



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: **return to sport** ( بازگشت به تمرین ) چندمین دوره: دومین دوره

هدف دوره: آموزش و ارتقاء مربیان ملی و باشگاهی در جهت بازتوانی تمرینی ورزشکاران آسیب دیده

تعداد ساعات آموزشی: ۸ ساعت از ۹ تا ۱۷ روز و تاریخ برگزاری: ۱۴۰۱/۴/۲۵

نحوه ارائه: عملی  نظری  حضوری  غیر حضوری

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

سرفصل ها:

۱- تستها و غربالگری های پس از آسیب و بازگشت به تمرین

۲- اصول بازتوانی و بازگشت به ورزش

۳- ملاحظات روانشناختی بازگشت از آسیبهای ورزشی

۴- اصول طراحی تمرینات پس از آسیب(قدرتی-سرعتی-پلایو متریک-ثبات و پایداری)

وسایل آموزشی مورد نیاز: لب تاب

مکان برگزاری دوره های حضوری: آکادمی ملی المپیک

مبلغ پیشنهادی برای پرداخت شرکت کننده‌ها: بدون نهار ۳۰۰۰۰۰۰ ریال و با نهار ۴۰۰۰۰۰۰ ریال (جدول پیشنهادی مبالغ ارسال می گردد)

شرایط شرکت کنندگان / مخاطبین (موقعیت، آخرین مدرک تحصیلی، سن، رشته تحصیلی، شغل، ...): آزاد

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

**دارای ۱۰ امتیاز بازآموزی**

حداکثر تعداد شرکت کنندگان: ۳۰ نفر حداقل تعداد شرکت کنندگان: ۱۵ نفر

مدیر پیشنهادی دوره: ناصر پیروودی زاده

مدرسین / سخنرانان پیشنهادی دوره:

عنوان سخنرانی	شغل در حال حاضر	آخرین مدرک تحصیلی	نام و نام خانوادگی
اصول بازتوانی و بازگشت به ورزش	رئیس فیزیوتراپی مرکز ملی فوتبال	دکترای فیزیوتراپی	دکتر علیرضا شهاب
اصول طراحی تمرینات پس از آسیب (قدرتی-سرعتی-پلایو متریک-ثبات و پایداری)	معاون دانشگاه آزاد واحد جنوب	دکترای آسیب شناسی	دکتر حمید طباطبایی
ملاحظات روانشناختی بازگشت از آسیبهای ورزشی	مدرس آکادمی ملی المپیک و روانشناس تیم ملی کاراته	دانشجوی دکترای روانشناسی ورزشی	مجدالدین مستعان
تستها و غربالگری های پس از آسیب و بازگشت به تمرین	مدرس دانشگاه و مربی و محقق غربالگری فانگشنال	دانشجوی دکترای آسیب شناسی	آقای امین شفیق پور

کارشناسان همکار مرکز: خانم فرشته خان بابایی

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

انتشارات	نویسنده / مترجم	نام کتاب	ردیف
		جزوات و پاور پوینت های اساتید	۱
			۲

نام و امضاء مدیر مرکز درخواست کننده:

تاریخ:

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