

بسم الله الرحمن الرحيم



نام و نام خانوادگی: پروانه شمسی پور دهکردی

تاریخ تولد: ۱۳۶۲/۲/۲۱ وضعیت تاهل: متاهل

محل تولد: شهرکرد

شغل: عضو هیات علمی دانشکده علوم ورزشی دانشگاه الزهرا (س) تهران

آدرس پست الکترونیکی: P.shamsipoor@alzahra.ac.ir

سوابق تحصیلی

ردیف	مقطع تحصیلی	رشته	گرایش	دانشگاه محل تحصیل	معدل
۱	دکتری	تربیت بدنی	رفتار حرکتی	شهید بهشتی	۱۸,۸۹
۲	کارشناسی ارشد	تربیت بدنی	رفتار حرکتی	شهید بهشتی	۱۸,۹۸
۳	کارشناسی	تربیت بدنی	عمومی	شهید بهشتی	۱۸,۳۱
۴	دیپلم	ریاضی فیزیک	ریاضی فیزیک	دبیرستان فجر اسلام	۱۸,۹۸

سوابق آموزشی

تدریس دروس در مقطع کارشناسی: تربیت بدنی عمومی، آمادگی جسمانی، والیبال، بدمینتون، کمک های اولیه، بیومکانیک ورزشی، روش های آموزش در ورزش، رشد حرکتی، یادگیری حرکتی، آشنایی با روش های تحقیق، بیومکانیک و حرکت شناسی، ورزش و فعالیت بدنی در کودکان، زن و ورزش

تدریس دروس در مقطع کارشناسی ارشد: اصول و روش های آموزش اثربخش، نظریه های آموزش تربیت بدنی، روش های آماری، بیومکانیک حرکات انسان

تدریس دروس در مقطع دکتری: روش های آماری پیشرفته، رشد جسمانی پیشرفته، تربیت بدنی در مدارس، نظریه های یادگیری حرکتی

سوابق پژوهشی

۱. تاثیر آموزش هوش هیجانی بر مهارت های روانی نوجوانان ورزشکار. (پذیرش ۱۳۹۱). فصلنامه حرکت، تخصصی رشد و یادگیری حرکتی
۲. اثر بخشی فعالیت بدنی بر کیفیت زندگی سالمندان مبتلا به استئوآرتریت. مجله دانشگاه علوم پزشکی شهرکرد.
۳. مقایسه تاثیر رویکرد های یادگیری مشارکتی، رقابتی و انفرادی بر عوامل منتخب آمادگی جسمانی و حرکتی دانش آموزان: نقش واسطه گری کمال گرایی و عزت نفس (پذیرش). ۱۳۹۰. فصلنامه پژوهش در علوم ورزشی تخصصی رفتار حرکتی.
۴. اثر تداخل زمینه ای و نوع تمرین (مشاهده ای، بدنی و ترکیبی) بر یادگیری سرویس کوتاه، بلند و تیز بدمینتون. (پذیرش ۱۳۹۰). دو فصلنامه علوم حرکت انسان تخصصی رفتار حرکتی
5. Comparison of the quality of life for healthy active and sedentary elderly and with osteoarthritis. *Annals of Biological Research*, 2012, 3 (5):2337-2342.
6. The effect of practice length and using afferent information in physical and imagery practice on learning: exploring the boundaries of the specificity of practice hypothesis. *World Journal of Sport Sciences* 2012; 6 (3): 306-313.
۷. تاثیر نوع تمرین بر تعادل ایستا و پویای سالمندان زن ۶۰ تا ۷۵ سال بدون سابقه زمین خوردن. دانشور رفتار، اسفند ۱۳۹۰. شماره ۱۹.
۸. تاثیر آرایش تمرین و نوع ارائه بازخورد بر عملکرد و یادگیری برنامه حرکتی تعمیم یافته و پارامتر: ۱۳۹۰. فصلنامه پژوهش در علوم ورزشی تخصصی رفتار حرکتی. شماره ۸.
۹. تاثیر تمرکز توجه درونی و بیرونی از طریق بازخورد و دستورالعمل بر یادگیری مهارت تعادلی (پذیرش). ۱۳۹۰. فصلنامه پژوهش در علوم ورزشی تخصصی رفتار حرکتی.
۱۰. تاثیر انواع خودالگودهی (پیشخوراند، مرورگری مثبت و مشاهده صرف) و تمرین بدنی بر یادگیری سرویس بلند بدمینتون. ۱۳۸۹. فصلنامه پژوهش در علوم ورزشی تخصصی رفتار حرکتی.
۱۱. تاثیر ترکیب تمرین بدنی و انواع الگوهای مداخله ای خود بر اکتساب و یادداری مهارت حرکتی. فصلنامه المپیک. شماره ۵۳، بهار ۹۰.

۱۲. تأثیر بینایی، حس عمقی، و جلسات تمرین بر اکتساب و انتقال سرویس ساده والیبال: مطالعه نظریه اختصاصی بودن تمرین. فصلنامه المپیک. تابستان ۸۹. شماره ۵۰.
۱۳. دستکاری بینایی در طول حفظ تعادل پویا: مطالعه فرضیه اختصاصی بودن تمرین. ۱۳۸۹، فصلنامه المپیک بهار ۸۹، شماره ۴۹.
۱۴. مقایسه تمرینات ذهنی، فیزیکی و بدنی بر تعادل ایستا و پویای سالمندان سالم. ۱۳۸۹. مجله دانشگاه علوم پزشکی شهرکرد. زمستان ۸۹، شماره ۴ دوره ۱۲.
۱۵. تأثیر آرایش تمرین و نوع ارائه بازخورد بر عملکرد و یادگیری برنامه حرکتی تعمیم یافته و پارامتر (پذیرش): ۱۳۹۰. فصلنامه پژوهش در علوم ورزشی تخصصی رفتار حرکتی.
۱۶. ارتباط ویژگی های شخصیتی با شدت علائم افسردگی در سالمندان زن فعال و غیر فعال شهر تهران. ۱۳۸۹. فصلنامه سالمند. سال پنجم، شماره شانزدهم، تابستان ۸۹.
۱۷. مقایسه کمال گرایی و عزت نفس و ارتباط آنها با تحول روانی اجتماعی در دختران نوجوان فعال و غیر فعال مناطق ۲، ۴ و ۵ شهر تهران. ۱۳۸۹. فصلنامه پژوهش در علوم ورزشی تخصصی مطالعات مدیریت ورزشی. تابستان ۸۹، شماره ۲۷.
۱۸. تأثیر مشارکت ورزشی بر ویژگی های شخصیتی خودکارامدی و کمال گرایی دانش آموزان و ارتباط این ویژگی ها با رشد اجتماعی. ۱۳۸۹. فصلنامه تعلیم و تربیت. سال ۲۳، پیاپی ۱۰۲، شماره ۲ تابستان ۸۹.
۱۹. مقایسه ویژگی های شخصیتی سالمندان مرد فعال و غیر فعال و ارتباط این ویژگی ها بر تحول روانی - اجتماعی. ۱۳۸۸. فصلنامه پژوهش در علوم ورزشی تخصصی رفتار حرکتی شماره ۲۲.
۲۰. تأثیر تداخل زمینه ای و بازخورد دامنه ای و خود کنترلی بر یادگیری پارامتر و برنامه حرکتی تعمیم یافته در تکالیف تعقیبی. ۱۳۸۸. فصلنامه پژوهش در علوم ورزشی تخصصی رفتار حرکتی شماره ۲۴ پاییز ۸۸.
۲۱. نقش تعاملی ویژگی های شخصیتی و فعالیت بدنی بر تحول روانی - اجتماعی سالمندان. ۱۳۸۸. فصلنامه سالمند. شماره ۱۱، بهار ۸۸.
۲۲. مقایسه تمرینات ذهنی، فیزیکی و ترکیبی بر تعادل ایستا و پویای سالمندان سالم. ۱۳۸۷. فصلنامه سالمند. شماره ۹ پاییز ۸۷.
۲۳. اثر تداخل زمینه ای و نوع تمرین (مشاهده ای، بدنی و ترکیبی) بر یادگیری سرویس کوتاه، بلند و تیز بدمینتون. (پذیرش ۱۳۹۰). دو فصلنامه علوم حرکت انسان تخصصی رفتار حرکتی

۲۴. مقایسه سلامت عمومی سالمندان زن فعال و غیر فعال و ارتباط آن با رشد روانی - اجتماعی. ۱۳۸۹.
- دو فصلنامه علوم حرکت انسان تخصصی رفتار حرکتی. دوره دوم، شماره ۲، بهار و تابستان ۸۹.
۲۵. تاثیر تداخل زمینه ای و نوع ارائه بازخورد بر عملکرد و یادگیری پارامتر در تکالیف تعقیبی. ۱۳۸۸. دو فصلنامه علوم حرکت انسان تخصصی رفتار حرکتی دوره دوم، شماره ۱، پاییز و زمستان ۸۸.
۲۶. مقایسه ویژگی های شخصیتی خودپایی و احساس جویی ورزشکاران (نخبه و غیر نخبه) و غیر ورزشکاران. دو فصلنامه علوم حرکت انسان تخصصی رفتار حرکتی. سال اول، شماره دوم. پاییز و زمستان ۸۷.
۲۷. بررسی رابطه صفات پنج گانه شخصیت و هوش هیجانی ورزشکاران نخبه و غیر نخبه بزرگسال. دو فصلنامه علوم حرکت انسان تخصصی رفتار حرکتی. سال اول، شماره اول، بهار و تابستان ۱۳۸۷.
۲۸. تاثیر انواع مختلف آرایش تمرین بر اکتساب و یادداری برنامه حرکتی تعمیم یافته در مهارت های پرتابی دهگانه دومیدانی (پرتاب دیسک، وزنه و نیزه). دو فصلنامه علوم حرکت انسان تخصصی رفتار حرکتی دوره دوم، شماره ۱، پاییز و زمستان ۸۸.
۲۹. نقش خواب و بیداری بر تحکیم مبتنی بر ارتقاءحافظه پنهان در توالی حرکتی. رفتار حرکتی.
۳۰. تاثیر فاصله آزمون خاطرآوری بر تحکیم مبتنی بر ارتقاء در حافظه حرکتی آشکار. روانشناسی شناختی.
۳۱. تاثیر حافظه آشکار حرکتی فوری، نزدیک و دور بر پردازش های بازتحکیم و تداخل پس گستر. روانشناسی شناختی.
۳۲. نقش خواب شبانه در فرآیندهای بازتحکیم مبتنی بر ارتقاء در حافظه حرکتی آشکار. پژوهش در سلامت روانشناختی.
۳۳. اثر دوازده جلسه برنامه منتخب آینه درمانی بر متغیرهای کینتیک کنترل پاسچر افراد قطع عضو زیر زانو در شرایط دستکاری اطلاعات آوران. ارمغان دانش.
۳۴. اثربخشی فعالیت های جسمانی بر کیفیت زندگی و خودکارآمدی درد در جانبازان و غیرجانبازان قطع عضو اندام تحتانی. طب جانباز.
۳۵. تاثیر برنامه منتخب تعادلی بر کنترل پاسچر افراد دارای نقص عضو در شرایط دستکاری سیستم های بینایی، دهلیزی و عمقی. طب جانباز.
۳۶. اثر دستکاری اطلاعات بینایی، شنوایی و حس عمقی بر تعادل افراد سالم و قطع عضو زیر زانو با استفاده از دستگاه پاسچروگرافی. علوم پزشکی شهرکرد.

۳۷. اثر تعدیل اطلاعات آوران حسی (بینایی، دهلیزی، حس عمقی) بر تعادل افراد قطع عضو زیر زانو. علوم پیراپزشکی و توانبخشی مشهد.

۳۸. تاثیر تمرینات هوازی با شدت کم و متوسط بر خودپنداره سالمندان. سالمند.

۳۹. اثر باورهای فراشناختی و خودنظم دهی ورزشی بر موفقیت ورزشی دانشجویان ورزشکار خبره، ماهر و مبتدی. مطالعات روانشناسی ورزش.

۴۰. تاثیر فعالیت جسمانی با سطوح متفاوت بر عملکرد شناختی و کیفیت زندگی در سالمندان دارای اختلال خواب. مطالعات روانشناسی ورزش.

۴۱. مقایسه کیفیت خواب و بهزیستی روان شناختی در کارکنان بیمارستان با ریتم سیرکادین و سطوح فعالیت بدنی متفاوت. مطالعات روانشناسی ورزش.

عناوین پایانامه های استاد مشاوره:

تاثیر اهداف کوتاه مدت و بلند مدت بر عملکرد و باورهای خودکارآمدی حافظه اعلانی در تکالیف با بار شناختی متفاوت

تاثیر تمرینات حافظه کاری، حرکات ریتمیک و ترکیبی بر توجه انتخابی، توجه مداوم و حافظه کاری در کودکان با نقص توجه-بیش فعالی

تاثیر تمرین جسمانی و ترکیب آن با تحریک مستقیم جمجمه ای بر فرآیندهای تحکیم مبتنی بر ارتقاء و ثبات در حافظه حرکتی

تاثیر تمرینات تعادلی و تعادلی معکوس بر کنترل پاسچر افراد آمپوته اندام تحتانی در شرایط مختلف دستکاری اطلاعات حسی

طرح های تحقیقاتی

۱. مجری طرح پژوهشی مقایسه کیفیت زندگی سالمندان فعال و غیرفعال سالم و مبتلا به استئوآرتریت.

دانشگاه شهید بهشتی

۲. همکار طرح پژوهشی با عنوان بررسی ارتباط سطوح فعالیت بدنی با سلامت روانی، خودکارآمدی و

افسردگی در دانشجویان دانشگاه آزاد مناطق ۸ و ۱۲. معاونت پژوهشی دانشگاه آزاد اسلامی.

۳. همکار طرح پژوهشی با عنوان تعیین روایی، پایایی و عینیت مقیاس ارزیابی درونی حرکات درشت

دانشگاه ایالتی اوهایو (OSU-SIGMA) در کودکان ۲/۵ تا ۱۴ سال شهر تهران. دانشگاه علوم بهزیستی

و توانبخشی.

۴. همکار طرح پژوهشی با عنوان تاثیر تمرینات هوازی با شدت کم و متوسط بر خودپنداره و کیفیت خواب سالمندان. دانشگاه علوم بهزیستی و توانبخشی.

کتاب های چاپ شده

۱. ترجمه کتاب آموزش مهارت های ورزشی برای مربیان. نشر علم و حرکت . چاپ اول ۱۳۸۹.
۲. ترجمه مجموعه آزمون های زبان تخصصی کارشناسی ارشد. نشر علم و حرکت. چاپ اول ۱۳۸۷.
۳. ترجمه کتاب سنجش فعالیت بدنی تطبیقی و رشدی. انتشارات حتمی، ۱۳۹۱
۴. ترجمه کتاب رشد و تکامل حرکتی در طول عمر. نشر علم و حرکت. زیر چاپ (۱۳۹۱).
۵. ترجمه کتاب رشد، نمو و فعالیت بدنی در کودکان پیش از بلوغ. نشر دانشگاه علوم بهزیستی و توانبخشی.

افتخارات علمی

۱. احراز رتبه ممتاز در مقطع کارشناسی در دانشگاه شهید بهشتی
۲. کسب رتبه ۲ آزمون دکتری در دانشگاه شهید بهشتی
۳. کسب رتبه ۱ آزمون کارشناسی ارشد