

- عنوان درس: فیزیولوژی ورزش

تعداد واحد: 1 واحد (عملی)

- هماهنگ کننده: دکتر محسن ثالثی

- گروه مدرسین: دکتر محسن ثالثی

- پیش نیاز: ندارد

- اهمیت این درس را در یک پاراگراف توضیح دهید:

فیزیولوژی ورزش که از مهم ترین مباحث علمی در تربیت بدنی است حاصل تلفیق علم

فیزیولوژی و ورزش است و تغییرات فیزیولوژیکی بدن در هنگام فعالیت های بدنی را

بررسی و به طور کلی در مورد فیزیولوژی بدن انسان در هنگام ورزش و تحرکات بدنی

سخن می گوید. آگاهی از ضرورت فعالیت بدنی، نگرش عموم مردم را نسبت به اهمیت طب

پیشگیری و ایجاد برنامه های بهزیستی تغییر داده و می تواند ورزش را در قالب زندگی

روزمره برای حفظ تندرستی بگنجانند و به عنوان یک علم در موارد بیماری و حفظ سلامتی

به افراد جامعه کمک نماید. فیزیولوژی ورزش همواره مبنایی برای طب بالینی بوده است.

دانشجویان فیزیوتراپی ورزش با استفاده از مطالب این درس قادر خواهند بود مددجویان

خود را از لحاظ عملکرد ورزشی ارزیابی و در انجام برنامه های ورزشی تخصصی کمک

نمایند.

راهنمای مطالعاتی دانشجویان (Study guide)

عنوان درس : فیزیولوژی ورزش (واحد عملی)

گروه : کارشناسی ارشد فیزیوتراپی ورزش

تاریخ: 96/9/30

- مراجع:

- Exercise Physiology .john pocari. Cedric braiant F. A. Davis Company, 2015
- *ACSM's guidelines for exercise testing and prescription* (8th ed.). (2010) Philadelphia: Lippincott Williams & Wilkins.
-
- Clinical Exercise Physiology-3rd Edition. Jonathan Ehrman, Paul Gordon, Paul Visich and Steven Keteyian (2013)

ز:

- عدم تمایز بین روش های درمانی فیزیوتراپی با تمرینات ورزشی

- نکات کلیدی در یادگیری بهتر این درس عبارتند از:

انجام کار عملی در زمینه برنامه نویسی ورزشی

- اهداف کلی و میانی:

- آشنایی دانشجویان با اصول کاربردی فیزیولوژی ورزش

- روش تدریس :

آموزش به روش سخنرانی و کار عملی با بهره گیری از وسائل کمک آموزشی (پاورپوینت و ...) انجام میگردد. به منظور اثر بخشی آموزش و نیز انگیزه در دانشجویان ، هر بحث با بیان سوال و بررسی دیدگاهها آغاز میگردد.

• - روش ارزشیابی :

آزمون کتبی
ارائه سمینار