

ورزش شنا

گردآورندگان:

آروین امانی کرمانی

دانش آموز پایه ی ششم دبستان دکتر محمد شفیع

علی نیازی شهرک

دانش آموز پایه ی ششم دبستان دکتر محمد شفیع

- سرشناسه : انصاری کرمانی، آروین، ۱۳۸۵، - گردآورنده
- عنوان و نام پدیدآور : ورزش شنا/گردآورندگان آروین انصاری کرمانی، علی نیازی شهرکی؛ ویراستار ادبی
- سمیه مظفری؛ ویراستار علمی مهسا صالحیان.
- مشخصات نشر : اصفهان: انتشارات امیرفدک، ۱۳۹۷.
- مشخصات ظاهری : ۷۰ص.: مصور؛ ۲۲ x ۲۹ س.م.
- شابک : ۷-۳-۹۵۱۶۰-۹۷۸-۶۳۲-۹۷۸-۴۰۰۰۰۰۰۰ ریال
- وضعیت فهرست نویسی : فیها
- موضوع : شنا
- موضوع : Swimming
- شناسه افزوده : نیازی شهرکی، علی، ۱۳۸۶، - گردآورنده
- شناسه افزوده : صالحیان، مهسا، ۱۳۵۶، - ویراستار
- رده بندی کنگره : ۷۳۹۷/۷/الف/۷۸۲۷GV
- رده بندی دیویی : ۷۹۷/۱
- شماره کتابشناسی ملی : ۴۷۷۱/۳

انتشارات امیر فدک: اصفهان- خیابان هشت بهشت غربی نبش تقاطع ملک ساختمان فدک

تلفن: ۰۳۱-۳۲۷۳۰۳۶۰ - همراه: ۰۹۱۳۳۱۳۵۶۹۴ کد پستی: ۸۱۵۴۶-۴۳۱۵۱

Fadak.mansori@gmail.com

ورزش‌شنا

آروین انصاری کرمانی ۸۵- علی نیازی شهرکی ۸۶

آماده‌سازی: انتشارات امیر فدک

مدیر مسئول: دکتر محمدرضا محمد شفیعی

مدیر تولید: سید محمدرضا منصوری تهرانی

مدیر فنی: مهسا صالحیان - سمیه مظفری

ویراستار ادبی: راضیه جوهریان

ویراستار علمی: مهسا صالحیان - سمیه مظفری - سروش نکوئی

صفحه‌آرایی: عابدی - کاویانی

طراحی جلد: کاویانی

• لیتوگرافی: طاها • چاپ: ملت • صحافی: ملت

• چاپ اول: ۱۳۹۷ • تعداد: ۱۰۰۰ • قیمت: ۴۰۰۰۰ تومان

© حق چاپ: ۱۳۹۷، انتشارات امیر فدک

شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۹۵۱۶۰-۲-۷ 978-622-95160-2-7 ISBN

هر گونه استفاده از مطالب این کتاب اعم از بازنویسی، خلاصه‌سازی، نقل مطالب آموزشی، برداشت به صورت دست‌نویس، کپی، تکثیر و هر گونه چاپ سنتی و دیجیتال، استفاده به صورت کتاب الکترونیکی، لوح فشرده، قراردادن مطالب بر روی اینترنت و وب‌سایت‌ها و هر گونه شبکه‌ی کامپیوتری دیگر و به‌طور کل هر گونه استفاده‌ی اشخاص حقیقی و حقوقی در جهت منافع مادی و معنوی خود، بدون اجازه‌ی کتبی ناشر ممنوع و بر اساس بند ۵ ماده‌ی ۲۳ قانون حمایت از حقوق مؤلفان و مصنفان و قوانین مربوط به جرایم رایانه‌ای کشور قابل پیگیری در محاکم قضایی است.

پیشگفتار:

در مرکز تحقیقات و فناوری‌های نوین دمش سپاهان (دکتر محمدشفیعی) آموزش پژوهش محور را نهادینه کردیم، چراکه ایمان داریم گسترش مرزهای علم و فناوری در جهت پیشرفت کشور در گرو کوشش پژوهشگران است و پژوهشگر با ذهن پرسش‌گرش از لایه‌های ابر گرفته آسمان دانش می‌گذرد، تا به افق‌های جدیدی دست یابد. روح پژوهشگر، پویا و جوینده است و پوسته‌های جهل را شکافته، به قنات جاری علم دست می‌یابد و تا چشمه‌ی جوشان آن را بر کویر تشنه خویش جاری نسازد، آرام نمی‌گیرد. در مراکز پژوهش محور دکتر محمدشفیعی اعتقاد داریم؛ پژوهش هزینه نیست، سرمایه است. در اقدامات پژوهشی این مراکز پژوهشی، پژوهشگران کوچک تلاش می‌کنند وضعیت نامطلوب را به وضعیت مطلوب تغییر دهند و یاد می‌گیرند در دست توجه کنند و به آن‌چه که آموخته‌اند عمل کنند. دانش آموزان پژوهش‌های علمی فهمند که هیچ‌گاه شکست در مسیر کسب دانش وجود ندارد، لذا از ناملایمات علمی و بن‌بست‌های مقطعی هراسی نداشته و راه غلبه بر سدهای مجازی پیش روی کسب دانش و ارتقای علمی را خوب یاد بگیرند. علاوه بر این اصول و مبنای کار گروهی را، حرفت تا بتوانند براساس خرد جمعی کار کنند. با بیش از ۲۵ سال سابقه آموزشی - پژوهشی و مدیریتی دریافته‌ایم که پژوهش و تحقیق مثل حروف الفبا باید از سال‌های نخست آموزش شروع شده و نهادینه شود، و این امر مهم را در طرح آموزش پژوهش محور انجام داده و به نتایج شگرفی دست یافته‌ایم و با علم به این‌که می‌دانستیم دانش آموزان در مقطع پایین‌تر توانایی‌های بزرگی دارند و در عمل تجربه نمودیم و نهادینه کردیم و به هم هستیم که این امر مهم در کل کشور اجرایی شود. انشا...

محمد رضا محمدشفیعی

مدیر مجتمع فرهنگی آموزشی تحقیقاتی دکتر محمدشفیعی

فهرست مطالب

۸.....	فصل اول: شنا و کودکان.....
۹.....	مقدمه.....
۹.....	ترس از آب.....
۱۲.....	نکات زیر و رعایت آن‌ها، آموزش سریع شنا را آسان خواهد کرد.....
۱۳.....	تاثیر شنا در سلامت کودکان.....
۱۴.....	فرصتی طلایی برای استعدادیابی در شنا.....
۱۵.....	لزوم فراگیر، شنا در مدارس.....
۱۶.....	طرح ملی.....
۱۶.....	آثیر قرص برای ورزش شنا.....
۱۷.....	اهمیت ورزش شنا برای کودکان.....
۱۸.....	تغذیه ورزش کار شنا.....
۲۳.....	فصل دوم: نگاهی به تاریخچه شنا در ایران و جهان.....
۲۴.....	تاریخچه شنا در جهان.....
۲۶.....	تاریخچه شنا در ایران.....
۲۷.....	تاریخچه مسابقات شنا در جهان.....
۲۸.....	نخبگان تاریخ شنا.....
۲۸.....	تاریخ فدراسیون بین‌المللی شنا.....
۲۹.....	مشخصات استخر.....
۳۰.....	تجهیزات.....
۳۱.....	خطرات شنا.....
۳۳.....	انواع شنا.....
۵۴.....	فصل سوم: قهرمانان جهان در شنا.....
۵۵.....	بهترین ورزش‌کاران سال ۲۰۱۷ ورزش‌های آبی.....
۵۸.....	شناگران ایرانی.....
۶۲.....	منابع.....