

مدیریت ورزش‌های هوای آزاد

ابراهیم نیک پی

(عضو هیات علمی دانشگاه پیام‌نور)

کامر قادی عنصرودی

(کارشناس تربیت بدنی دانشگاه اسلامی تبریز، کارشناس ارشد مدیریت ورزشی)

سنگا عابراهیم

(دانشجوی دکتری مدیریت ورزشی دانشگاه آزاد اسلامی هرسین)



مدیریت ورزش‌های هوای آزاد

ابراهیم نیک پی

کاظم قبادی عنصرودی

سرگل علیزاده

بازخوان: ندارد

مدیر امور هنری: حیدر عباسی

صفحه‌آرا: موسسه تبلیغاتی دید

ویراستار: ندارد

مشخصات ظاهری: ۲۲۵ ص. وزیری

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۹۶۷۱۹-۹-۱

ناشر: انتشارات حکیم نظامی گنجهای

امور چاپ: مشکین، تهران

نوبت چاپ: اول ۱۳۹۵

تیراژ: ۱۰۰۰



انتشارات حکیم نظامی گنجهای

تهران، ولایت شهر طالقانی، ساختمان نورافرا، طبقه ۳

آدرس الکترونیکی: Nezami.Pub@gmail.com

همراه: ۰۹۳۶۲۰۷۵۶۴۲-۰۹۱۲۸۶۰۰۶۶

حق چاپ برای نویسنده، نشر محفوظ می‌باشد

سرشناسه: نیک پی، ابراهیم، ۱۳۵۴

عنوان و نام پدیدآورنده: مدیریت ورزش‌های هوای آزاد: درس تخصصی دوره کارشناسی تربیت بدنی و علوم ورزشی

گرایش مدیریت ورزشی / ابراهیم نیک پی، کاظم قبادی عنصرودی، سرگل علیزاده.

مشخصات نشر: تبریز، حکیم نظامی گنجهای، ۱۳۹۵

مشخصات ظاهری: ۲۲۵ ص. مصور(رنگی)، جدول، نمودار

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۹۶۷۱۹-۹-۱

یادداشت: عنوان فرعی: درس تخصصی دوره کارشناسی تربیت بدنی و علوم ورزشی گرایش مدیریت ورزشی

وضعیت فهرست نویسی: فیپا

موضوع: سرگرمی‌های هوای آزاد -- مدیریت

موضوع: Outdoor recreation -- Management موضوع: سرگرمی‌های هوای آزاد موضوع: Outdoor recreation

موضوع: ورزش همگانی موضوع: Sport for all

شناسه افزوده: قبادی عنصرودی، کاظم، ۱۳۵۸

شناسه افزوده: سرگل، ۱۳۶۲

رده‌بندی کنگره: GV ۱۹۱/۶:ن۹م۴ ۱۳۹۵

رده‌بندی دیویی: ۷۹۶/۵

شماره کتابشناسی ملی: ۴۵۴۷۹۷۷

فهرست

۹	پیشگفتار
۱۱	فصل اول: ورزش همگانی، ورزش قهرمانی تعاریف عمومی از ورزش و تربیت بدنی اوقات فراغت ورزش قهرمانی ورزش همگانی
۲۷	معرفی برخی فعالیت‌های ورزش همگانی فصل دوم: صنعت ورزش‌های هوای آزاد صنعت ورزش‌های هوای آزاد انجمن ورزش‌های هوای آزاد
۳۵	فصل سوم: ورزش‌های هوای آزاد در دنیا معرفی رشته‌های ورزشی زیر مجموعه ورزش‌های هوای آزاد دوجرخه‌سواران تفریحی اردوهای تفریحی قایق‌رانی تفریحی ماهگیری شکار ورزش‌های برفی بصورت تفریحی پیاده روی در طبیعت تماشای حیات وحش
۸۱	فصل چهارم: ورزش‌های هوای آزاد در ایران جنگل کوهستان دریاچه‌ها و تالاب‌ها کویر کوه
۱۰۹	فصل پنجم: مهارت‌ها و الزامات حضور در ورزش‌های هوای آزاد نحوه نصب چادر در طبیعت نحوه ساخت توالی در طبیعت نحوه روشن کردن آتش در طبیعت نحوه مقابله با حیوانات در طبیعت نحوه نخمین مسافت در طبیعت نحوه زنده ماندن در شرایط سخت طبیعت
۱۵۱	فصل ششم: موارد ایمنی در ورزش‌های هوای آزاد خطرات موجود در طبیعت مدیریت صحنه حادثه و حمایت‌های ره‌آیی مقصدوم

فصل هفتم: اصول جهت‌یابی در طبیعت

ورزش جهت‌یابی

جهت‌یابی در طبیعت

جهت‌یابی در روز

جهت‌یابی در شب

جهت‌یابی با استفاده از تجهیزات پیشرفته

تشخیص ساعت در طبیعت

فصل هشتم: ورزش در شرایط آب و هوایی مختلف

ورزش در هوای گرم

ورزش در هوای سرد

ورزش در هوای آلوده

فصل نهم: ورزش صبحگاهی همگانی و نحوه اجرای آن

ورزش صبحگاهی و اهمیت آن

مزایای ورزش صبحگاهی

اصول شرکت در ورزش صبحگاهی

برگزاری و مدیریت ورزش صبحگاهی

اصول برگزاری ورزش صبحگاهی

منابع و مأخذ

پیشگفتار

به نام خداوند جان و خرد
کزین برتر اندیشه بر نگذرد

خداوند متعال را شاکر و سپاسگزاریم که این توفیق را عنایت فرمود، تا در مملکت ولایت بتوانیم زمینه بروز و آشنایی عموم مردم و به خصوص دانشجویان عزیز از یک گروه ورزشی دیگر را فراهم آوریم.

ورزش‌های هرای آزاد مجموعه‌ای از ورزش‌هاست که به دلیل ماهیت هیجانی و اجتماعی بودن و تحرک زیاد علاوه از برآورد کردن نیازهای درونی افرادی که به ورزش بهرمانی حرفه‌ای می‌پردازند، می‌توانند زمینه حضور عموم افراد جامعه را در فعالیتهایی که ماهیت ورزشی و اهداف انسانی، اجتماعی و فرهنگی دارند را فراهم سازد.

به دلیل نوپابودن تحقیقات موجود در این زمینه و کمبود اطلاعات لازم در این نوع رشته‌ها، و وجود درسی بنام مدیریت ورزش‌های هوای آزاد در اکثر دانشگاه‌هایی که دوره کارشناسی تربیت بدنی و علوم ورزشی را اجرا می‌نمایند، نویسندگان و تدوین‌گران این کتاب را بر آن داشت تا بتوانند با جمع‌آوری اطلاعات جسته و گریخته در منابع علمی و ترجمه منابع خارجی یک کار علمی و آکادمیک آماده نموده و در اختیار دانش پژوهان قرار دهند. در این کتاب سعی بر آن شده تا دانشجویان رشته تربیت بدنی و ورزش با مفاهیم ورزش در فضاهای آزاد آشنا شده و مهارت‌ها و دانش فنی حضور در طبیعت را یادگیری نمایند. علیرغم این که مطالب موجود از جدیدترین منابع علمی تدوین، ترجمه و جمع‌آوری شده، با این حال نویسندگان کتاب حاضر خود را مبرا از اشتباه ندانسته و آماده دریافت پیشنهادها و انتقادات و اصلاح اشکالات موجود می‌باشند. در آخر از جناب آقای دکتر یاسر نجف زاده و کلیه عزیزانی که ما را در تهیه این کتاب یاری نمودند کمال تشکر و امتنان را دارد.

ابراهیم نیک پی
کاظم قبادی عنصرودی
سرگل علیزاده
زمستان ۱۳۹۵