دانشکدۀ علوم انسانی رشتۀ علوم ورزشی گرایش: رفتار حرکتی مقطع: کارشناسی

نام درس: متون تخصصی علوم ورزشی تعداد واحد عملی: 2 نام استاد: ولی اله کاشانی

هدف درس: افزایش دایرۀ لغت و درک مطلب در متون تخصصی علوم ورزشی [Vkashani@semnan.ac.ir](mailto:Vkashani@semnan.ac.ir)

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| شمارۀ هفته | تعداد ساعت | موضوع درس |  | تاریخ |
| هفته اول | 2 | آموزش و روخوانی، ترجمه و تلفظ درس غوطه وری بدن انسان، آسیب ناشی از استفاده زیاد |  |  |
| هفته دوم | 2 | آموزش و روخوانی، ترجمه و تلفظ درس راه رفتن اولیه |  |  |
| هفته سوم | 2 | آموزش و روخوانی، ترجمه و تلفظ درس رشد و تکامل اولیه مغز |  |  |
| هفته چهارم | 2 | آموزش و روخوانی، ترجمه و تلفظ درس تغذیه در دوران بارداری |  |  |
| هفته پنجم | 2 | آموزش و روخوانی، ترجمه و تلفظ درس رهبری، جایگزینی مایعات |  |  |
| هفته ششم | 2 | آموزش و روخوانی، ترجمه و تلفظ درس اضطراب، خستگی |  |  |
| هفته هفتم | 2 | آموزش و روخوانی، ترجمه و تلفظ درس المپیک،سیستم های انرژی |  |  |
| هفتۀ هشتم | 2 | آموزش و روخوانی، ترجمه و تلفظ درس آمادگی جسمانی، مهارت مجرد و زنجیره ای و مدارم |  |  |
| هفتۀ نهم | 2 | آموزش و روخوانی، ترجمه و تلفظ درس محورهای آناتومیکی |  |  |
| هفتۀ دهم | 2 | آموزش و روخوانی، ترجمه و تلفظ درس آسیب عضلات اندام تحتانی |  |  |
| هفتۀ یازدهم | 2 | آموزش و روخوانی، ترجمه و تلفظ درس سرسختی ذهنی و مقابله |  |  |
| هفتۀ دوازدهم | 2 | آموزش و روخوانی، ترجمه و تلفظ درس باز کردن راه های تنفسی |  |  |
| هفته 13 | 2 | آموزش و روخوانی، ترجمه و تلفظ درس بارگیری کربوهیدارت |  |  |

منبع: کتاب 50 متن تخصصی سیروس چوبینه، انتشارات حتمی