بسمه تعالی

خلاصه سوابق

شهریور ۱۴۰۵

رضا قراخانلو – استاد پایه ۵۰ فیزیولوژی ورزش دانشگاه تربیت مدرس

- دارای مدرک دکتری فیزیولوژی ورزش از دانشگاه مونترال، کانادا
- چاپ بیش از ۱۵۰ مقاله علمی داخلی و ۵۰ مقاله علمی خارجی
- تألیف و ترجمه ۲۶ جلد کتاب و انجام ۸ طرح تحقیقی
- ۳٤ سال سابقه متناوب مدیریت در عرصه ورزش کشور

مشروح سوابق:

۱) **وضعیت تأهل**: متأهل و دارای دو فرزند

سال و محل تولد: ۱۳۳۷، تهران

۲) مدارج تحصیلی:

۱. لیسانس تربیت بدنی از دانشگاه تربیت معلم تهران (۱۳٦۵)

۲. فوق لیسانس آسیب شناسی ورزشی و حرکت درمانی از دانشگاه تربیت مدرس (۱۳٦۸)

۳. دکترای فیزیولوژی ورزش از دانشگاه مونترال– کانادا (۱۳۷۷)

۳) طرحهای تحقیقاتی

۱. مطالعه صدمات ورزشی از دیدگاه مربیان با سابقه و ورزشکاران نخبه

۲. طراحی و ساخت دستگاه تردمیل جوندگان

۳. بررسی نحوه گذران اوقات فراغت جانبازان و معلولین تهرانی با تأکید بر نقش تربیت بدنی و ورزش

٤. بررسی نحوه گذران اوقات فراغت دانش آموزان پسر تهرانی با تأکید بر نقش تربیت بدنی و ورزش

٥. بررسی موانع و مشکلات توسعه تحقیقات تربیت بدنی و علوم ورزشی

٦. مطالعه، طراحی و تدوین آزمونهای سنجش آمادگی ورزشکاران نخبه در رشته‌های مختلف ورزشی

۷. بررسی وضعیت موجود و تدوین شاخص‌های استعدادیابی در فوتبال

۸. مطالعه ویژگیها، توانمندیها و شناسایی قطب‌های ورزش قهرمانی استانهای مختلف کشور

۹. اجرای حدود ۱۱۰ طرح تحقیقاتی در حوزه فیزیولوژی ورزش، در قالب پایان نامه/رساله کارشناسی ارشد/دکتری

۴)برخی از مقالات داخلی

۱. برآورد توان بی‌هوازی با آزمون پرش زیگزاگ جدید با نام آزمون بی‌هوازی تربیت مدرس (TMAT) فصلنامه علمی – پژوهشی المپیک – سال شانزدهم (پیاپی ٤۲) تابستان ۱۳۸۷

۲. هنجاریابی BMI,WC,WHR و درصد چربی بدن در مردان ۳۰-۵۵ ساله شهر تهران – حرکت – شماره ۲۰ تابستان ۸۳

۳. هنجاریابی WSR,WC,WHR,BMI درصد چربی و ارتباط آنها با فعالیت بدنی در زنان ۳۰-۵۵ ساله شهر تهران- فصلنامه المپیک- سال دوازدهم- شماره ۳ (پیاپی ۲۷) -۱۳۸۳

٤. مقایسه آثار یک جلسه تمرین شدید در محیطهای معمولی و گرم بر غلظت‌های ایمونوگلوبولین A و کورتیزول بزاقی در دوندگان استقامت مرد- فصلنامه المپیک- سال سیزدهم – شماره (پیاپی ۲۹)- ۱۳۸٤

٥. بررسی نیمرخ ترکیب بدنی، فیزیولوژیکی و آنتروپومتریکی بازیکنان نخبه فوتسال ایران – فصلنامه المپیک – سال سیزدهم- شماره ۲ (پیاپی ۳۰) – ۱۳٤۸

٦. بررسی چگونگی گذران اوقات فراغت جانبازان و معلولین – حرکت – شماره ٦- ۱۳۷۹

۷. تأثیر تمرینات هوازی متوسط و شدید بر فعالیت آنزیم پاراکسوناز (PON۱) و نیمرخ لیپیدی سرم مردان سالم غیر ورزشکار- فصلنامه المپیک – سال یازدهم- پیاپی ۲٤-۱۳۸۲

۸. بررسی و مقایسه توان هوازی و توان بی‌هوازی بازیکنان تیم ملی فوتبال جوانان ایران در پست‌های متفاوت بازی – فصلنامه المپیک – سال دوازدهم – پیاپی ۲٦-۱۳۸۳

۹- تأثیر برنامه تمرینی زیر بیشینه شنا بر تغییرات غلظت ANP پلاسما و فشار خون مردان میانسال مبتلا به ازدیاد فشار خون اولیه – مجلهٔ علوم دانشگاه- شماره ۱۱-۱۳۸۲

۱۰ بررسی و مقایسه تأثیر سه روش تمرینی پرشهای عمقی بر شاخصهای الکترومایوگرافی ورزشکاران ۱٦-۱۸ ساله باشگاهی- فصلنامه المپیک- سال دوازدهم- پیاپی ۲٦-۱۳۸۳

۱۱. اثر مکمل کولین و محلول کربوهیدرات بر عملکرد استقامتی، گلوکز و چربیهای خون دوچرخه‌سواران ورزیده- فصلنامه المپیک – سال دوازدهم- پیاپی ۲٦-۱۳۸۳

۱۲. ضرورت استفاده از مربیان خارجی فوتبال از دیدگاه کارشناسان- پژوهش در علوم ورزشی – شماره ۷- ۱۳۸٤

۱۳. تجزیه و تحلیل نوع و میزان فعالیت‌های بدنی دفاع‌ها و هافبک‌های لیگ برتر فوتبال ایران- حرکت- شماره ۲۱-۱۳۸۲

١٤. تأثیر برنامه تمرینی بر نسبت فعالیت الکتریک عضلات پهن داخلی مایل به پهن خارجی در زنجیرهٔ حرکتی بسته زانو- فصلنامه المپیک- سال سیزدهم- پیاپی ٣١-١٣٨٤

١٥. ارتباط بین فعالیت آنزیم پارا اکسوناز/آریل استراز با سطوح لیپیدی سرم- مجله علمی دانشگاه علوم پزشکی بیرجند- دوره ١٢- شماره ٣و٤ – ١٣٨٤

١٦. تأثیر تمرینات هوازی شدید و متوسط بر سلامت عمومی مردان غیر فعال – پژوهش نامهٔ علوم ورزشی- سال اول- شماره ٢-١٣٨٤

١٧. ساخت نوارگردان (تردمیل) جوندگان- پژوهش در علوم ورزشی – شماره ١٠-١٣٨٥

١٨. توصیف و تعیین رابطهٔ بین ویژگیهای آنتروپومتریکی و فیزیولوژیکی با موفقیت تکواندوکاران- فصلنامه المپیک- سال ١٤- پیاپی ٣٦-١٣٨٥

١٩. اعتبار آزمونهای کانکانی قدیم و جدید در برآورد آستانهٔ بی‌هوازی مردان فعال- فصلنامه المپیک- سال ١٥-پیاپی ٣٧-١٣٨٦

٢٠. تأثیر تمرینات هوازی متوسط و شدید بر فعالیت آنزیم آریل استراز (ARE) و ظرفیت اکسایشی تام (TAC) مردان سالم غیر فعال – پژوهش در علوم ورزشی – شماره ٩-١٣٨٤

٢١. مقایسه امتیازگیری افراد شرکت کننده در مسابقات انفرادی تنیس روی میز بازیهای المپیک ٢٠٠٤ آتن- فصلنامه المپیک- سال ١٥- پیاپی ٣٨-١٣٨٦

٢٢. مقایسه میزان چربی‌های خون، درصد چربی زیر پوستی و تعیین رابطه آنها- فصلنامه علمی- پژوهشی المپیک- سال هشتم شماره ١٨-١٣٧٩

٢٣. بررسی آثار چهار نوع بازیافت فعال و غیر فعال در رکورد شنای صدمتر قورباغه در شناگران نخبه – فصلنامه علمی- پژوهشی المپیک سال دهم- شماره ١٨-١٣٨١

٢٤. بررسی نحوه گذران اوقات فراغت دانش آموزان پسر تهرانی- فصلنامه ورزش شماره هشتم

۲۵. بحثی پیرامون نحوه پیشگیری از آسیبهای ناشی از گرما در دوهای استقامت- فصلنامه ورزش

۲٦. توزیع CGRPدر NMJ عضلات مختلف موش سفید، متعاقب افزایش فعالیت بدنی – دو ماهنامهٔ علمی- پژوهشی دانشور پزشکی – سال ۱۵- شماره ۷۲- دی ۱۳۸٦

۲۷. بررسی صدمات ورزشی (میزان، شیوع، علل انواع و پیشگیری) از دیدگاه مربیان با سابقه و ورزشکاران نخبه- فصلنامه المپیک شماره ۱٤-۱۳۷۹

۲۸. مطالعه رابطه میان دوره قاعدگی، شدت تمرینات و بروز آسیب‌های ورزشی- فصلنامه المپیک

۲۹. شناسایی موانع و مشکلات پژوهشی در تربیت بدنی و علوم ورزشی در دانشگاه‌های کشور- فصلنامه پژوهشی در ورزش شماره ۱- ۱۳۸۱

۳۰. هنجاریابی نسبت دور کمر به دور لگن (WHR) در مردان ٤۰ سال به بالای شهر اهواز و ارتباط آن با عوامل خطر زای قلبی- عروقی و دیابت. فصلنامه المپیک سال دهم- شماره ۳ و٤ (پیاپی ۲۲)، پاییز و زمستان ۱۳۸۱

۳۱. بررسی اثر ویتامین E وc در پیشگیری از ضعف سیستم ایمنی در وزرشکاران، فصلنامه المپیک سال دهم – شماره ۳ و ٤ (پیاپی ۲۲) پاییز و زمستان ۱۳۸۱

۳۲. اثر تمرینات هوازی بر سایز LDL و آپوپروتئین‌های پلاسمایی در مردان میانسال، چهارمین شماره نشریه حرکت - زمستان ۸۱

۳۳. اثر تمرینات کشتی در پیش از فصل و فصل مسابقه روی سیستم ایمنی سلولی و کورتیزول سرم کشتی گیران جوان، دوازدهمین شماره نشریه حرکت -تابستان ۸۱

۳٤. بررسی تأثیر قطع تمرینات با وزنه در فصل مسابقه بر عملکردی دوندگان سرعت، دوزادهمین شماره نشریه حرکت تابستان ۱۸

۳۵. سازش‌های ساختاری و عملکردی قلب ورزشکاران (فوتبالیست‌ها)، یازدهمین شماره نشریه حرکت – بهار ۸۱

۳٦. اثر تمرین استقامتی به شکل دویدن بر روی نوار گردان بر مقدار CGPR درجسم موتونرون‌های کمری موش سفید، چهل و یکمین دو ماهنامه علمی – پژوهشی دانشور پزشکی- آبان ۸۱

۳۷. مقایسه اثر شدت تمرینات هوازی بر عاملهای خطر زای قلبی – عروقی در مردان بزرگسالان، بیست و سومین شماره فصلنامه المپیک- بهار و تابستان ۸۲

۳۸. تأثیر دوازده هفته تمرین مقاومتی بر پاسخ برخی از هورمونهای آنابولیک- پژوهشی در علوم ورزشی – شماره ۱۱- سال ۱۳۸۵

۳۹. ارزشیابی نقش مربیان خارجی در موفقیت تیمهای ملی و باشگاهی فوتبال ایران- فصلنامه المپیک – سال ۱۲ پیاپی ۲۷- ۱۳۸۳

٤۰. اثر یک برنامه تمرینی استقامتی بر مقدار نیتریک اکساید پلاسمایی و میزان تغییرات آن با دریافت مکمل ال- آرژنین در موش سفید- فصلنامه المپیک – سال ۱۲- پیاپی ۲۷-۱۳۸۳

٤۱. واکنشهای GH, IGF.I, IGFBPS و تستوسترون به یک جلسه فعالیت بدنی شدید- فصلنامه المپیک – سال ۱۲- پیاپی ۲۸- ۱۳۸۳

٤۲. ارزیابی روند- تغییرات ترکیب بدنی و Vo_{2max} و همبستگی بین آنها در پسران ۱۱-۱۸ سال – فصلنامه المپیک- سال ۱۵- پیاپی ٤۰-۱۳۸٦

٤۳. مقایسه اثر سه نوع تمرین قدرتی، استقامتی، و موازی (ترکیب قدرتی و استقامتی) بر ویژگیهای بیوانرژیک، قدرت بیشینه، و ترکیب بدنی مردان تمرین نکرده- فصلنامه المپیک- سال ۱۵- پیاپی ٤- ۱۳۸٦

٤٤. بررسی تأثیر یک برنامه بازتوانی ورزشی قلبی بر روی میزان تغییرات ایسکمی خاموش و کسر خروجی در بیماران مبتلا به سکته قلبی- طب و تزکیه- سال ١٤-١٣٨٤

٤٥. اثر هشت هفته تمرینات فوتبال بر غلظت متابولیت‌های فیزیک اکساید و ارتباط آن با گرفتگی عضلات- فصلنامه پژوهش در ورزش – شماره یک- ١٣٨١

٤٦. بررسی نگرش اقشار مختلف دربارهٔ حضور تماشاچیان زن در میدان ها و رقابت های ورزشی مردان – پژوهش در علوم ورزشی- شماره ١٧- زمستان ١٣٨٦.

٤٧. اثر تمرین مقاومتی و مکمل سازی کراتین بر تراکم استخوانی مردان جوان – پژوهش در علوم ورزشی- شماره ٢٠- پاییز ١٣٨٧

٤٨.مقایسه امتیاز گیری با استفاده از تکنیکها و تاکتیکهای حمله ای و دفاعی در مسابقات دو نفره تنیس روی میز المپیک ٢٠٠٤ اتن-نشریه مطالعات علوم ورزشی-ش ١-زمستان ١٣٨٧

٤٩.اعتبار استانه تنفسی جبرانی در براورد شدت بحرانی-پژوهش در علوم ورزشی-ش ، ٢١ زمستان ١٣٨٧

٥٠- مطالعه ارتباط بین تغییرات IL-٦ و CKسرم دختران فعال پس از دو نوع فعالیت زیر بیشینه درونگرا و برونگرا- فصلنامه المپیک- سال١٧- پیاپی ٤٦-تابستان ١٣٨٨

٥١- تاثیر مصرف کوتاه مدت ٢٠و ٣٠ گرم مکمل کراتین منو هیدراتبر اجرای بیهوازی و لاکتات خون کشتی گیران- فصلنامه المپیک- سال١٧- پیاپی ٤٦-تابستان ١٣٨٨

٥٢. طراحی ازمون پله بیشینه با نام TMSTبرای براورد VO٢max- - فصلنامه المپیک- سال١٧- پیاپی ٤٦-تابستان ١٣٨٨

٥٣-توزیع CGRPدر NMJعضلات مختلف موش سفید، متعاقب افزایش فعالیت بدنی- دانشور- سال ١٥-شماره ٧٢-١٣٨٦ تکراریاست با شماره ٢٦

٥٤-اثر تمرین مقاومتی بـر سـطوح سـرمی میوسـتاتین،GASP-١, IGF-I IGFBP-٣ درمـردان جوان.علوم حرکتی و ورزش: سال ٧-جلد اول- شماره ١٣-١٣٨٨

٥٥- اثر تمرین مقاومتی بر سطوح سرمی میوستاتین، تستسترون و کورتیزول در مردان جـوان- فصلنامه المپیک- سال١٦- پیاپی ٤٣- پاییز- ١٣٨٧

٥٦- اثر تمرین های استقامتی و مقاومتی بر میزان CGRPدر عضلات کنـد وتنـد انقبـاض مـوش صحرایی- مجله غدد درون ریز و متابولیسم ایران- دوره ١١ – شماره ٣- شهریور ١٣٨٨

٥٧-نیمرخ آمادگی جسمانی بازیکنان زبده فوتبال ایـران- فصـلنامه المپیـک- سـال١٨- پیـاپی٤٩- بهار ١٣٨٩

٥٨- تاثیر تمرینات استقامتی ، مقاومتی و ترکیبی بر میزان گیرنده های اسـتیل کـولین عضـله تنـد انقباض موش نر ویستار – نشریه فیزیولوزی و متابولیسم ورزشی- بهار ١٣٨٩، ١-١٠

٥٩- اثر چهار هفته تمرین تناوبی سرعتی فوق بیشینه بر برخی عوامل فیزیولوزیک، هورمـونی و متابولیک- مجله غدد درون ریز و متابولیسم ایران- دوره ١٢ – شماره ١- اردیبهشت ١٣٨٩

٦٠- اثر ترکیب و میزان فعالیت بدنی بر سطح اینتـر لـوکین هـای ٦ و ١٨ و پـروتین التهـابی C و ارتباط آنها با شاخص مقاومت به انسولین- مجله غدد درون ریز و متابولیسم ایـران- دوره ١١ – شماره ٦- اسفند ١٣٨٨

٦١- نیمرخ آنتروپومتریکی، آمادگی جسمانی و مهارتی پسران ١٠-٢٠ سال و ظرفیتهای قهرمـانی شهرهای منتخب کشور- پژوهش در علوم ورزشی-شماره ٢٥ – زمستان ١٣٨٨

٦٢- اثر تمرینات ترکیبی و مقاومتی بر میزان پپتید وابسته به ژن کلسی تونین در عضـلات کنـد و تند موش بالغ نژاد ویستار- دانشور پزشکی-سال ١٦- شماره ٨٤ – دی ١٣٨٨

٦٣ – مطالعه میزان کار و برخی شاخصهای فیزیولوزی داوران نخبه فوتبال ایران–المپیک–سال ۱۸–شماره ۵۱– ۱۳۸۹

٦٤– اثر تمرینات مقاومتی و ترکیبی بر میزان گیرنده های استیل کولین نیکوتینی در عضله نعلی موش های نر ویستار–نشریه پژوهش در علوم ورزشی – شماره ۲۷– ۱۳۸۹

٦٥– اثر چهار هفته تمرین تناوبی شدید بر شاخص های منتخب فیزیولوژیکی و متابولیکی مردان فعال– پژوهش نامه فیزیولوژی ورزشی کاربردی– شماره ۱۵– ۱۳۸۹

٦٦– تاثیر برنامه تناوبی سرعتی شدید بر اجرای هوازی و بی هوازی مردان تمرین نکرده– نشریه پژوهش در علوم ورزشی – شماره ۹– ۱۳۹۰

٦٧– اثر یک دوره تمری قدرتی بر میزان پپتید مرتبط با ژن کلسی تونین در عضلات کند و تند موشهای صحرایی نر– افق دانش–دوره ١٦– شماره ۳ – پاییز ۱۳۸۹

٨٦– تعدیل کاهش بیان ژن های MCT١ و MCT٤ در عضلات اسکلتی رت های دیابتی نوع ۲ متعاقب تمرین استقامتی. دیابت و لیپید ایران–شماره ۳۷– ۱۳۸۹

٦٩– تاثیر تمرین استقامتی بر محتوی پروتئینی مبادله گر سدیم هیدروژن و کوترانسپورتر سدیم بی کربنات در عضلات اسکلتی رت های دیابتی نوع ۲– دیابت و لیپید ایران–۱۳۸۹

۷۰– سازگاری های عصبی–عضلانی و عملکردی به تمرین منتخب پلیومتریک در مقابل ترکیب تمرین مقاومتی و پلیومتریک– علوم زیستی ورزشی–۱۳۸۹

۷۱– بیان MSTN و MyoD در پاسخ به تمرین مقاومتی در عضلات تند و کند انقباض موش ورزیده و غیر ورزیده نر ویستار –علوم زیستی ورزشی–۱۳۹۰

۷۲– تاثیر برنامه تمرین تناوبی سرعتی شدید بر اجرای هوازی و بیهوازی مردان تمرین نکرده– پژوهش در علوم ورزشی–۱۳۹۰

۷۳- اثر تمرینات استقامتی، مقاومتی و ترکیبی بر میزان پپتید مربوط به ژن کلسی تونین در عصب سیاتیک موش صحرایی- پژوهش در علوم ورزشی-۱۳۹۰

۷٤- اثر یک دوره تمرین تناوبی شدید بر منتخبی از شاخصهای عملکرد هوازی، بیهوازی و هماتولوژیکی ورزشکاران- پژوهش در علوم ورزشی-۱۳۹۰

۷۵- اثر یک دوره تمرین تناوبی شدید بر منتخبی از شاخصهای عملکرد هوازی، بیهوازی و هماتولوژیکی ورزشکاران - پژوهش در علوم ورزشی-۱۳۹۰

۷٦-تاثیز مکمل دهی فرنجیمشک متعاقب یک جلسه فعالیت شبیه سازی شده کاراته بر برخی شاخصهای آنتی اکسیدانی و آسیب عضلانی پلاسمایی منتخب در کاراته کاران نخبه-زیست شناسی جانوری-۱۳۹۹

۷۷-تدوین برنامه راهبردی پایش تندرستی و فعالیتبدنی دانشجویان کشور-مطالعات مدیریت ورزشی ، پژوهشگاه علوم ورزشی-۱۳۹۹

۷۸-تاثیر تمرین هوازی و هوای آلوده به ذرات کربن سیاه بر بیان ژنهای NF-κB و TNF-α بافت هیپوکامپ مغز موشهای صحرایی نر-فیزیولوژی ورزش و فعالیت بدنی-۱۳۹۷

۷۹-تأثیر ۳۰ ساعت محرومیت از خواب بر امتیاز تیراندازی و تحریک پذیری قشری نخاعی سربازان- فیزیولوژی ورزش و فعالیت بدنی-۱۳۹۸

۸۰- الگوی پارادایمی توسعه ورزش قهرمانی و حرف های ایران-فصلنامه علمی مطالعات راهبردی ورزش و جوانان-۱۳۹۷

۸۱- بررسی فراوانی پلیمورفیسم های rs۱۸۱۵۷۳۹ ژن ACTN ۳ و rs۸۱۹۲٦۷۸ ژن PPARGC۱A در بازیکنان حرفهای فوتبال لیگ برتر ایران: مطالعه موردی-کنترلی. علوم زیستی ورزشی – تابستان۱٤۰۰

۸۲- اثر تمرین مقاومتی و مداخله سبک زندگی بر تعداد لنفوسیتهای +TCDو ترکیب بدن بیماران مبتلا به عفونت اچ.آی.وی -علوم پزشکی دانشگاه مازندران-۱۳۹۸

۸۳- **تأثیر شش هفته تمرینات تخصصی ویژه و مکمل سی ٤ در مرحله آمادگی بر متغیرهای فیزیولوژیکی و عملکردي بازیکنان مرد فوتسال لیگ برتر عراق- علوم زیستی ورزشی، دانشگاه تهران- ۱٤۰۵**

۵)برخی از مقالات خارجی

۱. The effect of a submaximal swimming program on plasma ANP concentration, and its Relationships with Essential Hypertension in Middle-Age Males. World Applied Sciences Journal (WASJ), ۵(٤):٤۵۵-٤۵۹, ۲۰۰۸

۲. The effects of aerobic exercises on the serum oxidized LDL and total antioxidant capacity in non- active men. CVD Prevention and control, (۲۰۰۸), Vol.۳,pp۷۷-۸۲.

۳. Increased Activity in the form of endurance Training increases CGRP content in lumbar motoneuron cell bodies and in Sciatic nerve in the rat. Neuroscience, (۱۹۹۹), vol.۸۹ No.٤,pp.۱۲۲۹-۱۲۳۹

٤. Effects of Aerobic Exercises on the Serum Paraoxonase۱ Arylesterase Activity and lipid profile in Non-Active Healthy Men. IJSSE (International Journal of Sport science and Engineering), (۲۰۰۷), vol,۱.No۲, pp.۱۰۵-۱۱۲

۵.CGRP expression in rat soleus motoneurons following endurance training. Canadian J.Applied Physion.suppl.No,۲۲,۱۹۹۷.

٦. Noninvasive determination of anaerobic threshold by monitoring the ٪Spo٢ changes and respiratory gas exchange. Journal of Strength and Conditioning Research. Vol. ٢٣- No. ٧- Oct. ٢٠٠٩

٧. Effects of oral creatin and resistance training on serum myostatin and GASP١. Molecular and Cellular Endocrinology, (٢٠١٠), ٣١٧: ٢٥-٣٠

٨. Wireless near–infrared spectroscopy of skeletal muscle oxygenation and hemodynamics during exercise and ischemia. Spectroscopy, (٢٠٠٩), ٢٣: ٢٣٣-٢٤١

٩. Analysis of type and level of physical activities of defenders & midfielders in Iran's football premier league. PAN-ASIAN Journal of sports & Physical Education, (٢٠١٠), Vol. ٢, No. ١:٩٩-١١٠

١٠. Physiological and Performance Changes from the Addition of a Sprint Interval Program to Wrestling Training. Journal of Strength and Conditioning Research, (٢٠١١) ٢٥ (٩): ٢٣٩٢-٢٣٩٩.

١١. A practical model of low–volume high–intensity interval training induces performance and metabolic adaptations that resemble “all-out” sprint interval training. J. of sport science and medicine , (٢٠١١) ١٠: ٥٧١-٥٧٦

١٢. Effects of aerobic exercise on lung function in overweight and obese students. Tannaffos (٢٠١١) ١٠(٣), ٢٤-٣١

١٣. Changes of plasma angiogenic factors during Chronic resistance exercise in Type I Diabetic Rats, Pakistan Journal of Medical Science, (٢٠١٢) ٢, ٣٢٨-٣٣٢

١٤.Anthropometric measures as predictors of cardiovascular disease risk .

factors in the urban population of Iran. Arquivos Brasileiros de Cardiologia, (٢٠١٢) ٩٨, ١٢٦-١٣٥

١٥.Effects of Endurance and Resistance Training on Calcitonin Gene–Related

Peptide and Acetylcholine Receptor at Slow and Fast Twitch Skeletal Muscles and Sciatic Nerve in Male Wistar Rats. Int. J. of Peptides (٢٠١٢): ١-٨

١٦.Individual and Concomitant Effects of Cardioprotective Programs on

Cardiac Apelinergic System and Oxidative State in L-NAME-Induced Hypertension. Clinical and Experimental Hypertension. (٢٠١٢) ١-٨

١٧.Effect of resistance training on plasma nitric Oxide and asymmetric

dimethylargenine concentrations in type I diabetic rats. Int. J. preventive medicine (٢٠١٣) ٢: ٧٨-٨٤

١٨–Wireless near–infrared spectroscopy of skeletal muscle oxygenation and

hemodynamics during exercise and ischemia- Journal of Spectroscopy-٢٠٠٩

١٩–The effects of aerobic exercises on the serum oxidized LDL and total antioxidant capacity in non-active men - CVD prevention and control – ٢٠٠٨

٢٠–Exercise–Induced changes of MCT١ in cardiac and skeletal muscles of diabetic rats induced by high-fat diet and STZ - J. Physiolo. Biochem – ٢٠١٣

٢١–The study of effect of resistance training on plasma S١P level and gene expression of S١P١,٢,٣ receptors in male Wistar ratsMinerva Endocrinologica-٢٠١٣

٢٢–Expression of interleukin–١٥ and inflammatory cytokines in skeletal muscles of STZ-induced diabetic rats: effect of resistance exercise training – Endocrine -٢٠١٤

٢٣–The effect of high–fat diet and streptozotocin–induced diabetes and endurance training on plasma levels of calcitonin gene-related peptide and lactate in rats - Canadian Journal of Diabetes – ٢٠١٤

٢٤–Time course of IL–١٥ expression after acute resistance exercise in trained rats: effect of diabetes and skeletal muscle phenotype-Endocrine – ٢٠١٤

٢٥–Treadmill Training Modifies KIF٥B Motor Protein in the STZ–induced Diabetic Rat Spinal Cord and Sciatic Nerve -Archives of Iranian medicine – ٢٠١٥

٢٦–Predictors of Women's Exercise Behavior Based on Developed Theory of Planned Behavior with Action and Coping Planning- Health Education & Health Promotion – ٢٠١٣

٢٧–Determinants of Physical Activity Based on the Theory of Planned Behavior in Iranian Military Staff's Wives: A Path Analysis - Global Journal of Health Science - ٢٠١٥

٢٨–Effects of Endurance Training on A١٢ Acetyl Cholinesterase Activity in Fast and Slow-Twitch Skeletal Muscles of Male Wistar Rats - Zahedan Journal of Research in Medical Sciences – ٢٠١٣

٢٩–Amyloid–beta Clearance in Alzheimer's disease: Does Exercise Play a role?– Annals of Alzheimer's and Dementia Care-٢٠٢٠

٣٠ –Exercise training and cognitive performance in persons with multiple sclerosis: A systematic review and multilevel meta-analysis of clinical trials-Multipel Sclerosis Journal-٢٠٢٠

٣١–The Effect of Aerobic Exercise on Collagen Type I and IV Gene Expression and Collagen Type I Protein Changes in the Sciatic Nerve of Diabetic Rats-Novelty in Biomedicine-٢٠٢٠

٣٢–The Effect of Endurance Training on Fibronectin Gene Expression of the Sciatic Nerve in Diabetic Rats-Acta Med Iran-٢٠٢٠

٣٣–Physical activity may contribute to brain health in multiple sclerosis: An MR volumetric and spectroscopy study- Neuro Imaging-٢٠٢٠

٣٤– Exercise training ameliorates cognitive dysfunction in amyloid beta-injected rat model: possible mechanisms of Angiostatin/VEGF signaling-Metabolic Brain Disease-٢٠٢١

٣٥– Does Endurance Training Compensate for Neurotrophin Deficiency Following Diabetic Neuropathy?- Iran Red Crescent Med J. ٢٠١٦ October; ١٨(١٠):□٣٧٧٥٧

٣٦– Monitoring training in women's volleyball: Supine or seated heart rate variability? Physiology & Behavior -٢٠٢١

٣٧– Effects of exercise training and supplementation with selenium nanoparticle onT-helper١ and ٢ and cytokine levels in tumor tissue of mice bearing the ٤T١ mammary carcinoma- Nutrition ٥٧(٢٠١٩)

٣٨–Treadmill Exercise Ameliorates Spatial Learning and Memory Deficits Through Improving the Clearance of Peripheral and Central Amyloid Beta Levels-Neurochemical Research (٢٠١٨) ٤٣:١٥٦١–١٥٧٤

٣٩- Moderate treadmill exercise ameliorates amyloid-β-induced learning and memory impairment, possibly via increasing AMPK activity and upregulation of the PGC-1α/FNDC5/BDNF pathway. Peptides 102 (2018) 78-88

40-Treadmill exercise ameliorates spatial learning and memory deficits through improving the clearance of peripheral and central amyloid-beta levels. Neurochemical Research, vol. 43, no. 8pp. 1561-1574 (2018).

٤١- **Effect of Reduced Physical Activity on Murf-١ and Atrogin-١ Gene Expression in Soleus Muscle of Wistar Rats Following Endurance, Resistance and Combined Training-Scientific Journal of Rehabilitation Medicine-٢٠٢٢**

٤٢- **Enhancing brain health: Swimming-induced BDNF release and epigenetic influence in MS female mouse models- Journal of Ethnicity in Substance Abuse- ٢٠٢٤**

٤٣-The Effect of Short-Term Eccentric Endurance Exercise on T-helper Cells Following Injection of Herpes Simplex Virus Type ١ Glycoprotein D DNA Vaccine- Sport Physiology – ٢٠٢٣

٤٤-Velocity-Based Training; A Contemporary Method of Resistance Training: A Mini Review- Journal of Exercise and Health Science, Vol. ٠٢, No. ٠٢, Spring ٢٠٢٢

٤٥-Integrating Specific Training with C4 Supplementation to Enhance Sport-Specific Performance in Futsal Players-J Motor Control Learn. 2026 February; 8(1)

۶) کتب (ترجمه، تألیف و ویراستاری علمی)

۱. مباحثی در مبانی تربیت بدنی- انتشارات جهاد دانشگاهی مرکز

۲. خود درمانی در آرتروز- انتشارات دفتر تحقیقات سازمان تربیت بدنی

۳. آسیب شناسی ورزشی- انتشارات سمت **(چاپ پانزدهم)**

٤. مفاهیم اساسی در آمادگی هوازی- انتشارات کمیته ملی المپیک

٥. سازگاری درون سلولی عضلات قلبی و اسکلتی به تمرین – انتشارات پژوهشکده تربیت بدنی

٦. راهنمای فیزیولوژی: سازگاری عضلانی به تمرین – انتشارات پژوهشکده تربیت بدنی

۷. حرکات اصلاحی و درمانی –انتشارات سازمان سمت **(چاپ بیست وچهارم)**

۸. راهنمای پزشکی ورزشی – انتشارات کمیته ملی المپیک

۹. آزمونهای سنجش آمادگی جسمانی، مهارتی و روانی ورزشکاران نخبه – انتشارات کمیته ملی المپیک

۱۰. بیش تمرینی در ورزش – انتشارات پژوهشکده تربیت بدنی

۱۱. مفاهیم اساسی درآمادگی بی‌هوازی – انتشارات کمیته المپیک

۱۲. مفاهیم اساسی در علم تمرین – انتشارات کمیته ملی المپیک

۱۳. جنبه‌های عصبی – عضلانی فعالیت بدنی – انتشارات پژوهشکده تربیت بدنی

۱٤. فیزیولوژی فوتبال – انتشارات کمیته ملی المپیک

۱٥. سیاستگذاری و الویت بندی توسعه ورزش قهرمانی- انتشارات کمیته ملی المپیک

۱٦. مربیگری موفق- انتشارات کمیته ملی المپیک

۱۷. خستگی و فعالیتهای بدنی- انتشارات آوای ظهور

۱۸.ساختار و عملکرد عضله اسکلتی-انتشارات سمت

۱۹. نگاهی به سازگاریهای سلولی و مولکولی به تمرینات ورزشی-انتشارات حتمی

۲۰. فیزیولوژی عصبی عضلانی پیشرفته- انتشارات سمت

۲۱. عضله اسکلتی از مولکول تا فعالیت-انتشارات حتمی

۲۲. ورزش و بیماری آلزایمر-پژوهشگاه علوم ورزشی

۲۳. مقدمه ای بر الکترومایوگرافی در علوم ورزشی- موسسه نشر دولتمند

۲٤.کار آفرینی و مدیریت کسب و کار در فیزیولوزی ورزشی-پژوهشگاه علوم ورزشی

۲۵.راهنمای آزمایشگاهی سنجش آمادگی جسمانی و توصیه های تمرینی-انتشارات حتمی

۲٦ – یک فصل از کتاب Chaperokine- Activity of Heat Shock Proteins

انتشارات Springer ۲۰۱۹

۷) سوابق شغلی و مدیریتی

۱. معلم آموزش و پرورش (شش سال)

۲. عضو رسمی دفتر مرکز جهاد دانشگاهی (سه سال)

۳. ایجاد وریاست مرکز آموزش سازمان تربیت بدنی (۱۳٦٤-سه سال)

٤. دبیر گروه تربیت بدنی دانشکده علوم انسانی دانشگاه تربیت مدرس (سه سال)

۵. مدیر کل تربیت بدنی وزارت فرهنگ و آموزش عالی و بنیانگذاری المپیاد فرهنگی- ورزشی دانشجویان (۱۳۷۱-۷۲)

٦. عضو کمیته تدوین کتب رشته تربیت بدنی در سازمان «سمت» (یک سال)

۷. عضو کمیته پژوهشی رشته تربیت بدنی در وزارت فرهنگ و آموزش عالی (یک سال)

۸. اولین عضو هیأت علمی گروه تربیت بدنی دانشگاه تربیت مدرس (از سال ۱۳٦۸)

۹. مشاور سه وزیر علوم، تحقیقات و فناوری در امور تربیت بدنی (۱۳۷۷-۱۳۸۱)

۱۰. ایجاد وریاست پژوهشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی (سه سال)

۱۱. رئیس کمیسیون فیزیولوژی ورزش کمیته ملی المپیک ایران (۱۳۸۷-۱۳۸۳)

۱۲. مشاور علمی اداره کل اعزام دانشجو به خارج (سه سال)

۱۳. معاون فرهنگی و آموزشی سازمان تربیت بدنی (۱۳۸۰-۱۳۸۳)

۱٤. قائم مقام سازمان تربیت بدنی در اجرای نظام جامع توسعه تربیت بدنی و ورزش کشور (۱۳۸۱-۱۳۸۳)

۱۵. رئیس کمیته برنامه‌ریزی رشته تربیت بدنی و علوم ورزشی، وزارت علوم-بازبینی و اصلاح برنامه های رشته و ایجاد گرایشها ی آن پس از ۱۵ سال (۳ سال)

۱٦. نائب رئیس انجمن ورزش آسیا (ASPES) (۱۳۸٤-۱۳۸۰)

۱۷. نایب رئیس انجمن علمی تربیت بدنی کشور (۱۳۸۱-۱۳۸۵)

۱۸. رئیس انجمن علمی تربیت بدنی کشور (۱۳۹٦- ۱۳۹۲)

۱۹. رئیس کمیته ملی المپیک جمهوری اسلامی ایران (۱۳۸۷-۱۳۸۳)

۲۰. مدیر کمیسیون کنگره شورای المپیک آسیا (از ۱۳۸٦)

۲۱. رییس سازمان مبارزه بادوبینگ آسیای مرکزی(RADOCA)(۱۳۹۰-۱۳۸۵)

۲۲. مدیر برگزیده ملی- ششمین جشنواره شهید رجایی (۱۳۸۲-۱۳۸۳)

۲۳. ریاست چند همایش علمی ملی و بین المللی در ایران و خارج از ایران

۲٤. مشاور عالی رئیس فدراسیون فوتبال و رئیس کمیته مطالعات راهبردی فدراسیون ۹۱-۹٤

۲۵. رئیس پژوهشگاه تربیت بدنی و علوم ورزشی وزارت علوم (۱۳۹۳-۱۳۹۷)

۲۶. رئیس آکادمی ملی المپیک جمهوری اسلامی ایران (۱۴۰۰-۱۳۹۷)

۲۷- مشاور علمی پژوهشی کمیته ملی المپیک (۱۴۰۱-۱۳۹۹)

۲۸- عضو کمیسیون فرهنگ و آموزش کمیته بین المللی المپیک (آنوک) به مدت ٤ سال

۸) سوابق ورزشکاری

۱. عضو تیم فوتبال جوانان باشگاه پرسپولیس تهران در سال ۱۳۵۳

۲. عضو تیم فوتبال باشگاه راه آهن و کسب مقام سومی جوانان تهران۱۳۵٤-۱۳٥٦

۳. کسب مقام اول و مدال طلای مسابقات بین‌المللی فوتبال با تیم نوجوانان تهران (۱۳۵۵)

٤. کسب مقام چهارمی باشگاه‌های فوتبال تهران همراه تیم سرباز ۱۳۵۸

٥. قهرمان دانشگاه‌های کشور همراه تیم فوتبال دانشگاه تربیت معلم تهران

٦. دعوت شده به اردوی تیم‌های ملی فوتبال نوجوانان، جوانان و امید.

۹) فعالیتهای ویژه:

۱- ایجاد انستیتو ورزش – سازمان تربیت بدنی-۱۳٦٤

۲- ایجاد پژوهشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی- وزارت علوم، تحقیقات و فناوری-۱۳۷۸

۳- مدیریت تدوین طرح جامع ورزش کشور- ۱۳۸۳

٤- طراحی و اجرای اولین المپیاد فرهنگی-ورزشی دانشجویان کشور-۱۳۷۲

٥-طراحی و ساخت اولین تردمیل جوندگان، اهدائ ۱۰ دستگاه به مراکز آموزشی در ایران ،

برگزاری دوره آموزشی کار با جوندگان و ترویج کار با حیوانات در فیزیولوژی ورزش -۱۳۷۹

٦- عضو موثرهیات موسس انجمن علمی تربیت بدنی و علوم ورزشی در ایجاد آن

۷- استقرار مجدد پژوهشگاه تربیت بدنی و علوم ورزشی در تهران-۱۳۹۳

۸-عضو هیات موسس انجمن علمی فیزیولوژی ورزش ۱۳۹۹