

دروس هم‌نیاز:	دروس پیش‌نیاز: فیزیولوژی ورزشی، حرکات اصلاحی، یادگیری حرکتی، مقدمات بیومکانیک ورزشی	نوع واحد		تعداد واحد: ۲
		<input checked="" type="checkbox"/> انتخابی	<input type="checkbox"/> تخصصی	تعداد ساعت: ۴۸
		<input checked="" type="checkbox"/> عملی	<input checked="" type="checkbox"/> نظری	
		<input type="checkbox"/> ندارد		آموزش تکمیلی عملی: دارد <input checked="" type="checkbox"/>
		<input type="checkbox"/> کارگاه	<input type="checkbox"/> سمینار	سفر علمی <input type="checkbox"/> آزمایشگاه <input checked="" type="checkbox"/>

ب) هدف کلی:

مطالعه آزمون‌های ساده آزمایشگاهی در سنجش توانایی‌های جسمانی، فیزیولوژیکی، ادراکی- حرکتی قامتی و بیومکانیکی

اهداف ویژه:

- آشنایی دانشجویان با ملاحظات ایمنی در آزمایشگاه‌های علوم ورزشی
- آشنایی دانشجویان با آزمون‌های میدانی و آزمایشگاهی سنجش عملکرد و مهارت

پ) سرفصل:

- ۱- اهداف، اهمیت و قوانین آزمایشگاه‌های ورزشی
- ۲- آزمون‌های ساده دینامومتری (قدرت پویا و ایستا)
- ۳- آزمون‌های ساده توان افقی و عمودی
- ۴- آزمون‌های ساده برآورد توان هوازی روی پله، چرخ کارسج و نوارگردان
- ۵- اندازه‌گیری ضربان قلب، فشار خون و حجم‌های ریوی استراحتی و پس از فعالیت ورزشی
- ۶- اندازه‌گیری دامنه حرکتی
- ۷- روش‌های تعیین ترکیب بدن از طریق اندازه‌گیری دورها و جریب زیر پوستی
- ۸- روش‌های ساده اندازه‌گیری تعادل ایستا و پویا
- ۹- روش‌های ساده در اندازه‌گیری توانایی‌های ادراکی- حرکتی (هماهنگی چند عضوی، زمان واکنش ساده و انتخابی، هدف‌گیری و...)
- ۱۰- روش‌های ساده در ارزیابی هم‌راستایی و ناهنجاری‌های قامت روش‌های ساده در ارزیابی توزیع فشار در کف پاها

ت) روش یاددهی - یادگیری متناسب با محتوا و هدف:

ث) روش ارزشیابی:

فعالیت‌های کلاسی در طول ترم

آزمون عملی

آزمون پایان ترم

ج) ملزومات، تجهیزات و امکانات مورد نیاز برای ارائه:

چ) فهرست منابع:

- ۱- استون، راجر، رابلی، توماس (۱۳۹۲). راهنمای آزمایشگاه بیکرسنجی حرکتی و فیزیولوژی ورزشی، جلد ۱ و ۲، ترجمه: میناسیان، وازگن، علی نژاد، محمد، انتشارات پژوهشگاه تربیت بدنی و علوم ورزشی، چاپ اول، تهران.
- ۲- آدامز، ام، زن (۲۰۰۶). راهنمای آزمایشگاه فیزیولوژی ورزشی، ترجمه: رحمانی نیا، فرهاد، رجیبی، حمید، گایینی، عباسعلی، مجتهدی، حسین (۱۳۸۹). انتشارات عصر انتظار، چاپ اول، تهران.
- ۳- صمدی، هادی، رجیبی، رضا (۱۳۸۸). راهنمای آزمایشگاه حرکت اصلاحی برای دانشجویان تحصیلات تکمیلی، انتشارات دانشگاه تهران، چاپ اول، تهران.
- ۴- سلمان، زهرا، عرب، مجید (۱۳۹۴). آزمایشگاه رفتار حرکتی و روانشناختی، انتشارات علوم ورزشی.

