



اطلاعات شخصی



نام و نام خانوادگی: زهرا صمدیان

متولد: ۱۳۶۸/۰۲/۲۱

وضعیت تاهل: متاهل

شماره تماس: ۰۴۴۳۳۶۶۸۶۴۵-۱۷۴

آدرس ایمیل: z.samadian@gmail.com

آدرس سایت: -

تحصیلات

• دکتری تخصصی فیزیولوژی ورزشی

دانشگاه ارومیه

معدل کل: ۱۹,۱۹

• کارشناسی ارشد فیزیولوژی ورزشی

دانشگاه ارومیه

معدل کل: ۱۸,۵۰

• کارشناسی فیزیولوژی ورزشی

دانشگاه ارومیه

معدل کل: ۱۷,۴۰

• دیپلم ریاضی و فیزیک

دبیرستان نمونه دولتی آذری

معدل دیپلم: ۱۹,۵۶

سوابق کاری

عضو هیات علمی دانشگاه آزاد اسلامی واحد ارومیه، دانشکده مهارت و کارآفرینی
مدیر گروه تربیت بدنی دانشگاه آزاد اسلامی واحد ارومیه، دانشکده مهارت و کارآفرینی

تقدیر نامه ها و افتخارات کسب شده

- اخذ سهمیه استعداد درخشان در ورودی مقاطع تحصیلی کارشناسی ارشد و دکتری تخصصی فیزیولوژی ورزشی دانشگاه ارومیه
- پژوهشگر برتر دانشگاه آزاد اسلامی واحد ارومیه، دانشکده مهارت و کارآفرینی در سال های ۱۳۹۵ و ۱۳۹۹
- کسب رتبه اول در مسابقات کتبی قرآن و عترت (رشته سیره معصومین علیه السلام) ویژه اساتید دانشگاه آزاد اسلامی واحد ارومیه ، دانشکده مهارت و کارآفرینی در سال ۱۳۹۹

مقالات چاپ شده در مجلات ISI و ISC

- Z Samadian, A Tofighi, M Razi, FG Pakdel, JT Azar. Effect of moderate-intensity exercise training on GDNF signaling pathway in testicles of rats after experimental diabetes type 1 induction. Diabetes Research and Clinical Practice, 2020,167: 108332.
- Z Samadian, JT Azar, S Moshari, M Razi, A Tofighi. Moderate-intensity exercise training in sole and simultaneous forms with insulin ameliorates the experimental type 1 diabetes-induced intrinsic apoptosis in testicular tissue. International journal of sports medicine. 2019, 40 (14), 909-920
- Z Samadian, A Tofighi, M Razi, J Tolouei Azar, F Ghaderi Pakdel. Moderate-intensity exercise training ameliorates the diabetes-suppressed spermatogenesis and improves sperm parameters: Insole and simultaneous with insulin. Andrologia, 2019, 51 (11), e13457.
- E Arabzadeh, Z Samadian, A Tofighi, JT Azar. Alteration of follistatin-like 1, neuron-derived neurotrophic factor, and vascular endothelial growth factor in diabetic cardiac muscle after moderate-intensity aerobic exercise with insulin. Sport sciences for health,2020,16:491-499.
- A Tofighi, Z Samadian. Comparison of 12 Weeks Aerobic with Resistance Exercise Training on Serum Levels of Resistin and Glycemic Indices in Obese Postmenopausal Women with Type 2 Diabetes (Comparison of Two Exercise Protocols). Jundishapur Scientific Medical Journal, 2014, 12(6):665-676.
- A Tofighei, Z Samadian, J Tolouei Azar. Evaluation of the proinflammatory role of resistin and C reactive protein (CRP) in patients with type 2 diabetes: effect of aerobic and resistance exercise. Journal of Sport Biosciences, 2015,7(3):445-460.
- Asghar Tofighei, Zahra Samadian, Alireza Mehdizadeh, Mohammadreza Zolfaghareh. The Response of Serum Resistin to Aerobic Exercise and Its Possible Association with Metabolic Indices in Women with Type 2 Diabetes. Med J Tabriz Uni Med Sciences & Health Services. 2014;36(3): 18-25.
- G Shahsanam, A Tofighei, Z Samadian, Y Saniei, M HajiAhmadi. Investigation of tissue and blood indices of liver and metabolic syndrome in patients with nonalcoholic fatty liver during 36 sessions of exercise training. Journal of Applied Exercise Physiology, 2018, 13(26):55-66.

- صمدیان زهرا، توفیقی اصغر، مهدی زاده علیرضا. اثر ۱۲ هفته تمرینات ترکیبی (هوازی- مقاومتی) بر سطوح سرمی رزیستین و شاخص‌های گلیسمی در زنان یائسه چاق مبتلا به دیابت نوع دو. مجله دیابت و متابولیسم ایران. ۱۳۹۲؛ ۱۲ (۶): ۵۲۴-۵۳۳.

مقالات کنفرانس های ملی و بین المللی

عنوان همایش	عنوان مقاله	نوع ارائه	نوع همایش	تاریخ ارائه	محل ارائه	نفر چندم
کنگره ملی تخصصی علوم ورزشی نیاز نسل فردا	اثر ضدالتهابی تمرین ورزشی ترکیبی(هوازی- مقاومتی) در زنان یائسه چاق مبتلا به دیابت نوع ۲	پوستر	ملی	۱۳۹۲	دانشگاه تهران	۱
دومین همایش ملی دانشجویی علوم ورزشی	اثر ۱۰ هفته تمرین هوازی با شدت متوسط بر گیرنده ترانسفرین و شاخص های ذخیره آهن در زنان کم تحرک	پوستر	ملی	۱۳۹۲	دانشگاه شهید بهشتی تهران	۱
کنگره ملی تخصصی علوم ورزشی نیاز نسل فردا	مقایسه تعادل ایستا، پویا و تعادل مرکزی در افراد بینا و نابینا	پوستر	ملی	۱۳۹۲	دانشگاه تهران	۲
کنگره ملی تخصصی علوم ورزشی نیاز نسل فردا	بررسی تغییرات پلاسمایی ویسفاتین و شاخص های گلیسمی بیماران مبتلا به دیابت نوع ۲ به دنبال انجام تمرینات مقاومتی	پوستر	ملی	۱۳۹۲	دانشگاه تهران	۴
هشتمین همایش بین المللی تربیت بدنی و علوم ورزشی	اضطراب، افسردگی و کارکردهای اجتماعی سالمندان: تاثیر فعالیت بدنی	سخنرانی	بین المللی	۱۳۹۳	تهران	۱
کنگره بین المللی چاقی مادر و کودک	بررسی تغییرات شاخص های آنروپومتریك، شدت استئاتوز، آنزیم های کبدی و پروفایل لیپیدی در زنان چاق مبتلا به NAFLD: اثر تمرین ورزشی هوازی	سخنرانی	بین المللی	۱۳۹۴	ارومیه	۳
اولین همایش ملی تربیت بدنی و ورزش مدارس کشور	نقش انعطاف پذیری و استقامت غیر هوازی در رسیدن بازیکنان نونهال والیبال به سطح نخبه	پوستر	ملی	۱۳۹۴	ارومیه	۳
اولین همایش ملی تربیت بدنی و ورزش مدارس کشور	اهمیت سرعت، توان بی هوازی و چابکی در رسیدن بازیکنان نونهال والیبال به سطح نخبه	سخنرانی	ملی	۱۳۹۴	ارومیه	۳
نهمین همایش بین المللی تربیت بدنی و علوم ورزشی	بررسی رابطه شاخص های متابولیکی با آنزیم های کبدی بیماران مبتلا به NAFLD طی اجرای یک دوره تمرین ورزشی	پوستر	بین المللی	۱۳۹۴	تهران	۱

دوره های پژوهشی - آموزشی - فرهنگی-ورزشی

دوره های گذرانده شده	محل	سال
مهارت مفاهیم فناوری اطلاعات	سازمان مدیریت و برنامه ریزی کشور	۱۳۸۷
مهارت واژه پرداز (word)	سازمان مدیریت و برنامه ریزی کشور	۱۳۸۷
مهارت بانک های اطلاعاتی (excel)	سازمان مدیریت و برنامه ریزی کشور	۱۳۸۷

۱۳۸۷	سازمان مدیریت و برنامه ریزی کشور	مهارت اطلاعات و ارتباطات (اینترنت)
۱۳۸۷	سازمان مدیریت و برنامه ریزی کشور	مهارت ارائه مطالب (power point)
۱۳۸۷	سازمان مدیریت و برنامه ریزی کشور	مهارت استفاده از کامپیوتر و مدیریت فایل ها
۱۳۸۷	سازمان مدیریت و برنامه ریزی کشور	مهارت صفحه گسترده (access)
۱۳۹۰	دانشگاه ارومیه (پژوهشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی)	سازگاری لیپیدها و لیپوپروتئین ها به ورزش
۱۳۹۱	دانشگاه ارومیه (پژوهشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی)	شیوه های اندازه گیری شاخص های فیزیولوژیک، آنتروپومتریک و بیومکانیک در گرایش فیزیولوژی
۱۳۹۱	دانشگاه ارومیه (پژوهشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی)	دیابت، ورزش و مواد مغذی طبیعی
۱۳۹۰	ششمین همایش ملی دانشجویان تربیت بدنی و علوم ورزشی ایران (پژوهشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی)	چگونگی بکارگیری الکترومایوگرافی و تحلیل نتایج آن در ورزش
۱۳۹۰	ششمین همایش ملی دانشجویان تربیت بدنی و علوم ورزشی ایران (پژوهشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی)	تغذیه روز قبل از مسابقه در ورزشکاران نخبه استقامتی و قدرتی
۱۳۹۰	ششمین همایش ملی دانشجویان تربیت بدنی و علوم ورزشی ایران (پژوهشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی)	آشنایی با تکنیک آزمایشگاهی الکترومایوگرافی از اجرا تا تفسیر
۱۳۹۰	ششمین همایش ملی دانشجویان تربیت بدنی و علوم ورزشی ایران (پژوهشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی)	طراحی یک مایکروسیکل تمرینی برای رشته های مبارزه ای
۱۳۹۰	هیات پزشکی ورزشی استان آذربایجان غربی	آسیب های ورزشی
۱۳۹۰	هیات پزشکی ورزشی استان آذربایجان غربی	تغذیه عمومی و ورزشی
۱۳۹۳	فدراسیون ورزش های همگانی	تمرینات قدرتی و کار با دستگاه های آمادگی جسمانی
۱۳۹۴	فدراسیون ورزش های همگانی	تغذیه ورزشی
۱۳۹۴	فدراسیون ورزش های همگانی	طراحی تمرین
۱۳۹۳	فدراسیون ورزش های همگانی	ورزش زنان باردار
۱۳۹۳	فدراسیون ورزش های همگانی	حرکات اصلاحی
۱۳۹۰	فدراسیون ورزش های همگانی	مربی گری درجه ۳ ایروبیک
۱۳۹۱	فدراسیون ورزش های همگانی	مربی گری درجه ۲ و ۳ پیلاتس
۱۳۹۱ و ۱۳۹۵	فدراسیون ورزش های همگانی	مربی گری درجه ۲ و ۳ آمادگی جسمانی
۱۳۹۴	فدراسیون ورزش های همگانی	مدرسی پیلاتس
۱۳۹۶	فدراسیون ورزش های همگانی	مدرسی تغذیه ورزشی
۱۳۹۹	فدراسیون ورزش های همگانی	مدرسی کارگاه طراحی تمرین
۱۳۹۰	فدراسیون ورزش های همگانی	مربی گری برایتونیک
۱۳۹۲	فدراسیون ورزش های همگانی	جیم استیک
۱۳۹۵	فدراسیون ورزش های همگانی	تعالی معنوی
۱۳۹۴	دانشگاه آزاد اسلامی واحد الکترونیک	آشنایی با راهنمایی و مشاوره
۱۳۹۴	دانشگاه آزاد اسلامی واحد الکترونیک	کلیات پیشگیری از وقوع جرم و روش های آن
۱۳۹۴	دانشگاه آزاد اسلامی واحد الکترونیک	تقویت هویت فرهنگی جوانان
۱۳۹۴	دانشگاه آزاد اسلامی واحد الکترونیک	آسیب های استعمال مواد مخدر، پیشگیری و درمان
۱۳۹۴	دانشگاه آزاد اسلامی واحد الکترونیک	درآمدی بر امر به معروف و نهی از منکر
۱۳۹۴	دانشگاه آزاد اسلامی واحد الکترونیک	اسیب شناسی شبکه های اجتماعی مجازی
۱۳۹۴	دانشگاه آزاد اسلامی واحد الکترونیک	اخلاق در دانشگاه
۱۳۹۵	دانشگاه آزاد ارومیه (دفتر توانمندسازی و آموزش های کاربردی)	تایپ متون علمی با استفاده از نرم افزار Latex
۱۳۹۴	دانشگاه آزاد ارومیه (دفتر توانمندسازی و آموزش های کاربردی)	آموزش بهینه سازی روابط استاد و دانشجو

۱۳۹۴	دانشگاه آزاد ارومیه (دفتر توانمندسازی و آموزش های کاربردی)	اصول تعلیم و تربیت اسلامی
۱۳۹۴	دانشگاه آزاد ارومیه (دفتر توانمندسازی و آموزش های کاربردی)	وصایای حضرت امام خمینی (ره)
۱۳۹۵	دانشگاه آزاد ارومیه (دفتر توانمندسازی و آموزش های کاربردی)	اید های کارآفرین و دانش بنیان و حمایت از آنها
۹۵/۱۲/۱۴	دانشگاه آزاد ارومیه (دفتر توانمندسازی و آموزش های کاربردی)	کارگاه الگوهای ساختاری و رفتاری اساتید در دانشگاه
۹۵/۱۱/۲۶	دانشگاه آزاد ارومیه (دفتر توانمندسازی و آموزش های کاربردی)	کارگاه آشنایی با آیین نامه انتظامی اعضای هیات علمی
۱۳۹۶/۰۶/۲۶	دانشگاه آزاد ارومیه (دفتر توانمندسازی و آموزش های کاربردی)	کارگاه توسعه معنویت گرایی و تربیت دینی در دانشگاه
۹۶/۱۰/۰۴	دانشگاه آزاد ارومیه (دفتر توانمندسازی و آموزش های کاربردی)	کارگاه آشنایی با آیین نامه های پژوهشی
۱۳۹۵	مرکز آموزش مجازی دانشگاهیان	آشنایی با احکام خانواده
۱۳۹۵	مرکز آموزش مجازی دانشگاهیان	زنان و مردان، تفاوت ها و شباهت ها
۱۳۹۵	مرکز آموزش مجازی دانشگاهیان	جریان شناسی جنبش دانشجویی
۱۳۹۵	مرکز آموزش مجازی دانشگاهیان	عوامل استحکام خانواده
۱۳۹۴/۰۹/۳۰	آموزشکده فنی و حرفه ای سما واحد ارومیه	مدرس کارگاه ورزش و بیماری ها
۱۳۹۶/۰۸/۲۰	آموزشکده فنی و حرفه ای سما واحد ارومیه	مدرس کارگاه دیابت و ورزش
۱۳۹۶/۰۹/۲۹	آموزشکده فنی و حرفه ای سما واحد ارومیه	مدرس کارگاه علم تمرین
آذر ۱۳۹۵	آموزشکده فنی و حرفه ای سما واحد ارومیه	مدرس کارگاه علم و طراحی برنامه های ورزشی
۱۳۹۵/۰۹/۰۳	نهاد نمایندگی مقام معظم رهبری در دانشگاه ها (استان اذربایجان غربی)	کارگاه دانش افزایی اساتید (معرفت شناسی سطح یک)
۱۳۹۵/۱۱/۱۰	نهاد نمایندگی مقام معظم رهبری در دانشگاه ها (استان اذربایجان غربی)	دوره دانش افزایی جریان شناسی روشنفکری در ایران
۹۶/۰۶/۲۵	نهاد نمایندگی مقام معظم رهبری در دانشگاه ها (استان اذربایجان غربی)	کارگاه دانش افزایی اساتید (معرفت شناسی سطح دو)

طرح های پژوهشی

عنوان طرح پژوهشی	محل انجام طرح پژوهشی	مجری / همکار	سال انجام طرح
- بررسی تاثیر ورزش های هوازی بر روی کبد چرب در زنان چاق (دانشگاه علوم پزشکی ارومیه)	دانشگاه علوم پزشکی ارومیه	همکار اصلی	۱۳۹۳
- ارزیابی ناهنجاری های وضعیتی، آنتروپومتری و فیزیولوژیکی دانشجویان دختر و پسر ۱۷ تا ۲۳ ساله آموزشکده فنی و حرفه ای سما واحد ارومیه و ارایه بسته های اصلاحی (آموزشکده فنی و حرفه ای سما واحد ارومیه)	آموزشکده فنی و حرفه ای سما ارومیه	مجری طرح	۱۳۹۷

تالیفات و ترجمه

عنوان کتاب	ناشر	تاریخ نشر	تعداد صفحات	محل انتشار	نفر چندم
راهنمای NSCA برای ورزش و تغذیه فعالیت ورزشی	انتشارات دانشگاه ارومیه	۱۳۹۳	۴۷۰	ارومیه	۳

زمینه های مورد علاقه برای تحقیق

فیزیولوژی ورزشی سلولی مولکولی

سوابق تدریس

سال	محل	سابقه آموزشی
از سال ۱۳۹۰	دانشگاه ارومیه، دانشکده فنی و حرفه‌ای سما واحد ارومیه، دانشگاه آزاد اسلامی، دانشگاه غیرانتفاعی علم و فن، دانشگاه جامع علمی کاربردی واحد مدیریت صنعتی	تدریس در دانشگاه ها و مراکز آموزش عالی

سوابق کاری مرتبط

رابط تربیت بدنی شورای نظارت و هماهنگی سما استان آذربایجان غربی
 عضو شورای تخصصی ورزشی دانشگاه آزاد اسلامی استان آذربایجان غربی
 مدرس فدراسیون ورزش های همگانی

آشنایی با زبان ها

زبان	خواندن و درک مطلب	نوشتن	مکالمه
فارسی	*	*	*
ترکی	*		*
انگلیسی	*	*	
عربی	*		