

الف) عنوان درس به فارسی: فیزیولوژی ورزشی
 عنوان درس به انگلیسی: Exercise Physiology

دروس هم‌نیاز:	دروس پیش‌نیاز: فیزیولوژی انسان	نوع واحد		تعداد واحد: ۲
		<input type="checkbox"/> انتخابی	<input checked="" type="checkbox"/> تخصصی	تعداد ساعت: ۳۲
		<input type="checkbox"/> عملی	<input checked="" type="checkbox"/> نظری	
آموزش تکمیلی عملی: دارد <input type="checkbox"/> ندارد <input checked="" type="checkbox"/>				
سفر علمی <input type="checkbox"/> آزمایشگاه <input type="checkbox"/> سمینار <input type="checkbox"/> کارگاه <input type="checkbox"/>				

ب) هدف کلی:

گسترش دانش رفتار دستگاه های بدن در پاسخ به فعالیت بدنی و ورزشی

اهداف ویژه:

- آشنایی دانشجویان با پاسخ‌های حاد و مزمن دستگاه‌های بدن به فعالیت بدنی و ورزشی
- آشنایی دانشجویان با تاثیرات فعالیت‌های ورزشی مختلف بر دستگاه‌های بدن

پ) سرفصل:

۱. تاریخچه، اهمیت و مفاهیم فیزیولوژی ورزش و فعالیت بدنی
۲. پاسخ و سازگاری ساختاری عضلات اسکلتی به ورزش و فعالیت مقاومتی
۳. پاسخ و سازگاری سوخت و سازی عضله به ورزش و فعالیت هوازی
۴. پاسخ و سازگاری سوخت و سازی عضله به ورزش و فعالیت بی هوازی
۵. پاسخ و سازگاری کنترل هورمونی عملکرد عضلاتی به ورزش و فعالیت بدنی
۶. پاسخ و سازگاری کنترل عصبی عملکرد عضلاتی به ورزش و فعالیت بدنی
۷. پاسخ و سازگاری عملکرد قلبی عروقی به ورزش و فعالیت بدنی
۸. پاسخ و سازگاری عملکرد تنفسی به ورزش و فعالیت بدنی
۹. پاسخ و سازگاری فیزیولوژیکی در فعالیت های ورزشی در آب و هوای گرم



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

ث) روش ارزشیابی:

فعالیت‌های کلاسی در طول ترم

آزمون پایان ترم

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

چ) فهرست منابع:

۱. رابرتز، آ. رابرت و رابرتس، ا. اسکات (۲۰۰۰). اصول بنیادی فیزیولوژی ورزشی (۱) (انرژی، سازگاری‌ها و عملکرد ورزشی). ترجمه: گایینی، عباسعلی و دبیدی روشن، ولی الله (۱۳۹۴). چاپ دهم، سازمان سمت، تهران.
۲. ویلمور، اچ. جک؛ کاستیل، ال. دیوید؛ کنی، دبلیو. لاری (۲۰۰۸). فیزیولوژی ورزش و فعالیت بدنی. ترجمه: معینی، ضیاء؛ رحمانی نیا، فرهاد؛ رجیبی، حمید؛ آقاعلی نژاد، حمید؛ سلامی، فاطمه (۱۳۹۴). چاپ یازدهم انتشارات مبتکران، جلد اول، تهران.