**بسمه تعالی**

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

**برنامه هفتگی تدریس درس: فیزیولوژی ورزشی پیشرفته نام استاد آقای: دکتر حمید رجبی-دکتر ندا خالدی**

**نیمسال: اول سال تحصیلی: 99-1398**

|  |
| --- |
| **مشخصات درس: فیزیولوژی ورزشی پیشرفته** **تعداد واحد: 2واحد نظری مقطع: دانشجویان دکتری نوع درس: نظری-تحلیلی** |
| **اهداف کلی و جزئی درس:** معرفی رویکردهای دانشی در فیزیولوژی ورزشی**اهداف جزئی: 1-رویکردهای نوین در سازگاری های فیزیولوژیکی****2-بیماری های مزمن و سازگاری های سلولی و مولکولی ورزش** |
| **روش تدریس و نحوه ارزیابی دانشجو:**بحث و گفتگو در موضوعات روز فیزیولوژی ورزشی و رویکردهای دانشیارزیابی:15 نمره امتحان نهایی / 5نمره فعالیت دانشجویان در پروژه های کلاسی |
| **منابع درس**فیزیولوژی ورزشی پیشرفته ،انتشارات سمت=مقالات مربوطه |
| **موضوعات هر جلسه:*** **رویکردهای فیزیولوژیکی در سازگاری های ورزشی**
* **مبانی و مفاهیم خستگی در ورزش**
* **روش های نوین تمرینی در سازگاری های ورزشی**
* **EMSو سازگاری های ورزشی**
* **سازگاری های عصبی عضلانی کاربردی در ورزش**
* **رویکردهای فیزیولوژیکی در نقش درمانی و تندرستی ورزش**
* **بیماری های مزمن،ورزش و سازگاری های سلولی و مولکولی بافت عضلانی**
* **بیماری های مزمن،ورزش و سازگاری های سلولی و مولکولی بافت عروقی**
* **بیماری های مزمن،ورزش و سازگاری های سلولی و مولکولی بافت عصبی**
* **بیماری های مزمن،ورزش و سازگاری های سلولی و مولکولی بافت قلبی**
* **مطالعات کینسیوژنومیک**
 |