



دانشکده علوم ورزشی دانشگاه رازی
مهر ماه ۱۴۰۵

معرفی رشته تربیت بدنی و علوم ورزشی

ویژه دانشجویان نوورود

از علاقه به ورزش تا تبدیل شدن به یک متخصص علوم ورزشی

دکتر وریا طهماسبی
معاونت پژوهشی و اجرایی و مدیر گروه فیزیولوژی ورزشی

به دانشکده علوم ورزشی دانشگاه رازی خوش آمدید



• ورود شما آغاز یک مسیر علمی،
حرفه‌ای و انسانی است.

• در این دانشکده، ورزش را از نگاه
علمی، پژوهشی و کاربردی می‌شناسید.

• هدف ما تربیت متخصصانی توانمند
برای آینده ورزش و سلامت جامعه
است.

علوم ورزشی چیست؟

• مطالعه علمی حرکت انسان،
فعالیت بدنی، ورزش، سلامت و
عملکرد ورزشی

• ترکیبی از علوم پایه، دانش
تخصصی، مهارت عملی و پژوهش

• ارتباط نزدیک با فیزیولوژی،
پزشکی، روان‌شناسی، مدیریت،
آموزش و فناوری



آیا علوم ورزشی فقط ورزش کردن است؟

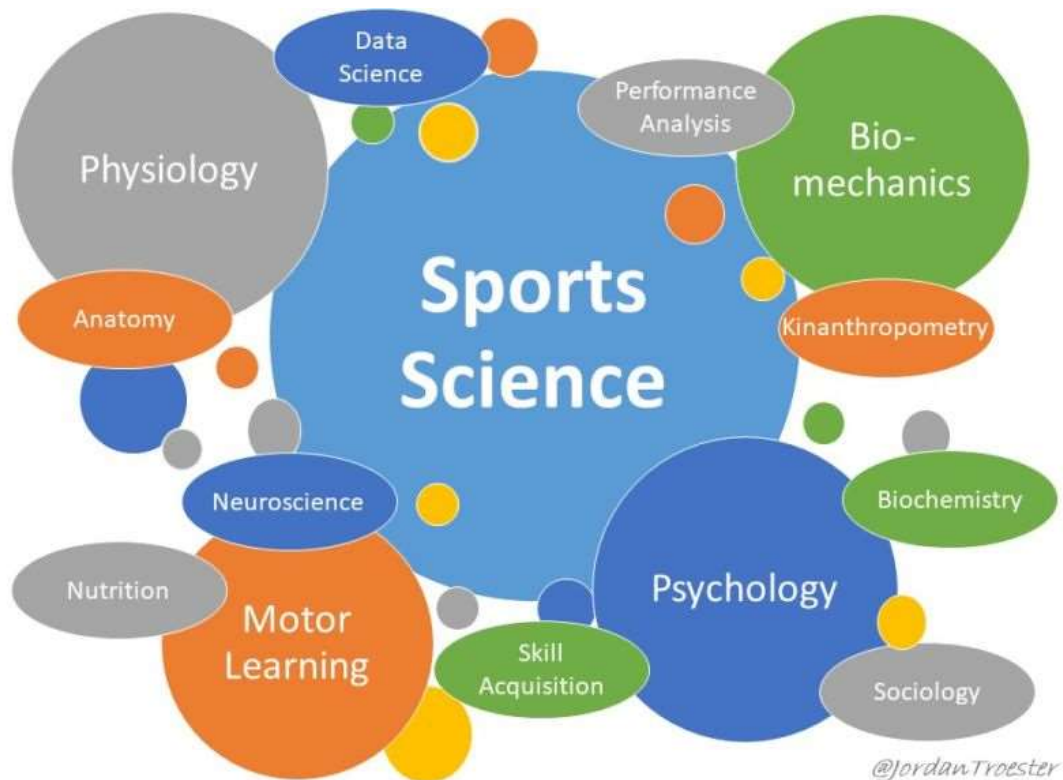
• خیر؛ علوم ورزشی یک حوزه علمی و میان‌رشته‌ای است.

• ورزشکار بودن مزیت است، اما شرط موفقیت نیست.

• دانشجو باید علاوه بر مهارت عملی، دانش علمی و توانایی پژوهش کسب کند.

• مسیرهای آینده می‌تواند شامل آموزش، مربیگری، پژوهش، مدیریت و کارآفرینی باشد.

دکتر وریه اناناسی معاونت پژوهشی و اجرایی



Gleason et al., 2023 – Defining the Sports Scientist: Common Specialties and Subspecialties

@JordanTroester

در دوره کارشناسی چه می‌آموزیم؟

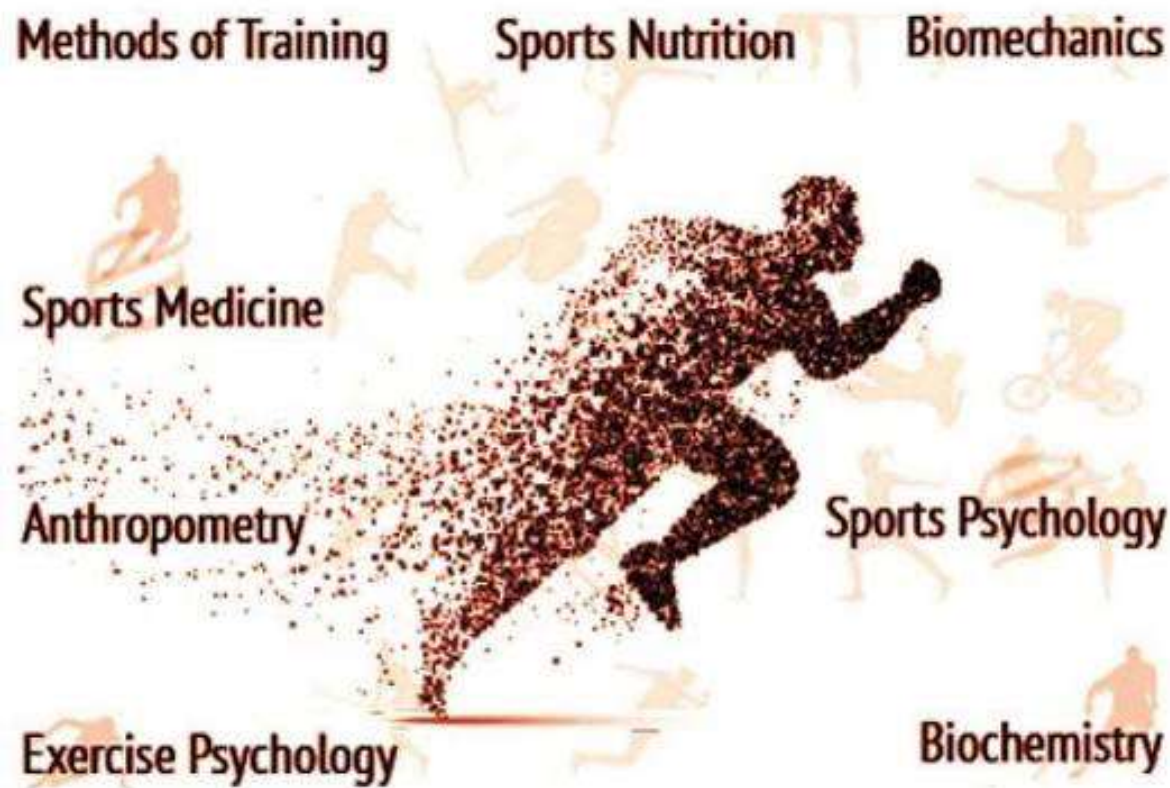
- آناتومی و فیزیولوژی انسان و فیزیولوژی ورزشی
- یادگیری، کنترل و رشد حرکتی
- روان‌شناسی ورزشی و جامعه‌شناسی ورزش
- سنجش و اندازه‌گیری و روش تحقیق
- آمادگی جسمانی، تغذیه و ورزش
- آسیب‌شناسی، حرکات اصلاحی و مدیریت ورزشی
- مهارت‌های عملی رشته‌های مختلف ورزشی



مسیرهای تخصصی در علوم ورزشی

- فیزیولوژی ورزشی
- رفتار و یادگیری حرکتی
- آسیب‌شناسی ورزشی و حرکات اصلاحی
- بیومکانیک و تحلیل حرکت
- روان‌شناسی ورزشی
- مدیریت و بازاریابی ورزشی
- ورزش همگانی و تندرستی

دکتر وریا طهماسبی | معاونت پژوهشی و اجرایی



فیزیولوژی ورزشی؛ از ورزش تا علم

- ارزیابی عملکرد قلبی-عروقی و تنفسی
- سنجش آمادگی جسمانی و پاسخ بدن به تمرین
- اندازه گیری ترکیب بدن و شاخص های فیزیولوژیک
- کاربرد در ورزش قهرمانی، سلامت و پژوهش



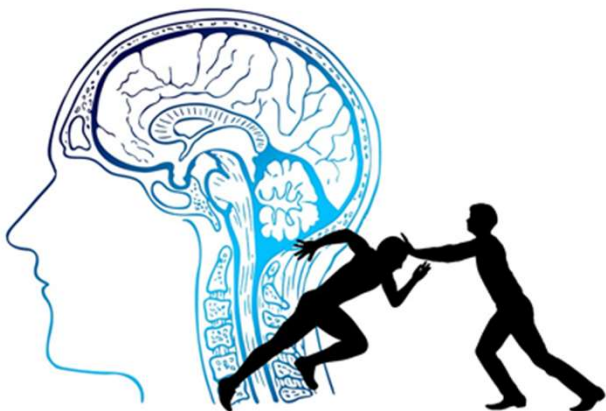
آسیب شناسی، حرکات اصلاحی و بیومکانیک

- ارزیابی وضعیت بدنی و ناهنجاری های حرکتی
- بررسی تعادل، دامنه حرکتی و عملکرد عضلات
- پیشگیری از آسیب و کمک به بازگشت ایمن به فعالیت
- تحلیل علمی حرکت با استفاده از ابزارهای تخصصی



روانشناسی، رفتار حرکتی و مدیریت ورزشی

- ❑ انگیزش، تمرکز و آمادگی روانی ورزشکار
- ❑ یادگیری و کنترل مهارت‌های حرکتی
- ❑ مدیریت سازمان‌ها، رویدادها و مجموعه‌های ورزشی
- ❑ بازاریابی، کارآفرینی و توسعه کسب‌وکارهای ورزشی

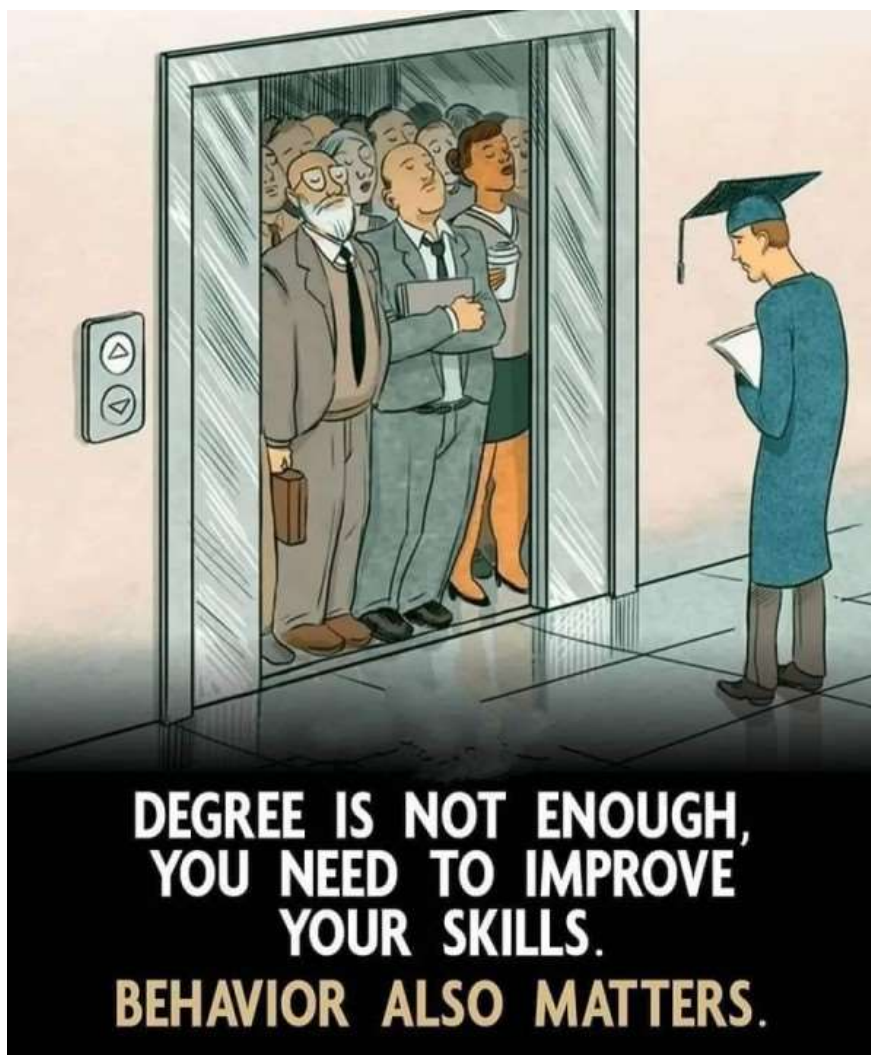


فرصت‌های شغلی و حرفه‌ای

- ☐ معلم تربیت بدنی و مربی ورزشی
- ☐ مربی آمادگی جسمانی و بدنسازی
- ☐ پژوهشگر و فعالیت دانشگاهی
- ☐ فعالیت در باشگاه‌ها، فدراسیون‌ها و سازمان‌های ورزشی
- ☐ مدیریت مجموعه‌های ورزشی
- ☐ استعدادیابی و ورزش قهرمانی
- ☐ کارآفرینی و کسب‌وکارهای ورزشی

CAREERS IN SPORTS





مدرک کافی نیست؛ مهارت بسازید

• مطالعه و استفاده از منابع علمی معتبر

• زبان انگلیسی و توانایی خواندن مقاله

• مهارت عملی و تجربه حرفه‌ای

• روش تحقیق، تحلیل داده و نرم‌افزارهای تخصصی

• مهارت ارتباطی، ارائه و کار تیمی

• اخلاق حرفه‌ای و مسئولیت‌پذیری

THE FUTURE OF SPORTS



BEYOND LIMITS Science, Innovation, and Athletic Excellence



فناوری و آینده علوم ورزشی

• پوشیدنی‌ها و پایش فعالیت بدنی

• تحلیل داده و نرم‌افزارهای آماری

• سنجش ترکیب بدن و عملکرد ورزشی

• تحلیل حرکت و فناوری‌های بیومکانیکی

• هوش مصنوعی و خدمات سلامت و ورزش دیجیتال

دکتر وریا طهماسبی | معاونت پژوهشی و اجرایی

از ترم اول چه کار کنیم؟



- سال اول: مبانی علمی، مطالعه منظم و زبان انگلیسی
- سال دوم: شناخت حوزه‌های تخصصی و انتخاب علاقه
- سال سوم: مهارت حرفه‌ای، پژوهش و تجربه عملی
- سال چهارم: تکمیل رزومه، پژوهش و برنامه‌ریزی شغلی یا تحصیلی

همه یک مسیر را طی نمی کنند

- ممکن است معلم شوید.
- ممکن است پژوهشگر و استاد دانشگاه شوید.
- ممکن است مربی یا متخصص عملکرد شوید.
- ممکن است مدیر یا کارآفرین ورزشی شوید.
- مهم این است که مسیر خود را زودتر بشناسید و برای متخصص شدن در آن برنامه داشته باشید.



سخن پایانی



• دانشگاه فقط محل گرفتن مدرک نیست؛ فرصتی برای ساختن شخصیت علمی و حرفه‌ای شماست.

• در پایان دوره تلاش کنید دانش تخصصی، مهارت عملی، توانایی پژوهش و نگاه حرفه‌ای داشته باشید.

• به خانواده علوم ورزشی دانشگاه رازی خوش آمدید.