



نام و نام خانوادگی: معصومه هلالی زاده

مرتبه علمی: استادیار فیزیولوژی ورزشی پژوهشگاه تربیت بدنی و علوم ورزشی

سوابق تحصیلی

فارغ التحصیل مقطع دکتری رشته فیزیولوژی ورزشی از دانشگاه تهران با رتبه عالی و معدل کل ۱۸/۳۰
در سال ۱۳۹۲

مقطع کارشناسی ارشد: رشته تربیت بدنی و علوم ورزشی از دانشگاه تهران با رتبه عالی و معدل کل
۱۸/۵۳ در سال ۱۳۸۵

مقطع کارشناسی: رشته تربیت بدنی و علوم ورزشی از دانشگاه مازندران با معدل کل ۱۷/۰۷ در سال
۱۳۸۳.

دوره تحقیقاتی پست دکتری: دانشگاه ایلینویز اوربانا- شمپین کشور امریکا به مدت دو سال (۲۰۱۲-
۲۰۱۴) (Kinesimetric Lab, Department of Physical Education and
Community Health, University of Illinois at Urbana- Champaign- USA)

عنوان رساله دکتری: اثر ۱۲ هفته تمرینات ترکیبی بر اپلین، ادیپونکتین، اینترلوکین ۶ پلاسما و
مقاومت انسولینی زنان مبتلا به اضافه وزن

عنوان پایان نامه کارشناسی ارشد: تدوین هنجارهای VO_{2max} ، درصد چربی و شاخص توده بدن
زنان رده سنی ۲۰ تا ۳۰ سال استان تهران.

سوابق پژوهشی

الف) مقالات علمی - پژوهشی و ISI:

1. Effects of non-linear resistance training and curcumin supplementation on the liver biochemical markers levels and structure in older women with non-alcoholic fatty liver disease. Prevention and Rehabilitation. Volume ۲۴, Issue ۳, July ۲۰۲۰, Pages ۱۵۴-۱۶۰
<https://doi.org/10.1016/j.jbmt.2020.02.021>

۲. علی اکبر کیخا، محسن غفرانی، **معصومه هلالی زاده**. "تأثیر دو هفته مصرف مکمل آغوز بر شاخص‌های آسیب عضلانی و پراکسیداسیون لیپیدی متعاقب یک جلسه فعالیت حاد مقاومتی بر کشتی گیران". مطالعات کاربردی تندرستی در فیزیولوژی ورزش. ۹۸/۱۱/۱۰. ۹۸/۱۱/۱۰. ۹۸/۱۱/۱۰.
۳. هنجاریابی آزمون آمادگی جسمانی استاندارد کانادایی CSTF در دانش‌آموزان با کم‌توان ذهنی مقاطع متوسطه اول و متوسطه دوم استان همدان. حجت‌اله سیاوشی، حمید آقاعلی‌نژاد، علی کاشی، محمدعلی سمواتی شریف، معصومه هلالی‌زاده. فیزیولوژی ورزشی. تابستان ۱۳۹۸. شماره ۴۲. ۹۵-۱۱۲.
۴. The effect of essential oil of rosemary on eccentric exercise-induced delayed-onset muscle soreness in non-active women. **M. Rezaee**, R. Hajiaghaee, K. Azizbeigi, S. Rahmati-Ahmadabad, **M. Helalizadeh**, M. Akbari, P. Farzanegi, M.-A. Azarbayjani. Comparative Exercise Physiology: Pages: ۱ – ۸, Published Online: September ۲۹, ۲۰۱۹. <https://doi.org/10.3920/CEP19.0034>
۵. The Effect of Six Weeks of Tai Chi Chuan Training on the Motor Skills of Children with Autism Spectrum Disorder. Mostafa Sarabzadeh, Bita Bordbar Azari, Masoumeh Helalizadeh. Journal of Bodywork & Movement Therapies ۲۳ (۲۰۱۹) ۲۸۴e۲۹۰.
۶. ملیحه نعیمی کیا، امین غلامی، **معصومه هلالی زاده**، سعید آهار، راضیه ایرانی. تحلیل محتوا و مقایسه نشریه‌های تخصصی در حوزه رفتار حرکتی و روان‌شناسی ورزشی ایران. دوره ۱۱، شماره ۳۷، پاییز ۱۳۹۸، ۱۰۷-۱۳۴.
۷. **معصومه هلالی زاده**، مصطفی سراب زاده. تأثیر ۱۲ هفته تمرین ترکیبی منتخب بر گرلین آسپیل دار پلاسما و نیمرخ لیپیدی زنان دارای اضافه وزن. نشریه پژوهش در علوم زیستی و فعالیت بدنی. دوره ۴، شماره ۶، بهار و تابستان ۱۳۹۶، صفحه ۵۳-۴۴. ۲۰۱۷، ۵۱۰۲. DOI: ۰,۲۲۱۱۱/rbpa.
۸. **معصومه هلالی زاده**، محمدرضا لبافی، هادی روحانی، رضا حاجی آقایی، الهه حاتمی. فراتحلیل اثربخشی گیاه دارویی زعفران بر نشانگران آنزیمی دفاع آنتی‌اکسیدانی در فعالیت ورزشی. فصلنامه فیزیولوژی ورزشی. بهار ۱۳۹۹، پذیرفته شده.
۹. Overcoming the challenges of conventional dispersive liquid-liquid microextraction: analysis of THMs in chlorinated swimming pools" H. Faraji, **M Helalizadeh**, Mr Kordi. Analytical and Bioanalytical Chemistry. ۲۰۱۸. ۴۱۰ (۲): ۶۰۵-۶۱۴.
۱۰. سید مصطفی سراب زاده، **معصومه هلالی زاده**. بررسی رابطه شاخص‌های الکترونومیوگرافی حرکتی در بیماران مبتلا به دیابت بلند مدت و کوتاه مدت. مجله علوم اعصاب شفای خاتم. بهار ۱۳۹۷، دوره ۶، شماره ۲: ۱۵-۲۴.
۱۱. **معصومه هلالی زاده**، محمود رضا تقی زاده، مصطفی افشاری. مطالعه تطبیقی محتوای نشریه‌های علمی پژوهشی فیزیولوژی ورزشی ایران. فصلنامه فیزیولوژی ورزشی، تابستان ۱۳۹۷؛ شماره ۳۸: ۶۱-۸۰.
۱۲. Lead quantification in urine samples of athletes by coupling DLLME with the UV-Vis spectrophotometry". H. Faraji, **M Helalizadeh**. Biological Trace Elements Research. ۲۰۱۷. ۱۷۶: ۲۵۸-۲۶۹.
۱۳. **معصومه هلالی زاده**، محمود رضا تقی زاده، مصطفی افشاری، راضیه ایرانی. تحلیل محتوای نشریه فیزیولوژی ورزشی پژوهشگاه تربیت بدنی و علوم ورزشی. فصلنامه فیزیولوژی ورزشی، تابستان ۱۳۹۶؛ ۹ (۳۴): ۱۷-۳۴.
۱۴. هادی روحانی، کریم آزالی علمداری، **معصومه هلالی زاده**. تأثیر تمرین هوازی بر وخامت کلی و مقدار شاخص‌های خطر متابولیک در بیماران مبتلا به سندرم متابولیک: مطالعه فراتحلیلی. پاییز ۱۳۹۵؛ ۸ (۳۱): ۱۷-۴۴.

۱۵. محمود رضا تقی زاده، سجاد احمدی زاد، محمود نادری، **معصومه هلالی زاده**، آتوسا اکبری نیا. اثر هشت هفته تمرین استقامتی بر شاخص‌های پلاکتی زنان دیابتی نوع ۲. مجله دانشکده پزشکی دانشگاه علوم پزشکی مشهد. ۱۳۹۵، ۵۹ (۵): ۳۴۵-۳۵۴.
۱۶. **معصومه هلالی زاده**، عباسعلی گائینی، محمد رضا کردی، حکیم فرجی. اثر ۱۲ هفته تمرینات ترکیبی بر ادیپونکتین و اینترلوکین ۶ پلاسمای زنان دارای اضافه وزن. فصلنامه فیزیولوژی ورزشی، تابستان ۱۳۹۵؛ ۸ (۳۰): ۷۲-۱۵۹.
۱۷. **معصومه هلالی زاده**، عباسعلی گائینی، محمد رضا کردی، علی اصغر رواسی، مهدی هدایتی. اثر ۱۲ هفته تمرینات ترکیبی بر اپلین پلاسمای و مقاومت انسولینی زنان نسبتاً چاق، فصلنامه علمی- پژوهشی حرکت (علوم زیستی)، دوره ۷، شماره ۱، بهار ۹۴: ۹۳-۱۰۸.
۱۸. **معصومه هلالی زاده**، حکیم فرجی، عباسعلی گائینی. "مقایسه اثر هشت هفته تمرینات سرعتی و استقامتی شنا بر مقادیر تری هالومتان پلاسمای شناگران زن"، فصلنامه علمی- پژوهشی فیزیولوژی ورزشی، شماره چهاردهم، دوره چهارم، تابستان ۱۳۹۱.
۱۹. **معصومه هلالی زاده**، حکیم فرجی. "اثر تمرین هوازی در هوای آلوده بر میزان ترکیبات فنلی بزاق ورزشکاران"، فصلنامه علمی- پژوهشی دانش زیستی ایران، شماره هشتم، ۱۳۸۷.
۲۰. علیرضا فارسی، **معصومه هلالی زاده**، منصور سیاح، نازنین راسخ، حجت الله دارابی. "بررسی وضعیت ایمنی فضاهای ورزشی مدارس کشور و ارائه راهکارهای مناسب"، فصلنامه علمی- پژوهشی پژوهش در علوم ورزشی، شماره شانزدهم، پاییز ۱۳۸۶.
۲۱. **معصومه هلالی زاده**، محمد رضا کردی. "مقایسه سلامت جسمانی و روانی دانشجویان دختر ترم اول و ترم آخر تحصیلی دانشگاه های تهران"، فصلنامه علمی- پژوهشی پژوهشنامه علوم ورزشی، شماره ششم، پاییز و زمستان ۱۳۸۶.
۲۲. **معصومه هلالی زاده**. "بررسی وضعیت ترکیب بدنی دانشجویان دختر دانشگاه آزاد اسلامی واحد ورامین"، فصلنامه علمی- پژوهشی دانش زیستی ایران، شماره چهارم، زمستان ۱۳۸۵.
۲۳. **معصومه هلالی زاده**، حکیم فرجی. "اثر ۱۲ هفته تمرینات ورزشی بر شاخص های عملکردی قلبی عروقی بیماران عروق کرونر"، فصلنامه علمی- پژوهشی دانش زیستی ایران، شماره چهارم، زمستان ۱۳۸۷.
۲۴. Modified dispersive liquid-liquid microextraction for pre-concentration of benzene, toluene, ethylbenzene and xylenes prior to their determination by GC. H Faraji, A Feizbakhsh, **M Helalizadeh**. *Microchimica Acta* ۱۸۰ (۱۱-۱۲), ۲۰۱۳, ۱۱۴۱-۱۱۴۸.
۲۵. Determination of phenolic compounds in environmental water samples after solid-phase extraction with β -cyclodextrin-bonded silica particles coupled with a novel liquid-phase microextraction followed by gas chromatography-mass spectrometry. H Faraji, SW Husain, **M Helalizadeh**. *Journal of separation science* ۳۵ (۱), ۲۰۱۲, ۱۰۷-۱۱۳.
۲۶. Validation and optimization of a liquid-phase microextraction method for trace analysis of BTEX in water samples. H Faraji, M Tajbakhsh, **M Helalizadeh**. *Analytical Methods* ۴ (۱۰), ۲۰۱۲, ۳۳۷۲-۳۳۸۰.

۲۷. β -Cyclodextrin-Bonded Silica Particles as Novel Sorbent for Stir Bar Sorptive Extraction of Phenolic Compounds. H Faraji, SW Husain, **M Helalizadeh**. Journal of chromatographic science ۴۹ (۶), ۲۰۱۱, ۴۸۲-۴۸.
۲۸. A Novel Liquid-Liquid Microextraction Based on Solidification of Floating Organic Droplet Method for Determination of Phenols in Aqueous Samples. H Faraji, M Mirzaee, F Sorkheh, **M Helalizadeh**, AA Tabrizi. Open Process Chem. J ۳, ۲۰۱۰, ۱-۶.
۲۹. Determination of organochlorine pesticides in river water using dispersive liquid-liquid microextraction and gas chromatography-electron capture detection. H Faraji, **M Helalizadeh**. International Journal of Environmental and Analytical Chemistry ۹۰ (۱۱), ۲۰۱۰, ۸۶۹-۸۷۹.

(ب) طرح های پژوهشی:

- (۱) **معصومه هلالی زاده** (مجری)، تدوین خطوط راهنمای برنامه تمرینی دوران بارداری و پس از زایمان برای بانوان ایرانی. طرح سفارش محور شرکت دانش پارسیان (بایا). پژوهشگاه تربیت بدنی و علوم ورزشی، خاتمه یافته، آذر ۱۳۹۸.
- (۲) محمد علی آذربایجانی (مجری اول)، رضا حاجی آقایی (مجری دوم)، **معصومه هلالی زاده**. ارزیابی اثربخشی مکمل گیاهی لیپولیتیک همراه با فعالیت بدنی هوازی بر نشانگران لیپولیز و اکسیداسیون چربی: با رویکرد تولید محصول. در حال اجرا.
- (۳) **معصومه هلالی زاده** (مجری)، رضا حاجی آقایی، هادی روحانی، محمد رضا لبافی، الهه حاتمی. "فرا تحلیل اثربخشی مصرف گیاهان دارویی متداول در ایران بر نشانگران فشار اکسیداتیو"، پژوهشگاه تربیت بدنی و علوم ورزشی، خاتمه یافته، دی ۱۳۹۷.
- (۴) ملیحه نعیمی کیا (مجری)، **معصومه هلالی زاده**. تحلیل محتوای نشریه های تخصصی رفتار حرکتی، در حال اجرا.
- (۵) **معصومه هلالی زاده** (مجری)، راضیه ایرانی، مصطفی افشاری، سارا پناهی. "تحلیل محتوا و مقایسه نشریه های علمی پژوهشی فیزیولوژی ورزشی"، پژوهشگاه تربیت بدنی و علوم ورزشی، دی ۱۳۹۵.
- (۶) هادی روحانی (مجری)، کریم آزالی علمداری، **معصومه هلالی زاده**. فعالیت ورزشی استقامتی و سندرم متابولیک: یک مطالعه فراتحلیلی. پژوهشگاه تربیت بدنی، شهریور ۱۳۹۵.
- (۷) **معصومه هلالی زاده** (مجری)، حکیم فرجی (مجری)، عباسعلی گائینی. "مقایسه اثر هشت هفته تمرینات سرعتی و استقامتی شنا بر مقادیر تری هالومتان پلاسمای شناگران زن"، پژوهشگاه تربیت بدنی، تابستان ۱۳۹۱.
- (۸) **معصومه هلالی زاده** (مجری)، زهره طالبی. "اثر دوازده هفته تمرینات ترکیبی بر گرلین آسپیل دار پلاسمایی زنان دارای اضافه وزن"، دانشگاه آزاد اسلامی واحد ورامین، ۱۳۹۲.
- (۹) **معصومه هلالی زاده** (مجری). "اثر ۱۲ هفته تمرینات منظم ورزشی بر شاخص های عملکردی قلبی عروقی بیماران عروق کرونر"، دانشگاه آزاد اسلامی، بهار ۱۳۸۶.
- (۱۰) **معصومه هلالی زاده** (مجری). "بررسی وضعیت ترکیب بدنی دانشجویان دختر دانشگاه آزاد اسلامی واحد ورامین و مقایسه آن با استانداردهای جهانی"، دانشگاه آزاد اسلامی، اسفند ۱۳۸۶.

- ۱۱) علیرضا فارسی (مجری)، **معصومه هلالی زاده**، منصور سیاح. "بررسی وضعیت ایمنی فضاهای ورزشی مدارس کشور و ارائه راهکارهای مناسب"، پژوهشگاه تربیت بدنی، اردیبهشت ۱۳۸۵.
- ۱۲) **معصومه هلالی زاده** (مجری). "نقش دانشگاه در ارتقاء سلامت جسمانی و روانی دانشجویان دختر"، دانشگاه آزاد اسلامی، اسفند ۱۳۸۵.
- ۱۳) **معصومه هلالی زاده** (مجری). "تدوین هنجارهای VO_{2max} ، درصد چربی و شاخص توده بدن دانشجویان دختر دانشگاه آزاد اسلامی واحد ورامین"، دانشگاه آزاد اسلامی، خرداد ۱۳۸۷.

ج) کتاب:

- ۱- طراحی تمرینات ورزشی برای دوران بارداری و پس از زایمان، معصومه هلالی زاده، گردآوری و ترجمه، انتشارات پژوهشگاه تربیت بدنی و علوم ورزشی، تهران، چاپ اول ۱۳۹۶.
- ۲- طراحی تمرینات عملکردی برای بیماران فلج مغزی، ویراستار علمی: معصومه هلالی زاده، انتشارات سراب زاده، کرج، چاپ اول ۱۳۹۶.
- ۳- کسب و کار در فیزیولوژی ورزشی، ترجمه، معصومه هلالی زاده، محمد حسین قربانی، وحید فرجی وفا. انتشارات پژوهشگاه تربیت بدنی و علوم ورزشی، تهران، چاپ اول ۱۳۹۸.

د) راهنمایی و مشاوره پایان نامه ها و رساله ها

سال ارائه پایان نامه	دانشگاه	مقطع		عنوان	ردیف
		دکتری	کارشناسی ارشد		
۱۳۹۸	پژوهشگاه تربیت بدنی و علوم ورزشی	*		استانداردسازی و هنجاریابی آزمون آمادگی جسمانی استاندارد کانادا (CSTF) در دانش آموزان کم توان ذهنی	۱
در دست اجرا	پژوهشگاه تربیت بدنی و علوم ورزشی	*		تأثیر بازی های بومی محلی بر رشد مهارت های شناختی و حرکتی در کودکان دارای کم توانی ذهنی	۲
۱۳۹۸	پژوهشگاه تربیت بدنی و علوم ورزشی		*	مقایسه اثربخشی تحریک الکتریکی مغز از روی مجموعه (tDCS) و مکمل یاری با جینکوبیلوبا بر الگوی امواج مغزی، تمرکز، زمان واکنش و سرعت دست زنان نخبه کیک بوکسر	۳
در دست اجرا	پژوهشگاه تربیت بدنی و علوم ورزشی		*	مقایسه اثربخشی تحریک الکتریکی مغز از روی مجموعه (tDCS) و مکمل یاری با جینکوبیلوبا بر الگوی امواج مغزی، تمرکز، زمان واکنش و سرعت دست زنان نخبه کاراته باز	۴

در دست اجرا	پژوهشگاه تربیت بدنی و علوم ورزشی		*	اثر تمرین ورزشی دارای ساختار شناختی پیچیده همراه با مکمل یاری ملیتروپیک بر کورتیکواستروئید پلاسمای افراد پیش سالمند	۵
۱۳۹۷	دانشگاه حکیم سبزواری		*	تدوین و به روز رسانی نورم ملی آمادگی جسمانی زنان شهرستان سبزوار (استان خراسان رضوی)	۶

ه) کنگره های بین المللی و ملی:

۱. Masoumeh Helalizadeh. Youth fitness assessment in Iran. Symposium of Youth Fitness Assessment in ۲۱th Century: Issues, Challenges & Future Directions. SHAPE National Convention, FitnessGram, Cooper Institute. United States, Nashville, March ۲۰, ۲۰۱۸.

۲. Masoumeh Helalizadeh Hakim Faraji, Hadi Rohani. The Effects of Exercise Intensity on Trihalomethane Uptake during Chronic Swimming Training in Indoor Pool. ۱۹th International Conference of Physical Education and Sport Sciences, United Arab Emirates, Dubai, December ۲۰, ۲۰۱۸.

۳. معصومه هلالی زاده، حکیم فرجی. مقایسه اثر فعالیت اینتروال شدید و استقامتی کم شدت شنا بر میزان جذب آلاینده- های هالواستیک اسید توسط شناگران. ارائه سخنرانی مقاله در سومین همایش ملی ورزش و بیماری ها جزیره کیش. پردیس دانشگاه تهران- جزیره کیش، ایران، ۹ آذر ۱۳۹۶.

۴. مصطفی سراب زاده، معصومه هلالی زاده. مقایسه پارامترهای الکترونیومیوگرافی تحت تأثیر تمرین تراباند و مقاومتی در تمرین فلکشن آرنج بیماران دیستروفی عضلانی میوتونیک. ارائه سخنرانی مقاله در سومین همایش ملی ورزش و بیماری ها جزیره کیش. پردیس دانشگاه تهران- جزیره کیش، ایران، ۹ آذر ۱۳۹۶.

۵. Masoumeh Helalizadeh, Mostafa Sarabzadeh, Hamid Agha-Alinejad. The mystery of apelin response to exercise training- health approach during pregnancy. ۱۱th international congress on sports sciences. Tehran, Iran, ۱۲-۱۳ May ۲۰۱۸.

۶. Mostafa Sarabzadeh, Masoumeh Helalizade. Comparison of electroneuromyography parameters on ۴ different ranges of elbow flexion after ۶-week elastic and weight training involvements in seniors. ۱۱th international congress on sports sciences. Tehran, Iran, ۱۲-۱۳ May ۲۰۱۸.

۷. معصومه هلالی زاده. تاثیر ۱۲ هفته تمین ترکیبی بر گرلین آسیل دار زنان مبتلا به مقاومت انسولینی. دومین همایش ملی ورزش و بیماری ها. پردیس دانشگاه تهران- جزیره کیش، ایران، ۱۹ و ۲۰ اسفند ۱۳۹۵.

۸. معصومه هلالی زاده، ساخت و توسعه دستگاه هوشمند نمره گذاری آمادگی قلبی تنفسی با استفاده از تکنولوژی امواج رادیویی. دومین جشنواره ملی شناسایی و توانمندسازی ایده های برگزیده ستاد ملی هفته پژوهش، تهران، ایران، ۲۰ آذر ۱۳۹۵.

۹. Masoumeh Helalizadeh, Hakim Faraji. The effect of exercise training on city streets in urine lead concentration of male cyclists. ۱۰th international congress on sports sciences. Tehran, Iran, ۱۲-۱۳ May ۲۰۱۷.

۱۰. Masoumeh Helalizade, Mahmoodreza Taghizadeh, Mostafa Afshari, Razieh Irani. Content analysis of journal of sport physiology since the first issue until ۲۰۱۶. ۱۰th international congress on sports sciences. Tehran, Iran, ۱۲-۱۳ May ۲۰۱۷.

۱۱. بررسی ارتباط بین اپلین و ادیپونکتین پلازما با مقاومت انسولینی زنان دارای اضافه وزن در پاسخ به تمرین ترکیبی. اولین همایش ملی یافته های نوین در علوم ورزشی، آذر ۱۳۹۴، دانشگاه شهید رجایی، ارائه به شکل سخنرانی، نفر اول.
۱۲. مقایسه اثر یک جلسه فعالیت شنا با شدت بالا و متوسط بر مقدار کلروفورم ادرار شناگران زن. اولین همایش ملی ورزش و سرطان، بهمن ۱۳۹۴، پردیس دانشگاه تهران در جزیره کیش، ارائه به شکل سخنرانی، نفر اول.
۱۳. مقایسه وضعیت ترکیب بدنی و آمادگی قلبی تنفسی زنان جوان شهر تهران و مناطق اطراف تهران. نهمین همایش بین المللی تربیت بدنی و علوم ورزشی، اسفند ۱۳۹۴. نفر اول.
۱۴. اثر ۱۲ هفته تمرینات ترکیبی بر ادیپونکتین و اینترلوکین ۶ پلاسمای زنان نسبتاً چاق. نهمین همایش بین المللی تربیت بدنی و علوم ورزشی، اسفند ۱۳۹۴. نفر اول.
۱۴. **M. Helalizadeh**, H. Faraji, S. Eynollahifard, D. Samari " Simultaneous determination of B-vitamins and ascorbic acid in active and sedentary females" ۶th International Conference VITAMINS ۲۰۰۶ - Health Ingredients Metabolism Analysis, University of Pardubice, Czech Republic, September ۱۰-۱۳, ۲۰۰۶.
۱۵. **M. Helalizadeh**, Effect of Vitamin C on athletic performance, ۷th International Conference VITAMINS ۲۰۰۷ - Health Ingredients Metabolism Analysis, University of Pardubice, Czech Republic, September ۱۰-۱۳, ۲۰۰۷.
۱۶. **M. Helalizadeh**, Vitamin C supplement and endurance training, International Conference Biology ۲۰۰۷ - University of Paris, France, September ۲۰۰۷.
۱۷. **M. Helalizadeh**, Effect of ۱۲ weeks combined training on plasma apelin, adiponectin, IL-۶ and insulin resistance in overweight females. International conference Obesity ۲۰۱۲, Dec ۳-۵, ۲۰۱۲, Philadelphia, USA.

سوابق آموزشی

- ۱) تدریس درس فیزیولوژی ورزشی فعالیت بدنی زنان و سالمندان و افراد خاص. رشته فیزیولوژی ورزشی - گرایش فعالیت بدنی و تندرستی، مقطع ارشد، پژوهشگاه تربیت بدنی و علوم ورزشی، نیمسال اول ۱۳۹۶-۹۷.
- ۲) تدریس درس زبان تخصصی رشته فیزیولوژی ورزشی - گرایش فعالیت بدنی و تندرستی، مقطع ارشد، پژوهشگاه تربیت بدنی و علوم ورزشی، از سال ۱۳۹۵ تاکنون.
- ۳) تدریس دروس رشته فیزیولوژی ورزشی شامل فیزیولوژی انسان، فیزیولوژی ورزشی، بیوشیمی، تغذیه و علم تمرین در دانشگاه آزاد اسلامی و دانشگاه سما مرکز ورامین از سال ۱۳۸۳ تا ۱۳۹۱.
- ۴) تدریس دروس بیومکانیک، آمار، سنجش و اندازه گیری، اصول مربیگری، یادگیری حرکتی، کارورزی و کمک های اولیه در دانشگاه آزاد اسلامی ورامین و دانشگاه سما از سال ۱۳۸۴ تا ۱۳۹۰.

سوابق اجرایی

- ۱) مدیر هماهنگی نشریات پژوهشگاه تربیت بدنی و علوم ورزشی (از سال ۱۳۹۶)

- ۲) مدیر داخلی و دبیر تخصصی نشریه *Journal of Health and Exercise Science* - پژوهشگاه تربیت بدنی و علوم ورزشی
- ۳) عضو کانون پزشکان شهرداری منطقه هفت تهران
- ۴) مسؤول گروه علمی بهداشت حرکتی کانون پزشکان شهرداری منطقه هفت تهران
- ۵) دبیر کارگروه ورزش و گیاهان دارویی - پژوهشگاه تربیت بدنی و علوم ورزشی (۱۳۹۴ تا کنون)
- ۶) دبیر گروه فیزیولوژی ورزشی پژوهشگاه تربیت بدنی و علوم ورزشی (۱۳۹۴ تا کنون)
- ۷) مدیر داخلی مجله الکترونیک پژوهشگاه تربیت بدنی و علوم ورزشی (۱۳۹۳ تا ۱۳۹۵)
- ۸) مسؤول برگزاری نشست های تخصصی نهمین همایش بین المللی تربیت بدنی و علوم ورزشی (۱۳۹۴)

سوابق مربیگری

- ۱) سابقه ۱۰ سال تدریس هندبال تخصصی در دانشگاه و یک سال مربیگری تیم هندبال دانشگاه آزاد اسلامی واحد ورامین از مهر ماه ۱۳۸۴ تا مهر ماه ۱۳۸۵.
- ۲) سابقه ۸ سال تدریس تنیس روی میز تخصصی در دانشگاه و ۶ ماه مربیگری تیم تنیس روی میز دانشگاه آزاد اسلامی واحد ورامین از آبان ماه ۱۳۸۳ تا اردیبهشت ماه ۱۳۸۵.
- ۳) سابقه تدریس ۴ سال دوومیدانی تخصصی در دانشگاه آزاد اسلامی و دانشگاه سماء ورامین.

سوابق ورزشی

- ۱) دارنده مقام اول مسابقات درون دانشگاهی تنیس روی میز دانشگاه مازندران (۱۳۸۳)
- ۲) عضو تیم ورزشی هندبال دانشگاه مازندران به مدت یک سال (۸۳-۸۲).
- ۳) عضو تیم ورزشی تنیس روی میز دانشگاه مازندران به مدت دو سال (۸۳-۸۱).

مدارک مربیگری و داوری

- دارنده کارت مربیگری دوومیدانی

کارگاه های آموزشی

- ۱) دارنده لوح تقدیر از دومین جشنواره شناسایی و توانمند سازی ایده های برتر (شتاب).
- ۲) دارنده مدرک کمک های اولیه (Heart saver First Aid) از انجمن قلب آمریکا
- ۳) مدرس ۵ دوره کارگاه آموزشی **تفسیر نتایج آزمون اسپیرومتری** (پژوهشگاه تربیت بدنی و علوم ورزشی)
- ۴) مدرس ۶ دوره کارگاه آموزشی **طراحی تمرینات ورزشی برای بانوان باردار** (پژوهشگاه تربیت بدنی و علوم ورزشی)
- ۵) مدرس ۴ دوره کارگاه آموزشی **طراحی تمرینات ورزشی برای دوره پس از زایمان** (پژوهشگاه تربیت بدنی و علوم ورزشی)
- ۶) دارنده مدرک زبان ESL از موسسه LINGUISTICS دانشگاه UIUC آمریکا
- ۷) دارنده گواهی قبولی در آزمون زبان انگلیسی TOLIMO با نمره عالی
- ۸) دارنده گواهی شرکت در کارگاه آموزشی **استراتژی های جایگزینی انرژی و مایعات برای ریکاوری بهینه**

- ۹) دارنده گواهی شرکت در کارگاه آموزشی Tapering and peaking for optimal performance
- ۱۰) دارنده گواهینامه دوره « آشنایی با قوانین و آیین نامه های پژوهشی »
- ۱۱) دارنده گواهینامه دوره « آموزش تدوین برنامه درسی »
- ۱۲) دارنده گواهینامه دوره « آشنایی با کامپیوتر و ویندوز XP »
- ۱۳) دارنده گواهینامه دوره « روش های برقراری ارتباط موفق »
- ۱۴) دارنده گواهینامه دوره « الگوهای یاددهی و یادگیری گروهی »
- ۱۵) دارنده گواهینامه دوره « مدیریت زمان »
- ۱۶) مسلط به نرم افزارهای آماری SPSS و Excel