



سی و پنجمین دوره بازآموزی ویژه مربیان کشتی

آکادمی ملی المپیک و پارالمپیک

۲۴ لغایت ۲۷ تیر ماه ۱۳۸۵ - تهران



آکادمی ملی المپیک و پارالمپیک با همکاری انستیتو کشتی اقدام به برگزاری سی و پنجمین دوره بازآموزی ویژه مربیان کشتی استانهای تهران و توابع، لرستان، گلستان، زنجان و همدان از تاریخ ۸۵/۴/۲۴ لغایت ۸۵/۴/۲۷ در محل آکادمی ملی المپیک و پارالمپیک نموده است.

هدف از برگزاری این دوره، بازآموزی مربیان کشتی و روز آمد شدن با دانسته های علمی و فرهنگی روز و آشنایی با مفاهیم پایه در حیطه های آمادگی جسمانی، پزشکی ورزشی و مهارتی و نقش مربی است.



در این دوره دروسی مانند: نقش مربی و ویژگیهای مربیان موفق، اصول اخلاقی و ارزشی مربیگری، تغذیه و کنترل وزن، برنامه نویسی تمرینات سالانه، کنترل تمرینات ورزشی، آشنایی با سیستمهای انرژی، مهارتهای روانشناختی در ورزش، دوپینگ و آنتی دوپینگ، برگشت به حالت اولیه در ورزش، مروری بر مفاهیم آمادگی جسمانی و طراحی تمرینات، اصول علم تمرین، آناتومی کاربردی، روش های پیشگیری از آسیبهای ورزشی، مقررات دوری، مروری بر فنون عملی کشتی (آزاد و فرنگی) تدریس شد.

اساتید این دوره آقایان: سیدامیر حسینی ریاست محترم آکادمی ملی المپیک و پارالمپیک، دکتر مرتضی بهرامی نژاد، دکتر سید شمس الدین تقوی، دکتر محمدرضا شریف، دکتر حمید زعیم کهن، دکتر فرشید طهماسبی،





پیمان فخری ، مهران سررشته ، مجتبی رسولی ،
محمدعلی خاکپور، عبدا... چمن گلی و اکبر حیدری بودند.

در این دوره مربیان ضمن آشنایی با اهداف وامکانات
آکادمی ملی المپیک و پارالمپیک از تسهیلات اردویی
آموزشی نیز برخوردار شدند همچنین مربیان از دستگاه
های سنجش و اندازه گیری در مرکز سنجش و توسعه
قابلیتهای جسمانی از نزدیک بازدید کردند.

مربیان شرکت کننده در این دوره عبارتند از آقایان :

ایوب میرداد ، بهروز بای ، مهدی دیدگاه ، رجبعلی درزی ،
محمدرضا آهنگران ، محمد ظهیری ، داوود کریمی ، اشکان
قائد رحمت ، اسلام کرمی ، سیدجواد حسینی ، بهنام محمدی
، محمد جعفر یزدانی ، علی سوری زاده ، علی علی آبادی ،
فرهاد دالوندی ، ابراهیم امیدوار ، تیمور پیامی ، ناصر زند
لشنی ، علیرضا لشنی زند ، شعبان مرادی ، احمدرضا
آشناگر ، علی میرزایی ، علی مهری ، مسعود حجاب ، مهدی
نجفی ، قاسم مفرض ، غلامعلی محمدنژاد .

طبق نظر سنجی بعمل آمده از شرکت کنندگان نکاتی مورد
توجه قرار گرفت از آن جمله :

- ۱- کلاس ها بصورت فشرده برگزار شد . اگر زمان دوره
بیشتر گردد بهتر است .
- ۲- باتوجه به اینکه این کلاسها برای پیشرفت ورزش
کشور و افزایش سطح آگاهی های مربیان مفید است ،
از مربیان شهرستانی بیشتر دعوت نمایید .
- ۳- از برگزارکنندگان این دوره ها در آکادمی ملی المپیک
و انستیتو کشتی تشکرو قدردانی و درخواست
برگزاری این دوره ها بصورت مستمر داشتند .





مراسم اختتامیه دوره با حضور آقای سیدامیر حسینی رییس آکادمی ملی المپیک و پارالمپیک و آقای داریوش ارجمند بازیگر پیشکسوت تلویزیون و سینمای ایران برگزار شد و در پایان به شرکت کنندگان گواهی شرکت در دوره اهداء گردید .



محمد رضا اویسی

مسئول آموزش آکادمی ملی المپیک و پارالمپیک