



آموزشگاه فنی دختران یزد
حضرت رقیه (س)



فرم رزومه (CV)



الف- مشخصات فردی

نام و نام خانوادگی: فائزه حیدری

تاریخ تولد: ۱۳۶۶/۰۵/۲۲

محل تولد: یزد

ملیت: ایرانی

وضعیت تاهل: متاهل

مدرک تحصیلی: کارشناسی ارشد

مرتبۀ علمی: مربی فنی

آدرس: آموزشگاه دختران یزد حضرت رقیه (س)

تلفن محل کار: ۰۳۵-۷۲۲۴۴۴۳

فاکس: --

پست الکترونیک: f-heydari@tvu.ac.ir

ج: فعالیت های آموزشی

سال	دروس تدریس شده
از سال ۹۳ تاکنون	حرکت شناسی، حرکات اصلاحی. برنامه ریزی تمرین، بدمینتون، تربیت بدنی ویژه، دوومیدانی، ماساژ ورزشی آموزشگاه فنی دختران یزد
سال ۹۴ تا ۹۷	دوومیدانی ۱ و ۲، دانشگاه یزد
سال ۹۰ و ۹۱	تربیت بدنی عمومی، دانشگاه فردوسی مشهد

سال ۹۲ تا ۹۷	دوومیدانی ۱ و ۲، پیام نور استان یزد
۹۴-۹۵	تربیت بدنی عمومی، علوم پزشکی شهید صدوقی یزد

د: سوابق شغلی - حرفه ای

سال	سابقه
از سال ۹۸	سرپرست و مدیرگروه رشته تربیت بدنی و علوم ورزشی آموزشکده فنی دختران یزد
۹۶ و ۹۷	خدمت به عنوان دبیر تربیت بدنی در آموزش و پرورش
۹۱ تا ۹۷	نائب رییس بانوان هیات دوومیدانی شهرستان یزد
سال ۹۵	مربی تیم دوومیدانی دانشگاه یزد در سیزدهمین المپیاد فرهنگی ورزشی دانشجویان دانشگاه های کشور
سال ۹۴	مربی تیم دوومیدانی دانشگاه علوم پزشکی شهید صدوقی یزد در دوازدهمین المپیاد فرهنگی ورزشی دانشگاه های علوم پزشکی
۹۴ و ۹۵	مربی تیم دوومیدانی معلولین یزد در مسابقات کشوری
۹۶ و ۹۷	مربی تیم دوومیدانی آموزشگاه های یزد در مسابقات کشوری آموزش و پرورش
۹۳ و ۹۵	برگزاری کلاس مربیگری درجه ۳ دوومیدانی به عنوان مدرس فدارسیون در سال های

ه- افتخارات

سال	عنوان
سال ۹۹	استاد سرآمد بخش الکترونیک در دانشگاه فنی استان یزد
سال ۹۴	رتبه اول استانی در رشته حفظ احادیث موضوعی در مسابقات قرآن ویژه ورزشکاران
سال ۹۴	مقام اول اخلاق به عنوان مربی در دوازدهمین المپیاد فرهنگی ورزشی دانشگاه های علوم پزشکی
سال ۸۶	مقام اول تیمی والیبال در مسابقات جام رمضان در دانشگاه تهران
سال ۸۸	مقام سوم پرتاب وزنه در مسابقات دوومیدانی دانشجویان دانشگاه تهران
سال ۹۶	کسب رتبه ی مربی برتر در آموزش و پرورش

و: طرح‌های تحقیقاتی پایان یافته

سمت مجری	عنوان فارسی طرح	
		۱
		۲
		۳
		۴
		۵
		۶

ز: مقالات منتشر شده در مجلات معتبر علمی - پژوهشی

تاریخ انتشار	نام نشریه	عناوین مقالات	ردیف
۱۳۹۵	مجله علوم زیستی ورزشی	اثر حاد تمرین مقاومتی کاتسو بر هورمون رشد، عامل شبه انسولینی ۱ و لاکتات مردان جوان سالم	۱
۲۰۲۱	Journal of Hunan University	Influence of Physical Fitness on Job Burnout and Mental Health among Female Physical Education Teachers	۲
۱۴۰۱	مجله علمی پزشکی جندی شاپور	تأثیر تمرین تناوبی شدید و مکمل الاژیک اسید بر عوامل آنتی اکسیدانی و استرس اکسیداتیو زنان چاق: یک مطالعه کارآزمایی بالینی تصادفی شده دوسوکور	۳
			۴

ح-مقالات ارائه شده در همایش‌ها

ردیف	عناوین مقالات	عنوان همایش	تاریخ انتشار
۱	اثر یک دوره تمرینات هوازی به همراه مصرف جوانه گندم بر برخی عوامل خطرزای قلبی عروقی بیماران هایپرلیپیدمی	همایش ملی تربیت بدنی کاربردی و علوم ورزشی - دانشگاه آزاد تفت	۱۳۹۱
۲	بررسی میزان و علل ناهنجاری ها در اندام های فوقانی و تحتانی نوجوانان پسران و دختران نوجوان شهر یزد	همایش ملی تربیت بدنی کاربردی و علوم ورزشی - دانشگاه آزاد تفت	۱۳۹۱
۳	ارزیابی و مقایسه تراکم مواد معدنی استخوان مهره های ناحیه کمری پرش کنندگان	همایش ملی تربیت بدنی کاربردی و علوم ورزشی - دانشگاه آزاد تفت	۱۳۹۱
۴	اثر تمرین همراه با محدودیت جریان خون در تمرینات مقاومتی بر لاکتات، هورمون رشد، و IGF-1 مردان جوان	چهارمین کنفرانس ملی پژوهش های کاربردی در تربیت بدنی، علوم ورزشی و قهرمانی - موسسه عالی گنبد	۱۳۹۸
۵	ارتباط بین نمایه توده بدنی، مشارکت تمرینی در هفته، سابقه قهرمانی و سن با هوش هیجانی کشتی گیران غیرنخبه	چهارمین کنفرانس ملی پژوهش های کاربردی در تربیت بدنی، علوم ورزشی و قهرمانی - موسسه عالی گنبد	۱۳۹۸
۶	مقایسه انگیزه های مشارکت در فعالیت های ورزشی همگانی و تفریحی در بین زنان و مردان	چهارمین کنفرانس ملی پژوهش های کاربردی در تربیت بدنی، علوم ورزشی و قهرمانی - موسسه عالی گنبد	۱۳۹۸
۷	KAATSU WALKING INCREASES PROFILE OF GH, IGF-1 AND LACTATE; ACUTE RESPONSE TO THE EXERCISE	Second International and Fourth National Conference in Sport Sciences Innovations- University of mohaghegh Ardabili-	2020
۸	THE PREVALENCE OF POSTURAL OF POSTURAL ABNORMALITIES IN ADOLESCENT GIRLS AND BOYS IN ARDAKAN CITY	Second International and Fourth National Conference in Sport Sciences Innovations- University of mohaghegh Ardabili-	2020
۹	THE RELATIONSHIP OF BMI, WEEKLY SPORT PARTICIPATION, CHAMPIONSHIP HISTORY, AGE AND EMOTIONAL QUOTIENT IN NON-ELITE GIRLS' BASKETBALL PLAYERS	Second International and Fourth National Conference in Sport Sciences Innovations- University of mohaghegh Ardabili-	2020
			۴

۱۳۹۹	کنفرانس ملی تازه های علوم ورزشی و سلامت- دانشگاه ایلام	پاسخ هورمونی به دو تمرین پیاده روی و مقاومتی همراه با محدودیت جریان خون در مردان جوان	۱۰
۱۳۹۹	کنفرانس ملی تازه های علوم ورزشی و سلامت- دانشگاه ایلام	رابطه ی تراکم مواد معدنی استخوان و توان بی هوازی ورزشکاران نخبه دو و میدانی	۱۱
۱۳۹۹	کنفرانس ملی تازه های علوم ورزشی و سلامت- دانشگاه ایلام	رابطه ی بین شاخص توده بدن (BMI) و سه عامل سرعت، چابکی و توان در نوجوانان پسر	۱۲
۱۳۹۹	سومین همایش ملی علوم ورزشی با رویکرد ورزش، سلامت و جامعه	افزایش فاکتور رشد شبه انسولین یک (IGF-1) در تمرین پیاده روی همراه با محدودیت جریان خون در مقایسه با تمرین پیاده روی بدون محدودیت جریان خون	۱۳

ی : تألیفات

تاریخ انتشار	عنوان	ردیف
۱۴۰۰	وفاداری و ارزش برند های ورزشی	۱
۱۴۰۰	ورزش، افسردگی و استرس	۲
۱۴۰۱	آشنایی با ورزش والیبال (مبتدی تا پیشرفته همراه با قوانین رسمی)	۳
۱۴۰۱	حرکات اصلاحی کاربردی و الگوی حرکتی صحیح فعالیت های روزانه	۴

ه- دستاوردها و فعالیت های هنری

تاریخ	عنوان	ردیف