

اخلاق مریگری

خسرو محمدی

انتشارات مناره



انتشارات مناره
MENAREH PUBLICATIONS

سرشناسه: محمدی، خسرو، ۱۳۴۱
عنوان و نام پدیدآور: اخلاق مریگیری / خسرو محمدی
مشخصات نشر: تهران: انتشارات مناره، ۱۳۹۵
شابک: ۹۷۸-۶۰-۹۶۳۰۳-۱-۸
رده بندی دیویی: ۷۹۶/۰۷۷
رده بندی کنگره: ۱۳۹۵ ۱۳ الف ۳/م ۳ GW۱۱
شماره کتابشناسی ملی: ۴۳۱۶۰۸۳

عنوان: اخلاق مریگیری

مؤلف: خسرو محمدی

ناشر: انتشارات مناره

تاریخ نشر: ۱۳۹۵

نوبت چاپ: اول

شمارگان: ۵۰۰

قیمت: ۱۵۰۰۰۰ ریال

فهرست مطالب

مقدمه.....	۹
فصل اول: ورزش در فرهنگ اسلامی.....	۱۱
اهداف ورزش.....	۱۵
الف - ایمان.....	۱۷
ب - اعتماد.....	۱۸
ج - دانش و بینش.....	۱۸
د - سبقت در کارهای.....	۱۹
ه - حمایت از مظلوم.....	۲۰
و - گذشت و بخشش.....	۲۰
ز - پرهیز از غرور.....	۲۰
ح - بهترین الگو.....	۲۱
فصل دوم: ویژگی‌های رفتاری مربیان.....	۲۳
مربیگری چیست؟.....	۲۵
منشأ و ریشه‌های مربیگری.....	۲۸
ویژگی‌ها و نیازهای عمومی در رفتار مربیان.....	۳۵
ویژگی‌ها و نیازهای تخصصی رفتار در مربیان ورزشی.....	۳۸
بررسی عوامل مؤثر بر رفتار مربیان.....	۴۱
ارزشیابی از مربیان در راستای ارتقای سطح کیفی آموزش.....	۴۸
فصل سوم: شناخت رفتارها و تفاوت‌های جنسی و سنی ورزشکاران.....	۵۱
تفاوت‌های پسران و دختران.....	۵۳
کودکان و تمرین.....	۵۶

- ۶۱..... رشد اجتماعی
- ۶۶..... نقش عمومی فرهنگ در ساختار الگوهای رفتاری
- ۶۹..... استعدادیابی فراگیران ورزشی از مهم‌ترین عوامل در پیشرفت ورزش کشور
- ۷۹..... فصل چهارم: بررسی الگوهای رفتاری مربیان از نقطه نظر اخلاقی و روانی
- ۸۳..... روان شناسی ورزشی
- ۹۰..... رقابت چیست؟
- ۹۲..... الگوهای رفتاری مربیان ورزشی برای ایجاد اطمینان
- ۹۳..... الگوهای رفتاری در ایجاد عزت نفس
- ۹۶..... بررسی الگوهای ظاهری مربیان ورزشی
- ۹۹..... فصل پنجم: نقش، بهداشت در ورزش
- ۱۰۱..... نقش بهداشت در ورزش
- ۱۰۸..... نکته‌های بهداشتی بر روی در ورزش
- ۱۱۲..... ورزش در کودکان و نوجوانان
- ۱۱۴..... بهداشت ورزشی سالمندان
- ۱۱۶..... بهداشت مکان‌های ورزشی
- ۱۲۰..... گرم و سرد کردن بدن قبل و بعد از تمام ورزش
- ۱۲۵..... پوشش مناسب در ورزش
- ۱۲۶..... تأثیر مواد مخدر در ورزشکاران
- ۱۲۸..... بررسی چند عامل مهم در افت ظرفیت فراگیری ورزشکاران
- ۱۳۴..... راهکارهای مناسب برای کاهش افت ظرفیت فراگیری در ورزش موزان
- ۱۳۹..... فصل ششم: نکته‌های اخلاقی و رفتاری کارگشا از منظر بزرگسالان
- ۱۴۱..... نکته‌های اساسی و اخلاقی با موضوع «سخنوری و قدرت زبان»
- ۱۴۴..... نکته‌های اساسی و اخلاقی با موضوع «الگوهای اصلی زندگی»
- ۱۴۶..... نکته‌های اساسی و اخلاقی با موضوع «علم و دانش»
- ۱۵۱..... منابع

مقدمه

مربی به معنای لغوی بیانگر تربیت کننده بوده و جایگاه معنوی آن، الگو قرار گرفتن شخصیت رفتاری و اجتماعی مربی برای فراگیران تحت تدریس برای شکل گیری شخصیت آینده آنان می باشد. تعیین، به روز رسانی و آموزش الگوهای صحیح رفتاری با در نظر گرفتن شرایط اجتماعی و فرهنگی روز برای مربیان ورزشی یکی از مهم ترین ارکان شناخت، گرا و اساسی در رشد و توسعه فرهنگی بحث آموزش است. جامعه مربیان ورزشی باید از یک الگوی رفتاری جامع، شایسته و مناسب پیروی کنند که کلیه شرایط را برای شکل دادن یک مربی بالیمان، پرتلاش، نوآور همراه با متدهای آموزشی روز پدید آورد.

مربی به انسان های تحت تربیت خویش عشق می ورزد؛ همچون پدری مهربان که به امور فرزندان خویش رسیدگی می کند در همه برخورد هایش به اصلاح و تربیت آنان می پردازد، رحمت و شفقت را هکایت تربیت است و خداوند رحمت بر بندگان را بر خود فرض نموده است، «کتب علی نه به الله» و بر این اساس ارسال رسل و انزال کتب صورت گرفته است، آغاز سوره های قرآن و وصف رحمان و رحیم یادآور مهر و لطف آن پروردگار و مربی نظام هستی به موجودات از جمله انسانهاست که این مهر و عطوفت باید الگویی برای تمامی انسان ها به ویژه مربیان باشد. عطوفت و مهرورزی مهر تأیید تربیت سالم و صحیح است، تأیید کننده و تکمیل کننده تربیت صحیح می باشد.

اساساً مهرورزی پتانسیل دریافت تربیت فراگیر را تقویت کرده و جوانی اطمینان خاطر و علاقه را به صورت کاملاً سالم و خالص در فراگیر می پروراند و استاد را در جایگاه اعتبار و اخلاص قرار می دهد. شاخ و برگ و تکمیل کنند الگوهای تربیتی است همراهی مهر و عطوفت در کنار مقوله های آموزشی همیشه لازم و ضروری بوده و به عنوان مقدمه ای اساسی و کارساز برای شروع هر جلسه مورد نیاز است و انرژی و شادابی را در طول هر جلسه آموزشی به ارمغان می آورد.

یک مربی موفق، توانایی بهره مندی از همه فرصت های موجود و خلق فرصت جدید

در کار تربیتی را دارد. اهل نوآوری و ابتکار در کار تربیت است، از شرایط موجود استفاده بهینه می‌کند و اگر شرایط مقتضی وجود ندارد سعی در ایجاد فرصت‌های جدید می‌کند. مربیان عزیز نباید منتظر شرایط آماده و لوازم و امکانات کامل و تام و تمام در امر تربیت باشند گرچه منکر نقش امکانات و ابزار نیستیم؛ اما در صورتی که شرایط آن را چنانکه باید مطلوب نمی‌بینیم تلاش کنیم تا فرصت خلق کنیم و از فرصت‌های موجود نیز با هوشیاری استفاده کنیم.

برای تربیت و ارائه الگوهای هرچه شایسته‌تر، تمهیداتی اندیشیده شده است و تصمیم به طراحی و ارائه این مجموعه آموزشی با استانداردسازی و الگوسازی رفتار در زمینه‌های روان‌شناختی و علوم تربیتی پایه برای مربیان با در نظر گرفتن استانداردهای آموزشی، گرفته است و هدف آن الگوسازی، استانداردسازی و بروزرسانی الگوهای رفتاری و تربیتی مربیان ورزشی است.

استفاده از روش‌های تربیتی صحیح، از اصول و مبانی مهمی است که همه دست‌اندرکاران مسائل تربیتی باید به آن توجه وافر نمایند و باید بدانیم «دنیای امروز، دنیای به کارگیری دانش و بهره‌گیری از راهکارهاست.»