



اصول و مبانی تربیت بدنی

مؤلفان:

آرش سروری میرعزیزی

سپیده قطنیان



انتشارات سروش

سرشناسه	سروری میرعزیزی، آرش، ۱۳۶۲-
عنوان و نام پندآور	اصول و مبانی تربیت‌یابی
مشخصات نشر	تهران: الماس دانش، ۱۳۹۳.
مشخصات ظاهری	۱۸۱ ص.، مصور، ۱۴/۵×۲۱/۵-۳
شابک	۹۷۸-۶۰۰-۱۸۹-۰۲۵-۳
وضعیت فهرست‌نویسی	فهرست مختصر
یادداشت	فهرست نویسی کامل این اثر در نشانی: http://opac.blitar.ir
شناسه افزوده	قابل دسترسی است.
شماره کتابشناسی ملی	قطنیان، سیده. ۱۳۶۴- ۳۷۷۸۹۱۶

مرکز بخش:

بخش علوم و فنون ایران

تلفن: ۶۶۹۶۸۰۵۸



تلفن: ۶۶۴۹۳۷۵۳

ناشر : مؤسسه فرهنگی انتشارات الماس دانش

عنوان کتاب : اصول و مبانی تربیت‌یابی

مؤلفین : آرش سروری میرعزیزی، سیده قطنیان

ویراستار : کاظم زرین

جواب : نگین

شماره کار : ۱۰۰۰ جلد

نوبت چاپ : اول ۱۳۹۴

قیمت : ۱۲۰۰۰ تومان

شابک : ۹۷۸-۶۰۰-۱۸۹-۰۲۵-۳

کلمه حقوق و حق چاپ من، طرح روی
جلد و عنوان کتاب با انجمن به قانون
حمایت حقوق مؤلفان، مصنفان و هنرمندان
مصوب ۱۳۴۸ محفوظ است و مخلفین
تحت پیگرد قانونی قرار می‌گیرند.

۷	پیشگفتار
۱۱	فصل اول: تربیت بدنی، حرکت، بازی، ورزش
۱۳	مقدمه
۱۳	اصول
۱۶	اصول و مبانی تربیت بدنی
۲۰	مبانی
۲۲	بازی
۲۴	انواع بازی ها
۲۸	تفاوت Play و Game
۳۱	ورزش
۳۷	تأثیر ورزش بر ارگانسیم های بدن
۳۸	الفبای حرکت چیست؟
۳۹	علوم ورزشی
۴۳	اهمیت ورزش
۴۸	اصول اخلاقی در ورزش
۵۰	تأثیر ورزش در اجتماعی شدن
۵۲	ورزش و شخصیت
۵۴	تربیت
۵۴	تربیت بدنی
۵۷	فلسفه تربیت بدنی
۵۸	اهداف اصلی تربیت بدنی
۶۸	رشته تربیت بدنی و علوم ورزشی
۷۱	حرکت
۷۲	فواید فعالیت های جسمانی

۷۷	طبقه‌بندی رشته‌های ورزشی
۸۰	روانشناسی ورزشی
۸۰	یادگیری حرکات
۸۱	تربیت بدنی تطبیقی
۸۲	جامعه‌شناسی ورزشی
۸۴	مدیریت ورزشی
۸۵	حرکات اصلاحی
۸۷	منابع
۸۹	فصل دوم: نظر علمای پس از رنسانس و تربیت بدنی
۹۱	مقدمه
۹۱	جان لاک (۱۶۳۲-۱۷۰۴)
۹۴	ژان ژاک روسو (۱۷۱۲-۱۷۷۸)
۹۷	امانوئل کانت (۱۷۲۴-۱۸۰۴)
۱۰۱	بستالزی (۱۸۱۷-۱۷۴۶)
۱۰۳	فروبل (۱۷۸۲-۱۸۴۵)
۱۰۷	فصل سوم: تربیت بدنی در اقوام باستان
۱۰۹	تربیت بدنی در مصر
۱۱۰	تربیت بدنی در چین
۱۱۱	تربیت بدنی در هند
۱۱۳	تربیت بدنی در یونان
۱۱۴	تربیت بدنی در روم
۱۱۴	تربیت بدنی در ایران باستان
۱۱۷	تربیت بدنی در قرون وسطی
۱۲۰	دوره رنسانس

۱۲۲	ورزش و تربیت بدنی پس از رنسانس
۱۲۵	فصل چهارم: تعلیم و تربیت و تربیت بدنی
۱۲۷	مقدمه
۱۲۷	ضرورت شناخت انسان
۱۲۹	تغییرات رشد در انسان
۱۳۲	تعلیم و تربیت
۱۳۳	تعلیم و تربیت و تربیت بدنی
۱۳۷	هدف‌های تعلیم و تربیت
۱۴۶	منابع برای مطالعه بیشتر
۱۵۰	فصل پنجم: اهداف تعلیم و تربیت و تربیت بدنی از دیدگاه ادیان و مکاتب مختلف
۱۵۲	مقدمه
۱۵۲	تعلیم و تربیت و تربیت بدنی در دین اسلام
۱۵۵	تعلیم و تربیت و تربیت بدنی در دین زرتشت
۱۵۶	تعلیم و تربیت و تربیت بدنی در دین یهود
۱۵۸	تعلیم و تربیت و تربیت بدنی در دین مسیح
۱۶۰	ایده‌آلیسم
۱۶۱	- تربیت بدنی از دیدگاه ایده‌آلیسم
۱۶۳	رنالیسم
۱۶۶	- تربیت بدنی از دیدگاه رنالیسم
۱۶۶	- رنالیسم اسلامی
۱۶۷	- تربیت بدنی از دیدگاه رنالیسم اسلامی
۱۶۷	پراگماتیسم
۱۶۸	- تربیت بدنی از دیدگاه پراگماتیسم
۱۶۹	اگزیستانسیالیسم
۱۷۱	- تربیت بدنی از دیدگاه اگزیستانسیالیسم
۱۷۲	فانورالیسم

۱۷۳	- تربیت دینی از دیدگاه ناتورالیسم
۱۷۳	ماتریالیسم
۱۷۴	- تربیت دینی از دیدگاه ماتریالیسم
۱۷۴	اومانیسم
۱۷۶	- تربیت دینی از دیدگاه اومانیسم
۱۷۷	منابع
۱۷۹	منابع برای مطالعه بیشتر

پیشگفتار

پیدایش بازی‌ها، ورزش و اسامی گوناگون تربیت‌بدنی یکی از کارهای برجسته بشر در دوره‌های تاریخ باستان می‌باشد که راه را برای آموزش و پرورش و انتقال فرهنگ و تمدن به نسل‌های بعدی و نگهداری و تکمیل و توسعه آن‌ها هموار ساخت. در واقع پیدایش تربیت‌بدنی به تاریخ پیدایش بشر و تشکیل دسته و جماعات مرتبط است یعنی تربیت‌بدنی همان هنگامی که بشر به حیات گروهی پرداخت با وی همراه بوده است همان‌گونه که انسان‌های اولی حیات بدوی داشته‌اند اما به تقویت جسمی خویش علاقه‌مند بودند.

فعالیت بدنی و ورزش در طول زندگی انسان به شیوه‌های گوناگون متجلی شده است. نیاز انسان به حرکت و فعالیت در طول حیات تاریخی او همواره با کسب تجارت و کشف روش‌های جدید همراه بوده است. ورزش‌های امروزی به صورت مختلفی از فعالیت‌های جسمی درآمده است که در چهارچوب نظام تعلیم و تربیت هر جامعه و همراه با ارزش‌های فردی و اجتماعی آن موجبات پرورش فکری و جسمی افراد را فراهم می‌کند. مفاهیمی مانند تندرستی، بهداشت، رشد اجتماعی و سلامت روحی ارتباط نزدیکی با ورزش و تربیت‌بدنی دارند. ورزش یکی از اموری است که به‌عنوان مختلف در جهان مطرح شده و گروه زیادی به اشکال گوناگون با آن سروکار دارند. برخی ورزشکار حرفه‌ای هستند و گروهی آماتور، گروهی طرفدار و علاقه‌مند به ورزش و دیدن برنامه‌ها، مسابقات و نمایش‌های ورزشی بوده و عده‌ای نیز از راه ورزش امور زندگی خویش را

می‌گذرانند. تربیت‌بدنی متشکل از یک سلسله فعالیت‌ها و حرکتهای بدنی منظم و حساب‌شده به‌منظور رشد استعدادهای جسمانی، حرکتی، فکری، اجتماعی و اخلاقی است. اصطلاح تربیت یا پرورش، مربوط به متحول کردن انسان یا به عبارت دیگر شکوفا کردن استعدادهای بالقوه با توانایی‌های طبیعی فرد است، بنابراین وظیفه‌ی تربیت‌بدنی نیز فراهم کردن امکانات و محیط مناسب با توجه به آمادگی یادگیرنده به‌منظور از قوه به فعل آوردن استعدادهای فطری و شکوفایی توانایی جسمی اوست. فلسفه تربیت‌بدنی به اموری همچون ارزش‌ها در تربیت‌بدنی، چرایی حضور تربیت‌بدنی در جایگاه علوم تربیتی و اخلاق در ورزش و به‌طور خلاصه رابطه‌ی بین فلسفه، تربیت‌بدنی و ورزش می‌پردازد. در این میان بزرگ‌ترین سؤال فلسفه تربیت‌بدنی این است که چرا تربیت‌بدنی به‌عنوان بخشی از فرآیند تعلیم و تربیت بایستی در برنامه‌های تربیتی گنجانده شود؟ از آنجایی که یکی از هدف‌های تعلیم و تربیت‌بدنی تحکیم فرد با توجه به ارزش‌های انسانی است. فلسفه‌ی اصول و مبانی تربیت‌بدنی، ارتباط با تعلیم و تربیت، توجه و احترام به طبیعت آدمی و شرافت انسانی است. به‌طور کلی هر فلسفه‌ای که تکیه‌گاه آن، انسان و توجهش به تکامل انسان باشد نوعی فلسفه‌ی تربیتی به شمار می‌آید. این کتاب می‌تواند با ارائه‌ی مفاهیم و اصطلاحات مربوط به اصول و مبانی تربیت‌بدنی البته به زبان ساده برای استفاده‌ی دانشجویان تربیت‌بدنی و علوم ورزشی مفید واقع شود.

در صورت وجود هرگونه کاستی در کتاب عذر نویسندگان را موجه بدانید و
پیشنهادهای و انتقادات خود را به آدرس sepideh.ghotnian@yahoo.com
ارسال نمایید.

آرش سروری و سپیده قطنیان

(دانشجوی دکتری مدیریت ورزشی دانشگاه آزاد واحد تهران مرکزی)

www.ketab.ir