

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

روانشناسی در ورزش

نویسندگان: مهدی رئوف یزدی، حامد معتمد



سرشناسه	: رنوف یزدی، مهدی، ۱۳۶۰-
عنوان و نام پدیدآور	: روانشناسی در ورزش/ نویسندگان مهدی رنوف یزدی، حامد معتمدی.
مشخصات نشر	: تهران: زلال سبز، ۱۳۹۹.
مشخصات ظاهری	: ۲۳۰ ص.
شابک	: ۹۷۸-۶۲۲-۷۲۸۹۳۳-۶
وضعیت فهرست نویسی	: فیبا
یادداشت	: کتابنامه: ص. ۲۲۳ - ۲۳۰.
موضوع	: ورزش -- ایران -- جنبه‌های روان‌شناسی -- نمونه‌پژوهی
موضوع	: Sports -- Iran -- Psychological aspects -- Case studies
موضوع	: ابراز وجود در زنان -- ایران -- نمونه‌پژوهی
موضوع	: Self-realization in women -- Iran -- Case studies
موضوع	: ورزشکاران -- ایران -- روانشناسی -- نمونه‌پژوهی
موضوع	: Athletes -- Psychology -- Iran -- Case studies
موضوع	: زنان ورزشکار -- ایران -- بهداشت روانی -- نمونه‌پژوهی
موضوع	: Women athletes -- Iran -- Mental health -- Case studies
شناسه افزود	: معتمدی، حامد، ۱۳۷۱-
رده بندی کدها	: ۴/۷۰۶GV
رده بندی دیویی	: ۰۹۵۵/۷۴۶
شماره کتابشناسی ملی	: ۷۱۰۶۳۲

تهران: میدان انقلاب. بازار بزرگ کتاب. ویرایش، نشر و چاپ: راه ۰۹۱۲۲۳۷۴۷۱۵-۰۶۶۴۸۰۴۶۸-

عنوان: روانشناسی در ورزش

نویسندگان: مهدی رنوف یزدی، حامد معتمدی

صفحه آرایشی و طراحی جلد: محمد دلفی

نشر و پخش: موسسه فرهنگی انتشاراتی زلال سبز

نوبت چاپ: اول، ۱۳۹۹

شمارگان: ۱۰۰۰ نسخه

چاپ: سورنا

قیمت: ۴۵۰۰۰ تومان

شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۷۲۸۹-۳۳-۶

مقدمه:

روانشناسی ورزشی^۱ 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 در 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»^۲ 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 شرکت‌کننده 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.

^۱. sport psychology

^۲. cognitive sport psychology