

۲۲۰ ۵۲۸۰



مدیریت اوقات فراغت و محیط زیست

www.ketab.ir

دکتر سیده طاهره موسوی راد دکتر لیلا قربانی قهفرخی

شناسه	موسوی راد، سیده‌طاهره، ۱۳۵۰ -
عنوان و نام پدید آور	مدیریت اوقات فراغت و محیط‌زیست / سیده‌طاهره موسوی راد، لیلا قربانی قهفرخی؛ ویراستار علمی فاتح فرازبانی
مشخصات نشر	تهران: دانشگاه پیام نور، ۱۴۰۰.
مشخصات ظاهری	۲۱۹ ص.
فروست	دانشگاه پیام نور، ۲۸۲۹. گروه تربیت بدنی، ۱/۱۳۵.
شابک	978 - 964 - 14 - 0880 - 2
وضعیت فهرست نویسی	فیبا
موضوع	اوقات فراغت -- مدیریت -- آموزش برنامه‌ای
موضوع	Leisure -- Management -- Programmed instruction
موضوع	ورزش -- مدیریت -- آموزش برنامه‌ای
موضوع	Sports administration -- Programmed instruction
موضوع	مدیریت محیط‌زیست -- آموزش برنامه‌ای
موضوع	Environmental management -- Programmed instruction
شناسه افزوده	قربانی قهفرخی، لیلا، ۱۳۶۱ -
شناسه افزوده	دانشگاه پیام نور
شناسه افزوده	Payam Noor University
رده بندی کنگره	GV۱۸۱
رده بندی دیویی	۳۰۶/۴۸۱۲
شماره کتابشناسی ملی	۷۶۳۵۵۴۵



دانشگاه پیام نور

چاپ: اول

شمارگان: ۱۰۰

قیمت: (ریال) ۳۸۰,۰۰۰

مدیریت اوقات فراغت و محیط‌زیست

مولفان: دکتر سیده‌طاهره موسوی راد - دکتر لیلا قربانی قهفرخی

ویراستار علمی: دکتر فاتح فرازبانی

تهیه و تولید: مرکز انتشارات دانشگاه پیام نور

شابک: ۲ - ۰۸۸۰ - ۱۴ - ۹۶۴ - ۹۷۸

ISBN: 978 - 964 - 14 - 0880 - 2

فروش این کتاب فقط از طریق نمایندگی‌های دانشگاه پیام نور مجاز می باشد و فروش

آن در سایر مراکز فروش کتاب موجب تعقیب قانونی فروشنده خواهد گردید

(کلیه حقوق مادی و معنوی این اثر محفوظ و متعلق به دانشگاه پیام نور است. تولید، کپی یا خلاصه برداری، نشر و ترجمه، چاپ، افست، توزیع گسترده، تهیه CD و ... این اثر یا بخشی از آن اعم از متن، طرح پست و روی جلد و... بدون اخذ مجوز کتبی از معاونت فناوری و پژوهش دانشگاه خلاف مقررات و تعرض به حقوق مادی و معنوی دانشگاه است. متخلفین وفق قانون حمایت از مولفان و مصنفان و هنرمندان دارای مسئولیت حقوقی و کیفری بوده و تحت پیگرد قرار می گیرند.)

آدرس فروشگاه مرکزی چاپ و انتشارات دانشگاه پیام نور: تهران، خیابان شهید رجایی،

نرسیده به تقاطع آزادگان، جنب ورزشگاه یادآوران. تلفن: ۵۵۵۰۳۱۰۴ - ۵۵۰۰۹۸۳۸

سایت فروش اینترنتی: <http://digibook.pnu.ac.ir>

فهرست مطالب

صیزده

پیشگفتار

۱	فصل اول: مفاهیم بنیادی و موضوعات مرتبط با ورزش و محیط‌زیست
۱	هدف کلی
۱	هدف‌های یادگیری
۲	مقدمه
۲	۱-۱ نگاه ویژه به ورزش
۵	۲-۱ پیدایش و پیشینه ورزش
۶	۳-۱ پیشینه ورزش در ایران
۷	۴-۱ تربیت‌بدنی و ورزش در مکتب
۸	۵-۱ تربیت‌بدنی و ورزش برای سازندگی
۹	۶-۱ نگاهی اجمالی به اهمیت اجتماعی ورزش
۹	۱-۶-۱ هدف‌های بهداشتی و تندرستی
۱۰	۲-۶-۱ هدف‌های پرورشی و اخلاقی
۱۰	۳-۶-۱ هدف‌های روانی و اجتماعی
۱۱	۴-۶-۱ هدف‌های حرکتی و مهارتی
۱۱	۷-۱ ورزش و فرهنگ
۱۲	۸-۱ ورزش و هنر
۱۳	۹-۱ ورزش و ادبیات
۱۳	۱۰-۱ ورزش و اقتصاد
۱۴	۱۱-۱ محیط‌زیست
۱۴	۱-۱۱-۱ مفهوم محیط‌زیست
۱۵	۲-۱۱-۱ محیط‌زیست و ورزش
۱۶	۳-۱۱-۱ دهکده ورزشی

۲۰	۱۲-۱ بررسی مسئله محیط‌زیستی و توریسم ورزشی در ایران
۲۰	۱۳-۱ بررسی اثرات اقتصادی، اجتماعی، فرهنگی ایجاد دهکده ورزشی
۲۰	۱-۱۳-۱ نقش محیط‌زیست در جذب توریسم ورزشی و توسعه شهری
۲۲	۱-۱۳-۲ ورزش، دهکده ورزشی و توسعه پایدار فرهنگی، اجتماعی
۲۴	۱۴-۱ مراکز ورزشی در شهرها
۲۴	۱-۱۴-۱ مراکز ورزشی واحد همسایگی
۲۴	۲-۱۴-۱ مرکز ورزشی محله
۲۴	۳-۱۴-۱ مرکز ورزشی ناحیه
۲۴	۴-۱۴-۱ مرکز ورزشی شهر
۲۵	۱۵-۱ فعالیت‌های ورزشی در کشور ایران
۲۵	۱-۱۵-۱ ورزش‌های بومی
۲۵	۲-۱۵-۱ ورزش‌های غیربومی
۲۶	۱۶-۱ ورزش و اقتصاد
۲۷	۱-۱۶-۱ منابع حمایتی ورزش‌های حرفه‌ای و ورزش‌های همگانی
۲۹	۲-۱۶-۱ شرکت‌های تجاری حامی ورزش
۳۰	۳-۱۶-۱ ورزش‌های شبه حرفه‌ای و ورزش‌های حرفه‌ای
۳۲	خلاصه فصل اول
۳۴	خودآزمایی چهارگزینه‌ای فصل اول
۳۷	فصل دوم: ارتباط ورزش و محیط‌زیست
۳۷	هدف کلی
۳۷	هدف‌های یادگیری
۳۷	مقدمه
۴۰	۱-۲ انسان و ورزش
۴۱	۲-۲ محیط‌زیست
۴۳	۳-۲ رابطه ورزش و محیط‌زیست
۴۵	۴-۲ ورزش‌های سازگار با طبیعت
۴۵	۵-۲ ورزش درمانی
۴۷	۶-۲ بیماری‌های قلب و گردش خون
۴۷	۷-۲ آلوده‌کننده‌های محیط‌زیست
۴۸	۸-۲ خطرات ورزش در محیط‌های آلوده
۴۹	۹-۲ اثرات ورزش بر محیط‌زیست
۵۱	۱۰-۲ اثرات زیست‌محیطی اماکن ورزشی
۵۳	۱۱-۲ پیشنهادات در راستای هم‌گرایی بیشتر ورزش و محیط‌زیست
۵۴	۱۲-۲ کمیسیون ورزش و محیط‌زیست
۵۴	۱-۱۲-۲ تشکیل کمیسیون ورزش و محیط‌زیست در ایران
۵۴	۲-۱۲-۲ اهداف کمیسیون ورزش و محیط‌زیست

پیشگفتار

این کتاب با عنوان «مدیریت اوقات فراغت و محیط‌زیست» به رشته تحریر درآمده است. امروز اهمیت بالای اوقات فراغت و تأثیر نحوه گذران آن بر پارامترهای مختلف اقتصادی، اجتماعی، فرهنگی کشور بر همگان واضح و مبرهن بوده و در تحقیقات مختلفی که در این کتاب به برخی از آن‌ها اشاره می‌شود، به اثبات نیز رسیده است. گذران اوقات فراغت به شکل سالم و مثبت می‌تواند در کنار مزایای مثبتی که برای خود فرد به دنبال دارد (نظیر: افزایش و ارتقای میزان سلامتی، توانمندی فیزیکی، روحی و ذهنی و...); برای کشور نیز منشأ اثرات نیک باشد. یکی از مواردی که در گذران اوقات فراغت بسیار پررنگ و زمینه‌ساز اصلی است، محیط‌زیست است. بنابراین آشنایی با نحوه ارتباط این دو مقوله (یعنی اوقات فراغت و محیط‌زیست) و بهره‌کنش آن‌ها می‌تواند زمینه‌ساز حفظ و نگهداری بهتر محیط‌زیست از سوی مردم و همچنین اتخاذ تدابیر و سیاست‌های نگهداری از سوی مسئولین شود. این کتاب با دنبال کردن این هدف بزرگ، در هشت فصل نگارش شده است. باتوجه به اینکه، یکی از سالم‌ترین و پربازده‌ترین روش‌های گذران اوقات فراغت، پرداخت به ورزش و امور ورزشی است بنابراین چند فصل اول این کتاب به ورزش به عنوان یکی از ارکان اساسی اوقات فراغت اختصاص یافته است. در فصل اول با عنوان پیدایش و پیشینه ورزش، عمده مطالب عبارت است از: شناخت انواع ورزش‌ها، پیدایش و پیشینه ورزش، تربیت بدنی و ورزش در مکتب، تربیت بدنی و ورزش برای کمال و سازندگی، نگاهی اجمالی به اهمیت اجتماعی ورزش (هدف‌های بهداشتی و تندرستی، هدف‌های پرورشی و اخلاقی، هدف‌های روانی و اجتماعی، هدف‌های حرکتی و مهارتی)،

ارتباط تربیت بدنی و ورزش با پدیده‌های اجتماعی، ورزش و فرهنگ، ورزش و هنر، ورزش و ادبیات، دهکده ورزشی، اقتصاد دهکده ورزشی، بررسی مسئله توریسم ورزشی در ایران، بررسی اثرات اقتصادی، اجتماعی، فرهنگی ایجاد دهکده ورزشی، ورزش‌های شبه حرفه‌ای و ورزش‌های حرفه‌ای. در فصل دوم ارتباط ورزش و محیط‌زیست بررسی شده است. در فصل سوم سیاست‌ها و اقدامات زیست‌محیطی کمیته المپیک (IOC) و آیین‌نامه‌ها و موارد مثبتی که در خلال المپیک‌های مختلف انجام داده است به‌طور مفصل بررسی و تحلیل شده است. فصل چهارم مربوط به بررسی نظریات محیط و فصل پنجم دستورالعمل ورزش و محیط‌زیست بررسی شده است. در فصل ششم پیشنهاد‌های زیست‌محیطی کاربردی برای مسابقات ورزشی و ورزش همگانی و محلات ارائه شده است. در فصل هفتم استرس‌های محیطی و تأثیر آن‌ها بر فعالیت‌های ورزشی و همچنین تأثیر فعالیت‌های ورزشی بر کاهش استرس‌ها به‌طور مفصل بررسی شده است و در نهایت در فصل هشتم، ابعاد مختلف مربوط به فعالیت‌های ورزشی در جهت حمایت از محیط‌زیست طراحی و پیشنهاد شده است.

در نهایت از همه خوانندگان محترم می‌خواهیم با ارائه نظرات و پیشنهادات سازنده و مفید خود ما را در بهبود کیفیت این کتاب در ویرایش‌های بعدی یاری رسانید.