

دوره کاردانی حرفه‌ای تربیت بدنی - مربیگری پایه پرورش اندام

جدول دروس مهارت های مشترک:

ردیف	شماره درس	نام درس	تعداد واحد	ساعت			پیش نیاز	هم نیاز
				نظری	عملی	جمع		
۱		اخلاق حرفه ای	۲	۳۲	-	۳۲	-	-
۲		اصول سرپرستی	۲	۳۲	-	۳۲	-	-
۳		کارآفرینی	۲	۳۲	-	۳۲	-	-
۴		مستندسازی	۲	۳۲	-	۳۲	-	-
جمع			۸	۱۲۸	-	۱۲۸		

جدول دروس پایه:

ردیف	شماره درس	نام درس	تعداد واحد	ساعت			پیش نیاز	هم نیاز
				نظری	عملی	جمع		
۱		جامعه شناسی عمومی	۲	۳۲	-	۳۲	-	
۲		آناتومی انسانی	۲	۳۲	-	۳۲	-	
۳		فیزیولوژی انسانی	۲	۳۲	-	۳۲	-	
۴		روانشناسی عمومی	۲	۳۲	-	۳۲	-	
۵		تغذیه ورزشی	۲	۳۲	-	۳۲	-	
جمع			۱۰	۱۶۰	-	۱۶۰		

جدول دروس اصلی:

ردیف	شماره درس	نام درس	تعداد واحد	ساعت			پیش نیاز	هم نیاز
				نظری	عملی	جمع		
۱		حقوق ورزشی	۲	۳۲	-	۳۲	-	
۲		اصول و مبانی بیمه در ورزش	۲	۳۲	-	۳۲	-	
۳		اصول برگزاری مسابقات ورزشی	۱	۱۶	-	۱۶		
۴		اصول مربیگری	۲	۳۲	-	۳۲	-	
۵		فیزیولوژی ورزشی	۲	۳۲	-	۳۲	فیزیولوژی انسانی	
۶		پزشکی ایرانی	۲	۳۲	-	۳۲	فیزیولوژی انسانی - آناتومی انسانی	
۷		پزشکی ورزشی	۲	۳۲	-	۳۲	فیزیولوژی انسانی - آناتومی انسانی	
۸		کمک های اولیه پزشکی	۱	-	۴۸	۴۸	-	
۹		حرکات ورزشی اصلاحی	۱	-	۴۸	۴۸	-	
جمع			۱۵	۲۰۸	۹۶	۳۰۴		



دوره کاردانی حرفه‌ای تربیت بدنی - مربیگری پایه پرورش اندام

جدول دروس تخصصی:

ردیف	شماره درس	نام درس	تعداد واحد	ساعت			پیش نیاز	هم نیاز
				نظری	عملی	جمع		
۱		اصول و مبانی پرورش اندام	۲	۳۲	-	۳۲	-	
۲		قوانین و مقررات پرورش اندام	۲	۳۲	-	۳۲	-	
۳		رشد و یادگیری حرکتی	۲	۳۲	-	۳۲	-	
۴		بیومکانیک ورزشی	۲	۳۲	-	۳۲	-	
۵		آزمون های پیکرسنجی	۲	۱۶	۴۸	۶۴	فیزیولوژی انسانی - آناتومی انسانی	
۶		برنامه ریزی تمرین	۲	۳۲	-	۳۲	تغذیه ورزشی - فیزیولوژی ورزشی	
۷		آمادگی جسمانی پرورش اندام	۲	۱۶	۶۴	۸۰	تغذیه ورزشی - فیزیولوژی ورزشی	
۸		مراحل آموزش سیستم های تمرین پایه	۱	-	۶۴	۶۴	اصول و مبانی پرورش اندام - قوانین و مقررات پرورش اندام	
۹		مراحل آموزش سیستم های تمرین پیشرفته	۱	-	۶۴	۶۴	اصول و مبانی پرورش اندام - قوانین و مقررات پرورش اندام	
۱۰		اصول نمایش تخصصی پرورش اندام	۱	-	۶۴	۶۴	اصول و مبانی پرورش اندام - قوانین و مقررات پرورش اندام	
۱۱		آشنایی با مکمل های غذایی و مواد نیروزا (Doping)	۲	۳۲	-	۳۲	اصول و مبانی پرورش اندام - قوانین و مقررات پرورش اندام	
۱۲		آموزش و پرورش اندام برای کودکان و نوجوانان	۲	۱۶	۳۲	۴۸	-	
۱۴		برنامه ریزی تمرین پرورش اندام	۱	-	۶۴	۶۴	اصول و مبانی پرورش اندام - قوانین و مقررات پرورش اندام	
۱۵		مهارت های تخصصی پرورش اندام	۱	-	۶۴	۶۴	اصول و مبانی پرورش اندام - قوانین و مقررات پرورش اندام	
جمع			۲۳	۲۴۰	۴۶۴	۷۰۴		

جدول دروس آموزش در محیط کار:

ردیف	نام دوره	تعداد واحد		زمان اجرا
		واحد	ساعت	
۱	کاربینی (بازدید)	۱	۳۲	ابتدای دوره (از ثبت نام دانشجو تا پیش از پایان نیمسال اول)
۲	کارورزی ۱	۲	۲۴۰	پایان نیمسال دوم
۳	کارورزی ۲	۲	۲۴۰	پایان دوره

