



علوم ورزشی و تندرستی / علوم زیستی ورزش

محمد

فشی

شماره تماس:

رایانامه: m_fashi@sbu.ac.ir

وب سایت:

پروفايل علم سنجی:

http://scimet.sbu.ac.ir/Mohamad_Fashi

تحصیلات

- دکترى: دانشگاه تربیت مدرس، تربیت بدنی و علوم ورزشی- فیزیولوژی ورزشی، ۱۳۹۰-۱۳۹۳
- کارشناسی ارشد: دانشگاه خوارزمی تهران، تربیت بدنی و علوم ورزشی- فیزیولوژی ورزشی، ۱۳۸۶-۱۳۸۸
- کارشناسی: دانشگاه بوعلی سینا - همدان، تربیت بدنی و علوم ورزشی، ۱۳۸۲-۱۳۸۶

علايق پژوهشی

- علم تمرین

فعالیت‌های اجرایی

- استاد مشاور انجمن علمی دانشجویی دانشکده تربیت بدنی، ۱۳۹۵-۱۳۹۶

کتاب

- طراحی تمرینات پلایومتریک
- محمد فشی، بهزاد پاک راد، بیتا رضایی
- حتمی، ایران، ۱۳۹۸، شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۳۵۵-۳۷۸-۱

■ راهنمای کامل تغذیه برای عملکرد ورزشی

- مصطفی خانی، شمسایی نبی، هما شیخانی، بابک فرزاد، محمد فشی، همدان هادی
- آیریک، ایران، ۱۳۹۴، شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۷۲۳۱-۰۹-۸

■ (بدمیتون (آشنایی، مهارت، تمرین و ارزیابی

- شهسوار فشی، محمد فشی
- نشاء، ایران، ۱۳۹۴، شابک: ۹۷۸-۹۶۴-۱۸۱۹-۳-۴

■ طراحی تمرینات مقاومتی از علم تا کاربرد

- محمد فشی، آرزو اسکندری

■ دستورالعمل های تغذیه و تمرین

محمد فشی، علی نیازی پور

دانشگاه علوم پایه انتظامی نیروی انتظامی، ایران، ۱۳۹۷، شابک: ۸۳۱۰

■ فیزیولوژی پیشرفته دستگاه اعصاب مرکزی

محمد رضا اسد، محمد فشی، آذر آقایی، علیرضا شهسوار

دانشگاه پیام نور تهران، ایران، ۱۳۹۷، شابک: ۹۷۸۹۶۴۱۴۰۵۷۶۴

مقالات علمی چاپ شده در مجلات

■ Short-term hypoxic resistance training improves muscular performance in untrained males

Mohammad Fashi, Sajad Ahmadizad
SCIENCE and SPORTS, Vol.36, 2021

■ Effect of Acute Ramadan Fasting on Muscle Function and Buffering System of Male Athletes

Mohammad Fashi, Sajad Ahmadizad, Hadi Nobari, Jorge Pérez-Gomez, Rafael Oliveira, Jorge Carlos-Vivas, Luca Paolo Ardigo
Healthcare, Vol.9, pp. 397-405, 2021

■ Effect of COVID-19 on Health-Related Quality of Life in Adolescents and Children: A Systematic Review

Hadi Nobari, Mohammad Fashi, Arezoo Eskandari, Santos Villafaina, Alvaro Murillo-Garcia, Jorge Pérez-Gomez
International Journal of Environmental Research and Public Health, Vol.18, 2021

■ Potential Improvement in Rehabilitation Quality of 2019 Novel Coronavirus by Isometric Training System; Is There "Muscle-Lung Cross-Talk"?

Hadi Nobari, Mohammad Fashi, Arezoo Eskandari, Jorge Pérez-Gomez, Katsuhiko Suzuki
International Journal of Environmental Research and Public Health, Vol.18, 2021

■ The impact of exercise intensity on heart angiogenesis genes expression of male rats

shokofeh kheradmand, mohamad reza asad, reza mirjavadi, Mohammad Fashi
Journal of Basic Research in Medical Sciences, pp. 1-10, 2020

■ Resistance Exercise in a Hot Environment Alters Serum Markers in Untrained Males

Arezoo Eskandari, Mohammad Fashi, Ayoub Saeidi, Daniel Boullosa, Ismail Laher, Abderraouf Ben Abderrahman, Gerorges Jabbour, Hassane Zouhal
Frontiers in Physiology, Vol.11, 2020

■ Plasma retinol-binding protein-4 and tumor necrosis factor-α are reduced in postmenopausal women after combination of different intensities of circuit resistance training and Zataria supplementation

Seyed Morteza Tayebi, Ayoub Saeidi, Mohammad Fashi, Seyed Pouya, Abedin Khosravi, Hossein Shirvani, Mehdi Ahmadian, Abderraouf Ben Abderrahman, Anthony C. Hackney, Hassane Zouhal
Sport Sciences for Health, Vol.1, pp. 1-8, 2019

■ برآورد یک تکرار بیشینه بر پایه میزان درک فشار کار در زنان فعال: ارائه معادله پیش بین

جاوید شاه حسینی نیاری، آرزو اسکندری، محمد فشی

پژوهش در طب ورزشی و فناوری، نسخه ۲۱، صفحات: ۳۰-۴۰، ۱۴۰۲

مقایسه یک تکرار بیشینه و تعداد تکرارهای تا حد واماندگی در حرکت اسکوات بر اساس الگوسازی دو و سه مولفه ای توان بحرانی در زنان

■ تمرین کرده

هدیه خادمی مطلق، محمد فشی

فیزیولوژی ورزشی و فعالیت بدنی، نسخه ۱۶، صفحات: ۵۸-۶۶، ۱۴۰۱

اثر بخشی تمرینات آمادهدسازی انتظامی بر میزان آزدسازی برخی از شاخصهای زیستی خستگی قلبی متعاقب فعالیت ورزشی شدید در

■ دانشجویان دانشگاه علوم انتظامی امین

حسین برزگری مروست، محمد فشی، محمد رضا صادقیان شاهی
آموزش در علوم انتظامی، نسخه ۱۱، صفحات: ۱۴۹-۱۷۶، ۱۴۰۱

■ آلودگی هوا، ورزش و التهاب

محمد فشی

دانشگاه علوم پزشکی گرگان، نسخه ۲۴، صفحات: ۹-۱، ۱۴۰۱

■ تاثیر حاد استنشاق اکسیژن قبل از رقابت کاراته بر بازیافت ظرفیت تامپونی و عملکرد مردان کاراته حرفه ای

محمد یوسفی، محمد فشی، افشار جعفری

مطالعات کاربردی علوم زیستی در ورزش، نسخه ۱۰، صفحات: ۵-۱۵، ۱۴۰۰

■ تاثیر چهار هفته تمرین پلاریزه بر آمادگی هوازی و عملکرد قایقرانان حرفه ای

طاهره حضوری، محمد فشی، حمیداله حسنلویی

فیزیولوژی ورزشی و فعالیت بدنی، نسخه ۱۵، صفحات: ۳۱-۴۱، ۱۴۰۰

■ تاثیر ترکیب تمرینات مقاومتی کل بدن با تمرینات شنا بر عملکرد ورزشی و عضلانی در زنان شناگر

ربا الفمیخ، محمد فشی، سجاد احمدی زاد، نازنین ابوذری

فیزیولوژی ورزشی و فعالیت بدنی، نسخه ۱۱۵، صفحات: ۲۱-۳۲، ۱۴۰۰

■ طراحی پروتکل تمرین ویژه بر اساس نیازهای فیزیولوژیک پلیس کلاتری

محمد فشی، حسین نجف قلی زاده، علی مقدسی

طب نظامی، نسخه ۲۳، صفحات: ۹۴۴-۹۵۲، ۱۴۰۰

■ تاثیر چهار هفته تمرین پلاریزه بر متغیرهای آمادگی هوازی و بی هوازی بازیکنان فوتبال

محمد ملیانی، محمد فشی

پژوهش های فیزیولوژی و مدیریت در ورزش، نسخه ۱۳، صفحات: ۱۸۳-۱۹۳، ۱۳۹۹

■ تاثیر مصرف حاد مکمل کلسیم لاکتات بر عملکرد و ظرفیت بافری خارج سلولی ورزشکاران بوکس آماتور نخبه

امیر میلان امینی، محمد فشی، رعنا فیاض میلانی

پژوهش در طب ورزشی و فناوری، نسخه ۱۰، صفحات: ۲۵-۳۳، ۱۳۹۸

■ تاثیر یک وهله فعالیت مقاومتی بر پاسخ های هورمونی و ایمنی در محیط گرم

آرزو اسکندری، حمید آقا علی نژاد، رضا قراخلو، محمد فشی

مطالعات کاربردی علوم زیستی در ورزش، نسخه ۸، صفحات: ۷۴-۸۴، ۱۳۹۸

■ تاثیر چهار هفته تمرین مقاومتی هایپوکسی بر هایپرتروپی و عملکرد عضله دوسر بازویی مردان سالم

علی مقدسی، محمد فشی، سجاد احمدی زاد

علوم زیستی ورزشی، نسخه ۱۲، صفحات: ۲۲۳-۲۳۳، ۱۳۹۸

■ تاثیر شش هفته تمرین استقامتی بر بیان ژن های آپوپتوزی و ضد آپوپتوزی بطن چپ قلب موش های صحرایی نر سالمند

عاطفه احمد نیا، محمد فشی، محمد رضا اسد

فیزیولوژی ورزشی، صفحات: ۳۱-۴۶، ۱۳۹۷

■ بافت قلب موش های صحرایی نر پیر TERT و TRF₂ اثر تمرین تناوبی شدید و تداومی استقامتی بر بیان ژن های آرزو اسکندری، محمد فشی، امیربهادر دخیلی
دانشگاه علوم پزشکی گرگان، نسخه ۲۱، صفحات: ۴۳-۴۹، ۱۳۹۷

■ بافت ریه موشهای صحرایی نر IL-۱ تاثیر تمرین هوازی پس از استنشاق ریزذرات کربن سیاه بر بیان محمد فشی
دانشکده پزشکی تهران، نسخه ۷۵، صفحات: ۹۱۳-۹۱۶، ۱۳۹۶

■ هیپوکامپ موش های صحرایی نر TNF- α و NF- κ B تاثیر تمرین هوازی و هوای آلوده به ذرات کربن سیاه بر بیان ژنهای بتول رضایی، حمید آقا علی نژاد، رضا قراخانلو، معصومه ابتکار، محمد فشی، بهزاد پاکراد، اکرم کریمی اصل
فیزیولوژی ورزشی و فعالیت بدنی، نسخه ۱۱، صفحات: ۷۳-۸۴، ۱۳۹۶

■ بافت قلب موش های صحرایی نر ویستار Ctni و CTNT تاثیر ۸ هفته تمرین تداومی و تناوبی شدید بر بیان فروغ فولادی، محمد رضا اسد، محمد فشی
ابن سینا، نسخه ۲۰، صفحات: ۹-۱، ۱۳۹۶

در TNF- α و NF- κ B تاثیر تمرین هوازی پس از قرارگیری در معرض هوای آلوده به ذرات کربن سیاه کمتر از ۵/۲ میکرون بر بیان ژن های ■ بافت ریه موش های صحرایی نر
محمد فشی، حمید آقا علی نژاد، آرزو اسکندری
فیض، نسخه ۲۲، صفحات: ۱۳۴-۱۴۲، ۱۳۹۶

■ مقایسه نیمرخ پیشرفته آمادگی جسمانی بازیکنان فوتبال المپیک ایران براساس پست بازی محمدهادی قاسمی، محمد فشی
پژوهش در طب ورزشی و فناوری، نسخه ۸، صفحات: ۳۵-۴۵، ۱۳۹۶

■ در موشهای ویستار چاق نر MEF₂D و MEF₂A تاثیر ۸ هفته تمرین استقامتی و تناوبی شدید بر بیان ژنهای محمد رضا اسد، محمد فشی
پژوهش های فیزیولوژی و مدیریت در ورزش، نسخه ۹، صفحات: ۱۳۱-۱۴۰، ۱۳۹۵

■ بر تغییرات هورمون رشد و تستوسترون مردان غیر ورزشکار HMB تاثیر هشت هفته تمرین مقاومتی به همراه مصرف مکمل محمد رضا اسد، ریحانه ذوقی، محمد فشی
دانشگاه علوم پزشکی البرز، نسخه ۵، صفحات: ۱۸۷-۱۹۳، ۱۳۹۴

■ در بافت قلب موشهای صحرایی نر IL-۱ و TLR۴ تاثیر تمرین هوازی در هوای آلوده به ذرات کربن سیاه بر بیان ژنهای پاک راد بهزاد، حمید آقا علی نژاد، علیرضا زمانی، محمد فشی، بتول رضایی سراجی، زهرا رجبی
فیزیولوژی ورزشی، صفحات: ۷۷-۹۲، ۱۳۹۴

■ بافت ریه موش های صحرایی نر Tlr۴ tnF- تاثیر تمرین هوازی در هوای آلوده به ذرات کربن سیاه بر بیان ژن محمد فشی، حمید آقا علینژاد، حسن اصیلان مهابادی، بتول رضایی، بهزاد پاک راد
علوم زیستی ورزشی، نسخه ۷، صفحات: ۶۰۵-۶۱۸، ۱۳۹۴

مقالات علمی ارائه شده در همایش ها

■ Aerobic exercise in ambient particulate matter black carbon modifies the obesity and inflammation factors in male

Wistar rat

Mohammad Fashi, , ,
9 th international congress on physical education and sport sciences

■ Aerobic exercise in ambient particulate matter modifies the inflammation risk factors for heart tissue and obesity in male Wistar rat

, , Mohammad Fashi, ,
9 th international congress on physical education and sport sciences

■ The response of temporary hypertrophy increase in biceps to four weight training hypertrophy systems in active women

arezoo eskandari, Mohammad Fashi
9 th international congress on physical education and sport sciences, Vol.9

■ ماندگاری اثر گرم کردن با شدت بالا و متوسط بر برئ ده توان و دمای مرکزی ورزشکاران نیمه استقامت

محمد فشی، فاطمه نوری

اولین همایش ملی بدنسازی، تناسب اندام، تغذیه و مکمل های ورزشی، نسخه ۱، صفحات: ۶۴-۶۴

■ تاثیر گرم کردن با حجم های متفاوت در شنای کرال سینه بر ظرفیت بافری و عملکرد شناگران زن جوان

نسیم یادداشتی، محمد فشی، رعنا فیاض میلانی

اولین همایش ملی بدنسازی، تناسب اندام، تغذیه و مکمل های ورزشی، نسخه ۱، صفحات: ۲۸-۲۸

■ تاثیر مصرف حاد مکمل کلسیم لاکتات قبل از رقابت بوکس بر عملکرد و ظرفیت بافری خارج سلولی ورزشکاران بوکس آماتور نخبه

امیر میلان امینی، رعنا فیاض میلانی، محمد فشی

ششمین همایش ملی دانشجویی علوم ورزشی دانشگاه شهید بهشتی

■ طراحی تمرینات پلاریزه

محمد فشی

همایش رویکرد پزشکی ورزشی در بدنسازی، آمادگی جسمانی، تغذیه و مکمل های ورزشی

پایان نامه های کارشناسی ارشد

■ اثر ۴ هفته تمرین پلاریزه بر عملکرد ۲۰۰۰ متر و خستگی در قایقرانان نخبه رشته روئینگ

طاهره حضوری

۱۳۹۹

مقایسه یک تکرار بیشینه و تعداد تکرارهای تا حد واماندگی در حرکت اسکوات بر اساس مدلسازی دو و سه مولفه ای مدلسازی توان بحرانی

■ در زنان تمرین کرده

هدیه خادمی مطلق

۱۳۹۹

■ تاثیر گرم کردن با حجم های متفاوت در شنای کرال سینه بر ظرفیت بافری و عملکرد شناگران زن جوان

نسیم یادداشتی

۱۳۹۹

■ تاثیر استنشاق حاد اکسیژن قبل از رقابت کاراته بر بازیافت ظرفیت تامپونی و عملکرد ورزشی مردان کاراته کای حرفه ای

محمد یوسفی

۱۳۹۹

■ تاثیر ۴ هفته تمرین مقاومتی در شرایط هیپوکسی بر هایپرتروفی و عملکرد عضله دوسر بازویی مردان سالم

علی مقدسی

۱۳۹۹

(LDL، HDL، مقایسه اثر ۴ هفته تمرین مقاومتی در شرایط هایپوکسی و نورموکسی بر ترکیب بدن و نیمرخ لیپیدی (تری گلیسیرید، کلسترول

■ مردان میانسال دارای اضافه وزن

نقیسه امیری شادمهری

۱۳۹۹

■ تاثیر مصرف حاد مکمل کلسیم لاکتات قبل از رقابت بوکس بر عملکرد و ظرفیت بافری ورزشکاران بوکس آماتور

امیر میلان امینی

۱۳۹۸

■ تاثیر چهار هفته تمرین پلاریزه بر متغیرهای آمادگی هوازی و بی هوازی در بازیکنان فوتبال

محمد ملیانی

۱۳۹۸

■ تاثیر چهار هفته تمرین مقاومتی کل بدن بر عملکرد عضلانی و اجرای شناگران دختر جوان

ربا الفصیح

۱۳۹۶

اختراعات و اکتشافات

■ دستگاه مسگری با قابلیت کنترل دستی سرعت چرخش

جاوید شاه حسینی نیاری، محمد فشی

۱۴۰۱