

نقش پارک‌ها در ارتقاء ورزش همگانی و سلامت جامعه

گردآوری و تالیف:

مجتبی ماهی سیانی (دانشجوی دکتری مدیریت ورزشی)

دکتر سرور محمدی (عضو هیئت علمی دانشگاه کردستان)

دکتر محمد سلطان حسینی (عضو هیئت علمی دانشگاه اصفهان)

ویراستار علمی:

دکتر لیلی خاوری خراسانی (عضو هیئت علمی دانشگاه یزد)



انتشارات توپ

نام کتاب: نقش پارک‌ها در ارتقاء ورزش همگانی و سلامت جامعه

گردآوری و تألیف: مجتبی قاسمی سیانی - دکتر سردار محمدی - دکتر محمد سلطان حسینی

ویراستار علمی: دکتر لیلی خاوری خراسانی

شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۷۴۱۷-۰۴-۳

ناشر: انتشارات توپ

صفحه آرای و حروف چینی: ذوالفقاربرزگر

طراح جلد: علی عشقی

نوبت چاپ: چاپ اول / ۱۳۹۹

شمارگان: ۱۰۰۰ جلد قیمت: ۴۰۰۰۰۰ ریال

مرکز نشر میدارانه ب - روبروی دانشگاه تهران - ساختمان جیبی - فروشگاه فجر ۶۶۴۱۴۱۰۹



قیمت: ۴۰۰۰۰۰ ریال

کپی‌رایت برای ناشر محفوظ است.



سرشناسه	: قاسمی سیانی، مجتبی، ۱۳۶ -
عنوان و نام پدیدآورنده	: نقش پارک‌ها در ارتقاء ورزش همگانی و سلامت جامعه / گردآوری و تألیف مجتبی قاسمی سیانی، سردار محمدی، محمد سلطان حسینی؛ ویراستار علمی لیلی خاوری خراسانی.
مشخصات نشر	: تهران: نشر توپ، ۱۳۹۹.
مشخصات ظاهری	: ۱۷۳ ص.
شابک	: ۹۷۸-۶۲۲-۷۴۱۷-۰۴-۳
وضعیت فهرست نویسی	: فیبا
شناسه افزوده	: محمدی، سردار، ۱۳۵۳ -
شناسه افزوده	: سلطان حسینی، محمد، ۱۳۴۳ -
شناسه افزوده	: خاوری خراسانی، لیلی، ۱۳۵۶ - ویراستار
رده بندی کنگره	: ۷۲۴۱
رده بندی دیویی	: ۶۱۳/۷۱
شماره کتابشناسی ملی	: ۷۲۸۸۹۶۲

فهرست

- پیشگفتار..... ۴
- فصل اول: مقدمه‌ای بر ورزش همگانی و تفریحی..... ۷
- فصل دوم: خلاصه‌ای از تاریخچه پارک‌ها در ایران، کانادا و آمریکا..... ۳۱
- فصل سوم: اوقات فراغت، بازی و تفریح در پارک‌ها..... ۶۱
- فصل چهارم: سهم پارک‌ها در بهبود فعالیت‌های جسمانی و سلامتی جسمی و روحی..... ۹۱
- فصل پنجم: اندازه‌گیری میزان استفاده از پارک برای تفریح و فعالیت ورزشی..... ۱۱۵
- فصل ششم: آشنایی با دستگاه‌های بدنسازی در پارک‌ها..... ۱۳۳
- فصل هفتم: نمونه‌هایی از پژوهش‌های داخلی مرتبط با فعالیت ورزشی در پارک‌ها..... ۱۵۷

www.ketab.ir

پیشگفتار

مبحث فعالیت بدنی و ورزش های همگانی و تفریحی از مباحث دیرینه در حوزه مدیریت ورزشی است که سالیان زیادی مورد توجه محققان داخلی و خارجی این حوزه قرار گرفته است. از مزایای فعالیت ورزشی بر سلامتی جسم و روح تا نقشی که در فرایند اجتماعی شدن کودکان و نوجوانان ایفا می کند، مورد بررسی محققان بوده است. بگونه ای که مستندات محکم و قابل اطمینانی را در رابطه با مزایای ورزش های همگانی و تفریحی ارائه داده اند. با این حال، سطح فعالیت های ورزشی و تفریحی مردم در کشور ما در حد مطلوبی نیست. بگونه ای که بر اساس گزارش های مختلف در این حوزه میزان ۱۰ تا ۱۵ درصد را گزارش کرده اند. در حالیکه این میزان در بسیاری از کشورهای اروپایی از جمله آلمان، سوئیس، بلژیک، دانمارک و ... بالای ۶۰ درصد گزارش شده است. از طرف دیگر، فعالیت ورزشی در پارک ها نقش و تاثیرات قابل توجهی در توسعه ورزش همگانی دارد. بویژه با توجه به مزایای سلامتی و روانشناختی پارک ها و فضاهای سبز برای افراد در تمام سنین، همچنین صرفه اقتصادی ورزش در پارک ها، انتظار می رود گرایش و رغبت بیشتری از افراد برای فعالیت ورزشی در این مکان ها مشاهده شود. تحقیقات گزارش کرده اند فعالیت ورزشی در پارک ها و فضاهای سبز نسبت به ورزش در محیط های سر بسته تاثیر بیشتری بر کاهش افسردگی، کاهش مشکلات روحی- روانی، بهبود وضعیت جسمانی و ... دارد.

بر این اساس، با توجه به اهمیت پارک ها در توسعه ورزش همگانی و در نتیجه سلامتی جامعه، قسمتی از موضوع رساله دکتری خود را در سال ۱۳۹۶ با راهنمایی آقای دکتر سردار محمدی و مشاوره آقای دکتر محمد سلطان حسینی که سخاوتمندانه کمک زیادی در این راه به بنده نمودند، در این حیطه انتخاب کردم. در طول تحقیق و پژوهش خود به این نکته پی بردم که به نظر می رسد اکثریت مردم کشور ما در رابطه پارک ها، ویژگی ها و انواع پارک ها و نقش و اهمیت آنها در ارتقاء سلامت عمومی آگاهی کافی و لازم را ندارند، چراکه نتایج حاصل از مصاحبه ها چنین نکته ای را یادآور می شد. لذا تصمیم گرفتم با توجه به منابع داخلی و خارجی موجود در این زمینه و همچنین نتایج تحقیق خود به گردآوری و تالیف کتابی در زمینه پارک ها و نقش آنها در ارتقاء ورزش همگانی و سلامتی جامعه و چالش های موجود در این زمینه، بپردازم. کتاب حاضر با کمک اساتید راهنما و مشاور گردآوری و تالیف شد. همچنین سرکار خانم دکتر لیلی خاوری خراسانی ویراستاری علمی کتاب را بر عهده داشتند. امید است که مطالب ارائه شده در کتاب مورد توجه شهروندان، متولیان امر ورزش در شهرها و محققان این حوزه قرار گیرد و کمکی هر چند ناچیز در این زمینه ایفا کند. در پایان خواهمشدم هرگونه اشکال، ابهام و پیشنهاد در مورد کتاب را جهت اصلاح به ایمیل ghasemi_m89@yahoo.com ارسال نمایید.