

به نام خدا
"رزومه"

مشخصات فردی:

نام: مژگان

نام خانوادگی: احمدی

مرتبۀ: استادیار

پایه: ۹

پست الکترونیکی: mahmadi1376@gmail.com

سوابق تحصیلی:

مدرک تحصیلی	رشته	گرایش	محل تحصیل	تاریخ پایان تحصیل
دیپلم	علوم تجربی	-	ایلام	۱۳۷۰
لیسانس (کارشناسی)	تربیت بدنی	عمومی	اهواز	۱۳۷۵
فوق لیسانس (کارشناسی ارشد)	تربیت بدنی	عمومی	دانشگاه آزاد اسلامی واحد تهران مرکزی	۱۳۸۳
دکتری تخصصی (PhD)	تربیت بدنی	فیزیولوژی ورزشی	دانشگاه آزاد اسلامی واحد تهران مرکزی	۱۳۹۰

پایان نامه های تحصیلی:

عنوان	تاریخ دفاع
پایان نامه کارشناسی ارشد تعیین ارتباط اندازه های آنتروپومتریکی اندام تحتانی با اجرای دو سرعت، قدرت، توان و انعطاف پذیری دانش آموزان دختر دوندۀ منتخب دورۀ متوسطه تهران	۱۳۸۳/۶/۱۲
رساله دکتری تخصصی (PhD) اثر درجه حرارت محیط بر پاسخ سایتوکاین ها پس از فعالیت هوازی شدید در دختران فعال	۱۳۹۰/۶/۲۹

کتاب‌ها:

ردیف	عنوان	وضعیت	انتشارات	شابک
۱	فعالیت ورزشی رژیم غذایی و آترواسکلروز	چاپ شده	جهاد دانشگاهی	978-600-102-915-8
۲	مبانی بیوشیمی ورزشی	در دست چاپ	دانشگاه آزاد اسلامی واحد یادگار امام	

طرح‌های پژوهشی:

عنوان	آغاز	پایان	محل اجرا
مقایسه تاثیر هشت هفته تمرین هوازی و مقاومتی بر فعالیت آنزیم پاراکسوناز-۱، آریل استراز و وضعیت اکسیدانت، آنتی اکسیدانت دختران چاق	۹۳	۹۴	دانشگاه آزاد واحد یادگار امام (مجری)
تغییرات ساختاری بافت قلب در پاسخ به مکمل یاری بولدنون با و بدون عصاره الکلی عناب طی یک دوره تمرین مقاومتی در رت های نر ویستار	۹۵	۹۶	دانشگاه آزاد واحد یادگار امام (مجری)
بررسی میزان شیوع مصرف، دلایل استفاده از مکمل و داروهای نیروزا و اثرات ناشی از سوء مصرف آن در ورزشکاران مرد و زن رشته بدنسازی شهر شیراز	۹۶	۹۶	کمیته پژوهش هیات پزشکی ورزشی استان فارس (همکار)
اثر یک دوره تمرین هوازی و مصرف داروی ریتالین بر بیان ژن و سطوح پروتئینی BDNF و ساختار هیپوکامپ رت های بیش فعال	۹۶	۹۷	دانشگاه آزاد واحد یادگار امام (همکار)

مقالات نشریات علمی:

ردیف	عنوان	محل پذیرش	مشخصات چاپ
۱	پاسخ سایتوکاین ها و هورمون های استرس به یک وهله ورزش هوازی شدید در محیط سرد در زنان فعال	دو فصلنامه علوم حرکت انسان (فیزیولوژی ورزش و فعالیت بدنی) دانشگاه شهید بهشتی	دوره سوم / شماره ۱، بهار و تابستان ۱۳۸۹، ۴۲۰ - ۴۰۹
۲	Measurement the Immunological and Hormonal Parameters in Intensive Exercise in the Environment 33°C	Journal of American Science	2011,7(10),145-151
۳	Antioxidative and Allergic Profile in Adult Men with Cigarette Smoking	Biological Forum – An International Journal	6(2): 382-386(2014)
۴	Effects of 10 weeks endurance exercise on total antioxidant capacity in adult obese men	Trends in life sciences	Volume-3 Issue-2 (2014),61-66
۵	Effect of weight loss induced by aerobic training on CRP and other cardiometabolic risk factors	Trends in life sciences	Volume-3 Issue-3 (2014), 85-89
۶	Short term aerobic training is not associated with anti-inflammatory property in obese females	International Journal of Advanced Life Sciences (IJALS)	Volume (7) Issue (4) November – 2014, 645-650
۷	The Effect of Aerobic Training with difference Periods on Lipid Profile in Obese Women	Biological Forum – An International Journal	7(1): 629-634(2015)
۸	پاسخ واسطه های آنژیوژنیک پلاسمایی به تمرین هوازی و عصاره آبی سیاه ولیک در رت های نر ویستار	فصلنامه علمی پژوهشی گیاهان دارویی	سال پانزدهم، دوره چهارم، شماره مسلسل شصتم، پاییز ۱۳۹۵، ۸۴-۷۶
۹	مقایسه تاثیر هشت هفته تمرین هوازی و مقاومتی بر فعالیت آنزیم پاراکسوناز-۱، آریل استراز و نیمرخ لیپیدی در دختران چاق	مجله علمی پژوهشی دانشگاه علوم پزشکی کردستان	سال بیست و یکم، شماره ۴، مهر و آبان، ۱۳۹۵، ۹۳-۸۳
۱۰	اثر یک دوره تمرین مقاومتی برسطوح سرمی پپتید شبه گلوکاگون-۱، دی پپتیدیل پپتیداز-۴ و مقاومت انسولین در مردان چاق	مجله فیزیولوژی ورزش و فعالیت بدنی	دوره ۱۰، شماره (۱)، بهار و تابستان ۱۳۹۶: ۳۰-۲۱
۱۱	مقایسه تاثیر هشت هفته تمرین هوازی و مقاومتی بر	مجله فیزیولوژی ورزش و	دوره ۱۱، شماره ۱، بهار و

تاپستان ۱۳۹۷: ۱۵۲-۱۳۹	فعالیت بدنی	وضعیت اکسیدان، آنتی اکسیدان و نیمرخ لیپیدی در دختران چاق	
دوره بیست و یکم / شماره ۶ / بهمن و اسفند / ۱۳۹۶ / ۵۳۴-۵۴۲	دو ماهنامه علمی پژوهشی فیض	تغییرات ساختاری بافت قلب در پاسخ به مکمل یاری بولدنون با و بدون عصاره الکلی میوه عناب طی یک دوره تمرین مقاومتی	۱۲
دوره دوازدهم، شماره ششم، شهریور ۹۷، ص ۱۹-۱۰ شماره شانزدهم / سال پنجم / پاییز ۹۶ / ۱۱-۵	مجله دانشگاه علوم پزشکی قم فصلنامه پرستار و پزشک در رزم	تاثیر یک دوره تمرین شنا به همراه عصاره بابونه بر وضعیت آنتی اکسیدانی موش های صحرائی نر بالغ اثر شنا، غواصی اسکین و اسکوبا در اعماق مختلف بر فیبرینوژن و پلاکت سرمی مردان غواص	۱۳ ۱۴
Volume 2, Issue 1, 2016, p. 38- 45	Report of Health Care	The Effect of Concurrent Endurance and Resistance Exercise on Plasma Levels of Vascular Endothelial Growth Factor and Endostatin in Inactive Women	۱۵
مرداد و شهریور، ۱۳۹۷، دوره ۲۲، شماره ۳، ۲۵۷-۲۴۸	دو ماهنامه علمی-پژوهشی فیض	اثر تمرین مقاومتی و جنسستین بر لپتین و پروفایل چربی موش های صحرائی دیابتی شده با استروپتوزوتوسین	۱۶
Volume 4, Issue 1, 2018, p. 44- 54	Report of Health Care	The Effect of A Single Bout of Aerobic Exercise on Ergometer on Inflammatory and Hormonal Markers in Active	۱۷
دوره ۲۲، شماره ۵، آذر و دی ۱۳۹۷، ۴۵۸-۴۶۸	دو ماهنامه علمی-پژوهشی فیض کاشان	هماهنگی حرکتی و تغییرات ساختاری بافت هیپوکامپ در پاسخ به هشت هفته تمرین هوازی و مصرف ریتالین در موش های صحرائی بیش فعال شده	۱۸
پذیرش	نشریه پژوهش توانبخشی در پرستاری	اثر تمرینات منتخب ورزشی بر عوامل آمادگی جسمانی وابسته به مهارت در دختران دانش آموز ابتدایی	۱۹

پذیرش	نشریه پرستاری کودکان	تاثیر هشت هفته تمرین طناب زنی و الاستیک بر آمادگی جسمانی کودکان دانش آموز	۲۰
پذیرش	نشریه پژوهش توانبخشی در پرستاری	اثر هشت هفته تمرینات فوتبال بر ترکیب بدنی مردان تحت پرستاری در مرکز کم توان ذهنی	۲۱

شرکت در همایش‌های علمی پژوهشی:

محل	تاریخ	عنوان همایش	سطح	نوع پذیرش	عنوان مقاله	ردیف
واحد تهران جنوب	۱۳۹۲	رویکردهای نوین در علوم ورزشی و تربیت بدنی	ملی	سخنرانی	اثر درجه حرارت محیط بر پاسخ سائتوکاین ها پس از فعالیت هوازی شدید در دختران فعال	۱
واحد شاهرود	۱۳۹۴	کاربرد علوم ورزشی تلفیقی در ارتقا ورزش و سلامت جامعه	ملی	پوستر	بررسی اثر هشت هفته تمرین هوازی بر فعالیت آنزیم پازاکسوناز ۱، آریل استراز، وضعیت اکسیدانت، آنتی اکسیدانت دختران جاق	۲
تهران، دانشگاه شهید رجایی	۱۳۹۶	سومین همایش ملی یافته های نوین در علوم ورزشی	ملی	پوستر	ارتباط بین ذهن آگاهی و هوش هیجانی با اضطراب رقابتی در فوتبالیست های لیگ جوانان استان تهران	۳
تهران	۱۳۹۷	یازدهمین همایش بین المللی علوم ورزشی	بین المللی	پوستر	ارتباط بین مهارت های روانی با انگیزه موفقیت ورزشی در کاراته کاران نخبه	۴

سخنرانی ها:

ردیف	عنوان	محل اجرا	تاریخ
۱	تغذیه پیش، هنگام و پس از تمرین	دانشگاه آزاد واحد یادگار امام	۱۳۹۵
۲	ریکاوری در ورزش	دانشگاه آزاد واحد یادگار امام	۱۳۹۶
۳	تاثیر ارتفاع بر فعالیت ورزشی	دانشگاه آزاد واحد یادگار امام	۱۳۹۶
۴	ورزش و بیماری ها	دانشگاه آزاد واحد یادگار امام	۱۳۹۷

کارگاه:

ردیف	عنوان	محل اجرا	تاریخ
۱	اصول و مبانی کاربردی تغذیه ورزشی	واحد یادگار امام	۱۳۹۶
۲			
۳			

راهنمایی و مشاوره پایان نامه:

ردیف	عنوان پایان نامه	مقطع	راهنما	مشاور	تاریخ	محل
۱	تاثیر تمرینات هوازی با دوره های متفاوت بر نیم رخ چربی زنان چاق	ارشد		*	۱۳۹۳	واحد اسلام شهر
۲	تاثیر ۱۲ هفته تمرین TRX بر شاخص های کلیوی مردان جوان بدنساز مصرف کننده پروتئین وی	ارشد		*	۱۳۹۵	واحد اسلام شهر
۳	مقایسه اثر دویدن رو به جلو و دویدن رو به عقب بر میزان کراتین کیناز سرم در زنان جوان فعال تاثیر یک دوره برنامه آموزش	ارشد		*	۱۳۹۵	واحد اسلام شهر

واحد یادگار امام	۱۳۹۵	*		ارشد	محور ژیمناستیک بر خودپنداره کودکان پسر	۴
واحد اسلام شهر	۱۳۹۵	*		ارشد	مقایسه ی یک دوره تمرین هوازی و طناب زنی بر شاخص های آنتروپومتریکی و آمادگی جسمانی دانش آموزان دختر ۱۰-۱۲ سال	۵
واحد یادگار امام	۱۳۹۵		*	ارشد	بررسی ارتباط هدف گرایی و اضطراب رقابتی در زنان ورزشکار	۶
واحد یادگار امام	۱۳۹۵		*	ارشد	تاثیر ورزش صبحگاهی بر سلامت روانشناختی و عزت نفس بانوان خانه دار	۷
واحد یادگار امام	۱۳۹۶	*		ارشد	مقایسه نیمرخ حالات خلقی ورزشکاران آسیب دیده و غیر آسیب دیده تیم های ملی رزمی	۸
واحد یادگار امام	۱۳۹۶		*	ارشد	ارتباط بین ذهن آگاهی و هوش هیجانی با اضطراب رقابتی فوتبالیست های لیگ جوانان استان تهران	۹
واحد یادگار امام	۱۳۹۶		*	ارشد	ارتباط کیفیت خواب با احساس شادکامی و رقابت جویی در ورزشکاران رشته های تیمی	۱۰
واحد یادگار امام	۱۳۹۶		*	ارشد	تاثیر یک دوره بازی های بومی محلی بر مهارت های اجتماعی دانش آموزان پسر مقطع ابتدایی	۱۱
واحد یادگار	۱۳۹۶		*	ارشد	ارتباط بین مهارت های روانی	۱۲

امام					با انگیزه موفقیت ورزشی در کاراته کاران نخبه	
واحد یادگار امام	۱۳۹۶	*	ارشد	۱۳	مقایسه سرسختی ذهنی و تحلیل رفتگی ورزشی در بازیکنان ثابت و ذخیره فوتبال	
واحد یادگار امام	۱۳۹۶	*	ارشد	۱۴	تاثیر ضرباهنگ موسیقی بر اضطراب رقابتی کشتی گیران	
واحد یادگار امام	۱۳۹۶	*	ارشد	۱۵	ارتباط هوش هیجانی و سرسختی ذهنی داوران فوتبال استان تهران	
واحد یادگار امام	۱۳۹۶	*	ارشد	۱۶	ارتباط هوش هیجانی با پرخاشگری در تکواندوکاران دختر	
واحد یادگار امام	۱۳۹۷	*	ارشد	۱۷	تاثیر یک دوره تمرین تناوبی شدید بر بیان ژن های GLUT4 و PGC-1 در عضله اسکلتی موش های دیابتی شده	
واحد مرودشت	۱۳۹۷	*	ارشد	۱۸	اثرات ضد التهابی تمرینات ورزشی و عصاره زعفران در موش های صحرایی مبتلا به آلزایمر	
واحد یادگار امام	۱۳۹۷	*	ارشد	۱۹	تاثیر یک دوره تمرین استقامتی مادران دارای سندرم متابولیک با مصرف متفورمین بر ظرفیت اکسیدانی و آنتی اکسیدانی نوزادان حاصل از آن ها	
واحد یادگار امام	۱۳۹۷	*	ارشد	۲۰	تاثیر یک دوره تمرین تناوبی شدید بر بیان ژن های syd و murf1 در موش های دیابتی	

