**بسمه تعالی**

**دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی- گروه فیزیولوژی ورزش**

**برنامه هفتگی تدریس درس: فیزیولوژی ورزش بالینی نام استاد آقای: دکتر صادق امانی**

**نیمسال: اول سال تحصیلی: 99-1398**

|  |
| --- |
| **مشخصات درس: فیزیولوژی ورزش بالینی**  **تعداد واحد: 2واحد نظری مقطع: دانشجویان کارشناسی ارشد نوع درس:** |
| **اهداف کلی و جزئی درس:** آشنایی با اثرات کمک درمان و پیشگیرانه تمرینات هوازی و بی هوازی در بیماری­های مختلف  **اهداف جزئی:** آشنایی با طراحی تمرینات هوازی و بی هوازی برای بیماران مختلف  آشنایی با پاتولوژی بیماریهای مختلف و نقش پیشگیرانه فعالیت ورزشی  آشنایی با اثرات مثبت فعالیت ورزشی منظم در کمک به درمان بیماریهای مزمن |
| **روش تدریس و نحوه ارزیابی دانشجو:**  آموزش توسط استاد با اسلاید، شرکت فعال دانشجو در کلاس، ارائه توسط دانشجو  14 نمره امتحان نهایی / 6 نمره شرکت فعال دانشجویان در مباحث کلاسی و ارائه توسط دانشجو |
| **منابع درس**  مقالات مرتبط با فیزیولوژی بالینی  "پیشگیری و درمان بیماری­های مزمن با تمرینات مقاومتی" انتشارات پژوهشگاه تربیت بدنی و علوم ورزشی |
| **موضوعات هر جلسه:**   * **بی تحرکی و اثرات آن** * **فعالیت بدنی و پیشگیری از بیماریهای قلبی عروقی (فشار خون، نارسایی کرونر قلبی، اترواسکلورزیس) 3جلسه** * **فعالیت بدنی و پیشگیری از بیماریهای سوخت و سازی (دیابت و چاقی، حساسیت انسولینی) 3 جلسه** * **فعالیت بدنی و پیشگیری از بیماریهای عصبی (MS، پارکینسون، فیبرومالژیا، آلزایمر، سکته مغزی) 5جلسه** * **فعالیت بدنی و پیشگیری از سرطان** * **فعالیت بدنی و پیشگیری از بیماری های خود ایمنی** * **فعالیت بدنی و پیشگیری از بیماریهای کلیوی** * **فعالیت بدنی و پیشگیری از پوکی استخوان** |

**امضا استاد**

**دکتر صادق امانی**