طرح درس برای نیمسال تحصیلی

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| عنوان درس: فیزیولوژی ورزش بالینی تعدادواحد: 2 واحد مقطع: کارشناسی ارشد رشته: فیزیولوژی ورزشی گرایش: محض | | | |
| هدف: آشنایی با بیماری های مختلف و تاثیرات متقابل فعالیت های ورزشی در بهبود بیماری ها، مفاهیم پایه ها، نظریه ها و کاربردهای آن. | | | |
| منابع: 1-کتاب فیزیولوژی ورزش بالینی، تالیف: جاناتان کی اهرمن، پاول ام گوردون، پاول اس ویسیچ، استیون جی کتیان. ترجمه: دکتر زهرا حجتی، دکتر حمید اراضی، نصیبه هاشمی، دکتر فرهاد رحمانی نیا، انتشارات پژوهشگاه تربیت بدنی و علوم ورزشی.2- فیزیولوژی ورزش ویژه گروههای خاص، تالیف: جان باکلی ترجمه: دکتر حمید محبی، دکتر هادی روحانی، دکتر رضا نوروزی 3- مطالب ارائه شده در کلاس 4- مقالات جدید در این حیطه | | | |
| جلسه | سرفصل درس | وقت | ابزار مورد نیاز |
| اول | معرفی کلی درس و منابع- سرفصل ها-فعالیت های کلاسی و توضیح در مورد ارزشیابی پایانی | 120دقیقه | وایت برد و ماژیک |
| دوم | مقدمات و مرور کلی و واژه های کلیدی فیزیولوژی ورزش بالینی | 120دقیقه | ویدئو پروژکتور |
| سوم | چاقی | 120دقیقه |  |
| چهارم | ارائه تمرینات در افراد چاق | 120دقیقه |  |
| پنجم | دیابت نوع 1 و 2 | 120دقیقه |  |
| ششم | تمرین درمانی در دیابت (فعالیت های هوازی) | 120دقیقه |  |
| هفتم | تمرین درمانی در دیابت (فعالیت های مقاومتی) | 120دقیقه |  |
| هشتم | هایپر لیپیدمی و دیس لیپیدمی | 120دقیقه |  |
| نهم | پوکی استخوان | 120دقیقه |  |
| دهم | تمرین درمانی در بیماران استئوپروزیس | 120دقیقه |  |
| یازدهم | آرتریت | 120دقیقه |  |
| دوازدهم | تمرین درمانی در آرتریت | 120دقیقه |  |
| سیزدهم | مالتیپل اسکلروز و تمرین درمانی | 120دقیقه |  |
| چهاردهم | آسم و تمرین درمانی | 120دقیقه |  |
| پانزدهم | بررسی جدیدترین مقالات این حیطه | 120دقیقه |  |
| شانزدهم | جمع بندی و مرور مطالب تدریس شده و رفع اشکالات و توضیحات آزمون پایانی | 120دقیقه |  |