

خلاصه مشخصات و سوابق



خلاصه مشخصات فردی:

نام و نام خانوادگی : لیلا احمدنژاد

سمت: هیات علمی

استادیار گروه آسیب شناسی ورزشی و حرکات اصلاحی دانشکده تربیت بدنی دانشگاه تربیت دبیر شهید رجایی، تهران-ایران

پست الکترونیک

Leila.Ahmadnezad@sru.ac.ir

leila.ahmadnezhad@yahoo.com

تحصیلات:

کارشناسی: رشته تربیت بدنی، گرایش مدیریت ورزشی، دانشگاه الزهرا

کارشناسی ارشد: رشته آسیب شناسی ورزشی و حرکات اصلاحی، دانشگاه فردوسی مشهد

دکتری: رشته آسیب شناسی ورزشی و حرکات اصلاحی، دانشگاه بوعلی سینا همدان

سوابق پژوهشی:

پایان نامه کارشناسی ارشد، با عنوان: تأثیر هشت هفته بازی های اصلاحی بر میزان انحنای کایفوز و کنترل پاسچر کودکان کم توان ذهنی، دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی، دانشگاه فردوسی مشهد، به راهنمایی دکتر احمد ابراهیمی عطری، با مشاوره دکتر ناهید خوشرفتاری یزدی و دکتر یحیی سخنگویی، (درجه عالی و نمره ۲۰)

رساله دکتری، با عنوان: تأثیر تمرینات تنفسی بر فعالیت عضلات منتخب لوکال و گلوبال تنه ورزشکاران مبتلا به کمردرد مزمن، دانشکده علوم ورزشی، دانشگاه بوعلی سینای همدان، به راهنمایی دکتر علی یلفانی، (درجه عالی)

مقالات علمی پژوهشی و بین المللی:

- Ahmadnezhad L, López-López D, Becerro-de-Bengoa-Vallejo R, Jiménez-Cebrián AM, Gómez-Salgado J, Losa-Iglesias ME, Andreo-García MV, Navarro-Flores E. Translated and adaptation into Persian of the podiatric health questionnaire (PHQ). *Journal of Tissue Viability*. 2023 May 1;32(2):255-61.
- Ahmadnezhad L, Yalfani A, Gholami-Borujeni B. Increasing Activity and Co-contraction of Local Muscles in the Core Region and Lumbopelvic Motor Control through Immediate Respiratory Muscle Training: A Double-Blind Randomized Controlled Trial. *Journal of Kerman University of Medical Sciences*. 2022 Jan 1;29(1):39-49.
- Gholami-Borujeni B, Yalfani A, Ahmadnezhad L. Eight-week inspiratory muscle training alters electromyography activity of the ankle muscles during overhead and single-leg squats: a randomized controlled trial. *Journal of Applied Biomechanics*. 2020 Oct 12;37(1):13-20.
- Ahmadnezhad L, Yalfani A, Borujeni BG. Inspiratory muscle training in rehabilitation of low back pain: a randomized controlled trial. *Journal of sport rehabilitation*. 2020 Jan 7;29(8):1151-8.
- نظری، غلامی بروجنی، بهنام، احمدنژاد. تمرینات اصلاحی آکادمی ملی طب ورزشی (NASM) در دو محیط خشکی و آب برای اصلاح ناهنجاری زانوی پرانتری در فوتبالیست‌های جوان: یک کارآزمایی بالینی تصادفی شده. پژوهش در توانبخشی ورزشی. ۲۰۲۲. ۲۱-۱۶:18(9);21 Jan
- لیلا احمدنژاد، علی یلفانی، رابطه میزان درد و ناتوانی عملکردی با فعالیت عضلات منتخب سطحی و عمقی ناحیه تنه و مقایسه فعالیت این عضلات بین مردان و زنان ورزشکار مبتلا به کمردرد مزمن غیراختصاصی. فصلنامه بیهوشی و درد، ۱۳۹۸؛ ۱۰(۲): ۱-۱۱
- علی یلفانی، لیلا احمدنژاد، بهنام غلامی بروجنی، فاطمه میاحی. بررسی تأثیر شش هفته تمرین درمانی در آب بر تعادل ایستا، عملکرد عضلات تنه و کمربند لگنی، درد و ناتوانی در زنان مبتلا به کمردرد مزمن، آموزش بهداشت و ارتقا سلامت، ۵(۴)، ۲۹۵-۲۸۸، ۱۳۹۶.
- علی یلفانی، لیلا احمدنژاد، بهنام غلامی بروجنی. تأثیر آبی تمرینات تعادلی بر حس عمقی مفصل میچ پای بازیکنان فوتبال، پیراپزشکی و توانبخشی مشهد، ۶(۳)، ۷۳-۶۴، ۱۳۹۶.

- علی یلفانی، بهنام غلامی بروجنی، لیلا احمدنژاد، شیرین اسمی. اثر حرکت درمانی در آب بر تعادل و انعطاف‌پذیری عضلات همسترینگ در زنان مبتلا به کمردرد مزمن، پژوهش توانبخشی در پرستاری، ۳(۳)، ۴۷-۳۹، ۱۳۹۶.
- علی یلفانی، نرگس جلالی، بهنام غلامی بروجنی، لیلا احمدنژاد. تأثیر هشت هفته بازی درمانی بر تعادل کودکان ۱۰ تا ۱۲ ساله کم توان ذهنی، علوم پیراپزشکی و توانبخشی مشهد، ۶(۱)، ۷۳-۶۴، ۱۳۹۶.
- علی یلفانی، لیلا احمدنژاد، بهنام غلامی بروجنی، زهرا خوشناموند. تأثیر شش هفته تمرینات ثبات مرکزی بر تعادل، درد و عملکرد بیماران زن مبتلا به کمردرد مزمن، مجله سلامت و مراقبت، ۱۸(۴)، ۳۴۶-۳۳۶، ۱۳۹۵.
- علی یلفانی، بهنام غلامی بروجنی، لیلا احمدنژاد. مقایسه تأثیر تمرینات ثبات مرکزی و زنجیره حرکتی بسته بر کنترل وضعیت بدنی دانش آموزان کم توان ذهنی، سلامت جامعه، ۱۰(۲)، ص ۳۳-۴۱، ۱۳۹۵.
- لیلا احمدنژاد، احمد ابراهیمی عطری، ناهید خوشرفتار یزدی، یحیی سخنگویی، تأثیر هشت هفته بازی های اصلاحی بر میزان انحنای کایفوز و قدرت عضلات تنه کودکان کم توان ذهنی. فصلنامه توانبخشی، ۱۳۹۵؛ ۱۷(۲): ۱۸۷-۱۷۸

- Leila Ahmadnezhad, Ahmad Ebrahimi Atri, Nahid Khoshraftar Yazdi, Yahya Sokhangoei, The effect of eight-weeks corrective games on kyphosis angle and postural control in mentally retarded children having kyphosis, *Journal of Research & Health*, 2015; 5(2): 178-183

مقالات ارائه شده در همایشها و سمینارهای علمی:

- Effectiveness of corrective exercise programs on postural correction and balance in mentally retarded students with kyphosis: A Randomized Controlled Trial", World orthopedics conference. **UK.2024**
- Eight weeks of postural correction exercises improve postural control in mentally retarded children with scoliosis, World Nursing Science Conference. San Francisco, **USA. 2024**
- The effect of immediate and eight weeks inspiratory muscle training on rehabilitation of low back pain, World congress on nursing and advanced healthcare. **Paris-France.2023**
- بررسی دفورمیتی ساختاری پا در بیماران همی پلژی، نهمین همایش بین المللی تربیت بدنی و علوم ورزشی پژوهشگاه تربیت بدنی، اسفند ۱۳۹۴
- مقایسه ویژگی‌های کنترل پاسچر کودکان کم توان ذهنی مبتلا به کایفوتیک و گروه کنترل، همایش ملی دستاوردهای نوین علمی در تربیت بدنی، دانشگاه سما قائم شهر، اسفند ۱۳۹۲
- ارتباط بین میزان دامنه حرکتی مفصل شانه دست برتر با میزان ساعات تمرینی شناگران زن کراال سینه، کنگره ملی تخصصی علوم ورزشی نیاز نسل فردا، دانشگاه شهید بهشتی تهران. آذر ۱۳۹۲

- تأثیر هفت هفته بازی های اصلاحی بر کیفیت پستی و قدرت عضلات تنه کودکان کم توان ذهنی، همایش ملی استعداد یابی ورزشی، دانشگاه شهید رجائی تهران، آذر ۱۳۹۲

داوری مقالات علمی:

- دآوری در مجله Complementary Therapies in Medicine (JCR)
- دآوری در مجله sports health (JCR)
- دآوری در مجله فصلنامه علمی پژوهشی توانبخشی. دانشگاه بوعلی سینا همدان
- دآوری در مجله علوم پزشکی شهید صدوقی یزد
- دآوری نشریه پژوهش در توانبخشی دانشگاه علوم بهزیستی و توانبخشی تهران

کتاب:

- تألیف کتاب ((حرکات اصلاحی، راهنمای جامع و کاربردی))، انتشارات آییژ، سال ۱۳۹۷
- ترجمه کتاب ((کاربرد آب درمانی در ارتوپدی و توانبخشی طب ورزشی و آماده سازی بدنی))، انتشارات دانشگاه بوعلی سینا، سال ۱۳۹۶

سوابق تدریس:

- مدرس مدعو دانشگاه فردوسی مشهد
- مدرس مدعو دانشگاه تبریز
- مدرس مدعو دانشگاه بوعلی سینا
- مدرس مدعو موسسه علم و فناوری شمس تبریز (مدرس دروس در مقطع کارشناسی و کارشناسی ارشد)
- مدرس مدعو موسسه چرخ نیلوفری تبریز

برگزاری وبینار :

- برگزاری وبینار بین المللی در دانشگاه ویسنگر هندوستان
- برگزاری کارگاه جامع کاربرد تمرینات تنفسی در توانبخشی انجمن آسیب شناسی ورزشی و حرکات اصلاحی

سوابق ورزشی:

- دارای مدرک مربیگری درجه ۳ ورزش در آب
- دارای مدرک مربیگری درجه ۳ آمادگی جسمانی
- دارای مدرک مربیگری درجه ۳ بسکتبال
- دارای مدرک مربیگری درجه ۳ والیبال
- دارای مدرک مربیگری درجه ۳ هندبال
- دارای مدرک مربیگری درجه ۳ تنیس روی میز
- دارای مدرک مربیگری درجه ۳ ماساژ
- کسب عنوان قهرمانی در مسابقات اسکیت دانشگاه الزهرا، ۱۳۸۷
- کسب عنوان قهرمانی در مسابقات گیت بال دانشگاه الزهرا، ۱۳۸۸
- دارای گواهینامه دوره آموزش و پژوهشی جهانگردی دانشگاه الزهرا، ۱۳۹۰
- گواهی شرکت در همایش کنگره بین المللی پزشکی ورزشی ایران، دانشگاه علوم پزشکی اصفهان، ۱۳۹۱
- گواهی شرکت در کارگاه آموزشی حرکات اصلاحی، دانشگاه الزهرا، ۱۳۸۷
- گواهی شرکت در کارگاه کمک های اولیه و امداد و نجات در ورزش، دانشگاه فردوسی مشهد، ۱۳۹۱
- گواهی شرکت در کارگاه آشنایی با تکنیک های فیزیوبال در آمادگی جسمانی، دانشگاه فردوسی مشهد، ۱۳۹۱
- گواهی شرکت در کارگاه آشنایی با endnote، دانشگاه فردوسی مشهد، ۱۳۹۱
- گواهی شرکت در دوره آموزشی motion analyzer، دانشگاه فردوسی مشهد، ۱۳۹۱

سایر سوابق:

- مسئول کمیته انتشارات دومین همایش بین المللی و پنجمین همایش ملی یافته های نوین در علوم ورزشی، ۱۴۰۳
- هیأت رئیسه پنل بیومکانیک ورزشی، دومین همایش بین المللی و پنجمین همایش ملی یافته های نوین در علوم ورزشی ۱۴۰۳

- مدرس مربیگری آب درمانی، هیات پزشکی ورزشی آذربایجان شرقی-تبریز ۱۴۰۲
- کارگاه آموزشی ارگونومی و سخنرانی در حیطه اصلاحی کارکنان هواشناسی آذربایجان شرقی-تبریز ۱۴۰۲
- دانشجوی برگزیده آموزشی پژوهشی دانشگاه بوعلی سینا ۱۳۹۷
- دانشجوی برگزیده آموزشی پژوهشی دانشگاه بوعلی سینا ۱۳۹۶
- دانشجوی برتر پژوهشی دانشکده علوم ورزشی دانشگاه بوعلی سینا ۱۳۹۶
- کسب عنوان پایان نامه برتر در همایش استعدادیابی ورزشی، دانشگاه تربیت دبیر شهید رجایی ۱۳۹۲
- همکاری در آزمایشگاه توانبخشی ورزشی دانشگاه بوعلی سینا به مدت ۴ سال
- همکاری در امور اجرایی دانشکده علوم ورزشی دانشگاه بوعلی سینا به مدت ۳ سال
- داور آزمون ورودی تربیت بدنی و علوم ورزشی حوزه شمالغرب کشور، دانشگاه تبریز ۱۳۹۳
- داور آزمون ورودی تربیت بدنی و علوم ورزشی حوزه شرق کشور، دانشگاه فردوسی مشهد ۱۳۹۱
- عضو پیوسته انجمن آسیب شناسی و حرکات اصلاحی