

باسمه تعالی
دانشگاه سیستان و بلوچستان
گروه علوم ورزشی
طرح درس ترمی (Course Plan)

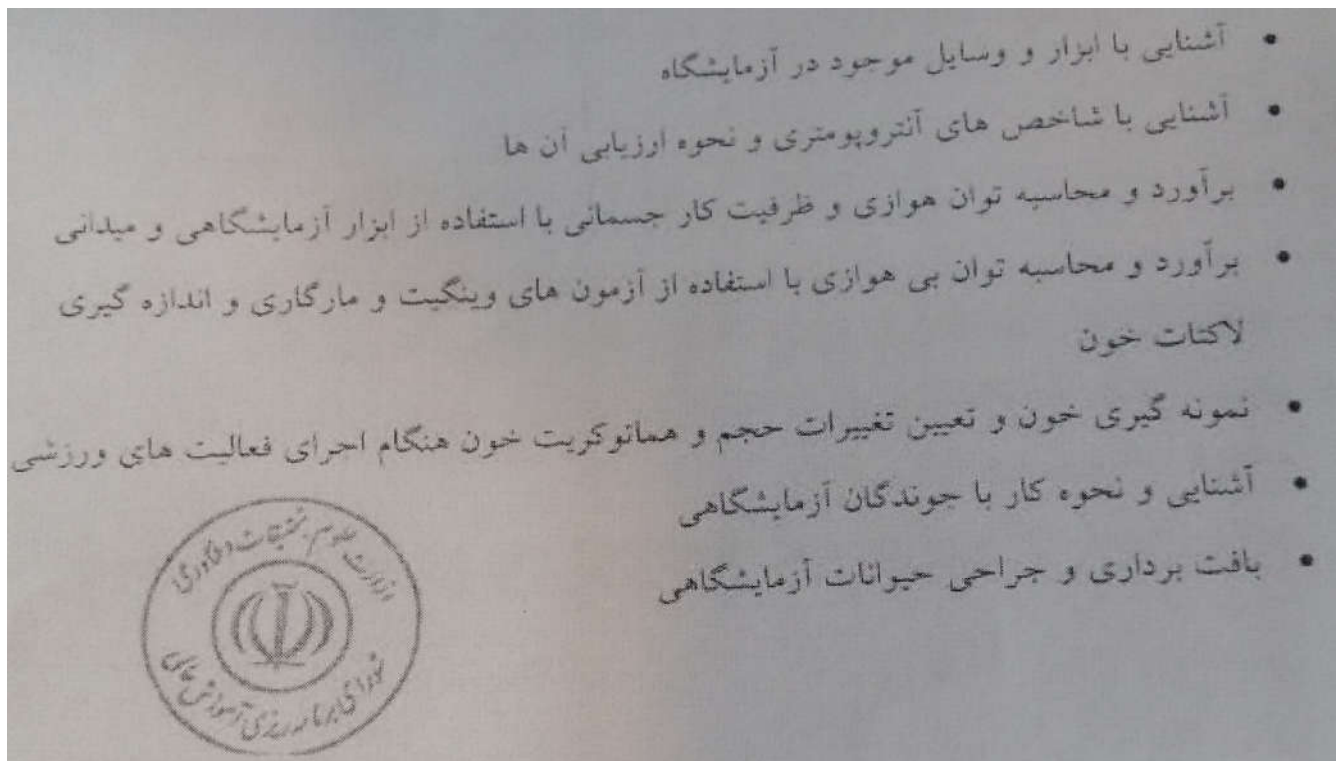
نام درس: تکنیک های آزمایشگاهی در تمرین و فعالیت زمان و مکان ارائه درس: طبق برنامه تنظیمی
ورزشی مدت کلاس: ۹۰ دقیقه

مقطع: کارشناسی ارشد امکانات آموزشی: کامپیوتر، ویدیوپروژکتور و وایت برد
تعداد واحد: ۳

زمان برگزاری (نیم سال تحصیلی): اول ۱۳۹۸-۱۳۹۷

اهداف کلی درس: آشنائی دانشجویان با روش های متداول در سنجش و ارزیابی متغیرهای مختلف ساختاری فیزیولوژیکی و آشنائی با ابزارهای آزمایشگاهی و تجهیزات میدانی برای اندازه گیری آمادگی قلبی- تنفسی و آشنائی با روش های متداول کار با جوندگان آزمایشگاهی و جراحی آن ها

اهداف جزئی در هفته جلسه کلاس:



شیوه(های) تدریس: لکچر، پرسش و پاسخ و بحث گروهی کلاسی

اجزاء و شیوه اجرای درس در هر جلسه:

مدت زمان: ۱۰ دقیقه	★ مقدمه:
	★ کلیات درس:
مدت زمان: ۲۵ دقیقه	★ بخش اول درس
مدت زمان: ۱۰ دقیقه	★ پرسش و پاسخ و استراحت
مدت زمان: ۲۵ دقیقه	★ بخش دوم درس
مدت زمان: ۵ دقیقه	★ جمع بندی و نتیجه گیری:
	★ ارزشیابی درس:
مدت زمان: ۱۵ دقیقه	★ سؤال شفاهی از دانشجویان

روش‌ها و زمان سنجش و ارزشیابی دانشجو

ساعت	تاریخ	نمره	روش
	هر جلسه	۱ نمره	بحث گروهی و مشارکت
	هر جلسه	۱ نمره	حضور منظم در کلاس و آزمایشگاه
	با توافق با دانشجویان	۵ نمره	ارائه لکچر و امتحان میان ترم
	بر اساس برنامه آموزشی	۱۳ نمره	امتحان پایان ترم

مقررات درس و انتظارات از دانشجویان:

از دانشجویان انتظار می‌رود قبل از هر جلسه از کلاس مطالعه داشته، تمرینات مطرح و ارائه شده را درک نموده و انجام دهند.

منابع و مواد آموزشی مورد استفاده:

۱. ویتر، بی ادوارد، جوترا، آندرو ام. ادیسون آرس ریچارد، بروهی، پائول دیکینو و مرستام ارم (۲۰۰۷): راهنمایی آزمون فیزیولوژی فعالیت ورزشی و ورزش: ترجمه: عباسعلی گائینی و احمد آزاد (زیر چاپ): چاپ اول: سازمان سمت: تهران.
۲. زن ام آدامز (۲۰۰۲): راهنمای آزمایشگاه فیزیولوژی ورزشی: ترجمه: فرهاد رحمانی نیا، حمید رحیمی، عباسعلی گائینی و حسین مجتهدی: چاپ اول: انتشارات عصر انتظار: تهران
3. Roger eston, routiedge (2009). Kinanthropometry and exercise physiology labrotory manual testes.third edition
4. ACSM's Guidelines for Exercise Testing and Prescription. American College of Sports Medicine. Latest Edition.
5. ACSM's certification review. American College of Sports Medicine. Latest Edition.
۶. نادر شوندی، محمد پرستش. آزمایشگاه فیزیولوژی ورزش (۱)، دانشگاه اراک