



فرم شماره ۱: طرح دوره		
عنوان دوره: پیشگیری و درمان بیماری های اسکلتی و عضلانی		گروه هدف: کلیه کارکنان
اهداف آموزش:		
۱- آشنایی با بیماریهای اسکلتی عضلانی		
۲- پیشگیری از ابتلا به بیماری های اسکلتی عضلانی		
۳- آشنایی با دردهای نواحی مختلف ستون فقرات		
ردیف	پیمانه های آموزشی	زمان (ساعت)
۱	آشنایی با انواع بیماری های اسکلتی عضلانی	
۲	علل ایجاد بیماری های اسکلتی عضلانی	
۳	راههای پیشگیری از بیماری های اسکلتی عضلانی	
۴	دردهای شایع ناحیه کمر و ستون فقرات	
۵	دردهای شایع زانو و اندام تهتانی	
۶	دردهای شایع کتف و مچ دست	
۷	دردهای شایع ناحیه سر و گردن	
۸	ورزشهای متناسب هر ناحیه	
۹		
۱۰		
جمع ساعات آموزش: ۸		نظری: ۴
		عملی: ۴

شرایط اجرایی

نوع آموزش:	<input type="checkbox"/> عمومی	<input type="checkbox"/> تخصصی شغلی مشترک	<input type="checkbox"/> تخصصی شغلی
روش اجرا:	<input type="checkbox"/> کارگاه	<input type="checkbox"/> سمینار	<input type="checkbox"/> دوره حضوری
روش ارزشیابی:	<input type="checkbox"/> آزمون کتبی	<input type="checkbox"/> کار عملی	<input type="checkbox"/> دوره غیرحضوری (e-Learning)
تجهیزات موردنیاز:	<input type="checkbox"/> ویدئو پروژکتور	<input type="checkbox"/> وایت بورد	<input type="checkbox"/> کامپیوتر
			<input type="checkbox"/> سایر:

منابع و مراجع

ردیف	عنوان	نام مولف	انتشارات	سال انتشار	توضیحات
۱					
۲					
۳					
۴					