

ارتباط روانشناسی و ورزش

نویسندگان:

صیب مولائی، اعظم امدادی نسب

طیبه محمدی آرام



ناشر همایون

ارتباط روانشناسی و ورزش

سرشناسه: مولائی، مصیب، ۱۳۶۱ -
عنوان و نام پدیدآور: ارتباط روانشناسی و ورزش / مصیب مولائی، اعظم امدادی نسب، طیبه محمدی آرام.
مشخصات نشر: بیرجند: نشر چهار درخت، ۱۳۹۷.
مشخصات ظاهری: ۵۰ ص.
شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۶۱۰۵-۰۷-۱
وضعیت فهرست نویسی: فیبا
یادداشت: کتابخانه
موضوع: ورزش -- جنبه‌های روان‌شناسی
Sports -- Psychological aspects
موضوع: تربیت بدنی -- جنبه‌های روان‌شناسی
Physical education and training -- Psychological aspects
موضوع: تمرین‌های ورزشی -- جنبه‌های روان‌شناسی
Exercise -- Psychological aspects
شناسه افزوده: امدادی نسب، اعظم، ۱۳۶۵ -
شناسه افزوده: محمدی آرام، طیبه، ۱۳۶۵ -
رده بندی کنگره: ۱۳۹۷ ۴۱۴ الف ۲۰۶
رده بندی دیویی: ۷۹۶/۰۱
شماره کتابشناسی ملی: ۵۱۸۲۷۸۵

حقوق این اثر محفوظ است.

نویسندگان: مصیب مولائی، اعظم امدادی نسب، طیبه محمدی آرام
ویراستار: علی زارع مقدم
ناشر: نشر چهار درخت
چاپ اول: ۱۳۹۷
محل نشر: بیرجند
شمارگان: ۱۰۰۰ نسخه
امور فنی و طرح جلد: محمد زارع مقدم
چاپ و صحافی: مهرنگ
شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۶۱۰۵-۰۷-۱
قیمت: ۹۰۰۰ ریال

بیرجند، خیابان معلم، خیابان قدس شرقی، جنب اداره راه و
شهرسازی، مجتمع باران، نشر چهار درخت
تلفن: ۳۲۴۳۰۳۱۳ - ۰۵۶ همراه: ۷۱۵۵ ۹۱۵ ۶۱۰۹

www.4derakht.ir



فهرست مطالب

۱	ورزش
۲	مواد عادت به ورزش
۴	ورزشکار
۵	طبقه‌بندی ورزش
۷	ورزش همگانی
۸	فواید ورزش در مدار
۱۰	تاریخچه روانشناسی ورزشی
۱۲	روانشناسی در ورزش
۱۴	تأثیر روانشناسی ورزش
۱۶	اهمیت روانشناسی ورزش
۱۸	تأثیر ورزش در اجتماعی شدن
۱۹	تأثیر ورزش در شخصیت
۲۰	تأثیر ورزش در اخلاق و رعایت حقوق دیگران
۲۲	تأثیر ورزش در کاهش اضطراب
۲۲	نقش ورزش در پر کردن اوقات فراغت
۲۴	ورزش و فرهنگ
۲۴	ورزش و حافظه
۲۵	اخلاق ورزشی

۲۷		انگیزه‌های ورزش
۲۹		ورزش و هیجان
۳۰		ورزش و سلامت روان
۳۱		کارکرد ورزش در زندگی اجتماعی جوانان
۳۱		ورزش و پیوستگی اجتماعی
۳۲		پایه‌ها، روان‌شناختی ورزش
۳۴		اهمیت ورزش در اصلاح جوامع و رفع محرومیت‌های اجتماعی
۳۶		کاربرد ملاک‌های سنجیده شده ابراز وجود در ورزش
۴۲		ویژگی‌های ذهنی ورزشکاران
۴۹		منابع