



بسمه تعالی

روزمه علمی و عملی

مشخصات فردی، سوابق تحصیلی، علمی، پژوهشی، اجرایی، ورزشی و مهارت های امور رایانه

### مشخصات فردی:

|                                                                                              |                      |                        |
|----------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------|------------------------|
| نام: امیر                                                                                    | نام خانوادگی: ایمانی | تاریخ تولد: ۱۳۷۲/۰۷/۰۴ |
| شماره تلفن همراه / واتساپ و تلگرام: ۰۹۳۵۶۳۷۰۴۵۹                                              |                      |                        |
| آدرس محل سکونت: تهران- فردوس غرب                                                             |                      |                        |
| آدرس ایمیل: <a href="mailto:Amir.imani.13720705@gmail.com">Amir.imani.13720705@gmail.com</a> |                      |                        |

### سوابق تحصیلی:

|                                                                                                                                |  |  |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|
| کاردانی: دانشگاه آزاد اسلامی مشهد رشته تحصیلی: تربیت بدنی و علوم ورزشی معدل: ۱۶/۹۴ تاریخ اخذ مدرک: ۱۳۹۴/۰۳/۳۱                  |  |  |
| کارشناسی: دانشگاه آزاد اسلامی مشهد رشته تحصیلی: دبیری تربیت بدنی و علوم ورزشی معدل: ۱۷/۵۷ تاریخ اخذ مدرک: ۱۳۹۵/۱۱/۱۷           |  |  |
| کارشناسی ارشد: دانشگاه پیام نور تهران جنوب رشته تحصیلی: آسیب شناسی ورزشی و حرکات اصلاحی معدل: ۱۵/۶۵ تاریخ اخذ مدرک: ۱۳۹۹/۱۱/۱۹ |  |  |
| دکتری: دانشگاه تحصیلات تکمیلی پیام نور تهران رشته تحصیلی: مدیریت ورزشی معدل: در حال تحصیل                                      |  |  |

### اقدامات برجسته:

|                                                                                                                                                                                                                                                |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| احداث مرکز تندرستی در چند سازمان دولتی برای اولین بار در ایران بمنظور شناسایی و اصلاح عارضه های اسکلتی - عضلانی کارکنان با بهره گیری از دستگاه ها و ابزار های تخصصی نظیر بادی آنالیز، دستگاه انکالایمومتر، صفحه شطرنجی، جعبه تخصصی پیلاتس و... |
| نگارش دو نسخه کتاب تخصصی ویژه ارتقاء سلامت جسمانی مشاغل با عنوان حرکات اصلاحی ورزشی ویژه پیشگیری از عارضه های جسمانی                                                                                                                           |
| نگارش یک نسخه کتاب ویژه آسیب های زانوی تاکسیرانان با عنوان راننده تاکسی زانو درد چرا؟                                                                                                                                                          |
| نگارش ۵ مقاله علمی پژوهشی در نشریه های معتبر، طب انتظامی، راهوران و ارتقاء ایمنی و همچنین نشریه ارتقاء سلامت.                                                                                                                                  |
| شرکت در همایش های درون و بین المللی و چاپ مقالات مختلف بعنوان سخنرانی و پوستر.                                                                                                                                                                 |
| داوری مقالات در نشریه ی ارتقاء ایمنی و سلامت کار وابسته به دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی.                                                                                                                                                      |
| دارا بودن ۵ دوره قهرمانی در سطح جهان و بین الملل رشته های رزمی و ۱۵ دوره قهرمان کشور در رشته کاراته.                                                                                                                                           |
| کسب عنوان استاد نمونه کشوری در گروه تربیت بدنی                                                                                                                                                                                                 |

# ۱- مقالات علمی و پژوهشی:

فهرست مقالات در نشریه و مجلات

| نوع     | ردیف | عنوان مقاله                                                                                                                                        | عنوان مجله و سال انتشار                                  | امتیاز (در این قسمت چیزی ننویسید) |
|---------|------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------|-----------------------------------|
| چاپ شده | ۱    | تأثیر تمرینات اصلاحی با کش بر دامنه حرکتی رانندگان                                                                                                 | مجله علمی - پژوهشی راهوران - سال ۱۴۰۱                    |                                   |
|         | ۲    | بررسی شیوع ریسک فاکتور های اختلالات اسکلتی - عضلانی در مشاغل دولتی                                                                                 | مجله علمی - پژوهشی طب انتظامی - سال ۱۴۰۲                 |                                   |
|         | ۳    | شناخت عوامل مؤثر بر کاهش نارضایتی در حوزه ی ترافیک و تأثیر آن بر بهره وری کارکنان مشاغل دولتی                                                      | مجله علمی - پژوهشی راهوران - سال ۱۴۰۲                    |                                   |
| چاپ شده | ۴    | تأثیر ۸ هفته تمرینات اصلاحی با کش پیلانز در محل کار، بر انعطاف پذیری عضلات همسترینگ و قدرت عضلات چهارسر ران، تاکسیرانان مرد دارای عارضه ی زانوی خم | فصلنامه علمی - پژوهشی علوم ورزشی و ارتقاء سلامت سال ۱۴۰۲ |                                   |
| چاپ شده | ۵    | بررسی شیوع عارضه های قامتی و ارتباط آن با نقاط متمرکز درد در کارکنان مشاغل دولتی                                                                   | مجله علمی - پژوهشی طب انتظامی - سال ۱۴۰۲                 |                                   |

## کتاب:

کتاب (ترجمه / تألیف)

| عنوان کتاب | ردیف | عنوان                                    | سال انتشار | نام نویسندگان به ترتیب ذکر شده روی جلد | امتیاز (در این قسمت چیزی ننویسید) |
|------------|------|------------------------------------------|------------|----------------------------------------|-----------------------------------|
| کتاب       | ۱    | کتاب با عنوان راننده تاکسی زانو درد چرا؟ | ۱۴۰۰       | امیر ایمانی                            |                                   |

|  |            |                                                                                                                                      |   |  |
|--|------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|--|
|  |            | کتاب با عنوان<br>تمرینات<br>ورزشی<br>اصلاحی ویژه<br>پیشگیری از<br>آسیب های<br>اسکلتی -<br>عضلانی<br><b>جلد اول</b> (اندام<br>فوقانی) | ۲ |  |
|  | امیرایمانی | ۱۴۰۲                                                                                                                                 |   |  |
|  |            | کتاب با عنوان<br>تمرینات<br>ورزشی<br>اصلاحی ویژه<br>پیشگیری از<br>آسیب های<br>اسکلتی -<br>عضلانی<br><b>جلد دوم</b> (اندام<br>تحتانی) | ۳ |  |
|  | امیرایمانی | ۱۴۰۲                                                                                                                                 |   |  |

## ۲- شرکت در همایش ها:

| ردیف | عنوان مقاله                                                                                                                                     | مجری همایش    | عنوان همایش                                                       | تاریخ برگزاری | وضعیت                               |
|------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------|-------------------------------------------------------------------|---------------|-------------------------------------|
| ۱    | تأثیر تمرینات اصلاحی با کش در محل کار بر دامنه حرکتی ران و زانوی تاکسیرانان مرد دارای عارضه زانوی خم                                            | دانشگاه کرمان | همایش ملی ورزش و سلامت عمومی                                      | آذر ۱۴۰۰      | پذیرش به عنوان پوستر                |
| ۲    | تأثیر ۸ هفته تمرینات اصلاحی با کش پیلاتس در محل کار بر انعطاف پذیری عضلات همسترینگ و قدرت عضلات چهار سر ران تاکسیرانان مرد دارای عارضه زانوی خم | استان همدان   | چهارمین همایش ملی علوم ورزشی، تربیت بدنی و مدیریت راهبردی در ورزش | اسفند ۱۴۰۰    | پذیرش به عنوان سخنرانی و مقاله برتر |
| ۳    | تأثیر ۸ هفته تمرینات اصلاحی با کش پیلاتس در محل کار بر دامنه حرکتی مفصل ران و زانو تاکسیرانان مرد دارای عارضه زانوی خم                          | استان همدان   | چهارمین همایش ملی علوم ورزشی، تربیت بدنی و مدیریت راهبردی در ورزش | اسفند ۱۴۰۰    | پذیرش به عنوان سخنرانی و مقاله برتر |
| ۴    | بررسی تأثیر اقتصادی و جانبی ایجاد یک شغل سازمانی (کارآفرینی سازمانی برای فارغ التحصیلان رشته های تخصصی تربیت بدنی و                             | تبریز         | همایش علوم و خلاقیت                                               | ۱۴۰۱          | پذیرش به عنوان سخنرانی و مقاله برتر |

|   |                                |                                                     |      |                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
|---|--------------------------------|-----------------------------------------------------|------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|   |                                |                                                     |      | علوم ورزشی) در شرکت های تاکسیرانی ایران<br>با عنوان سفیران سلامت از طریق احداث مرکز<br>تندرستی بر ارتقاء بهره وری، افزایش درآمد<br>روزانه، افزایش نشاط و اصلاح عارضه ی<br>زانوی خم در رانندگان تاکسی شهری در منطقه<br>۵ شهر تهران |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| ۵ | تهران                          | همایش بین المللی<br>سلامت جاده ای و<br>ارتقاء ایمنی | ۱۴۰۳ | پذیرش به عنوان پوستر                                                                                                                                                                                                              | شناخت عوامل مؤثر بر کاهش نارضایتی در<br>حوزه ی ترافیک و تأثیر آن بر بهره وری<br>کارکنان مشاغل دولتی                                                                                                                                                                                                                                                             |
| ۶ | کشور آلمان – برلین)<br>آنلاین) | همایش بین المللی<br>مدیریت و اشتغال کار             | ۱۴۰۱ | پذیرش به عنوان سخنرانی و<br>مقاله برتر                                                                                                                                                                                            | بررسی تأثیر اقتصادی و جانبی ایجاد یک شغل<br>سازمانی ( کارآفرینی سازمانی برای فارغ<br>التحصیلان رشته های تخصصی تربیت بدنی و<br>علوم ورزشی) در شرکت های تاکسیرانی ایران<br>با عنوان سفیران سلامت از طریق احداث مرکز<br>تندرستی بر ارتقاء بهره وری، افزایش درآمد<br>روزانه، افزایش نشاط و اصلاح عارضه ی<br>زانوی خم در رانندگان تاکسی شهری در منطقه<br>۵ شهر تهران |
| ۷ | تایلند – بانکوک ( آنلاین)      | همایش بین المللی<br>مدیریت و اشتغال کار             | ۱۴۰۱ | پذیرش به عنوان سخنرانی و<br>مقاله برتر                                                                                                                                                                                            | بررسی تأثیر اقتصادی و جانبی ایجاد یک شغل<br>سازمانی ( کارآفرینی سازمانی برای فارغ<br>التحصیلان رشته های تخصصی تربیت بدنی و<br>علوم ورزشی) در شرکت های تاکسیرانی ایران<br>با عنوان سفیران سلامت از طریق احداث مرکز<br>تندرستی بر ارتقاء بهره وری، افزایش درآمد<br>روزانه، افزایش نشاط و اصلاح عارضه ی<br>زانوی خم در رانندگان تاکسی شهری در منطقه<br>۵ شهر تهران |
| ۸ | ایران – تهران                  | دومین همایش بین<br>المللی در ایران سال<br>۱۴۰۴      | ۱۴۰۴ | پذیرش به عنوان سخنرانی و<br>مقاله برتر                                                                                                                                                                                            | تأثیر آموزش رفتار حرکتی ( کاهش عارضه ی<br>قوز) بر ارتقاء سلامت کاربران مشاغل دولتی<br>در سال ۱۴۰۳                                                                                                                                                                                                                                                               |

### برگزاری کارگاه علمی – پژوهشی

| ردیف | عنوان مقاله                                                                                | مجری همایش                   | عنوان همایش            | تاریخ برگزاری | وضعیت                 |
|------|--------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------|------------------------|---------------|-----------------------|
| ۱    | بررسی شیوع ناهنجاری های قامتی و رابطه آن با<br>نقاط متمرکز درد و شناخت عوامل مؤثر بر ایجاد | تهران – دانشگاه شهید<br>مدرس | همایش بین المللی ایران | اردیبهشت ۱۴۰۴ | ارائه به زبان انگلیسی |

|  |  |  |  |                            |  |
|--|--|--|--|----------------------------|--|
|  |  |  |  | و افزایش آن در مشاغل دولتی |  |
|--|--|--|--|----------------------------|--|

موضوعات پیشنهادی برای تحقیقات آینده به ترتیب اولویت :

| ردیف | عنوان                                                                                                |
|------|------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ۱-   | شناخت آسیب های جسمانی مشاغل مختلف و ارائه ی راه کارهای اصولی ویژه کاهش عارضه های جسمانی آنان         |
| ۲-   | تأثیر ایجاد یک شغل درون سازمانی (کارآفرینی درون سازمانی) با عنوان واحد تندرستی در بهره وری نیروی کار |
| ۳-   | .....                                                                                                |

عنوان پروژه و یا پایان نامه :

| مقطع          | عنوان                                                                                                                                      | استاد راهنما           | نمره اخذ شده |
|---------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------|--------------|
| کارشناسی ارشد | تأثیر ۸ هفته تمرینات اصلاحی با کش در محل کار بر عملکرد و دامنه حرکتی ران و زانوی تاکسیرانان مرد، دارای عارضه زانوی خم در منطقه ۵ شهر تهران | خانم دکتر آذر آقاییاری | ۲۰           |

- کسب رتبه در جشنواره های ملی و بین المللی مرتبط با حوزه تخصصی:

| نوع          | عنوان اثر علمی، فنی، ادبی و هنری | سال کسب رتبه | امتیاز (در این قسمت چیزی ننویسید) |
|--------------|----------------------------------|--------------|-----------------------------------|
| بین المللی   | قهرمانی جهان در رشته کاراته      | ۱۳۹۲         |                                   |
| قهرمانی جهان | قهرمانی جهان در رشته کیک بوکسینگ | ۱۳۹۴         |                                   |

۱- همکاری با مجلات:

| ردیف | عنوان مجله / ماهنامه                                                         | نوع همکاری                                        |
|------|------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------|
| ۱    | نشریه طب انتظامی                                                             | از سال ۱۴۰۱ تا کنون چاپ دو نسخه مقاله علمی پژوهشی |
| ۲    | نشریه راهوران                                                                | از سال ۱۳۹۹ تا کنون چاپ دو نسخه مقاله علمی پژوهشی |
|      | نشریه ارتقاء سلامت                                                           | از سال ۱۴۰۲ چاپ یک نسخه مقاله                     |
|      | نشریه ارتقاء ایمنی و سلامت نیروی کار وابسته به دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی | از سال ۱۴۰۲ <b>بعنوان داور</b> مقالات نشریه موصوف |

۲- سوابق تدریس:

| ردیف | محل تدریس | مقطع تحصیلی                             | عناوین تدریس                                           | تعداد ساعت                   |
|------|-----------|-----------------------------------------|--------------------------------------------------------|------------------------------|
| ۱    | تهران     | دانشجویان دوره کارشناسی - کارشناسی ارشد | آمادگی جسمانی - تربیت بدنی - ورزش های رزمی (دفاع شخصی) | ۱۲۰۰ ساعت از سال ۱۳۹۸ - ۱۴۰۴ |

### ۳- شرکت در سمینارها:

| ردیف | عنوان سمینار              | نام کشور | سال برگزاری |
|------|---------------------------|----------|-------------|
| ۱    | آمادگی جسمانی به توان رزم | ایران    | ۱۳۹۸        |
| ۲    | کاهش تصادفات              | ایران    | ۱۴۰۲        |
| ۳    | تروما                     | ایران    | ۱۴۰۳        |

### ۴- کارگاه ها:

| ردیف | عنوان کارگاه                   | محل برگزاری | سال برگزاری |
|------|--------------------------------|-------------|-------------|
| ۱    | کارگاه بدنسازی درجه A, B, C    | تهران       | ۱۳۹۴        |
| ۲    | کارگاه در C ماساژ درمانی       | تهران       | ۱۳۹۴        |
| ۳    | کارگاه تخصصی طب اسلامی و حجامت | مشهد        | ۱۳۹۳        |

### ۵- مربی گری و داوری:

| ردیف | عنوان مربیگری                   | محل برگزاری | سال برگزاری |
|------|---------------------------------|-------------|-------------|
| ۱    | مربیگری درجه ۳ بدنسازی          | تهران       | ۱۳۹۰        |
| ۲    | مربیگری درجه ۳ ووشو             | تهران       | ۱۳۹۵        |
|      | مربیگری درجه ۳ دوچرخه سواری     | تهران       | ۱۴۰۲        |
| ۳    | داوری درجه ۳ ووشو               | مشهد        | ۱۳۹۴        |
| ۴    | مربیگری فنی کاراته سبک کیوکوشین | تهران       | ۱۳۹۱        |
| ۵    | داوری کاراته سبک کیوکوشین       | تهران       | ۱۳۹۱        |
|      | مربیگری درجه سه دفاع شخصی       | تهران       | ۱۳۹۸        |
| ۶    | مربیگری تیراندازی درجه سه       | تهران       | ۱۴۰۰        |

### ۶- افتخارات ورزشی:

- ۱- دارنده مقام اول جهان در رشته کیک بوکسینگ در سال ۲۰۰۸ در اول فستیوال جهانی هنر های رزمی در کشور ایران در شهر تهران / ۲۰۰۸ / octopber / ۲۳ و ۱۸
- ۲- مقام اول جهان در رشته کاراته به استایل سمی کتاکت ، در سال ۲۰۱۱ در کشور ترکیه شهر استامبول جام مبارزه با مواد مخدر در وزن ۶۵ - کیلوگرم / ۲۰۱۱ / may / ۱۰-۹-۸-۷-۶
- ۳- دارنده مقام قهرمان قهرمانان کاراته در استایل کیوکوشین کاراته تزوکا در سال ۰۴/۰۲/۲۰۱۰
- ۴- دارنده مقام اول کشور ایران در رشته هاپکیدو در استایل کیک بوکسینگ در سال ۳۰/۳۱/jul / ۲۰۰۹
- ۵- دارنده مقام اول کشور ایران در رشته کاراته سبک کیوکوشین در سال ۱/۰۸/۲۰۰۶ - ۳۱/۰۸/۲۰۰۶
- ۶- دارنده مقام قهرمان قهرمانان کاراته سبک کیوکوشین تزوکا در ایران سال ۲۱/۰۲/۲۰۱۴ در وزن ۷۰ کیلوگرم
- ۷- دارنده مقام قهرمانی کشور سبک های آزاد کاراته در کشور ایران جام پلیس و مردم در سال ۱۱/۲۰۱۲ / ۱۹
- ۸- دارنده دان ۲و کیوکوشین کاراته از فدراسیون کاراته ایران .

۹- دارنده دان ۴ ووشو {استایل ساندا}

۱۰- دارنده مربیگری و داوری درجه ۳ ووشو

۱۱- دارنده مدرک استاژ مربیگری و داوری کیوکوشین کاراته از فدراسیون کاراته ج.ا.ا.

۱۲- دارنده مدرک کار با دستگاه بدنسازی C B A و مدرک ماساژ از وزارت ورزش و جوانان کشور ایران

۱۳- مربیگری درجه سه دفاع شخصی

۱۴- مربیگری تیراندازی درجه سه

#### ۷- مهارت های امور رایانه:

| ردیف | عنوان      |
|------|------------|
| ۱    | WORD       |
| ۲    | POWERPOINT |
| ۳    | EXCEL      |

#### ۸- زمینه های علاقه پژوهشی

| ردیف | عنوان                                                                            |
|------|----------------------------------------------------------------------------------|
| ۱    | ارائه ی راه کار جهت ارتقاء بهره وری نیروی کار و کاهش آسیب های جسمانی مشاغل مختلف |
| ۲    | علوم پزشکی و سلامت جسمانی                                                        |

#### ۹- تخصص های ورزشی

| ردیف | عنوان                    | میزان توانایی |
|------|--------------------------|---------------|
| ۱    | کاراته                   | حرفه ای       |
| ۲    | ووشو                     | حرفه ای       |
| ۳    | TRX                      | حرفه ای       |
| ۴    | پيلاتس                   | حرفه ای       |
| ۵    | آمادگی جسمانی            | حرفه ای       |
| ۶    | بدنسازی کار با وزنه      | حرفه ای       |
| ۷    | کشتی                     | متوسط         |
| ۸    | تیراندازی با تپانچه بادی | عالی          |

#### ۱۰- زبان های مسلط به جز زبان مادری

| ردیف | عنوان | میزان توانایی | مدرک اخذ شده |
|------|-------|---------------|--------------|
|------|-------|---------------|--------------|

|          |       |         |   |
|----------|-------|---------|---|
| MSRT(25) | متوسط | انگلیسی | ۱ |
|----------|-------|---------|---|

# ۱۱- وضعیت نظام وظیفه:

|                             |
|-----------------------------|
| پایان خدمت مقدس در سال ۱۳۹۱ |
|-----------------------------|