|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **دانشگاه خوارزمی،گروه بیومکانیک و حرکات اصلاحی**  **نام درس: مقدمات بیومکانیک ورزش**  **استاد درس: مهدی خالقی ( Mehdikhaleghi60@yahoo.com)**  **تاریخ: نیمسال اول 99-98** | | | | |
| **تعداد واحد** : 2 | **نوع درس**: پایه | **نوع واحد: تئوری** | **کارشناسی** | |
| **اهداف: آشنایی با مفاهیم و کاربرد کینماتیک و کینتیک در تحلیل حرکات انسان** | | | | |
| **عنوان** | | | | **جلسه** |
| **تعریف بیومکانیک، شاخه های آن و کاربرد آن در ورزش** | | | | **اول** |
| **انواع حرکت، تقسیم بندی شاخه های بیومکانیک** | | | | **دوم** |
| **کینماتیک خطی: مفاهیم تئوری و کاربرد در تحلیل حرکات انسان و ورزش** | | | | **سوم** |
| **کینماتیک خطی: مفاهیم تئوری و کاربرد در تحلیل حرکات انسان و ورزش** | | | | **چهارم** |
| **تحلیل راه رفتن انسان: از جنبه کینماتیک خطی** | | | | **پنجم** |
| **کینماتیک زاویه ای: مفاهیم تئوری و کاربرد در تحلیل حرکات انسان و ورزش** | | | | **ششم** |
| **کینماتیک زاویه ای: مفاهیم تئوری و کاربرد در تحلیل حرکات انسان و ورزش** | | | | **هفتم** |
| **تحلیل راه رفتن انسان: از جنبه کینماتیک زاویه ای** | | | | **هشتم** |
| **کینتیک خطی: مفاهیم تئوری و کاربرد در تحلیل حرکات انسان و ورزش** | | | | **نهم** |
| **کینتیک خطی: مفاهیم تئوری و کاربرد در تحلیل حرکات انسان و ورزش** | | | | **دهم** |
| **کینتیک زاویه ای: مفاهیم تئوری و کاربرد در تحلیل حرکات انسان و ورزش** | | | | **یازدهم** |
| **کینتیک زاویه ای: مفاهیم تئوری و کاربرد در تحلیل حرکات انسان و ورزش** | | | | **دوازدهم** |
| **تحلیل راه رفتن انسان از جنبه کینتیکی** | | | | **سیزدهم** |
| **تحلیل بیومکانیکی مهارتهای دویدن، پرش ها و فرودها** | | | | **چهاردهم** |
| **تعادل: مفاهیم تئوری و کاربرد آن در ورزش** | | | | **پانزدهم** |
| **تعادل: مفاهیم تئوری و کاربرد آن در ورزش** | | | | **شانزدهم** |

**منابع :**

**بیومکانیک ورزشی: اصول بهبود حرکات انسان، ترجمه: سعید ایل بیگی، علیرضا نصیرزاده، بهناز محبی، حامد ارغوانی**

**Bimechanical basis of human movement: Hamill**

**ارزشیابی: تکالیف کلاسی در طول ترم 4 نمره، امتحان تئوری پایان ترم 16 نمره**