



آکادمی ملی المپیک و پارالمپیک  
جمهوری اسلامی ایران  
N.O.P.A.I.R.IRAN

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 تیمی

چندمین دوره: سومین 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. مدت زمان برگزاری: نیم روز.. ساعت، از ..... ۸ تا ..... ۱۳. روز و تاریخ برگزاری: ..... دوشنبه ۱۳ تیرماه ۱۴۰۱..

نحوه ارائه: عملی  نظری  حضور  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 تیمی.
  - ۲- نوشیدنی های ورزشی و انرژی زا در فعالیت های ورزشی تیمی
  - ۳- تغذیه زنان ورزشکار در فعالیت های ورزشی تیمی
  - ۴- ترکیب بدنی و کنترل وزن در فعالیت های ورزشی تیمی
  - ۵- سفرهای ورزشی در ورزشکاران تیمی
- وسایل آموزشی مورد نیاز: ..... پروژکتور-لپ تاب- ماژیک- وایت بورد

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

مبلغ پیشنهادی برای پرداخت شرکت کننده ها: ..... 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: ۴۰ حداقل تعداد شرکت کنندگان: حضوری/غیرحضوری ..... ۱۰.....

مدیر پیشنهادی دوره:

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

نام و نام خانوادگی	آخرین مدرک تحصیلی	شغل در حال حاضر	ساعت سخنرانی	عنوان سخنرانی
هادی عطارد	دکتری	مشاور تغذیه و رژیم درمانی	۱	-تغذیه قبل حین و پس از فعالیت های ورزشی تیمی
محمد صمدی	دکتری	مشاور تغذیه و رژیم درمانی	۲	-نوشیدنی های ورزشی و انرژی زا در فعالیت های ورزشی تیمی -ترکیب بدنی و کنترل وزن در فعالیت های ورزشی تیمی
شهزاد محمدیان	کارشناسی ارشد	مشاور تغذیه و رژیم درمانی	۲	-تغذیه زنان ورزشکار در فعالیت های ورزشی تیمی - سفرهای ورزشی در ورزشکاران تیمی

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: ۲۱ خرداد ۱۴۰۱

مقتضی است یک نسخه از جزوه/پاورپوینت آموزشی (Power point) قابل ارائه در دوره قبل از آغاز دوره تحویل مرکز آموزش گردد.