

متون تخصصی

برای دانشجویان

تربیت بدنی و علوم ورزشی

نویسندگان:

سید احسان امیرحسینی

دکترای مدیریت ورزشی - عضو هیأت علمی - استاد، آزاد اسلامی واحد یاسوج

سودابه بیکی

آرزو امیدواری

عضو هیأت علمی دانشگاه آزاد اسلامی واحد یاسوج



سرشناسه	:	امیرحسینی، سید احسان، ۱۳۵۸-
عنوان و نام پدیدآور	:	Amirhosseini, Seyed Ehsan English technical texts for the students of physical education and sport sciences[Book]/ authors Seyed Ehsan Amirhosseini, Soudabeh Beiki, Arezoo Omidvari.
مشخصات نشر	:	یاسوج : چویل ، ۱۳۹۸=۲۰۲۰م.
مشخصات ظاهری	:	۱۸۷ص.
شابک	:	978-964-106062-8
وضعیت فهرست‌نویسی	:	فیا
یادداشت	:	انگلیسی
یادداشت	:	عنوان به فارسی : متون تخصصی برای دانشجویان تربیت بدنی و علوم ورزشی.
عنوان در	:	متون تخصصی برای دانشجویان تربیت بدنی و علوم ورزشی.
موضوع	:	زبان تخصصی -- کتاب های قرائت -- تربیت بدنی.
موضوع	:	English language -- Readers -- Physical education and training
موضوع	:	زبان انگلیسی -- راهنمای آموزشی (عالی).
موضوع	:	English language -- Study and teaching (Higher)
شناسه افزوده	:	بیکی باغ بیدی، سودابه، ۱۳۶۴-
شناسه افزوده	:	Beiki Bagh Bidi, Soudabeh
شناسه افزوده	:	امیری، آرزو، ۱۳۶۴.
شناسه افزوده	:	Omidvari, A. zoe
رده‌بندی کنگره	:	PE ۱۱۱
رده‌بندی دیوئی	:	۸/۶۴
شماره کتابشناسی ملی	:	۶۱۱۲



English technical texts for the students of physical education and sport sciences

مؤلفان	:	سید احسان - امیرحسینی - سودابه
ناشر	:	بیکی - آرزو امیدواری
صفحه‌آرا	:	دانشگاه آزاد اسلامی واحد یاسوج
تیراژ	:	با همکاری انتشارات چویل
نوبت چاپ	:	اول ۱۳۹۹
تعداد صفحات	:	۱۸۷ صفحه
قطع	:	وزیری
قیمت	:	۳۵۰۰۰ تومان
شابک	:	978-964-10-6062-8
لیتوگرافی، چاپ و صحافی	:	صدف

آدرس: یاسوج، بله زار، ساختمان آموزشی دانشگاه آزاد اسلامی واحد یاسوج

تلفن: ۰۷۴-۳۳۳۱۳۰۰۱

Table of Contents

Lesson 1	Philosophy of Physical Education	11
Lesson 2	Sport	21
Lesson 3	The Most Popular Sport in the World	31
Lesson 4	How Does Playing Sports Affect Your Health	39
Lesson 5	All You Need to Know To Be a Successful Professional Athlete	51
Lesson 6	Benefits of Regular Exercise	63
Lesson 7	Sport Nutrition	75
Lesson 8	Mental Benefits of Sports	87
Lesson 9	Strength and Endurance	99
Lesson 10	Benefits of Exercising in the Morning	109
Lesson 11	Anxiety in Sport	119
Lesson 12	Nutrient Needs of Athletes	129
Lesson 13	Sport Management	141
Lesson 14	Components of Physical Fitness	153
Reference		165
Appendix 1		167
Appendix 2		173

پیشگفتار مؤلف

با حمد و سپاس خدای سبحان را که نعمت الهی و دانایی را زینت بخش وجود آدمی گرداند، خداوند را شاکرم که به این حق، توفیق تدوین و تألیف کتاب حاضر را عطا فرمود.

یادگیری زبان انگلیسی و کاربرد آن در زندگی همه مردم که در جامعه‌ی بین‌المللی و دنیای ارتباطات با همه قریبت و نزدیکی که دارند روزه روز به روز مهمتر و غیر قابل انکار می‌باشد. یادگیری زبان چه انگلیسی و چه زبان‌های دیگر همیشه به چالش بزرگ برای زبان‌آموزان بوده و هست. اگر بطور عام به این مسئله نگاه نکنیم، یعنی از موارد مهم به روش آموزش برای یادگیری زبان، به دانشجویان و افراد علاقه‌مند ارتباط دارد. یادگیری زبان انگلیسی، نمونه‌ای از زبان‌آموزان نوعی چالش محسوب می‌شود، لذا این کتاب به روش ساده و کامل جهت آموختن اصول ابتدایی گرامر در زبان انگلیسی و همچنین ترجمه متون تخصصی در رشته علوم ورزشی تدوین شده است و به دانشجویان این امکان را می‌دهد، که به راحتی و با استفاده از گرامر و کلمات مشخص آن را فراگیرید. نکته قابل توجه این است که این کتاب در مقایسه با کتاب‌های دیگر به دلیل جامع بودن رعایت یادگیری دانشجویان را افزایش می‌دهد.

امروزه علم ورزش و همچنین تنوع رشته‌های ورزشی در بین علاقه‌مندان به تفریح و ورزشی علوم مرتبط با ورزش‌های خاص بیش از پیش مورد توجه قرار گرفته است. لذا یادگیری و تسلط بر این مطالب علمی و آموزشی که در پایگاه‌ها، نشریات و سایت‌های ورزشی علمی وجود دارد، یکی از فرایندها و الزامات افزایش سطح آگاهی دانشجویان رشته علوم ورزشی، ورزشکاران، مربیان و دست‌اندرکاران امر ورزش به دستاوردهای روز دنیا می‌باشد. در دهه‌های اخیر متخصصان علوم ورزشی در زمینه‌های مختلف به پیشرفت‌های سریع همه جانبه و قابل توجهی دست یافته‌اند و فرایند تخصصی شدن رشته‌های گوناگون ورزشی همچنان ادامه دارد. دانش و علم تربیت‌بدنی و علوم ورزشی نیز از این قاعده مستثنی نبوده زیرا از پیشرفت سایر علوم بهره می‌گیرد.