

Specialized Texts for Physical Education and Sport Sciences

□□□

Hassan Donyaei

Rasool Khozi Seyed Hosseini

□□

Iranin Danesh Publication

دنیا، حسن، ۱۳۶۲ -

عنوان و نام پدیدآور: متون تخصصی تربیت بدنی و علوم ورزشی / حسن دنیایی، رسول نوروزی سیدحسینی.

مشخصات نشر : تبریز: طنین دانش، ۱۳۹۵.

مشخصات ظاهری : ۱۲۶ ص؛ ۵/۲۱ × ۵/۱۴ س.م.

شاہک : ۹۷۸-۶۰۰-۹۴۹۶۵-۴-۹

وضعیت فهرست نویسی : فیا

یادداشت: فارسی - انگلیسی

ص.ع. به انگلیسی : Hossein Donyaie , Rasoul Norouzi Seyed Hosseini : برداشت :

, Specialized texts for physical education...

یادداشت : واژه نامه.

موضوع: زبان، انگلیس، — کتاب‌های قرائت — تربیت بدنی

موضوع: زبان انگلیسی — کتاب‌های قرائت — تربیت بدنی — ترجمه شده به فارسی

موضوع : زبان انگلیسی - کتاب‌های درسی برای خارجیان - فارسی

موضوع: زبان انگلیسی - راهنمای آموزشی (عالی)

تربیت بدنی — راهنمای آموزشی (عالی)

شناسه ۱۱ ده : مری سید حسینی، رسول، ۱۳۶۴ -

ده بندی که در: PE۱۱۳۷/۳۴۵

۴۲۸/۱ ۴۷۹۶ رده بندی دیوپی

شماره کتابشناسی، ملی ۱۵۴۶

متون تربیت بدنی و علوم ورزشی

نویسندگان: حسن دنیائی - رسول نوروزی سید حسینی

ناشر: انتشارات طنین دانش (ناشر تخصصی تربیتی و علوم ورزشی)

شایک: ۹-۴-۹۴۹۶۵-۶۰۰-۹۷۸

لیتوگرافی: آيسان فيلم

چاپ: پرنیان

صحافي: ألما

نوبت چاب: اول - ۱۳۹۵

تیراژ: ۱۰۰۰ نسخه

قیمت: ۷۰۰۰ تومان

آدرس: تبریز - چهارراه شهید بهشتی (منصور سابق) - به طرف حافظ شمالی -

برج ابریشم - طبقه همکف حیاط مترو - پلاک ۱۵

تلفن: ۰۹۳۵۵۹۵۶۰۴۱ - خرید اینترنتی: www.TaninDanesh.ir



Table of Texts

Ageism	8
Anabolic Steroids	12
Arousal	16
ATP (Adenosine Triphosphate)	20
Biomechanics	22
Burn-out	26
Closed loop	30
Coaching	32
Disability sport	36
Drug testing	40
Exercise	44
Ethics	46
Exercise physiology	48
Fitness	50
Force	54
Games	56
Goal Orientation	58
Hooliganism	60
Interval training	64
Leadership	66
Leisure	70
Management	74

Mobility	78
Moments	80
Motor Units	82
Nutrition	84
Open loop	88
Pedagogy	90
Physical Education	92
Physical Training	94
Play	96
Process orientation	98
Recreation	100
Repetition Training	102
Speed	104
Risk Management	106
Sportsmanship	108
Teaching Styles	110
Training Principles	114
Anatomy and Physiology	118

مقدمه

تربیت‌بدنی و علوم ورزشی یکی از شاخه‌های علوم انسانی است که از جهات مختلف با علوم پایه و علوم تندرستی پیوند یافته و اثر و نقش آن در رابطه با توان‌بخشی و بهسازی جسمی و روانی افراد جامعه انکارناپذیر است. دامنه فعالیت و کارایی تربیت‌بدنی و علوم ورزشی در آموزش و پرورش و بهداشت فردی و اجتماعی بسیار گسترده است، به‌طوری‌که تمام گروه‌های سنی را، از پیش از تولد تا دوره سالخوردگی و کهولت، در بر می‌گیرد. علاوه بر این، تربیت‌بدنی و ورزش به‌عنوان عامل پیش‌گیرنده از بروز برخی ناراحتی‌ها و عوارض جسمی و روحی نیز توجه می‌شود و ثابت شده است که از پیشروی پاره‌ای از بیماری‌ها، نظیر دیابت و آرتراهای قبلی‌عروقی جلوگیری به عمل می‌آورد. علاوه بر موارد فوق، تربیت‌بدنی و علوم ورزشی به مرور زمان جای خود را در محافل عملی باز کرده است و امروزه در بسیاری از دانشگاه‌های معتبر دنیا، رشته تربیت‌بدنی و علوم ورزشی در جایگاه رشته‌ای علمی وجود دارد. رشد فزاینده چشمگیر رشته تربیت‌بدنی و خاصیت بین‌رشته‌ای بودن آن، موجب ورود واژه‌های متعدد از رشته‌های مختلف به همراه معانی خاص آن‌ها به این رشته شده است. از این‌رو ساختار مطالب و فهم صحیح از عبارات و واژه‌های مذکور، در پیشرفت صحیح و توسعه این رشته نقش مهمی دارد. به اعتقاد بسیاری از متخصصان، ضعف اغلب دانشجویان رشته تربیت‌بدنی و علوم ورزشی، تسلط نداشتن بر زبان انگلیسی، زبان اصلی علمی دنیا است. همین مسئله باعث شده است که دانشجویان و فارغ‌التحصیلان رشته تربیت‌بدنی و علوم ورزشی دانش کافی و به‌روزی از این رشته نداشته باشند و در نتیجه نتوانند با دنیای خارج از کشور ارتباط مطلوبی برقرار کنند.

یکی از راهکارهای اساسی برای حل این مشکل، افزایش فرصت مطالعه متون به‌روز تخصصی به زبان اصلی در این رشته است. در این کتاب سعی شده است تا حد امکان این فرصت برای دانشجویان ایجاد شود. در واقع در این کتاب تلاش شده متون تخصصی مورد نیاز برای دانشجویان رشته تربیت‌بدنی و علوم ورزشی به گونه‌ای انتخاب شود که بیشتر نیازهای پایه‌ای آن‌ها پوشش داده شود. منبعی که این متون از آن انتخاب شده است، کتاب *Sport and physical education/ the key concepts* است که انتشارات

معتبر Routledge آن را به چاپ رسانده است. نگارندگان سعی کرده‌اند که با توجه به سطح دانش و همچنین کاربردی بودن مطالب برای دانشجویان، این متون را گزینش کنند. در همین راستا تلاش ما بر آن بود که متون تا حد امکان ساده و قابل فهم باشند و در عین حال ترجمه‌ای روان از آن‌ها صورت بگیرد. در واقع در ترجمه این متون تلاش گردید با رعایت امانت‌داری، مطالب به صورت روان و سنجیده ارائه شود. علاوه بر ترجمه متون، کلمات کلیدی که نقش پررنگی در فهم و درک متون دارند، در انتهای متن گنجانده شده است. امید است که این کتاب بتواند، هرچند در مقیاس کوچک، به نیاز دانشجویان در رشته تربیت بدنی و علوم ورزشی پاسخ دهد و انگیزه کافی برای تلاش‌های بیشتر در این زمینه را به وجود آورد. راهنمایی‌ها و تذکرات صاحب‌نظران می‌تواند به برطرف کردن کاستی‌های این مطلب در چاپ‌های بعدی کمک کند. پیشاپیش مراتب سپاسگزاری خود را از این بابت اعلام می‌دارم.

حسن دنیایی و رسول نوروزی سید حسینی