2010. Səh.309-337	2
2	<u>İdmanda dirsək zədələri və reabilitasiyası</u> 7. İştirak öncəsi qiymətləndirmə	Paul Comfort, Earle Abrahamson “Sports Rehabilitation and Injury Prevention” / 2010, C 2010 John Wiley & Sons, Ltd //ISBN 978-0-470-98562-5 (cloth)/ Great Britain-2010. Səh.337-365	2
3	<u>İdmanda bilək və əl zədələri və reabilitasiyası</u> 8. Funksional Bərpa- Təlim və Yarışa Qayıdış	Paul Comfort, Earle Abrahamson “Sports Rehabilitation and Injury Prevention” / 2010, C 2010 John Wiley & Sons, Ltd //ISBN 978-0-470-98562-5 (cloth)/ Great Britain-2010. Səh.365-385	2
4	<u>İdmanda qasıq</u> bud, çanaq <u>zədələri</u> iştirakın <u>Qiymətləndirilməsi</u>	Paul Comfort, Earle Abrahamson “Sports Rehabilitation and Injury Prevention” / 2010, C 2010 John Wiley & Sons, Ltd //ISBN 978-0-470-98562-5 (cloth)/ Great Britain-2010. Səh.385-407	2
5	<u>İdmanda diz zədələri</u> 9. <u>İdmanda Travmatik Beyin Zədəsi</u>	Paul Comfort, Earle Abrahamson “Sports Rehabilitation and Injury Prevention” / 2010, C 2010 John Wiley & Sons, Ltd //ISBN 978-0-470-98562-5 (cloth)/ Great Britain-2010. Səh.407-465	2
6	<u>İdmanda topuq kompleksinin zədələri</u> 10. <u>Üz travması</u>	Paul Comfort, Earle Abrahamson “Sports Rehabilitation and Injury Prevention” / 2010, C 2010 John Wiley & Sons, Ltd //ISBN 978-0-470-98562-5 (cloth)/ Great Britain-2010. Səh.465-497	2
7	<u>İdmanda ayaq zədələri</u> 11. <u>Servikal onurğa zədələri</u>	Paul Comfort, Earle Abrahamson “Sports Rehabilitation and Injury Prevention” / 2010, C 2010 John Wiley & Sons, Ltd //ISBN 978-0-470-98562-5 (cloth)/ Great Britain-2010. Səh.497-510	2
8	<u>12. Çiyin zədələri</u> <u>İdmanda onurğanın boyun- döş</u>	Paul Comfort, Earle Abrahamson “Sports Rehabilitation and Injury Prevention” / 2010, C	2

	<u>nahiyəsinin zədələnmələri və onların reabilitasiyası</u>	2010 John Wiley & Sons, Ltd //ISBN 978-0-470-98562-5 (cloth)/ Great Britain-2010. Səh.120-125	
9	<u>13. Dirək və Ön Kəf Zədələri</u> <u>İdmanda bel nahiyəsinin zədələnmələri və reabilitasiyası</u>	Paul Comfort, Earle Abrahamson “Sports Rehabilitation and Injury Prevention” / 2010, C 2010 John Wiley & Sons, Ltd //ISBN 978-0-470-98562-5 (cloth)/ Great Britain-2010. Səh.125-130	2
10	<u>14. Əl və Bilək Yaralanmaları</u> <u>İdmanda kəllə-beyin zədələnmələri və reabilitasiyası</u>	Paul Comfort, Earle Abrahamson “Sports Rehabilitation and Injury Prevention” / 2010, C 2010 John Wiley & Sons, Ltd //ISBN 978-0-470-98562-5 (cloth)/ Great Britain-2010. Səh.130-147	2
11	Psixologiya və idmançıların reabilitasiyası <u>15. Aşağı arxa zədələri</u>	Paul Comfort, Earle Abrahamson “Sports Rehabilitation and Injury Prevention” / 2010, C 2010 John Wiley & Sons, Ltd //ISBN 978-0-470-98562-5 (cloth)/ Great Britain-2010. Səh.275-297	2
12	<u>İdmançı üçün hidratasiya və qidalanma</u> <u>16. Ömbə zədələri</u>	Paul Comfort, Earle Abrahamson “Sports Rehabilitation and Injury Prevention” / 2010, C 2010 John Wiley & Sons, Ltd //ISBN 978-0-470-98562-5 (cloth)/ Great Britain-2010. Səh.245-256	2
13	<u>İdmanda qadağan edilmiş dərmanlar və metodlar</u> <u>17. Diz zədələri</u>	AMADA – Azərbaycan Milli Anti-doping Agentliyi-Əsasnamə, (https://www.amada.az/)	2
14	<u>Məşq prosesinin vacib prinsipləri</u> <u>18. Ayaq-biləyi və ayaq zədələri</u>	Walter R Frontera, Stanley A. Herring “Clinical Sport Medicine” (Medical menegement and rehabilitation) An affiliate of Elsevier Inc. © 2007, Elsevier Inc. All rights reserved. ISBN-13: 978 1 4160 2443 9 ISBN-10: 1 4160 2443 3 // Səh.12-25	2
15	<u>Təkrar və imtahana hazırlıq</u> <u>19. Təkrar və İmtahana hazırlıq</u>		2

Код поля изменен

METODİKİ TƏMINAT:

1. Paul Comfort, Earle Abrahamson “Sports Rehabilitation and Injury Prevention” / 2010, C 2010 John Wiley & Sons, Ltd //ISBN 978-0-470-98562-5 (cloth)/ Great Britain-2010.
2. Walter R Frontera, Stanley A. Herring “Clinical Sport Medicine” (Medical menegement and rehabilitation) An affiliate of Elsevier Inc. © 2007, Elsevier Inc. All rights reserved. ISBN-13: 978 1 4160 2443 9 ISBN-10: 1 4160 2443 3
3. AMADA – Azərbaycan Milli Anti-doping Agentliyi-Əsasnamə, (<https://www.amada.az/>)

Код поля изменен

TEXNİKİ TƏCHİZAT:

Fənn üzrə mühazirə və praktiki məşğələlər multimedia avadanlıqları (proyektor, ekran və s.) ilə təchiz olunmuş auditoriyalarda keçirilir.

Kağız formatı 60x84 1 / 16
Sifariş . Tiraj 30.

Azərbaycan Tibb Universitetinin
nəşriyyatında çap edilmişdir.
Tel.: (012) 595-55-76