

روانشناسی ورزشی

آموزش تربیت بدنی در مدارس



مؤلف :

بی‌تا احمدی - زینب محمودی

فاطمه نوری - شادی اشرفی

عنوان و نام پدیدآور	روانشناسی ورزشی: آموزش تربیت بدنی در مدارس / مؤلف بیتا احمدی... [و دیگران].
مشخصات نشر	گرگان: انتشارات نوروزی، ۱۴۰۲.
مشخصات ظاهری	۹۸ ص.
شابک	978-622-02-3033-5
وضعیت فهرست نویسی	فیفا
یادداشت	مؤلف بیتا احمدی، زینب محمودی، فاطمه نوری، شادی اشرفی.
یادداشت	کتابنامه: ص. ۹۷-۹۸.
عنوان دیگر	آموزش تربیت بدنی در مدارس.
موضوع	ورزش مدارس -- جنبه‌های روان‌شناسی School Sports -- Psychological aspects تربیت بدنی -- جنبه‌های روان‌شناسی Physical education and training -- Psychological aspects
شناسه افزوده	احمدی، بیتا، ۱۳۷۶-
رده بندی کنگره	۳۴۶GV
رده بندی دیویی	۷۱۱/۶۱۳
شماره کتابشناسی ملی	۹۳۸۰۴۴۴
اطلاعات رکورد کتابشناسی	

روانشناسی ورزشی (آموزش تربیت بدنی در مدارس)

مؤلف: بیتا احمدی / زینب محمودی / فاطمه نوری / شادی اشرفی

صفحه آرا: لیلا وطن‌خواه

طراح جلد: شکیبا حاجی عسکرلی

نوبت چاپ: اول - ۱۴۰۲

مشخصات ظاهری: ۹۸ ص

قطع: وزیری

شمارگان: ۲۰۰

شماره شابک: ۵-۳۰۳۳-۰۲-۶۲۲-۹۷۸

قیمت: ۷۰۰۰ تومان

چاپ و نشر: نوروزی-۰۱۷۳۲۲۴۲۲۵۸

حق چاپ برای نویسنده محفوظ می باشد.



گلوستان، گرگان، خیابان شهید بهشتی، پاساژ رضا، کدپستی ۴۹۱۶۶۵۷۳۷۶

entesharatnoruzi

www.entesharate-noruzi.com

۰۱۷-۳۲۲۴۲۲۵۸-۰۹۱۱۳۷۱۹۱۱۵

entesharate.noruzi@gmail.com

پیش گفتار

روانشناسی ورزشی شاخه‌ای از علم ورزش است که در جستجوی فراهم نمودن پاسخ به سؤالات مختلف در زمینه‌های رفتار انسانی در حیطه ورزش است. از آنجایی که روان‌شناسی به مطالعه رفتار می‌پردازد، بالطبع موضوع روان‌شناسی ورزشی نیز مطالعه حرکات و فعالیت‌های ورزشی در تمام ابعاد از فعالیت حرکتی یک کودک دبستانی تا مسابقات جهانی و المپیک می‌باشد.

اگر چه اهمیت مسائل روانی در ورزش از چندین سال پیش شناخته شده است با این حال روان‌شناسی ورزشی هنوز دانشی بسیار جوان می‌باشد و در خلال دهه‌های اخیر علاقه و توجه به «روانشناسی ورزشی شناختی» افزایش چشم‌گیری یافته است. ابتدا تمام تلاش‌ها در این حیطه معطوف به مردان قهرمان بود اما در سال‌های اخیر این روند متحول شده است و روان‌شناسی ورزشی قهرمانان زن و مرد حرفه‌ای و برجسته افراد شرکت کننده در فعالیت‌های غیر حرفه‌ای را نیز مورد توجه قرار می‌دهد. به عبارتی هدف روان‌شناسی ورزشی کمک به ورزشکاران در تمام رده‌های سنی از نوجوانان تا بزرگسالان است.

فهرست

فصل اول ؛ مقدمه بر روانشناسی ورزشی	۹
تعریف روانشناسی ورزشی	۱۱
مفهوم روانشناسی ورزشی	۱۷
مهارت‌های روانی	۱۸
فصل دوم ؛ تاریخچه و پیدایش روانشناسی ورزش	۲۱
مقدمه	۲۲
تاریخچه و پیدایش روان شناسی ورزش	۲۳
جنبه های روانی - اجتماعی	۲۸
فصل سوم ؛ تأثیر تربیت بدنی بر سلامت روح و جسم روند یادگیری	۳۹
تأثیر ورزش بر متغیرهای روان‌شناختی	۴۱
انرژی برای یادگیری	۴۳
اهمیت و نقش ورزش در تسریع روند یادگیری	۴۴
فعالیت‌های جسمانی و افزایش عملکرد تحصیلی	۴۶
جایگاه تربیت بدنی دوره ابتدایی در جهان معاصر	۴۷
اهداف درس تربیت بدنی	۴۷
اهمیت تربیت بدنی در تعلیم و تربیت کودکان	۴۸
ورزش و نقش آن در سلامت روان	۵۰
تنظیم ساعت زنگ ورزش با نیازهای دانش‌آموزان	۵۱

۵۲	 زنگ ورزش، زنگ سلامت
۵۷	 فصل چهارم ؛ اصول ارزشی و اخلاقی در ورزش
۵۸	 ورزش و مسئولیت اخلاقی
۵۹	 آریایی ها دوستان با وفا
۶۴	 مفهوم ورزش
۶۵	 مقوله ارزش شناسی در ورزش
۶۶	 مسئولیت مربیان در انجام وظایف و ایفای نقش های مختلف
۶۸	 اصول ارزشی ، اخلاقی و سوگند نامه مربیگری
۷۷	 فصل پنجم ؛ ورزش و زندگی
۸۱	 اثرات ورزش در روح آدمی
۸۷	 اثرات ورزش بر جسم
۹۳	 برنامه ریزی برای فعالیتهای بدنی
۹۴	 رابطه و نقش ورزش در تاریخ قبل و بعد از اسلام
۹۷	 کتاب نامه