

بسمه تعالی

طراحی و تدوین
نظام نامه اخلاقی
مربیان آمادگی جسمانی

مؤلفین: شیوا بهرام و شمس - کتابون کامکارن

سرشناسه: بهرام‌وش شمس، شیوا، ۱۳۶۵ -

عنوان و نام پدیدآور: طراحی و تدوین نظام‌نامه اخلاقی مربیان آمادگی

جسمانی / مولفین شیوا بهرام‌وش شمس، کتایون کامکاری.

مشخصات نشر: اصفهان: کیماگران سپاهان، ۱۳۹۵.

مشخصات ظاهری: ۷۲ص، ۱۴۱/۲۱×۲۱/۵س.م.

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۸۵۲۲-۰۰-۳

وضعیت فهرست نویسی: فیا

موضوع: مربیان ورزشی -- اخلاق حرفه‌ای

موضوع: Coaches (Athletics) -- Professional ethics

موضوع: ورزش -- جنبه‌های اخلاقی

موضوع: Sports -- Moral and ethical aspects

شناسه افزوده: کامکاری، کتایون، ۱۳۵۵ -

رده بندی کنگره: ۱۳۹۵ ۴۹ط GV۷۱۱

رده بندی دیویی: ۷۹۶/۰۷۷

شماره کتابشناسی ملی: ۴۲۸۶۸۶۹

نام کتاب: طراحی و تدوین نظام نامه اخلاقی مربیان

آمادگی جسمانی

مؤلف: شیوا بهرام‌وش شمس - کتایون کامکاری

چاپ: نوین

ناشر: کیماگران سپاهان

سال نشر: ۱۳۹۵

نوبت چاپ: اول

شمارگان: ۱۰۰۰ ج.

قیمت: ۷۰۰۰ تومان

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۸۵۲۲-۰۰-۳

ISBN: 978-600-8522-00-3

کلیه حقوق برای مؤلف محفوظ است

تکثیر تمامی یا قسمتی از این اثر به صورت حرفه‌پیشی یا چاپ مجدد، چاپ افست، فتوکپی و انواع دیگر چاپ ممنوع است و بیگرد قانونی دارد.

فهرست مطالب

صفحه	عنوان
۷	مقدمه
۹	تعریف اخلاق
۱۲	کردار اخلاقی
۱۵	اخلاق اسلامی
۱۶	عوامل تعیین کننده رفتار اخلاقی
۱۶	عوامل فردی
۱۶	سن
۱۷	تحصیلات
۱۷	ارزش های اخلاقی
۱۷	نظریه های اخلاقی
۱۸	اخلاق واقعی
۱۸	اخلاق برای منفعت اکثریت
۱۹	اخلاق جهانی
۱۹	اهمیت اخلاق در ورزش
۲۱	بی اخلاقی چیست؟
۲۲	انتظارات اخلاقی از ورزشکاران
۲۲	انتظارات اخلاقی از مربیان

۲۲	انتظارات از مدیران ورزشی
۲۲	انتظارات اخلاقی از پیشکسوتان
۲۳	وظایف نهادهای ورزشی در حوزه اخلاق
۲۳	ورزش و هنجارهای اخلاقی
۲۶	ویژگی‌های اخلاقی و رفتاری یک ورزشکار
۲۷	دانش و آگاهی
۲۸	عمل صالح
۲۸	انجام فرامین الهی
۲۹	مبارزه برای اعتلای حق
۳۰	یاری مظلومان
۳۱	عفو و گذشت
۳۱	خودسازی
۳۲	تواضع و فروتنی، پرهیز از غرور
۳۳	اخلاق پهلوانی در ورزش
۳۳	اهمیت ورزش در اسلام
۳۵	کدهای اخلاقی: گام اول مهندسی فرهنگی
۳۶	فرهنگ سازمانی و اصلاحات اخلاقی
۳۷	نظام نامه اخلاقی، یکی از ابزارهای تغییر فرهنگ سازمانی
۳۸	کدهای رفتاری و تعالی اخلاق حرفه‌ای
۴۰	راهکارهایی برای تدوین برنامه‌های اخلاقی

۴۱	فرآیند ارائه یک برنامه اخلاقی
۴۳	تدوین نظام نامه اخلاقی
۴۳	نظام نامه اخلاقی و نظام نامه رفتاری
۴۴	نظام نامه اخلاقی
۴۴	نظام نامه رفتاری
۴۵	تعهد اخلاقی مورد تأکید در نظام نامه اخلاقی
۴۵	آمادگی جسمانی
۴۶	انواع آمادگی جسمانی
۴۶	۱- آمادگی جسمانی مرتبط با سلامتی
۴۷	۲- آمادگی جسمانی مرتبط با اجرا مهارت
۴۸	اهمیت فعالیت جسمانی
۴۸	ابعاد سلامتی و فعالیت بدنی
۴۸	سلامت جسمانی
۴۹	سلامت روانی
۵۰	سلامت اجتماعی
۵۱	کدهای اخلاقی مربیان ورزش
۵۱	الف: قانون مداری و "احترام"
۵۲	ب: دوپینگ و "شجاعت، نفرت از ترس"
۵۲	ج: شجاعت، نفرت از ترس
۵۳	چ: واقع نگری، صداقت و عدالت، برادری و برابری

ح: مسئولیت پذیری و دلسوزی ۵۴

خ: جوانمردی، پاکدامنی و صبر، شکیبایی ۵۴

د: "امانت داری، رازداری" و "کرامت انسانی" ۵۴

ذ: توکل، عشق به میهن و منافع گروهی، همبستگی اصل بی طرفی و سخاوت، قناعت ۵۵

نت: گیری ۵۵

منشور اخلاق و رفتاری انجمن آمادگی جسمانی و ایروبیک ۶۰

منابع ۷۳

مقدمه

امروزه در عصر حاضر ورزش و مشارکت افراد در فعالیت‌های ورزشی به عنوان یک پدیده اجتماعی در خور بررسی و تأمل است و مورد توجه بسیاری از دانشمندان و محققان قرار گرفته است. ورزش و ابعاد گوناگون آن به عنوان مبحثی بسیار مهم در محافل مختلف مورد توجه است و به عنوان ابزاری کارآمد در ایجاد جامعه‌ای پویا و شاداب و رفع بسیاری از بحران‌های اجتماعی، فرهنگی و حتی اقتصادی و سیاسی کاربردهای فراوان خود را نمایان ساخته است.

از آنجایی که تکنولوژی و پیشرفت‌های وسیع علوم خود عاملی در به ورطه کشیدن این صنعت دارد و همین تکنواری و علوم از سوی دیگر در پرورش و مساعدت بهبود عملکرد ورزشکاران و اصل ورزش نقش‌آفرین می‌باشد، توجه به تکنولوژی و فناوری‌ها ما را بیش از پیش به تأثیرات آن در زندگی متوجه می‌سازد رشد افسارگسیخته و غیرقابل کنترل تکنولوژی تمام سرچشمه‌ها و کانون‌های لازم زندگی و حیات را نابود می‌سازد تکنولوژی مبانی اخلاق را از فرهنگ زدوده و روابط روحی و انسانی‌ها را از حقیقت و ارزش‌های حیات انسانی است به گور می‌سپارد به طور خلاصه تکنولوژی برای ما هم دوست است و هم دشمن.

جزر و مد قریب‌الوقوع انقلاب تکنولوژی در عصر اتم، آنچنان می‌تواند انسان را اسیر و افسون و خیره و غافل کند که سرانجام روزی تفکر حسابگرانه به عنوان (یگانه) راه تفکر پذیرفته و به کار بسته خواهد شد. در این راستا

ورزش‌های پایه و ورزش آمادگی جسمانی بطور ویژه مورد توجه کشورهای مختلف قرار گرفته است، در واقع ورزش‌های آموزشی مانند تربیت بدنی، ورزش‌های تفریحی، ورزش‌های غیر رقابتی و ورزش‌های درمانی، فرایندگرایی رفتارهای شرکت کنندگان را هدایت و رهبری می‌کند. یعنی برای شرکت کننده تنها ماهیت مشارکت مهم است. در نتیجه ارزش‌هایی مانند نشاط، شادمانی، دوست‌یابی، همکاری، احساس راحتی کردن، توانایی، ایثار و تعاون بر ارزش‌هایی چون تقویت قدرت جسمانی برای کسب مقام و شکستن رکورد ارجحیت داشته و فاقد رقابت‌های ورزشی مسابقات را می‌است. توجه به اخلاق و ورزش‌های پایه نسبت به اخلاق در دیگر حرفه‌ها اهمیت بیشتری دارد، چرا که حرفه‌های دیگر، وسعت محدودی دارند و اعدال اخلاقی در آن‌ها به افراد و صنوف دیگر به راحتی سرایت نمی‌کند، اخلاقیات در میان مربیان آمادگی جسمانی از مدت‌ها قبل مورد نگرانی خاص افکار عمومی و موضوع بحث منتقدان بوده است. بدیهی است توسعه و رسوخ اخلاق مربوط به هر حرفه، می‌تواند از عوامل شکوفایی آن حرفه باشد. در تمدن کهن و فرهنگ اسلامی کشور ما، ورزش بدون اخلاق جایگاهی نداشته و ندارد، اما امروزه بیشتر اخلاق گرایی در میان مربیان ورزشی به عنوان یک بخش حیاتی در جامعه ورزش، می‌تواند نقشی بزرگ در بالندگی این حرفه و متعاقب آن در کل کشور داشته باشد.

نظام نامه اخلاقی حرفه مربیگری بخصوص رشته آمادگی جسمانی می‌تواند ابزاری برای پیشرفت و بهبود حرفه مربیگری آمادگی جسمانی میان سازمان‌های مختلف باشد. همان‌گونه که آشنایی با محتوای نظام نامه

حرف‌های برای مربیان آمادگی جسمانی ضروری است. آگاهی از محدودیت‌های آن نیز حائز اهمیت است تا صاحب نظران و سایر متخصصان آمادگی جسمانی از طریق آن بتوانند اعمال خود را مورد قضاوت قرار دهند. اینکه مربیان آمادگی جسمانی چگونه رفتار یا تصور کنند اینکه با واقعیت روبرو شوند، برابری و عدالت را پیشه خود قرار داده، به دنبال عشق به هم‌نوع و به کشور باشند منجر به ایجاد زمینه‌های لازم رشد منوی ورزش و سعادت جامعه ورزشی و حتی بر ورزش کشور اثرات مثبت چشم‌گیری خواهد داشت.

تعریف اخلاق

اخلاق واژه‌ای است عربی که جمع خلق (خوی، سرشت، طبیعت باطنی یا سرشت درونی انسان) و در کتابی است آن را دانش بد و نیک‌خویی‌ها و تدابیر انسان برای نفس خود یا یک امر خاص است تعریف کرده‌اند. کلمه «اخلاق» به معنای شکل درونی انسان و سرشت و سجیه آمده است به غرایز و ملکات و صفات روحی و باطنی که در انسان وجود دارد، اخلاق گفته می‌شود و به کردارها و رفتارهایی که از این خلیات ناشی می‌شود نیز اخلاق یا رفتار اخلاقی می‌گویند. الخلق بضم اللام و کون‌ها و هوالدین والطبع والسجیه و حقیقه أنه لصورة الانسان الباطنه جسمه و اوصافها و معانیها المختصه بها بمنزله الخلق لصورته الظاهره و اوصافها و معانیها و اوصاف حسنه و قبیحه. (قلم، آیه ۴)

وقتی که واژه «اخلاق» و «خلق» از نظر لغوی، به معنای «سرشت و سجیه» استعمال می‌شود، اعم از سجایای نیکو و پسندیده، مانند امانت