



به نام ایزدوانا

(کاربرگ طرح درس)

تاریخ به روز رسانی: ۱۳۹۷/۱۱/۲۸

دانشگاه علوم انسانی

نیمسال دوم سال تحصیلی ۹۷-۹۸

نام درس		فارسی: فیزیولوژی ورزش کودکان لاتین: Pediatric Exercise Physiology	
مقطع: کارشناسی ■ کارشناسی ارشد □ دکتری □		تعداد واحد: نظری ۲ واحد پیش نیازها و هم نیازها:	
مدرس/مدرسين: دکتر محسن ابراهیمی		شماره تلفن اتاق: ۳۴۹۴	
پست الکترونیکی: mebrahimi@semnan.ac.ir		منزلگاه اینترنتی: http://mebrahimi.profile.semnan.ac.ir/#home	
برنامه تدریس در هفته و شماره کلاس: یکشنبه ها ساعت ۱۰ تا ۱۲ کلاس ۱۱۴			
اهداف درس: آشنایی دانشجویان با رشد و نمو در کودکان و نحوه تمرین به آنها			
امکانات آموزشی مورد نیاز: ویدئو پروژکتور			
نحوه ارزشیابی	فعالیت های کلاسی و آموزشی	ارزشیابی مستمر (کوئیز)	امتحان میان ترم
درصد نمره	-	-	امتحان پایان ترم
منابع و مآخذ درس		۱۰۰ درصد (معادل ۲۰ نمره)	
• کتاب فیزیولوژی ورزش کودکان نویسنده: نیل آرمسترانگ ترجمه: رحمان سوری و همکاران			

بودجه بندی درس

توضیحات	مبحث	هفته
	رشد و بلوغ در کودکان	اول
	رشد بیولوژیکی در کودکان	دوم
	عملکرد مرتبط با اندازه بدن	سوم
	ظرفیت هوازی در کودکان	چهارم
	تمرین پذیری هوازی در کودکان	پنجم
	عملکرد قلبی - عروقی در کودکان	ششم
	پاسخ قلبی - عروقی به ورزش در کودکان	هفتم
	عملکرد ریوی در کودکان	هشتم
	جذب اکسیژن در کودکان	نهم
	متابولیسم در کودکان	دهم
	توسعه قدرت در کودکان	یازدهم
	درک فشار تمرین در کودکان	دوازدهم
	فعالیت ورزشی با شدت بیشینه	سیزدهم
	اقتصاد حرکت در کودکان	چهاردهم
	اثر عوامل محیط در فیزیولوژی کودکان	پانزدهم
	پرشش و پاسخ و رفع اشکال	شانزدهم