



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: ... فیزیولوژی کاربردی چندمین دوره: اولین دوره

هدف دوره: آشنایی مربیان با فیزیولوژی کاربردی مختص فاکتور های تمرینی و اصطلاحات و تکنیک های جدید تمرینی.

تعداد ساعات آموزشی: ۸ ساعت مدت زمان برگزاری: .. از ۹... تا ۱۷... روز و تاریخ برگزاری: ۱۴ تیرماه ۱۴۰۱.

نحوه ارائه: عملی نظری حضوری غیر حضوری

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

سرفصل ها:

۱- فیزیولوژی تمرینات انفجاری

۲- فیزیولوژی تمرینات HIIT و HIT...

۲- فیزیولوژی تمرینات HIRT و HIFT.

۳- فیزیولوژی تمرینات برگشت به حالت اولیه و ریکاوری

۴- بررسی جدیدترین مقالات در حیطه فیزیولوژی کاربردی

وسایل آموزشی مورد نیاز: ... کلاس درس، ویدئو پروژکتور خودکار و دفتر یادداشت و پوشه

پذیرایی: میان وعده و ناهار

مکان برگزاری دوره های حضوری: (تئوری/عملی): آکادمی المپیک

مبلغ پیشنهادی برای پرداخت شرکت کننده ها: ... ۳/۰۰۰/۰۰۰ .. ریال

شرایط شرکت کنندگان / مخاطبین (موقعیت، آخرین مدرک تحصیلی، سن، رشته تحصیلی، شغل، ...): ... حداقل لیسانس تربیت بدنی و علوم ورزشی -

افراد معرفی شده از فدراسیون های المپیک

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

حداکثر تعداد شرکت کنندگان: حضوری/غیر حضوری ۳۵ نفر. حداقل تعداد شرکت کنندگان: حضوری/غیر حضوری ۱۵ نفر

مدیر پیشنهادی دوره:

نام و نام خانوادگی	آخرین مدرک تحصیلی	شغل
دانیال تیماجی	کارشناسی ارشد	مسئول بخش فیزیولوژی

مدرسین / سخنرانان پیشنهادی دوره:

نام و نام خانوادگی	آخرین مدرک تحصیلی	شغل در حال حاضر	ساعت سخنرانی	عنوان سخنرانی
مرتضی بهرامی نژاد	دکتری	کارشناس اکادمی	۲ ساعت	فیزیولوژی تمرینات برگشت به حالت اولیه و ریکاوری
دانیال تیماجی	کارشناسی ارشد	کارشناس اکادمی	۲ ساعت	بررسی مقالات پیشرفته
نعیما خواجوی	دکتری	مدرس دانشگاه	۲ ساعت	فیزیولوژی تمرینات انفجاری
پژمان معتمدی	دکتری	مدرس دانشگاه	۲ ساعت	HIIT-HIFT-HIT-HIRT

کارشناسان همکار مرکز: نرگس کاظمی آشتیانی

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

ردیف	نام کتاب	نویسنده / مترجم	انتشارات
۱			
۲			
۳			
۴			
۵			

نام و امضاء مدیر مرکز درخواست کننده:
تاریخ:

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