



وزارت ورزش و جوانان کشور  
اداره کل ورزش و جوانان استان سیستان و بلوچستان

## کارنامه دوره کوتاه مدت تئوری مربیگری درجه ۳

شماره: ۳۱۲/۶۹۲۶

تاریخ: ۱۴۰۰/۹/۴



سمیرا شهرکی

نام و نام خانوادگی:

محمد نبی

نام پدر:

۳۶۱۰۰۹۵۰۸۳

کد ملی:

۱۳۶۸/۰۷/۰۱

تاریخ تولد:

۱۴۰۰/۹/۷ لغایت ۸/۲۹

تاریخ برگزاری:

| ردیف | نام درس                   | نمره | ردیف | نام درس                   | نمره |
|------|---------------------------|------|------|---------------------------|------|
| ۱    | آناتومی و فیزیولوژی عمومی | ۱۶   | ۸    | ایمنی در ورزش             | ۱۷   |
| ۲    | برنامه ریزی و طراحی تمرین | ۱۶   | ۹    | مبانی تربیت بدنی و علوم   | ۱۹   |
| ۳    | نقش مربی                  | ۱۷   | ۱۰   | روانشناسی ورزشی           | ۱۹   |
| ۴    | رشد و تکامل حرکتی         | ۱۸   | ۱۱   | تجزیه و تحلیل مهارتی      | ۱۵   |
| ۵    | مبانی آمادگی جسمانی       | ۱۷   | ۱۲   | اخلاق مربیگری ورزشی       | ۱۸   |
| ۶    | تغذیه ورزشی               | ۱۶   | ۱۳   | احیا، پایه و کمکهای اولیه | ۱۶   |
| ۷    | مبانی استعدادیابی         |      | ۱۵   |                           |      |

این کارنامه به عنوان گواهی شرکت و قبولی در دوره کوتاه مدت تئوری مربیگری درجه ۳ صادر و به مدت ۳ سال دارای اعتبار و قابل ارائه به هیات ها، فدراسیون های ورزشی و ادارات کل ورزش و جوانان کشور است.

کسبه کر د ز ابلی  
مدیر کل

احمد میر  
مسئول آموزش هیات های ورزشی استان