**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 مختلفآشنایی با پاتولوژی بیماریهای مختلف و نقش پیشگیرانه فعالیت ورزشیآشنایی 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 دانشجو14 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**