

ورزش ذهنی حرکتی جهت یابی

www.ketab.ir

نویسنده:

دکتر ناصر شهریاری

بهمن ماه ۱۳۹۹

سرشناسه	:	شهریاری، ناصر، ۱۳۶۵-
عنوان و نام پدیدآور	:	ورزش ذهنی حرکتی جهت یابی نویسنده ناصر شهریاری؛ ارزیاب علمی محمود منفرد؛ ویراستار فاطمه شاولی.
مشخصات نشر	:	گرگان: انتشارات نوروزی، ۱۳۹۹.
مشخصات ظاهری	:	۷۲ص: مصور(رنگی) نقشه، جدول، نمودار.
شابک	:	978-622-02-1396-3
وضعیت فهرست نویسی	:	فیبا
یادداشت	:	کتابنامه:ص. ۷۱.
موضوع	:	مسیریابی - Orienteering - مسیریابی -- ابزار و وسایل - Movement education
موضوع	:	Equipment and supplies -- Orienteering - حرکت آموزی
شناسه افزوده	:	منفرد، محمود، ۱۳۵۸ - ناظر
رده بندی کنگره	:	۴/۲۰۰.GV
رده بندی دیویی	:	۵۸/۷۹۶
شماره کتابشناسی ملی	:	۷۵۴۵۴۱۱
وضعیت رکورد	:	فیبا

ورزش ذهنی حرکتی جهت یابی

نویسنده: ناصر شهریاری

ارزیاب علمی: محمود منفرد

ویراستار: فاطمه شاولی

نوبت چاپ: اول-۱۳۹۹

مشخصات ظاهری: ۷۲ ص

قطع: وزیری

شمارگان: ۱۰۰۰

شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۰۲-۱۳۹۶-۳

چاپ و نشر: نوروزی-۰۱۷۳۲۲۴۲۲۵۸

قیمت: ۲۸۰۰۰ تومان



نشانی: گلستان، گرگان، خیابان شهید بهشتی، بازار رضا(ع)، ۰۱۷-۳۲۲۴۲۲۵۸

دورنگار: ۰۱۷-۳۲۲۲۰۰۴۷ آدرس الکترونیکی: Entesharate.noruzi@gmail

سایت انتشارات: www.Entesharate-noruzi.com



فهرست مطالب

پیشگفتار.....	۷
فصل اول.....	۹
مقدمه‌های بر ورزش ذهنی حرکتی جهت یابی.....	۹
فصل دوم.....	۱۱
تاریخچه پیدایش ورزش ذهنی حرکتی جهت یابی.....	۱۱
فصل سوم.....	۱۵
تشریح ورزش ذهنی حرکتی جهت یابی.....	۱۵
فصل چهارم.....	۱۹
آیین نامه مسابقات جهت یابی پیاده.....	۱۹
فصل پنجم.....	۲۹
تجهیزات مورد استفاده در ورزش ذهنی حرکتی جهت یابی.....	۲۹
فصل ششم.....	۳۵
سمت ها و جهت ها.....	۳۵
فصل هفتم.....	۵۷
نقشه خوانی.....	۵۷
فصل هشتم.....	۶۷
مهارت ها و تکنیک های جهت یابی.....	۶۷
منابع:.....	۷۱



پیشگفتار

با توجه به اینکه ورزش علمی کاربردی جهت یابی با دوره توجیهی کارگاههای آموزشی آغاز می گردد، بر خود لازم دانستم مجموعه ای را تحت عنوان جهت یابی ویژه دوره توجیهی جمع آوری کنم تا این ورزش را به زبان ساده و با مقدمات آن به علاقمندان و ورزشکاران معرفی نمایم و امید است این ورزش مفرح با شعار ((جهت یابی جاده ای برای سلامتی و لذت بردن انسانها)) فراگیر شده و در سرتاسر کشور بسط و گسترش یابد و نقش موثری در سلامت جامعه ایفا نمایم.

جمع آوری این اثر با همکاری جناب آقای محمد کشاورز صورت پذیرفت، که ضمن تشکر و قدردانی، آرزوی موفقیت و توفیق روزافزون این عزیز را از خداوند متعال خواستارم.

www.ketab.ir