

## محمداسماعیل افضل پور

استاد

دانشکده: تربیت بدنی و علوم ورزشی

گروه: علوم ورزشی



### سوابق تحصیلی

مقطع تحصیلی	سال اخذ مدرک	رشته و گرایش تحصیلی	دانشگاه
دکترای تخصصی	۱۳۸۳	تربیت بدنی و علوم ورزشی- فیزیولوژی ورزشی	تربیت مدرس

### اطلاعات استخدامی

محل خدمت	عنوان سمت	نوع استخدام	نوع همکاری	پایه
دانشگاه بیرجند	عضو هیات علمی بازنشسته	(تنظیم نشده)	(تنظیم نشده)	۲۷

### سوابق اجرایی

رییس دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی

مدیر گروه تربیت بدنی و علوم ورزشی

### جوایز و تقدیر نامه ها

- پژوهشگر نمونه دانشکده ادبیات و علوم انسانی دانشگاه بیرجند ، سال 1384
- استادیار نمونه دانشگاه بیرجند در سال 1387.
- پژوهشگر نمونه دانشگاه بیرجند ، سال 1387.
- استادیار نمونه دانشگاه بیرجند در سال 1388.
- مدرس نمونه دانشکده تربیت بدنی در سال 1389.
- استادیار نمونه دانشگاه بیرجند در سال 1392.
- پژوهشگر نمونه دانشگاه بیرجند در سال 1392.

فعالیت های علمی و اجرایی

- سر دبیر نشریه علمی - پژوهشی مطالعات کاربردی علوم زیستی در ورزش، دانشگاه بیرجند.
- عضو هیات تحریریه نشریه مطالعات کاربردی علوم زیستی در ورزش، دانشگاه بیرجند.
- عضو هیات تحریریه نشریه پژوهش در ورزش تربیتی، پژوهشگاه تربیت بدنی از سال 1390 تا 1398.
- همکاری با پژوهشکده تربیت بدنی در طراحی و برگزاری آزمون عملی ورودی رشته تربیت بدنی دانشگاه ها و موسسات آموزش عالی کشور طی سال های 1380 تا 1382
- همکاری با پژوهشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی در امور تحقیقاتی و برنامه ریزی رشته تربیت بدنی طی سال های 1380 تا 1382
- عضو هیئت رئیسه هیئت شنای استان خراسان جنوبی از سال 1384 تاکنون
- عضو هیئت مدیره سازمان رفاهی و تفریحی شهرداری بیرجند
- مسئول کمیته تحقیق و پژوهش هیئت فوتبال استان خراسان جنوبی از سال 1384
- عضو هیات علمی پنجمین هفتمین همایش ملی تربیت بدنی و علوم ورزشی، 15-17 اسفند ماه 1385، دانشگاه تبریز.
- دبیر اولین سمینار ورزش، ایمنی، سلامت؛ 14 شهریور ماه 1386، دانشگاه علوم پزشکی بیرجند.
- عضو هیات علمی پنجمین همایش دانشجویی تربیت بدنی و علوم ورزشی، 21 و 22 آذر ماه 1386، دانشگاه مازندران.
- قائم مقام سمپوزیوم روان شناسی ورزش، خردادماه 1386، دانشگاه بیرجند.
- دبیر اولین سمپوزیوم علمی " بررسی راهکارهای موثر در شناخت و پرورش استعداد های ورزشی استان خراسان جنوبی"، 25 بهمن ماه 1386، دانشکده ادبیات دانشگاه بیرجند.
- دبیر اولین همایش استانی تربیت بدنی و علوم ورزشی، 26 اردیبهشت ماه 1387، دانشگاه بیرجند.
- معاون پژوهشی اولین سمینار توسعه علمی والیبال دانشگاه های کشور، 20 خردادماه 1387، دانشگاه بیرجند.

- مسئول برگزاری و دبیر دومین سمینار ورزش، ایمنی، سلامت؛ 10 بهمن ماه 1387، دانشگاه بیرجند.
- عضو هیات رئیسه هفتمین همایش بین المللی تربیت بدنی و علوم ورزشی، 11 لغایت 12 اسفند ماه 1388، پژوهشگاه پلیمر و پتروشیمی ایران.
- دبیر همایش منطقه ای مهندسی و علوم ورزشی ایران، 30 اردیبهشت ماه 1389، دانشگاه آزاد اسلامی بیرجند.
- عضو هیات علمی همایش منطقه ای مهندسی و علوم ورزشی ایران، 30 اردیبهشت ماه 1389، دانشگاه آزاد اسلامی بیرجند.
- عضو هیات رئیسه همایش منطقه ای مهندسی و علوم ورزشی ایران، 30 اردیبهشت ماه 1389، دانشگاه آزاد اسلامی بیرجند.
- دبیر دومین همایش ملی تخصصی فیزیولوژی ورزشی، 8 و 9 اردیبهشت ماه 1389، دانشگاه بیرجند.
- عضو هیات علمی دومین همایش ملی تخصصی فیزیولوژی ورزشی، 8 و 9 اردیبهشت ماه 1389، دانشگاه بیرجند.
- عضو هیات رئیسه دومین همایش ملی تخصصی فیزیولوژی ورزشی، 8 و 9 اردیبهشت ماه 1389، دانشگاه بیرجند.
- سرپرست انجمن ورزش های همگانی وزارت علوم، تحقیقات و فناوری از 6/11/1388 تا 1392
- عضو هیات علمی اولین همایش بین المللی آمادگی جسمانی و ایروبیک، 26 لغایت 27 بهمن ماه 1389، دانشگاه شهید بهشتی تهران.
- عضو هیات رئیسه اولین همایش بین المللی آمادگی جسمانی و ایروبیک، 26 لغایت 27 بهمن ماه 1389، دانشگاه شهید بهشتی تهران.
- عضو هیات علمی همایش فیزیولوژی فوتبال پایه، 11 لغایت 12 آبان 1389، آکادمی ملی فوتبال، تهران.
- عضو هیات ریسه نهمین، دهمین و یازدهمین همایش بین المللی تربیت بدنی و علوم ورزشی، دانشگاه شهید بهشتی.
- عضو هیلا علمی کنفرانس اوراسیایی تربیت بدنی، دانشگاه تبریز، مهر ماه 1397.

#### کارگاه ها

- مسئول و مدرس کارگاه آموزشی استعدادیابی در فوتبال؛ 22 اردیبهشت ماه 1384؛ کمپ

تیم های ملی فوتبال ایران؛ تهران.

- مدرس کارگاه آموزشی سنجش قابلیت های جسمانی و استعدادیابی ورزشی؛ 26 تا 29 شهریورماه 1384؛ سازمان آموزش و پرورش خراسان جنوبی.

- مسئول و مدرس کارگاه استعدادیابی در ورزش، 15 و 16 دی ماه 1384، دانشگاه بیرجند.

- مدرس کارگاه اصول برنامه نویسی و طراحی موثر تمرینات ورزشی، 13 و 14 بهمن ماه 1384، دانشگاه بیرجند.

- طراح و مدرس کارگاه آموزشی طراحی برنامه تغذیه و کنترل وزن، سال 1385، دانشگاه بیرجند.

## همایش ها و کنفرانس ها

---

اولین و دومین همایش ورزش، ایمنی، سلامت؛ دانشگاه بیرجند

اولین همایش استانی تربیت بدنی و علوم ورزشی، دانشگاه بیرجند با همکاری اداره کل ورزش و جوانان استان.

اولین همایش منطقه ای مهندسی ورزشی دانشگاه آزاد اسلامی بیرجند

## عضویت در هیات تحریریه مجلات علمی و پژوهشی

---

عضو هیات تحریریه نشریه مطالعات کاربردی علوم زیستی در ورزش

عضو هیات تحریریه نشریه پژوهش در ورزش تربیتی

عضو هیات تحریریه نشریه فیزیولوژی ورزشی و سلامت دانشگاه تربیت معلم آذربایجان

## عضویت در انجمن های علمی

---

عضو انجمن ملی فیزیولوژی ورزش ایران

## مقالات در همایش ها

---

۱. محمد اسماعیل افضل پور،هما خالق زاده،محمد علی سردار،محسن محمدنیا احمدی،زهرا کوهستانی،indices and histopathology of liver effects of eight-week high intensity interval training and oligopin supplementation on liver enzymes, inflammatory ورزش،شماره صفحات ۰-۵۰،مشهد،۲۰۲۱ ۰۳ ۱۲.

۲. محمد اسماعیل افضل پور،زهرا کوهستانی سینی،محمد علی سردار،هما خالق زاده،Effects of eight-week exercise training on myonectin and insulin resistance in rats with non-alcoholic fatty liver disease،کنفرانس بین المللی علوم کاربردی فعالیت بدنی و ورزش،شماره صفحات ۰-۵۰،مشهد،۲۰۲۱ ۰۳ ۱۲.

1. Mohsen Mohammadnia Ahmadi,,Esedullah Akaras,,Comparison of the effects of high-intensity interval training and moderate-intensity continuous training on indices of liver and muscle tissue in high-fat diet-induced male rats with non-alcoholic fatty liver disease,Egyptian Liver Journal,Vol. 12,No. 63,pp. 1-9,2020,isc.Scopus
۲. محسن محمدنیا احمدی، پوریا صوفی نژاد، محمد اسماعیل افضل پور، سیده فاطمه رضائیان، تأثیر حاد مصرف مکمل کافئین و الکارنیتین بر هزینه سوخت و سازی و اکسایش سوبسترا هنگام و پس از فعالیت تناوبی شدید در دانشجویان پسر فعال، دانشکده پزشکی مشهد، مجلد ۶، شماره ۶۵، شماره صفحات ۲۴۷۲-۲۴۸۵، isc، ۲۰۲۳.
۳. مهدی مقرنسی، محمد اسماعیل افضل پور، حسین زهرائی، مجتبی امیرآبادی زاده، حسین نخعی، مقایسه تأثیر هشت هفته تمرین شنای تداومی و تناوبی با شدت بالا بر مقادیر بافتی آیریزین و حساسیت به انسولین در موش‌های صحرایی نر مبتلا به سندرم متابولیک، دانشکده پزشکی مشهد، مجلد ۵، شماره ۶۵، شماره صفحات ۱۹۲۵-۲۰۲۲، isc، ۱۹۴۱، ۲۰۲۲.
۴. مهدی مقرنسی، خاطره فروتن، محمد اسماعیل افضل پور، بررسی تأثیر ۶ هفته تمرین تناوبی شدید همراه با مصرف مکمل شنبلیله بر سطوح پلاسمایی مالون دی آلدئید و گلوتاتیون پراکسیداز زنان دارای اضافه وزن و چاق، مطالعات کاربردی تندرستی در فیزیولوژی ورزش، مجلد ۱، شماره ۹، شماره صفحات ۱-۲۰۲۲، ۷.
5. Mehdi Mogharnasi, Nahid Bijeh, A. Vieira, Comparison of the effect of aerobic, resistance and combined training on some inflammatory markers in obese men, Science and Sports, Vol. 5, No. 38, pp. 593-601, 2023, JCR, Scopus
۶. سعید ایل بیگی، محمد اسماعیل افضل پور، محمد یوسفی، یگانه فیضی، تأثیر کوتاه مدت مصرف عصاره زعفران بر سطوح سرمی اینترلوکین-۶، عامل نکروز تومور آلفا و کورتیزول مردان جوان بدنبال یک جلسه فعالیت ورزشی شدید، مطالعات کاربردی علوم زیستی در ورزش، مجلد ۲۸، شماره ۱۱، شماره صفحات ۵۳-۶۲، ۲۰۲۴، isc.
۷. محمد اسماعیل افضل پور، سعید ایل بیگی، فاطمه چدانی، حسین قدیمی، محمد شریعت زاده، بررسی وضعیت آمادگی جسمانی و تدوین نرم استاندارد زنان و مردان سنین ۱۸ تا ۶۰ سال شهر بیرجند، مطالعات کاربردی علوم زیستی در ورزش، مجلد ۲۰، شماره ۹، شماره صفحات ۹۸-۱۱۲، ۲۰۲۲، isc.
۸. سعید ایل بیگی، محسن ابراهیمی صدرآبادی، محمد اسماعیل افضل پور، هادی موذنی، آیا مشخصات ارگونومی دستگاه های ورزشی پارکی زیر بغل و هوانورد با ویژگی های آنترپومتریکی کاربران مرد تناسب دارد؟، ارگونومی، مجلد ۲، شماره ۹، شماره صفحات ۱۲-۲۰، ۲۰۲۱، isc.
۹. محمد اسماعیل افضل پور، محمد فاضل زاده، ضیا فلاح محمدی، تأثیر ۲ هفته دوییدن اختیاری روی چرخ دوار بر میزان سمافورین B<sup>۳</sup>، پراکسید هیدروژن و آپوپتوز هیپوکامپ موش های صحرایی دیابتی شده، پزشکی دانشگاه علوم پزشکی تبریز، مجلد ۲، شماره ۴۲، شماره صفحات ۲۱۵-۲۲۱، ۲۰۲۰، isc.
۱۰. محمد اسماعیل افضل پور، هادی سریر، زوفا زنجیریان، محسن محمدنیا احمدی، الهام قاسمی، تأثیر تمرینات تداومی و تناوبی شدید به همراه مصرف رزوراترول بر سطوح پروتئینهای SIRT<sup>۳</sup> و OGG<sup>۱</sup> بافت کبد موشهای نر، فیزیولوژی ورزشی و فعالیت بدنی، مجلد ۱، شماره ۱۳، شماره صفحات ۱۱۱-۱۲۷، ۲۰۲۰، isc.
۱۱. محمد اسماعیل افضل پور، رومینا عباس زاده، سید حسین ابطحی ایوری، تأثیر مکملیاری کوتاه مدت سلنیوم بر پراکسید هیدروژن (H<sub>2</sub>O<sub>2</sub>) (و گلوتاتیون (GSH) (سرم دانشجویان پسر غیرفعال به دنبال فعالیت حاد هوایی و ماند هساز، ورزش و علوم زیست حرکتی، مجلد ۱۹، شماره صفحات ۳۹-۴۹، ۲۰۱۸، isc.
12. Mohsen Mohammadnia Ahmadi, Mohsen Nematy, Mohammad Ali Sardar, Effect of high intensity interval training along with Oligopin supplementation on some inflammatory indices and liver enzymes in obese male Wistar rats with non-alcoholic fatty liver disease, Obesity Medicine, Vol. 17, No. 17, pp. 1-7, 2020, Scopus
13. Mohsen Mohammadnia Ahmadi,,The Effect of Aerobic Continuous Training on Myonectin, Insulin Resistance and Liver Enzymes in Rats with Nonalcoholic Fatty Liver Disease, Annals of Applied Sport Science, Vol. 8, No. 4, pp. 1-8, 2020, ISI, Scopus
14. Shila nayebifar, Combined high-intensity interval training and green tea supplementation enhance metabolic and antioxidant status in response to acute exercise in overweight women, Journal of Physiological Sciences, Vol. 31, No. 780, pp. 1-9, 2020, JCR, Scopus
15. Yeganeh Fayzi, Seyed Hosien Antahi Ivary, Effect of 2-Weeks Coenzyme Q10 Supplementation on Malondialdehyde and Catalase Serum Levels Following Moderate and Severe Acute Resistance Training in Inactive Female Students, Vol. 4, No. 25, pp. 256-268, 2019, isc, دانش

## پایان نامه ها

۱. بررسی اثر مصرف حاد مکمل کورکومین قبل و بعد از یک وهله فعالیت قدرتی بر برخی از شاخص های کوفتگی عضلانی زنان جوان
۲. تدوین و مقایسه نورم آمادگی جسمانی و تعادلی سالمندان مرد بالای 60 سال بیرجند
۳. تاثیر چهار هفته تمرین پیلاتس و مصرف مکمل زردچوبه بر سطوح پلاسمایی پروتئین واکنش پذیر C و نیمرخ لیپیدی زنان دارای اضافه وزن و چاق
۴. تاثیر مصرف کوتاه مدت چای سبز بر هزینه ی سوخت و سازی و اکسایش سوبسترا حین تمرین حاد با شدت Fatmax در مردان سالم دارای اضافه وزن یا چاق
۵. مقایسه تاثیر تمرینات مقاومتی فانکشنال (عملکردی) و سنتی بر برخی شاخص های زیست- حرکتی، ترکیب بدنی و غربالگری حرکتی مردان سالم غیرفعال
۶. تاثیر شش هفته تمرین تناوبی شدید (HIIT) و مصرف مکمل شنبلیله بر سطوح پلاسمایی مالون دی آلدهید و گلوتاتیون پراکسیداز زنان دارای اضافه وزن و چاق
۷. بررسی تاثیر هشت هفته تمرین شنای تداومی و تناوبی با شدت بالا بر مقادیر بافتی کمرین، آیریزین و مقاومت به انسولین موش های صحرایی نر مبتلا به سندرم متابولیک
۸. مقایسه اثر دو تمرین تناوبی و تداومی هوازی بر مقاومت انسولین، سطوح سرمی و بافتی مایونکتین و پروتئین انتقال دهنده اسید چرب نوع 4 در موش های نر مبتلا به کبد چرب غیر الکلی ناشی از رژیم پر چرب
۹. تدوین و به روز رسانی نورم آمادگی جسمانی زنان شهر بیرجند

## کتابها

۱. ورزش در آب