

فرم شماره: ۱ (دو صفحه)



"فرم تعریف دوره‌های آموزشی"

مرکز آموزش و پژوهش

عنوان دوره: کارگاه آموزشی ملاحظات تغذیه ای و مکمل ها در رشته های ورزشی قدرتی، سرعتی و توانی

چندمین دوره: دومین دوره در سال ۱۴۰۱

هدف دوره: ارتقای دانش، آگاهی و عملکرد ورزشکاران نخبه تیم های ملی و کادر فنی آن ها و فدراسیون های ورزشی منتخب

در خصوص تغذیه ورزشی

تعداد ساعات آموزشی: ۵... ساعت از ۹... تا ۱۴... روز و تاریخ برگزاری: سه شنبه ۳۱ خرداد ۱۴۰۱..

نحوه ارائه: عملی نظری حضوری غیر حضوری

سطح دوره: یک دو سه پیشرفته مبانی توجیهی بین المللی غیره

سرفصل ها:

- ۱- تغذیه قبل حین و پس از فعالیت های ورزشی قدرتی، سرعتی و توان.
- ۲- نوشیدنی های ورزشی و انرژی زا در فعالیت های ورزشی قدرتی، سرعتی و توان
- ۳- تغذیه زنان ورزشکار در فعالیت های ورزشی قدرتی، سرعتی و توان
- ۴- ترکیب بدنی و کنترل وزن در فعالیت های ورزشی قدرتی، سرعتی و توان
- ۵- سفرهای ورزشی در ورزشکاران قدرتی، سرعتی و توان

مکان برگزاری دوره های حضوری: تئوری/عملی آکادمی ملی المپیک

مبلغ ثبت نام: سه میلیون ریال

شرایط شرکت کنندگان/ مخاطبین (موقعیت، آخرین مدرک تحصیلی، سن، رشته تحصیلی، شغل، ...): کارشناسان تغذیه و تربیت بدنی

ارزشیابی دوره: دارد ندارد آزمون نهایی: دارد ندارد گواهینامه: دارد ندارد

حداکثر تعداد شرکت کنندگان: حضوری ... ۴۰ نفر حداقل تعداد شرکت کنندگان: حضوری ۱۰ نفر

مدیر پیشنهادی دوره:

شغل	آخرین مدرک تحصیلی	نام و نام خانوادگی
مشاور تغذیه و رژیم درمانی	دکتری	هادی عطارد

مدرسین / سخنرانان پیشنهادی دوره:

عنوان سخنرانی	ساعت سخنرانی	شغل در حال حاضر	آخرین مدرک تحصیلی	نام و نام خانوادگی
تغذیه قبل حین و پس از فعالیت های ورزشی قدرتی، سرعتی و توان	۱	مشاور تغذیه و رژیم درمانی	دکتری	هادی عطارد
نوشتنی های ورزشی و انرژی زا در فعالیت های ورزشی قدرتی، سرعتی و توان	۲	مشاور تغذیه و رژیم	دکتری	محمد صمدی

ترکیب بدنی و کنترل وزن در فعالیت های ورزشی قدرتی، سرعتی و توان		درمانی		
	۲	مشاور تغذیه و رژیم درمانی	کارشناسی ارشد	شهزاد محمدیان

کارشناسان همکار مرکز: سپیده خوشبختی

فهرست منابع آموزشی پیشنهادی دوره: (جهت مطالعه شرکت کننده ها و درج در وب سایت آکادمی)

ردیف	نام کتاب	نویسنده / مترجم	انتشارات
۱	Clinical Sport Nutrition	Lueise burke	آئیژ
۲	رویکرد نوین در تغذیه ورزشی	دکتر رحیمی - دکتر عطارد	آثار ماندگار
۳	مکمل ها و ورزشکاران	دکتر عطارد	حتمی

نام و امضاء مدیر مرکز درخواست کننده: دکتر سید شمس الدین تقوی

تاریخ: ۱۰ خرداد ۱۴۰۱