

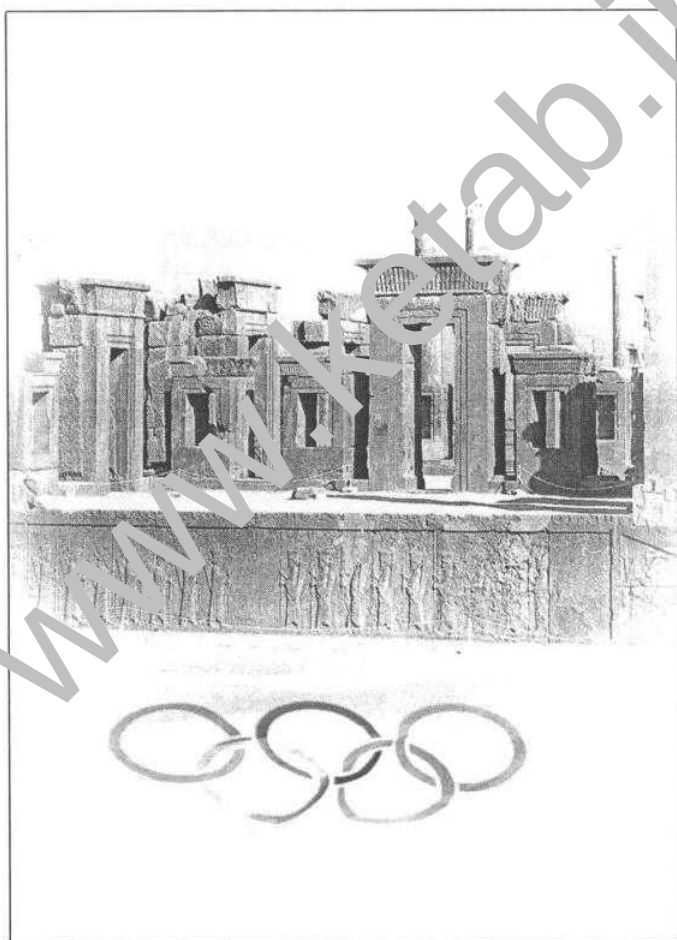


بامداد کتاب

به نام خداوند جان و خرد

تاریخ تربیت بدنی و ورزش

(ویرایش
جدید)



الهام فرهادفر

عضو هیات علمی دانشگاه آزاد اسلامی واحد دزفول



بامداد کتاب

تاریخ تربیت بدنی و ورزش (ویرایش جدید)

الهام فرهادفر

ویراستار ادبی: ناصر فتوگرافی

نوبت چاپ: پنجم - بهار ۱۳۹۵

شمارگان: ۱۰۰۰ نسخه

قطع: وزیری - ۲۰۰ صفحه

صفحه آرا: کیانقش (حسینی لر)

شابک: ۹۷۸-۹۶۴-۲۰۶-۱۰۰-۶

فروشنده: ۱۷۳

کلیه حقوق برای نشر محفوظ است.

ناشر همکار: نشر ورزش

قیمت: ۱۴۹۰۰ تومان

مرکز بخش و فروشگاه: تهران، خیابان انقلاب، ابتدای خیابان فخر رازی، کوچه نیک پور، پلاک ۶

www.bamdadketab.com

varzesh_pub@yahoo.com

تلفن: ۶۶۴۸۱۲۴۳-۴

نماینده: ۶۶۹۷۴۱۶۲

سرشناسه

: فرهادفر، الهام، ۱۳۶۰-

عنوان و نام پدیدآور

: تاریخ تربیت بدنی و ورزش (ویرایش جدید) - الهام فرهادفر.

مشخصات نشر

: تهران: بامداد کتاب: نشر ورزش، ۱۳۹۵.

مشخصات ظاهری

: ۲۰۰ ص: مصور.

شابک

: ۹۷۸-۹۶۴-۲۰۶-۱۰۰-۶

وضعیت فهرست نویسی

: فیا

یادداشت

: کتابنامه.

موضوع

: تربیت بدنی -- تاریخ -- ورزش

رده بندی کنگره

: ۱۳۹۴ ت ۴ ف ۷۲۱۱ GV

رده بندی دیویی

: ۰۹/۷۹۶

شماره کتابشناسی ملی

: ۴۱۵۱۱۷۹

فهرست

فصل ۳ / بررسی تاریخ تربیت بدنی در قرون ۷۳ وسطی ۷۴ تعلیم و تربیت در قرون وسطی ۷۵ (۱) کلیسای مسیحیت ۷۵ چگونگی آموزش مسیحیت ۷۶ برنامه تربیت بدنی ۷۷ (۲) رهبانیت و دیر ۷۹ (۳) جامعه فئودالی (خان خانی) ۸۱ برنامه تربیت بدنی ۸۳ (۴) شهرها و نهادهای اجتماعی ۸۵ اهداف تربیت بدنی ۸۶ برنامه تربیت بدنی ۸۷ (۵) شیوه تعلیم و فلسفه مذهبی ۸۸ تفریح و سرگرمی در سده های میانه ۸۹ ورزش و بازی فصل ۴ / بررسی تاریخ تربیت بدنی در اروپا - ۹۳ آمریکا - آسیا ۹۴ بررسی تاریخ تربیت بدنی در اروپا ۹۴ مفهومی ۹۶ مدارس اروپا ۹۷ بررسی تاریخ تربیت بدنی در آمریکا ۹۷ برنامه تربیت بدنی ۱۰۰ ورزش و بازی ها ۱۰۱ بررسی تاریخ تربیت بدنی در آمریکا ۱۰۱ چگونگی آموزش ۱۰۲ برنامه تربیت بدنی فصل ۵ / بررسی تاریخ تربیت بدنی در ایران ۱۰۵ آموزش و پرورش و مدارس ایران ۱۰۶ تربیت بدنی در آموزش و پرورش ایران ۱۰۷ ورزش در اسلام فصل ۶ / بررسی تاریخ بازی های المپیک قدیم و جدید ۱۱۱ جدید ۱۱۲ ورزش	مقدمه مولف ۶ سخن ناشر ۷ پیشگفتار ۸ فصل ۱ / بررسی مفاهیم و تعاریف ۹ اهمیت ورزش ۱۱ رده بندی ورزش ۱۱ مسابقه های ۱۱ رقابتی ۱۱ مهارتی ۱۲ ورزش و تدبیر ۱۲ هنر و ورزش ۱۲ ورزش در تمدن گذشته ایران فصل ۲ / بررسی تاریخ تربیت بدنی در ایران ۱۳ استان تعلیم و تربیت در جوامع کهن ۱۶ چگونگی آموزش ۱۷ تعلیم و تربیت در مصر قدیم ۱۸ تعلیم و تربیت در بین النهرین ۲۱ تعلیم و تربیت در چین ۲۲ تعلیم و تربیت در هند ۲۶ تعلیم و تربیت در ایران باستان ۳۰ تعلیم و تربیت در یونان ۳۳ یونان هومری ۳۳ تعلیم و تربیت در اسپارت ۳۵ تعلیم و تربیت در آتن قدیم ۴۰ مسابقات ورزشی پان هلنیک ۴۶ مسابقات المپیک عهد باستان ۴۷ تعلیم و تربیت در آتن جدید یا عصر طلایی ۴۷ تعلیم و تربیت در روم ۵۶ روم قدیم ۵۷ روم جدید ۶۱
---	---

۱- اسکواش راکت.....	۱۱۳	ورزش‌های پایه.....
۲- اسکواش تنیس.....	۱۱۳	دو و میدانی.....
اسکواش در ایران.....	۱۱۴	المپیک باستان.....
بدمیتون.....	۱۱۵	دو و میدانی در ایران.....
تنیس.....	۱۱۶	انواع دوها.....
تنیس در ایران.....	۱۱۷	ماراتن.....
تنیس روی میز.....	۱۱۷	شنا.....
پینگ‌پنگ در ایران.....	۱۱۹	ژیمناستیک.....
ورزش‌های آبی.....	۱۲۰	ژیمناستیک در ایران.....
قایقرانی.....	۱۲۱	وزنه برداری.....
انواع رشته‌های قایقرانی.....	۱۲۳	وزنه برداری در ایران.....
قایقرانی در ایران.....	۱۲۳	ورزش‌های مصلی با توپ.....
واترپلو، نجات غریق.....	۱۲۳	فوتبال.....
تاریخچه در ایران.....	۱۲۳	بازی‌های زمان باستان.....
غواصی.....	۱۲۴	فوتبال در قرون وسطی.....
ورزش‌های زمستانی.....	۱۲۵	کالسیو فیورنتینو.....
اسکی.....	۱۲۶	فوتبال امروزی.....
اسکی در ایران.....	۱۲۶	راگی.....
ورزش‌های زورآزمایی.....	۱۲۶	ورزش‌های میدانی با چوب.....
کشتی.....	۱۲۷	گلف.....
کشتی در ایران.....	۱۲۸	هاکی.....
کشتی‌های محلی در ایران.....	۱۲۹	تاریخچه کریکت.....
بزرگ‌ترین کشتی‌گیران جهان.....	۱۳۱	بیسبال.....
مشهورترین کشتی‌گیران ایران.....	۱۳۲	بیسبال در ایران.....
جودو.....	۱۳۲	ورزش‌های محوطه‌ای با توپ سنگین.....
جودو در ایران.....	۱۳۲	بسکتبال.....
پروورش اندام.....	۱۳۴	بسکتبال در ایران.....
ورزش‌ها و هنرهای رزمی.....	۱۳۵	هندبال.....
مشت‌زنی.....	۱۳۶	هندبال در ایران.....
بوکس در ایران.....	۱۳۷	والیبال.....
تکواندو.....	۱۳۸	والیبال در ایران.....
ووشو.....	۱۳۸	فوتسال.....
کونگ‌فو.....	۱۳۹	فوتسال در ایران.....
کاراته.....	۱۴۰	ورزش‌های محوطه‌ای با توپ سبک و راکت.....
کاراته در ایران.....	۱۴۰	اسکواش.....

۱۸۲	دارت
۱۸۴	دارت در ایران
۱۸۴	شطرنج
۱۸۵	دومینو
۱۸۷	تخته‌نرد
۱۸۸	تخته‌نرد در ایران
۱۸۹	یوگا
۱۹۰	ورزش پیلاتس
۱۹۱	پیلاتس در ایران
۱۹۱	ورزش‌های بومی و بازی‌های محلی
۱۹۱	ورزش باستانی (پهلوانی)
۱۹۵	ورزش‌های تفریحی و سرگرمی
۱۹۵	فوتبال دستی
۱۹۶	فوتبال دستی در ایران
۱۹۶	استونکر
۱۹۹	منابع

۱۷۰	ورزش‌های با اسلحه
۱۷۰	شمشیربازی
۱۷۱	شمشیربازی در ایران
۱۷۲	تیراندازی با کمان
۱۷۳	تیر و کمان در ایران باستان
۱۷۴	تیراندازی با اسلحه گرم (تفنگ بادی)
۱۷۵	چوگان
۱۷۶	چوگان نوین
۱۷۷	ورزش‌های با سیله نقییه
۱۷۷	دوچرخه‌سواری
۱۷۷	دوچرخه‌سواری در ایران
۱۷۸	اتومبیل‌رانی و موتورسواری
۱۷۹	اتومبیل‌رانی در ایران
۱۷۹	ورزش‌ها و بازی‌های مهارت
۱۷۹	بیلیارد
۱۸۲	بولینگ
۲	بولینگ در ایران

مقدمه مولف

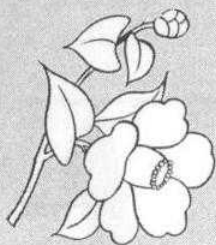
تاریخ تربیت بدنی یکی از پیش نیازهای درسی رشته تربیت بدنی است که در میهن ما نیز به عنوان یکی از مهم ترین دروس به همه دانشجویان تربیت بدنی و علوم ورزشی تدریس می شود. دانشجویان تربیت بدنی عمده مطالب این کتاب را به طور تخصصی در برنامه درسی خود مطالعه می کنند، اما مطلب جدیدی که این کتاب به آنها می دهد این است که آنان فرصت می یابند با نگاهی کلی و تقریباً همه جانبه به موضوعات تخصصی رشته بنگرند. ضمن این که برخی از توضیحات ممکن است تازگی داشته باشد. از سوی دیگر یک تدریس خوب، یک کتاب مناسب و یک آموزش علمی موثر می تواند دانشجو را با شوق و علاقه به یادگیری وادار به استعدادهای او را شکوفا سازد. نویسنده این کتاب بر آن است که با عنایت پروردگار کتابی ساده و روان را در اختیار دانشجویان عزیز قرار دهد و نگرانی آنها از نوشتن جزوه و یا مراجعه به کتب متعدد را برطرف سازد.

چشم داشت مولف از خوانندگان و دوستان همراهِ این است که مشکلات باقی مانده در کتاب را که با وجود تلاش فراوان ممکن است در دید ما مغفای مانده باشد؛ به طور مستقیم یادآوری کنند تا در چاپ های بعدی کتاب بدان ها اهتمام و اصلاحات لازم معمول شود. این بزرگواری را پاس می دارم و به نیکویی از آن استقبال می کنم.

تقدیم به

پدر و مادر بزرگوار و همسر عزیزم که با شکیبایی و در تمام مراحل زندگی، یاری ام کردند،

و تقدیم به تنها گل زندگی ام...رایان



سخن ناشر

پیشگام و ماندگار پیوند ورزش با دانش

سپاس ایزد جهل افش راست. آن که اختران رخشان به پرتو روشنی و پاکی او تابنده‌اند و چرخ گردون به خواست و فرمان او باینده گریزند که پرستیدن اوست سزاوار.

خداوند را شاکریم که توفیق اراده خدمات فرهنگی آموزشی در گستره فرهنگ میهن اسلامی را به ما ارزانی داشت و از برکت این منتهای انتهای توانستیم با نشر آثار متعدد در حیطه علوم ورزشی و تربیت بدنی انتقال تجارب علمی و آموزشی دانشمندان و سایر اساتید و همکاران گرامی را به آحاد جامعه و تمام نقاط کشور فراهم کنیم.

استقبال کم‌نظیر اساتید و دانشجویان و ورزش‌دستان از آثار ارایه‌شده رسالت ما را در برابر جامعه ورزش سنگین‌تر کرد و ما را بر آن داشت تا با گام‌های مستحکم در راه نشر آثار غنی و ارایه کتاب‌هایی با قیمت مناسب و کیفیت بالا در مسیر اهداف خود به پیش ببریم و خشنودیم که گام‌های اولیه را با استواری هر چه تمام‌تر در راه نشر آثار پربار برداشته‌ایم و اعتقاد به خشنودی خداوند از اعمال و کردارمان داریم.

در این راستا و برای دستیابی به اهداف، تمامی توان خود را به کار گرفته‌ایم تا با کمک نیروهای متخصص و ماهر کتاب‌هایی منتشر کنیم که از نظر محتوای علمی غنی بوده و نیاز جامعه ورزشی کشور را برطرف سازد؛ و این میسر نمی‌گردد مگر با تلاش بی‌وقفه و خستگی‌ناپذیر واحدهای مختلف این انتشارات.

موفقیت این انتشارات بدون همفکری و همیاری صاحب‌نظران فن و دست‌اندرکاران دانش تربیت بدنی و علوم ورزشی میسر نمی‌گردد؛ بنابراین از پیشنهادات و انتقادهای سازنده شما استقبال می‌نماییم و به دیده منت داریم که در این راه، یار و همگام ما باشید.

مهدی صادقی

بهار ۱۳۹۵



پیشگفتار

کتابی که هم‌اینک پیش روی شماست، دستاورد سال‌ها تدریس و تحقیق در دانشگاه و نیز استفاده از منابع مکتوب علمی و روزآمد در خصوص تاریخ تربیت‌بدنی است. کمبود اطلاعات درباره تاریخ پیدایش تربیت‌بدنی به‌ویژه در نزد دانشجویان رشته تربیت‌بدنی، که انتقال‌دهندگان اصلی این علم در حوزه‌های ورزش آماتور و قهرمانی و نیز معلمان و مربیان ورزشی که در تلاش برای افزایش اطلاعات ورزشی در سطح مدارس و باشگاه‌ها هستند، انگیزه اصلی تالیف این کتاب است. این انگیزه زمانی قوت گرفت که معلوم شد منابع اندک فارسی‌زبان در دسترس - مخصوصاً در بخش دوم کتاب - نیز بسیار قدیمی و برخی اطلاعات علمی صحیح ندارند. هر چند محتوای کتاب برای درس «تاریخ تربیت‌بدنی» در رشته تربیت‌بدنی طراحی شده است، برای تمام مربیان سطوح مدرسه‌ای، باشگاهی و ورزشکاران مفید خواهد بود. همچنین رشته‌های مختلف ورزشی به‌طور مفصل در بخش دوم بررسی می‌شود.

هدف از طبقه‌بندی ورزش با این است که راحت‌تر و سریع‌تر بتوان با ورزش‌های مختلف و چگونگی به‌وجود آمدن آنها آشنا شد. در این کتاب رشته‌های مختلف ورزشی بر اساس برخی شباهت‌های ظاهری به هفده گروه اصلی طبقه‌بندی شده است. الگوی این طبقه‌بندی از کتاب واژگان جامع ورزشی (پازارگادی و تفنگدار، ۱۳۷۰) گرفته شده است. سخن است از این طبقه‌بندی انتقاد شود که با در نظر گرفتن ویژگی‌های مختلف، هر ورزش را می‌توان در بیش از یک گروه قرار داد. برای نمونه شنا علاوه بر اینکه جزو ورزش‌های آبی است، در گروه ورزش‌های پایه قرار داده شده است و یا تیراندازی را جزو ورزش‌های با اسلحه یا جزو ورزش‌های مهارت ظریف می‌توان قرار داد. مثال‌های دیگر. در پاسخ باید گفت که نگرش افراد نسبت به ویژگی‌های هر ورزش متفاوت است. در نتیجه هر ورزش را در گروه‌های متفاوت می‌توان قرار داد. با توجه به اهمیتی که مولف برای هر رشته ورزشی در نظر داشته آن را در مناسب‌ترین گروه از نظر آن ویژگی قرار داده است. تاکید می‌شود که این طبقه‌بندی قراردادی است و تغییر در آن، تغییری در ماهیت ورزش‌ها ایجاد نخواهد کرد.

در پایان لازم می‌دانم از ناشر محترم و تمام عزیزانی که در مراحل مختلف چاپ و نشر کتاب زحمت کشیده‌اند سپاسگزاری و برای همه آنها از درگاه خداوند پیروزی و بهروزی آرزو کنم.