

# مبانے علوم ورزشے

تالیف:

دکتر حمید قاسمی

دکتر سارا کشکر

دکتر نازنین راسخ

دکتر لیلا ایزدپرست

انتشارات  
اندیشه آرا



# مبانی علوم ورزشی

مؤلف مسئول و ویراستار علمی:

حمید قاسمی (دانشیار دانشگاه پیام نور)

همکاران:

سارا کشکر (دانشیار دانشگاه علامه طباطبائی)

نازنین راسخ (استادیار پژوهشگاه علوم ورزشی)

لیلا ایزدپرست (دکترای مدیریت ورزشی)



سخن ناشر

خواننده گرامی

با سلام و احترام،

کتاب دیجیتال حاضر به درخواست مؤلفین به صورت **رایگان** در اختیار شما علاقه مندان قرار گرفته است تا امکان استفاده از آن برای همه افراد فراهم شود.

از شما خواهشمند است به منظور تداوم این اقدام فرهنگی و حفظ حقوق ناشر و مؤلف در دو محور ذیل با ناشر همکاری فرمائید:

۱- در صورت نیاز به تهیه فیزیکی کتاب به وب سایت **andisheara.ir** مراجعه

و یا شماره های تماس ۰۹۳۹۶۵۵۵۹۰۱-۰۲۱۶۵۵۱۱۴۳۳ تماس حاصل نمایید.

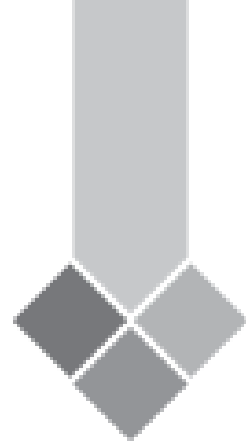
۲- جهت شرکت در **ارزشیابی کتاب** عنوان کتاب مبانی علوم ورزشی را به شماره

۰۹۳۹۶۵۵۵۹۰۱ پیامک کنید تا لینک ارزشیابی برای شما ارسال گردد.

**هرگونه استفاده از محتوای کتاب یا انتشار آن بدون مجوز انتشارات دارای پیگرد قانونی می باشد.**

**שְׁמֵנוּ**





سرشناسه	: قاسمی، سیدحمید، ۱۳۵۰ - Ghasemi, Hamid
عنوان و نام پدیدآور	: مبانی علوم ورزشی/ مولف مسئول و ویراستار علمی حمید قاسمی، همکاران سارا کشر نازنین راسخ، لیلا ایزدپرست.
مشخصات نشر	: تهران: اندیشه آرا، ۱۳۹۹.
مشخصات ظاهری	: ۶۱۳ ص.: جدول، نمودار (رنگی)؛ ۲۲×۲۹ سم.
شابک	: 978-622-95667-0-1
وضعیت فهرست نویسی	: فیا
موضوع	: ورزش -- راهنمای آموزشی (عالی)
موضوع	: Sports -- Study and teaching (Higher)
موضوع	: تربیت بدنی -- راهنمای آموزشی (عالی)
موضوع	: Physical education and training -- Study and teaching (Higher)
شناسه افزوده	: کشر، سارا، ۱۳۴۵ -، همکار
شناسه افزوده	: راسخ، نازنین، ۱۳۵۶ -، همکار
شناسه افزوده	: ایزدپرست، لیلا، ۱۳۵۹ -، همکار
رده بندی کنگره	: GV۳۶۱
رده بندی دیویی	: ۷۹۶/۰۷۱
شماره کتابشناسی ملی	: ۶۱۲۷۲۰۶

Andisheara.ir

andisheara

۰۹۳۹۶۵۵۵۹۰۱

۰۲۱-۶۵۵۱۱۴۳۳

**اندیشه آرا**

## مبانی علوم ورزشی

تالیف: حمید قاسمی، سارا کشر، نازنین راسخ و لیلا ایزدپرست

صفحه آرای و طراحی جلد: سید علی قاسمی

چاپ اول: فروردین ۱۳۹۹

شمارگان: ۲۰۰

قیمت: ۱۴۹۰۰۰ تومان

شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۹۵۶۶۷-۰-۱



## فهرست مطالب

۱	پیشگفتار
	بخش اول: مؤلفه‌های بنیادی علوم ورزشی
۱۲	فصل اول: علمی شدن ورزش
۳۵	فصل دوم: فلسفه علوم ورزشی
۶۵	فصل سوم: تاریخ ورزش و علوم ورزشی
۱۳۱	فصل چهارم: سازمان‌های ورزشی
۱۷۵	فصل پنجم: مشاغل ورزشی
	بخش دوم: انواع دوره‌های آموزش علوم ورزشی
۲۰۷	فصل ششم: انواع مقاطع آموزشی در ورزش
۲۵۳	فصل هفتم: مدیریت ورزشی
۲۸۳	فصل هشتم: فیزیولوژی ورزشی
۳۰۹	فصل نهم: آسیب‌شناسی ورزشی
۳۲۷	فصل دهم: رفتار حرکتی
۳۴۱	فصل یازدهم: روان‌شناسی ورزشی
۳۵۵	فصل دوازدهم: بیومکانیک ورزشی
۳۶۷	فصل سیزدهم: سایر رشته‌های بین رشته‌ای ورزشی
۳۷۷	فصل چهاردهم: دوره‌های مربی‌گری



## بخش سوم: آشنایی با ورزش‌ها

فصل پانزدهم: ورزش‌های قهرمانی ..... ۴۰۳

فصل شانزدهم: ورزش‌های تفریحی و همگانی ..... ۴۷۵

## بخش چهارم: پژوهش، کارآفرینی و برندسازی در علوم ورزشی

فصل هفدهم: پژوهش و کارآفرینی در علوم ورزشی ..... ۵۲۱

فصل هجدهم: برندسازی دانش‌آموختگان علوم ورزشی ..... ۵۴۷

## پیوست‌ها

پیوست اول: واژه‌نامه تخصصی انگلیسی به فارسی ..... ۵۶۴

پیوست دوم: واژه‌نامه تخصصی فارسی به انگلیسی ..... ۵۸۳

پیوست سوم: اسامی انگلیسی کشورهای تشکیل‌دهنده کمیته بین‌المللی المپیک ..... ۶۰۲

منابع ..... ۶۰۵

معرفی مؤلف مسئول ..... ۶۱۲

یکی از چالش‌های موجود در نظام آموزش تخصصی در اغلب رشته‌ها و از جمله علوم ورزشی، فقدان آشنایی جامع و انسجام بین مفاهیم بنیادی موجود در آن است. در این کتاب تلاش شده است تا علاقه‌مندان به انواع رشته‌های تربیت بدنی و علوم ورزشی با مبانی و ماهیت رشته خود آشنا شوند و باهدف گذاری دقیق‌تری در این مسیر گام بردارند. هدف‌گذاری صحیح و مبتنی بر دانش و آگاهی مناسب به افزایش بهره‌وری در تصمیمات و برداشتن گام‌های مؤثرتر در مسیر زندگی شخصی و حرفه‌ای کمک می‌کند. مهم‌ترین تفاوت یک فرد تحصیل‌کرده در زمینه علوم ورزشی، تفاوت تصمیم‌گیری او در این زمینه با افرادی است که در این حوزه تحصیل نکرده‌اند. فرد تحصیل‌کرده باید بتواند به کمک آموخته‌های خود و توانایی کاربرد آن‌ها در زندگی شخصی و حرفه‌ای با خطای کمتر و درجه اطمینان بالاتری تصمیم‌گیری کند.

کتاب حاضر تلاش می‌کند تا با معرفی مبانی رشته علوم ورزشی یک دیدگاه کلی و کاربردی برای علاقه‌مندان به این رشته ایجاد کند. امید می‌رود خواننده پس از مطالعه کتاب با جهت‌گیری‌های هدفمندتری در رشته علوم ورزشی تحصیل نماید. ضمن اینکه با توجه به تنوع تخصص و مشاغل در حیطه علوم ورزشی، دانشجویان این عرصه باید هر چه زودتر جهت‌گیری تخصصی خود را انتخاب کنند تا با احتمال بیشتری موفقیت خود در آینده را رقم بزنند.

بر این اساس کتاب حاضر در چهار بخش «مؤلفه‌های بنیادی علوم ورزشی»، «انواع دوره‌های آموزش علوم ورزشی»، «آشنایی با ورزش‌ها» و «ارزش‌آفرینی در علوم ورزشی» تنظیم شده است. ضمن اینکه هر بخش شامل چند فصل خواهد بود. بخش اول کتاب به «مؤلفه‌های بنیادی علوم ورزشی» می‌پردازد. در فصل اول این بخش به چگونگی «علمی شدن ورزش» با تأکید بر نقش آن در تصمیم‌گیری در ابعاد مختلف اشاره خواهد شد. فصل دوم کتاب «فلسفه علوم ورزشی» با توجه به انواع مکاتب و رویکردهای اخلاقی موردتوجه قرار می‌گیرد. فصل سوم کتاب به‌مرور «تاریخ ورزش و علوم ورزشی» در جهان و ایران پرداخته می‌شود. در این فصل با مروری بر تحولات ورزش در طول تاریخ بر روی تاریخ معاصر و جدید و شکل‌گیری وضع موجود ورزش ایران تأکید خواهد شد. در این مسیر مروری بر عملکرد رؤسای ورزش ایران از بدو شکل‌گیری ساختار رسمی ورزش در کشور وجود دارد. در فصل چهارم کتاب «سازمان‌های ورزشی» با تأکید بر انواع سازمان‌های بین‌المللی و داخلی در حوزه ورزش معرفی می‌شود. با توجه به هدایت و اجرای ورزش‌ها توسط این سازمان‌ها در سطوح ملی و بین‌المللی، شناخت دقیق آن‌ها مورد تأکید قرار گرفت. نظر به اینکه افراد متخصص در ورزش باید در یکی از این سازمان‌ها خدمات خود را ارائه کنند؛ بنابراین در فصل پنجم کتاب به معرفی «مشاغل ورزشی» پرداخته می‌شود. علاقه‌مندان علوم ورزشی باید مسیر شغلی خود را در ابتدای تحصیل انتخاب کنند تا در «انتخاب رشته و گرایش‌های علوم ورزشی» متناسب با هدف شغلی تصمیم‌گیری کنند.

بخش دوم کتاب به معرفی «انواع دوره‌های آموزش ورزش» خواهد پرداخت. در فصل ششم با عنوان «انواع مقاطع آموزش ورزش» به انواع مقاطع تحصیلی و آموزش‌های مرتبط با ورزش از «مدارس تا دانشگاه‌ها» و سطوح تحصیلات تکمیلی اشاره خواهد شد. فصل هفتم کتاب به معرفی گرایش «مدیریت ورزشی» در علوم ورزشی

می‌پردازد. فصل هشتم کتاب در خصوص گرایش «فیزیولوژی ورزشی» از علوم ورزشی و آشنایی برای کسانی است که می‌خواهند در این زمینه تخصصی، ادامه تحصیل دهند. فصل نهم کتاب درباره گرایش «آسیب‌شناسی ورزشی» در حوزه علوم ورزشی است. فصل دهم گرایش «رفتار حرکتی» را به‌عنوان یکی دیگر از گرایش‌های علوم ورزشی معرفی می‌کند. فصل یازدهم درباره گرایش «روان‌شناسی ورزشی» است. فصل دوازدهم گرایش «بیومکانیک ورزشی» را معرفی می‌کند. فصل سیزدهم به «سایر رشته‌های بین‌رشته‌ای ورزشی» اشاره دارد. در این فصل رشته‌های متنوعی چون «مهندسی ورزشی»، «جامعه‌شناسی ورزشی» و امثال آن معرفی خواهند شد. فصل چهاردهم کتاب، خواننده را با دوره‌های آموزش «مربیگری» در سازمان‌های تخصصی مانند فدراسیون‌های ملی و بین‌المللی آشنا می‌کند.

از آنجائی که فعالیت‌ها، مشاغل و مطالعات ورزشی در رابطه با انواع رشته‌های ورزشی هستند، در بخش سوم کتاب، خواننده با انواع رشته‌های ورزشی موجود در ایران و جهان آشنا خواهد شد. فصل پانزدهم کتاب از بخش سوم، انواع «ورزش‌های قهرمانی» را معرفی می‌کند. فصل شانزدهم به معرفی انواع «ورزش‌های تفریحی و همگانی» اشاره دارد.

با مرور بخش‌ها و فصل‌های قبل، فرد برای ورود به بازار کار ورزش آماده می‌شود. برای ورود اثربخش علاقه‌مندان علوم ورزشی به بازار کار، بخش چهارم با عنوان «پژوهش، کارآفرینی و برندسازی در علوم ورزشی» تدوین شده است. فصل هفدهم از بخش چهارم با عنوان «پژوهش و کارآفرینی در علوم ورزشی» به انواع گام‌های مؤثر در این حوزه می‌پردازد. فصل هجدهم و پایانی کتاب درباره «برندسازی دانش‌آموختگان علوم ورزشی» است. این فصل به علاقه‌مندان علوم ورزشی کمک می‌کند تا ظرفیت‌ها و توانمندی‌های خود را به‌طور مؤثر به بخش‌های موردنیاز آن خدمات، معرفی کنند.

اغلب ورزش‌های معاصر و محتوای علوم ورزشی از دنیای خارج و محیط بین‌الملل به ایران وارد شده است. بنابراین و برای هماهنگی بیشتر در ترجمان واژه‌ها و کلمات پرکاربرد در حوزه علوم ورزشی در پیوست کتاب معادل‌های موردنظر ارائه شده است. در پیوست اول معادل‌های فارسی برای واژگان تخصصی انگلیسی و در پیوست دوم، معادل‌های انگلیسی برای مفاهیم فارسی علوم ورزشی معرفی می‌شود. لزوم شناخت انواع کشورها و علائم اختصاری آن‌ها در میادین ورزشی باعث شد تا در پیوست سوم به معرفی اسامی کامل و خلاصه آن‌ها پرداخته شود. در پایان جا دارد تا از پیشکسوت بزرگوار جناب آقای ناصر عظیمی بابت رهنمودهای ارزنده و مهندس بابک فقیر در ارتباط با بخش تاریخ ورزش و جناب دکتر محمدرضا برومند بابت راهنمایی‌های ارزنده در ارتباط با فصل مشاغل ورزشی و خانم ستایش قاسمی بابت مطالعه و ارائه بازخوردهای مؤثر برای روان‌نویسی متن قدردانی کنیم. از آنجائی که هدف کتاب ایجاد یک نگاه جامع برای علاقه‌مندان به حوزه علوم ورزشی است، بنابراین ایجاد جامع‌ترین نگاه، به زوایای نگاه مختلفی نیاز دارد. در این راستا از همه صاحب‌نظران عزیز دعوت می‌شود تا با ارائه نظرات اصلاحی و تکمیل خود به ایجاد یک مرجع برای مبانی علوم ورزشی یاری رسانند.

گروه مؤلفان





**بخش اول**

**مؤلفه‌های بنیادی علوم ورزشی**

# علمی شدن ورزش

۱

هدف کلی: آشنایی با فرایند علمی شدن ورزش

اهداف یادگیری:

- آشنایی با نحوه تصمیم‌گیری در ورزش و عوامل مؤثر در آن
- آشنایی با مبانی علمی شدن ورزش
- آشنایی با مفاهیم پایه در ورزش علمی



## مقدمه

بقاء و پیشرفت انسان وابسته به تصمیم‌گیری‌های او است. این تصمیم‌گیری‌ها با شناخت و آگاهی بهبود می‌یابد. شناخت انسان از خود و دنیای خود در طول تاریخ را می‌توان در سه مسیر «عرفان، فلسفه و علم» خلاصه کرد. در این فصل به چگونگی تبدیل حوزه تربیت‌بدنی به علم و ظهور علوم ورزشی پرداخته خواهد شد.

## ۱-۱. تصمیم‌گیری در ورزش

مهم‌ترین اقدام هر موجود زنده برای بقاء و پیشرفت در عبارت «تصمیم‌گیری» خلاصه می‌شود. بشریت با ایجاد تمایز در تصمیم‌گیری‌های خود در طول تاریخ، موفق شد تا خود را از دیگر موجودات زنده متمایز کند و بر روی زمین خود را به‌عنوان یک عامل تعیین‌کننده معرفی نماید. مهم‌ترین عامل در تمایز تصمیم‌گیری‌های بشر، عنصر شناخت و آگاهی بوده است.

همین‌که شما تصمیم گرفته‌اید تا این کتاب را بخوانید، یعنی شما به‌دنبال شناخت بیشتر از «علوم ورزشی» هستید. ممکن است اتخاذ این تصمیم برای ارتقاء سطح تصمیم‌گیری‌های شما در حوزه علوم ورزشی و تخصص‌های مرتبط باشد. ممکن است شما قصد داشته باشید تا علوم ورزشی را به‌عنوان رشته تحصیلی انتخاب کنید و می‌خواهید قبل از آن درباره کلیات این رشته و گرایش‌ها و کاربردهای آن آشنا شوید. ممکن است شما این کتاب را به‌عنوان یک تکلیف دانشگاهی مطالعه کنید. به هر حال با هر نوع احتمال و دلیل دیگری «نتیجه تصمیم شما» تهیه و خواندن این کتاب بوده است. در واقع هر «تصمیم‌گیری» می‌تواند فرایندی به شرح جدول ۱-۱ داشته باشد.

جدول ۱-۱. فرایند تصمیم‌گیری

ردیف	مراحل	توضیح
۱	مسئله	مواجه‌شدن با یک مسئله، سؤال، چالش یا مشکل
۲	شناخت	بررسی و ایجاد شناخت و آگاهی مناسب از مسئله یا مشکل
۳	راه‌حل	شناسایی انواع راه‌حل‌ها یا تصمیم‌های ممکن برای مسئله یا مشکل
۴	اولویت‌بندی	اولویت‌بندی راه‌حل‌ها یا تصمیم‌ها از نظر مناسب بودن
۵	اجرا	اتخاذ بهترین تصمیم و اجرای آن
۶	بازخورد	گرفتن بازخورد از نتیجه اجرای تصمیم برای کمک به تصمیم‌گیری‌های بعدی

بهترین راه برای بهبود فرایند تصمیم‌گیری در زمینه علوم ورزشی و انتخاب‌های مرتبط با آن شناخت و آگاهی در این زمینه است. برای این منظور باید با انواع راه‌های شناخت و آگاهی به‌طور عمیق‌تری آشنا شد و از مسیر مناسب به این هدف دست‌یافت.

برخی پارادوکس‌ها بر تصمیم‌گیری افراد تأثیر می‌گذارند. منظور از پارادوکس یا متناقض‌نما به هر گزاره یا نتیجه‌ای گفته می‌شود که با گزاره‌های قبلی گفته‌شده در همان نظریه یا دستگاه نظری، یا با یکی از «باورهای قوی، شهود عقلی یا باور عمومی» در تناقض باشد. برای نمونه «پارادوکس ارزش» به شرایطی اشاره دارد که ارزش برتر و بدیهی یک موضوع در یک شرایط خاص تغییر پیدا می‌کند. به‌منظور درک بهتر این پارادوکس به فردی فکر کنید که باید با توجه

به ارزش بیشتر «یک قطعه الماس» یا «یک لیوان آب» تصمیم‌گیری کند. در شرایط معمول تصمیم‌گیری برای انتخاب «قطعه الماس» است. اما در شرایطی که فرد با یک لیوان آب از خطر مرگ ناشی از تشنگی نجات می‌یابد؛ تصمیم‌گیری به نفع انتخاب «لیوان آب» تغییر می‌کند. به همین نحو «پارادوکس اتفاق‌آرا» می‌تواند فردی با انتخاب یک تصمیم مشخص را در شرایط قرارگرفتن در جمع به تصمیم و انتخاب دیگری متأثر از فضای جمع هدایت کند. انسان هوشمند برای نزدیک شدن به تصمیمات کم‌خطا و کنترل آثار پارادوکس‌های موجود در پیرامون زندگی، باید راه‌های شناخت و آگاهی را تشخیص دهد.

### ۲-۱. راه‌های شناخت و آگاهی در انسان

مهم‌ترین اقدام انسان «تصمیم‌گیری» و مهم‌ترین عامل در تمایز تصمیم‌گیری‌ها، عنصر «شناخت و آگاهی» است. شناخت و آگاهی همواره به انسان کمک کرده است تا با ضریب خطای کمتری تصمیم‌گیری کند. انسان به نظر می‌رسد که از ابتدای خلقت خود به دنبال شناخت خود و پیرامونش بوده است. همین ظرفیت باعث شده است تا انسان‌ها نسبت به سایر موجودات زنده بر روی کره زمین به پیشرفت‌های تاریخی در کنترل محیط و دیگر اجزای حاکم بر طبیعت جهانی دست یابد. وقتی به مرور تاریخ بشریت در مسیر این‌گونه شناخت‌ها یا معرفت‌شناسی پرداخته می‌شود، سه مسیر اصلی به شرح جدول ۲-۱ بیش از بقیه مورد توجه قرار می‌گیرند.

جدول ۲-۱. انواع راه‌های شناخت در انسان

ردیف	انواع	توضیح
۱	عرفان	شناخت بر اساس شهود و الهام گرفتن از یک منبع بدون تجربه‌های عملی در خصوص یک موضوع
۲	فلسفه	شناخت بر اساس استدلال عقلی و تحلیل امور با منطق مستدل و قابل اتکا
۳	علم	شناخت بر اساس تجربه علمی یا آزمایش پدیده‌ها در چارچوبی مشخص

### ۳-۱. اثر سواد روی تصمیم‌گیری

راه‌های شناخت و آگاهی توسط انسان‌هایی خاص و پیشرو ایجاد می‌شود و اغلب انسان‌ها مصرف‌کنندگان این دانش در تصمیم‌گیری‌های خود هستند. با این رویکرد انسان‌ها را می‌توان با توجه به ایجاد و کاربرد شناخت و آگاهی‌ها برای تصمیم‌گیری، در چهار گروه به شرح جدول ۳-۱ جای داد.

جدول ۳-۱. انواع رویکردها در تولید و مصرف شناخت و آگاهی

ردیف	انواع	توضیح
۱	تولیدکننده	مانند عالمان، عارفان، دانشمندان و فیلسوفان دوران
۲	مصرف‌کننده فعال	مانند اساتید و دانشجویان و جویندگان دانش یا دنبال‌کنندگان شناخت و آگاهی برای تصمیم‌گیری
۳	مصرف‌کننده منفعل	مانند گیرندگان مشاوره از گروه‌های متخصص برای تصمیم‌گیری
۴	غیرمصرف‌کننده‌ها	افراد متکی به تجارب و دانسته‌های خود و بدون تلاش برای کسب دانش

اغلب انسان‌ها در تصمیم‌گیری‌های روزانه خود به یکی از منابع معرفی‌شده در جدول ۱-۴ اتکا دارند. گاهی یک منبع و گاهی از چند منبع از منابع مورد اشاره بهره می‌گیرند.

جدول ۱-۴. انواع منابع انسان در تصمیم‌گیری‌های روزانه

ردیف	انواع	توضیح
۱	ضرب‌المثل و حکم کلی	دارای خطاهای متعدد «از دل برود هر آنکه از دیده برفت»، «دوری و دوستی»
۲	تاریخ	استناد به تجارب تاریخی مانند «برای حکومت بر ایرانی، آن‌ها را گرسنه و بی‌سواد نگهدار»
۳	تجربه شخصی	دارای خطا به مصداق «مارگزیده از ریسمان سیاه‌وسفید می‌ترسد!»
۴	عقاید عمومی	«اجباری بودن حجاب در برخی کشورها» و «اختیاری بودن آن در برخی کشورها»
۵	دانش موجود	استناد به امور با خطای قابل محاسبه یا تشخیص تجارب با حداقل خطاها

بدیهی است که هر چه قدر بر اساس دانش موجود از «سایر منابع» بهره گرفته شود، ضریب خطا کاهش خواهد یافت و تصمیم‌گیری افراد در مسیر بهینه‌تری هدایت می‌شود. برای مثال «یک تجربه شخصی در استفاده از تمریناتی جدید و رسیدن به نتایج مطلوب‌تر از گذشته»، اگر مبنی بر دانش موجود باشد، می‌تواند به‌عنوان یک دانش جدید و با خطای کمتر مورد توجه دیگر مصرف‌کنندگان فعال و غیرفعال دانش موجود قرار گیرد. با توجه به میزان استفاده از دانش موجود برای اتخاذ تصمیم، می‌توان هر فرد را در یکی از گروه‌ها به شرح جدول ۱-۵ جای داد.

جدول ۱-۵. انواع گروه‌ها بر مبنای میزان استفاده از منابع تصمیم‌گیری

ردیف	انواع	توضیح
۱	هیجانی	غالب بودن هیجان‌ها در تصمیم‌گیری و حداقل بودن نقش دانش موجود در تصمیم‌ها
۲	اسنادی	نقش دانش عینی شده و اسناد محرز در تصمیم‌گیری‌ها
۳	نظری	تلاش برای اشراف نظری بر دانش موجود برای هرگونه تصمیم‌گیری (مانند استفاده دانشجویان کارشناسی و کارشناسی‌ارشد علوم ورزشی از نظریه‌های رشته)
۴	فلسفی	تلاش برای ارائه راه‌حل‌های جدید و کم‌نقص با توجه به جامعیت نظری بر موضوع (مانند ارائه نظریه جدید توسط دانشجویان دکترای علوم ورزشی)

البته افراد زیادی هم وجود دارند که بدون گذر از مسیر نظام دانشگاهی و با تمرکز و تلاش در حوزه‌ای مشخص به درجات نظری و حتی فلسفی نائل آمده‌اند. در این شرایط و با تشخیص ظرفیت‌های افراد در زمینه مورد بحث، برخی دانشگاه‌ها اقدام به صدور دکترای افتخاری در رابطه با تخصص مورد نظر به شخص مربوطه می‌کنند. برای نمونه برخی افراد به دلیل تجربه و کسب دانش در حوزه مربیگری یک رشته ورزشی و در کنار آن نمایش توفیقات مکرر به کمک تجربه و دانش کسب‌شده، ممکن است «دکترای افتخاری مربیگری» در آن رشته را دریافت کنند.

امروزه از «شناخت و آگاهی» با مفهومی کلی با عنوان «سواد» یاد می‌شود. افراد برای بالا بردن سواد یا شناخت و آگاهی خود در زمینه‌های مختلف از انواع نظام‌ها یا سازمان‌های آموزشی بهره می‌گیرند. سازمان یونسکو<sup>۱</sup> در طول چند دهه چهار تعریف از مفهوم سواد را به شرح جدول ۱-۶ ارائه کرده است.

1. The United Nations Educational, Scientific and Cultural Organization (UNESCO)

جدول ۱-۶. انواع تعریف سواد از دیدگاه بونسکو

ردیف	انواع	توضیح
۱	تعریف اول	توانایی خواندن و نوشتن به زبان مادری
۲	تعریف دوم	توانایی قبل به اضافه توانایی خواندن و نوشتن به زبان دوم و کار با کامپیوتر
۳	تعریف سوم	توانایی های قبل به اضافه سواد های ۱۲ گانه همچون «عاطفی، ارتباطی، مالی، رسانه ای، تربیتی، رایانه ای، سلامتی، نژادی و قومی، بوم شناختی، تحلیلی، انرژی و علمی»
۴	تعریف چهارم	توانایی کاربرد آموخته ها در عمل و زندگی روزمره

انواع مفاهیم مربوط به سواد های ۱۲ گانه را می توان در جدول ۱-۷ مرور کرد.

جدول ۱-۷. انواع مفهوم سواد های ۱۲ گانه

ردیف	انواع	توضیح
۱	سواد عاطفی	توانایی برقراری روابط عاطفی با خانواده و دوستان
۲	سواد ارتباطی	توانایی برقراری ارتباط مناسب با دیگران و دانستن آداب اجتماعی
۳	سواد مالی	توانایی مدیریت مالی خانواده، دانستن روش های پس انداز و توازن دخل و خرج
۴	سواد رسانه ای	توانایی تشخیص رسانه ها و محتواهای معتبر یا نامعتبر
۵	سواد تربیتی	توانایی تربیت فرزندان به نحو شایسته
۶	سواد رایانه ای	توانایی انجام کارهای روزمره با رایانه
۷	سواد سلامتی	توانایی استفاده از اطلاعات مهم درباره تغذیه سالم و کنترل بیماری ها
۸	سواد نژادی و قومی	شناخت نژادها و قومیت ها بر اساس احترام و تبعیض نگذاشتن
۹	سواد بوم شناختی	دانستن راه های حفاظت از محیط زیست
۱۰	سواد تحلیلی	توانایی شناخت، ارزیابی و تحلیل نظریه ها با «استدلال های منطقی، بدون تعصب و پیش فرض»
۱۱	سواد انرژی	توانایی مدیریت مصرف انرژی
۱۲	سواد علمی	توانایی بحث یا حل و فصل مسائل با راه کارهای علمی و عقلانی مناسب

«سواد جسمانی یا حرکتی» یکی دیگر از سواد های مورد توجه است. اغلب این سوادها در نظام های آموزشی به دانش آموزان و دانشجویان آموخته می شود. یکی از وظایف اصلی معلمان تربیت بدنی آموزش این سواد به دانش آموزان است.

#### ۴-۱. علمی شدن ورزش

در حوزه های تخصصی بسیاری «اطلاعات پراکنده» به دانش های تخصصی نظری و کاربردی توسط دانشمندان و پیشروان آنها تبدیل شد. این تلاش زمینه علمی شدن بسیاری از حوزه ها و حتی تبدیل آنها به رشته های دانشگاهی را فراهم کرد. از جمله این رشته ها می توان به «علوم ورزشی» اشاره کرد. مهم ترین مبانی نظری زمینه ساز ظهور «علوم ورزشی» اطلاعات برآمده از فهرست جدول ۱-۸ بود. این مبانی نظری همچنان در حال «رشد و توسعه، تخصصی شدن» توسط دانشمندان این عرصه است.

جدول ۱-۸. انواع مبانی نظری شکل‌دهنده علوم ورزشی

ردیف	انواع	توضیح
۱	مفهوم	تعاریف نظری و اجزای سازنده نظریه با رویکرد انتزاعی
۲	سازه	همان مفهوم با رویکردی کلی‌تر و انتزاعی‌تر
۳	متغیر	همان مفهوم با رویکردی قابل‌اندازه‌گیری و عینی
۴	فرضیه	حدس‌های بخردانه‌ای که آزمون شده و نتیجه آن تأیید شده یا نشده
۵	نظریه	فرضیه‌های تأیید شده در جوامع مختلف با قدرت تبیینی بالاتر از فرضیه
۶	پارادایم	نظریه راهنمای کارها و ارائه نظر در صورت برتر بودن از نظریه‌های رقیب
۷	مکتب	نظریه با رویکردی کلی و پاسخ مشخص به اجزای فلسفه (بیشتر در فلسفه)
۸	قضیه	نظریه با قدرت تبیین بسیار بالا مانند قضیه حد مرکزی (بیشتر در ریاضی)
۹	اصول	نظریه با پذیرش عمومی بالا و کاربردی‌تر مانند اصول اخلاقی یا کار با وزنه
۱۰	قانون	همان اصل با قدرت تشریح نظم جهانی مانند قانون جاذبه یا نیوتن
۱۱	الگو	چارچوبی از مبانی قبلی با رویکردی کاربردی و قابل فهم و اجرا
۱۲	مدل	مجموعه‌ای مادی، ریاضی یا منطقی از ساخت‌های اساسی یک واقعیت
۱۳	استعاره	یا شبیه‌سازی بر اساس مبانی قبلی برای درک و کاربرد بهتر
۱۴	نما یا مد	بیان یک پدیده بر اساس یک یا دو ویژگی مهم به کمک نظریه یا الگو
۱۵	الگوریتم	بیان یک مفهوم در قالب یک فرایند با شروع، مراحل و نتیجه مشخص
۱۶	نقشه ذهنی	بیان مفاهیم در قالب اشکال دایره و خطوط به هم وابسته

با توجه به گسترش دانش «علوم ورزشی»، این حوزه از قالب «یک رشته علمی و دانشگاهی عمومی» به «رشته‌ای با گرایش‌های تخصصی‌تری» به شرح جدول ۱-۹ تقسیم شد.

جدول ۱-۹. انواع گرایش‌های تخصصی در رشته علوم ورزشی

ردیف	انواع	توضیح
۱	فیزیولوژی ورزشی	مبانی نظری مؤثر در تصمیم‌گیری ورزشی مبتنی بر شناخت و آگاهی جسمانی
۲	مدیریت ورزشی	مبانی نظری مؤثر در تصمیم‌گیری ورزشی مبتنی بر شناخت و آگاهی اداره مؤثر امور
۳	رفتار حرکتی	مبانی نظری مؤثر در تصمیم‌گیری ورزشی مبتنی بر شناخت و آگاهی فرایندهای حرکتی
۴	آسیب‌شناسی ورزشی	مبانی نظری مؤثر در تصمیم‌گیری ورزشی مبتنی بر شناخت و آگاهی از آسیب‌ها
۵	بیومکانیک ورزشی	مبانی نظری مؤثر در تصمیم‌گیری ورزشی مبتنی بر شناخت و آگاهی از مبانی مکانیکی
۶	روان‌شناسی ورزشی	مبانی نظری مؤثر در تصمیم‌گیری ورزشی مبتنی بر شناخت و آگاهی از رفتارهای فردی
۷	جامعه‌شناسی ورزشی	مبانی نظری مؤثر در تصمیم‌گیری ورزشی مبتنی بر شناخت و آگاهی از رفتارهای گروهی
۸	مهندسی ورزش	مبانی نظری مؤثر در تصمیم‌گیری ورزشی مبتنی بر شناخت و آگاهی از علوم مهندسی

در این حوزه علمی و در این دایره گسترده دانش نیز برخی «تولیدکننده»، برخی «مصرف‌کننده فعال» و برخی «مصرف‌کننده منفعل» و برخی «غیرمصرف‌کننده» هستند. مهم‌ترین اصل برای قرار گرفتن به شکل مناسب در هر یک از گروه‌های مورد اشاره، اشراف بر مفاهیم کلیدی و برخورداری از چارچوب فلسفی و پارادایم مناسب است.

### ۵-۱. «حرکت» عنصر مبنایی فعالیت بدنی در علوم ورزشی

مبنای علوم ورزشی مطالعه انواع فعالیت بدنی و آثار متعدد آن است. هر فعالیت بدنی بر مبنای «حرکت» شکل می‌گیرد. مطالعه «حرکت» و آثار آن روی عملکرد فرد، سازمان و جامعه زمینه شکل‌گیری انواع گرایش‌های تخصصی در علوم ورزشی را ایجاد کرده است. علمی بنام «حرکت‌شناسی» به علوم ورزشی برای شناخت دقیق حرکت فرد کمک می‌کند. حرکت‌شناسی یا کینزیالوژی، علم مطالعه حرکات بدنی انسان و غیر انسان است. کینتیک معادل یونانی کلمه حرکت است که با توجه به نقش تاریخی ارسطو به‌عنوان پدر این علم با نام «کینزیالوژی» در زبان انگلیسی معروف است. در مجموع حرکت را می‌توان از سه بعد به شرح جدول ۱-۱۰ مورد بررسی قرارداد.

جدول ۱-۱۰. انواع کلی در مطالعه حرکت

ردیف	انواع	توضیح
۱	جزء‌نگر	مطالعه عناصر، مؤلفه‌ها یا اقدامات مورد نیاز برای ایجاد یا اجرای یک حرکت
۲	مهارت‌نگر	دسته‌بندی درجه مهارت‌های حرکتی و تعیین اهمیت نسبی عناصر «ادراکی، حرکتی، شناختی و عملکردی»
۳	بافت‌نگر	طبقه‌بندی مهارت با توجه به نیازهای محیطی اجرای حرکت و باز یا بسته بودن محیط

### ۱-۵-۱. مطالعه جزء‌نگر حرکت

در مطالعه جزء‌نگر بر «عناصر، مؤلفه‌ها یا اقدامات مورد نیاز در ایجاد یا اجرای یک حرکت» تأکید می‌شود. برای مطالعه حرکت با رویکرد جزء‌نگر، «حرکات» را می‌توان در سه دسته به شرح جدول ۱-۱۱ طبقه‌بندی کرد.

جدول ۱-۱۱. انواع حرکت برای مطالعه جزء‌نگر

ردیف	انواع	توضیح
۱	گسسته	حرکتی مستقل، اغلب کوتاه و قابل تشخیص با یک نقطه آغاز و پایان (مانند یک شوت فوتبال)
۲	سریالی	طولانی‌تر از قبلی و حاصل دو یا چند حرکت مستقل، متوالی و منظم (مانند دریبل و سپس شوت در فوتبال)
۳	پیوسته	حرکتی بدون آغاز و پایان و تکرار ادغام واحدهای حرکتی (مانند دویدن یا انجام شنای کراول در مسافت)

### ۱-۵-۲. مطالعه مهارت‌نگر حرکت

در «مطالعه مهارت‌نگر حرکت»، مهارت‌های حرکتی با توجه به تعیین اهمیت نسبی عناصر «ادراکی، حرکتی و شناختی» در مؤلفه‌های عملکردی به شرح جدول ۱-۱۲ دسته‌بندی می‌شوند.

جدول ۱-۱۲. انواع عناصر مطالعه مهارت‌نگر حرکت

ردیف	انواع	توضیح
۱	مهارت ادراکی	پردازش اطلاعات «بصری، شنیداری یا لمسی» مانند توانایی ادراکی دروازه‌بان در تشخیص نقطه فرود توپ شوت شده
۲	مهارت حرکتی	کیفیت عملکرد حرکتی مانند توانایی یک وزنه‌بردار برای جابه‌جایی یک وزنه سنگین
۳	مهارت شناختی	تصمیم‌گیری‌های پیچیده مبتنی بر انواع راهبردها مانند توانایی تشخیص تاکتیک حریف و انتخاب بهترین مواجهه ممکن

با مروری بر این سه رویکرد مطالعه مهارت‌نگر، باید توجه داشت که عملکردها برای هر یک از این انواع مختلف مهارت‌های حرکتی، تنها به یک عنصر یا مؤلفه واحد متکی نیست؛ بلکه باید با شناخت مؤلفه محوری برای موفقیت روی آن تمرکز بیشتری داشت.

### ۱-۵-۳. مطالعه بافت‌نگر حرکت

«مطالعه بافت‌نگر حرکت» بر «حرکت در محیط اجرا» تأکید دارد. شرایط محیطی اجرای هر حرکت را می‌توان با توجه به «محیط‌های مختلف بسته یا باز» مورد بررسی قرار داد. در پیوستاری از محیط‌های باز و بسته، از یک سو «شرایط پایدار و قابل پیش‌بینی یا محیط بسته» و در سوی دیگر «شرایط غیرقابل پیش‌بینی و در حال تغییر دائمی یا محیط باز» قرار دارد. بر این اساس، حرکات را می‌توان با عنوان «مهارت‌های بسته یا باز» مورد توجه قرار داد. هر حرکت بین دو قطب مورد اشاره پیوستار قرار می‌گیرد. میزان پیش‌بینی تغییرات محیط می‌تواند تحت تأثیر محدودیت‌های زمانی یا میزان تعامل با هم تیمی‌ها و رقبا باشد. بازی دارت نمونه‌ای از یک مهارت بسته است، جایی که خواسته‌های کار همیشه شبیه به هم هستند و زمینه محیط تغییر نمی‌کند. در این شرایط حرکت گسسته بدون فشار خاص یا درگیری بدنی با حریف انجام می‌شود. بازی فوتبال یک مجموعه حرکت در محیط کاملاً باز است. برای نمونه فرد در یک شرایط ساده از حرکات سریالی مانند «دریبل و شوت»، با مقاومت شدید حریف روبه‌رو می‌شود. این در شرایطی است که فرد علاوه بر مهارت‌های ادراکی و حرکتی باید از ظرفیت مناسبی از ادراک شناختی برای تغییرات فنی و تاکتیکی حریف برخوردار باشد تا بتواند تصمیم مناسب حرکتی را اتخاذ کند.

### ۱-۶. انواع الگوهای فعالیت بدنی در علوم ورزشی

«مجموعه حرکت‌ها» انواع الگوهای فعالیت بدنی را ایجاد می‌کند. در علوم ورزشی الگوهای متعددی از فعالیت بدنی مورد بررسی قرار می‌گیرد. بسیاری از این الگوها با مفهوم کلی «ورزش» مورد اشاره قرار می‌گیرند؛ در صورتی که هر یک از این الگوهای فعالیت بدنی، تعریف و مفهوم خاص خود را دارند. تصمیم‌گیرندگان حوزه علوم ورزشی باید انواع الگوهای فعالیت بدنی در علوم ورزشی را به‌عنوان مفاهیم پایه این حوزه به‌خوبی شناسایی و درک کنند. برخی از مهم‌ترین الگوهای فعالیت بدنی شامل «بازی بدون ساختار، بازی قراردادی، ورزش، تمرین، فعالیت بدنی، تربیت بدنی و آمادگی جسمانی»<sup>۱</sup> به شرح جدول ۱-۱۳ هستند.

1. Play, Game, Sport, Exercise, Physical Activity, Physical Education and Physical Fitness

جدول ۱-۱۳. انواع الگوهای فعالیت بدنی در علوم ورزشی

ردیف	انواع	توضیح
۱	بازی بدون ساختار	بدون ساختار و وابسته به غرایز جسمانی مانند سرسره‌بازی، بالا رفتن از درخت و شیرجه در آب
۲	بازی قراردادی	بازی‌های بومی و محلی و آماتوری مانند فوتبال گل کوچک یا معمولی رقابتی با قوانین محلی یا جهانی
۳	ورزش	بازی‌های رقابتی و بردو باختی با قوانین استاندارد جهانی مانند والیبال، فوتبال و کشتی
۴	تمرین	فعالیت‌های منظم با هدف بالا رفتن توانایی و مهارت در حوزه‌ای خاص مانند فوتبال یا سلامت
۵	فعالیت بدنی	هرگونه فعالیت دارای حرکت بدنی مانند راه رفتن، باغبانی و از پله بالا رفتن
۶	تربیت بدنی	رویکرد پرورشی به حرکت با تأکید بر رشد فرد از ابعاد مختلف با فعالیت‌های بدنی در نظام آموزشی
۷	آمادگی جسمانی	(الف) سلامتی: آمادگی جسمانی عمومی؛ (ب) مهارتی: آمادگی جسمانی برای انجام دیگر مهارت‌ها
۸	علوم ورزشی	استفاده از علوم مختلف در ورزش و تمامی مفاهیم بالا در این جدول

همان‌طور که دیده می‌شود از دیدگاه علمی و دانشگاهی این مفاهیم تفاوت‌های مشخصی با هم دارند. در طول چند دهه گذشته این مفاهیم بارها به‌جای هم به‌کاررفته است و اغلب این مفاهیم با واژه کلی «ورزش» مورد اشاره قرار می‌گیرند. «تمرین»، «فعالیت بدنی» و «آمادگی جسمانی» نیز اصطلاحاتی برای توصیف مفاهیمی خاص هستند؛ با این حال اغلب با یکدیگر اشتباه و به‌جای هم استفاده می‌شوند. درک «اصطلاحات استاندارد» به شناخت بیشتر رابطه بین این مفاهیم و کاربرد مؤثرتر آن‌ها کمک می‌کند. تصمیم‌گیرندگان تخصصی حوزه علوم ورزشی باید تفاوت این مفاهیم را به‌خوبی درک کنند و در تصمیم‌گیری‌های علمی و عملی مورد استفاده قرار دهند.

هدف اصلی علوم ورزشی، حمایت علمی از ورزش با همه عوامل وابسته به آن و به‌ویژه ورزشکاران یا ظرفیت‌های حضور در انواع الگوهای فعالیت بدنی است. بهبود ورزشکاران و ارتقاء سلامت و حضور گسترده و اثربخش در این حوزه بدون آموزش و پژوهش مناسب ممکن نیست.

### ۷-۱. بازی بدون ساختار

فعالیت‌های غریزی و بانشاط که موافق با مراحل رشد و تکامل انسان است و اغلب به‌صورت بدون ساختار، بداهه یا غیرقابل پیش‌بینی انجام می‌شود. انواع فعالیت‌هایی چون «دویدن، پرش، بازی با اشکال، بوییدن گل، از درخت بالا رفتن، سر خوردن روی برف، پریدن داخل آب، بالا انداختن یک توپ، شوت زدن به آن، جست و خیز کودکانه» یا دیگر موارد مشابه را می‌توان در این نوع جای داد. بچه‌ها به‌طور غریزی می‌دانند که چگونه بازی کنند. آن‌ها به «مربی، یک مرکز مشخص، مدیر، امتیاز یا تشویق‌کننده و امثال آن» نیازی ندارند. این نوع فعالیت در ذات انسان است و با فراهم شدن نخستین فرصت به‌ویژه برای کودکان، خودشان به‌طور خلاقانه اقدام به طراحی و استفاده از فرصت‌ها برای انجام بازی می‌کنند.



## ۸-۱. بازی قراردادی

بازی‌های قراردادی فعالیتی با حداقل «قوانین، تجهیزات و مربیگری» هستند. جوان‌های علاقه‌مند به فوتبال ممکن است بازی فوتبال گل کوچک یا زدن توپ به هدفی مشخص را انجام دهند. در این نوع بازی‌ها گاهی چندین برنده وجود دارد. برای نمونه هرکس با «شوت توپ» و «زدن آن به هدف» می‌تواند برنده باشد. وقتی دو گروه از جوانان در قالب دو تیم در پارک در حال بازی فوتبال هستند یا گروهی از جوانان در مقابل یک حلقه بسکتبال با پرتاب توپ به نوبت و محاسبه امتیاز به دنبال شناسایی فرد با بالاترین امتیاز و برنده باشند؛ یک بازی قراردادی و ساختاریافته انجام می‌دهند.

## ۹-۱. ورزش

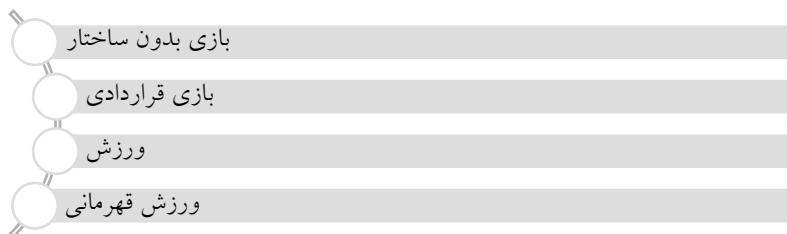
ورزش اغلب به‌عنوان مفهومی عام برای پوشش بسیاری از الگوهای فعالیت بدنی مورد استفاده قرار می‌گیرد. مفهوم ورزش به‌نوعی فعالیت رقابتی بین افراد اشاره می‌کند که بر اساس مهارت جسمی و دربرگیرنده پاداش درونی و بیرونی است. ورزش به‌عنوان نوعی «بازی سازمان‌یافته» با انجام تمرین و حرکات و برای تقویت قوای «جسمانی و روانی» و «کسب مهارت» اجرا می‌شود. در این رویکرد تربیتی اغلب «مسابقه و رقابت» به‌عنوان انگیزه مطرح می‌شود. برای ایجاد تمایز مفهوم «ورزش» از سایر مفاهیم مرتبط، دسته‌بندی‌های مختلفی از جمله مواردی به شرح جدول ۱-۱۴ معرفی شده است.

جدول ۱-۱۴. انواع دسته‌بندی از مفهوم ورزش

ردیف	انواع	شامل
۱	ساختار درون ورزش	الف) بازی بدون ساختار، ب) بازی قراردادی، ج) ورزش، د) ورزش قهرمانی
۲	ماهیت ورزش	الف) ورزش همگانی، ب) ورزش قهرمانی
۳	هدف ورزش	الف) ورزش تربیتی، ب) ورزش همگانی-تفریحی، ج) ورزش قهرمانی، د) ورزش حرفه‌ای
۴	کارکرد ورزش	الف) سلامتی، ب) دفاعی، ج) رقابتی، د) تفریحی، ه) درآمدزایی، و) آموزشی
۵	مؤلفه‌های اجتماعی	الف) ورزش مدارس، ب) ورزش دانشگاهی، ج) ورزش تفریحی و همگانی، د) ورزش قهرمانی، ه) ورزش حرفه‌ای، و) ورزش کارمندان، ز) ورزش کارگران، ح) ورزش نظامی، ط) ورزش معلولین، ی) ورزش آئینی

۹-۱-۱. ساختار درون ورزش: در این دسته‌بندی مبنای تمایز ورزش از سایر مفاهیم، رعایت ساختار و میزان ساختارمندی آن است. با این رویکرد «ورزش» نوعی فعالیت بدنی ساختاریافته است. در این نوع فعالیت‌ها «تیم‌ها، مربیان، مسئولان و جدول امتیازات» وجود دارد. فعالیت ورزشی با توجه به یک بازی قراردادی خاص و با رویکردی استاندارد برگزار می‌شود. در این دسته‌بندی مفهوم ورزش در امتداد مفاهیم «بازی بدون ساختار و بازی قراردادی» و با تأکید بر «ساختارمندتر شدن اجرای فعالیت بر اساس رعایت استانداردها در اجرای بازی» است. در سطح بالاتر

ساختارمندی از ورزش، دسته «ورزش قهرمانی» قرار می‌گیرد که بر اجرای فعالیت‌های ورزشی در بالاترین سطح ساختاری و عملکردی اشاره دارد (شکل ۱-۱).



شکل ۱-۱. انواع الگوهای فعالیت‌های بدنی بر اساس ساختار

۱-۹-۲. **ماهیت ورزش:** در این دسته‌بندی هر نوع ورزش بدون ساختار یا نیمه‌ساختارمند با ماهیت «تفریحی، آموزشی و سلامتی» در قالب «ورزش همگانی» و هر نوع ورزش ساختارمند با ماهیت «رقابتی، کسب قهرمانی در رقابت و بالابودن سطح عملکرد» در قالب «ورزش قهرمانی» به شرح جدول ۱-۱۵ قرار می‌گیرد.

جدول ۱-۱۵. انواع ورزش‌ها از نظر ماهیت

ردیف	انواع	توضیح
۱	ورزش همگانی	دارای ماهیت تفریحی، آموزشی و سلامتی
۲	ورزش قهرمانی	دارای ماهیت رقابتی، بردو باخت، اوج عملکرد و تلاش برای کسب مقام

۱-۹-۳. **هدف ورزش:** در این الگو ورزش بر اساس هدفی که دارد به مؤلفه‌های «پرورشی، تفریحی، قهرمانی و حرفه‌ای» تقسیم می‌شود. در جدول ۱-۱۶ هر یک از مؤلفه‌های ورزش در اجتماع بر اساس هدف تشریح شده است.

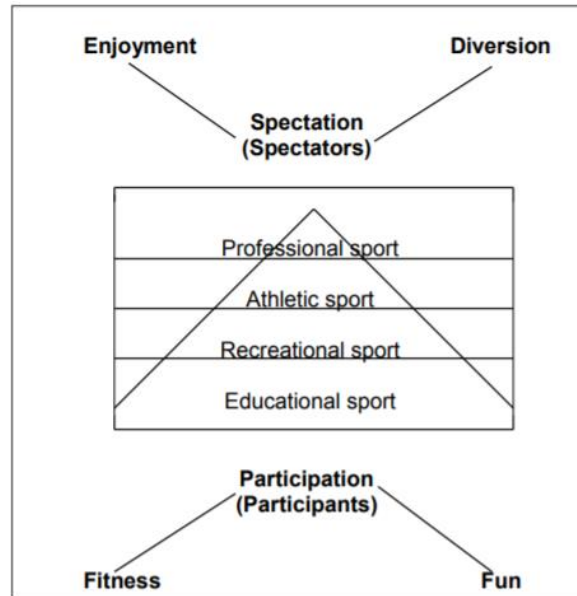
جدول ۱-۱۶. انواع ورزش بر اساس هدف

ردیف	انواع	توضیح
۱	ورزش پرورشی	با هدف آموزش و شامل فعالیت‌های ورزشی مربوط به مدارس و دانشگاه‌ها
۲	ورزش همگانی-تفریحی	با هدف سلامت و تفریح و شامل انواع فعالیت جسمانی با هدف سلامت جسمانی و روانی
۳	ورزش قهرمانی	با هدف مدال‌آوری یا مقام‌آوری و شامل انواع رویدادهای المپیک، جهانی، ملی و محلی
۴	ورزش حرفه‌ای	با هدف درآمدزایی و شامل فعالیت‌های ورزشی به‌عنوان شغل و کسب درآمد مانند باشگاه‌داری

انواع ورزش بر اساس هدف، از ابعادی چون میزان مشارکت‌کننده «مستقیم و غیرمستقیم» مورد توجه قرار می‌گیرند. «مشارکت‌کننده مستقیم»<sup>۱</sup> به «کسی که ورزش می‌کند» اما «مشارکت‌کننده غیرمستقیم» به «تماشاگر ورزشی»<sup>۲</sup> اشاره دارند. شکل ۱-۲ وضعیت میزان مشارکت‌کننده مستقیم (ورزشکار) و غیرمستقیم (تماشاگر) را در چهار مؤلفه نشان می‌دهد. با این الگو بالاترین میزان مشارکت‌کننده مستقیم در «ورزش پرورشی» و «ورزش همگانی» است. این وضعیت در رأس هرم و ورزش‌های «قهرمانی و حرفه‌ای» معکوس می‌شود؛ یعنی تعداد مشارکت‌کننده مستقیم کاهش و تعداد

1. Participant  
2. Spectator

تماشاگر آن افزایش می‌یابد. مبنای افزایش تماشاگر تجربه «لذت و تفریح» و مبنای افزایش مشارکت‌کننده مستقیم تجربه «سلامت و سرگرمی» است.



شکل ۱-۲. وضعیت انواع مؤلفه‌های ورزش از نظر مشارکت و شرکت‌کننده (مول و همکاران، ۲۰۱۳)<sup>۱</sup>

۱-۳-۹-۱. ورزش پرورشی: ورزش پرورشی یا تربیتی، به فعالیت‌های ورزشی از دوران ابتدایی یا در مدارس و دانشگاه‌ها اختصاص دارد. در این زمینه «درس تربیت‌بدنی»، «رویدادهای فوق‌برنامه درون مدارس و دانشگاه‌ها» و «رویدادهای فوق‌برنامه خارج از مدارس و دانشگاه‌ها» را در بر می‌گیرد.

۱-۳-۹-۲. ورزش همگانی و تفریحی: ورزش همگانی و تفریحی به فعالیت‌های جسمانی و روانی «بدون محدودیت جسمی، جنسی، مالی و زمانی» اختصاص دارد. این حوزه ورزش‌های غیرساختاری، غیررسمی و انواع باشگاه‌های تفریحی را پوشش می‌دهد.

۱-۳-۹-۳. ورزش قهرمانی: ورزش قهرمانی از محبوب‌ترین نوع ورزش‌ها است که با «رقابت، پیروزی و پیوند با جامعه از طریق مشارکت مستقیم یا حضور تماشاگران» محقق می‌شود. «رقابت» و «انواع مسابقات و رویدادهای جذاب» در ورزش قهرمانی باعث محبوبیت این نوع ورزش شده است. زیرا اغلب در ورزش قهرمانی بهترین افراد در بالاترین سطح رقابت می‌کنند. ورزش‌های قهرمانی توسط سازمان‌های آماتوری مانند «کمیته بین‌المللی المپیک» و «فدراسیون‌های بین‌المللی ورزشی» اداره می‌شوند.

۱-۳-۹-۴. ورزش حرفه‌ای: ورزشی که در آن مشارکت‌کنندگان به صورت حرفه‌ای و با دریافت حقوق‌های حرفه‌ای حضور دارند. این ورزش توسط سازمان‌های حرفه‌ای مانند باشگاه‌ها و اتحادیه باشگاه‌ها اداره می‌شود. رویدادهای این نوع ورزش نیز به دلیل بالابودن سطح رقابت از جاذبه و مخاطب زیادی برخوردار است.

1. Mull et al.

۹-۴. انواع ورزش بر اساس کارکرد: کارکردهای ورزش متفاوت هستند و در بسیاری مواقع افراد با توجه به این کارکردها یک ورزش خاص را انتخاب می‌کنند. انواع این کارکردها به‌عنوان یکی از انواع دسته‌بندی‌های ورزش در جدول ۱-۱۷ ارائه شده است.

جدول ۱-۱۷. انواع ورزش بر اساس کارکرد

ردیف	انواع	توضیح
۱	سلامتی	ورزشی که شاخص‌های سلامت را حفظ یا توسعه دهد.
۲	دفاعی	ورزشی که فرد را برای دفاع یا مبارزه آماده کند.
۳	رقابتی	ورزشی که فرد را برای مسابقه‌دادن یا شرکت در رقابت‌ها آماده کند.
۴	تفریحی	ورزشی برای لذت بردن و سرگرمی است.
۵	درآمدزایی	ورزشی که از آن درآمد حاصل شود.
۶	آموزشی	ورزشی که با هدف آموزش برای افزایش توانمندی در حوزه‌های خاص انجام شود.

همان‌طور که در فهرست انواع ورزش بر اساس کارکردها دیده می‌شود، یک ورزش می‌تواند یک یا چند کارکرد را با هم داشته باشد.

۹-۵. مؤلفه‌های اجتماعی ورزش: منظور از مؤلفه‌های اجتماعی انواع ورزش در ساختارهای اجتماعی است که به شکل‌های رسمی یا غیررسمی سازمان‌دهی شده باشد. این رویکرد تلاش دارد تا ورزش را بر اساس رویکرد و متولیان اصلی آن در ساختارهای اجتماعی معرفی کند. از جمله نهادهای اصلی اداره‌کننده ورزش و تدارک‌کننده فعالیت‌های ورزشی، می‌توان به «نظام‌های آموزشی مانند مدارس و دانشگاه‌ها»، «مدیریت ورزش و تفریحات شهروندی و روستایی»، «فدراسیون‌های بین‌المللی، ملی و محلی»، «باشگاه‌های حرفه‌ای و اتحادیه باشگاه‌های بین‌المللی، ملی و محلی»، «سازمان‌های نظامی» و «سازمان‌های مذهبی» اشاره کرد. در جدول ۱-۱۸ انواع ورزش بر اساس مؤلفه‌های اجتماعی معرفی شده است.

جدول ۱-۱۸. انواع مؤلفه‌های ورزش در ساختارهای اجتماعی

ردیف	انواع	توضیح
۱	ورزش مدارس	با رویکردهای تربیتی در نظام آموزش و پرورش از ابتدایی تا دبیرستان
۲	ورزش دانشگاهی	با رویکردهای تربیتی در نظام دانشگاهی
۳	ورزش همگانی-تفریحی	با رویکرد سلامت و تفریح در انواع ساختارهای رسمی و غیررسمی
۴	ورزش قهرمانی	با رویکرد مدال‌آوری یا مقام‌آوری در انواع ساختارهای کمیته ملی المپیک، فدراسیون و هیئت‌ها
۵	ورزش حرفه‌ای	با رویکرد درآمدزایی در انواع ساختارهای باشگاهی و بخش خصوصی
۶	ورزش کارمندان	با رویکرد سلامت و بهره‌وری خدمات کارکنان در انواع ادارات دولتی و خصوصی
۷	ورزش کارگران	با رویکرد سلامت و بهره‌وری خدمات و تولید کارگران در انواع کارخانه‌ها و صنایع
۸	ورزش نظامی	با رویکرد آماده‌سازی برای جنگ یا دفاع در انواع ساختارهای نظامی
۹	ورزش معلولین	با رویکرد مشارکت معلولین در ورزش‌ها در انواع ساختارهای رسمی و غیررسمی معلولین
۱۰	ورزش آئینی	با رویکرد آماده‌سازی معنوی در انواع ساختارهای مذهبی و ایدئولوژی رسمی و غیررسمی

با توجه به این که اغلب موارد این جدول در توضیحات و دسته بندی‌های قبلی تکرار شده بود، بنابراین، فقط مواردی که به اندازه کافی تشریح نشده است را در ادامه این عنوان مرور می‌کنیم.

**۱-۵-۹-۱. ورزش نظامی:** این نوع ورزش در واحدهای نظامی و ارتشی اجرا می‌شود. این نوع ورزش دارای رویدادهای مربوط به داخل واحدهای نظامی، رویدادهای ملی نظامی و رویدادهای بین‌المللی نظامی است. تأکید این ورزش‌ها بر آمادگی بدنی سربازان و افراد نظامی برای دفاع و جنگ است. به همین دلیل ورزش‌هایی که منجر به بهبود آمادگی رزمی، مهارت‌ها، ویژگی‌های جسمی و مهارت حرفه‌ای برای اقدام نظامی در «زمین، دریا و هوا» می‌شوند، مورد توجه بیشتری قرار دارد.

**۲-۵-۹-۱. ورزش آئینی:** این نوع ورزش در خدمت اهداف مقامات مذهبی بوده و از یک اخلاق و فلسفه ناشی از آموزه‌های مذهبی بهره می‌گیرد. برخی رشته‌های رزمی در معابد دینی شکل گرفته‌اند و برخی رشته‌های خاص مانند ورزش‌های باستانی آمیخته با فرهنگ و دین اسلام هستند. برخی رشته‌ها مانند یوگا، بر توسعه ذهنی بر مبنای فلسفه و آئینی خاص تأکید دارند.

**۳-۵-۹-۱. ورزش کارگری:** این نوع ورزش توسط کارخانجات و شرکت‌ها و با هدایت فدراسیون ورزش کارگری در سطح کشور دنبال می‌شود. مهم‌ترین هدف آن بهبود جسمانی و روانی کارگران و ایجاد فرصت برای کارگران دارای توانایی در رشته‌های ورزشی خاص است.

**۴-۵-۹-۱. ورزش کارکنان:** این نوع ورزش توسط انواع سازمان‌های دولتی و عمومی و با هدایت امور ورزش کارکنان دنبال می‌شود. مهم‌ترین هدف آن بهبود جسمانی و روانی کارکنان و ایجاد فرصت برای کارمندان دارای توانایی در رشته‌های ورزشی خاص است.

### ۱-۱۰-۱. تمرین

تمرین یا تمرینات بدنی به هر نوع فعالیت بدنی برای ایجاد، حفظ یا بهبود مهارت‌ها یا آمادگی جسمانی اشاره دارد. برخی منابع آن را به عنوان «نرمش» ترجمه کرده‌اند. تمرین بدنی به دلایل مختلف از جمله تقویت عضلات و سیستم قلبی عروقی، کسب مهارت‌های بدنی در رشته‌های مختلف ورزشی و حتی با هدف تفریح هم انجام می‌شود. تمرین بدنی منظم سیستم ایمنی بدن را تقویت می‌کند و باعث جلوگیری از بیماری‌های فراوانی مانند بیماری‌های قلبی و عروقی، دیابت نوع ۲ و چاقی مفرط خواهد شد. تمرین بدنی همچنین باعث «حفظ و بهبود سلامت روانی»، «کمک به جلوگیری از افسردگی» و «حفظ و بهبود اعتماد به نفس مثبت» و «خوش‌اندami و افزایش جاذبه» می‌شود. چاقی در کودکی، یک نگرانی در حال رشد جهانی است، حال آنکه تمرین بدنی به کاهش برخی از اثرات چاقی دوران کودکی و بزرگسالی مرتبط است. با توجه به طیف گسترده مزایای ثابت‌شده تمرین بدنی، پزشکان اغلب آن را داروی «معجزه‌آسا» یا «اعجاب‌آمیز» می‌نامند. اغلب کارشناسان بر این امر صحه گذاشته‌اند که بهترین کار برای سلامتی روزی نیم ساعت تمرین بدنی است. در یک دسته‌بندی انواع تمرین‌های بدنی در سه دسته به شرح جدول ۱-۱۹ جای می‌گیرد.

جدول ۱-۱۹. انواع تمرین بدنی

ردیف	انواع	توضیح
۱	هوازی	فعالیت بدنی با استفاده از گروه‌های عضلانی بزرگ که باعث مصرف اکسیژن بیشتر بدن نسبت به زمان استراحت باشد. هدف آن افزایش استقامت قلبی و عروقی است و از نمونه‌های آن می‌توان به دوچرخه‌سواری، شنا، پیاده‌روی تند، طناب زدن، قایقرانی و پیاده‌روی اشاره کرد.
۲	بی‌هوازی	تمرینات قدرتی یا مقاومتی که می‌تواند عضلات را سفت، قوی و نیرومند کند، و همچنین قوت، تعادل و تناسب استخوان را بهبود دهد. از جمله می‌توان به تمرین با وزنه، حرکات قدرتی و سرعتی اشاره کرد.
۳	کششی	هرگونه فعالیت کششی برای بهبود انعطاف‌پذیری مفاصل و خمش‌پذیری عضلات

تمرین بدنی می‌تواند با رویکرد آموزش یا هدف بالابردن «دقت، چابکی، قدرت و سرعت» باشد. گاهی اوقات برای تمرین از اصطلاح «پویا، مانند دو ثابت» و «ایستا، مانند وزنه‌برداری» استفاده می‌شود. تمرین زیرمجموعه و نوعی از فعالیت بدنی با «برنامه‌ریزی شده»، «ساختارمند» و «دارای هدف» مانند بهبود عوامل آمادگی جسمانی است. در رویکردی دیگر می‌توان انواع تمرینات را بر اساس روش‌های مورد استفاده به شرح جدول ۱-۲۰ دسته‌بندی کرد.

جدول ۱-۲۰. انواع تمرین ورزشی بر اساس روش مورد استفاده

ردیف	انواع	توضیح
۱	اینتروال یا تناوبی	بر اساس چینش مراحل «تمرین، استراحت، ست و تکرار» و با استراحت‌های «فعال یا غیرفعال» مانند دویدن ۸۰۰ متر به صورت ۱۰۰ متر سریع، ۱۰۰ متر آهسته (استراحت فعال).
۲	پلائیومتریک	مفید برای افزایش توان غیرهوازی عضلات و به صورت انواع جهش و پرش مانند پرش به بالا یا شنا سوئدی به شکل پرشی
۳	ایستگاهی	در چند مرحله بنام ایستگاه فعالیت‌های ورزشی مختلف و تا حدی مشابه تمرینات اینتروال و به صورت تمرین و استراحت متناوب است. استراحت مربوط به هر ایستگاه با توجه به شدت آن تعیین می‌شود.
۴	استقامتی	با مدت طولانی‌تر و شدت کم‌تر و به دو شکل «استقامت عمومی با تأکید بر تقویت سیستم قلبی — تنفسی مانند دو، شنا و دوچرخه‌سواری طولانی مدت» و «استقامت موضعی با تأکید بر تقویت یک یا چند عضله خاص مانند تمرینات با وزنه کم و تکرار بالا روی سرشانه».
۵	با وزنه	در صورت سنگین و کم تکرار بودن باعث افزایش قدرت و برعکس آن باعث افزایش استقامت است. دارای دو اصل «اضافه بار یا لزوم افزایش شدت در تمرین برای عدم سازگاری عضله در پیشرفت قدرت عضلانی» و «انظمامندی برنامه یا تأکید بر نظم و ترتیب اجرای حرکات مانند عضلات بزرگ به کوچک و امثال آن»
۶	PNF <sup>1</sup>	نوعی تمرین کششی و قراردادن دست یا پا در حالتی که کشش در عضله هدف احساس شود. در این حالت شخص دیگری دست یا پای ورزشکار را گرفته و برای ۱۰ تا ۱۵ ثانیه مانع از تلاش فرد به منظور برگشت به حالت اولیه می‌شود.
۷	فارتلک	نوعی بازی سرعتی با رویکرد استقامتی که اغلب در تپه‌ها، کوه‌ها و طبیعت به صورت «دویدن آرام و سریع»، «قدم‌زدن» و «درجا دویدن» انجام می‌شود. برای تنوع تمرینی و جلوگیری از تمرین زدگی مفید است.

### 1. Proprioceptive Neuromuscular Facilitation (PNF)

## ۱-۱۱. فعالیت بدنی

«فعالیت بدنی» به هر حرکت بدنی ناشی از عضلات اسکلتی و منجر به مصرف انرژی گفته می‌شود. انرژی موردنیاز برای انجام فعالیت بدنی را می‌توان با کیلوکالری اندازه‌گیری کرد. «مقدار کالری مصرفی هر شخص در واحد زمان»، نشان‌دهنده «میزان انرژی مصرفی» است. هر یک از فعالیت‌های بدنی انسان به «میزان انرژی مشخصی» نیاز دارد. میزان مصرف کالری فعالیت‌های بدنی روزمره را می‌توان در دوره‌های زمانی معین مانند «روزانه، هفتگی، ماهانه، فصلی یا سالانه» محاسبه کرد. برای این منظور در ساده‌ترین شکل فعالیت‌های بدنی به سه دوره «خواب، کار و اوقات فراغت» طبقه‌بندی می‌شود. مجموع کالری‌های مصرفی این سه طبقه در طول روز نشانگر «میزان انرژی مصرفی روزانه فعالیت بدنی» خواهد بود. میزان کالری مصرفی در زمان خواب بسیار کم است. فعالیت بدنی در زمان اوقات فراغت می‌تواند شامل انجام «ورزش، تمرین و امور خانه‌داری» باشد. برای نمونه می‌توان به «کارهای حیاط یا محوطه بیرون از خانه» از جمله باغبانی و نظافت اشاره کرد. انواع این نوع فعالیت‌های بدنی را می‌توان به سطوح «سبک، متوسط و سنگین»، «اختیاری و اجباری» یا «همه‌روزه و آخر هفته» تقسیم کرد. نکته مهم در تمامی این تقسیم‌بندی‌ها «قابل‌اندازه‌گیری بودن انرژی مصرفی» برای برنامه‌ریزی‌های هدفمند است. وجوه تشابه و تمایز دو مفهوم «فعالیت بدنی» و «تمرین» در جدول ۱-۲۱ ارائه می‌شود.

جدول ۱-۲۱. عناصر فعالیت بدنی و تمرین

فعالیت بدنی	تمرین
حرکت بدنی از طریق اسکلت استخوانی	حرکت بدنی از طریق اسکلت استخوانی
حاصل مصرف انرژی	حاصل مصرف انرژی
مصرف کالری یا انرژی در سطوح سبک تا سنگین	مصرف کالری یا انرژی در سطوح سبک تا سنگین
دارای رابطه مثبت و مستقیم با آمادگی جسمانی	دارای رابطه مثبت بالا و مستقیم با آمادگی جسمانی
برنامه‌ریزی‌شده، دارای ساختار و حرکت بدنی تکراری	برنامه‌ریزی‌شده، دارای ساختار و حرکت بدنی تکراری
یک هدف آن بهبود یا نگهداری عوامل آمادگی جسمانی	یک هدف آن بهبود یا نگهداری عوامل آمادگی جسمانی

فعالیت‌هایی مانند انجام امور «شغلی، خانه‌داری و کارهای روزمره» به‌طور معمول در حال انجام هستند. این نوع فعالیت‌ها اغلب «بدون توجه به آمادگی جسمانی» و برای «رسیدن به اهداف خاص روزمره» انجام می‌شوند (کاسپرسن و همکاران، ۱۹۸۵).

## ۱-۱۲. آمادگی جسمانی

آمادگی جسمانی دارای دو بعد در ارتباط با «سلامت و مهارت» است. مؤلفه‌های آمادگی جسمانی در ارتباط با سلامت شامل مواردی به شرح جدول ۱-۲۲ هستند.

جدول ۱-۲۲. انواع مؤلفه‌های آمادگی جسمانی عمومی (در ارتباط با سلامت)

ردیف	انواع	توضیح
۱	ترکیب بدنی	میزان «عضله، چربی، استخوان و دیگر اجزای حیاتی» با تأکید بر بدن متناسب داشتن
۲	استقامت قلبی-ریوی	ظرفیت سیستم‌های قلبی و تنفسی برای «تأمین سوخت فعالیت‌های جسمانی» و «از بین بردن مواد زائد حاصل از مصرف سوخت با جذب اکسیژن و دفع دی‌اکسیدکربن» است. یکی از راه‌های تشخیص ساده این ظرفیت، بالارفتن از تعدادی پله و تپش قلب و تنفس زیاد و بریده بریده است.
۳	استقامت عضلانی	یعنی ظرفیت عضلات به حدی که خستگی بدن در طول فعالیت‌های روزانه دیرتر نمایان شود.
۴	قدرت عضلانی	ظرفیت عضلات در حدی که ساختار اسکلتی بدن طبیعی باشد و کارهای روزمره به‌خوبی انجام شود. برخی عوارض ناشی از ضعف این ویژگی شانه‌های نامتقارن، گردن روبه‌جلو و گودی کمر است.
۵	انعطاف‌پذیری	دامنه حرکتی موجود در هر یک از مفاصل و عضلات با تأکید بر آمادگی در برابر کشش‌ها

«آمادگی جسمانی در ارتباط با مهارت» شامل مؤلفه‌هایی چون «چابکی، تعادل، هماهنگی، سرعت، توان و سرعت عکس‌العمل» به شرح جدول ۱-۲۳ هستند (کاسپرسن و همکاران، ۱۹۸۵).

جدول ۱-۲۳. انواع مؤلفه‌های آمادگی جسمانی در ارتباط با مهارت

ردیف	انواع	توضیح
۱	چابکی	در ارتباط با جابه‌جایی مکانی بدن از یک نقطه به نقطه دیگر با سرعت و دقت
۲	تعادل	برقراری موازنه در شرایط ثابت یا متحرک
۳	هماهنگی	تولنایی کاربرد حواس بینایی و شنوایی در ارتباط با دیگر اجزای بدن برای اجرای حرکت روان و دقیق
۴	سرعت	توانایی انجام یک حرکت یا اجرای خاص در کوتاه‌ترین زمان
۵	توان	توانایی یک فرد برای انجام یک کار
۶	زمان واکنش	زمان سپری‌شده بین ارائه محرک و واکنش نسبت به آن یا زمان عکس‌العمل

برای ارزیابی انواع آمادگی جسمانی می‌توان از روش‌های «آزمایشگاهی و خودارزیابی» استفاده کرد. در روش آزمایشگاهی این کار در محیط‌های کنترل شده و حضور کارشناسان ذی‌ربط صورت می‌گیرد اما در خودارزیابی، این خود فرد است که با شناخت انواع روش‌های ارزیابی، میزان آمادگی جسمانی خود را در مؤلفه‌های مختلف مورد شناسایی قرار می‌دهد.

### ۱-۱۳. تربیت بدنی

تربیت بدنی<sup>۱</sup> اغلب به‌عنوان یک درس در نظام آموزشی شامل «آموزش و پرورش» و «دانشگاه» شناخته می‌شود. تربیت بدنی تلفیقی از دو کلمه «تربیت» و «بدنی» است. تربیت کلمه‌ای عربی و معادل «پرورش» به زبان فارسی و «Education» به زبان انگلیسی است. هرچند تربیت و پرورش در اغلب موارد و ترجمه متون معادل آموزش گرفته می‌شود، اما با آن تفاوت دارد. تربیت و پرورش یک مفهوم کلی و معرف فرایندی چندبعدی است که در آن فرد از

1. Physical Education or Phys Ed. or PE



ابعاد مختلفی مانند جسمانی، معنوی، فکری و دیگر موارد توسعه پیدا می‌کند. در مجموع مفهوم تربیت یا پرورش، تحول و شکوفایی استعدادهای بالقوه یا طبیعی انسان از طریق رشد فرد از ابعاد مختلف جسمانی، ریاضی، نقاشی، علوم تجربی، علوم اجتماعی و امثال آن است. «آموزش» یک فرایند عملی و اجرایی است که بخشی از تربیت یا پرورش و جزئی جدائی‌ناپذیر از آن است. مفهوم «بدنی» یا «جسمانی» معادل انگلیسی «Physical» است. مفهوم بدن بر مجموعه‌ای از «اندام حسی، بافت‌ها، سلول‌ها، اعصاب و مغز آدمی» یا همان تشکیل‌دهنده قسمت حیوانی انسان تأکید دارد. بر این اساس می‌توان نتیجه گرفت که مفهوم تربیت بدنی «رشد و آموزش فرد از ابعاد مختلف بر اساس انواع فعالیت‌های بدنی و تمرینات» است. در واقع مفهوم تربیت بدنی بر تحول و شکوفایی استعدادهای بالقوه یا طبیعی فرد از طریق فعالیت‌های بدنی و با رشد فرد از ابعاد مختلف به کمک فعالیت‌های بدنی تأکید دارد. در واقع تعلیم و تربیت از طریق شناخت بدن و استفاده از آن است.

اثر مثبت «درس یا کلاس یا برنامه‌های تربیت بدنی» بر «سلامتی، رفتار و عملکرد تحصیلی دانش‌آموزان و دانشجویان» به نوع برنامه و فرایند آموزش بستگی دارد. برنامه‌های تربیت بدنی در سراسر جهان متفاوت هستند ولی اغلب محتوای آن برگرفته از انواع «بازی‌های بدون ساختار»، «بازی‌های قراردادی»، «ورزش»، «تمرین»، «فعالیت بدنی» و «آمادگی جسمانی» با هدف رشد فرد از ابعاد مختلف خواهند بود. در مجموع تنوع در محتوای تربیت بدنی دامنه گسترده‌ای از فعالیت‌های بدنی و مهارت‌های لازم برای انواع بازی‌ها و ورزش‌ها را پوشش می‌دهد. اغلب در شروع مقاطع ابتدایی و پیش‌دستانی بر روی حرکات پایه مانند «راه رفتن، دویدن، لی‌لی کردن، پرتاب کردن، گرفتن و امثال آن» تأکید می‌شود. در سطوح بالاتر برنامه به سوی آموزش بازی‌ها و در ادامه ورزش‌ها پیش می‌رود. در سطح پیشرفته‌تر شرایط رقابت و استعدادیابی مورد توجه قرار می‌گیرد.

تربیت بدنی در نظام آموزشی بر تأمین امکانات و محیط مناسب با توجه به آمادگی یادگیرنده، برای از قوه به فعل درآوردن استعدادهای فطری و شکوفایی توانایی جسمی او تأکید دارد. در واقع به کل وجود و سلامت یادگیرنده توجه می‌شود. این توجه به ایجاد ظرفیت‌های استعدادیابی و استعدادپروری در درون نظام آموزشی و معرفی به نهادهای تخصصی‌تر مانند باشگاه‌ها و فدراسیون‌های ورزشی صورت می‌گیرد.

#### ۱-۱۴. ورزش و سن بیولوژیکی

در علوم ورزشی سن انسان از دو بعد «سن واقعی» و «سن بیولوژیکی» به شرح جدول ۱-۲۴ مورد توجه قرار می‌گیرد.

جدول ۱-۲۴. تفاوت سن واقعی با سن بیولوژیکی

ردیف	نوع سن	توضیح
۱	واقعی	یا همان سن زمانی از زمان تاریخ تولید تا لحظه محاسبه
۲	بیولوژیکی	یا سن زیستی و بر اساس الگوهای مورد استفاده در سبک زندگی و شرایط جسمانی فرد در زمان محاسبه

سن بدن انسان با توجه به شرایط جسمانی و سبک زندگی می‌تواند از سن واقعی بیشتر یا کمتر باشد. این موضوع به این معناست که «سن زمانی یا واقعی انسان» می‌تواند با «سن زیستی» فرق داشته باشد. اگرچه معیار دقیقی برای «سن بدنی یا زیستی» وجود ندارد، اما با عوامل مهم و اثرگذاری می‌توان آن را محاسبه کرد. از جمله این عوامل قابل بررسی می‌توان به «آمادگی جسمانی و سبک زندگی» اشاره داشت. در جدول ۱-۲۵ برخی از راه‌های تشخیص وضعیت سن بیولوژیکی یا زیستی معرفی شده است. در اغلب آزمون‌های مربوط به این شاخص‌ها، میانگین‌های مورد انتظاری برای افراد معمولی وجود دارد که بالاتر بودن از آن میانگین‌ها یا نزدیک بودن به شرایط مطلوب را می‌توان امتیازی برای تعیین شرایط سن بیولوژیکی نسبت به سن واقعی در نظر گرفت.

جدول ۱-۲۵. روش‌هایی برای ارزیابی سن بیولوژیکی یا بدنی یا زیستی

ردیف	روش	توضیح
<b>آمادگی جسمانی</b>		
۱	آمادگی قلبی	با توجه به ضربان قلب استراحت در یک دقیقه
۲	انعطاف‌پذیری	بررسی میزان انعطاف‌پذیری بدنی با آزمون‌هایی مانند نشستن و کشیدن دست‌ها به جلو
۳	قدرت عضلانی	با انجام حرکاتی مانند شنا روی زمین و درازونشست
۴	ترکیب بدنی	با بررسی میزان درصد چربی بدن از روش‌های مختلف
<b>سبک زندگی</b>		
۱	خواب	بررسی میزان و چگونگی خواب در شبانه‌روز
۲	وضعیت تغذیه	میزان مصرف خوراکی‌ها بر اساس کالری و مواد موردنیاز بدن
۳	مصرف الکل	آثار منفی مصرف الکل در اجزای حیاتی بدن
۴	مصرف دخانیات	میزان مصرف دخانیات یا در محیط مصرف دخانیات قرار داشتن

همان‌طور که گفته شد برای ارزیابی انواع شاخص‌ها می‌توان از دو روش «آزمایشگاهی و خودارزیابی» استفاده کرد. در ادامه برخی نمونه‌های رایج در شناسایی وضعیت شاخص‌های اثرگذار در سن بیولوژیکی معرفی می‌شود. این آزمون‌ها و نحوه اجرا و از همه مهم‌تر تفسیر آن‌ها به یک متخصص علوم ورزشی نیاز دارد. اما مروری بر آن‌ها می‌تواند فضای ذهنی اولیه‌ای را برای درک مفاهیم این حوزه فراهم کند.

۱-۱۴-۱. **آمادگی قلبی:** قلب از مهم‌ترین اندام‌های بدن با نقشی مؤثر در سلامتی است. ضربان قلب در حالت عادی در یک دقیقه بین ۶۰ - ۱۰۰ است. در زمان استراحت و حالت نشسته یا خوابیده، تعداد ضربان قلب نباید از ۶۰ کمتر یا از ۱۰۰ بیشتر باشد. البته در برخی ورزشکاران رشته استقامتی این عدد به دلیل توانایی بالای قلب زیر ۵۰ است. بنابراین در کاربرد این شاخص‌ها باید به «عادی یا ورزشکار بودن فرد» توجه داشت. برای اندازه‌گیری ضربان قلب در شکل ساده می‌توان دو انگشت دست راست را مانند شکل ۱-۳ روی قسمت داخلی مچ دست چپ و یکی از رگ‌های اصلی گذاشت به نحوی که نبض احساس شود. در ادامه تعداد ضربان قلب در ۱۵ ثانیه شمرده و سپس تعداد آن در چهار ضرب می‌شود. در شکل مطمئن‌تر و کم‌خطراتر از ابزارهای الکترونیک استفاده می‌شود. در حالت عادی در افراد

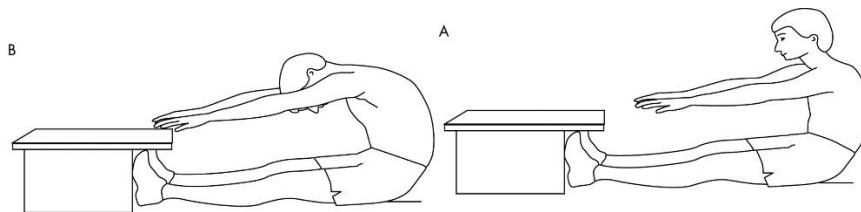


ورزشکار رشته استقامتی عدد پائین تر از میانگین معمول (تا محدوده‌ای مشخص) نشان از «قدرت قلب در پمپاژ خون» و احتمالاً پائین بودن «سن زیستی» نسبت به «سن واقعی» دارد.



شکل ۱-۳. نحوه محاسبه ضربان قلب

۱-۱۴-۲. **انعطاف پذیری:** این شاخص نیز در سلامت و شادابی بدنی نقش مهمی دارد. اغلب با افزایش سن و به ویژه ورد به دوران سالمندی یا در اثر بی‌تمرینی «میزان انعطاف‌پذیری» کاهش می‌یابد. یک‌راه ساده برای اندازه‌گیری آن مانند شکل ۱-۴ و حالت خم شدن به جلو در حالت نشسته با پاهای کشیده است. تخته مدرج نشان می‌دهد که فرد تا چه حد می‌تواند بدن خود را به جلو خم کند. میانگین قابل قبول با توجه به سن و جنس متفاوت است. اما انعطاف‌پذیری بیشتر از میانگین قابل پذیرش می‌تواند با رعایت ملاحظات به‌منزله پائین تر بودن سن بیولوژیکی از سن واقعی باشد.



شکل ۱-۴. آزمون نشستن و به‌جلو خم شدن برای تعیین انعطاف‌پذیری

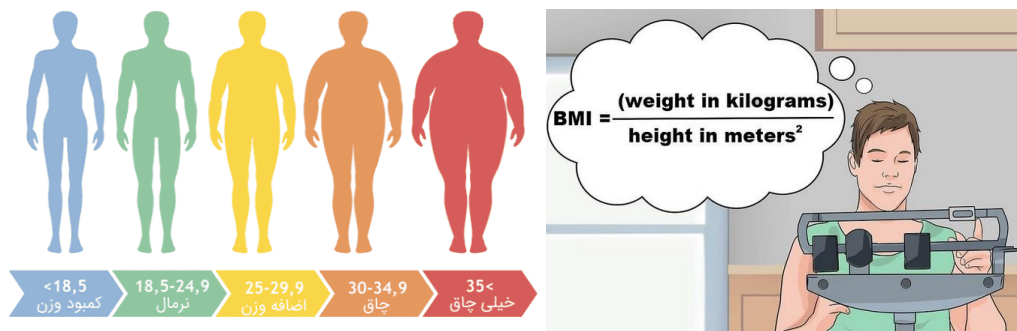
۱-۱۴-۳. **قدرت:** قدرت عضلانی نیز از شاخص‌های مهم در تعیین سلامت انسان است و کارشناسان اعتقاد دارند که در شرایط عادی افراد تا حدود ۳۰ سالگی به اوج قدرت بدنی می‌رسند و پس‌از آن، به‌تدریج و در صورت نداشتن تمرین مناسب با سرعت‌های متفاوتی آن را از دست می‌دهند. یکی از راه‌های اندازه‌گیری این فاکتور «حرکت بالاوپائین بردن بدن و شنا روی دست‌ها بدون توقف» به‌شکل ۱-۵ است. برای این منظور باید بدن را در یک خط صاف نگه‌داشت و قفسه‌سینه را تا ۱۰ سانتی‌متری زمین پائین آورد. این کار باید تا حد توان تکرار شود و توان انجام تعداد بیشتر نشان از «قدرت بیشتر» است. میانگین تعداد موردپذیرش اجرای این حرکت نیز با توجه به سن و جنس قابل تغییر است. باین‌وجود تعداد بیشتر از میانگین مورد انتظار شاخصی در بهبود وضعیت سن بیولوژیکی می‌باشد.



شکل ۱-۵. آزمون قدرت

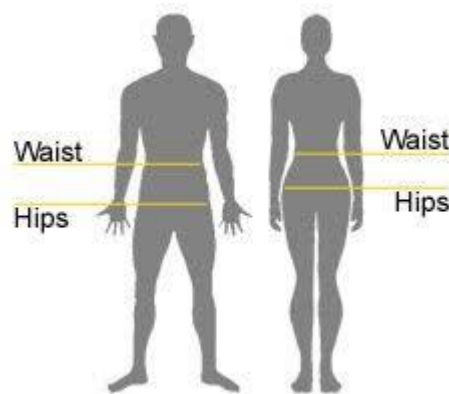
۱-۱۴-۴. ترکیب بدنی: یکی از نشانه‌های سلامت انسان، داشتن تناسب‌اندام است؛ یعنی فرد نه چاق و نه لاغر بلکه دارای تناسب باشد. با بالا رفتن سن، بدن به سمت افزایش وزن میل پیدا می‌کند و به همین منظور تناسب‌اندام بسیاری از کسانی که تمرین نمی‌کنند، بعد از دوره جوانی اغلب به چاقی گرایش دارند. برای بررسی وضعیت ترکیب بدنی راه‌های مختلفی از جمله «شاخص توده بدنی یا BMI»، «اندازه‌گیری نسبت دور کمر به دور لگن یا WHR» و «آنالیز چربی» وجود دارد.

ب) شاخص توده بدنی یا BMI: در این روش وزن به کیلوگرم بر مجذور قد به متر تقسیم می‌شود. برای محاسبه نخست «وزن به کیلوگرم» و سپس «قد به متر» محاسبه می‌شود. در ادامه عدد «قد به متر» باید به توان دو رسانده شود یا در خودش ضرب شود. در نهایت وزن محاسبه‌شده بر عدد محاسبه‌شده از قد تقسیم خواهد شد و عدد به دست آمده «شاخص توده بدنی» است (شکل ۱-۷). میانگین مورد انتظار این عدد نیز به سن و جنس بستگی دارد و اعداد مورد پذیرش در محدوده سالم می‌توان نشانه سلامت و شرایط مناسب برای سن بیولوژیکی باشد.



شکل ۱-۶. آزمون شاخص توده بدنی یا BMI

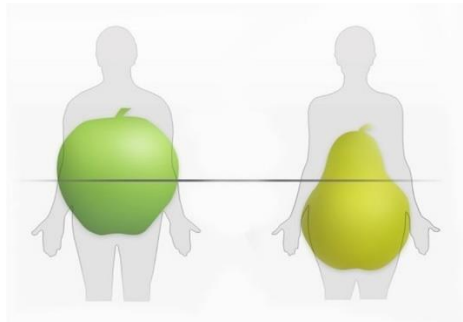
الف) محاسبه نسبت دور کمر به دور لگن یا  $WHR^1$ : برای اجرای این آزمون با یک متر نواری ابتدا دور کمر از آخرین دنده قابل لمس و سپس دور لگن از عریض‌ترین بخش لگن و باسن را بر اساس شکل ۱-۷ بر اساس سانتی‌متر محاسبه کنید.



شکل ۱-۷. دور کمر و دور لگن برای اندازه‌گیری

## 1. Waist-Hip Ratio

دقت کنید که در هنگام اندازه‌گیری در حالت ایستاده و وزن به‌طور متوازن روی دو پا و پاها به‌صورت جفت و کنار هم باشد. حالا عدد به‌دست آمده از دور کمر بر عدد دور لگن تقسیم می‌شود. عدد به‌دست آمده بر اساس اعلام سازمان بهداشت جهانی در صورت کمتر بودن از  $0/9$  برای مردان و  $0/85$  برای زنان در شرایط هنجار است. و اعداد بزرگتر از آن‌ها از شرایط مطلوب خارج می‌شود. نسبت بالاتر از یک خطر ابتلا به انواع بیماری‌های مرتبط با اضافه‌وزن را خواهد داشت. در افراد چاق اگر وزن بیشتر در اطراف ناحیه کمر باشد حالت بدن «سیبی شکل» و اگر در ناحیه ران و باسن باشد حالت بدن «گلابی شکل» به شرح شکل ۱-۸ خواهد بود. افراد «سیبی شکل» در معرض خطر بیشتری هستند. بنابراین بهتر است که تحلیل روش BMI با این روش باشد تا دقت بیشتری ایجاد شود.



شکل ۱-۸. حالت‌های بدن بر اساس پراکندگی چربی

**ج) آنالیز چربی:** دقیق‌ترین راه تشخیص ترکیب بدنی است و از طریق جریان الکتریکی ضعیف و غیرقابل احساس میزان دقیق «چربی، استخوان و عضلات» محاسبه می‌شود (شکل ۱-۹). درصد قابل‌پذیرش چربی برای زنان بیشتر از مردان است. با این ملاحظه و شرایط سنی می‌توان وضعیت فرد را در محدوده سلامتی و سن بیولوژیکی شناسایی کرد.



شکل ۱-۹. آزمون آنالیز چربی الکترونیک

۱-۱۴-۵. خواب: بدن انسان نیاز به خواب دارد. خواب به مغز و بدن شما فرصتی برای استراحت و بازسازی می‌دهد، درحالی‌که کمبود خواب فرد را در معرض فشارخون بالا، بیماری کلیوی، سکنه و چاقی قرار می‌دهد. کمبود خواب همچنین فعالیت مغزی را دچار اختلال می‌کند. هر فرد بزرگ‌سال به‌طور میانگین به ۷ تا ۸ ساعت خواب نیاز دارد. داشتن خواب منظم و مرتب در ساعات موردنیاز بدن، در سن بیولوژیکی فرد نقش تعیین‌کننده‌ای دارد.

۱-۱۴-۶. تغذیه: سالم بودن غذا و میزان مصرف آن بسیار مهم است. برنامه غذایی سالم و مناسب به حفظ و سلامت «عضلات، استخوان، دندان و اندام‌ها» کمک می‌کند. یک رژیم متعادل و خوب باید مصرف «سرخ‌کردنی‌ها، غذاهای سنگین، شکرها، سدیم و نمک و چربی‌های اشباع‌شده» را محدود کند. رژیم مناسب باید حاوی ترکیبات موردنیاز بدن

در طول روز باشد. بدخوری به معنای «کم‌خوری، پرخوری یا خوردن بدون توجه به نیازهای بدنی» نقش مؤثری در بالارفتن سن بیولوژیکی نسبت به سن واقعی دارد.

۱-۱۴-۷. **کنترل مصرف الکل:** مصرف بیش‌ازحد الکل آثار مخربی بر اجزای حیاتی بدن و به‌ویژه پیری زودرس خواهد داشت.

۱-۱۴-۸. **کنترل مصرف دخانیات:** سیگارکشیدن یا مصرف انواع مواد مخدر به‌یقین سن زیستی را افزایش می‌دهد. حتی کسانی که خود سیگار نمی‌کشند اما در معرض دود سیگار سایر افراد قرار می‌گیرند از آسیب‌های فراوان آن بر بدن در امان نخواهند بود.

### خلاصه

در این فصل تلاش شد تا فرایند علمی شدن ورزش با محوریت تصمیم‌گیری معرفی شود. با توجه به اینکه دانشجویان و دانش‌آموختگان علوم ورزشی، در تلاش برای کاهش خطای تصمیم‌گیری و بهبود تصمیم‌های حرفه‌ای در حوزه ورزش هستند؛ باید با مبانی نظری کار خود و به‌ویژه مفاهیم پایه در آن آشنا باشند. شناخت و تسلط کافی بر انواع مفاهیم پایه در علوم ورزشی و تفاوت آن‌ها از نظر کاربرد و اجرا سهم و نقش بسیار مؤثری در گفتمان علمی اهالی علوم ورزشی و مراجعین آن‌ها خواهد داشت.

### فعالیت‌هایی برای یادگیری

- از افرادی که می‌شناسید بخواهید تا مفاهیم «ورزش، بازی و تربیت‌بدنی» را برای شما تعریف کنند. این تعاریف را با تعریف این فصل انطباق دهید و دلایل تفاوت‌های احتمالی آن را شناسایی کنید.
- فرایند تصمیم‌گیری‌های یک فرد موفق ورزشی را موردبررسی قرار دهید و بر اساس فرایندهای معرفی شده در این فصل آن را تحلیل کنید.





# فلسفه

## علوم ورزشی

هدف کلی: آشنایی با مبانی فلسفی در علوم ورزشی

اهداف یادگیری:

- آشنایی با مفهوم فلسفه در علوم ورزشی
- آشنایی با مکاتب فلسفی در علوم ورزشی
- آشنایی با کاربرد اخلاق در علوم ورزشی



## مقدمه

فلسفه یکی از راه‌های «شناخت و آگاهی اثرگذار» بر «فرایند تصمیم‌گیری در علوم ورزشی» است. هر فرد برای ورود به «علوم ورزشی» باید «جهان‌بینی و دیدگاه فلسفی» خود را در این حوزه مشخص کند. در این فصل به معرفی فلسفه، اهمیت و کاربرد آن در علوم ورزشی پرداخته می‌شود.

## ۱-۲. اهمیت فلسفه

بدون «زیرساخت فلسفی مناسب» افراد نمی‌توانند استفاده‌های اثربخش و مؤثری از «علوم ورزشی» در زندگی شخصی و حرفه‌ای خود داشته باشند. مؤلف مسئول کتاب، به یاد دارد که باید درسی با عنوان «اصول و فلسفه تربیت‌بدنی» را در مقطع کارشناسی ارشد تربیت‌بدنی سپری می‌کرد. به دلیل فقدان توانایی مدرس در «انتقال مفاهیم و ایجاد نگرش مثبت» و «ضعف دانشجویان در شناخت منابع مناسب و مطالعه و یادگیری لازم» در اغلب دانشجویان «احساس غیرضروری بودن این درس برای مطالعه» ایجاد شده بود. این باور در میان اغلب دانشجویان زمزمه می‌شد که این درس هیچ ربطی به رشته «علوم ورزشی» ندارد و جز یک رشته مفاهیم دشوار و بدون کاربرد چیزی برای دانشجو نخواهد داشت. اما در مقطع دکتری و به مدد یک مدرس مسلط و آشنا به حوزه مربوطه، اهمیت آن درس تا بدانجا بر من هویدا شد که هر کس و در هر رشته بدون داشتن «مبانی فلسفی» و دیدگاهی مشخص در ورود به رشته‌های علمی، دچار هدر رفت انرژی‌های فراوانی خواهد شد. با مطالعه عمیق‌تر این حوزه به این باور رسیدم که «درس فلسفه» باید با رویکردی کاربردی و زبانی آسان از دوران «آموزش و پرورش» و برای تمامی رشته‌ها مورد توجه و تأکید قرار گیرد. این رویکرد به یادگیرندگان کمک می‌کند تا از همان ابتدا بیاموزند که چگونه «جهان‌بینی» خود را با «رویکردی هدفمند و منطقی» شکل دهند و به کاهش خطای تصمیم‌گیری خود در زندگی «شخصی، اجتماعی و حرفه‌ای» کمک کنند.

## ۲-۲. مفهوم فلسفه

همان‌طور که در فصل نخست اشاره شد، انسان برای شناخت خود و اطراف خود از سه راه اصلی «عرفان، فلسفه و علم» استفاده می‌کند. آگاهی عرفانی شامل مجموعه‌ای از «ورودی‌ها، تجربه‌های درونی و ذوق‌هایی» است که باعث «شناخت قلبی» یا الهام می‌شود (استیس، ۱۳۶۷: ۷۱). در واقع عقل در عرفان جایی ندارد و شناخت از راه دل صورت می‌گیرد. مولانا به عنوان یکی از عارفان برجسته و با درجات بالایی از شناخت در بیتی اظهار می‌کند «یک حمله مستانه بکردیم، تا علم بدادیم و به معلوم رسیدیم». اما برخلاف عرفان در «شناخت فلسفی» از «مسیر عقلانی» و «استدلال، استنباط عقلی و برهان» استفاده می‌شود (خاکی، ۱۳۸۲: ۱). راه «شناخت علمی» نیز بر «تجربه حسی و آزمون‌پذیری فرضیه‌ها» تأکید دارد و هر چیز «آزمون‌ناپذیر» را غیرعلمی می‌داند. در مواردی مفهوم «دانش» به غلط معادل «علم» قرار می‌گیرد. مفهوم دانش «دانستن در برابر ندانستن» است و به همه دانستنی‌های حتی «آزمون‌ناپذیر» نیز گفته می‌شود. در این معنا «اخلاق، مدیریت، ریاضیات، فقه، دستور زبان و غیره» همان دانش یا مفهومی وسیع‌تر از علم هستند (خاکی، ۱۳۸۲: ۱). هدف تمام علوم، شناسایی دنیای اطراف آدمی با سه اقدام عمده «توصیف، کشف نظم و صورت‌بندی

نظریه‌ها و قوانین» است (دلاور، ۱۳۷۴: ۳). در واقع شناخت علمی، شناختی است که از بوت‌ه آزمایش درآمده‌است. نظریه علمی حاصل مشاهده و تجربه است و در علم، محلی برای عقاید شخصی، سلیقه و خیال‌پردازی وجود ندارد. با توجه به محدود بودن علوم در گذشته، فلسفه از ابتدای ظهور تا چند قرن پیش اکثر علوم امروزی را پوشش می‌داد و به همین دلیل «فیلسوف» به فرد «با حکمت و دارای دانش» گفته می‌شد. دانش وسیع که با «رویکردی کلی نسبت به حقایق» و «درکی واحد از مجموعه علوم و دانش‌ها» به معرفی انواع «عقاید، مفاهیم و گرایش‌ها» می‌پردازد. کلمه فلسفه به معنی دوستدار علم و دارای همپوشانی و درعین حال تفاوت‌هایی با مفهوم علم است. علم با روش «مشاهده و تجربه»، به دنبال علت و معلول و شناخت «واقعیت» است اما فلسفه با دیدی کلی‌تر به دنبال شناخت «حقیقت» یا رسیدن به ذات امور «از کثرت به وحدت ادراکی» است. فلسفه کلی‌ترین عقاید، مفاهیم و گرایش‌های فردی را روشن کند. به همین دلیل «پژوهش» را کاری علمی و تلاشی برای پیدا کردن «واقعیت» و «تحقیق» را کاری فلسفی و تلاشی برای پیدا کردن «حقیقت» معرفی کنند. انواع تعریف فلسفه از دیدگاه بزرگان این حوزه را می‌توان در جدول ۱-۲ مرور کرد.

جدول ۱-۲. انواع تعریف فلسفه از دیدگاه بزرگان

ردیف	تعریف‌کننده	توضیح
۱	افلاطون	کوششی برای رسیدن به روشنائی در مقابل «سفسطه» یا «پناه بردن به تاریکی»
۲	ارسطو	دانش جستجوی نخستین اصل‌ها و علت‌ها
۳	کانت	کوششی برای شناخت «خاستگاه و ماهیت درک» و «حدود و رابطه مقاصد ذاتی خرد»
۴	نیچه	آفرینش ارزش‌های نو
۵	ژان پیاژه	کوششی به منظور هماهنگی ارزش‌ها و ورود ارزش‌های شناختی به مجموعه تمایلات انسانی
۶	جان دیویی	کوشش انسان برای هدف‌های اساسی زندگی برای هماهنگی تجربه‌ها و نظرات
۷	کاپل استون	تمایل به درک و فهم جهان برای رسیدن به الگویی عقلانی و پاسخ به مسائل و مشکلات مرتبط با جهان
۸	پارکز و همکاران	«فرایند اندیشه»، «عشق به خرد» و «سبکی از زندگی»، «مؤثر در ایجاد باورهای شخصی، ارزش‌ها و کنش‌ها»
۹	شریعتمداری	یک‌راه زندگی، طرز برخورد، یک نوع بینش معین یا جهان‌بینی خاص در زندگی فیلسوف
۱۰	قاسمی	مفهومی با شش جزء کلیدی «ماورای طبیعت، معرفت‌شناسی، ارزش‌شناسی، اخلاق، زیبایی‌شناسی و منطق»

فلسفه منحصر به نخبگان یا روشنفکران جامعه نیست، بلکه متعلق به همه افراد است. فلسفه با پرسش‌های مهم زندگی روزانه سروکار دارد و مطالعه آن برای همه از جمله کارشناسان ورزش لازم است. یکی از اهداف فلسفه، کمک به تصمیم‌گیری‌های کم‌خطا با رویکردی منطقی و معقول است.



## ۲-۳. اجزای فلسفه

وقتی فلسفه با اجزای آن مورد بررسی قرار می‌گیرد. بهتر می‌توان آن را درک یا عملیاتی کرد. به همین منظور برای شناخت «فلسفه هر فرد» می‌توان آن را با اجزای فلسفه مورد بررسی قرار داد. جدول ۲-۲ اجزای فلسفه با رویکردی کلی را نشان می‌دهد.

جدول ۲-۲. اجزای فلسفه با رویکردی کلی

ردیف	اجزا	توضیح
۱	ماورای طبیعت	تأکید بر سؤالات «هستی‌شناسی، خداشناسی و جهان‌شناسی» و غیرقابل پاسخ با رویکرد علمی
۲	معرفت‌شناسی	تأکید بر روش‌های کسب دانش و معرفت در حوزه‌های مختلف
۳	ارزش‌شناسی	تأکید بر راه‌های لازم در استفاده از حقیقت برای تشخیص معیارهای اجتماعی یا خوب‌وبدهای جامعه
۴	اخلاق	زیرمجموعه ارزش‌شناسی با تأکید بر خوب‌وبدها از بعد فردی و شخصی یا ویژگی‌های اخلاق فردی
۵	زیبایی‌شناسی	زیرمجموعه ارزش‌شناسی و تعیین معیارهای درک زیبایی با تأکید بر موضوعات حسی و هنری
۶	منطق	تأکید بر گام‌های لازم در «تفکر و تفکر نقادانه» به منظور صحت اندیشه‌ها و تصمیم‌گیری مناسب

معرفت‌شناسی فلسفی منابع مختلفی به شرح جدول ۲-۳ دارد.

جدول ۲-۳. انواع منابع برای معرفت‌شناسی فلسفی

ردیف	انواع	توضیح
۱	عرفان	آشکار شدن از طریق الهام یا شهود ابداعی یک متخصص در زمینه خاص
۲	عقلی	آشکار شدن از طریق استدلال و قضاوت‌های معتبر
۳	علمی	آشکار شدن از طریق مشاهده توسط حواس یا آزمون‌های علمی

بررسی‌های فلسفی بر اساس اجزای کلیدی معرفی شده، زمینه درک فلسفی را فراهم می‌کند. درک یا ادراک انسان از دنیای خارج از بعد فلسفی دارای سه سطح به شرح جدول ۲-۴ است.

جدول ۲-۴. انواع درک فلسفی

ردیف	انواع	توضیح
۱	مرتبه حس	استفاده از یکی از حواس پنج‌گانه و تصویر ایجاد شده از آن‌ها در ذهن مانند دیدن یک منظره
۲	مرتبه خیال	ایجاد پس از محو صورت حسی، با تفاوت‌هایی چون «نداشتن وضوح در حالت عادی»، «بدون نیاز به محرک‌های واقعی» و «بدون نیاز به تماس خارجی»
۳	مرتبه تعقل	اقدام ذهن پس از مرتبه حسی و خیالی برای ایجاد معنای کلی

در رابطه با ادراک انسان، می‌توان به واقعیت‌های خارج از ذهن به شرح جدول ۲-۵ اشاره کرد.

جدول ۲-۵. انواع واقعیت‌های خارج از ذهن

ردیف	انواع	توضیح
۱	حقایق	مفاهیم با مصداق واقعی در خارج، مانند تشکیل یک فوج از هزاران نفر با هم
۲	اعتبارات	مفاهیم بدون مصداق واقعی در خارج، مانند مصداق شناسایی شده برای عشق توسط عقل
۳	وهمیات	ادراکی که هیچ مصداق معتبر خارجی ندارد، مثل تصور غول یا سیمرغ

## ۲-۴. اجزای فلسفه در تربیت بدنی و علوم ورزشی

یک کارشناس تربیت بدنی و علوم ورزشی لازم است تا با «راه‌های شناخت» بر حوزه تخصصی و وظایف مورد انتظار از او آشنا شود. از آنجایی که تربیت بدنی و علوم ورزشی با ابعادی چندگانه، از جمله «سلامت، مهارت، اخلاق و تجارت» و سطوحی چون «فردی، خانوادگی، سازمانی و اجتماعی» برخوردار است؛ کارشناسان این حوزه باید با اهمیت و مبانی «فلسفه و علم» در کار خود آشنا باشند. فلسفه به کارشناس ورزش برای پاسخ به پرسش‌های کلیدی درباره «ماورای طبیعت، معرفت‌شناسی، ارزش‌شناسی، اخلاق، زیبایی‌شناسی و منطق» در حوزه ورزش و به شرح جدول ۲-۶ کمک می‌کند.

جدول ۲-۶. اجزای فلسفه با رویکرد علوم ورزشی

ردیف	اجزا	توضیح
۱	ماورای طبیعت	توصیف تحلیلی ماهیت اموری مانند ماهیت ورزش یا ارتباط با شیء بی‌جان چون راکت تنیس (کرچمار، ۱۹۹۴)
۲	معرفت‌شناسی	تأکید بر آگاهی و مقولاتی چون «چه می‌دانیم؟» و «چگونه می‌دانیم؟» مانند دانش تربیت‌بدنی و حقایق آن یا شناسایی نیازمندی‌های مهارتی لازم برای «آموزش، سرپرستی یا فعالیتی خاص در ورزش»
۳	ارزش‌شناسی	تأکید بر ارزش چیزها، از جمله «حقیقت، فضیلت، کیفیت، چگونگی عملکرد افراد» و تعیین ملاک‌هایی برای چگونگی‌بودن در اموری چون «مدیر، مربی یا ورزشکار بودن»
۴	اخلاق	از زیرمجموعه‌های ارزش‌شناسی که بر اموری چون «قهرمانی همراه با بازی منصفانه، رفتار نیکو و راست‌گویی» یا «کسب‌وکار ورزشی با رعایت حقوق افراد» تأکید دارد.
۵	زیبایی‌شناسی	از زیرمجموعه‌های ارزش‌شناسی با تأکید بر کیفیت هنری و پرسش‌هایی چون «از نظر هنری چه چیزی زیبا، خوشایند و نیکو است؟». داوری درباره ژیمناستیک، شیرجه و حرکات موزون در این حوزه هستند. تبدیل کیفیت‌های هنری به قضاوتی مبتنی بر اعداد، کاری دشوار و مبتنی بر زیبایی‌شناسی است.
۶	منطق	تأکید بر طرح پرسش تحلیلی با فلسفه انتقادی مانند حوزه مدیریت ورزش برای اتخاذ بهترین تصمیم

کاوش فلسفی می‌تواند زمینه طرح پرسش‌هایی درباره ارزش انواع برنامه‌های ورزشی، بهبود منافع، ایجاد مسئولیت اجتماعی، حقوق تماشاگران و ورزشکاران، اخلاق و امثال آن ایجاد کند. در مجموع فلسفه برای مطالعه و ورود به ورزش و علوم ورزشی، جنبه حیاتی دارد؛ زیرا ورزش فرایندی در حال توسعه و تحول و نیازمند کسب دانش و معرفت همراه با تفکر انتقادی برای مواجهه مناسب و رفع مشکلات در آن است (پارکز، آرکی زنگر و کوارترمن، ۱۳۸۲).

«اصول» مفاهیم کلی ایجادشده براساس «واقعیت‌های علمی» یا «داوری‌های فلسفی» هستند. «اصول برگرفته از واقعیت‌های علمی» نزدیک به حقیقت هستند و تا زمان تغییر پیدا نکردن در پژوهش‌ها به‌عنوان «حقیقت» در نظر گرفته می‌شوند. هرچند بسیاری از اصول دچار تغییر شده‌اند اما برخی «اصول» در طی زمان ظرفیتی «غیرقابل‌انکار» و شکلی از «قانون طبیعی» مانند قانون جاذبه با پذیرش عمومی پیدا کرده‌اند. «اصول حاصل از داوری فلسفی» گزاره‌ای کلی و بنیادی برای دیگر گزاره‌ها یا بنیاد اندیشه‌ها و گاه رفتارها هستند. برای نمونه «اصول اخلاقی» گزاره‌هایی کلی و محور گزاره‌های دیگر هستند. «اصول» به‌عنوان دستورالعمل و راهنمای اعمال به‌شکلی هوشیارانه و آگاهانه است. «افراد حرفه‌ای در علوم ورزشی» با در نظر گرفتن این اصول زیربنای حرفه خود را شکل می‌دهد. «اصل» به‌عنوان مفرد اصول

به معنی «ریشه، پایه، بنیاد و آغاز یک فعالیت» است. به طور کلی اصول مشخص کننده باورها و اعتقادات ریشه‌ای و بنیادی هستند. هر شاخه از علوم برای خود اصولی دارند. از آنجایی که تربیت بدنی رویکردی تربیتی دارد، کارشناس تربیت بدنی باید با اصول اهداف تربیتی به شرح جدول ۲-۷ آشنا باشد.

جدول ۲-۷. برخی از مهم‌ترین اصول اهداف تربیتی

ردیف	توضیح
۱	تأکید بر رشد
۲	دسته‌بندی اهداف آموزشی بر اساس عقاید، عادات، تمایلات و اعمال فرد
۳	موافق با آرمان‌های اجتماعی
۴	پشتیبانی اهداف تربیتی از یکدیگر
۵	قابل اجرا بودن
۶	جامعه‌پذیر بودن
۷	قابل فهم و درک بودن
۸	متغیر یا قابل تغییر بودن

در این راستا برخی از اصول تربیت بدنی بر پایه حقایق علمی در جدول ۲-۸ معرفی شده است.

جدول ۲-۸. برخی از مهم‌ترین اصول تربیت بدنی

ردیف	توضیح
۱	تأکید بر برنامه تمرینی و ورزشی با توجه به رده‌های سنی و داده‌های آناتومیکی، فیزیولوژیکی و روان‌شناسی هر فرد
۲	تأکید بر انتخاب مکتب فلسفی مناسب برای اقدامات مناسب کارشناس تربیت بدنی
۳	تأکید بر انتخاب مکتب فلسفی مناسب برای ورزشکار، مدیر یا مربی

معیار آزمایش یک اصل در علوم ورزشی، به تأیید و کاربرد آن بستگی دارد. یک اصل باید براساس بهترین و مستحکم‌ترین شواهد علمی و فلسفی هم دارای کاربرد و هم توان کنترل اعمال باشد. مهم‌ترین منابع شناسایی اصول در علوم ورزشی شامل «حقایق علمی» و «فلسفه» به شرح جدول ۲-۹ هستند (مظفری و پورسلطانی زرنندی، ۱۳۸۵).

جدول ۲-۹. منابع شناسایی اصول در علوم ورزشی

ردیف	منبع	توضیح
۱	حقایق علمی	مانند اصول «آناتومی، فیزیولوژی، روان‌شناسی و مدیریت» مبتنی بر «تجربه» و «آزمایش و خطا» با حداقل احتمال تغییر پذیرش همچون «اصل گرم کردن بدن قبل از تمرین» یا «اصول مدیریت ورزش»
۲	فلسفه	تأکید بر «بینش، تجربه، فهم، منزلت انسانی و ارزش اجتماعی» در انواع مکاتب فلسفی مانند «مکتب ایدئالیسم با تأکید بر تغییرناپذیری اصول» و «مکتب رئالیسم با تأکید بر تغییرپذیری اصول»

## ۲-۵. کاربرد فلسفه در تربیت بدنی و علوم ورزشی

از اهداف تربیت بدنی، تحکیم شخصیت فرد با توجه به ارزش‌های انسانی است. تشخیص ارتباط بین نیازها و ارزش‌ها به تشخیص تصمیم مناسب معلم تربیت بدنی در مواردی چون «روش تدریس» مناسب کمک می‌کند. بنابراین شناخت انواع مکاتب فلسفی در تربیت بدنی، دیدگاه وسیعی را در «گرایش، بینش

و اتخاذ تصمیم) افراد فعال در این حوزه فراهم می‌کند. برای نمونه در بسیاری از مکاتب فلسفی در معیارهای ارزش‌شناسی فلسفه تربیت‌بدنی بر «تکامل انسان با توجه به طبیعت و اخلاق» تأکید می‌شود. در مجموع «اصول و فلسفه تربیت‌بدنی»، می‌تواند تصمیم‌های فرد را در این حوزه هدایت کند. برخی از مهم‌ترین کاربردهای اصول و فلسفه در تربیت‌بدنی به شرح جدول ۲-۱۰ مرور شده است.

جدول ۲-۱۰. برخی از مهم‌ترین کاربردهای فلسفه در تربیت‌بدنی و علوم ورزشی

ردیف	کاربرد	توضیح
۱	تصمیم معلم	تصمیم‌گیری درباره ارائه خدمات بهتر و آنچه می‌خواهد در کلاس درس یا زمین‌بازی به دانش‌آموزان بیاموزد.
۲	برنامه‌ریزی	مثلاً توجه به نقش بازی در تقویت روابط و اجتماعی شدن و استفاده از آن در برنامه‌ها
۳	تفکر نقادانه	تفسیر ارزش‌های اجتماعی برای حل مشکلات اجتماعی مانند رفع بی‌انصافی‌ها
۴	زبان مشترک	نزدیک کردن افراد حرفه از نظر عملی و علمی به یکدیگر با ایجاد زبان و درک مشترک از اصول و مبانی
۵	پیوند مفاهیم	مانند بیان ارتباط بین تربیت‌بدنی و آموزش و پرورش
۶	جلب حمایت	جلب حمایت از نقش تربیت‌بدنی برای تکامل انسان با حقایق علمی و نظریه‌های کاربردی
۷	اصول‌گرایی	با تأکید بر «سلامت جسم و روان، کاهش رنج، امنیت عاطفی، لذت و پیشرفت»

رویکردهای فلسفی به بدن متنوع است. برخی از این رویکردها در جدول ۲-۱۱ مورد توجه قرار گرفته است.

جدول ۲-۱۱. رویکردهای فلسفی نسبت به بدن

ردیف	رویکرد	توضیح
۱	دوگانه‌گرایی	یا دوالیسم با تأکید بر دو بعد یا ماده تشکیل‌دهنده انسان یعنی «عقل یا روح» و «بدن»
۲	کثرت‌گرایی	یا پلورالیسم با تأکید بر چند بعد یا ماده تشکیل‌دهنده انسان با ویژگی‌های متعارض
۳	کل‌نگری	یا هولیسم با تأکید بر بعد یکپارچه از واحد جسمی - روانی در انسان
۴	ماده‌گرایی	یا ماتریالیست با رویکردی کل‌نگرانه و تأکید بر توصیف بدن بر مبنای ماده

طبق دیدگاه دوگانه‌گرایان از جمله در مکاتب دینی مانند «اسلام»، انسان از دو قسمت «عقل و بدن» تشکیل شده است. این رویکرد بر الهی بودن عقل و ماشینی نبودن بدن در پرورش تأکید دارد و «تفکر و فعالیت‌های ذهنی» را مهم‌تر از «بدن و فعالیت‌های جسمانی» می‌داند. بنابراین در همه ورزش‌ها، تفکر قسمتی از فعالیت‌های بدنی است. در این دیدگاه «عقل با تأکید بر افکار و ایده‌ها ماهیتی غیرمادی» و «بدن ماهیتی جسمانی و مادی» دارد. این دو جزء بر هم اثر متقابل دارند. عقل می‌تواند به پا بگوید «شوت کن» و بدن آسیب‌دیده می‌تواند با «به هم ریختن تمرکز فرد» بر عقل اثر بگذارد. این جداکردن «عقل از بدن» معایب و مزایایی دارد. بزرگ‌ترین عیب آن این است که تصور جدا کردن «عقل و بدن» کار بسیار دشواری است، اما بررسی مستقل این دو مفهوم به درک و شناخت بهتر آن‌ها کمک می‌کند. این در حالی است که دیدگاه کثرت‌گرا به بیش از دو بعد و انواع مواد تشکیل‌دهنده انسان و نقش مهم هر بعد در پرورش او تأکید دارد.

طبق دیدگاه کل‌نگران انسان موجودی واحد از ابعاد «جسمی و روانی» است. در واقع جنبه جسمانی هر انسان به‌طور پیچیده‌ای با افکار او یکی شده و متأثر از یکدیگر هستند. نماد این دیدگاه عبارت «عقل سالم در بدن سالم» است. یعنی عقل سالم وابسته به بدن سالم است و یک بدن سالم تا حدی تحت هدایت یک عقل خوب و سالم پدید می‌آید. در این رویکرد هیچ‌یک از ابعاد سه‌گانه کل‌ساز یعنی «بدن، عقل و روان» بر دیگری برتری ندارند. به عبارت دیگر هر شخص موجود واحدی است که معلمین نمی‌توانند هیچ عنصر جسمی خالصی را جدا کرده و به روی آن کار کنند. در هنگام حرکت و فعالیت عضو جسمانی، تمام ابعاد وجودی فرد تحت تأثیر است. بنابراین با فعالیت از جنبه‌های مختلف می‌آموزد. هر انسان به‌عنوان واحدی «بیولوژیکی» در هر جنبه از زندگی عملکردهایی با تأثر از انواع خصوصیات بیولوژیکی و درجاتی از هوش یا بصیرت را نشان می‌دهد.

ماده‌گرایان نیز رویکردی کل‌نگرانه اما بر یک جزء تشکیل‌دهنده بنام «ماده» تأکید دارند. از دید آن‌ها تنها راه بیان «واقعیت وجود انسان» ماده و آن‌هم جسم یا بدن است. با این رویکرد جوهر اساسی همه چیز از ماده تشکیل شده و هر پدیده‌ای از جمله هشیاری محصول تغییر در ماده است. ماده‌گرایی در علوم ورزشی با تأکید بر هستی‌شناسی وحدت‌گرا در مقابل مکتب ایدئالیسم قرار دارد.

برای پیدا کردن یک دید مناسب فلسفی به تربیت‌بدنی و علوم ورزشی باید با انواع مکاتب فلسفی آشنا شد و استدلال‌های مناسب هر یک در پاسخ به سؤالات کلیدی در این حوزه را بررسی کرد و در نهایت به یک دید جامع‌نگر فلسفی در این رشته و حوزه کاری دست یافت. بدیهی است هر فرد با مطالعات و عمیق‌تر شدن بیشتر، می‌تواند چارچوب‌های فلسفی خود را با رویکردهای اصلاحی و تکمیلی، تغییر دهد.

## ۲-۶. انواع مکاتب فلسفی

هر مکتب دارای نوعی گرایش و بینش درباره هستی و جهان است که هدف‌ها و روش‌ها را در فلسفه زندگی و کار نشان می‌دهد. همان‌طور که پیشتر اشاره شد، کارشناس تربیت‌بدنی و علوم ورزشی باید با «شناخت انواع مکاتب فلسفی» و «شناسایی پاسخ هر مکتب به سؤالات کلیدی در حوزه مرتبط»، بهترین انتخاب‌ها را برای ایجاد بهترین چارچوب فلسفی داشته باشد. این چارچوب فلسفی هدایتگر تصمیمات فرد با آگاهی و شناخت مناسب و بالارفتن احتمال در کاهش خطای تصمیم‌گیری خواهد بود. جدول ۲-۱۲ به معرفی مهم‌ترین مکاتب فلسفی می‌پردازد.

جدول ۲-۱۲. برخی مکاتب فلسفی

ردیف	انواع	توضیح
۱	نچرالیزم	اصالت دادن به طبیعت
۲	ایدئالیسم	اصالت دادن به ایده و مُثُل یا آرمان‌ها
۳	رنالیسم	اصالت دادن به واقعیت تجربه‌شده یا صورت قابل تجربه یا مشاهده
۴	پراگماتیسم	اصالت دادن به عمل و تجربه
۵	اومانیزم	اصالت دادن به انسان
۶	اگزیستانسیالیسم	اصالت دادن به موجودیت

۲-۶-۱. مکتب طبیعت‌گرایی یا نچرالیزم: قدیمی‌ترین فلسفه غرب است که به دو دسته «طبیعت‌گرایی اولیه» و «طبیعت‌گرایی انتقادی» تقسیم می‌شود. «طبیعت‌گرایان اولیه» بر شکل‌گیری صورت‌های ذهنی یا ظاهر اشیاء برای شناخت در ذهن و «طبیعت‌گرایان انتقادی» بر شناخت دنیا از طریق «علم و پژوهش» تأکید دارند. رویکردهای کلیدی مکتب طبیعت‌گرایی در شش جزء فلسفه به شرح جدول ۲-۱۳ است.

جدول ۲-۱۳. اجزای فلسفه با رویکردهای مکتب طبیعت‌گرایی

ردیف	اجزا	توضیح
۱	ماورای‌طبیعت	انرژی به‌عنوان جوهر یا صفت‌کل در طبیعت
۲	معرفت‌شناسی	علم تنها راه حقیقی کسب معرفت
۳	ارزش‌شناسی	ارزش‌ها در نظم طبیعی و دستیابی به صلح و سعادت از طریق ارتباط حیاتی با نظم طبیعی و حوادث
۴	اخلاق	طرفدار خوشی و لذت با تأکید بر پالایش آن برای پیدا کردن شکلی ابدی
۵	زیبایی‌شناسی	مبتنی بر تربیت حواس و تجربه ناشناخته‌ها با دقت به هر چیز پرجاذبه
۶	منطق	با تأکید بر استدلال استقرایی یا کشف قوانین طبیعی و ارتباط بین آن‌ها با آزمایش

طبیعت‌گرایان بر زندگی در زمان حال به‌جای آینده نامعلوم تأکید دارند. برای آن‌ها فرد از جامعه در جهان طبیعی مهم‌تر است و البته «جامعه منظم و هماهنگ مبتنی بر نظم طبیعی» از «جامعه نامنظم» ارزش بیشتری دارد. از دیدگاه طبیعت‌گرایان اساس تربیت «آموزش قوانین طبیعت انسانی» و «شناسایی غرایز کودک به‌عنوان انعکاسی از نیازهایش» است. یادگیری جریانی طبیعی و هدایت‌کننده از زمان «رشد جنین تا بزرگسالی» شناخته می‌شود اما هدایت حیوانات با الگوهای غریزی صورت می‌گیرد. مریبان ورزش طبیعت‌گرا، بر یادگیری مبتنی بر هدایت جریان طبیعی و محورهایی به شرح جدول ۲-۱۴ در نظام‌های آموزشی تأکید دارند.

جدول ۲-۱۴. دیدگاه برخی دانشمندان طبیعت‌گرا به امور تربیتی

ردیف	دانشمند	توضیح
۱	هربرت اسپنسر <sup>۱</sup>	تأکید بر «تکامل فرد با ایجاد مسئولیت اخلاقی و خودرهبی» با نظم منطقی همچون «آموزش از ساده به پیچیده»، «توجه به میزان آمادگی برای شروع»، «ابتدا امور عینی و بعد امور ذهنی»، «توجه به فرهنگ و تاریخ یادگیرنده» و «تأکید بر خودآموزی»
۲	جسی فرینگ ویلیامز <sup>۲</sup>	توجه به تفاوت‌های فردی و قوانین طبیعی و فرایند پیشرفت مبتنی بر آن در حوزه تربیت‌بدنی
۳	مک کلوی <sup>۳</sup>	تأکید بر «فعالیت‌های طبیعی در آموزش و پرورش»، «روش بیش از محتوا»، «استفاده از وسایل و روش‌های تدریس طبیعی و غیرتصنعی»، «ایجاد فرصت تمرین با مکانیسم‌های غریزی مطلوب»، «استفاده از بخش‌های مختلف بدن بر اساس وظایف طبیعی»، «دینامیک و پویایی بدن» و «توسعه مهارت‌های ورزشی»
۴	برایت بیل <sup>۴</sup>	تأکید بر مزایای طبیعت در آموزش و یادگیری همراه با لذت مانند «ماهگیری، باغبانی و اردو در طبیعت»

1. Herbert Spencer
2. Jesse Fering Williams
3. McKelvey
4. Bright Bill



طبیعت‌گرایان معتقدند که انسان باید در مقابل سختی‌های زندگی آمادگی و مقاومت داشته باشد و این امر باید در تربیت‌بدنی مورد توجه قرار گیرد. براساس این اصل «حکم طبیعت» وجود «مردان و زنان دارای جسم و روان سالم» برای رفاه نسل آینده است. در تربیت از طریق حرکت برنامه‌های آموزش «مهارت‌های بنیادی و ساده» در دوره دبستان مورد توجه قرار می‌گیرد. در این نوع برنامه‌ها کودکان آزادانه حرکات مختلف را با شادی و نشاط انجام می‌دهند و از این طریق بدن خود را بهتر می‌شناسند و هرروز ضمن رشد و تکامل به شادی و نشاط بیشتری می‌رسند.

از نقاط ضعف مکتب طبیعت‌گرایی قابل‌آزمایش نبودن برخی پاسخ‌های ارائه‌شده به سؤالات متافیزیکی است. همچنین «سیل، زلزله و طوفان» به‌عنوان ویژگی‌های طبیعت برای انسان دل‌چسب و روشن نیستند. گروهی در آن با گذر از پرسش‌های مربوط به متافیزیک و تأکید بر «فرضیه و رویکردهای علمی» به ایجاد مکتب «پراگماتیسم» پرداختند.

**۲-۶-۲. آرمان‌گرایی یا ایدئالیسم:** این مکتب با ریشه در دوران باستان توسط سقراط و در ادامه افلاطون به‌عنوان مؤسس اصلی آن شناخته می‌شود. بعدها در مسیحیت و یهود راه یافت و در ادامه توسط فیلسوفان جدید توسعه پیدا کرد. افلاطون با طرح مفهوم «اندیشه‌گرایی» تأکید را بر روی «ذهن بشر» گذاشت؛ با این مفهوم که دنیای مادی زائیده «ذهن بشر» است. به عقیده افلاطون «ذهن بشر» از «حقیقت، زیبایی و خیرهای» دمیده شده از سوی خالق شکل می‌گیرد. مکتب ایدئالیسم بر «معرفت، آگاهی و ذهن‌فعال» و «فرایند تفکر» به‌منظور درک و فهم عالم هستی اشاره دارد. اساس این فلسفه مفهوم «دیالکتیک یا مباحثه و مناظره» پیرامون آنچه حس شده و رسیدن به درکی از جهان معنوی است. اهداف در آن «غیر قابل‌تغییر و دائمی» می‌شوند. از دانشمندان برجسته این مکتب و دیدگاه‌های کلیدی آن‌ها می‌توان به مواردی به شرح جدول ۲-۱۵ اشاره کرد.

جدول ۲-۱۵. دیدگاه برخی دانشمندان ایدئال‌گرا

ردیف	دانشمند	توضیح
۱	سقراط (۳۳۹-۴۶۹ ق.م)	تأکید بر شناخت خود و زندگی با آزمایش و تجربه همراه با رعایت «اخلاق، دین و قانون» و استفاده از «تربیت‌بدنی و ورزش» برای دفاع از میهن و درک زیبایی‌ها
۲	افلاطون (۳۴۷-۴۲۷ ق.م)	تأکید بر شکل‌گیری «جهان واقعی» بر اساس «جهان عقلی یا ذهنی» و استفاده از «تربیت‌بدنی» برای «دفاع از میهن»، «پیشرفت»، «زندگی خوب» و «تفکر»
۳	جرج برکلی <sup>۱</sup> (۱۷۵۳-۱۶۸۵ م)	تأکید بر ذهن‌گرایی یا نقش خالق بودن ذهن برای هر شیء به‌عنوان هدیه الهی برای رسیدن به کمال مانند «بازی منصفانه» در قالب یک کیفیت ذهنی قابل ارزیابی با تجربه و آزمایش
۴	امانوئل کانت <sup>۲</sup> (۱۷۲۴-۱۸۰۴ م)	تأکید بر ذهن‌گرایی مبتنی بر دو دنیای «انتزاعی مانند خدا و روح» و «عینی مانند بازی با توپ کودک» و همچنین نقش تربیت در جلوگیری از سرکشی‌های طبیعی کودکان
۵	دکارت <sup>۳</sup> (۱۶۵۰-۱۵۹۶ م)	تأکید بر آنکه به آنچه حواس انسان ارائه می‌دهند نمی‌توان اطمینان کامل داشت، بلکه تنها از راه عقل است که شناخت حقیقی و یقین‌آور صورت می‌گیرد. جمله معروف او «من فکر می‌کنم، پس هستم» است.

1. George Berkeley
2. Immanuel Kant
3. René Descartes

۶	فردریک هگل <sup>۱</sup> (۱۷۷۰ - ۱۸۳۱م)	تأکید بر کامل شدن ذهن‌گرایی با شناخت طبیعت و تجربه انسانی مبتنی بر محور عقلانیت
۷	فردریک فروبل <sup>۲</sup> (۱۷۸۲ - ۱۸۵۲م)	ارائه نظریه سه‌گانه پیشرفت طبیعی شامل «بازی، فعالیت و همکاری اجتماعی» و تأکید بر پرورش انسان در سه محور «عقلی، روحی و بدنی» مانند کمک معلم ورزش به کودک برای تشخیص استعدادهای خدادادی
۸	جیمز بی‌ناش <sup>۳</sup>	تأکید بر تفریحات سالم و نقش آن در نظام تربیتی دمکراسی و آموزش راه‌ورسم زندگی
۹	اوبرتای فر <sup>۴</sup> (۱۹۰۱-۱۹۸۱م)	تأکید بر لزوم یکپارچگی «عقل، روح و تکامل بدنی» برای رسیدن به حقیقت و زیبایی
۱۰	بورک <sup>۵</sup>	تأکید بر «دوگانه‌گرایی یا جدایی ذهن از بدن» و «دائمی بودن استانداردهای اخلاقی و ارزش‌ها»، «پرورش با نظم و انضباط در قوای فکری-ذهنی و بهبود تفکر و استدلال» و «انسان در ماورای طبیعت، فراتر از ابعاد بیوشیمی و پرتویی از خدا بودن»

مکتب ایدئالیسم نیز مانند دیگر مکاتب به «سؤالات کلیدی اجزاء فلسفه» به شرح جدول ۲-۱۶ پاسخ می‌دهد.

#### جدول ۲-۱۶. اجزای فلسفه با رویکردهای مکتب ایدئالیسم

ردیف	اجزا	توضیح
۱	ماورای طبیعت	طبیعت به‌عنوان واقعیتی برای ارتباط بشر با خدا از راه تأثیر متقابل اندیشه‌ها و خودآگاهی
۲	معرفت‌شناسی	تأکید بر شناخت با ترکیبی از دانش ایجادشده از حواس، عقل یا شهود
۳	ارزش‌شناسی	ارزش‌های دینی ثابت و ناشی از اعتقاد به خدا به‌منزله منبع نهایی برای ارزش‌هایی چون «سلامت جسمی، شخصیت، عدالت، مهارت، هنر، عشق، دانش و مذهب»
۴	اخلاق	شناسایی خوب و بدها توسط فرد به کمک منبع نهایی ارزش‌ها
۵	زیبایی‌شناسی	دستیابی به تجارب فوق‌انسانی با هنر، زیبایی و متأثر از ایده‌های ماورای دنیای پدیده‌ها
۶	منطق	با استدلال قیاسی و استقرایی و تشخیص استدلال درست از نادرست با تفکر صحیح

از دیدگاه مکتب ایدئالیسم به‌منظور دستیابی به تکامل انسانی باید از یک نظام آموزشی «انتقال‌دهنده ارزش‌ها» استفاده شود. این نظام مسئولیت «ایجاد، بهبود و حفظ» دانش‌های اخلاقی و ارزش‌های روحی را در تربیت‌شوندگان دارد. در این دیدگاه نگاه به تربیت‌بدنی با تأکید بر «انسان‌گرایی»، «نوع‌دوستی»، «پرورش خصوصیات اخلاقی با شرکت آزادانه در فعالیت‌های ورزشی و تفریحی»، «خودانضباطی»، «خودشناسی»، «کمال‌گرایی»، «بدن سالم برای عقل سالم»، «توجه به مسئولیت‌های اجتماعی»، «استفاده از بازی‌های رقابتی برای تکامل ویژگی‌های شخصی مطلوب»، «شرکت در فعالیت‌های ورزشی به‌عنوان وسیله نه هدف»، «استفاده از معلم ورزش به‌عنوان الگوهای شخصیتی تربیت‌شوندگان»، «ورزش برای خدمت در راه خدا به انسان» خواهد بود.

1. Georg Wilhelm Friedrich Hegel
2. Frederick Froebel
3. James B. Nash
4. Delbert Oberteuffer
5. Burke

۲-۶-۳. واقع‌گرایی یا رئالیسم: بشر در طول تاریخ با کشف قوانین طبیعت به وجود قوانین موجود در طبیعت و مرتبط با حیات خود پی برد. این رویکرد گمان انسان را درباره وجود قوانینی حاکم بر بشر در درون ماهیت طبیعت تقویت کرد. بر این اساس «ارسطو» بنیانگذار و پدر «مکتب رئالیسم» شناخته می‌شود. مهم‌ترین نظرات دانشمندان و پیشروان مکتب رئالیسم را می‌توان در جدول ۲-۱۷ مرور کرد.

جدول ۲-۱۷. دیدگاه برخی دانشمندان رئالیسم یا واقع‌گرا

ردیف	دانشمند	توضیح
۱	ارسطو (۳۸۴ - ۳۲۲ ق.م)	تأکید بر دنیای مادی و نفی موارد غیرمادی و رسیدن به سعادت با «رفتار خوب»، «اعتدال به‌جای افراط» و «استفاده از تربیت‌بدنی»
۲	آکوئیناس (۱۲۲۵ - ۱۲۷۴ م)	تأکید بر تلفیق فلسفه ارسطو با عقاید دینی یا ظاهر شدن «حقیقت» در اشیاء با استفاده از استدلال
۳	مونتنی (۱۵۳۳ - ۱۵۹۲ م)	تأکید بر ارتباط نزدیک جنبه‌های «بدنی، عقلانی و روحی» و نقش تربیت‌بدنی در تفکر سالم و اخلاق فردی
۴	فرانسیس بیکن	تأکید بر روش تجربی و استدلال استقرایی در رهایی ذهن از پیش‌داوری و تعصب
۵	جان کمینوس (قرن هیجدهم)	تأکید بر انسان به‌عنوان مخلوق متعال و دارای تمام نیروهای «اخلاقی، عقلانی و بدنی نهفته» با قابلیت شناخت و استفاده
۶	جان میلتون (۱۶۰۸ - ۱۷۶۱ م)	تأکید بر ارزش زبان و ادبیات باستانی و استفاده از تربیت‌بدنی برای دفاع و توسعه ویژگی‌های شخصی
۷	پستالوزی (۱۷۴۶ - ۱۸۲۸ م)	تأکید بر استفاده از بازی برای خودشناسی و بهبود «نیروی جسمانی مبتنی بر طبیعت حیوانی»، «نیروی اجتماعی مبتنی بر ارتباط با دیگران» و «نیروی اخلاقی مبتنی بر کوشش‌های درونی برای هنرهای اخلاقی»
۸	هربرت اسپنسر	تأکید بر نورئالیسم و توجه به صیانت ذات و ایمنی در پرورش کودکان با آمادگی بدنی کودکان علاوه بر تقویت قوای عقلی به‌منظور مقابله با مشکلات
۹	وایتهد	تأکید بر بهبود سواد بدنی در آموزش و پرورش برای کسب مهارت یا هنر و استفاده در زندگی واقعی
۱۰	جان لاک (۱۶۳۲ - ۱۷۰۴ م)	تأکید بر کسب دانش با ادراک حسی و شکل‌دهی «لوح سفید ذهن انسان» به تدریج با تجربه‌های زندگی و باور وجود «عقل سالم در بدن سالم»
۱۱	ژان ژاک روسو	تأکید بر احساسات و شایسته‌بودن فطری انسان و باور به اهمیت تربیت‌بدنی برای رشد کودک

مفاهیم محوری در گفتار افلاطون «ایده و مثل»، برای ارسطو «صورت» و برای آکوئیناس «مقولات یا کلمات» هستند. «ارسطو» در معرفی «تربیت‌بدنی» به وابستگی «تن و روان»، «اجتناب از افراط و تفریط»، «تلاش برای کمال» و «اعتدال در تربیت‌سالم» تأکید دارد. او مانند افلاطون، «تربیت‌بدنی» را برای «آموزش و پرورش» و «رعایت اخلاق» مفید می‌داند. ارسطو «تربیت‌بدنی» را مقدم بر «تربیت عقلانی» و شروع آن را بین ۷ تا ۱۴ سالگی لازم می‌داند. از نظر او باید کودکان را در نخستین گام در اختیار مربی ژیمناستیک گذاشت تا مهارت‌های ژیمناستیک را به آن‌ها آموزش دهد. کاری که امروزه قرار است معلمان تربیت‌بدنی روی کودکان انجام دهند.

در سلسله مراتب آکوئیناس، «خداوند به عنوان واقعیت غایی در رأس» و پس از آن «فرشتگان، خانواده، سایر افراد، حیوانات و جمادات» قرار می گیرند. از دید آکوئیناس «تربیت بدنی» بر «آمادگی عمومی»، «قهرمانی»، «پرورش قوای بدن»، «توسعه مهارت‌ها»، «درک زیبایی‌ها» و «تکامل تجارب حسی برای ورود به علم و دانش» تأثیر دارد.

از دیدگاه «بیکن» به دلیل امکان خطای حواس باید آن‌ها را تربیت کرد. با کنترل تجربه به ادراک کمک می شود. با این معنا از طریق «استدلال استقرایی» بین «امور تجربی و عقلانی» پیوند برقرار می شود. «تفکر استدلال استقرایی» از نظر او بر «مشاهده و جمع‌آوری حقایق درباره تربیت بدنی به منظور کسب بهداشت بدن و روان» تأکید دارد.

«کمینوس» باور دارد که باید «طبیعت انسان» را به عنوان خلقت خداوند شناخت. در این خلقت میل به بازی و سرگرمی به طور غریزی وجود دارد. بازی با درگیر کردن «ذهن و بدن» به امور مختلف و فعال کردن استعدادها کمک می کند. برای این منظور باید در آموزش و پرورش زمینه «بازی» و مشارکت «دانش آموزان» فراهم شود.

«میلتون» اهمیت خاصی برای پرورش «ذهن و بدن» قائل بود. او به عنوان مسئول ورزش کشورهای مشترک المنافع به «امور تربیت بدنی» برای داشتن جوانان «سالم، چابک، قوی، منظم، شجاع، جوانمرد و ایثارگر» تأکید داشت. از نظر او داشتن نسل قوی برای دفاع امری مهم بود.

«پستالوزی» معروف به «پدر خردمند تعلیم و تربیت» بر این نکته تأکید دارد که «انسان با شناخت خود خدا را می شناسد» و به همین ترتیب «با دیدن بزرگی و ظرفیت‌های خود، آنگاه خدا را بزرگ می بیند». او بر «پرورش بدن»، «بهبود مهارت‌ها»، «افزایش نیرو» و «بازی» برای زندگی بهتر و موفقیت در مشاغل تأکید داشت.

«روسو» بر «رشد کودک در آزادی و با شکل طبیعی منطبق با تمایلات و علایق ذاتی او» تأکید می کرد. او تربیت بدنی را در «چهار سال اولیه آموزش» برای «رشد و شکوفایی کودک» و «پرورش حواس» لازم می دانست. «روسو» باور داشت که برای یادگیری «راستی و درستی» بهتر است که کودکان «دورویی و دروغ» را یاد نگیرند.

«مکتب رئالیسم» نیز مانند دیگر مکاتب به سؤالات کلیدی بر اساس اجزاء فلسفه به شرح جدول ۲-۱۸ پاسخ می دهد.

جدول ۲-۱۸. اجزای فلسفه با رویکردهای مکتب رئالیسم

ردیف	اجزا	توضیح
۱	ماورای طبیعت	تأکید بر «وجود خدا» به عنوان جوهر واقعی شکل‌گیری جهان و البته در مواردی نفی وجود خدا
۲	معرفت‌شناسی	درک شیء باشعور ظاهری و دیدن آن در دنیای خارج
۳	ارزش‌شناسی	ارزش‌های وابسته به «تجربه و شناخت فرد» و «قانون طبیعی»
۴	اخلاق	برآورده شدن شایسته خواسته‌ها با توجه به قوانین و نظم طبیعت
۵	زیبایی‌شناسی	تأکید بر «فرد و ارتباطش با جهان»، «درک و شناخت از زیبایی» و «وجود هماهنگی با قانون و نظم طبیعت»
۶	منطق	استدلال قیاسی (کبرا، صغرا، نتیجه) با توسعه منطق صوری یا علم تجربی طی مراحل «تعریف مسئله، مشاهده تمام عوامل مرتبط با مسئله، تعیین فرضیه و ارزشیابی فرضیه با آزمایش» است.

«رئالیست کلاسیک» بر آموزش و پرورش مبتنی بر «آرمان‌ها و اهداف، زندگی خوب، فرد خوب و اجتماع خوب» تأکید دارد. «رئالیسم دینی» بر «وحی، کشف و شهود خداشناسانه» برای آموزش و تربیت انسان عقل‌گرا تأکید می کند.



در مجموع رویکرد «ریالیسم» توجه به تربیت بدنی در «ورزش مدارس و دانشگاه‌ها» و نقش آن در رسیدن به «سلامت بدنی و روانی»، «کشف و بهره‌مندی از استعدادها»، «خودانضباطی» و «مسئولیت‌پذیری» است. از این منظر «بازی» نقش مهمی در رسیدن به اهداف مورد اشاره در ساعات «تفریح یا در خارج از مدرسه» خواهد داشت.

۲-۶-۴. **اصالت عمل یا پراگماتیسم:** فلسفه‌ای آمریکایی، تجربی یا آزمایشی با تأکید بر «تجربه در معنی وسیع آن برای جهان‌شناسی» است. از نظر پراگماتیسم‌ها تجربه مواردی چون «احساس، ادراک، تفکر، داوری، مقایسه و توصیف» را در بر می‌گیرد. آن‌ها اعتقاد دارند که «وجود اشیاء» با «درک شدن و واقعیت یافتن» برای فرد جزئی از تجربه خواهد شد. برخی از دیدگاه‌های دانشمندان و پیشروان این مکتب در جدول ۲-۱۹ معرفی شده است.

جدول ۲-۱۹. دیدگاه برخی دانشمندان پراگماتیسم یا تجربه‌گرا

ردیف	دانشمند	توضیح
۱	چارلز سندرز پیرس (۱۹۱۴-۱۸۴۹م.)	تأکید بر روش علمی و شناخت خود از طریق «تربیت بدنی و تمرینات» با «ارائه فرضیه و آزمون آن با استقراء» و «استدلال با قیاس و تعمیم نتایج»
۲	ویلیام جیمز (۱۹۱۰-۱۸۴۲م.)	تأکید بر «نقش تجربه در آگاهی و فکر»، «استفاده از مبانی نظری»، «نسبی بودن اخلاق و حقیقت» و «زندگی بر اساس بهترین تناسب، کارایی و رضایت برای هر فرد»
۳	جان دیویی (۱۹۵۲-۱۸۵۹م.)	تأکید بر «نقش دانش در تغییر جهان»، «لزوم آینده‌نگری»، «تجربه مبتنی بر فرایند عمل متقابل بین بشر، اجتماع و محیط فیزیکی»، «اصول دانش آموز محوری در آموزش و پرورش به جای برنامه‌درسی محوری» و «نیاز، فرایند حل مسئله، علاقه، توانایی و سازگاری دانش آموز»

این مکتب ریشه در «طبیعت‌گرایی» دارد و با تأکید بر «پژوهش علمی»، «آزمایش فرضیه» و «تجربه برای به کسب دانش واقعی» از سایر مکاتب متمایز می‌شود. تحلیل با این رویکرد به روش علمی، مشتمل بر «تفکرات منطقی، فرضیه‌ها، مشاهدات طولانی، آزمایش و تجربه قبل از اخذ نتیجه برای تصمیم» تأکید می‌کند. به همین دلیل بسیاری از فلاسفه عصر حاضر به دنبال تولید علم و دانش حاصل از فعالیت‌های علمی خود هستند. مکتب پراگماتیسم نیز مانند دیگر مکاتب به سؤالات کلیدی بر اساس اجزاء فلسفه به شرح جدول ۲-۲۰ پاسخ می‌دهد.

جدول ۲-۲۰. اجزای فلسفه با رویکردهای مکتب پراگماتیسم یا عمل‌گرا

ردیف	اجزا	توضیح
۱	ماورای طبیعت	به دنبال آزمایش و تجربه حقایق ماورای طبیعت
۲	معرفت‌شناسی	تأکید بر «تغییرات دائمی جهان»، «ایجاد شرایط پیچیده و بی‌ثبات»، «نیاز به دانش حاصل از تجربه»، «حقیقت به عنوان دانش حاصل از نتایج عملی آزمایش»
۳	ارزش‌شناسی	ارزش‌ها مبتنی بر «واقعیت»، «سودمندی برای زندگی»، «نسبی بودن» و «متأثر از تجربه بودن»
۴	اخلاق	امری نسبی و متأثر از تجربه‌ها
۵	زیبایی‌شناسی	مبتنی بر تجربه و ارضای انسانی در عرصه‌های «نقاشی، مجسمه‌سازی، نمایش و امثال آن»
۶	منطق	مبتنی بر روش آزمایش تجربی

از دیدگاه پراگماتیسم‌های دینی، اعمال حاصل از «تجربه هدفمند در زندگی دارای ارزش‌هایی چون هدایت در مسیر حقیقت، درستی و رستگاری» خواهد بود. در این مکتب، «دموکراسی» عملی‌ترین راه‌حل برای رسیدن به ارزش‌های اجتماعی است زیرا امکانات لازم برای «رشد، آزادی و مشارکت اجتماعی- فرهنگی» را فراهم می‌کند. تأکید پراگماتیست‌ها بر «امکان انتخاب فعالیت‌ها توسط دانش‌آموزان»، «ارزشیابی اثربخشی برنامه‌های آموزش و پرورش» است. در این الگو استفاده آمرانه از کتب درسی وجود ندارد بلکه آموزش باید با روش «حل مسئله تجربی» باشد. معلم ورزش و مربی پراگماتیست «دانش‌آموز» را طوری راهنمایی می‌کند که بتواند استعداد‌های خود را در یادگیری مهارت‌های ورزشی به‌کار گیرد. نقش معلم تربیت‌بدنی «رهبری یا نفوذ در دانش‌آموز» است و معیار عملکرد او اثربخشی روش مورداستفاده‌اش خواهد بود. از دید معلم ورزش «فعالیت‌ها» باید هماهنگ و تکمیل‌کننده در «دیگر مواد درسی مدرسه» و «زندگی شخصی» دانش‌آموزان باشند. تجارب حاصل از فعالیت‌های فوق‌برنامه مانند «بازدیدهای عملی، اردوها، انواع رویدادها و فعالیت‌های تفریحات سالم» در امر آموزش مؤثر هستند. مربیان و دانش‌آموزان باید بین درس‌های مختلف از قبیل «تربیت‌بدنی»، «بهداشت»، «ریاضی»، «تاریخ» و دیگر دروس ارتباط برقرار کنند و استعداد‌های خود را در هر حیطه شناسایی نمایند. دانش‌آموز و دانشجو باید با «تجربه» در جستجوی این راه‌ها به‌منظور رسیدن به زندگی و شغل باکیفیت بهتر باشد. به‌همین منظور یک معلم ورزش باید زمینه «تجارب اساسی با برنامه‌های درسی» همراه با «تجربه لذت و تلاش» را فراهم کند.

۲-۶-۵. اصالت انسان یا اومانیسم: مکتب هومانیسم یا اومانیسم بر «اصالت انسان»، «انسان‌گرایی»، «انسان‌مداری»، «نوع‌دوستی» و «خودسازی» تأکید دارد. بر اساس این مکتب، جهان و هر آنچه هست توسط «بشر» به‌وجود آمده است. در این معنا «انسان» مرکز ثقل و محور تمام ارزش‌ها است که اصالت به اداره و خواست او داده می‌شود. به‌عبارتی همه‌چیز از انسان شروع و به انسان ختم می‌شود و هیچ حقیقتی برتر از انسان وجود ندارد. اومانیست‌ها پیوند بین انسان‌ها را بر اساس «همدینی و هم‌خونی» نمی‌دانند بلکه معتقدند که تمام انسان‌ها از هر «قوم، ملت و اندیشه‌ای» پیوندی بر مبنای «بشر بودن» با هم دارند. بر این اساس انسان‌ها به دو دلیل «یکسان‌بودن خواستگاه همه نژادها» و «هم‌سطحی استعدادها در نژادهای گوناگون» با هم برابر هستند. چند قرن قبل از میلاد و در فرهنگ یونان، «انسان به‌عنوان رقیب خدا» معرفی می‌شد. در این فرهنگ و در داستان‌های اسطوره‌ای در رقابت‌های بین «انسان و خدا» در مواردی اصالت به انسان داده می‌شود و این اولین نشانه‌ها از مکتب «اومانیست» بود. در دوران رنسانس و طغیان علیه «کلیسا و مذهب» این مفهوم برجسته شد و تأکید انسان از «رویکردهای آسمانی» به «رویکردهای زمینی با محوریت انسان» تغییر پیدا کرد. بنابراین بحث‌های «نجات، رستگاری و نیل به حقیقت» جای خود را به «همت بشر و نقش تصمیم او» داده شد. در این رویکرد هدف حقیقی علم «کسب قدرت بشر برای تسلط بیشتر و بهتر بر طبیعت» بود. از معروف‌ترین اندیشمندان این مکتب می‌توان به «مازلو، راجرز و دیگر کسانی» اشاره کرد که به‌دنبال پاسخ به‌سؤالات کلیدی بر اساس اجزاء فلسفه به شرح جدول ۲-۲۱ بودند.



جدول ۲-۲۱. اجزای فلسفه با رویکردهای مکتب اومانسیم

ردیف	اجزا	توضیح
۱	ماورای طبیعت -	
۲	معرفت‌شناسی	کسب دانش از طریق تجربه و آگاهی بشری
۳	ارزش‌شناسی	وجدان آدمی محور و سرچشمه همه ارزش‌ها و عاملی در ایجاد وجدان جمعی
۴	اخلاق	تأکید بر اخلاق عملی و میزان پذیرش وجدان از خیر و نیکی
۵	زیبایی‌شناسی	تأکید بر نظر انسان در تشخیص زیبایی
۶	منطق	آزمایش و تحقیق تجربی

در رویکرد اومانسیم «طراحی برنامه‌ها و اداره کلاس‌ها» بر اساس «نیازها، احساسات، علایق، توانایی‌ها و تفاوت‌های فردی» شاگردان است. معلم همراه با دانش‌آموز، طرح‌ها را طوری هدایت می‌کند تا به تکامل تمام ابعادی وجودی دانش‌آموز برسد. برنامه‌های تربیت‌بدنی در این مکتب بر اساس «شاگرد محوری»، «فعالیت‌های خلاقیت‌مدار و جستجوگرانه در مقطع ابتدایی» و «فعالیت‌های تیمی و متنوع‌تر در مقاطع بالاتر» هستند.

۲-۶-۶. اصالت وجود یا اگزیستانسیالیسم: این مکتب به معنای «اصالت وجود»، «فلسفه وجودی» و «اصالت هستی» است. در این رویکرد بر «تجربه فردی»، «وجود بشر به‌عنوان امری غیرقابل توضیح»، «آزادی انتخاب» و «مسئولیت داشتن انسان در قبال نتایج اعمال» تأکید می‌شود. در جدول ۲-۲۲ دیدگاه برخی دانشمندان و پیشروان این مکتب مورد توجه قرار گرفته است.

جدول ۲-۲۲. دیدگاه برخی دانشمندان اگزیستانسیالیسم یا اصالت وجودگرا

ردیف	دانشمند	توضیح
۱	سورن کی گارد (۱۸۱۸ - ۱۸۱۳ م.) سیستم خاص	پایه‌گذار و تأکیدکننده بر «رویکرد دین مسیحیت به هستی انسان» و «محدود نشدن انسان در یک سیستم خاص»
۲	ژان پل سارتر (۱۹۷۶ - ۱۸۸۹ م.)	هر حقیقت و عملی، متضمن یک محیط و یک درونگرایی بشری بودن
۳	فردریک نیچه	ساخت فلسفه برای تندرستی و زندگی کردن

اگزیستانسیالیست‌ها به دو گروه «معتقد به واجب‌الوجود یا خدا» و «منکر واجب‌الوجود مانند سارتر» تقسیم می‌شوند. فلسفه‌های گذشته به مسائلی از قبیل «معرفت و چگونگی پیدایش آن قبل از هستی و وجود انسان» اهمیت می‌دادند و از این منظر به «خود انسان» توجه نداشتند. بنابراین «وجود انسان» بر ماهیت آن ارجحیت پیدا کرد. یعنی در مواجهه با هر چیز ساخته دست بشر، باید به سازنده آن و تصویر ذهنی ایجادکننده آن توجه داشت. در این مکتب «بشر» تعریف‌ناپذیر است و ابتدا هیچ است اما پس از «وجودیافتن» و در جریان زندگی، با کارهایی که انجام می‌دهد، خود را می‌سازد و معرفی می‌کند. بنابراین نمی‌توان هیچ انسانی را پیش از کارهایش و از پیش تعریف کرد. با این مفهوم هر «انسان» خودش را می‌سازد. مکتب اگزیستانسیالیسم نیز مانند دیگر مکاتب به برخی سؤالات کلیدی بر اساس اجزاء فلسفه به شرح جدول ۲-۲۳ پاسخ می‌دهد.

جدول ۲-۲۳. اجزای فلسفه با رویکردهای مکتب اگزیستانسیالیسم یا اصالت وجودگرا

ردیف	اجزا	توضیح
۱	ماورای طبیعت -	
۲	معرفت‌شناسی	دانش بشری که انسان خود را با آن می‌سازد.
۳	ارزش‌شناسی	تأکید بر «جنبه‌های شخصی و فردی»، «متأثر بودن از شرایط» و «نسبی بودن»
۴	اخلاق	نسبی و وابسته به شرایط هر انسان
۵	زیبایی‌شناسی	نسبی و بر اساس شرایط هر فرد
۶	منطق	آزمایش و تحقیق تجربی

در این مکتب آموزش و پرورش بر «جنبه انسانی» و «بهبود آگاهی از هستی» برای «خودیابی، خودرهبری و خودفعالیتی» تأکید دارد. الگوی تدریس مورد توجه در آن «فردمداری» و بر اساس توجه معلم به ویژگی‌های وجودی دانش‌آموزان است. در برنامه‌های تربیت‌بدنی، انسان باید خود را با «حرکت» بشناسد و حرکات باعث «موجودیت یافتن فرد» شود. فعالیت‌های ورزشی و تربیت‌بدنی باعث «توانایی، پرورش استعدادها، خلاقیت، کسب تجربه و نشاط» خواهند شد. در این مسیر توجه به بازی‌های انفرادی بیشتر است.

## ۲-۷. فلسفه ادیان و تربیت‌بدنی

یکی از رویکردهای فلسفی در انطباق بیشتر با دیدگاه‌های ایدئالیسم «فلسفه دینی» است. «دین» مسیر سعادت در زندگی را نشان می‌دهد. ادیان الهی مانند «اسلام، مسیحی، یهود و زرتشت» برای رسیدن به سعادت با «تربیت‌بدنی و ورزش» رویکردهایی به شرح جدول ۲-۲۴ را مطرح می‌کنند.

جدول ۲-۲۴. رویکرد فلسفه‌های دینی به ورزش و تربیت‌بدنی

ردیف	دین	توضیح
۱	یهود	تأکید بر «ایجاد همبستگی»، «اتحاد دینی و ملی»، «آمادگی دفاعی»، «سلامت»، «تفریح»، «زندگی بهتر»، «کسب مهارت در رشته‌های مختلف ورزشی یا یک ورزش»، «توسعه جوانمردی، شایستگی و از خودگذشتگی»، «توجه به بهداشت»، «تقویت ذهن» و «پرستش بهتر خالق»
۲	زرتشت	تأکید بر «گفتار نیک، رفتار نیک و پندار نیک»، «آموزش سوارکاری، تیراندازی و راست‌گویی»، «پیاپی روی طولانی»، «رام کردن اسب‌های سرکش»، «شنا»، «شکار»، «تعقیب دزدان»، «کشاوری و درختکاری»، «رقابت و توزیع جوایز در مراسم مدارس» و «پرستش و فرمان‌برداری از خدا»
۳	مسیح	تأکید بر «مفید بودن برای خود، خانواده و جامعه»، «سلامت روح و جسم»، «یادگیری بهتر»، «نیکوکاری»، «سلامت جسم برای انجام فرایض دینی»، «شادی و نشاط»، «جوانمردی و از خودگذشتگی»، «بهداشت»، «ایمان به خدا»، «راستی و رستگاری»، «میهن‌دوستی» و «کمک به هم‌نوع»
۴	اسلام	تأکید بر «عدالت اجتماعی»، «دموکراسی»، «معنویت»، «ایمان به خدا»، «نوع‌دوستی»، «سلامت جسم و روح»، «جوانمردی و ایثار»، «تقویت جسم برای انجام فرایض»، «نیکوکاری»، «تکامل اخلاق» با انواع ورزش‌هایی چون «کشتی، تیراندازی، راه‌پیمایی، شنا، سوارکاری، چوگان، شمشیربازی، پرتاب‌نیزه، شکار و ماهیگیری»



پیامبر اسلام (ص) ضمن «معرفی سلامت به عنوان یکی از باارزش ترین نعمت‌ها» برای تشویق مسلمانان به پرورش تن می‌فرماید «مؤمن نیرومند بهتر و محبوب تر از مؤمن ناتوان است». ایشان در فرازی «بدن» را شخصیتی مستقل و صاحب حق قرار می‌دهند و می‌فرمایند «بدن بر تو حقی دارد که باید آن را ادا کنی». حضرت علی (ع) نیز هنگام رازونیز با خدا، از او می‌خواهد تا اعضای بدنش را برای خدمتگزاری به خالق، نیرومند گرداند.

«ابن سینا» به عنوان یکی از دانشمندان برجسته اسلامی بر «رشد اخلاقی» متأثر از «تقویت بدنی» تأکید می‌کند. به عقیده او نباید کودک را فقط به «خواندن و نوشتن» وا داشت؛ زیرا در این شرایط «نیروی مادی و معنوی» او از تعادل خارج می‌شود. برای مواجهه مناسب با این مسئله و رسیدن به «تعادل مزاج» بهترین چیز «ورزش» است. ابن سینا در چهار فصل از کتاب ارزنده قانون بر «ورزش، تربیت بدنی و بهداشت کودکان و نوجوانان» و «انجام انواع فعالیت‌هایی چون راهپیمایی، پرش، توپ‌بازی، دو، کشتی، سوارکاری، شمشیربازی و شنا» تأکید دارد.

«خواجه نصیر طوسی» در کتاب اخلاق ناصری به لزوم «آموزش و پرورش کودکان» و «تربیت فرزندان» از دوره کودکی و نوجوانی اشاره می‌کند. از نظر او باید در ایام طفولیت تربیت برای «رستگاری»، «موفقیت»، «برخوردارگی از فضائل اخلاقی» و «مفید بودن برای خود، خانواده و جامعه» مورد توجه قرار گیرد. در این مسیر «تربیت بدنی و ورزش» یکی از ارکان مهم برای پرورش «روح، جسم و سلامت» است.

«کیکاوس» در «قابوسنامه» بر استفاده از برخی رشته‌های ورزشی مانند «تخته‌نرد، شطرنج، شکار و چوگان» برای یادگیری آداب و رسوم زندگی علمی اشاره دارد. او بر لزوم جامعیت در آموزش و ضرورت یادگیری از هر عمل به مقدار لازم تأکید می‌کند. از جمله موارد لازم برای آموزش به «قرآن، اخلاق، ادب، دانش، هنر، فن، کاربرد سلاح و شنا» اشاره می‌کند. به همین نحو «غزالی» از دیگر دانشمندان مسلمان، کار جهان را بر ۲۵ بخش تقسیم می‌کند و هر بخش را به یکی از علل وابسته می‌داند. او بخش «جهد و کوشش» را وابسته به علم «دبیری، ورزش و سوارکاری» قرار می‌دهد. در مرور انواع «فلسفه دینی» محورهای مشترکی چون «تربیت بدنی برای پرستش و فرمان برداری از پروردگار» مورد توجه قرار دارد. بنابراین برای تربیت نیروهای متخصص در زمینه «تربیت بدنی و علوم ورزشی» باید به این نکته توجه داشت که پروردگار در ساختار بدن انسان «توانایی فعالیت، حرکت، کار و تلاش» را عطا فرموده است و نقش «بی‌حرکی و کم‌حرکی» در زوال انسان و انسانیت از نظر «جسمی و روانی» غیرقابل انکار است. این رویکرد «تکامل انسان» را وابسته به «حرکت و پویایی» می‌داند. بر این اساس «ش یوه زندگی سالم» با «ورزش منظم و مداوم» برای زندگی سالم فردی و اجتماعی ضرورت دارد. «سلامت بدن و ورزیدگی» از بسیاری جهات روی «سلامت روان» اثر می‌گذارد و ظرفیت انجام کار و کیفیت زندگی را بهبود می‌دهد. بنابراین هر جامعه به تربیت «نیروی متخصص تربیت بدنی» نیازمند است.

علاوه بر این رویکردهای دینی در انتخاب ارزش‌ها میان ورزشکاران و مربیان اثر دارد. برای نمونه بسیاری از شخصیت‌های ورزشی «دین‌مدار» در تبلیغات محصولات غیراخلاقی یا مضر برای انسان‌ها حتی در قبال پول‌های زیاد، شرکت نمی‌کنند.

رویکرد تکامل‌گرایی دینی با تأکید بر «زندگی پس از مرگ» نیز به «ورزشکاران و مربیان» در رعایت رفتارهای اخلاقی در «محیط ورزش و خارج از آن» کمک می‌کند. برای نمونه از دیدگاه یکی از دانشمندان مسلمان انسان در هر مرحله از «زندگی» با «مرگ» وارد زندگی جدید و تکامل‌یافته‌تری به شرح جدول ۲-۲۵ می‌شود.

جدول ۲-۲۵. رویکرد تکامل‌گرایی در مراحل مختلف زندگی بشر

ردیف	مرحله	توضیح
۱	زندگی اسپرمی	از جمع هزاران اسپرم، تنها یک اسپرم در فاصله «چندساعته و چندساعتی متری» وارد تخمک می‌شود و شاید از دید بقیه، او می‌میرد اما آن اسپرم از طریق تخمک مقدمه شکل‌گیری جنین برای یک زندگی جدید می‌شود.
۲	زندگی جنینی	جنین با گذران زندگی حدود ۹ ماهه در شکم مادر و مایع آمنیون، قصد خروج از این محیط و ورود به دنیای جدید را پیدا می‌کند. از دیدگاه همزیستان ۹ ماهه‌اش او از آن دنیا خارج می‌شود (تعبیر مرگ) اما در عمل وارد دنیای جدید و در جریان تکامل قرار می‌گیرد.
۳	زندگی زمینی	انسان از بدو تولد تا زندگی چندین ساله بر روی کره خاکی فرصت حرکت در مسافت‌های چند صد کیلومتری و زندگی طولانی‌تری دارد. تجربه‌ها، رفتار و اعمال او در نهایت او را برای ورود به دنیای دیگری آماده می‌کند که بازهم از دید بقیه برای او مرگ است ولی این «مرحله تکاملی» زمینه ورود به زندگی جدیدی با امکان تجربه «زمان و مکان» وسیع‌تری خواهد بود.

این رویکرد و پیدا کردن این جهان‌بینی که زندگی زمینی فرصتی برای تکامل انسانی و معنوی و آمادگی برای ورود به زندگی و دنیایی بزرگ‌تر است، به ورزشکار کمک می‌کند تا اسیر غرور و نفسانیات احتمالی در دنیای پرزرق‌وبرق ورزش نشود و با اعتمادبه‌نفس و عزت‌نفس این دوران را سپری کند. در این مسیر یکی از موضوعات بسیار مهم «اخلاق ورزشی» است.

## ۲-۸. اخلاق ورزشی

«اخلاق» یکی از بحث‌های کلیدی و مؤلفه‌های مهم در «فلسفه ورزش» است. «اخلاق» جمع واژه «خُلُق» و به معنای «خوی‌ها» و «علم اخلاق» دانش بررسی و ارزش‌گذاری بر خوی‌ها و رفتارهای آدمی با توجه به دو بعد به شرح جدول ۲-۲۶ هستند.

جدول ۲-۲۶. ابعاد موردبررسی در علم اخلاق

ردیف	ابعاد	توضیح
۱	وجدان اخلاقی یا Moral	قواعد و اصول تعیین‌کننده رفتارهای «خوب‌وید» از دیدگاه ارزش و به‌منظور قضاوت و داوری
۲	اخلاق عملی یا Ethics	قواعد توافقی برای رفتارهای حرفه‌ای و کاری

برخی پژوهشگران «اصول اخلاقی» را از «اخلاق» جدا می‌کنند و «اخلاق» را برای شناسایی «معیارهای رفتار نیک» و «اصول اخلاقی» را برای رویکردهای «خردگرا، علمی و توجیهی درباره قواعد رفتاری» به کار می‌برند. «اخلاق‌شناسی حرفه‌ای» در حداصل بین «اخلاق» و «حقوق» قرار دارد. «قوانین» دستورالعمل‌های قطعی هر کشور یا سازمان هستند که تخطی از آن‌ها قابل پیگردهای حقوقی است و اغلب برای شکسته شدن آن‌ها «تنبیه» در نظر گرفته می‌شود. نیروهای



انتظامی با واکنش در مقابل «قانون شکنان» آن‌ها را «متوقف یا دستگیر» و روانه محاکم قضایی می‌کنند. محاکم قضایی نیز قانون شکنان را بر اساس موارد تعیین شده در قانون، مورد قضاوت و جریمه قرار می‌دهند. این در حالی است که «اخلاق» بیشتر جنبه درونی دارد و با معیار «وجدان» کنترل می‌شود. در واقع خوب و بد های مورد پذیرش در جامعه توسط فرد درونی شده و در صورت بی توجهی به آن‌ها ابتدا «وجدان فرد» و سپس جامعه به او هشدار می‌دهد. مجازات قانونی شامل موارد «مادی و زندان» اما مجازات اخلاقی مبتنی بر «وجدان یا ضمیر باطن» هستند (ببران، خانیکی و آطاهریان، ۱۳۹۴).

قوانین ورزش امروز، خواهان بازی «صادقانه و اخلاقی» است. با این رویکرد رفتار «ورزشکار کم کاری که باعث شکست تیمش شود»، «ورزشکار تباه کننده نتیجه تلاش دیگران» و «ورزشکار بدون انصاف و عدالت» اخلاقی نیست (مستر آلکسیس<sup>۱</sup>، ۲۰۰۹). کرچمار (۱۹۹۴) اصطلاح «اخلاق» را با «مسئولیت انسانی» مرتبط دانست زیرا همه انسان‌ها بر اساس قبول «ارزش‌های عمومی» داوری می‌کنند. اگرچه همه انسان‌ها از سطح بالای «اخلاقی و معنوی» برخوردار نیستند اما باید زمینه «تصمیم‌گیری مبتنی بر اخلاق» در محیط فراهم شود. در این مسیر شناسایی و ایجاد حساسیت نسبت به «اصول اخلاق» و جلب مشارکت عمومی بسیار مهم و یک مسئولیت اجتماعی برای همگان است. این مسئولیت اجتماعی، در بردارنده «تعهد اخلاقی و قانونی افراد در قبال خویشتن و دیگران» خواهد بود. شرایط مواجهه با ورزش در شرایط تجاری و تأکید بر «درآمد و سود» بی توجهی به اصول اخلاقی است. «اصول اخلاقی» در این حوزه باید به گونه‌ای باشد که تلاش‌های منفعت طلبانه و سودگرایی، باعث آسیب یا ضرر برای دیگر افراد جامعه نباشد. همچنین «تعهد صاحبان و مدیران باشگاه‌ها نسبت به جامعه و مشتریان» یک مسئولیت اجتماعی است. این مسئولیت می‌تواند شامل «محیط سالم، کارکنان لایق، مربیان حائز شرایط، تجهیزات مناسب، ارزیابی عملکرد، خدمات در زمان مناسب، حق عضویت منصفانه، اطلاع‌رسانی مناسب و امثال آن» باشد. باید پذیرفت که «رسالت و فلسفه» هر سازمان ورزشی و مسئولانش تعیین کننده رفتار معمول افراد هستند. بنابراین باید به «اصول اخلاقی» در همه تصمیم‌گیری‌ها توجه کرد و آن را در همه سطوح سازمان ورزشی نهادینه کرد. هرگونه «تصمیم‌گیری» ریشه در فلسفه و در ارتباط با «منطق، استدلال، اخلاق و داوری معنوی» است. آگاهی از این موارد به «تصمیم‌گیری مبتنی بر اخلاق» در میان «مدیران و کارکنان ورزشی» کمک می‌کند. به این نحو که شخص برای توجیه برخی تصمیمات مبتنی بر اصول اخلاقی به دنبال «مقررات یا اصول کلی» همسو با آن‌ها خواهد بود. البته بسیاری از «اصول اخلاقی» مانند «دزدی نکردن» در چارچوب مطلق قوانین و مقررات هستند. باین حال برای تصمیم‌گیری مبتنی بر «اصول اخلاقی» در مواجهه با مسئله باید به «جمع‌آوری اطلاعات مرتبط» و «شناسایی انواع راه‌حل یا تصمیم‌های ممکن اخلاقی» پرداخت. ملاک «اخلاقی بودن تصمیم یا راه‌حل» را می‌توان با توجه به سه سؤال کلیدی به شرح جدول ۲-۲۷ تعیین کرد.

1. Masterallexis

جدول ۲-۲۷. محورهای تشخیص اخلاقی بودن یک تصمیم یا راه‌حل

ردیف	محورها	توضیح
۱	سودمندی	آیا این تصمیم به سود همگان است؟
۲	عدالت	آیا این تصمیم منصفانه است؟
۳	حقوق دیگران	آیا با این تصمیم به حقوق دیگران احترام گذاشته می‌شود؟

هر پاسخ مثبت به هر سؤال ما را از «اخلاقی بودن» تصمیم مطمئن‌تر می‌کند و برعکس هر پاسخ منفی این احتمال را کاهش می‌دهد. برای نمونه اگر یک تولیدکننده پوشاک ورزشی، به علت افزایش قیمت مواد اولیه و بحران مالی شرکت، قصد استفاده از مواد باکیفیت پایین داشته باشد؛ برای هرگونه قضاوت درباره اخلاقی بودن این تصمیم باید حقایق و اطلاعات کاملی را جمع‌آوری کرد. این اطلاعات می‌تواند درباره تولیدکننده و مصرف‌کننده، کیفیت مواد، شدت مشکل مالی شرکت، میزان مرغوبیت یا بی‌کیفیتی کالای تولیدی و امثال آن باشد. پس می‌توان قابل قبول بودن تصمیم را بر اساس سودمندی و احترام به حقوق افراد و منصفانه بودن آن تجزیه و تحلیل کرد. در این مرحله باید اطلاعات تکمیلی چون «آیا هم تولیدکننده و هم مصرف‌کننده از این کار سود می‌برند؟» و «اگر یک طرف سود می‌برد، منافع طرف دیگر تا چه حد به خطر می‌افتد؟» و دیگر موارد مهم را جمع‌آوری کرد (پارکز، آرکی زنگر و کوارترمن، ۱۳۸۲: ۱۲۰-۱۱۹). مهم‌ترین محورهای اصل عدالت در اخلاق ورزشی نیز در جدول ۲-۲۸ معرفی شده است.

جدول ۲-۲۸. محورهای عدالت در اخلاق ورزشی

ردیف	محورها	توضیح
۱	رفتار منصفانه	برخورد یکسان با افراد همسان از ابعاد مختلف
۲	اجرای منصفانه قانون و مقررات	اجرای قانون از روی «وجدان، منصفانه و بی‌طرفانه»
۳	جبران منصفانه	پرداخت غرامت بانصاف به افراد خسارت‌دیده، توسط فرد مسئول
۴	توبیخ منصفانه	توبیخ افراد برای رویدادها و تصمیم‌های با خطای عمد و آگاهانه

با توجه مجموعه این بحث، روشن است که مدیران ورزش باید در زمینه «وظیفه‌شناسی، معرفت‌شناسی، ارزش‌شناسی و اخلاق» مطالعات فلسفی داشته باشند تا بتوانند به مسئولیت‌های روزانه خویش عمل کنند. ورزش و مناسبت استفاده از فلسفه در مدیریت ورزش، یکی از حوزه‌های مهم پژوهش را تشکیل می‌دهد. به‌ویژه اینکه مدیر ورزش با پرسش‌های مبتنی بر «اصول اخلاقی» و در ارتباط با «خدمت به جامعه» و «محیط کار» مواجه است. داشتن تفکر منتقدانه و اندیشمندانه در این مسیر بسیار مؤثر است (پارکز، آرکی زنگر و کوارترمن، ۱۳۸۲، ص. ۱۲۳).

مکاتب فلسفی مختلف، ضمن مشترکات «رویکردهای خاصی به موضوع اخلاق» دارند. شناخت این رویکردهای کاربردی به «رعایت و اجرای اصول اخلاقی» کمک می‌کند. برای نمونه برای بازداري از برخی رفتارهای غیراخلاقی، «فلسفه دینی» رویکرد سه‌گانه‌ای به شرح جدول ۲-۲۹ در مواجهه با امور دنیوی دارد که می‌تواند در اتخاذ «تصمیم‌های مبتنی بر اخلاق» مؤثر باشد.

جدول ۲-۲۹. رویکردهای فلسفه دینی در مواجهه با مسائل دنیوی برای بازداری از رفتار غیراخلاقی

ردیف	رویکرد	توضیح
۱	کسب توفیق دنیایی	برخورداری از یک نعمت و لزوم حق‌سپاسی از خداوند
۲	ناکامی در نتایج دنیایی	لزوم درک یک حکمت الهی و تداوم در حق‌سپاسی از خداوند
۳	از دست دادن چیزی	لزوم درک یک آزمایش الهی، ضرورت صبر و تداوم در حق‌سپاسی از خداوند

## ۲-۸-۱. اخلاق حرفه‌ای در ورزش

«اخلاق حرفه‌ای» بر اساس فهم ایجادشده از «اخلاق معنوی یا وجدان» به برداشت نهایی از ارزش‌ها کمک می‌کند. اگر «عناصر نظام اخلاق حرفه‌ای» در تعارض با «اخلاق معنوی» باشد؛ فرد دچار چالش و تضاد درونی می‌شود. در این شرایط «توجیه منطقی رفتارها و کردارها» بر مبنای اصول عمومی و پایدار اخلاقی چون «احترام به کرامت انسانی، بیان حقیقت، شفافیت و التزام به ارزش‌های جمعی و اجتماعی» به رفع این تضاد کمک می‌کند (خانیکی، ۱۳۸۸).

مفهوم پهلوانی در ایران همواره صفتی «ورزشی- اخلاقی» و از ارزش‌های اخلاقی بوده است. پهلوان به‌عنوان اسطوره‌ای از «اخلاق، سلحشوری و جوانمردی» باید از ویژگی‌هایی چون «حسن خلق، عفت، هوشمندی، ذکاوت و تنومندی جسم» برخوردار می‌بود. در شاهنامه شخصیت رستم به‌عنوان نماد پهلوانی با چنین ویژگی‌هایی معرفی می‌شود. پس از ظهور اسلام برای مرام پهلوانی الگوهایی چون امامان معصوم و به‌ویژه حضرت علی (ع) مورد توجه قرار گرفتند. اساس فلسفه تربیت بدنی اسلامی توجه به هر دو بعد «جسم و روح» است و با این رویکرد نمی‌توان یکی را بدون دیگری تقویت کرد. با این رویکرد از اواسط قرن ظهور اسلام در کنار پهلوانان، گروهی بنام «عیار» و با همان خوی و خصلت پهلوانی شهرت یافتند. عیاران مردانی «قوی، چابک و معتقد به خصایل فتوت و جوانمردی یا همان اخلاق-مداری» بودند. ویژگی خاص آن‌ها در این بود که آن‌ها خود را «برای گرفتن حق مظلوم از ظالمان و پس دادن به آن‌ها» به‌خطر می‌انداختند.

زورخانه در ایران به‌عنوان یک مکان مقدس و ورزشی، محلی برای تربیت و معرفی پهلوانان به جامعه بوده است. یکی از نکات قابل توجه در زورخانه، وجود یک مربی یا مرشد به‌عنوان ستون اصلی این مکتب است. او باید فتوت را به ورزشکاران و به‌ویژه جوانان و نوجوانان بیاموزد. از جمله معیارهای پهلوانی در ظاهر افراد می‌توان به مواردی به شرح جدول ۲-۳۰ اشاره کرد.

جدول ۲-۳۰. شش مقام ظاهر پهلوانان یا فتيان

ردیف	نوع مقام	توضیح
۱	بندشلووار	تأکید بر حفظ عورت و دوری از زنا
۲	بند شکم	تأکید بر حفظ شکم از لقمه حرام
۳	بند زبان	تأکید بر حفظ زبان از غیبت و بهتان
۴	بند سمع و بصر	تأکید بر حفظ گوش و چشم از آنچه نباید بشنود یا ببیند.
۵	بند دست و قدم	تأکید بر پرهیز از رنجاندن دیگران و سخن‌چینی
۶	حرص و اامل	دوری از حرص و یادآوری مرگ و دنیای دیگر

از الگوهای برجسته معاصر در تاریخ ایران می‌توان به «پوریای ولی» اشاره کرد که با از خودگذشتگی نام خود را فراتر از قهرمانی‌ها در تاریخ ایران به‌عنوان یک پهلوان اسطوره‌ای ثبت کرده است. پس از او «جهان‌پهلوان تختی» نیز به‌دلیل رفتارهای «اخلاقی و مردم‌پسند» به‌عنوان یک پهلوان در تاریخ ایران ماندگار شد. هرچند ورزشکاران هم‌دوره یا شاخص در دوره‌های بعد از او و تا به امروز با وجود کسب مدال‌های زیاد اما نام آن‌ها مانند تختی مورد توجه نیست.

## ۲-۸-۲. اخلاق ارتباطی در ورزش

در یک الگوی ارتباطی از سطوح ارتباط درون‌فردی تا ارتباط جمعی و حتی ارتباط فرافردی می‌توان تلاش‌های مختلفی را برای «رعایت و بهبود رفتار اخلاقی» در پیش گرفت. در این الگو به فرد توصیه می‌شود تا در تمامی انواع ارتباطات، سطح مطلوب ارتباط را در دستور کار خود قرار دهد. این الگو در شکل ۲-۱ ارائه شده است.

ردیف	سطوح ارتباطات انواع ارتباطات	سطح نامطلوب	سطح مطلوب	سطح نامطلوب
۱	درون فردی	خودشیفتگی	اعتماد به نفس / عزت نفس	خودپنداری منفی / مازوخیسم
۲	بین فردی	مداهنه/غلو کردن/ سکوت نا به‌جا/ بدون توجه به نیاز مخاطب	گفت‌وگوی منطقی و مبتنی بر استدلال برتر/ نیاز محور	توهین/ مسخره کردن/ فرصت ندادن برای پاسخ- گویی/ بدون توجه به نیاز مخاطب/ سادیسیم
۳	گروهی یا عمومی	زبان تخصصی/ پیچیده/ غیرقابل فهم/ غیر جذاب/ بدون توجه به نیاز مخاطب	زبان قابل فهم/ جذاب/ با توجه به نیاز مخاطب	زبان ساده و بی‌اهمیت/ غیر جذاب/ بدون توجه به نیاز مخاطب
۴	جمعی	زبان تخصصی/ پیچیده/ غیرقابل فهم/ غیر جذاب/ بدون توجه به نیاز مخاطب/ سوگیرانه و غرض‌ورزانه	زبان قابل فهم/ جذاب/ با توجه به نیاز مخاطب/ رویکردی آگاهانه، منصفانه و مستدل	زبان ساده و بی‌اهمیت/ غیر جذاب/ بدون توجه به نیاز مخاطب/ اعلام نظر بدون آگاهی و شناخت
۵	فرا فردی	حیوان‌آزاری/ گیاه‌آزاری/ ماشین‌سالاری یا ماشین زدگی/ جزم‌گرایی معنوی	ارتباط منطقی و مسالمت‌آمیز با حیوانات و گیاهان/ استفاده مؤثر از ماشین/ هوش معنوی مناسب/ با تأکید بر بهبود کیفیت زندگی	وابستگی به حیوان/ حیوان‌هراسی/ وابستگی به گیاه/ گیاه‌هراسی/ وابستگی به ماشین/ ماشین‌هراسی/ بیگانگی با ماشین/ معنویت گریزی

شکل ۲-۱. الگوی سطوح مطلوب و نامطلوب ارتباطات حمید قاسمی (۱۳۹۴)

۲-۸-۲-۱. **ارتباط درون فردی:** در پیوستار ارتباط درون فردی، سطح مطلوبی در میانه آن وجود دارد. در یکسر این پیوستار، افرادی قرار دارند که خودشیفته هستند و اغلب فکر می‌کنند از همه بالاتر و برتر و دانای کل هستند. در سر دیگر افرادی «خودکم‌بین و اغلب تسلیم مطلق در برابر همه نظرات» هستند. آن‌ها اغلب بدون شهامت لازم برای مواجهه با حقیقت گام بر می‌دارند. در میانه این پیوستار سطح «اطمینان و مطلوب» با افرادی دارای «خودپنداره مثبت، اعتماد به نفس و عزت نفس» وجود دارد. شاخص عزت نفس در این سطح به حفظ ارزش‌ها در اتخاذ تصمیم‌ها کمک می‌کند.

۲-۸-۲-۲. **ارتباط بین فردی:** در این نوع ارتباط و در شکل نامطلوب از یک طرف می‌توان شاهد مدهانه (مبالغه غیرواقعی) و از سوی دیگر، شاهد توهین، مسخره یا تحقیر دیگران بود. سطح مطلوب این نوع ارتباط گفت‌وگوی منطقی و مبتنی بر نیاز مخاطب است. اصل مبنایی در گفت‌وگوی منطقی، پذیرش استدلال برتر است. در مواردی افراد در حضور فرد مقابل به دلیل ترس از موقعیت یا شغل خود سکوت می‌کنند و گاهی فرد طوری صحبت می‌کند که امکان اظهار نظر را از طرف مقابل سلب می‌کند. در این پیوستار افرادی که از دست انداختن و مسخره کردن لذت می‌برند و با این رویکرد گام به میادین ورزشی می‌گذارند، احتمال ابتلا به نوعی سادیسم یا لذت از دیگرآزاری دارند.

۲-۸-۲-۳. **ارتباط گروهی:** ورزشکاران یا مربیانی که توانایی ارائه بایبانی شیوا و قابل فهم دارند و در حضور در جمع‌های مختلف، انگیزه پاسخ‌گویی را در افراد مختلف بالا می‌برند در سطح مطلوب این نوع ارتباط قرار دارند.

۲-۸-۲-۴. **ارتباط جمعی:** ورزشکاران یا مربیانی که با بی‌اطلاعی از موضوع، مطالب پیام‌هایی را با رویکردهای آرمان‌گرایانه یا غیرواقعی مطرح می‌کنند؛ حتی مواردی که با کسب منافع شخصی اطلاع‌رسانی ورزشی صورت می‌گیرد، ارتباط در دو سر پیوستار و از نوع نامطلوب و دور از ارزش‌های انسانی است. سطح قابل اطمینان یا مطلوب این پیوستار، افرادی هستند که با شناخت واقعی، عزت نفس و مهارت مناسب، با قلم، دوربین و کلام خود سعی می‌کنند که در بین افکار عمومی واقعیت‌ها را روشن و با انتقادات سازنده و راهگشا، زمینه توسعه ورزش را بدون نتیجه‌گیری‌های غیرواقعی گرایانه و غرض‌ورزانه فراهم کنند (قاسمی و کشکر، ۱۳۹۱).

۲-۸-۲-۵. **فرا فردی:** در این سطح «ورزشکاران یا مربیانی» که حتی در ارتباط با موجوداتی غیر از انسان مانند «ماورای طبیعت، گیاهان، حیوانات و لوازم ورزشی» از اصول و ارزش‌های انسانی و شناخته‌شده پیروی می‌کنند، نقش مؤثرتری در جهت بهبود کیفیت زندگی انسانی و اجتماعی دارند.

### ۲-۸-۳. اخلاق در آموزش و پژوهش ورزشی

یکی از موضوعات مهم توجه اخلاق در نظام‌های آموزشی و پژوهشی در ورزش است. این مهم از دوران پیش‌دبستانی شروع و در طول تحصیل در آموزش و پرورش و سطوح مختلف دانشگاهی ادامه خواهد داشت. یکی از نمادهای بی‌توجهی به این مهم وجود فساد در نظام‌های مورد اشاره است. مهم‌ترین کنشگران زمینه‌ساز فساد در نظام آموزشی و پژوهشی چهار رکن اصلی «دانش‌آموز یا دانشجو»، «معلم یا استاد»، «کارکنان» و «مدیریت» هستند.

«احساس فساد» برداشتی است که مخاطبان یک دستگاه از وجود فساد در آن دارند و البته به منزله تأیید قطعی وجود فساد در آن دستگاه نیست اما یک نشانه بر احتمال بالای وجود فساد و ایجاد بی‌اعتمادی نسبت به آن دستگاه است. در تحقیقی نشان داده شد که «احساس فساد» در نظام‌های آموزش و پرورش و دانشگاهی ایران از بقیه دستگاه‌ها کمتر و حدود پنجاه درصد بود! این مقدار اگرچه سطحی کمتر از بقیه دستگاه دارد اما آثار مخرب آن می‌تواند بسیار بیشتر باشد، زیرا در این نظام افراد در حال تربیت و آماده سازی برای ورود به جامعه در نقش مهم‌های مختلف هستند. از جمله گونه‌های مهم فساد توسط کنشگران نسبت به هم در نظام‌های دانشگاهی در جدول ۲-۳۱ معرفی شده است (حسینی هاشم‌زاده، ۱۳۹۸).

جدول ۲-۳۱. برخی نمونه‌های فساد در نظام آموزش عالی

ردیف	کنشگران	نمونه‌ها
۱	استاد به دانشجو	«وادر کردن دانشجو به نوشتن مقاله و کتاب مشترک بدون ایفای نقش لازم»، «درست کردن رزومه جعلی برای دانشجو در قبال دریافت انواع خدمات مادی و غیرمادی»، «پارتی‌بازی در دادن معرفی‌نامه، تأیید صلاحیت یا مصاحبه با دانشجو برای جذب»، «استثمار اقتصادی دانشجویان در طرح پژوهشی»، «کم‌گذاشتن در وظیفه آموزشی»، «نمره دادن ناعادلانه» و...
۲	دانشجو به استاد	«تطمیع استاد»، «به چالش کشیدن، فشار، تهدید، مظلوم‌نمایی یا استفاده از واسطه در برابر استاد» و «پرونده‌سازی اخلاقی برای استاد» و...
۳	کارکنان به استاد یا دانشجو	«درخواست رشوه در ازای ارائه خدمات»، «جعل اسناد در ازای گرفتن خدمات» و...
۴	استاد به استاد	«اعمال نفوذ در داوری و تأیید مقاله یا چاپ کتاب»، «بده‌بستان مقاله‌ای یا تو مقاله‌ام را در نشریه‌ات چاپ کن و من مال تو را چاپ می‌کنم»، «تبانی در توزیع پایان‌نامه و رساله»، «پرونده‌سازی و تخریب همکاران رقیب یا خارج از باند» و...
۵	دانشجو به دانشجو	«اضافه کردن نام همکلاسی در فعالیت‌های علمی بدون مشارکت لازم»، «تقلب و به‌جای هم امتحان دادن»، «سواستفاده جنسی در قبال انجام وظایف دیگران» و...
۶	مدیریت به دانشجو، استاد و کارکنان	«پارتی‌بازی در جذب هیئت علمی، کارکنان یا دانشجو»، «پارتی‌بازی در انتصابات»، «اختلاس»، «سوء استفاده از موقعیت برای گرفتن امتیازهای ناحق» و...

به‌همین فعالیت‌های معلمان ورزشی و دانش‌آموزان در حوزه ورزش هر جا که از طریق عدالت دور و احساس فساد ایجاد کند، به‌عنوان مصداقی از عدم رعایت «اخلاق در نظام آموزشی» مورد توجه قرار می‌گیرد. این امر حتی در باشگاه‌های ورزشی و درباره مربیانی که به آموزش کودکان، نوجوانان و حتی بزرگسالان می‌پردازند نیز صادق است.

## ۲-۸-۴. نقد اخلاقی در ورزش

در گفتمان رسانه‌ای نقد جایگاه بسیار مهمی دارد. آشنایی با اصول نقد و انجام نقد سازنده در رسانه یکی از شاخص‌های مهم در اخلاق رسانه‌ای است. در مجموع نقد، کاری سهل و ممتنع است. یعنی خرده گرفتن از دیگران کار ساده‌ای است اما «نقد اصولی و موردپذیرش اهل فن»، کاری مشکل خواهد بود. نقد «سنجشی دقیق» است که باید در آن «نقاط





قوت و ضعف» باهم دیده شود. در تعبیری کلی می‌توان نقد را تلاشی برای تشخیص درست از نادرست دانست. نقد با جایگاه ویژه خود در حوزه «علوم انسانی» بخش مهمی از دانش بشری را تشکیل می‌دهد. در نقدها «اختلاف نظر و دیدگاه» امری اجتناب‌ناپذیر است. اما نکته مهم آن است که هر نظر یا دیدگاه باید «استدلال مناسبی» داشته باشد. انتظار می‌رود که خبرنگاران «نقد» خود را بدون «هرگونه سوگیری» و با «بررسی جامع اخبار و اطلاعات» ارائه دهند. انتقادهای علمی‌تر و به‌ویژه در محیط‌های دانشگاهی باید با توجه به پشتیبانی «مبانی نظری و پیشینه‌های پژوهشی» باشند. در مجموع «اصول اولیه نقد» را می‌توان در جدول ۲-۳۲ دسته‌بندی کرد.

جدول ۲-۳۲. اصول اولیه نقد

ردیف	اصول	توضیح
۱	مستدل و مستند بودن	با استدلال، سند و مدرک مناسب
۲	نقاط قوت و ضعف	تأکید بر «نقاط قوت» و سپس «نقاط ضعف با پرهیز از عیب‌جویی صرف»
۳	قابل فهم بودن	متکی بودن نقد به شعور متعارف یا فهم عمومی یا قابل درک بودن
۴	صادقانه و سنجیده	دوری از تعصبات، قضاوت شخصی و تعصبات عاطفی
۵	داشتن معیار مناسب	نقد با معیارهایی کلی، روشن و قابل تعمیم
۶	جستجوی مبانی نظری	متکی بودن هر نقد به مبانی نظری و پیشینه‌های پژوهشی
۷	پرهیز از تحقیر	مراقبت از تحقیر نشدن نقدشونده و فضل‌فروشی نقدکننده
۸	ارائه راه‌حل	تا حد ممکن راه‌حل ارائه کردن
۹	معطوف به بهبود امور	کمک‌کننده به بهبود امور
۱۰	حس کمک شدن	ایجاد حس خوب کمک شدن یا کمک گرفتن در نقدشونده
۱۱	خودارزیابی	شهامت منتقد در پذیرش اشتباه و نقدشدن نقد خودش
۱۲	آزمون‌پذیری	قابل مشاهده و تجربه‌بودن نقد برای دیگران

## ۲-۹. انتخاب فلسفه در ورزش

انتخاب فلسفه مناسب به «فرد، رویکرد منطقی و تفکر نقادانه‌اش» بستگی دارد. هرچند هر انسانی بدون مطالعه این مفاهیم نیز دارای «چارچوب فلسفی» خاص خود است اما آشنایی با انواع فلسفه‌ها و منطق حاکم بر آن‌ها کمک می‌کند تا در این تصمیم‌گیری مهم انتخاب بهتری انجام شود. بدیهی است که همچون مراحل پیش‌گفته درباره فرایند تصمیم‌گیری، فرد بر اساس «توسعه آگاهی، شناخت و بهره‌مندی هوشمندانه از بازخوردهای حاصل از نتایج تصمیم» می‌تواند به ارتقای چارچوب فلسفی خود بپردازد. برای این منظور هر فرد باید ابتدا برای «زندگی شخصی و سپس زندگی اجتماعی و حرفه‌ای خود» با تفکر نقادانه به مطالعه «انواع مکاتب فلسفی» بپردازد. در این گذار «اهداف فرد» مهم‌ترین نقش را در جهت‌دهی به تفکر و مطالعات خواهد داشت. هدف‌ها در زندگی عامل اصلی در «ایجاد امید، تلاش و حرکت» هستند. بنابراین انتخاب اهداف صحیح و مناسب از راهبردهای کلیدی برای شناسایی و انتخاب فلسفه‌های مناسب است. به‌همین دلیل «هدف‌گزینی» در کنار مهارت «حل مسئله» از مهم‌ترین مهارت‌هایی هستند که فرد باید از

زمان شروع توانایی تفکر به تمرین و تلاش برای بهبود آن‌ها بپردازد. این دو مفهوم کلیدی در جدول ۲-۳۳ تشریح شده‌اند.

جدول ۲-۳۳. دو مهارت کلیدی برای جهت‌دهی به مسیر زندگی و انتخاب فلسفه برتر

ردیف	مهارت	توضیح
۱	هدف‌گزینی	یادگرفتن چگونگی انتخاب بهترین هدف بر اساس منابع و امکانات موجود
۲	حل مسئله	یادگرفتن چگونگی گذر از موانع و چالش‌ها در مسیر حرکت به سوی هدف

در نظام‌های آموزشی دو رویکرد اصلی آموزشی، تأکید بر آموزش این دو مهارت با انواع رویکردهای آموزشی مؤثر است. مهارت مناسب در «انتخاب هدف» و «حل مسئله» علاوه بر کمک به انتخاب «فلسفه مناسب» از «فلسفه انتخاب‌شده» هم اثر می‌پذیرند. اغلب در مراحل اول زندگی روش «آزمون و خطا» در «یادگیری‌ها، انتخاب‌ها و تکامل تفکر» سهم بیشتری دارد. نقش «هدف‌گزینی» و «حل مسئله» بیشتر است اما با افزایش «ظرفیت‌های تفکر و انتخاب آگاهانه چارچوب فلسفی» شرایط «اهداف، روش‌های حل مسئله و تصمیم‌گیری‌ها» بیشتر متأثر از «دیدگاه‌های فلسفی و تفکر مبتنی بر آن» خواهند شد.

انسان باهوش در تلاش برای انتخاب «شغلی» است که علاوه بر تأمین نیازهای «فیزیولوژی، ایمنی و اجتماعی» به نیازهای «عزت‌نفس و خودیابی» نیز توجه داشته باشد. دانشمندی بنام مازلو سطوح نیازهای انسانی را به ۵ دسته به شرح جدول ۲-۳۴ تقسیم می‌کند.

جدول ۲-۳۴. انواع نیازهای انسانی از دیدگاه مازلو (به ترتیب از پائین به بالا)

ردیف	انواع	توضیح
۱	فیزیولوژی	نیازهای اولیه انسانی مانند خواب، خوراک، جنسی و امثال آن
۲	ایمنی	نیازهای ایمنی و امنیت با تأکید بر دوری از «هرگونه تهدید سلامت و جایگاه» یا «خطر»
۳	اجتماعی	نیازهای به موردتوجه قرار گرفتن، دوست داشتن و دوست داشته شدن
۴	عزت‌نفس	نیاز به حفظ ارزش‌ها در مسیر رسیدن به دیگر نیازهای مهم زندگی
۵	خودیابی	نیاز به شناختن و شکوفاکردن خود

افرادی که به سطوح بالای نیازها یعنی «عزت‌نفس و خودیابی» توجه دارند، به سطوح بالای نیازهای انسانی دست یافته‌اند و این جز با دیدگاه فلسفی عمیق و ایجاد شناخت و آگاهی گسترده از مسائل «انسان و پیرامون او» حاصل نمی‌شود. به همین نحو افرادی که وارد حرفه «تربیت‌بدنی»، «علوم ورزشی» یا «فعالیت در انواع مشاغل وابسته به ورزش» می‌شوند، با داشتن نیازهای اولویت‌دار در سطوح بالا، بانگیزه و امید بیشتری به سوی اهداف خود گام بر می‌دارند. در این‌گونه افراد برآورده نشدن نیازهای اولیه، نمی‌تواند آن‌ها را از تلاش برای رسیدن به اهداف برآوردکننده «نیازهای عزت‌نفس و خودیابی» متوقف کند. این افراد بهداشت روانی بیشتری دارند و اغلب میراث ماندگارتری در این جهان از خود به یادگار می‌گذارند. مروری بر تاریخ و زندگی انسان‌های بزرگ و انواع دیدگاه‌های فلسفی اتخاذشده توسط آن‌ها، می‌تواند در این‌گونه انتخاب‌ها راهگشا باشد. به‌همین دلیل مطالعه تاریخ در کنار فلسفه موردتوجه و تأکید قرار می‌گیرد.

### خلاصه

در این فصل به اهمیت فلسفه در ایجاد چارچوبی مشخص در زندگی شخصی و حرفه‌ای افراد فعال در علوم ورزشی پرداخته شد. با مروری بر انواع مکاتب و رویکردها آنها به ورزش و تربیت بدنی این امکان فراهم می‌شود تا فرد بتواند هم «فلسفه» خود را بشناسد و هم به‌طور اثربخشی آن را بهبود دهد. این امر به انتخاب‌های مناسب‌تر و کاهش خطای تصمیم‌گیری فرد در حوزه علوم ورزشی کمک می‌کند.

### فعالیت‌هایی برای یادگیری

- از نشریه پژوهشی انگلیسی Philosophy of Sport یا از اینترنت، یک مقاله مرتبط با «فلسفه ورزش»، انتخاب و با توجه به محتوای این فصل آن را تحلیل کنید و نتایج تحلیل خود را بنویسید.
- با یک فرد در ورزش برای تشخیص دید فلسفی او مصاحبه کنید. دید او را در مورد ورزش درباره هر یک از اجزای فلسفه بپرسید.

# تاریخ ورزش و علوم ورزشی

۳

هدف کلی: آشنایی با تاریخ ورزش و علوم ورزشی

اهداف یادگیری:

- آشنایی با وضعیت ورزش در دوره ماقبل تاریخ در جهان و ایران
- آشنایی با وضعیت ورزش در دوره تاریخ باستان تا معاصر در جهان و ایران
- آشنایی با وضعیت ورزش در دوره تاریخ جدید ایران

## مقدمه

تاریخ همواره برای درس گرفتن از اشتباهات و تجربه‌ها در امور مختلف، مفید و راهگشا بوده‌است. ورزش به‌عنوان پدیده‌ای مهم و اجتماعی از تاریخ خاصی در هر کشور برخوردار است. در این راستا مروری بر تاریخ ورزش جهان و ایران به تصمیم‌گیری‌های ورزشی برای حال حاضر و آینده کمک می‌کند. این فصل با مروری کوتاه به تاریخ ورزش جهان و ایران در تلاش برای ایجاد شناخت کلی از مبانی این حوزه است.

## ۱-۳. دوره‌های تاریخی

مطالعه تاریخ راهی برای مرور تجربه‌ها و کاهش خطا در انواع تصمیم‌گیری‌ها است. ورزش به‌عنوان پدیده‌ای مهم و اجتماعی در هر دوره زمانی و مکانی دارای تاریخ خاص خود است. در این راستا مروری بر دوره‌های تاریخی ورزش در جهان و ایران، فرصت شناخت عمیق‌تر متصدیان این حوزه و انتخاب گام‌های مناسب برای آینده را فراهم می‌کند. در کلی‌ترین دسته‌بندی از تاریخ می‌توان آن را به دو دوره «ماقبل تاریخ یا پیش‌ازتاریخ» و «تاریخ» تقسیم کرد. این دو دوره را می‌توان با رویکردهای جزئی‌تری مانند سلسله‌های تاریخی به شرح جدول ۱-۳ نیز دسته‌بندی کرد.

جدول ۱-۳. دسته‌بندی تاریخ جهان

دسته‌بندی	زیرگروه	توضیح
ماقبل تاریخ	الف) عصر پارینه‌سنگی یا	۱) ابتدایی: از ۲/۵ میلیون سال پیش با ظهور انسان‌های اولیه به‌عنوان گونه‌هایی از جانوران هومو تا ظهور انسان‌های نسبتاً ماهر در برخی فعالیت‌های اولیه مانند شکار
	عصر سنگی کهن (عصر حجر قدیمی)	۲) میانه: از حدود سی‌صد هزار سال پیش و ظهور انسانی نزدیک به آناتومی امروزی و توانایی ساخت ابزار سنگی تا ظهور انسان هوشمند اولیه (هومو ساپینس) و حرکت تدریجی آن‌ها از حدود یکصد هزار تا سیزده هزار سال پیش از آفریقا به دیگر نقاط
	ب) عصر حجر	۳) پایانی: از حدود ۴۰ هزار سال پیش و با ظهور ابزارهای متنوع‌تر و نشانه‌های اولیه از تمدن
تاریخ	ج) عصر فلز	۱) عصر برنز: یا عصر مفرغ و مصادف با توانایی بشر به ساخت ابزارها از فلز «مس و قلع»
		۲) عصر آهن: با توانایی بشر به توسعه قالب‌ها و انواع فلزکاری با آهن
	الف) تاریخ باستان	یا «عهد عتیق» از حدود ۵۰۰۰ هزار سال پیش تا حدود ۳۶۰۰ سال پیش (قرن ۶ میلادی)
	ب) قرون وسطی	از قرن ۶ تا قرن ۱۵ میلادی
ج) دوران نوین یا مدرن	۱) پیشامدرنیته: شامل رنسانس در اروپا و از قرن ۱۵ تا حدود سال ۱۷۵۰ میلادی	
	۲) مدرنیته: از عصر روشنگری و انقلاب صنعتی اروپا در سال‌های ۱۷۵۰ تاکنون و پست‌مدرنیته	

تاریخ جهان مجموعه وقایع روی کره زمین در ارتباط با انسان است. «اختراع خط» باعث شد تا بشر «وقایع، خاطرات و تجربیات» گذشته و حال و به‌نوعی «تاریخ» خود را ثبت کند. تاریخ بشر شامل یک داستان از توسعه پیوسته و تدریجی بشر با انواع «اکتشافات، نوآوری‌ها، اختراعات» و «انقلاب‌ها و جهش‌هایی» به شرح جدول ۲-۳ است.

جدول ۳-۲. انواع انقلاب‌های تحول‌آفرین در زندگی بشر

ردیف	انقلاب	توضیح
۱	کشاورزی	از حدود ده‌هزار سال پیش و شامل «توانایی پرورش نظام‌مند گیاهان و حیوانات»، «پدیده زندگی روستایی و شهری»، «توسعه راه‌های ارتباطی»، «تجارت»، «حمل‌ونقل»، «ظهور تمدن» و «اختراع خط»
۲	علمی	در پایان دوره باستان و آغاز قرون وسطی و شامل «انواع اختراعات به‌ویژه صنعت چاپ» و «ظهور رنسانس»
۳	صنعتی	در قرن ۱۸ و با انباشت دانش و فناوری در اروپا همراه بارونق صنعتی

با وجود دسته‌بندی ارائه‌شده از تاریخ جهان اما هر کشور با توجه به تحولات و تاریخ خاص خود از دسته‌بندی ویژه‌ای برخوردار است. بر این اساس در یک دسته‌بندی می‌توان دوره‌های تاریخ ایران را در جدول ۳-۳ مرور کرد.

جدول ۳-۳. دوره‌های تاریخ ایران

ردیف	دوره‌های تاریخی	تقسیم‌بندی
۱	پیش‌از تاریخ (از آغاز زندگی در ایران تا پادشاهی منسجم مادها و مبتنی بر اسناد نه چندان دقیقی چون شاهنامه - بدیهی است که از دوره اختراع خط و تاریخی، دوره‌ها مستند و معتبر می‌شوند.)	پیشدادیان (کیومرث، هوشنگ، طهمورث، جمشید، ضحاک، فریدون، منوچهر، نوذر، طهماسب و گرشاسب) کیانیان (کیقباد، کیکاوس، کیخسرو، کی‌مهراب، گشتاسب، بهمن، همای، داراب اول و داراب دوم)
۲	تاریخ الف) دوره باستان (مادها، هخامنشی، سلوکیان، اشکانیان و ساسانیان) ب) دوره اسلامی (دوره خلفای راشدین، امویان، عباسیان، حکومت‌های ایرانی غزنوی، سلجوقی و خوارزمشاهی) ج) تاریخ میانه (ایلخانان مغول، ملوک‌الطوایفی، تیموریان، آق‌قویونلو و قراقویونلو) د) تاریخ جدید (صفویه، افغان، افشاریه و زندیه) ه) تاریخ معاصر (قاجاریه) و) تاریخ کنونی (پهلوی و جمهوری اسلامی)	مادها (حدود ۲۷۰۰ سال پیش) هخامنشیان حمله اسکندر و سلوکیان اشکانیان ساسانیان امویان عباسیان حمله چنگیز و ایلخانان حمله تیمور و تیموریان صفویه حمله اشرف افغان و افغانیان افشاریه زندیه قاجاریه پهلوی جمهوری اسلامی

بنابراین در این کتاب با توجه رویدادهای مهم ورزشی در هر دوره به آن‌ها اشاره و در ادامه ورزش ایران در دوره‌های مختلف تاریخی مرور خواهد شد.

### ۳-۱-۱. ورزش در دوران ماقبل تاریخ

در سراسر دوران «پارینه‌سنگی» یا «عصر حجر کهن» انسان‌ها به‌طور کلی به‌عنوان جوامع «شکارچی-گردآورنده» زندگی می‌کردند. این جوامع تمایل به زندگی در گروه‌های کوچک و تساوی کامل انسان‌ها داشتند. هرچند گاه با کسب منابع گسترده غذایی یا دستیابی به شیوه‌های ذخیره‌سازی منابع غذایی جمعیت آن‌ها گسترش می‌یافت و جوامع پیچیده‌تری نظیر «ریاست قبیله‌ای» و «طبقات اجتماعی» شکل می‌گرفت. انسان اولیه برای زنده ماندن و امرارمعاش مجبور به «گریختن از مقابل حیوان درنده»، «گذشتن از عرض رودخانه»، «پریدن از موانع طبیعی»، «کوه‌پیمایی، پیاده‌روی و دویدن در مسافت‌های مختلف» و «بالارفتن از درخت» بود. این نوع «سبک زندگی» و شرایط «پرتحرک و پرخطر» و «دائم در حرکت بودن و ساکن نبودن» انسان‌ها را به‌طور طبیعی به سمت ورزشی و آمادگی بدنی هدایت می‌کرد.

نشانه‌هایی مانند ابزارهای سنگی در مناطقی از ایران مانند «آذربایجان غربی، سیستان و بلوچستان و بخش‌های مرکزی مانند لرستان» نشان از فعال بودن زندگی در ایران در دوران ماقبل تاریخ دارد. اطلاعات درباره وضعیت انواع فعالیت‌های بدنی برای آمادگی یا تفریح مرتبط با این دوران محدود است.

از تاریخ عصر حجر و دوره میانه‌سنگی یا «مزولیتیک» یعنی از حدود دوازده هزارسال قبل به این طرف پیکره‌های بیشتری از انسان به‌دست آمده است. بیشتر آثار باقیمانده از این دوره در سواحل مدیترانه اروپا و به‌ویژه در منطقه سیسیل ایتالیا است. در این دوران انسان‌ها از غارها به‌عنوان پناهگاه موقت استفاده کردند و نقاشی‌های خود را بر دیوارهای کم‌عمق غار بر جای گذاشتند. در این نقاشی‌های کوچک و زنده‌نما «انسان‌ها» اغلب در صحنه‌های پر تحرکی چون «شکار و رقص» هستند. در ادامه «عصر حجر» و «با ظهور دوران نوسنگی»، انسان شروع به «کشاورزی، اهلی‌سازی حیوانات و ساخت بنا» کرد. در این دوران انسان با خلاقیت به اختراع «چرخ و قایق» پرداخت. هم‌چنین یکجانشینی و پیدایش نخستین روستاها در این دوره رخ داد. انسان‌ها در این روستاها از راه «کشاورزی، باغداری، دام‌پروری، ریسندگی، بافندگی و سفالگری» زندگی می‌کردند. یکجانشینی نیازمند «توسعه ساختمان‌ها» و کشاورزی نیازمند توسعه «آبیاری و آبرسانی» بود. با افزایش تولیدات کشاورزی زمینه رفاه و در نتیجه رشد بیشتر «جمعیت» فراهم شد. از سوی دیگر تراکم جمعیت به تدریج زمینه «تنش‌ها، برخوردها و مهاجرت‌ها» شد. بسیاری از رویدادهای این دوران با نقل سینه‌به‌سینه تا رسیدن به دوران «اختراع خط» ادامه داشته است.

اینکه با توجه به متون دینی، زمان حضور «آدم و حوا» به‌عنوان پدر و مادر انسان امروزی در چه زمانی از دوره «ماقبل تاریخ» است، به‌عنوان بخشی مبهم و ناشناخته زمینه پیدایش نظریه‌هایی به شرح جدول ۳-۴ را فراهم کرده است.

جدول ۳-۴. نظریه‌های موجود درباره حضور «آدم و هوا» در زمین

ردیف	نظریه
۱	پیش از «آدم و هوا»، هیچ موجودی از آدم یا شبه‌آدم وجود نداشته و ایشان یک‌دفعه و به‌طور مستقل خلق شدند.
۲	پیش از «آدم و هوا» موجوداتی شبه‌آدم بوده‌اند که یا از بین رفته‌اند یا هنوز هم وجود دارند.
۳	پیش از «آدم و هوا»، انسانی تکامل نایافته وجود داشت که به هر دلیل از میان رفته و منقرض شده بود.
۴	پیش از «آدم و هوا»، انسانی تکامل نایافته وجود داشت که در بستر تکامل به مرحله انسانیت رسیده و حضرت آدم (ع)، نخستین پیامبر از نسل آن‌ها بوده و یک‌باره خلق نشده است.
۵	پیش از «آدم و هوا» انسانی در روند تکامل وجود داشت که در ادامه حیات زمینی با نسل آدم مرتبط و ممزوج شده است.

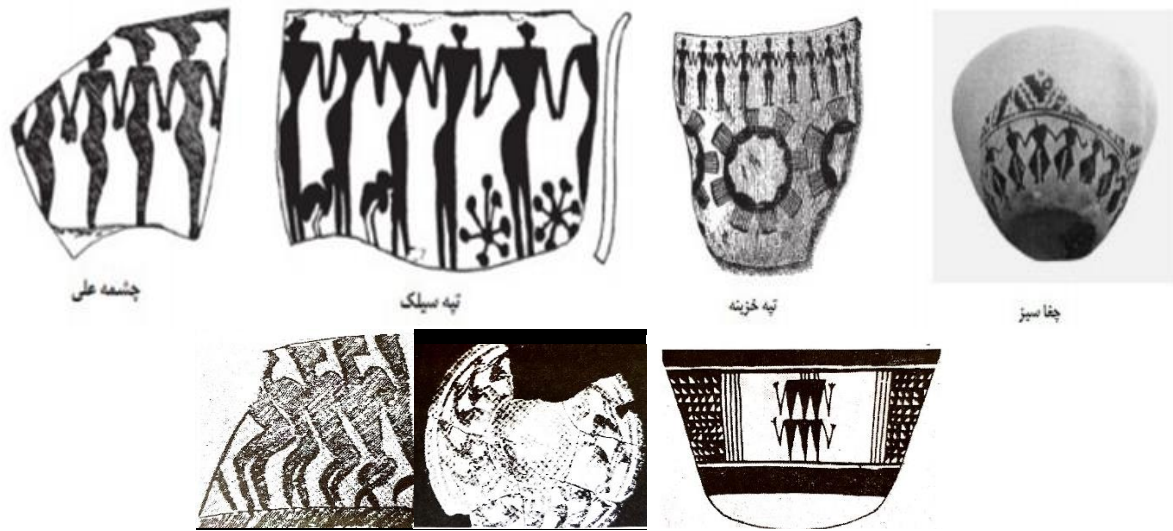
برخی عالمان شیعی چون «آیت‌الله طباطبایی» و «آیت‌الله جوادی آملی» بر نظریه مطرح شده در ردیف سوم تأکید دارند. در واقع معتقدان به «ثبوت انواع» و خلقت آنی و دفعی «آدم و هوا» نظریه سوم را می‌پذیرند؛ یعنی آدم ابوالبشر و نخستین فرد خلق شده از نوع انسان امروزی است. اما پیروان نظریه تکامل با نظریه چهارم موافق هستند که بر اساس آن تکامل تدریجی انسان را قبول دارند. بنابراین نظریه چهارم به دلیل این که حضرت آدم (ع) نخستین فرد خلق شده از نوع آدم نیست، لذا نمی‌توان او را «ابوالبشر» لقب داد؛ بلکه حضرت آدم (ع) به‌طور سمبلیک مظهر نخستین «آدم انسان شده» که در طول گذار طولانی دچار تحول کیفی و انقلاب درونی شده و آغازگر ظهور آدمیان «آگاه، مسئول و بنیان‌گذار تکامل اجتماعی انسانی» است. بنابراین طرفداران نظریه ردیف چهارم آدم (ع) را «ابوالانسان» نامیده‌اند. در این که تاکنون چند سال از قدمت حضرت آدم می‌گذرد، اطلاع دقیقی در دسترس نیست و اختلاف شدیدی در این زمینه وجود دارد. آنچه بیشتر نقل می‌شود آن است که پیامبر اکرم (ص) در سال ۵۷۱ میلادی و حدود ۶۱۶۳ سال پس از هبوط آدم به دنیا آمده است. هجرت پیامبر اسلام (ص) در سن ۵۳ سالگی به‌عنوان مبنای تاریخ اسلام در نظر گرفته می‌شود و با این حساب در سال ۱۴۴۲ هجری - قمری (۱۳۹۹ خورشیدی) می‌توان گفت که حدود «۷۶۵۷ سال» از حضور حضرت آدم در زمین می‌گذرد (پرسمان، ۱۳۹۱). اگر این تاریخ مورد توجه قرار گیرد، در عمل «آدم و هوا» در دوره نوسنگی و عصر کشاورزی وارد زمین شده‌اند.

در دوران نوسنگی زندگی انسان از «رویکرد شکار» به «فعالیت‌های قابل کنترل تری مانند کشاورزی» و در ادامه «رام کردن حیوانات» کشیده شد. انواع فعالیت‌های زندگی در این دوران به انسان‌های آماده و ورزیده نیاز داشت. برخی ایده‌ها برای آمادگی و حتی مبارزه تن‌به‌تن از حیوانات گرفته شد.

پس از عصر سنگی، «عصر فلز» با توانایی بشر در ساخت انواع ابزارهای فلزی مورد نیاز بود. این عصر ابتدا با «عصر برنز» و استفاده از فلز مس و برنز و سپس با «عصر آهن» معرفی می‌شود. از این دوران به بعد زمینه ظهور تمدن‌ها، شکل‌گیری شهرها و تجارت فراهم شد. مفهوم «شهر» به‌عنوان سکونتگاه‌های نسبتاً بزرگ و دائمی بود. امروزه از دید سازمان ملل متحد «شهر» مکانی با «تراکم بالای جمعیت»، «مرکزیت سیاسی، اداری و تاریخی»، «فعالیت‌های اصلی غیرکشاورزی» و «مدیریت دولتی محلی» است. در ظهور تمدن‌ها، تجارت نقش کلیدی داشت و مفهوم «تجارت یا دادوستد» به انتقال مالکیت کالا و خدمات از یک شخص یا نهاد به دیگری به ازای دریافت چیزی از خریدار یا «هرگونه عمل قابل سنجش و اندازه‌گیری مادی» با مبادله رضایت‌مندانه کالا یا خدمتی اطلاق می‌شود.



درواقع «شهرنشینی و تجارت» زمینه ظهور «تمدن‌ها» را فراهم کرد. از این دوران به بعد «فعالیت‌های جسمانی هدفمندتر با رویکردهای آمادگی یا تفریحی» در تاریخ دیده می‌شود. «نقاشی و سفال» زیادی از نمایش فعالیت‌های دسته‌جمعی، گروهی و در قالب «رقص و حرکات موزون» وجود دارد. برای نمونه در شکل ۳-۱ تصاویری از حرکات دسته‌جمعی مانند رقص بر روی برخی سفال‌های باقیمانده از تاریخ آن دوران مشاهده می‌شود (سلحشور، ۱۳۹۶) که قدمت آن‌ها به حدود هشت‌هزار تا شش‌هزار سال قبل بازمی‌گردد.



شکل ۳-۱. انواع سفال تاریخی با نقوش رقص و حرکات موزون دسته‌جمعی از هشت‌هزار تا شش‌هزار سال قبل

### ۳-۱-۲. تاریخ باستان

این دوران بر تمدن‌هایی از «خاورمیانه، حوضه دریای مدیترانه، چین و هند» در عهد باستان تأکید دارد. طبق حفاری‌های باستان‌شناسان «شوش» با سابقه سکونت ده‌هزارساله در ابتدا به شکل روستا و پس از حدود شش‌هزار سال پیش به شکل «شهر» و وجود آن تا امروز، به‌عنوان یکی از قدیمی‌ترین شهرهای جهان شناخته می‌شود. شهر باستانی شوش مرکز تمدن ایلام و دورانی بود که «توسعه راه‌های بین‌شهری»، «برقراری امنیت» و «تسهیل تجارت»، زمینه ارتباط و آشنایی ملت‌های گوناگون را فراهم کرد. این امر باعث مبادله «فرهنگ‌ها، نظرات فلسفی و باورهای دینی بین ملت‌ها» شد. در همین دوران تمدن‌هایی در «چین، هند، مصر و آمریکای جنوبی» شکل گرفت. گزارش‌ها و اسنادی از «رویدادهای ورزشی با جنبه‌های مذهبی و تشریفاتی» در برخی از این تمدن‌ها وجود دارد. برای نمونه می‌توان به انواع «آثار به‌جامانده از رویدادها و فستیوال‌های ورزشی» مانند «سینی ارجان با نقوشی حاکی از برگزاری از انواع ورزش‌ها» یا «آثار به‌جامانده از المپیک باستان» و یا «رویدادهای باستانی ورزش یهودیان» اشاره کرد.

سینی ارجان با قدمتی حدود پنج‌هزارساله در جنوب ایران و منطقه بهبهان فعلی کشف شده است (شکل ۳-۲). این نگاره انواع حرکات ورزشی مانند «ژیمناستیک، کشتی، وزنه‌برداری با حیوانات، تمرینات رزمی، هاکی، حمل مشعل» همراه با «برگزاری موسیقی و دیگر نمادهای یک فستیوال ورزشی» را نشان می‌دهد. این تاریخ قبل‌تر از مستندات است

که از المپیک باستان یونان به جامانده است؛ اما از آنجایی که اطلاعات و مستندات بیشتری از این رویداد در دست نیست، همواره «المپیک باستان یونان» به عنوان «اصلی ترین نقطه آغاز رویدادهای ورزشی» در عصر باستان معرفی می شود (قاسمی و کشکر، ۱۳۹۱).



شکل ۳-۲. سینی ارجان به عنوان نمادی از برگزاری فستیوال ورزشی در پنج هزار سال پیش در ایران

از دیگر مستندات «جام طلایی حسنلو» مربوط به حدود ۳۵۰۰ سال پیش است که در منطقه نقده کنونی کشف شد (شکل ۳-۳). هرچند نگاره های روی جام، حکایت از باورهای مذهبی و زندگی آن روز مردم دارد اما تأکید بر «ارابه رانی، تیراندازی با کمان، مشت زنی و تناسب اندام» از نکات قابل توجه در این تصاویر است (قاسمی، کشکر، ۱۳۹۱).



شکل ۳-۳. جام زرین حسنلو

از علل اصلی نقص تاریخ تربیت بدنی مکتوب ایران، غارت و سوزاندن آثار مکتوب ایران در هنگام حمله لشکرهای مهاجم در طول تاریخ به ایران بوده است که از نمونه های بارز آن می توان به حمله اسکندر مقدونی و به آتش کشیدن تخت جمشید در حدود ۲۳۵۰ سال پیش اشاره کرد. این امر باعث شد تا امروز، المپیک باستان با مستندات متعدد به عنوان نقطه عطف تاریخ ورزش در دوران باستان مورد توجه قرار گیرد. المپیک باستان، جشنی با جنبه مذهبی و برای ادای احترام به زئوس یا پادشاه خدایان یونان بود. این رویداد در محل معبدی در منطقه المپیا واقع در یونان برگزار می شد.



شکل ۳-۴. زئوس پادشاه خدایان یونان و آذرخش در دستانش

#### افسانه زئوس

زئوس در اساطیر یونانی، پادشاه خدایان و فرمانروای تمام زیارتگاه‌های واقع در کوه المپ است. او کوچک‌ترین فرزند «کرونوس و رئا» از نژاد تایتان‌ها بود. معادل آن در اسطوره‌های رومی «ژوپیتر» و در دین کرتیان «ولخانوس» و ریشه آن از معنای «درخشان» است. زئوس خدای «آسمان رخشان و توفان» و با سلاح «آذرخش» بود که آن را به سمت گناهکاران پرتاب می‌کرد. «دروغ و پیمان‌شکنی» او را خشمگین می‌کرد. از دیگر نشانه‌های او «عصای سلطنتی، بلوط، عقاب و سپری از پوست بز مقدس» است. کرونوس، پدر زئوس، شنیده بود که توسط یکی از فرزندانش سرنگون خواهد شد. به همین دلیل فرزندان خود را می‌بلعید. اما زئوس که فرزند ششم بود توسط «رئا و گایا» نجات یافت. رئا سنگ بزرگی را به‌جای او در قنداق گذاشت و کرونوس آن را به‌جای زئوس بلعید. رئا «زئوس» را در غاری مخفی کرد. در آنجا «بز مقدس آمالنتا» زئوس را شیر داد و بزرگ کرد. سپس «زئوس» با پدرش کرونوس و دیگر تایتان‌ها جنگید و آن‌ها را شکست داد. بچه‌های بلعیده‌شده را با معجونی از مس و شراب از شکم کرونوس بیرون آورد و «کرونوس» را تا ابد زندانی کرد. سپس با برادرانش براساس قرعه، فرمانروایی عالم را میان خود تقسیم کردند. «زئوس» فرمانروای آسمان و زمین، «پوزئیدون» فرمانروای دریاها و «هادس» فرمانروای جهان زیرزمینی شد.

مسابقات المپیک باستان برای احترام به زئوس و هر چهار سال یک‌بار، از سال ۷۷۶ قبل از میلاد در المپیا یا محل استقرار «زئوس» برگزار می‌شد. البته افسانه‌های دیگری هم درباره پیدایش مسابقات المپیک باستان وجود دارد، از جمله:

- هرکول (نیمه خدایی در اساطیر یونانی) آن را جهت تجلیل از فتوحات بی‌نظیر خود به‌وجود آورد.
- زئوس و کرونوس، دو خدای یونان باستان بر سر فرمانروایی المپیا جنگیدند و زئوس پس از پیروزی، مسابقات المپیک را برای یادبود این پیروزی ایجاد کرد.

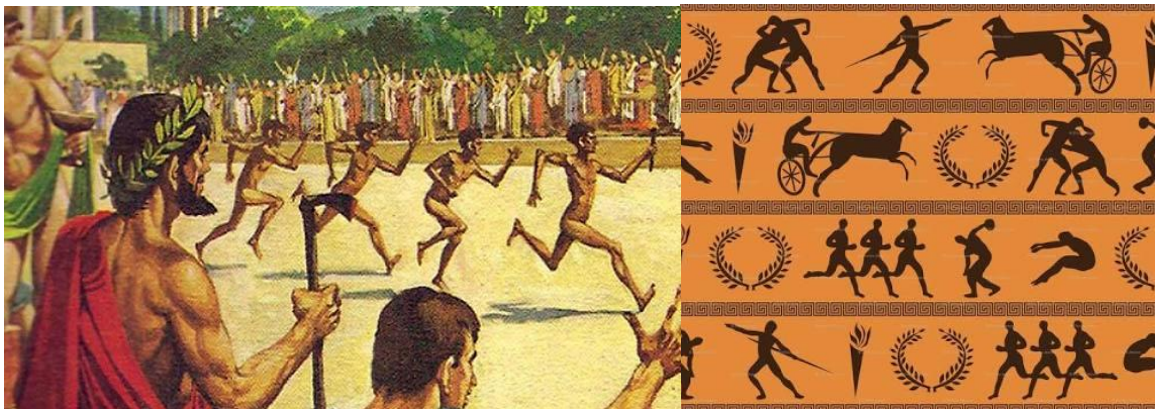
هرچند سوابقی از برگزاری رویدادهای ورزشی در نقاط مختلف یونان و حتی در قالب افسانه‌هایی گزارش شده است اما در مجموع تاریخ نشان می‌دهد که حدود ۲۸۰۰ سال پیش در منطقه المپیا این کشور بازی‌های المپیک تا ۱۲۰۰ سال پیوسته برگزار شده است. سازمان‌دهی و برگزاری این رویداد در زمان خود بی‌نظیر بود و با توجه به زیرساخت‌های مذهبی و اقتصادی این رویداد، تمامی ارکان قدرت از آن حمایت می‌کردند. مهم‌ترین ویژگی‌های المپیک باستان را می‌توان در جدول ۳-۵ مرور کرد.



جدول ۳-۵. مهم‌ترین ویژگی‌های المپیک باستان

ردیف	موضوع	توضیحات
۱	شرکت‌کنندگان	ابتدا رویداد مردانه و برای یونانیان و از حدود ۲۱۰۰ سال پیش با حضور رومی‌ها و دیگر ملل برگزار شد. افراد دارای «ثروت و وقت تمرین» به صورت شخصی و نه به نمایندگی از شهر یا ناحیه‌ای خاص شرکت می‌کردند. تنها مردان یونانی آزاد و غیربرده امکان شرکت در مسابقات را داشتند. بعدها فقط زنان مجرد به احترام «هرا» همسر زئوس نیز در تاریخ دیگری مجوز رقابت پیدا کردند. زن‌های متأهل حق شرکت نداشتند و مجازات شرکت آن‌ها مرگ بود.
	برهنه بودن	شرکت‌کنندگان در مسابقات برهنه بودند و کلمه «ژیمناستیک» امروزی از کلمه یونانی به معنی «برهنه» است. حضور برهنه در بین عموم نشانگر داشتن خودکنترلی و بخشی از مراسم مذهبی بود.
۲	تماشاگران	در روندی تکاملی ورزشگاه‌هایی با ظرفیت چهارهزار و در ادامه تا بیست هزار تماشاگر ایجاد شد.
۳	زمان برگزاری	بازی‌ها هر ساله در اوج تابستان (اواسط جولای-تیرماه) با طلوع ماه نو آغاز می‌شد. در سال‌های نخست یک روز به طول می‌انجامید و بعدها به بیشترین مدت یعنی پنج روز رسید.
۴	پنج رشته ورزشی المپیک باستان	ابتدا تنها شامل «مسابقه دو» بود اما در مرحله بعد کشتی، بوکس، ارابهرانی، پانکریشن (ترکیب بوکس و کشتی) و پنج‌گانه باستانی یا پنتاتلون (شامل: دو ۲۰۰ متر، پرش طول، پرتاب نیزه، پرتاب دیسک و کشتی) اضافه شد و عملاً در پنج رشته برگزار می‌شد. در حاشیه المپیک مسابقه‌های «شعر، شاعری، سخنوری و موسیقی» هم وجود داشت.
۵	دوره ترک مخاصمه	یا «اکه‌چیریا» در این ایام همه جنگ‌ها در ایالت‌های یونان متوقف می‌شد.
۶	نوع جایزه	در ابتدا جایزه تنها «تاجی از برگ زیتون» به عنوان نماد امید و صلح بود و شهرت قهرمانی به اندازه کافی برای قهرمانان منزلت ایجاد می‌کرد. ولی از دوره اسکندر به بعد جایزه‌ها ارزش مالی پیدا کرد و در دوره اقتدار روم به بالاترین رقم‌های مالی آن دوران رسید.

مسابقات المپیک به عنوان رویدادی مذهبی در بین یونانی‌ها از اهمیت زیادی برخوردار بود و هر چهار سال یک‌بار همراه با تشریفات مذهبی در یونان باستان و در محلی به نام «المپیا» و در سطوح جداگانه «نوباوگان، جوانان و پهلوانان» برگزار می‌شد (شکل ۳-۵). یک «المپیا» بر واحدی زمانی به معنای «دوره چهارساله» تأکید داشت و یونانیان از المپیادها به عنوان روشی برای شمارش سال‌ها استفاده می‌کردند.



شکل ۳-۵. رویدادهای المپیک باستان

در سال ۳۹۳ میلادی پس از اینکه «مسیحیت به عنوان دین رسمی امپراتوری روم» تعیین شد؛ به دستور تئودوسیوس اول (امپراتور مسیحی روم) این بازی‌ها متوقف شد و در سال ۴۲۶ میلادی به دستور تئودوسیوس دوم، بناهای المپیا «به عنوان نمادی از کفر» ویران و مجسمه زئوس به قسطنطنیه منتقل و به آتش کشیده شد. در واقع بازی‌های المپیک باستان پس از «۱۲۰۰ سال» برگزاری، در نهایت متوقف شد. خرابه‌های منطقه المپیا در قرن نوزدهم از زیر بیش از ۴ متر خاک بیرون کشیده شد. «المپیک باستانی یا المپیا» در شکل امروزی با عنوان «المپیک تابستانی» شناخته می‌شود. مقارن با این ایام در ایران سلسله حکومتی با عنوان هخامنشیان حکومت می‌کرد. علاوه بر «سینی ارجان» به عنوان نمادی از برگزاری جشنواره‌های مشابه با المپیک در ایران باستان، گزارش‌هایی از انواع جشنواره‌های «مذهبی و تشریفاتی» از این دوران وجود دارد. از این دوره معابد و مدارس بنام «الویترا» گزارش می‌شود که در آن‌ها «آموزش‌های ورزشی، رزمی، علمی و امثال آن» در «رده‌های سنی مختلف» وجود داشته است. از جمله رشته‌های در این مدارس می‌توان به «سوارکاری، شنا، شکار، رزم تن‌به‌تن و زندگی در شرایط سخت» اشاره کرد (قاسمی و کشکر، ۱۳۹۱). با حمله اسکندر مقدونی به ایران و براندازی سلسله حکومت هخامنشیان و ایجاد سلسله جدید حکومتی بنام سلوکیان در ایران، متأسفانه بسیاری از اسناد نابود شد و شرایط کسب اطلاعات دقیق از «فعالیت‌های بدنی» با رویکردهای «تربیتی، نظامی، رقابتی و تفریحی» در این دوران در هاله‌ای از ابهام باقی ماند. پادشاهان اشکانی موفق شدند تا «سلسله سلوکیان» را در ایران براندازی کنند و برای چندین سال با عنوان «سلسله اشکانیان» بر ایران حکومت کنند. از دلایل پیروزی اشکانیان بر حکومت وقت، توانایی بالای آن‌ها در «سوارکاری، تیراندازی و فنون رزم» بود. آنچه از متون تاریخی برمی‌آید آن است که اشکانیان بر «آموزش و بالابردن ظرفیت‌های بدنی به‌ویژه در میان نظامیان» تأکید ویژه‌ای داشتند. بنابراین هدف آمادگی بدنی با رویکرد نظامی، مسابقاتی در زمینه‌های «سوارکاری، تیراندازی، کشتی و امثال آن» برگزار می‌شد که به‌مرور و با توجه به «جاذبه‌های رقابتی» مورد توجه عام قرار گرفت و به فضاهای عمومی‌تر و با حضور تماشاچیان بیشتر کشیده شد.

از دیدگاه ایرانیان باستان «تقویت روح و جسم» یک تکلیف دینی و مدنی بود. به عقیده آنان جسم و روح وابستگی متقابل داشتند و ضعف در هر یک، دیگری را تحت تأثیر قرار می‌دهد. پس باید سعی کرد تا هر دو سالم و قوی باشند و در نیرومندی تن برای کمک به ضعیفان، دفاع از مرزها و حفظ ایمان استفاده کرد. در شاهنامه اغلب پهلوانان پیش از ورود به میدان و زورآزمایی با حریف، با نیایش به درگاه پروردگار طلب پیروزی می‌کنند. بنا بر همین رویکرد، ایرانیان برای پرورش «جسم و روح» جوانان و توسعه روحیه سلحشوری و جوانمردی، انواع ورزش‌ها را به فرزندان خود می‌آموختند. این ورزش‌ها اغلب بر تناسب «جسم و روح» و «فرهنگ و مدنیت» تأکید داشتند (قاسمی، کشکر، ۱۳۹۱). بنا بر اظهارات «گزنفون» از تاریخ‌نویسان غیرایرانی در «کوروش‌نامه» کودکان ایرانی از خردسالی تا هفده‌سالگی به یادگیری «سوارکاری، تیراندازی و پرتاب نیزه» می‌پرداختند. به عقیده او جوانان ایرانی با «کار و ورزش» خود را سالم نگه می‌داشتند و به دلیل علاقه به «کشتی و نیرومندی» از «جنگ تن‌به‌تن» استقبال می‌کردند. «هرودوت» از دیگر تاریخ‌نویسان غیرایرانی نیز درباره پرورش جوانان در ایران باستان از پنج‌سالگی تا بیست‌سالگی اشاره دارد که آن‌ها در سه زمینه «اسب‌سواری، تیراندازی و راست‌گویی یا اخلاق» آموزش می‌بینند. او نیز تأکید دارد که ایرانیان فرزندان خود

را پیش از هر کار برای یادگیری «راستی یا اخلاق» و سپس برای «تیراندازی»، «اسب سواری» و «شنا» آموزش می‌دهند (قاسمی و کشکر، ۱۳۹۱). در زبان فارسی ایران باستان، بیش از ۳۰ لغت در ارتباط با مفاهیم «قهرمان و پهلوان» وجود دارد که نشان‌دهنده علاقه وافر ایرانیان به آنان است. هرچند سابقه پیدایش رشته «کشتی» در ایران به دوران ماقبل تاریخ بازمی‌گردد اما نام «کشتی» از کمربندی به‌همین نام گرفته شده که زرتشتیان هنگام خواندن دعا و پهلوانان برای کشتی‌گرفتن آن را سه دور روی کمر می‌بستند.

قوم یهود نیز در عصر باستان، جشنواره‌های خاص خود را داشتند. «المپیک یهودیان» مانند یونانی‌های باستان نبود، بلکه به‌صورت جشن و سرور رومیان، انجام می‌گرفت. آن‌ها جشن‌ها و فستیوال‌های «تربیتی، مذهبی و اجتماعی» را با «برگزاری مسابقه، پایکوبی و حرکات موزون» برگزار می‌کردند. همچنین در زمان برداشت محصولات کشاورزی، «برنامه‌های ورزشی، پایکوبی، حرکات موزون و مراسم دعا و شکرگزاری» داشتند. معلمان ورزش مدارس «کودکان، نوجوانان و جوانان یهود» را با تمرینات منظم برای این رویدادها آماده می‌کردند. «آموزش شنا» در دین یهود از اهمیت ویژه برخوردار بود و به‌همین دلیل پیوسته به «کودکان و نوجوانان» آموزش داده می‌شد.

در دوره اقتدار حکومت رومیان، هرچند بازی‌های المپیک باستان متوقف شد اما به‌مرور «روم و ایتالیا فعلی» رویدادهای تفریحی و ورزشی دیگری را جایگزین کردند. یکی از معماری‌های ماندگار باقیمانده از این دوران «کولوسئوم»<sup>۱</sup> به‌عنوان یک تماشاخانه بزرگ در شهر روم در ایتالیا است که بین سال‌های ۶۹ تا ۸۰ میلادی ساخته شد. این محل با گنجایش تا هشتاد هزار نفر تماشاگر و ۸۰ درب ورودی از شاهکارهای معماری تاریخی است. هرچند از آن به‌عنوان اولین سالن آمفی‌تئاتر دائمی در روم یاد می‌شود اما امروزه بیشتر آن را با مسابقات مختلف ورزشی و به‌ویژه نبرد خونین گلاادیاتورها یا جنگ با حیوانات می‌شناسند. در این مکان گلاادیاتورها با یکدیگر یا با حیوانات وحشی می‌جنگیدند و اسباب سرگرمی تماشاچیان به‌ویژه اشراف را فراهم می‌کردند (شکل ۳-۶).



شکل ۳-۶. نمایی از نمایش‌خانه کولوسئوم

### ۳-۱-۳. قرون وسطی

قرون وسطی یا سده‌های میانه، نام یکی از چهار دوره‌ای است که برای تقسیم‌بندی تاریخ اروپا استفاده می‌شود. این چهار دوره عبارت بودند از دوران کلاسیک باستان، قرون وسطی، عصر نوزائی (رنسانس) و

1. Colosseum

دوران جدید یا مدرن که از ۱۶۰۰ میلادی یا ۹۷۸ خورشیدی شروع می‌شود. معمولاً قرون وسطی را از پایان امپراتوری روم در قرن پنجم میلادی تا سقوط قسطنطنیه توسط دولت عثمانی و پایان امپراتوری روم شرقی یا بیزانس در ۱۴۵۳ میلادی یا ۸۳۱ خورشیدی در نظر می‌گیرند. به‌طور معمول در تاریخ مغرب زمین قرون وسطی را به سه دوره اساسی به شرح جدول ۳-۶ تقسیم می‌کنند.

جدول ۳-۶. سه دوره اصلی قرون وسطی

ردیف	دوره	توضیح
۱	اولیه	شامل سه قرن اول از ۳۵۰ تا ۵۵۰ میلادی (قرن سوم تا ششم)
۲	میانی	یا ثانویه و شامل از قرن ششم تا سیزدهم میلادی
۳	متأخر	یا عالی و شامل از قرن چهاردهم تا شانزدهم میلادی

این ایام در ایران مصادف با سلسله پادشاهی ساسانیان و سپس براندازی آن توسط اعراب مسلمان بود. ورزش زورخانه‌ای ایران دارای مستنداتی از پدیدایی آن در دوران ساسانی دارد، هرچند امروزه سوابق آن به دوره پس از اسلام و آدابی منبعث از آموزه‌های اسلامی بازمی‌گردد. در دانشنامه «بروک‌هاوس»<sup>۱</sup> چنین آمده که در مقطع زمانی خاصی در بیش از ۱۲۰۰ سال پیش که صلح نسبی بر ایران حکم فرما بود؛ جنگجویان ایرانی با تبدیل سلاح‌های «گرز، کمان و سپر» به وسایل ورزشی مشابه از آن‌ها برای آماده‌سازی بدنی خود در قالب ورزش استفاده کردند.

۱-۳-۱-۳. شروع اسلام تا پایان حکومت بنی‌امیه در ایران: از دوران «ایران پس از اسلام» و در دوره‌های مختلفی از حکومت اعراب همچون «عمر، عثمان، علی (ع)، امویان و عباسیان»، بیشتر ایران تحت سیطره حکومت اسلامی وقت قرار داشت. پیامبر اکرم (ص) بر انجام مهارت‌های ورزشی آن زمان یعنی «تیراندازی، سوارکاری و شنا» تأکید داشتند. توجه خاص «اسلام» به جسم و تندرستی باعث شد که پس از فتح ایران توسط مسلمانان، ایرانیان ورزش‌های مجاز بر اساس «فقه اسلامی» مانند «سوارکاری، تیراندازی و شنا» را از سر گرفتند. در کنار آن ورزش‌هایی تحت نظر استادان فنون جنگی و پهلوانی و با ابزارهایی چون «میل و تخته‌سنگ» و با مشابهت‌هایی به ابزارهای واقعی رونق گرفت. جایگاه این‌گونه ورزش‌ها را «بیت» و بعدها «پاتوق» و «لنگرگاه» می‌گفتند و به استادان و مربیان آن «کهنه‌سوار» و آموزش‌گیرندگان «نوخاسته» اطلاق می‌شد. حکومت «بنی‌امیه» با آگاهی از این آموزش‌ها، مراکز فعال در آن زمان را تعطیل کردند. به‌همین دلیل ورزشگاه‌هایی به‌طور پنهانی و اغلب در زیرزمین‌ها فعال شد. از این زمان بود که پهلوانان به شخصیت‌هایی چون «کشتی‌گیران، عیاران و شاطران» تقسیم شدند. با این اوصاف خلفای «بنی‌امیه و بنی‌عباس» در دوره تسلط خود بر ایران بسیاری از ورزش‌های مختلف را از ایرانیان آموختند و از آن‌ها استفاده کردند. برای نمونه درباره توجه خلفا به بازی شطرنج، گفته‌شده که نخستین مسابقه مشهور شطرنج در سال ۲۰۴ هجری در خراسان در حضور «مأمون» خلیفه عباسی انجام گرفت. هارون‌الرشید بازی «شطرنج و تخته‌نرد» را در دربار خود رایج کرد و برای قهرمانان آن حقوق تعیین کرد. به‌همین نحو «بازی چوگان» نیز در آن ایام مورد توجه قرار گرفت و رایج شد. با ورود

۱. دانشنامه بروک‌هاوس یا دانشنامه بروکهاوس به آلمانی Brockhaus Enzyklopädie از قدیمی‌ترین دانشنامه‌های آلمانی‌زبان است که از سال

۱۸۰۵ تاکنون منتشر می‌شود.

اسلام به ایران، آیین پهلوانی رنگ مذهبی تری به خود گرفت و مورد توجه بیشتر اندیشمندان و مردم واقع شد. برخی معتقدند آیین جوانمردی و فتوت نوعی تصوف عامیانه و کوچه‌بازاری است.

**۳-۱-۳-۲. حکومت‌های آل‌بویه و غزنویان:** در قرن سوم و چهارم هجری پادشاهان «آل‌بویه و غزنویان» به ورزش و رونق آن در رشته‌هایی چون «کشتی، شنا، دو، شمشیربازی، پرتاب‌نیزه، وزنه‌برداری، تیراندازی، تخته‌نرد و سوارکاری» توجه داشتند و رویدادهایی هم برای آن‌ها برگزار می‌شد.

**۳-۱-۳-۳. حکومت سلجوقیان:** دودمان سلجوق یک دودمان غز «سنی» بودند که در سده‌های پنجم تا ششم هجری قمری، بر بخش‌های پهناوری از قلمرو ایران باستان در آسیای غربی و آسیای صغیر نظیر ایران، افغانستان، و سوریه و ارمنستان امروزی فرمان می‌راندند. مؤسس این سلسله «طغرل‌بیگ» با شکست «سلطان مسعود غزنوی» در نیشابور بر تخت نشست. در زمان «سلطان ملک‌شاه سلجوقی» این قلمرو به اوج اقتدار رسید. سلجوقیان زبان فارسی را زبان رسمی و درباری قرار دادند و برخی وزیران آن توسعه عمرانی و آموزشی مهمی داشتند. در این زمان نیز عیاری و پهلوانی مورد توجه قرار داشت. در این میان می‌توان به فعالیت گروهی از «شیعه‌مذهبان» بنام اسماعیلیان اشاره کرد. این فرقه شیعی اعتقاد دارند که امامت با امام هفتم بنام «اسماعیل»، فرزند امام جعفر صادق (ع) ختم می‌شود. اینان هم‌زمان با روزگار سامانیان سر برآوردند و سده‌ها با توان بسیار به پراکندن اندیشه خویش پرداختند. در دوره سلجوقیه این فرقه مبارزات خود را به رهبری «حسن صباح» با مرکزیت کوه‌های الموت در قزوین توسعه داد. در فرقه «اسماعیلیه یا باطنیه» ورزش همانند «نماز و روزه» پس از رسیدن مردان به بلوغ بر آن‌ها واجب بود. باطنیان پس از نماز صبح و اغلب زیر نظر داعی بزرگ یا همان مربی ورزش می‌کردند. ورزشکاران با سلاح‌هایی مانند «شمشیر، گرز و کمان» در میداین معینی به تمرین می‌پرداختند. این تمرین‌ها با رویکرد نظامی و برای آمادگی رزمی بود و در حین ورزش، اشعاری در مدح پیامبر اکرم (ص) و علی ابن ابیطالب (ع) با رویکرد حماسی خوانده می‌شد. با فرمان «داعی بزرگ» فعالیت‌های منظمی چون «نرمش»، «حرکات با گرز»، «شمشیربازی»، «تیراندازی»، «کشتی» و در ادامه «پیاده‌روی» را انجام می‌دادند. برنامه «ورزش و تمرینات نظامی» اغلب تا ظهر به صورت اجباری ادامه داشت و بعدازظهرها به صورت اختیاری افراد به «نشانه‌زنی، پرتاب‌نیزه و امثال آن» مشغول می‌شدند (آمیر، ۱۳۷۵: ۲۲-۲۴).

**۳-۱-۳-۴. حکومت‌های مغول و تیموریان:** حمله مغول و فتح ایران توسط «چنگیز» در قرن هفتم هجری، زیان‌های جبران‌ناپذیری برای ایران در پی داشت و شاید تا ایجاد حکومت ایلخانان در ایران توسط «هلاکو» حدود نیم‌قرن در همه جنبه‌های فرهنگی در ایران رکود به وجود آمد. هنوز آثار حملات مغول بر جای بود که «تیمور» ایران را مورد هجوم قرار داد و ویران کرد. در تاریخ «جهانگشای جوینی» که از مهم‌ترین منابع تاریخ مغول است، از توجه مغولان به ورزش کشتی گزارش می‌شود. این گزارش به برگزاری رویدادهای کشتی و جوایزی ارزنده برای قهرمانان آن اشاره دارد. همچنین «چنگیز» بر آموزش تیراندازی و شکار تأکید داشته است. در منابع دوره تیموریان نیز بر توجه تیمور علاوه بر ورزش‌های مربوط به رزم به بازی «شطرنج و کشتی» اشاره می‌شود. در برخی منابع اشاره شده که در دوره تیموریان «ورزش زنان» و تأکید بر قدرت و زورمندی آنان مورد توجه بوده است و در لشکر تیمور نیز زنان زیادی بوده‌اند که در کنار مردان با مهارت‌های بالای نظامی می‌جنگیدند. در این ایام نیز گروه‌های خاصی مانند «پهلوانان،





عیاران و شاطران» به دنبال تقویت قدرت و مهارت رزم برای ظلم‌ستیزی و مقابله با حکام مغول و تیموری بودند. یکی از مهم‌ترین قیام‌ها علیه ظلم ایلخانان، «نهضت سربداران» با محوریت «پهلوانان» بود. نقش «پهلوانان» و به‌ویژه «کشتی-گیران» در اوضاع اجتماعی-سیاسی ایران و جایگاه ویژه آنان در نزد مردم باعث شد تا برخی نویسندگان در قرن هفتم تا دهم کتاب‌هایی درباره آداب کشتی‌گیری بنویسند. «فتوت‌نامه سلطانی» اثر «ملاحسین واعظ کاشفی» یکی از این کتاب‌ها است. در تمام کتاب‌های «فتوت‌نامه» که در این قرون نوشته شده می‌توان به مسائلی درباره ورزش کشتی به‌عنوان یکی از حرفه‌های «فتیان یا جوانمردان» پرداخته می‌شود. بر پایه تاریخ، زورخانه در حدود قرن هفتم خورشیدی به‌وسیله محمود معروف به پوریای ولی که ظاهراً از مردم خوارزم بوده به‌صورت امروزی سازمان‌دهی شده است. باین حال بر پایه رفتار و منش تاریخی و اسطوره‌های ایران، زورخانه می‌تواند دست‌کم در ایران، تاریخ بسیار کهن‌تری داشته باشد.

۳-۱-۳-۵. حکومت صفویه: در قرن دهم هجری حکومت شیعه‌مذهب «صفویه» بر ایران حاکم شد. این حکومت توانست در سایه مذهب تشیع، وحدت ملی و سیاسی را در ایران ایجاد کند و زمینه را برای رشد و ترقی فرهنگ فراهم نماید. تا این دوران بنا به سه دلیل اصلی به شرح جدول ۳-۷ اغلب مردم باید مهارت‌های رزم با سلاح، جنگ تن‌به‌تن و دفاع را می‌آموختند.

جدول ۳-۷. دلایل رواج آموزش مهارت‌های جنگی و دفاعی تا دوران صفویه

ردیف	دلایل	توضیح
۱	نبود سلاح گرم	هنوز سلاح‌های گرم و دوزن سبک و سنگین کشف نشده بود.
۲	ناامنی	احتمال بالای جنگ و تجاوز در هر لحظه و لزوم برخورداری هر فرد از حداقل توان دفاعی
۳	پیشرفت	اغلب افراد قدرتمند و شمشیرزن یا ماهر در رزم امکان پیشرفت در ساختارهای آن زمان را داشتند.

در عصر صفویه سیاحان مختلف غیرایرانی، توصیفات قابل توجهی از رونق ورزش و انواع رویدادهای جذاب در این دوران دارند. در این دوران «میدان نقش جهان اصفهان» زمین چوگانی بود که برای دیگر انواع ورزش‌ها و رویدادها از جمله تیراندازی با کمان هم استفاده می‌شد. در این دوران «پهلوانان، عیاران و شاطران» علاوه بر محبوبیت در میان مردم در نگاه حکومتی نیز دارای جایگاه برجسته‌ای شدند. در این دوران کشتی پهلوانی دوران طلایی و پررونق خود را سپری کرد و در هر شهر صدها پهلوان و نوحاسته به کشتی گرفتن و آموختن فنون و آیین پهلوانی مشغول بودند. رویدادهای مربوط به آنان، جلوه مردمی‌تر و رسمی‌تری پیدا کرد و آموزش‌ها و تمرینات آنان توسعه یافت. در این دوران داستان پهلوانان به ادبیات و شعر ایران زمین راه یافت و «مرامنامه‌ها و فتوت‌نامه‌های» جذابی نوشته شد.

حکومت صفویه از سال ۸۸۰ تا ۱۱۱۴ خورشیدی بر ایران حکومت کرد. این دوران مقارن با سال ۱۶۳۰ میلادی یا ۱۰۰۸ خورشیدی است که دوران «قرون وسطی» به پایان می‌رسد و وارد دوران «نوین یا مدرن» تاریخ می‌شویم. هرچند حدود یک‌صد سال از این حکومت مقارن با این تاریخ بود اما اقدامات حاکمان ایرانی در این ایام و حکومت‌های بعدی برای توسعه «صنعتی، اقتصادی، فرهنگی و ورزشی» همگام با جهان غرب و البته با حفظ ارزش‌های فرهنگی کافی نبود.

## ۳-۱-۴. دوران نوین یا مدرن

دوران نوین یا مدرن یا مدرنیته به «جامعه جدید یا مدرن» اطلاق می‌شود. مدرنیته دوره‌ای از تاریخ و بین سال‌های «۱۶۳۰ تا ۱۹۴۰ میلادی و مقارن با ۱۰۰۸ تا ۱۳۱۸ خورشیدی» و شامل «جنبش‌های متعدد فرهنگی و عقلانی» است. «یورگن هابرماس» فیلسوف مدافع مدرنیته بر این باور است که تاریخ مدرنیته هنوز ادامه دارد. از نظر تاریخی، دوران مدرن با «دوره رنسانس» آغاز و با معرفی رویدادهای «انقلاب فرانسه و آمریکا»، «اعلامیه استقلال آمریکا»، «اعلامیه حقوق بشر و شهروند ۱۷۸۹ فرانسه» و مفاهیمی چون «عصر روشنگری»، «ایدئالیسم آلمانی»، «آزادی‌های فردی»، «افسون‌زدایی از جهان»، «عقل‌ابزاری» و «عقل‌انتقادی» همراه شده است. می‌توان گفت که چهار معنای اصلی به شرح جدول ۳-۸ از مدرنیته وجود دارد.

جدول ۳-۸. محورهای مورد تأکید در دوران نوین یا مدرن

ردیف	محورها	توضیح
۱	مدرنیته سیاسی	در قالب مفهوم مدرن از دموکراسی و حقوق شهروندی
۲	مدرنیته علمی و فناوری	گسست معرفتی با کیهان‌شناسی ارسطویی، ایجاد علم جدید، انقلاب صنعتی و فناوری نوین
۳	مدرنیته زیبایی‌شناختی	ناشی از رابطه جدید انسان با زیبایی و مفهوم جدید ذوق و سلیقه
۴	مدرنیته فلسفی	تأکید بر آگاهی فرد از طبیعت و سرنوشت خود و محوریت آن برای تفکر و اندیشه

در این کتاب رویکرد تداوم دوره نوین یا مدرن تا قرن حاضر مورد توجه قرار می‌گیرد. مهم‌ترین تحولات این دوران را می‌توان به‌طور کلی در سه قرن اخیر یعنی قرن‌های «نوزدهم، بیستم و بیست‌ویکم» مورد توجه قرار داد.

۳-۱-۴-۱. قرن نوزدهم میلادی: در قرن نوزدهم میلادی و سال‌های «۱۸۰۱ تا ۱۹۰۰ برابر با سال‌های بین ۱۱۷۹ تا ۱۲۷۸ خورشیدی» امپراتوری‌های «عثمانی، اسپانیا، پرتغال، مغول و روم» از بین رفتند. «امپراتوری بریتانیا» پس از جنگ‌های ناپلئون فرانسوی، به گسترش مرزها و رویکرد استعماری خود پرداخت. با استفاده از ابزارهای جنگی حاصل از تحولات صنعتی، و راهبردهای علمی شناخته‌شده «بریتانیا» با مدیریت بیش از «یک‌چهارم جمعیت» و «یک‌سوم زمین‌ها» در جهان به بزرگ‌ترین ابرقدرت این قرن تبدیل شد. این امر در ظاهر باعث تقویت «صلح»، «پیشبرد تجارت»، «کاهش برده‌داری» و «کاهش دزدی دریایی» در محدوده مدیریتی این کشور استعمارگر شد. «بریتانیا» با شکست «دزدان دریایی بربر» در ادامه هرگونه «تجارت برده» را متوقف کرد. در ادامه این روند «برده‌داری» در «روسیه، آمریکا و برزیل» هم ممنوع شد. با کشف «الکتروسیته، فولاد و نفت» زمینه ظهور «دومین انقلاب صنعتی» و امپراتوری‌های جدیدی چون «آلمان، ژاپن و ایالات متحده» فراهم شد. کشورهای «روسیه و چین» نتوانستند با این انقلاب صنعتی همراه شوند و در نتیجه «آشوب‌های اجتماعی وسیعی» در این دو امپراتوری ایجاد شد. در کنار همه این اتفاقات در این قرن زمینه ظهور و توسعه بسیاری از ورزش‌های نوین فراهم شود. بالا رفتن ساعات اوقات فراغت به دلیل زندگی ماشینی و فرصت بیشتر برای ایجاد یا توسعه انواع بازی‌های فردی و گروهی، روند رو به رشد و با سرعت بیشتری را پیدا می‌کند. هرچند در برخی موارد از ورزش‌ها با رویکردهای استعماری و نفوذ فرهنگی در برخی جوامع استفاده می‌شود اما در سال‌های پایانی این قرن المپیک نوین ظهور پیدا می‌کند.

۳-۱-۲-۴. قرن بیستم میلادی: در قرن بیستم میلادی و سال‌های «۱۹۰۱ تا ۲۰۰۰ میلادی برابر با سال‌های ۱۲۷۹ تا ۱۳۷۹ خورشیدی» نیز اتفاقات بزرگی روی داد. تداوم «انقلاب صنعتی و رشد سریع اروپا» باعث شده بود، برخی کشورهای پیشرفته غربی از جمله «فرانسه، انگلیس و آمریکا» با ساماندهی بسیاری از «بازی‌های قراردادی» و قانونمند کردن آن‌ها، رشته‌های ورزشی متنوعی را بنام خود ایجاد کنند. بسیاری از این ورزش‌ها «بازی‌های بومی و قراردادی» کشورهای مختلف و در مواردی مربوط به مستعمرات کشورهای استعمارگر بودند که با ساماندهی و روش‌های مؤثر به «ورزش‌های قانونمند جذاب» تبدیل و به جهان معرفی می‌شدند.

در سال «۱۹۱۴ میلادی برابر ۱۲۹۲ خورشیدی» جنگ عظیمی در میان کشورهای اروپا با رهبری «آلمان» از یک‌سو و «نیروهای متفقین» به رهبری «فرانسه و بریتانیا» از سوی دیگر به‌عنوان «جنگ جهانی اول» درگرفت. جنگ چهار سال طول کشید و در نهایت متفقین پیروز شدند. هنگام اعلام جنگ میلیون‌ها تن از مردم اروپا در خیابان‌های شهرهای مهم به رقص و شادی پرداختند و از تصمیم حاکمان برای شروع جنگ حمایت کردند. طوری که مردان جوان داوطلب برای جنگیدن، هجوم می‌آوردند. تا پایان این جنگ در سال «۱۹۱۸ میلادی یا ۱۲۹۸ خورشیدی» حدود «ده میلیون نفر» کشته شدند و صحنه‌های وحشت‌انگیز توأم با به خاک‌وخون کشیده شدن بسیاری از مردم در تاریخ ثبت شد. با «جنگ جهانی اول» چهار امپراتوری «آلمان، اتریش، مجارستان و عثمانی» از هم گسیختند. «نظام جمهوری» جایگزین «امپراتوری آلمان» شد و «امپراتوری روسیه» به‌دست انقلابی‌های بلشویک افتاد. هنوز خیلی از این تجربه تاریخی نگذشته بود که بسیاری از کشورهای اروپایی از رویکرد «دموکراسی» خارج می‌شوند. «حزب نازی» به رهبری «آدولف هیتلر» در «آلمان» و «فاشیست‌ها» به رهبری «موسولینی» در «ایتالیا» به قدرت می‌رسند. ابتدا «بریتانیا و فرانسه» به‌دنبال سازش با این دیکتاتورهای جنگ‌طلب بودند اما از سال «۱۹۳۹ میلادی یا ۱۳۱۷ خورشیدی» دامنه جنگ گسترش و «جنگ جهانی دوم» آغاز می‌شود. «آدولف هیتلر» به‌دنبال رسیدن به «قدرت مطلق» در اروپا بود و در آغاز جنگ به توفیقاتی دست پیدا کرد اما پس از سال «۱۹۴۳ میلادی یا ۱۳۲۱ خورشیدی» قوای متفقین شامل نیروهای «آمریکا، شوروی و انگلستان»، بر آلمان برتری یافتند. سرانجام، آلمان در سال «۱۹۴۵ میلادی یا ۱۳۲۳ خورشیدی» و نه روز پس از خودکشی «هیتلر» تسلیم شد. این بار «بیش از بیست میلیون نفر» در «جنگ جهانی دوم» کشته شدند. در این قرن باوجود کشتار مردمی وسیع و جنگ‌های خونین با سلاح‌های کشتار جمعی، اما رویدادهای ورزشی در سراسر جهان رو به رشد و رونق گسترده‌ای نهاد. با مروری بر تاریخچه رشته‌های ورزشی و به‌ویژه تأسیس فدراسیون‌های بین‌المللی به تاریخ‌هایی در این ایام برخورد می‌کنیم. در بسیاری از رویدادهای ورزشی با مخاطبین گسترده، تلاش‌های متعددی برای اعلام اعتراض برخی گروه‌ها یا نژادها به سراسر جهان صورت گرفت. در مواردی هم این رویدادها به‌عنوان فرصت‌هایی برای دیپلماسی‌های بین‌المللی و ایجاد رابطه بین حکومت‌های مختلف تبدیل شد.

۳-۱-۲-۴. قرن بیست‌ویکم میلادی: قرن بیست‌ویکم میلادی که از اول ژانویه سال «۲۰۰۱ میلادی و ۱۳۷۹ خورشیدی» آغاز شده است در سال «۲۱۰۰ میلادی و ۱۴۷۸ خورشیدی» به پایان خواهد رسید. با توجه به سرعت تحولات ایجادشده در ابتدای این قرن، به نظر می‌رسد در طول سال‌های باقیمانده آن، «بشر» تحولات بزرگ و شاید

دور از انتظاری را تجربه خواهد کرد. این امر متأثر از رشد سریع و روزافزون در دانش و فناوری‌ها است. برای نمونه برخی کارشناسان از تحولات احتمالی چون «زندگی در دیگر سیارات»، «افزایش طول عمر انسان» و «هوشمندشدن تمامی ابعاد زندگی روزمره بشر» سخن می‌گویند. این‌که تحولات انجام‌شده و پیش رو در این قرن چه آثاری بر «ورزش و تربیت بدنی» خواهد داشت، کمتر مورد بحث قرار گرفته است. اما آنچه ناگفته پیداست، توسعه بازی‌های رایانه‌ای و محیط‌های شبیه‌سازی شده آن‌چنان پیش می‌رود که ورزش در دنیای مجازی ابعاد دور از ذهنی را در پیش رو خواهد داشت.

### ۲-۳. تاریخچه المپیک نوین

باستان‌شناس آلمانی بنام «کورتیوس» در کاوش منطقه «المپیا» آثار المپیک باستان را کشف کرد. با ایده احیای «بازی‌های المپیک باستان» پژوهشگر و معلمی بنام «پی‌یر بارون دو کویرتن» از فرانسه و چندتن از همکارانش در سال «۱۸۸۹ میلادی و ۱۲۶۷ خورشیدی» در نشست پاریس بنیان «بازی‌های جدید المپیک» را گذاشتند. آن‌ها پنج سال بعد و در سال «۱۸۹۴ میلادی و ۱۲۷۲ خورشیدی» طی جلسه‌ای در «دانشگاه سوربون پاریس» به‌طور رسمی «کمیته بین‌المللی المپیک» را تأسیس کردند. رویکرد «تربیتی و فرهنگی» به المپیک در قالب مکتب فلسفی بنام «المپیزم» و با ایجاد اهدافی برای «نهضت المپیک» به شرح جدول ۳-۹ در سندی بنام «منشور المپیک» منتشر شد. اهدافی که فراتر از «مسابقه» یا «بردوباخت» در قالب یک فلسفه با رویکردی «تربیتی و فرهنگی» بر توسعه اخلاق تأکید دارد.

جدول ۳-۹. اهداف نهضت المپیک در منشور المپیک

ردیف	اهداف
۱	ترویج و توسعه ویژگی‌های اخلاقی و جسمانی با ورزش
۲	پرورش جوانان با ورزش و برای ارتباط بیشتر باهم به‌منظور ساختن دنیایی بهتر و صلح‌آمیزتر
۳	انتشار و ترویج اصول المپیک در جهان با رویکردی خیرخواهانه
۴	گردآوردن ورزشکاران جهان در یک جشنواره عظیم هر چهار سال یک‌بار در بازی‌های المپیک

پس از دو سال از تأسیس «کمیته بین‌المللی المپیک»، نخستین دوره بازی‌های المپیک نوین از سال «۱۸۹۶ میلادی و ۱۲۷۴ خورشیدی» در آتن شروع و هر چهار سال در یک کشور برگزار شد. تا سال «۲۰۲۰ میلادی و ۱۳۹۹ خورشیدی» تنها سه دوره در «جنگ‌های جهانی اول و دوم» برگزار نشد. انتخاب محل رویداد از ۷ الی ۱۰ سال قبل در مجمع عمومی بعد از هر المپیک مشخص می‌شود. «متقاضیان میزبانی» با «لابی و ارائه نمایش از شهر خود»، برای گرفتن رأی مثبت مجمع تلاش می‌کنند. رشته‌های ورزشی و مواد آن‌ها با آرای اعضای مجمع برای هر دوره کم یا اضافه می‌شود. با انتخاب «شهر میزبان هر دوره» یک ساختار اجرایی بنام «کمیته برگزاری بازی‌ها» شکل می‌گیرد تا شرایط برگزاری رویداد را فراهم کند. در جدول ۳-۱۰ تاریخچه میزبانی بازی‌های المپیک از ابتدا مرور شده است. در شروع بازی‌ها تا دهه هفتاد قرن بیستم میلادی، شرط «ورزشکار غیرحرفه‌ای یا آماتور بودن» برای شرکت وجود داشت اما از دهه هشتاد پای «ورزشکاران حرفه‌ای» هم باز شد. کویرتن در سال ۱۹۳۷ در ۷۴ سالگی درگذشت و بنا بر وصیتش «پیکر او در لوزان» و «قلبش در المپیا» دفن شد. او بنا بر اظهارات همسرش عاشق ورزش بود.

جدول ۳-۱۰. تاریخچه میزبانی بازی‌های تابستانی المپیک نوین

دوره	شهر / کشور	سال	تعداد روز	تعداد کشور	تعداد شرکت‌کننده	تعداد رشته / ماده مسابقه	رئیس وقت کمیته
۱	آتن / یونان	۱۸۹۶	۹	۱۳	۳۱۱	۴۳ / ۹	پیر دو کوبرتن
۲	پاریس / فرانسه	۱۹۰۰	۸	۲۳	۱۳۳۰	۷۸ / ۱۶	پیر دو کوبرتن
۳	سنت لوئیس / آمریکا	۱۹۰۴	۵۳	۱۲	۶۸۷	۸۵ / ۱۴	پیر دو کوبرتن
۴	لندن / بریتانیا	۱۹۰۸	۳۴	۲۳	۲۰۳۵	۹۸ / ۲۱	پیر دو کوبرتن
۵	استکهلم / سوئد	۱۹۱۲	۴۷	۲۸	۲۵۴۵	۱۰۲ / ۱۳	پیر دو کوبرتن
۶	برلین / آلمان	۱۹۱۶	-	-	برگزار نشد - جنگ جهانی اول	-	پیر دو کوبرتن
۷	آنتورپ / بلژیک	۱۹۲۰	۲۲	۲۹	۲۶۶۹	۱۵۰ / ۲۱	پیر دو کوبرتن
۸	پاریس / فرانسه	۱۹۲۴	۵۳	۴۴	۳۰۹۲ (۲۹۵۶ مرد و ۱۳۶ زن)	۱۲۴ / ۱۸	پیر دو کوبرتن
۹	آمستردام / هند	۱۹۲۸	۲۶	۴۶	۳۰۱۴ (۲۷۲۴ مرد و ۲۹۰ زن)	۱۰۹ / ۱۴	کانت هنری دوبایلت
۱۰	لس آنجلس / آمریکا	۱۹۳۲	۴۴	۳۷	۱۴۰۸ (۱۲۸۱ مرد و ۱۲۷ زن)	۱۱۷ / ۱۴	کانت هنری دوبایلت
۱۱	برلین / آلمان	۱۹۳۶	۱۶	۴۹	۴۰۷۶ (۳۷۳۸ مرد و ۳۳۸ زن)	۱۲۸ / ۱۹	کانت هنری دوبایلت
۱۲	توکیو / ژاپن	۱۹۴۰	-	-	برگزار نشد - جنگ جهانی دوم	-	کانت هنری دوبایلت
۱۳	لندن / بریتانیا	۱۹۴۴	-	-	برگزار نشد - جنگ جهانی دوم	-	زیگفرید ادستروم
۱۴	لندن / بریتانیا	۱۹۴۸	۱۶	۵۹	۴۰۹۹ (۳۷۱۴ مرد و ۳۸۵ زن)	۱۳۶ / ۱۷	زیگفرید ادستروم
۱۵	هلسینکی / فنلاند	۱۹۵۲	۱۶	۶۹	۴۹۲۵ (۴۴۰۷ مرد و ۵۱۸ زن)	۱۴۹ / ۱۷	اوری براندج
۱۶	ملبورن / استرالیا استکهلم / سوئد	۱۹۵۶	۱۶	۶۷	۳۳۴۲ (۲۹۵۸ مرد و ۳۸۴ زن)	۱۵۱ / ۱۷	اوری براندج
۱۷	روم / ایتالیا	۱۹۶۰	۱۶	۸۳	۵۳۴۸ (۴۷۳۸ مرد و ۶۱۰ زن)	۱۵۰ / ۱۷	اوری براندج
۱۸	توکیو / ژاپن	۱۹۶۴	۱۴	۹۳	۵۱۴۰ (۴۴۵۷ مرد و ۶۸۳ زن)	۱۶۳ / ۱۹	اوری براندج
۱۹	مکزیکوسیتی / مکزیک	۱۹۶۸	۱۷	۱۱۲	۵۴۶۱ (۴۷۵۰ مرد و ۷۱۱ زن)	۱۷۲ / ۱۸	اوری براندج
۲۰	مونپخ / آلمان	۱۹۷۲	۱۶	۱۲۲	۷۱۲۳ (۶۰۶۵ مرد و ۱۰۵۸ زن)	۱۹۵ / ۲۱	اوری براندج
۲۱	مونترال / کانادا	۱۹۷۶	۱۸	۹۲	۵۹۹۸ (۴۷۵۱ مرد و ۱۲۴۷ زن)	۱۹۸ / ۲۱	لرد کیلانین
۲۲	مسکو / شوروی	۱۹۸۰	۱۶	۸۱	۵۲۱۷ (۴۰۹۲ مرد و ۱۱۲۵ زن)	۲۰۳ / ۲۱	لرد کیلانین
۲۳	لس آنجلس / آمریکا	۱۹۸۴	۱۴	۱۴۱	۶۷۹۷ (۵۲۳۰ مرد و ۱۵۶۷ زن)	۲۲۱ / ۲۱	خوان آنتونیو سامارانژ
۲۴	سئول / کره جنوبی	۱۹۸۸	۱۵	۱۵۹	۸۴۶۵ (۶۲۷۹ مرد و ۲۱۸۶ زن)	۲۳۷ / ۲۳	خوان آنتونیو سامارانژ
۲۵	بارسلون / اسپانیا	۱۹۹۲	۱۳	۱۶۹	۹۳۶۷ (۶۶۵۹ مرد و ۲۷۰۸ زن)	۲۵۸ / ۲۵	خوان آنتونیو سامارانژ
۲۶	آتلانتا / آمریکا	۱۹۹۶	۱۵	۱۹۷	۱۰۷۴۴ (۷۰۶۰ مرد و ۳۶۸۴ زن)	۲۷۱ / ۲۶	خوان آنتونیو سامارانژ
۲۷	سیدنی / استرالیا	۲۰۰۰	۱۶	۲۰۰	۱۱۰۰۰	۳۰۴ / ۲۸	خوان آنتونیو سامارانژ
۲۸	آتن / یونان	۲۰۰۴	۱۶	۲۰۲	۱۱۰۰۰	۳۰۴ / ۲۸	ژاک روک
۲۹	پکن / چین	۲۰۰۸	۱۶	۲۰۳	۱۱۰۰۰	۳۰۴ / ۲۸	ژاک روک
۳۰	لندن / بریتانیا	۲۰۱۲	۱۶	۲۰۴	۱۱۰۰۰	۳۰۴ / ۲۸	توماس باخ <sup>۱</sup>
۳۱	ریودوژانیرو / برزیل	۲۰۱۶	۱۶	۲۰۴	۱۰۸۲۰	۳۰۴ / ۳۰	توماس باخ
۳۲	توکیو / ژاپن	۲۰۲۱					توماس باخ

### 1. Thomas Bach

باخ متولد سال ۱۹۵۳ در آلمان و یک حقوقدان حرفه‌ای است. او مرد طلایی رشته شمشیربازی برای آلمان در المپیک ۱۹۷۶ مونترال کانادا بود. باخ از سال ۱۹۹۱ عضو IOC شد و در سال ۲۰۱۳ به‌عنوان نهمین رئیس IOC انتخاب شد.

المپیک ۲۰۲۰ توکیو در ژاپن با توجه به فراگیر شدن بیماری خطرناک و قابل انتقال «کرونا» به درخواست اکثر کشورهای جهان به سال ۲۰۲۱ منتقل شد. این برای نخستین بار در تاریخ المپیک نوین بود که به دلیل خطر یک بیماری فراگیر، المپیک در تاریخ تعیین شده خود برگزار نمی‌شود.

از سال ۱۹۲۴ المپیک زمستانی هم با برگزاری این رویداد در «شامونی فرانسه» به رویدادهای المپیک اضافه شد. گرچه این بازی‌ها در ابتدا با استقبال عمومی کمیته‌های ملی روبه‌رو نشد، اما به مرور زمان در هر دوره استقبال بهتر شد. شمار شرکت‌کنندگان در المپیک زمستانی بسیار کمتر از شرکت‌کنندگان در المپیک تابستانی است؛ در المپیک زمستانی ۲۰۰۲ در سالت‌لیک سیتی «۲۴۰۰ ورزشکار» از ۷۷ کشور جهان در ۷۸ رویداد ورزشی با یکدیگر رقابت کردند. «نهضت المپیک» مسائل و چالش‌های متعددی را تاکنون تجربه کرده است که برخی از مهم‌ترین آن‌ها «تقابل آماتور با حرفه‌ای»، «دوپینگ»، «مداخله سیاسی»، «فساد مالی»، «سوگیری‌های احتمالی در انتخاب میزبانی‌ها» و «توزیع مدال‌ها و رتبه‌بندی‌ها» بوده است.

۳-۲-۱. تاریخ تقابل آماتور با حرفه‌ای: به نظر کوبرتن اشراف و نجیب‌زادگان بی‌نیاز، ورزشکارانی «آماتور» بودند. به‌همین دلیل، ورزشکاران حرفه‌ای، اجازه حضور در بازی‌های المپیک و رقابت با آن‌ها را نداشتند. مریان حرفه‌ای شمشیربازی از این قاعده مستثنا شدند و همین «استثنا قائل شدن» زمینه جنجال‌هایی را فراهم کرد. هنگامی که معلوم شد «جیم تورپی» قبل از قهرمانی در «پنج‌گانه مدرن و ده‌گانه المپیک ۱۹۱۲» فعالیت حرفه‌ای در «بیسبال» داشته است، عناوین قهرمانی‌اش گرفته شد، اما در سال ۱۹۸۳ «کمیته بین‌المللی المپیک» از روی ملاحظات انسانی عنوان قهرمانی‌اش را به او پس داد. اسکی‌بازان «سوئسی و اتریشی» در حمایت از مریان حرفه‌ای محروم شده به دلیل «کسب درآمد از راه آموزش اسکی» مسابقات «المپیک ۱۹۳۶» را تحریم کردند. حتی در المپیک ۱۹۳۲ لس‌آنجلس دو ورزشکار از «فرانسه و فنلاند» به دلیل سابقه دریافت پول در ورزش اخراج شدند. بالاخره «لرد کیلانین» رئیس وقت کمیته بین‌المللی المپیک مجوز «امکان دریافت پول» توسط ورزشکاران را از مجمع عمومی دریافت کرد. در ادامه و دهه هفتاد میلادی شرایط آماتوریزم از منشور المپیک حذف شد و تصمیم‌گیری در مورد حضور حرفه‌ای‌ها در هر رشته ورزشی، به «فدراسیون بین‌المللی» مربوطه واگذار محول شد. با این تغییر، تیم رؤیایی بسکتبال آمریکا با ستارگان حرفه‌ای و گران‌قیمت «اتحادیه ملی بسکتبال» در سال ۱۹۹۲ قهرمان المپیک شد. در فوتبال مردان تعداد بازیکنان بالای ۲۳ سال در هر تیم از ۳ نفر نباید بیشتر باشد. امروزه کمیته‌های ملی المپیک بسیاری از کشورها در قبال پیروزی قهرمانان به آن‌ها جوایز ارزنده‌ای می‌دهند.

۳-۲-۲. آثار سیاست و جنگ بر المپیک: از مهم‌ترین رویدادها و آثار جنگ و سیاست بر المپیک در جدول ۳-۱۱ مرور شده است.

## جدول ۳-۱۱. مهم ترین آثار سیاست و جنگ بر المپیک نوین

ردیف	سوابق
۱	برگزار نشدن بازی های المپیک ۱۹۱۶ به خاطر «جنگ جهانی اول» و «۱۹۴۰ و ۱۹۴۴» به دلیل «جنگ جهانی دوم»
۲	ممانعت کشورهای پیروز جنگ جهانی اول از حضور کشورهای مغلوب در المپیک ۱۹۲۰
۳	گروگان گیری در بازی های المپیک تابستانی ۱۹۷۲ در مونیخ (آلمان غربی) و کشته شدن گروگان های اسرائیلی (کشتار مونیخ)
۴	بمب گذاری در المپیک ۱۹۹۶ آتلانتا و کشته شدن ۲ نفر و زخمی شدن بیش از صد نفر
۵	استفاده تبلیغاتی نازی ها در بازی های ۱۹۳۶ برلین
۶	مشت های گره کرده مردان طلاپی سیاه پوست در اعتراض به سیاست تبعیض نژادی در آمریکا
۷	محرومیت آفریقای جنوبی از ۱۹۶۴ تا ۱۹۹۲ به دلیل مخالفت برخی کشورها با سیاست آپارتاید <sup>۱</sup> این کشور
۸	تعلیق افغانستان از ۱۹۹۹ تا ۲۰۰۲ به دلیل حکومت تروریستی طالبان
۹	تحریم المپیک ۱۹۵۶ ملبورن توسط «هلند، اسپانیا و سوئیس» به دلیل «سرکوب شورش مجارستانی ها توسط پیمان ورشو»
۱۰	تحریم المپیک ۱۹۵۶ ملبورن توسط «کامبوج، مصر، عراق و لبنان» به دلیل بحران کانال سوئز
۱۱	محروم کردن آفریقای جنوبی در المپیک ۱۹۷۲ به دلیل سیاست های تبعیض نژادی
۱۲	خروج تایوان از بازی های ۱۹۷۶ مونترال به دلیل فشارهای جمهوری خلق چین
۱۳	تحریم المپیک ۱۹۸۰ مسکو توسط ایالات متحده با ۶۴ کشور دیگر از جمله ایران به دلیل حمله شوروی به افغانستان (این المپیک با ۱۶ کشور غربی و فقط ۸۰ کشور در کمترین تعداد کشور حاضر در المپیک تا المپیک ۲۰۲۰ برگزار شد).
۱۴	تحریم المپیک ۱۹۸۴ لس آنجلس توسط شوروی و ۱۴ کشور عضو بلوک شرق (جز رومانی) به دلیل مشکل امنیت ورزشکاران (ایران به دلیل تغییر مکان مسابقات از تهران به لس آنجلس برای انقلاب ایران، بازی ها را تحریم کرد).
۱۵	تحریم المپیک ۱۹۸۸ کره جنوبی توسط «کره شمالی در اعتراض به میزبان مشترک نشدن دو کره» و «سه کشور کوبا، اتیوپی، نیکاراگوئه به دلیل مشکلات اقتصادی و اعلام تحریم کردن برای تحریم نشدن خودشان توسط IOC»
۱۶	مسابقه ندادن ورزشکاران ایران بعد از انقلاب اسلامی با ورزشکاران اسرائیلی با هدف حمایت از کشور فلسطین (البته این کار برای محروم نشدن کاروان ایران با استفاده از راه کارهای قابل توجهی مانند اضافه وزن، اظهار بیماری و امثال آن بوده است)
۱۷	تحریم گروه های طرفدار محیط زیست نسبت به المپیک ۲۰۰۸ پکن به دلیل خرید ۸۰۰ هزار متر مربع از جنگل های استوایی و در معرض انقراض استان پاپوآی اندونزی توسط چین برای بازی های المپیک ۲۰۰۸ به قیمت یک میلیارد دلار

به دلیل موارد مورد اشاره، در حال حاضر شرایط امنیتی سختی بر روی بازی های المپیک اعمال می شود تا از فعالیت های تروریستی احتمالی جلوگیری شود.

۳-۲-۳. تاریخچه دوپینگ در المپیک نوین: روند تاریخی ظهور داروهای دوپینگی در المپیک نوین در جدول ۳-۱۲ مرور شده است.

### 1. Apartheid

نوعی از سیاست های نژادپرستانه که طی آن گروهی به عنوان نژاد برتر از بقیه جدا و از امکانات و شرایط ویژه تری برخوردار می شوند. این مفهوم از آفریقای جنوبی و اقدام به جداسازی سفیدپوستان از سیاهپوستان و برتری امکاناتی برای آن ها شروع شد.

جدول ۳-۱۲. تاریخچه دوپینگ در المپیک نوین

ردیف	سوابق
۱	استفاده برنده دو ماراتن در المپیک تابستانی ۱۹۰۴ از «استریکنین و کنیاک»
۲	مرگ «کنت انه‌مارک» دوچرخه‌سوار دانمارکی به دلیل استفاده از «آمفتامین» در المپیک ۱۹۶۰
۳	ممنوعیت استفاده از دوپینگ در اواسط دهه ۶۰، ابتدا فدراسیون‌های ورزشی و سپس، کمیته بین‌المللی المپیک ۱۹۶۷
۴	اولین نتیجه مثبت دوپینگ «هانس گونار لیلینوال سوئدی» در رشته پنج‌گانه مدرن بود که به دلیل استعمال «الکل» مدال برنز خود را از دست داد. مشهورترین دوپینگ المپیک «بن جانسون» دهنده دو سرعت کانادا و برنده مدال طلای بازی‌های ۱۹۸۸ در دو صد متر بود که جواب آزمایش «استانوزولول» او مثبت شد.
۵	در سال ۱۹۹۰، اسنادی فاش شد که نشان داد بسیاری از ورزشکاران زن آلمان شرقی به‌عنوان بخشی از سیاست‌های دولت کشورشان به‌دستور مربیان خود از «آنابولیک استروئید» استفاده کرده بودند.
۶	در سال ۱۹۹۹ «کمیته بین‌المللی المپیک» با مقابله با دوپینگ «آژانس جهانی مبارزه با دوپینگ» را تأسیس کرد.
۷	در المپیک تابستانی ۲۰۰۰ و زمستانی ۲۰۰۲، برخی مدال‌آوران وزنه‌برداری و اسکی به دلیل دوپینگ رد صلاحیت شدند.

هنوز هم، بعد از مدتی از سپری شدن المپیک‌ها، اخباری مبنی بر دوپینگ بودن ورزشکاران مدال‌آور و گرفتن مدال آن‌ها و دادن آن‌ها به نفر بعدی شنیده می‌شود.

۳-۲-۴. توزیع مدال و رتبه‌بندی‌ها در المپیک: یکی از نقدهای مطرح شده به توزیع مدال‌ها در المپیک‌ها در آن است که یک فرد در یک رشته مانند شنا یا دوومیدانی می‌تواند چندین مدال را برای کشورش به ارمغان آورد اما یک ورزش تیمی مانند بسکتبال یا فوتبال با حضور انواع ستارگان و چهره‌های شاخص در آن، تنها منجر به یک مدال خواهد شد. از این منظر «قهرمانان برتر المپیک یا المپین‌ها» از المپیک ۱۸۹۶ تا به اکنون اغلب با تعداد مدال‌های کسب شده به شرح جدول ۳-۱۳ معرفی می‌شوند.

جدول ۳-۱۳. قهرمانان برتر المپیک یا المپین‌ها

ردیف	عنوان قهرمان	مقام‌ها
۱	Michael Phelps	با ۲۳ طلا، ۳ نقره و ۲ برنز و مجموع ۲۸ مدال در رشته شنا - مرد از آمریکا
۲	Larisa Latynina	با ۹ طلا، ۴ نقره و ۸ برنز و مجموع ۱۸ مدال در رشته ژیمناستیک - زن از شوروی سابق
۳	Paavo Nurmi	با ۹ طلا و ۳ نقره و مجموع ۱۲ مدال در رشته دوومیدانی - مرد از فنلاند
۴	Mark Spitz	با ۹ طلا، ۱ نقره و ۱ برنز و مجموع ۱۱ مدال در رشته شنا - مرد از آمریکا
۵	Carl Lewis	با ۹ طلا و ۱ نقره و مجموع ۱۰ مدال در رشته دوومیدانی - مرد از آمریکا

نتایج نشان می‌دهد که اغلب ورزشکاران پرافتخار در المپیک‌ها از رشته «شنا، دوومیدانی و ژیمناستیک» هستند که دارای مواد مختلف و امکان کسب بیش از یک مدال در یک بازی را برای ورزشکاران آن رشته فراهم می‌کند. این در حالی است که برخی ورزشکاران در یک رشته تیمی یا در یک وزن خاص تنها فرصت یک مدال را دارند. همچنین رتبه‌بندی‌های المپیک بر اساس ارزش رنگ مدال تعیین می‌شود و این یعنی یک کشور با یک مدال طلا بالاتر از دیگر کشورها با بیش از ۱۰ نقره یا برنز قرار خواهد گرفت. این در حالی است ارزیابی عملکرد دقیق‌تر می‌تواند بر اساس میزان کسب جایگاه‌های اول تا دهم از سوی هر کشور باشد.



۳-۲-۵. اولین‌ها در المپیک: در جدول ۳-۱۴ موضوعات ایجاد شده برای نخستین بار در «بازی‌های المپیک» معرفی شده است. نکته قابل تأمل در مرور این اولین‌ها در طول تاریخ نهضت المپیک، روند تکاملی است. یعنی بازی‌های المپیک که ما امروز شاهد آن هستیم، پس از مراحل تکاملی در طول حدود یکصدسال به نقطه امروز رسیده است.

جدول ۳-۱۴. اولین‌های نهضت المپیک

ردیف	موضوع	توضیح
۱	اولین مدال	دانشجوی ۲۷ ساله آمریکایی بنام جیمز کنولی در رشته پرش جفت
۲	توزیع مدال طلا	از المپیک ۱۹۰۸ لندن برای قهرمانان اول هر رشته
۳	پرچم المپیک	در ژوئن ۱۹۱۴ به مناسبت بیستمین سال تأسیس IOC در جشنواره پاریس همراه با پنج حلقه
۴	پنج حلقه	بازی‌های ۱۹۲۰ آنتورپ
۵	سوگند المپیک	بازی‌های ۱۹۲۰ آنتورپ
۶	مشعل المپیک	بازی‌های ۱۹۲۸ آمستردام
۷	پیست دوی ۴۰۰ متر	بازی‌های ۱۹۲۸ آمستردام
۸	عکس برداری در دو	یا فوتو فینیش در بازی‌های ۱۹۳۲ لس آنجلس
۹	سکوی قهرمانی سه‌پله	از بازی‌های ۱۹۳۲ لس آنجلس برای قهرمانان اول تا سوم
۱۰	مشعل المپیک استادبومی	اولین مشعل المپیک در استادبوم بازی‌های ۱۹۲۸ آمستردام
۱۱	حمل مشعل دستی	بازی‌های ۱۹۳۶ برلین توسط ۳۰۰۰ دوندۀ به صورت امدادی از محل المپیاد تا برلین
۱۲	پخش تولیدی تلویزیونی	از بازی‌های ۱۹۳۶ برلین به صورت ضبط و پخش پس از رویداد
۱۳	پخش زنده تلویزیونی	از بازی‌های المپیک زمستانی ۱۹۶۰ «اسکوآولی» به صورت پخش هم‌زمان با رویداد
۱۴	استفاده از کامپیوتر	از بازی‌های زمستانی ۱۹۶۴ «اینسبروک»
۱۵	دهکده اختصاصی المپیک	از بازی‌های ۱۹۳۲ لس آنجلس

### ۳-۳. ورزش ایران در دوران نوین یا مدرن

دوران مدرن در ایران یعنی از سال ۱۰۰۸ خورشیدی تا عصر حاضر را مورد توجه قرار می‌دهد. در تاریخ قرون وسطی به حکومت صفویه و رویکردهای ورزشی آن دوره اشاره شد. حدود یکصدسال از آن سلسله حکومتی در «دوران نوین و تحولات رنسانس» در غرب بود. اما پس از آن این دوران به حکومت‌های کوتاه «اشرف افغان»، «افشاریه»، «زندیه»، «قاجاریه»، «پهلوی» و «جمهوری اسلامی» مقارن شده است.

۳-۳-۱. حکومت افشاریه و زندیه: پس از دوره کوتاه غلبه «اشرف افغان» و براندازی حکومت صفویه، با قیام «نادر» بازهم ایران یکپارچه شد. «نادرشاه» به عنوان بنیان‌گذار سلسله افشاری بر توسعه مهارت‌های رزم و جنگ در میان جوانان و سپاهیان تأکید داشت. روحیه کشورگشایی او باعث شد تا آثار تربیتی و فرهنگی کمتری از ورزش در این دوران دیده شود. در منابع و کتب تاریخی می‌توان از حکومت بعد از افشاری یعنی «زندیه» اطلاعاتی درباره ورزش و ورزشکاران به دست آورد. «محمد هاشم آصف» در کتاب «رستم‌التواریخ» به رویدادهای کشتی پهلوانی اشاره دارد که

به دیگر مناطق یا حتی کشورها رفته و مبارز می‌طلبیدند. این مسابقات به‌حدی خشن می‌شد که گاهی منجر به از بین رفتن یکی از طرفین می‌شد.

۳-۲- حکومت قاجاریه: خاندان قاجار در سال ۱۱۷۴ خورشیدی بر ایران حاکم شدند. بنیان‌گذار این حکومت یعنی آقامحمدخان قاجار، شهر تهران را به‌عنوان پایتخت انتخاب کرد. این سلسله حکومتی تا سال ۱۳۰۴ خورشیدی و ظهور حکومت پهلوی مقارن دوره معاصر ادامه داشت. «دکتر یاکوب ادوارد پولاک» آلمانی، پزشک مخصوص «ناصرالدین‌شاه قاجار» پس از سال‌ها حضور در ایران مشاهدات خود درباره ورزش ایران در آن دوران را ثبت کرده است. به نوشته او ورزش در ایران با رویکردهای «تفریحی و درمانی» حتی توسط مراکز عمومی و خصوصی رایج بوده است. از نظر او ورزشگاه‌های عمومی یا زورخانه، «فضایی با یک گودی حدود ۲ متری و به شکل هشت‌ضلعی و کف پرشده با ساقه برنج خشک و پوشیده با فرش نمدی» است که دورتادور آن نیمکت‌هایی برای تماشاگران و تعویض لباس چیده‌اند. همچنین محلی نیز برای مرشد وجود دارد که در آنجا ضرب می‌گیرد. ورود به آن در قبال پرداخت مختصر ورودیه‌ای برای هر کس مجاز است. تعلیم به‌عهده کشتی‌گیر مجرب پیری است که به او «پهلوان» می‌گویند. علاوه بر طبقات پائین جامعه، شاه و رجال کشور نیز در این حوزه فعال بودند و هرکدام یک «زورخانه سرخانه» و پهلوانی اختصاصی برای آن داشتند. در این ایام «ناصرالدین‌شاه» شخصی بنام «صاحب‌الدوله» را مأمور گسترش و توسعه کشتی کرد و رقابت پهلوانان را در میادین مختلف شهر رواج داد. هر سال با برگزاری رقابت‌ها، «پهلوان ایرانی» از دل این مسابقات معرفی می‌شد و بازوبند پهلوانی را به‌صورت امانت برای یک سال در اختیار می‌گرفت که در صورت تکرار این قهرمانی در سه‌سال پیاپی «صاحب‌دائمی بازوبند پهلوانی» می‌شد. در این دوران «ورزش‌های تیراندازی با کمان، شمشیربازی و سوارکاری» رواج داشت. همچنین بیمارانی که نیاز به «ماساژ» داشتند به زورخانه‌ها مراجعه می‌کردند.

در تاریخ ورزش با وجود تلاش‌هایی برای توسعه ورزش زورخانه‌ای، اما هنوز توفیقات اثربخشی برای توسعه آن دیده نمی‌شود. این امر می‌تواند به دلایلی چون «جاذبه‌های رشته‌های ورزشی جدید و گرایش بیشتر به آن‌ها» است. در حوزه باشگاه‌های ورزشی در ایران، مدارک تاریخی نشان می‌دهد که اولین باشگاه ورزشی را سفارت انگلیس در سال ۱۲۸۲، به‌منظور فراهم کردن امکانات رفاهی و ورزشی برای کارمندان خود در میدان مشق تهران تأسیس کرد و مدیریت آن نیز بر عهده خود انگلیسی‌ها بود. در این باشگاه فعالیت‌های ورزشی مانند «فوتبال، دوچرخه‌سواری، پرواز با بالون و هواپیما» ارائه می‌شد. ایرانیان با تماشای ورزش انگلیسی‌ها به‌تدریج با ورزش‌های جدید آشنا و به آن علاقه‌مند شدند. با رشد رشته‌های ورزشی نوین، متأسفانه بازی‌های سنتی نظیر «الک‌دولک و چلتوب»<sup>۱</sup> رو به فراموشی گذاشت. پس از آشنایی اولیه ایرانیان با ورزش‌های جدید، به‌مرور باشگاه‌های ورزشی در ایران شکل گرفت و با کوشش برخی از بازیکنان فوتبال، نخستین باشگاه ورزشی در ۱۲۹۸ بنام «کلوب ایران» تأسیس شد. این باشگاه پس از سال ۱۳۰۲ با نام «کلوب تهران» به فعالیت ادامه داد و این شکل از مدیریت ورزشی با تقلید از «الگوی انگلیسی» در کشور توسعه یافت. فعالیت باشگاه‌ها با «مصوبه هیئت دولت» در سال ۱۳۰۹ قانونی شد و شرط تأسیس آن نداشتن

۱. این بازی‌های بومی و محلی در فصل شانزدهم مربوط به ورزش‌های همگانی و تفریحی معرفی شده‌اند.

«اهداف سیاسی» و «فعالیت‌های منافی عفت» بود. بر این اساس، هر باشگاه می‌توانست طبق اساسنامه «هیئت‌مدیره» و «تحت نظارت نظمیه» شروع به فعالیت کند. از عوامل ظهور بسیاری از ورزش‌های نوین یا مدرن در ایران آن زمان مواردی به شرح جدول ۳-۱۵ بودند.

جدول ۳-۱۵. مهم‌ترین زمینه‌های ظهور ورزش‌های نوین در دوران قاجار و پهلوی به ایران

ردیف	موضوع	توضیح
۱	سفارتخانه‌ها	انتقال از طریق امکانات ایجادشده توسط سفارتخانه‌هایی مانند انگلیس
۲	صنعت نفت	ایجاد امکانات تفریحی و ورزشی برای کارکنان انگلیسی صنعت نفت و آشنایی ایرانیان با این ورزش‌ها
۳	مبلغان مذهبی	دایر کردن مراکز مذهبی به‌ویژه از سوی مسیحیان و راه‌اندازی برخی بازی‌ها مانند فوتبال و امثال آن
۴	دانشجویان	حضور دانشجویان ایرانی در دانشگاه‌های جهان و آشنایی با انواع ورزش‌ها و انتقال آن‌ها به ایران
۵	درباریان	تجربه ورزشی درباریان در سفرهای خارجی و انتقال آن‌ها به کشور
۶	نظامیان	افراد نظامی اعزامی به خارج برای گذراندن دوره‌های نظامی و آشنایی با ورزش‌ها و انتقال آن به ایران
۷	مهاجران	معرفی و فعال کردن ورزش‌هایی توسط افراد مهاجر به کشورهای دیگر و آموزش‌دیده در آن رشته

در مجموع ظهور ورزش مدرن در ایران از اواخر دوره قاجار بود. «فریدون میرزا ملکم»، شش سال قبل از «انقلاب مشروطیت» و در «چهارمین سال سلطنت مظفرالدین شاه قاجار» به‌عنوان اولین ورزشکار ایرانی در المپیک ۱۹۰۰ پاریس (مصادف با ۱۲۷۹ خورشیدی) در ایه انفرادی شمشیربازی شرکت کرد و در دور اول حذف شد. به‌نقل از روزنامه «وقایع اتفاقیه»، نام این فرد در جدول مسابقات، «پرنس فریدون میرزا ملکم از کشور پرشیا» ثبت شد. نام «پرشیا» از سال ۱۳۱۴ و در زمان رضاشاه پهلوی به «ایران» تغییر کرد. با توجه به‌اینکه «خبر شرکت فریدون میرزا» در «رسانه‌های ایرانی پرمخاطب آن زمان» درج نشده است؛ می‌توان نتیجه گرفت که در آن زمان «ورزش» موردتوجه «مردم و دربار» نبوده است. در مسابقات المپیک سال «۱۹۲۴ میلادی یا ۱۳۰۱ خورشیدی» با میزبانی شهر پاریس «احمدشاه قاجار» در سال‌های پایان سلطنتش و در سن حدود ۳۰ سال حضور داشت. او سال ۱۳۰۸ در همین شهر پاریس در ۳۳ سالگی به‌علت «چاقی و سکت قلبی» در جوانی مرد و بر اساس وصیتش در کربلا و کنار آرامگاه پدرش دفن شد. در اواخر دوره قاجار تحولات مهمی در ورزش ایران ایجاد شد. در این دوره برخی ورزش‌های جدید مانند فوتبال و غیره توسط اروپائیان ساکن در شهرهای مختلف ایران رواج یافت. انگلیسی‌های ساکن در بنادر جنوبی و تهران، ورزش‌های مختلفی را رواج دادند. در اثر اقدام آن‌ها در سال ۱۳۰۰ شمسی عده‌ای از معلمین ورزش، انجمنی بنام «انجمن ترقی و ترویج فوتبال» را در ایران تأسیس کردند. در سال ۱۳۰۲ یک دوره مسابقات ورزشی در «میدان مشق تهران» بین سربازان و واحدهای ارتش با باشگاه‌های آزاد انجام شد و در پایان این بازی‌ها برندگان مسابقه‌ها مورد تشویق قرار گرفتند. در آخرین سال حکومت «احمدشاه قاجار» در سال ۱۳۰۳ و به دستور «رضاخان سردار سپه» به‌عنوان وزیر جنگ «مسابقه‌های منظم ورزشی» در پادگان‌های نظامی آغاز شد. این مراکز نظامی در ادامه و در کنار مدارس به‌عنوان کانون‌های اصلی برای ترویج ورزش در ایران تبدیل شدند. در خرداد سال ۱۳۰۳ در شهر رشت نیز تحولات بزرگی در زمینه توسعه ورزش‌های نوین رخ داد. باشگاه «اسپورتیف رشت» برای توسعه ورزش‌های «فوتبال، تنیس و سوارکاری» اقدام کرد.

در سال ۱۳۰۲ «میرمهدی ورزشنده» که پس از پایان تحصیلات با تخصص ورزش از اروپا به ایران بازگشته بود، با تلاشی خستگی‌ناپذیر به ترویج ورزش‌های اروپایی در ایران پرداخت. از مهم‌ترین موانع در کار او «چالش‌های فرهنگی و اجتماعی» آن زمان بود که بسیاری از مردم فعالیت‌های ورزشی به‌ویژه ورزش‌های نوین را امری «قبیح و نادرست» تلقی می‌کردند. او از همان ایام این مشکل را درک کرد و با نوشتن مقالات ورزشی و در ادامه انتشار یک نشریه تخصصی ورزشی سعی کرد که تا حد ممکن این موانع را برطرف کند. «میرمهدی ورزشنده» از زمان حضورش در ایران به سال «۱۳۹۳ خورشیدی» بارها به ادارات و مراکز مختلف مراجعه کرد و با نشان دادن مدارک تخصصی و توضیح درباره اهمیت ورزش به دنبال فرصت برای توسعه و ترویج ورزش بود. بعد از حضور در بخش‌های نظامی و اداری مختلف و ناکامی‌های مکرر، بالاخره در آموزش و پرورش آن زمان جای گرفت و به تربیت معلم و دانش‌آموزان در عرصه ورزش و معرفی و هدایت بسیاری از ورزش‌های نوین در ایران پرداخت. به‌همین دلیل بسیاری او را با عنوان «پدر ورزش نوین ایران» معرفی می‌کنند.

**۳-۳-۳. حکومت پهلوی:** حکومت پهلوی در سال ۱۳۰۴ خورشیدی توسط رضاشاه به‌وجود آمد. وی تا شهریور ۱۳۲۹ شمسی در ایران حکومت کرد و پس از او پسرش محمدرضاشاه پهلوی تا سال ۱۳۵۷ حکومت را در دست داشت. با تحولات ایجادشده از اواخر دوره قاجار، و شروع دوره پهلوی نهضت جدیدی در ورزش ایران آغاز شد. افزایش مدارس و مراکز آموزشی و استقبال نوجوانان و جوانان به ورزش، زمینه تحول در سازمان‌های ورزشی ایران را فراهم کرد. دو نهاد اجتماعی «پادگان‌های نظامی و مدارس نوین» امکان آموزش مستقیم و متمرکز ورزش و ترویج آن را فراهم کردند.

زمان تشکیل اولین سازمان رسمی متولی ورزش ایران در سال ۱۳۰۶ و با تصویب قانون اجباری شدن ورزش در مدارس بود. با تصویب قانون «نظام‌وظیفه» و «گنجانده‌شدن ورزش و تربیت‌بدنی در برنامه‌های اجباری آن» از یک‌سو و «اجباری شدن ورزش در مدارس و آموزشگاه‌های کشور» توسط وزارت معارف از سوی دیگر مقدمه تحولات در توسعه ورزش فراهم شد. در سال‌های بعد قریب به اتفاق ورزشکاران و قهرمانان از این دو مرکز به جامعه ورزش ایران پیوستند. با ادامه این برنامه ورزشی به تدریج هر یک از مراکز نظامی و آموزشی صاحب یک یا چند تیم ورزشی شدند که اداره و سازمان‌دهی آن‌ها نیازمند تشکیلاتی مستقل بود.

حضور «میرمهدی ورزشنده» در رأس ورزش مدارس و تلاش بی‌وقفه او باعث گرایش روزافزون دانش‌آموزان و توان‌افزایی معلمان و توجه بیشتر خانواده‌ها به ورزش می‌شد. در کنار آن اماکن و تأسیسات ورزشی روزبه‌روز بیشتر از گذشته و با هدفمندی و کیفیت بیشتری ساخته شد. در سال ۱۳۱۲ از یک مشاور ورزشی بنام «دکتر توماس گیسن» برای سروسامان دادن به ورزش ایران بهره گرفته شد. با مشاوره این شخص «اداره تربیت‌بدنی» در وزارت معارف آن زمان (معادل وزارتخانه‌های آموزش و پرورش و آموزش عالی فعلی) شکل گرفت تا به امر توسعه ورزش در مدارس و آموزشگاه‌ها بپردازد. بودجه اولیه این اداره «ده‌هزار تومان» بود که از محل بودجه «وزارت معارف» پرداخت می‌شد. «اداره تربیت‌بدنی» به‌طور رسمی تربیت‌بدنی را در برنامه‌های درسی مدارس و آموزشگاه‌ها گنجانده و برای مدارس



ابتدایی روزی یک ساعت و برای مدارس متوسطه هفته‌ای دو ساعت ورزش را اجباری کرد. این تشکیلات در ادامه تمامی برنامه‌ها و مسابقات ورزشی مدارس و آموزشگاه‌ها را سازمان‌دهی کرد.

در ادامه و برای مدیریت ورزش در خارج از مدارس و مسابقات بین مدارس و آموزشگاه‌ها سازمان دیگری بنام «انجمن ملی تربیت بدنی و پیشاهنگی» در سال ۱۳۱۳ تشکیل شد. این انجمن با ایجاد شعب مختلف در شهرستان‌ها با سازمان‌دهی ورزش با اموری چون «تشکیل کلاس‌های ورزشی مانند فوتبال، تنیس، والیبال و امثال آن»، «احداث اماکن ورزشی» و «تنظیم و تصویب آئین‌نامه‌های اجرایی مسابقات ورزشی» می‌پرداخت. در ادامه و همان سال «انجمن تربیت‌مربیان ورزش و پیشاهنگی» تشکیل شد. برخی از مهم‌ترین رویدادهای ورزشی زمینه‌ساز تشکیل «انجمن ملی تربیت بدنی و پیشاهنگی» در جدول ۳-۱۶ ارائه شده است.

جدول ۳-۱۶. مهم‌ترین رویدادهای زمینه‌ساز برای شکل‌گیری انجمن تربیت بدنی و پیشاهنگی ایران

ردیف	رویداد
۱	تأسیس نخستین باشگاه ورزشی در تهران توسط میرمهدی ورزشنده در سال ۱۲۹۶
۲	تأسیس مجمع فوتبال ایران در سال ۱۲۹۹
۳	برگزاری مسابقات مختلف ورزشی در سال ۱۳۰۳ در میدان مشق تهران به پیشنهاد تیمسار جهانبانی رئیس ستاد ارتش
۴	تصویب قانون «اجباری شدن ورزش در آموزشگاه‌ها» در سال ۱۳۰۶ در دوران ریاست مخبرالسلطنه به‌عنوان رئیس هیئت دولت و به همت علی‌اصغر حکمت وزیر فرهنگ دولت وقت
۵	تأسیس مؤسسه پیشاهنگی در سال ۱۳۱۲
۶	ورود توماس گیسن آمریکایی به ایران برای راه‌اندازی «تربیت بدنی» به پیشنهاد علی‌اصغر حکمت کفیل وزارت معارف (۱۳۱۲)

به‌مرور توجه مردم و مطبوعات به ورزش افزایش چشمگیری یافت و نخستین مجله ورزشی ایران بنام «آئین ورزش» در سال ۱۳۱۴ منتشر شد. در همین سال اردوی آموزشی چهل‌روزه برای توانمندسازی معلمان ورزش سراسر کشور در تهران برگزار شد. در آن زمان تعداد معلمان ورزش سراسر کشور ۶۲ نفر بود. با توجه به شکل‌گیری ساختار رسمی متولی ورزش در ایران از سال ۱۳۱۳ خورشیدی، ادامه تغییرات و تحولات ورزش را در ذیل مسئولیت هر یک از متولیان ورزش از این تاریخ به بعد، را مورد بررسی قرار خواهد گرفت.

### ۳-۴. تحولات ساختار رسمی ورزش ایران

ساختار رسمی ورزشی ایران از سال ۱۳۱۳ تا به اکنون دچار تغییرات متعددی به‌شرح جدول ۳-۱۷ بوده است.

جدول ۳-۱۷. انواع تغییر ساختار ورزش ایران از سال ۱۳۱۳

ردیف	تغییرات ساختار ورزش ایران
۱	تشکیل اداره تربیت بدنی آموزش و پرورش (وزارت معارف) در سال ۱۳۱۲ و در ادامه «انجمن تربیت بدنی و پیشاهنگی» در سال ۱۳۱۳ برای مدیریت ورزش مدارس و آموزشگاه‌ها در سطحی وسیع‌تر
۲	تشکیل «سازمان تربیت بدنی و پیشاهنگی» و انتصاب «حسین اعلاء» به ریاست آن در سال ۱۳۲۰ (در این سال انجمن تربیت بدنی به آموزش و پرورش منتقل و از ورزش عمومی جدا شد.)
۳	تغییر نام به «سازمان تندرستی و جوانان و تربیت بدنی ایران» در شهریور ۱۳۳۷
۴	تغییر نام به «سازمان ملی تربیت بدنی و تفریحات سالم» و انتقال به وزارت آموزش و پرورش و تحت مسئولیت یک معاون ورزش در سال ۱۳۴۳
۵	تشکیل «سازمان تربیت بدنی» مستقل با ادارات کل استانی و زیر نظر مستقیم نخست‌وزیر و با تصویب مجلس در سال ۱۳۵۰
۶	انحلال سازمان تربیت بدنی در سال ۱۳۵۵ و قرارگیری موقت آن در وزارت آموزش و پرورش به دلیل نتایج ضعیف در المپیک مونترال کانادا ۱۹۷۶ و تصویب رسمی آن توسط مجلس در سال ۱۳۵۶ (در قالب معاونت ورزش در آن وزارت)
۷	تشکیل مجدد «سازمان تربیت بدنی» به‌طور مستقل و قرار گرفتن زیر نظر مستقیم نخست‌وزیر در سال ۱۳۵۸ و بعد از انقلاب
۸	در سال ۱۳۶۸ با حذف نخست‌وزیری و ایجاد ریاست جمهوری، انتقال این سازمان به زیر نظر مستقیم رئیس‌جمهور
۹	تشکیل وزارت ورزش و جوانان با ادغام دو سازمان «تربیت بدنی» و «ملی جوانان» در سال ۱۳۸۹

«انجمن ملی تربیت بدنی و پیشاهنگی ایران» به ریاست حسین سمیعی تحت نظر وزارت معارف (فرهنگ) و در تاریخ (۱۳۱۳/۱/۲۸) در دوران «محمدعلی فروغی» به‌عنوان رئیس هیئت دولت تشکیل شد. اولین جلسه این انجمن چند روز بعد با حضور آقایان «حکیم‌المک، دکتر صدیق اعظم، اسدی، تربیت، شمس، گیبسن، علی اصغر حکمت کفیل وزارت فرهنگ، ابراهیم حکیمی، حسین علاء، امان‌الله جهانبانی، عیسی صدیق، ابراهیم شمس‌آبادی» برگزار شد. در این جلسه «اساسنامه انجمن» تصویب و «حسین علاء» به‌عنوان ریاست انجمن و «محمد رضا پهلوی» به‌عنوان ریاست عالی انجمن و رویکردی «تشریفاتی و حمایتی» معرفی شدند.

حسین علاء در سال ۱۳۲۰ چند کارشناس و تیم ورزشی خارجی را به کشور دعوت کرد. با مشاوره و بررسی‌های انجام‌شده در سال‌های بعد امور ورزش در ایران در سه بخش مجزا یعنی «سازمان تربیت بدنی و تفریحات سالم»، «کمیته ملی المپیک» و «شورای ورزش بانوان متمرکز» شد. در سال ۱۳۲۶ ایران به عضویت «کمیته بین‌المللی المپیک» در آمد و به فاصله یک سال پس از آن ورزشکاران ایرانی در بازی‌های المپیک ۱۹۴۸ لندن حضور یافتند. این اولین حضور رسمی «کمیته ملی المپیک ایران» در یک رویداد المپیکی و با نتیجه کسب یک مدال برنز در رشته وزنه‌برداری بود (سند راهبردی نظام جامع تربیت بدنی و ورزش کشور، ۱۳۸۲). وقتی در اردیبهشت ۱۳۴۳ ساختار رسمی ورزش با نام «سازمان ملی تربیت بدنی و تفریحات سالم» زیرپوشش «وزارت آموزش و پرورش» قرار گرفت؛ سازمان‌های دیگر از جمله «وزارت کار و امور اجتماعی»، «کشاورزی و تعاون روستایی»، و «نیروهای مسلح» دارای بخش‌های مستقل تربیت بدنی شدند. در سال ۱۳۵۰ با تصویب مجلس و تشکیل «سازمان تربیت بدنی مستقل»، کلیه «دارایی‌ها، دیوان و مطالبات و تعهدات تشکیلات قبلی» به این سازمان منتقل شد. این سازمان زیر نظر مستقیم نخست‌وزیر قرار گرفت و تمام استان‌های کشور دارای «ادارات کل تربیت بدنی» شدند. کلیه فعالیت‌های ورزشی در سطح هر استان زیر نظر «اداره

کل تربیت بدنی استان» و توسط «هیئت‌های ورزشی» انجام می‌شد. «هیئت‌های ورزشی» علاوه بر ارتباط با اداره کل تربیت بدنی استان، با «فدراسیون‌های ورزشی» رشته مربوط نیز در ارتباط بودند. در سال ۱۳۵۳ هفتمین دوره بازی‌های آسیایی در تهران برگزار شد و با گشایش مجموعه ورزشی آزادی به تدریج «مدارس و دانشکده‌های تربیت بدنی» شکل گرفتند. «سازمان تربیت بدنی» چند سال قبل از برگزاری این بازی‌ها، اقدام به ساخت مجموعه ورزشی آزادی فعلی کرد. پس از پیروزی انقلاب اسلامی در خردادماه سال ۱۳۵۸ به موجب مصوبه قانونی، انحلال سازمان مذکور لغو و مجدداً به صورت تشکیلات مستقلی تحت عنوان «سازمان تربیت بدنی» تحت نظر «نخست‌وزیری» در آمد. پس از ده سال و در سال ۱۳۶۸ با توجه به «حذف پست نخست‌وزیری» و واگذاری کلیه وظایف و اختیارات نخست‌وزیر به «رئیس‌جمهور»، سازمان تربیت بدنی در زمره سازمان‌های وابسته به نهاد ریاست جمهوری قرار گرفت. ریاست این سازمان بر عهده یکی از «معاونان رئیس‌جمهور» و با انتصاب مستقیم رئیس‌جمهور بود (سجادی، ۱۳۸۶). در سال ۱۳۸۹ با تصویب مجلس دو سازمان «تربیت بدنی» و «ملی جوانان» ادغام و «وزارت ورزش و جوانان» تشکیل شد. با این شکل وزیر ورزش باید با معرفی رئیس‌جمهور، از «نمایندگان مجلس شورای اسلامی» رأی اعتماد دریافت کند.

### ۳-۵. سرود ملی ایران در ورزش

«سرود ملی» یا «سرود میهنی» قطعه‌ای موسیقی یا سرود است که توسط دولت‌ها به‌عنوان سرود ملی و رسمی کشور به رسمیت شناخته می‌شود. در جهان، هر کشوری سرود ملی مخصوص به خود را دارد. سرودهای ملی آوازاها یا موسیقی‌هایی هستند، که در موقعیت‌های مخصوص از جمله در رویدادهای مهم ورزشی و در هنگام رژه یا کسب مدال قهرمانی در رویدادهای بین‌المللی نواخته می‌شوند. این سرودها آوازهای وطن‌پرستانه‌ای هستند که برای احترام به علائق و تعلقات هر کشوری نواخته می‌شوند. این آوازاها جهت تحریک احساس وطن‌پرستی در مردم خوانده می‌شوند. هیچ مدرک معتبری از تاریخ شروع این سرودها در جهان وجود ندارد اما اغلب کشورهای پیشرو از قرن هجدهم و نوزدهم سرودهای خود را به جهان معرفی کرده‌اند. «سرود ملی ایران» از سال ۱۳۱۳ خورشیدی و بسیار دیرتر نسبت به اغلب کشورهای آن زمان ساخته شد. «دکتر جلال گنجی» فرزند «سالار معتمد گنجی نیشابوری» از دانشجویان آلمان قبل از هیتلر در حدود یکصد سال پیش، در خاطرات خود می‌نویسد که:

ما هشت دانشجوی ایرانی بودیم که در آلمان و در عهد احمدشاه تحصیل می‌کردیم. روزی رئیس دانشگاه گفت باید مقابل امپراتور آلمان رژه بروید، بهلنه‌های ما را هم قبول نکنند. بالاخره به فکر آهنگ کوچهبازاری «عمو سبزی‌فروش» افتادیم که همه بلد بودند! قرار گذاشتیم بخوانیم و چون کسی سرود ملی ما را نمی‌دانست، در مراسم رژه چنین کردیم!

شعر «عمو سبزی‌فروش! ... بله/ سبزی کم‌فروش! ... بله/ سبزی خوبی داری؟ ... بله/ خیلی خوبی داری؟ ... بله...» را چند بار تمرین کردیم. روز رژه با یونیفورم یک‌شکل و یکرنگ از مقابل امپراتور آلمان، عمو سبزی‌فروش خوانان رژه رفتیم. پشت سر ما دانشجویان ایرلندی در حرکت بودند. از بله گفتن ما به هیجان آمدند و بله را با ما هم صدا شدند، به طوری که صدای بله در استادیوم طنین‌انداز شد و امپراتور هم به ما ابراز تفقد فرمودند و داستان به خیر گذشت!

برای شرکت در المپیک برلین در سال ۱۹۳۶ و تابستان سال ۱۳۱۵ دعوت‌نامه «هیتلر» برای رژه ایرانیان در افتتاحیه این بازی‌ها در بهار همان سال به «رضا پهلوی» رسید. برای این منظور از دانشجویان بورسیه تحصیلی ایران در پاریس

خواسته شد که در مراسم رژه المپیک شرکت کنند. از هجده دانشجوی شرکت کننده در این رژه می توان به افرادی چون «دکتر چهارزی»، «اسماعیل مرآت وزیر بعدی فرهنگ»، «امیر علایی»، «مسعود فروغی فرزند ذکاءالملک فروغی» اشاره کرد که بعدها به مقامات بالایی در امور «فرهنگی، دانشگاهی و ورزشی» دست یافتند. هنگام رژه دانشجویان ایرانی در المپیک به دلیل در دسترس نداشتن «سرود ملی»، یکی از همراهان صفحه گرامی از «قمرالملوک وزیری» را به جای سرود ملی تحویل می دهد! این آهنگ با ترجیع بند «ز من نگارم، عزیزم، خبر ندارد!» بود و دانشجویان با این آهنگ در مقابل هیتلر رژه رفتند. از المپیک «۱۹۴۸ تا ۱۹۷۶ میلادی یا ۱۳۲۶ تا ۱۳۵۴ خورشیدی» آهنگ سرود ملی ایران همان «سرود ملی شاهنشاهی» و ساخته سال ۱۳۱۳ بود. این آهنگ به جز مراسم رژه، در زمان دریافت مدال های طلای این دوران یعنی طلای «امامعلی حبیبی، تختی، موحد و نصیری» نواخته شد. ایران در المپیک سئول در سال «۱۹۸۸ میلادی و ۱۳۶۶ خورشیدی» با سرود «شد جمهوری اسلامی به پا» شرکت کرد. در این سال به دلیل نگرفتن طلا، این سرود نواخته نشد. از المپیک سال «۱۹۹۲ میلادی و ۱۳۷۰ خورشیدی» آهنگ «سر زد از افق مهر خاوران» به عنوان «سرود ملی ایران»، تا به حال بارها در انواع میداین ورزشی و با کسب مدال های طلا نواخته شده است (ایسنا، ۱۳۹۵).

### ۳-۶. رؤسای ساختارهای رسمی ورزش ایران

ساختارهای رسمی چون «سازمان تربیت بدنی» یا «وزارت ورزش و جوانان»، در طول بیش از ۸۰ سال عمر خود، ۳۷ رئیس از «فیزیکدان شاگرد دکتر حسابی و نخستین دکترای فیزیک هسته ای ایران گرفته» تا «سیاست مدار، کودتاچی، ادیب، انقلابی و استاد دانشگاه» به خود دیده است. در جدول ۳-۱۸ مروری بر این رؤسا صورت گرفته است.

جدول ۳-۱۸. رؤسای ورزش ایران از ابتدا تا اکنون

ردیف	رؤسا	از	تا	توضیح
۱	محمدرضا پهلوی	۱۳۱۳	-	ریاست تشریفاتی با عنوان ریاست عالی
۲	حسین علاء	اردیبهشت ۱۳۱۳	مرداد ۱۳۱۳	۴ ماه
۳	حسین سمیعی	مهر ۱۳۱۳	تیر ۱۳۱۸	۵ سال
۴	محمدعلی تربیت	شهریور ۱۳۱۸	دی ۱۳۱۸	۴ ماه
۵	اله یار صالح	دی ۱۳۱۸	تیر ۱۳۱۹	۶ ماه
۶	ابوالحسن ابتهاج	مرداد ۱۳۱۹	آذر ۱۳۲۰	۱ سال و ۴ ماه
۷	حسین علاء	آذر ۱۳۲۰	تیر ۱۳۲۴	۳ سال و ۷ ماه
۸	حسین سمیعی	تیر ۱۳۲۴	شهریور ۱۳۲۵	۱ سال و ۲ ماه
۹	غلامعلی شایگان مولی	مهر ۱۳۲۵	اسفند ۱۳۲۵	۶ ماه
۱۰	حسین سمیعی	اسفند ۱۳۲۵	شهریور ۱۳۲۶	۶ ماه
۱۱	امان الله جهانبانی	شهریور ۱۳۲۶	تا آذر ۱۳۲۶	۴ ماه
۱۲	محمد بدر	آذر ۱۳۲۶	بهمن ۱۳۲۶	۳ ماه
۱۳	امان الله جهانبانی	بهمن ۱۳۲۶	دی ۱۳۳۱	۴ سال
۱۴	نادر باتمانقلیچ	دی ۱۳۳۱	اردیبهشت ۱۳۳۲	۴ ماه



۱۵	کمال‌الدین جناب	خرداد ۱۳۳۲	مرداد ۱۳۳۲	۳ ماه
۱۶	عباس ایزدپناه	مرداد ۱۳۳۲	شهریور ۱۳۳۷	۵ سال
۱۷	محمد دفتری	شهریور ۱۳۳۷	دی ۱۳۳۹	۲ سال و ۴ ماه
۱۸	محمدحسین عمیدی	دی ۱۳۳۹	آبان ۱۳۴۱	حدود ۲ سال
۱۹	عباس ایزدپناه	آبان ۱۳۴۱	دی ۱۳۴۵	حدود ۴ سال
۲۰	منوچهر قراگزلو	دی ۱۳۴۵	بهمن ۱۳۴۶	۱ سال و ۱ ماه
۲۱	پرویز خسروانی	بهمن ۱۳۴۶	شهریور ۱۳۵۰	۳ سال و ۸ ماه
۲۲	مصطفی امجدی	شهریور ۱۳۵۰	اردیبهشت ۱۳۵۱	۸ ماه
۲۳	علی حجت کاشانی	شهریور ۱۳۵۱	مرداد ۱۳۵۵	۴ سال
۲۴	نادر جهانبانی	۱۳۵۵	بهمن ۱۳۵۷	۲ سال
۲۵	حسین شاه‌حسینی	بهمن ۱۳۵۷	شهریور ۱۳۵۹	۱ سال ۷ ماه
۲۶	مصطفی داودی	شهریور ۱۳۵۹	فروردین ۱۳۶۲	۲ سال ۷ ماه
۲۷	اسماعیل داودی شمس	فروردین ۱۳۶۲	بهمن ۱۳۶۴	۲ سال ۱۰ ماه
۲۸	احمد درگاهی	بهمن ۱۳۶۴	شهریور ۱۳۶۸	۳ سال ۸ ماه
۲۹	حسن غفوری فرد	شهریور ۱۳۶۸	بهمن ۱۳۷۲	۳ سال ۵ ماه
۳۰	سید مصطفی هاشمی طبا	بهمن ۱۳۷۲	آبان ۱۳۸۰	۷ سال و ۹ ماه
۳۱	محسن مهرعلیزاده	آبان ۱۳۸۰	۱۳۸۴/۷/۴	۳ سال ۱۱ ماه
۳۲	محمدعلی آبادی	مهر ۱۳۸۴	۱۳۸۸/۶/۲۴	۴ سال
۳۳	علی سعیدلو	۱۳۸۸/۶/۲۴	۱۳۹۰/۵/۵	۱ سال ۱۱ ماه
۳۴	محمد عباسی	۱۳۹۰/۵/۵	۱۳۹۲/۵/۲۶	۲ سال
۳۵	رضا صالحی امیری	۱۳۹۲/۵/۲۶	مهر ۱۳۹۲	۷۰ روز
۳۶	محمود گودرزی	۱۳۹۲	۱۳۹۵	۳ سال
۳۷	مسعود سلطانی فر	۱۳۹۵		

ضمناً «دکتر بهاء‌الدین بازارگاد»، «تیمسار مهدی قلی علوی مقدم»، «ابوالحسن ابتهاج»، «نصرت‌الله حاج‌عظیمی»، «ابوالفضل صدری»، «ضیاء‌الدین شادمان» و «دکتر محمدحسن رهنوردی» هر یک مدت کوتاهی سرپرستی یا کفالت سازمان ورزشی مربوطه را بر عهده داشته‌اند. تاریخ و مدت حضور هر یک از این افراد نیاز به مدارک و مستند دقیق دارد که امید می‌رود مؤلف در آینده با اسناد معتبری به هر یک از این موارد اشاره داشته باشد. در بین این اسامی «صدری، شادمان و رهنوردی» از چهره‌های اثرگذار در تاریخ ورزش بوده‌اند که در مستندات مختلفی به حضور موقت آن‌ها در رأس ورزش اشاره شده است.

هسته مرکزی «انجمن تربیت‌بدنی و پیشاهنگی ایران» در فروردین ۱۳۱۳ توسط دکتر ابراهیم حکیمی (حکیم‌الملک) طی جلسه‌ای در خانه شخصی او بنانهاده شد (شکل ۳-۷).



شکل ۳-۷. ابراهیم حکیمی از بانیان راه‌اندازی انجمن تربیت‌بدنی و پیشاهنگی ایران

در ادامه راه و با راه‌اندازی «کمیته ملی المپیک» و عضویت در «کمیته بین‌المللی المپیک»، ساختار مهم دیگری برای هدایت ورزش و توسعه روابط بین‌الملل به‌ویژه در ارتباط با «بالاترین ساختار بین‌المللی ورزش» شکل گرفت. این ساختار در ادامه و در برهه‌های زمانی خاصی محل چالش بین رؤسای ورزش و مسئولین کمیته ملی المپیک بوده است. رؤسای کمیته ملی المپیک ایران نیز از ابتدا تا به اکنون به شرح جدول ۳-۱۹ بوده‌اند.

جدول ۳-۱۹. رؤسای کمیته ملی المپیک ایران از ابتدا تا اکنون

ردیف	رؤسا	از	تا	توضیح	عکس
۱	دکتر قدرتعلی کنی	۱۳۲۵	۱۳۲۶	تأسیس کمیته ملی المپیک در ایران (۱۳۲۵)	
	ابوالفضل صدری	۱۳۲۶	۱۳۲۶		
۲	علیرضا پهلوی	۱۳۲۶	۱۳۳۳	عضویت کمیته ملی المپیک ایران در کمیته بین‌المللی المپیک (۱۳۲۶)	
۳	غلامرضا پهلوی	۱۳۳۳	۱۳۵۸	عضویت غلامرضا پهلوی به‌عنوان یکی از اعضای کمیته بین‌المللی المپیک	
۴	حسین شاه‌حسینی	۱۳۵۸	۱۳۵۹	انحلال از سوی IOC به‌واسطه انتخابات سوری	
۵	مصطفی داودی	۱۳۵۹	۱۳۶۳		
۶	حسن غفوری فرد	۱۳۶۳	۱۳۶۵		
۷	سیدمصطفی هاشمی‌طبا	۱۳۶۵	۱۳۶۷		

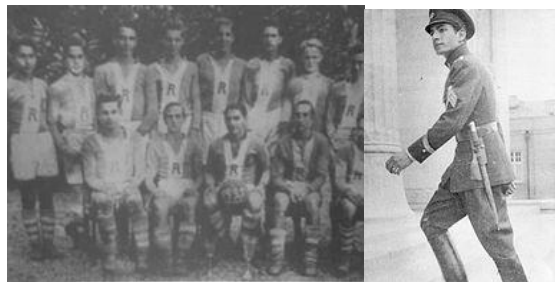


		۱۳۷۱	۱۳۶۷	عیسی کلانتری	
		۱۳۷۵	۱۳۷۱	حسین مخلوجی	۸
		۱۳۷۹	۱۳۷۵	سیدمصطفی هاشمی طبّا	۹
	عضویت هاشمی طبّا به عنوان یکی از اعضای کمیته بین- المللی المپیک	۱۳۸۳	۱۳۷۹	سیدمصطفی هاشمی طبّا	۱۰
	لغو عضویت هاشمی طبّا از اعضای کمیته بین المللی المپیک و از دست دادن یک کرسی مهم بین المللی	۱۳۸۷	۱۳۸۳	رضا قراخانلو	۱۱
		۱۳۹۲	۱۳۸۷	محمدعلی آبادی	۱۲
		۱۳۹۶	۱۳۹۲	کیومرث هاشمی	۱۳
			۱۳۹۶	سید رضا صالحی امیری	۱۴

بلندترین طول مدت زمان مدیریت کمیته المپیک در ایران، با حدود ۲۵ سال به مدیریت غلامرضا پهلوی تعلق دارد. بعد از تأسیس کمیته ملی المپیک در ایران ابتدا دکتر قدرتعلی کنی این مسئولیت را بر عهده داشت. کنی در نخستین سفر خارجی «تیم فوتبال منتخب تهران»، در سال ۱۳۰۵ همراه این تیم بود و در سال ۱۳۲۵ بعد از تأسیس فدراسیون فوتبال، اولین رئیس این فدراسیون شد. سپس مسئولیت کمیته ملی المپیک به علیرضا پهلوی واگذار شد و بعد از مرگ او در سانحه هوایی در سال ۱۳۳۳ این مسئولیت در اختیار «غلامرضا پهلوی»، برادر ناتنی محمدرضا پهلوی (شاه وقت ایران) از همسر دیگر رضاشاه یعنی توران امیرسلیمانی قرار گرفت و این مسئولیت تا آستانه پیروزی انقلاب اسلامی در اختیار او قرار داشت. او در بازی‌های آسیایی ۱۹۷۴ تهران، متهم به سوءاستفاده از بودجه کمیته ملی المپیک بود و

با بازرسی شاهنشاهی، پرونده‌اش همراه با ارائه گزارشی از عملکرد ضعیفش در این مسئولیت به شاه منتقل شد اما اتفاقی نیفتاد (ایسنا، ۱۳۹۵). علی‌رغم وجود مستندات مبنی بر «خودکشی غلامرضا تختی» اما برخی مرگ این جهان-پهلوان را به «غلامرضا پهلوی» نسبت می‌دهند. گفته می‌شود که در جریان برگزاری بازی‌های دوستانه ایران و شوروی در تهران و بعد از زلزله بوین‌زهرا به تختی گفته شده بود که اجازه ورود به سالن را ندارد. با این حال تختی در شرایطی وارد سالن می‌شود که غلامرضا پهلوی هم در سالن حضور داشته است. مردم با دیدن او واکنش نشان داده و با فرستادن صلوات و دادن شعارهایی برای ایشان و نفی پهلوی باعث می‌شوند تا غلامرضا پهلوی باخشم از سالن خارج شود. بسیاری از دوستان تختی که خودکشی او را باور ندارند، سناریوی کشته شدن او به دستور «غلامرضا پهلوی» را مطرح می‌کنند. «غلامرضا پهلوی» متولد سال ۱۳۰۲ در تهران و تاریخ فوت ۱۳۹۶ در پاریس است.

۳-۶-۱. **محمد رضا پهلوی**: نخستین رئیس تشریفاتی ورزش در سال ۱۳۱۳ با ساختاری بنام «انجمن ملی تربیت بدنی و پیشاهنگی» بود. او به عنوان ولیعهد «رضا پهلوی» برای مدت کوتاهی این مسئولیت تشریفاتی را بر عهده داشت (شکل ۳-۸).



شکل ۳-۸. محمد رضا پهلوی رئیس تشریفاتی انجمن ملی تربیت بدنی در سال‌های ۱۳۱۳ تا ۱۳۱۵

«محمد رضا پهلوی» در شکل ۳-۸ تصویر سمت چپ، نگه‌دارنده توپ است که تحصیلات خود را در مدارس سوئیس گذراند و با ورزش نوین آشنا شد. سوابق او حکایت از فعالیت در ورزش‌هایی چون «فوتبال، اسکی، سوارکاری و تنیس» دارد. رشته ورزشی کشتی هم از رشته‌های مورد توجه او بود.

۳-۶-۲. **دکتر حسین علاء**: امیرحسین علایی معروف به حسین علاء از ۱۳۱۳/۲/۲ تا مرداد ۱۳۱۳ برای ۴ ماه در زمان نخست‌وزیری محمدعلی فروغی رئیس «انجمن ملی تربیت بدنی و پیشاهنگی» بود. او به عنوان نخستین رئیس انجمن تربیت بدنی و پیشاهنگی ایران با توجه به تجارب خود در خارج از کشور به اتفاق دکتر عیسی جلالی (صدیق اعلم) ورزش کشور را بنا گذاشت. این امر در زمان وزارت اسماعیل مرات رخ داد و روز دوم اردیبهشت همان سال اساسنامه‌ای ساده و مشتمل بر چند ماده و تبصره را تنظیم کردند (هیدارن، ۱۳۹۰).

از آذر ۱۳۲۰ و با تغییر نام انجمن به «سازمان تربیت بدنی و پیشاهنگی» تا تیر ۱۳۲۴ بار دیگر برای چهار سال ریاست آن را در دولت‌های «محمدعلی فروغی، علی سهیلی، قوام‌السلطنه، محمدساعده، مرتضی قلی بیات، ابراهیم حکیمی و محسن صدر» بر عهده گرفت (شکل ۳-۹). به نظر می‌رسد مدت کوتاهی بعد از ایشان بازارگاد، این مسئولیت را بر عهده داشته است یا امور مربوطه، زیر نظر ایشان بوده است. از مهم‌ترین اقدامات او در این ایام توسعه ساختار باشگاه‌های ورزشی بود. حسین علاء در سال ۱۲۶۲ در تهران زاده شد، وی از آذربایجان غربی و شهرستان خوی بود.



شکل ۳-۹. حسین علاء رئیس انجمن ملی تربیت بدنی در دو دوره ۱۳۱۳ (چهارماه) و ۱۳۲۰ (سه سال و هفت ماه) او سوابقی چون «وزیر تجارت و فواید»، «سفیر ایران در اسپانیا، آمریکا و فرانسه»، «نماینده مجلس»، «ریاست هیئت مدیره بانک ملی»، «رئیس اداره کل تجارت»، «وزیر بازرگانی»، «مدیرکل بانک ملی»، «وزیر دربار» و «نخست وزیر» را علاوه بر مسئولیت ورزشی در کارنامه دارد، حسین علاء در سال ۱۳۴۳ در تهران درگذشت. در زمان تصدی علاء در سال ۱۳۲۲ مشکلات مالی و اقتصادی ناشی از جنگ بر توسعه ورزش نقش منفی گذاشته بود. در این سال مجله ورزشی «نیرو و راستی» توسط «منوچهر مهران و همسرش ملیحه مهران» در شرایط دشوار اقتصادی راه اندازی شد.

۳-۶-۳. حسین سمیعی: از ۱۳۱۳/۷/۱ تا ۱۳۱۸/۴/۳۱ برای ۵ سال و در زمان نخست وزیر محمدعلی فروغی و محمودجم رئیس «انجمن ملی تربیت بدنی و پیشاهنگی» بود. از مهم ترین اقدامات حسین سمیعی در دوران نخست مسئولیت او در ورزش می توان به مواردی به شرح جدول ۳-۲۰ اشاره کرد.

جدول ۳-۲۰. از مهم ترین اقدامات حسین سمیعی در دوران نخست مسئولیت ورزش

ردیف	تاریخ	اقدام
۱	۱۳۱۵/۹/۳	تصویب اساسنامه اداره تربیت بدنی و پیشاهنگی
۲	۱۳۱۷/۱۰/۶	انتصاب بهاءالدین بازارگاد به جای توماس گیسن آمریکایی
۳	۱۳۱۵	اعزام دانشجویان به المپیک ۱۹۳۶ برلین
۴	۱۳۱۷/۶/۱۵	تصویب اساسنامه دانشسرای تربیت بدنی
۵	۱۳۲۰	انشعاب تشکیلات ورزش کشور و ایجاد اداره پرورش تن زیر نظر وزارت معارف جهت آموزشگاهها
۶	۱۳۲۱	توسعه باشگاههای ورزشی

از مهم ترین تحولات این دوران بازگشت «حسین صدقیانی» در سال ۱۳۱۶ از اروپا با تحصیلات ورزش و تخصص فوتبال بود. او پس از بازگشت، مسئولیت اداره و آموزش فوتبال را به عهده گرفت و در کنار آن به عنوان «مربی فوتبال» مشغول به کار شد؛ همچنین در شهریور سال ۱۳۱۷ اساسنامه «دانشسرای عالی تربیت بدنی» در «شورای عالی فرهنگ» به تصویب رسید و در مهرماه همان سال برای تربیت «مربیان و معلمان ورزش» افتتاح شد. از سوی دیگر با گسترش شعب مختلف «انجمن تربیت بدنی» در سراسر کشور، مسابقات کشوری بنام «المپیک داخلی» در دستور کار قرار گرفت. در سال ۱۳۱۸ با تصویب آئین نامه مسابقات قهرمانی فوتبال کشور در خردادماه، نخستین دوره

این مسابقات برگزار شد. از دیگر نکات قابل توجه در سال ۱۳۱۸ اختصاص یک ستون مخصوص «ورزش» در «روزنامه ایران» بود. در همین سال ساخت ورزشگاه «امجدیه» آغاز شد.

حسین سمیعی برای بار دوم از تیر ۱۳۲۴ تا شهریور ۱۳۲۵ به مدت یک سال و دو ماه و در زمان نخست‌وزیری «محسن صدر، ابراهیم حکیمی و قوام السلطنه» مسئولیت «سازمان تربیت‌بدنی و پیشاهنگی» را بر عهده گرفت. سمیعی برای بار سوم از اسفند ۱۳۲۵ تا شهریور ۱۳۲۶ و به مدت ۷ ماه در زمان نخست‌وزیری قوام‌السلطنه و ابراهیم حکیمی رئیس «سازمان تربیت‌بدنی و پیشاهنگی» شد. این دوره کوتاه نیز با اقدامات ثمربخشی به شرح جدول ۳-۲۱ همراه بود.

جدول ۳-۲۱. از مهم‌ترین اقدامات حسین سمیعی در دوران سوم مسئولیت ورزش

ردیف	تاریخ	اقدام
۱	۱۳۲۵/۱۲/۱۲	تصویب اساسنامه جدید انجمن و آغاز به‌کار رسمی فدراسیون‌ها در تاریخ
۲	۱۳۲۶/۵/۵	تصویب اساسنامه کمیته ملی المپیک
۳	۱۳۲۶/۹/۲	پیدایش کمیته ملی المپیک

سال ۱۳۲۵ نقطه عطفی در تاریخ ورزش ایران است. در این سال مجامع تخصصی که از چند سال پیش برای هر رشته ورزشی ایجاد شده بود با عنوان جدید «فدراسیون» تجدید سازمان شدند. با شکل‌گیری فدراسیون، اداره امور ورزش که تا آن زمان یکجا در اختیار «انجمن ملی تربیت‌بدنی و پیش‌آهنگی» قرار داشت، به فدراسیون‌ها محول شد. یکی از انگیزه‌های اصلی برای این ساختار، شکل‌گیری «کمیته ملی المپیک» و حضور در بازی‌های المپیک ۱۹۴۸ لندن بود. برای شکل‌گیری «کمیته ملی المپیک» باید تعداد مشخصی فدراسیون ملی به عضویت فدراسیون‌های بین‌المللی در می‌آمد. برای اصلاح این ساختار و هویت بخشی به فدراسیون‌های ملی، در زمستان سال ۱۳۲۵، اساسنامه جدید «انجمن ملی تربیت‌بدنی و پیشاهنگی» تدوین شد. در این اساسنامه یک شورای «سی‌وپنچ‌نفره» با عنوان «شورای عالی تربیت‌بدنی» با عضویت افرادی نظیر «نخست‌وزیر»، «وزیر دارایی»، «وزیر فرهنگ»، «وزیر جنگ»، «وزیر بهداری»، «رئیس دانشگاه تهران»، «شهردار تهران»، «کمیته ملی المپیک» و «فدراسیون‌های ورزشی» پیش‌بینی شده بود. این اساسنامه در ۲۵ اسفند ۱۳۲۵ به تصویب هیئت دولت رسید و از آن تاریخ فدراسیون‌های ورزشی به‌طور رسمی کارشان را آغاز کردند.

سال ۱۳۲۶ را می‌توان سال پذیرش ایران در مجامع بین‌المللی دانست. در اوایل این سال «فدراسیون فوتبال» ایران تقاضای عضویت خود را برای «فدراسیون بین‌المللی فوتبال» فرستاد و در مدت کوتاهی تأیید شد. در این سال تعداد «فدراسیون‌های ورزشی ایران» به یازده فدراسیون شامل «بوکس»، «بسکتبال و والیبال باهم»، «تنیس و تنیس روی‌میز باهم»، «دوچرخه‌سواری»، «دوومیدانی»، «سوارکاری، تیراندازی و چوگان باهم»، «شنا»، «فوتبال»، «کشتی»، «ورزش‌های با اسباب» و «وزنه‌برداری» رسید.

حسین سمیعی زاده سال ۱۲۵۳ در رشت بود (شکل ۳-۱۰). از سوابق او می‌توان به «ریاست اداره دول غیرهمجوار، مدیرکل و معاون در وزارت خارجه، نماینده مجلس، تشکیل انجمن ادبی، معاونت نخست‌وزیر، وزیر تجارت و فواید عامه، کفالت وزارت داخله، وزارت عدلیه، استاندار آذربایجان، سفیر در افغانستان، ریاست فرهنگستان، وزیر کشور و

ریاست تشریفات» اشاره کرد. او در سمت سناتوری گیلان در سال ۱۳۳۲ در سن ۷۹ سالگی درگذشت و در مقبره خانوادگی در گورستان ابن بابویه تهران به خاک سپرده شد.



شکل ۳-۱۰. حسین سمیعی رئیس ورزش در سه دوره ۱۳۱۳ (۵ سال)، ۱۳۲۴ (یک سال و دو ماه) و ۱۳۲۵ (شش ماه) ۳-۶-۴. محمدعلی تربیت: از ۱۳۱۸/۶/۲۱ تا ۱۳۱۸/۱۰/۲۷ و در زمان نخست‌وزیری محمود جم برای چهار ماه رئیس «انجمن ملی تربیت‌بدنی و پیشاهنگی» ایران شد. او زاده تبریز بود و در زمینه‌های «ریاضی، نجوم و طب» مطالعه داشت. از سوابق این رئیس چهار ماهه ورزش می‌توان به «راه‌اندازی نشریه و روزنامه‌نگاری»، «ایجاد مدرسه»، «فعالیت سیاسی» (نماینده مجلس) اشاره کرد. او در سال ۱۳۱۸ در تهران درگذشت (شکل ۳-۱۱).



شکل ۳-۱۱. محمدعلی تربیت رئیس انجمن ملی تربیت‌بدنی و پیشاهنگی در سال ۱۳۱۸ در زمان مسئولیت «محمدعلی تربیت» بود که «بهاء‌الدین بازارگاد» به ریاست «اداره تربیت‌بدنی و پیشاهنگی» منصوب شد. وی طرح برگزاری نخستین دوره مسابقات قهرمانی ایران را به تأیید علی‌اصغر حکمت و سپس اسماعیل مرآت، وزیر فرهنگ آن روز ایران رساند. از مهم‌ترین اقدامات تربیت در دوران تصدی مسئولیت ورزش می‌توان به مواردی به شرح جدول ۳-۲۲ اشاره کرد.

جدول ۳-۲۲. از مهم‌ترین اقدامات محمدعلی تربیت در دوران مسئولیت ورزش

ردیف	تاریخ	اقدام
۱	سال ۱۳۱۸	برگزاری نخستین دوره مسابقات قهرمانی کشور
۲	سال ۱۳۱۸	افتتاح استادیوم امجدیه (شهید شیرودی فعلی)

۳-۶-۵. **الله‌یار صالح:** از ۱۳۱۸/۱۰/۲۷ تا تیر ۱۳۱۹ و در زمان نخست‌وزیری احمد متین‌دفتری ریاست «انجمن ملی تربیت‌بدنی و پیشاهنگی» ایران را شش ماه بر عهده داشت. صالح آرانی در سال ۱۲۷۶ در آران و بیدگل به دنیا آمد. از سوابق او می‌توان به «فعالیت‌های سیاسی»، «رئیس دخانیات»، «رئیس گمرک»، «سفیر ایران در آمریکا»، «رئیس بانک رهنی»، «وزیر دادگستری»، «نماینده مجلس»، «وزیر دارایی» و «وزیر کشور» اشاره کرد (شکل ۳-۱۲). او از فعالان جبهه ملی بود و همراه با چند تن از سران «جبهه ملی» و «نهضت آزادی» از جمله «مهندس بازرگان، آیت‌الله محمود طالقانی و دکتر یدالله سجابی» زندانی شد. الله‌یار صالح در همه‌پرسی نظام جمهوری اسلامی در ایران حاضر شد و به



برقراری نظام جمهوری اسلامی در ایران رأی داد و مقابل دوربین‌های تلویزیونی گفت: «خوشوقتم که قبل از مردن به جمهوری اسلامی رأی می‌دهم». او سال‌های آخر عمر را به‌دوراز فعالیت سیاسی سپری کرد و در سال ۱۳۶۰ در ایران درگذشت.



شکل ۳-۱۲. الله‌یار صالح رئیس سازمان انجمن ملی تربیت بدنی و پیشاهنگی در سال ۱۳۱۸ تا ۱۳۱۹

۳-۶-۶. ابوالحسن ابتهاج: از مرداد ۱۳۱۹ تا آذر ۱۳۲۰ برای یکسال و چهارماه در زمان نخست‌وزیری «منصورالملک و محمدعلی فروغی» ریاست «انجمن ملی تربیت بدنی و پیشاهنگی ایران» را بر عهده داشت. در پایان دوران ایشان «انجمن ملی تربیت بدنی و پیشاهنگی» به «سازمان تربیت بدنی و پیشاهنگی» تغییر نام داد و حسین علاء رئیس آن شد. «ابوالحسن ابتهاج» متولد سال ۱۲۷۸ در رشت بود و در سال ۱۳۷۷ در لندن درگذشت. او پایه‌گذار اصلی «برنامه‌ریزی توسعه» در ایران بود. از جمله سوابق او می‌توان به «مدیرعامل بانک رهنی»، «مدیرعامل بانک ملی»، «سفیر ایران در فرانسه»، «مشاور صندوق بین‌المللی پول» و «مدیرعامل سازمان برنامه» اشاره کرد (شکل ۳-۱۳).



شکل ۳-۱۳. ابوالحسن ابتهاج رئیس سازمان تربیت بدنی و پیشاهنگی از سال ۱۳۱۹ تا ۱۳۲۰

در سال ۱۳۱۹ گام‌های اولیه برای تشکیل «فدراسیون‌های ورزشی» برداشته شد و زیر نظر «وزارت فرهنگ» ابتدا مجامعی برای اداره هر رشته ورزشی از جمله «فوتبال، دوومیدانی، شنا، کشتی و وزنه‌برداری» به‌وجود آمد. علت اصلی تشکیل این مجامع، تلاش برای هماهنگی تشکیلات ورزشی ایران با مقررات بین‌المللی و پذیرفته‌شدن در مجامع جهانی و در نتیجه شرکت در بازی‌های المپیک بود. در اول مهرماه این سال، نخستین جلسه «انجمن‌های ورزشی» با حضور آقای «مرآت» وزیر فرهنگ و عده‌ای از دبیران کارآزموده در اداره تربیت بدنی تشکیل شد.

در سال ۱۳۲۰ آتش جنگ جهانی دوم بالا گرفت و از شهریور ۱۳۲۰ ایران نیز توسط ارتش‌های متفقین از جمله «شوروی، انگلیس و آمریکا» اشغال شد. انتظار بر این بود که با اشغال ایران، ورزش متوقف شود اما مسابقاتی با ارتش‌های خارجی در ایران برگزار شد. در آبان ۱۳۲۰ برای اینکه ورزش در مدارس و خارج از آن بهتر مدیریت شود، «وزارت فرهنگ» با تجدیدنظر در ساختار «اداره تربیت بدنی» آن را به دو قسمت «اداره پرورش تن» با مدیریت «وزارت فرهنگ» و تأکید بر «آموزش ورزش، تعیین معلم و توسعه ورزش آموزشی» و دیگری «اداره تربیت بدنی کشور» با مدیریت «انجمن ملی تربیت بدنی» تقسیم کرد.





۳-۶-۷. دکتر غلامعلی شایگان: از مهر ۱۳۲۵ تا اسفند ۱۳۲۵ برای شش ماه و در زمان نخست‌وزیری قوام‌السلطنه مسئولیت «سازمان تربیت‌بدنی و پیشاهنگی» را بر عهده داشت (شکل ۳-۱۴).



شکل ۳-۱۴. غلامعلی شایگان رئیس سازمان تربیت‌بدنی و پیشاهنگی در سال ۱۳۲۵

«دکتر سید علی شایگان» و دکتر فاطمی از چهره‌های برجسته جناح چپ دولت مصدق بودند. شایگان در سال ۱۲۸۰ در شیراز به دنیا آمد و سوابقی چون «روزنامه‌نگاری» و «استاد دانشگاه در رشته حقوق» و «دبیر جبهه ملی» اشاره کرد. او پس از کودتای ۲۸ مرداد ۱۳۳۲ توسط حکومت پهلوی محکوم به زندان شد و تا سال ۱۳۳۴ در زندان بود. با پیروزی کودتای ۲۸ مرداد، دولت مصدق با بیشترین حجم تحصیل‌کردگان و متخصصان آن دوران سقوط کرد. او در تاریخ ۲۳ اردیبهشت ۱۳۶۰ به علت سکته مغزی در بیمارستان نیوجرسی آمریکا درگذشت. پس از مرگ، جنازه او به ایران منتقل و در بهشت‌زهرا دفن شد.

۳-۶-۸. تیمسار امان‌الله جهانبانی: از شهریور ۱۳۲۶ تا آذر ۱۳۲۶ برای مدت چهارماه در نخست‌وزیری ابراهیم حکیمی، ریاست «سازمان تربیت‌بدنی و پیشاهنگی» را بر عهده داشت. او پس از یک وقفه سه‌ماهه بار دیگر از بهمن ۱۳۲۶ تا دی ۱۳۳۱ و برای چهارسال و در دوران نخست‌وزیری «ابراهیم حکیمی، عبدالحسین هژیر، محمد ساعد، علی منصور، حاجعلی منصور، حاجعلی رزم‌آرا، حسین علاء، دکتر محمد مصدق و قوام‌السلطنه» ریاست این انجمن را بر عهده گرفت. در فاصله سه‌ماهه از آذر تا بهمن ۱۳۲۶ فردی بنام «محمد بدر» از سوی نخست‌وزیر وقت یعنی ابراهیم حکیمی به‌عنوان مسئول «سازمان تربیت‌بدنی و پیشاهنگی» منصوب شده بود. برخی از مهم‌ترین اقدامات امان‌الله جهانبانی در دوران مسئولیت ورزش را می‌توان به شرح جدول ۳-۲۳ مرور کرد.

جدول ۳-۲۳. از مهم‌ترین اقدامات امان‌الله جهانبانی در دوران مسئولیت ورزش

ردیف	تاریخ	اقدام
۱	۱۳۲۷	شرکت در المپیک ۱۹۴۸ لندن و کسب رده ۳۶ با یک برنز جعفر سلماسی در وزنه‌برداری (شروعی قابل قبول)
۲	۱۳۳۱	شرکت در المپیک ۱۹۵۲ هلسینکی و کسب رده ۳۰
۳	۱۳۳۰	شرکت در نخستین دوره بازی‌های آسیایی در سال ۱۹۵۱ در هند و کسب مقام سوم

سپهبد امان‌الله جهانبانی متولد سال ۱۲۷۴ بود که در سال ۱۳۵۳ در ۸۳ سالگی درگذشت. از سوابق او می‌توان به «فرماندهی در ارتش»، «نماینده‌گی در مجلس سنا»، «مدیرکل صنایع و معادن»، «رئیس دانشگاه جنگ»، «وزیر کشور»، «وزیر راه» و «وزیر جنگ» اشاره کرد (شکل ۳-۱۵).



شکل ۳-۱۵. تیمسار امان‌الله جهانبانی رئیس سازمان تربیت‌بدنی و پیشاهنگی در سال ۱۳۲۶ تا ۱۳۳۱

۳-۶-۹. تیمسار نادر باتمانقلیچ: از ۱۳۳۱/۱۰/۲۴ تا ۱۳۳۲/۲/۲۴ برای چهارماه در زمان نخست‌وزیری محمد مصدق رئیس «سازمان تربیت‌بدنی و پیشاهنگی» بود. از سوابق او می‌توان به «ریاست ستاد ارتش پس از کودتای ۲۸ مرداد، استانداری خراسان و نیابت تولیت آستان قدس رضوی» اشاره کرد. پس از انقلاب به‌خاطر مشارکت در کودتای ۲۸ مرداد دستگیر و به اعدام و سپس حبس ابد محکوم شد. چندی بعد به دستور آیت‌الله خمینی آزاد شد و به آمریکا رفت. باتمانقلیچ متولد سال ۱۲۸۲ بود و به سال ۱۳۷۰ در سن ۸۸ سالگی درگذشت.



شکل ۳-۱۶. تیمسار نادر باتمانقلیچ، رئیس سازمان تربیت‌بدنی و پیشاهنگی از ۱۳۳۱ تا ۱۳۳۲

۳-۶-۱۰. دکتر کمال‌الدین جناب: از خرداد ۱۳۳۲ تا مرداد ۱۳۳۲ در دوره نخست‌وزیری محمد مصدق برای سه ماه رئیس «سازمان تربیت‌بدنی و پیشاهنگی» بود. او «استاد دانشگاه و پیشگام فیزیک هسته‌ای در ایران» بود. از سوابق او می‌توان به «رئیس دانشکده علوم دانشگاه تهران»، «تأسیس آزمایشگاه فیزیک اتمی» و «معاونت وزیر فرهنگ» اشاره کرد. در سال ۱۳۸۳ به‌عنوان چهره ماندگار فیزیک معرفی شد و در سال ۱۳۸۵ چشم از جهان فرو بست.



شکل ۳-۱۷. دکتر کمال‌الدین جناب رئیس سازمان تربیت‌بدنی و پیشاهنگی در سال ۱۳۳۲

۳-۶-۱۱. سرلشکر دکتر عباس ایزدپناه: از مرداد ۱۳۳۲ تا شهریور ۱۳۳۷ برای پنج‌سال و در دوران نخست‌وزیری «فضل‌الله زاهدی، حسین علاء و منوچهر اقبال» رئیس «سازمان تربیت‌بدنی و پیشاهنگی» بود. در انتهای این دوران با پیگیری، عنوان «سازمان تربیت‌بدنی و پیشاهنگی» را به «سازمان تندرستی و جوانان و تربیت‌بدنی» تغییر داد. از مهم‌ترین اقدامات زمان او در دور نخست مسئولیتش می‌توان به مواردی به شرح جدول ۳-۲۴ اشاره کرد.



جدول ۳-۲۴. از مهم ترین اقدامات عباس ایزدپناه در دور اول مسئولیت ورزش

ردیف	تاریخ	اقدام
۱	۱۳۳۵	شرکت در المپیک ۱۹۵۶ ملبورن و کسب رده پرافتخار ۱۴
۲	۱۳۳۵	نخستین حضور ایران در المپیک زمستانی در سال ۱۹۵۶ در ایتالیا
۳	۱۳۳۷	شرکت در بازی‌های آسیایی ۱۹۵۸ توکیو و کسب رده چهارم با کسب ۸ مدال طلا، ۱۴ نقره و ۷ مدال برنز

ایران در مسابقات المپیک ملبورن ۱۹۵۶ میلادی و ۱۳۳۵ خورشیدی، کوچک‌ترین کاروان تاریخ خود را داشت و البته این کاروان بسیار کوچک عملکردی خوب داشت. از جمع ۱۵ ورزشکار در کشتی آزاد «تختی و حبیبی» مدال طلا و «خجسته‌پور و مهدی یعقوبی» مدال نقره گرفتند و «نبی سروری» به مقام چهارم و «ناصر گیوه‌چی» به مقام ششم رسیدند. یعنی پنج نفر در جمع شش مرد برتر المپیک قرار گرفتند. در مسابقات وزنه‌برداری نیز «محمود نامجو» مدال برنز گرفت و «جلال منصوری، فیروز پژهان و محمدحسن رهنوردی» در جایگاه چهارم و «هنریک تمرز» در جایگاه پنجم ایستادند. در واقع از ۱۵ ورزشکار ایران در مسابقات المپیک، «پنج مدال‌آور» و «ده صاحب‌عنوان» وجود داشت که به نسبت تعداد نفرات اعزامی از بهترین نتایج ایران در المپیک بود. مسابقات کشتی در المپیک ملبورن، خاطره‌انگیزترین طلای تختی و امامعلی حبیبی را برای آن‌ها در زندگی ورزشی این دو قهرمان به همراه آورد. حبیبی که جایگزین جهانبخت توفیق شده بود، با تب ۴۰ درجه مدال طلا گرفت و تختی بالاتر از دو قدرت شوروی و آمریکا، به نام‌های کولایف و پیتربلر، عنوان قهرمانی جهان را به دست آورد و معروف‌ترین سکوی قهرمانی را در تاریخ ورزش ایران ثبت کرد. در مسابقات المپیک ملبورن برای کاروان ورزش ایران یک اتفاق تلخ رخ داد و ابوالفضل صدری، نماینده کمیته ملی المپیک ایران، در اتومبیل در حرکت به سوی استادیوم المپیک و مراسم افتتاحیه در اثر سکت قلبی فوت شد. در اتومبیل او علی باغبانباشی (ورزشکار رشته دوومیدانی) هم حضور داشت. ابوالفضل صدری، از پیشگامان ورزش نوین ایران، رئیس اولین انجمن فوتبال در ایران به نام «انجمن ترقی و ترویج فوتبال» و رئیس کمیته ملی المپیک بعد از دکتر کنی و قبل از علیرضا پهلوی بود. صدری در هنگام مرگ ۷۰ سال داشت. او متولد ۱۲۶۵ شمسی بود و جنازه او همان روز مراسم افتتاحیه در آذر سال ۱۳۳۵ به تهران منتقل شد. ابوالفضل صدری، اعتباری چون مهدی ورزشنده در ورزش ایران دارد. صدری در اولین حضور فوتبال ما در مسابقات ملی، نقشی تاریخی داشت و دوره‌ای هم سرپرستی سازمان تربیت‌بدنی را داشته است (ایسنا، ۱۳۹۵).

ایزدپناه برای بار دوم از آبان سال ۱۳۴۱ تا دی ۱۳۴۵ برای چهار سال دیگر و این بار به‌عنوان رئیس «سازمان تندرستی و جوانان و تربیت‌بدنی» در دوران نخست‌وزیری «اسدالله علم، حسنعلی منصور و امیرعباس هویدا» منصوب شد. در این دوران و در سال ۱۳۴۳ بار دیگر عنوان «سازمان تندرستی و جوانان و تربیت‌بدنی» به «سازمان ملی تربیت‌بدنی و تفریحات سالم» تغییر کرد و این بار به وزارت آموزش و پرورش انتقال یافت تا در قالب سازمان زیر نظر معاون ورزش این وزارتخانه فعالیت کند. از مهم ترین اقدامات دور دوم مسئولیت او می‌توان به مواردی به شرح جدول ۳-۲۵ اشاره کرد.

جدول ۳-۲۵. از مهم‌ترین اقدامات عباس ایزدپناه در دور دوم مسئولیت ورزش

ردیف	تاریخ	اقدام
۱	۱۳۴۳	شرکت در المپیک ۱۹۶۴ توکیو و کسب رده ۳۴ با دو برنز صنعتکاران و حیدری
۲	۱۳۴۵	شرکت در بازی‌های آسیایی ۱۹۶۶ بانکوک و کسب رده ششم با شش مدال طلا، هشت نقره و ۱۷ برنز
۳	۱۳۴۴	قهرمانی تیم کشتی آزاد ایران در مسابقات جهانی ۱۹۶۵ منچستر

تیم فوتبال ایران برای نخستین بار در المپیک سال ۱۹۶۴ توکیو مصادف با ۱۳۴۳ خورشیدی شرکت کرد. در مسابقات مقدماتی این دوره ایران با پیروزی برابر «پاکستان، عراق و هند» و قهرمانی منطقه به المپیک صعود کرد. در مرحله اول ایران با «آلمان شرقی، رومانی و مکزیک» هم‌گروه بود. ایران در نخستین بازی چهار بر صفر مقابل آلمان شرقی شکست خورد. در این بازی «عزیز اصلی»، دروازه‌بان ایران قصد دریبل بازیکن آلمان شرقی را داشت که مهاجم آلمانی توپ را تصاحب و وارد دروازه ایران کرد. بعد از آن «اصلی» برای جبران اشتباهش با زهم اشتباهات دیگری انجام داد تا ایران چهار بر صفر ببازد. منصور مهدی‌زاده هم در کشتی با بدشانسی در المپیک ۱۹۶۴ توکیو، هم نفر اول و دوم را برد و هم با نفر سوم مساوی کرد ولی خودش چهارم شد. در مجموع بدترین عنوان ایران در المپیک ۱۹۶۴ توکیو بود زیرا تنها دو مدال برنز «صنعتکاران و حیدری» در کشتی آزاد، ره‌آورد کاروان ایران بود. «تختی و مهدی‌زاده» چهارم و «موحد» پنجم شدند. در کشتی فرنگی هم یک جایگاه ششمی به دست آمد. در وزنه‌برداری هم «جلایر» هفتم شد. در دیگر رشته‌ها از جمله «تیراندازی، شمشیربازی، شنا، ژیمناستیک، بوکس، دوومیدانی و دوچرخه‌سواری» با وجود حضور نمایندگان از ایران اما توفیق چندانی به دست نیامد (ایسنا، ۱۳۹۵).

سرلشکر دکتر عباس ایزدپناه در سال ۱۲۸۴ در تهران متولد شد و در سال ۱۳۰۷ به فرانسه رفت و دکترای دامپزشکی گرفت. او در بازگشت به ایران ضمن تدریس دامپزشکی در دانشگاه تهران به فعالیت در ارتش و درمانگاه‌های دامپزشکی ارتش اشتغال داشت. از سوابق او می‌توان به «مسئولیت دامپزشکی کشور» اشاره کرد.



شکل ۳-۱۸. سرلشکر دکتر عباس ایزدپناه رئیس سازمان تربیت بدنی و پیشاهنگی در سال ۱۳۳۲ تا ۱۳۳۷

۳-۶-۱۲. تیمسار محمد دفتری: از شهریور ۱۳۳۷ تا دی ۱۳۳۹ برای دو سال و چهارماه در زمان نخست‌وزیری «منوچهر اقبال و جعفر شریف امامی» رئیس «سازمان تندرستی و جوانان و تربیت بدنی» بود. از مهم‌ترین اقدامات او شرکت در المپیک ۱۹۶۰ روم و کسب رده ۲۸ در سال ۱۳۳۹ خورشیدی بود.

در مسابقات المپیک ۱۹۶۰ رم در تابستان ۱۳۳۹ تختی آماده کسب مدال طلا بود، او در مسابقاتش فوق‌العاده عمل کرد و کشتی‌گیران «افغانستان، استرالیا، ژاپن، مجارستان و آفریقای جنوبی» را ضربه‌فنی کرد و به فینال رسید. تختی در فینال برابر عصمت آتلی ترک با یک مساوی هم طلا می‌گرفت اما تأکید مربیان، همراهان و فضای ذهنی تختی برای

ضربه «آتلی» و کسب یک رکورد جاودانه، باعث شد تا او به جای یک کشتی حساب شده با حملات پی در پی در یکی از حمله‌ها خاک شود و با همان خاک ببازد و طلایش، نقره شود. تختی در المپیک ملبورن مدال طلا و در دو المپیک هلسینکی و رم، مدال نقره گرفت. تختی قرار بود در این مسابقات پرچمدار کاروان ورزش ایران باشد اما او با اصرار پرچم را به جعفر سلماسی داد و خود به داخل جمع ورزشکاران ایران در صفوف رژه رفت. برخی این کار را یک عمل جوانمردانه و برخی آن را نوعی اخلال در نظم مدیریت کاروان می‌دانند. زیرا او اگر قصد پرچمداری را نداشت، باید از همان ابتدا اعلام می‌کرد تا در تصمیمات مدیران کاروان برای پیشبرد امور، اختلال ایجاد نشود. در عمل این گونه رفتارها با رویکردهای مدیریتی پذیرفته نیست و ورزشکاران باید در طول حضور خود در کاروان ورزشی با چارچوبها و مقررات همراه باشند. در این شرایط تصمیم‌گیری‌های فردی در روند هماهنگی و اجرای امور اختلال ایجاد می‌کند. بنابراین در ترویج برخی رفتارهای شخصیت‌های محبوب و پهلوان‌منش نباید به راحتی همه رفتارها را مورد تأیید قرارداد تا این گونه الگوهای شخصیتی باعث ترویج برخی رفتارهای غلط شوند.

در مسابقات المپیک روم، کاروان ورزش ایران برای اولین بار در رشته کشتی فرنگی المپیک توسط «حاج محمد پذیرا» صاحب مدال برنز شد (ایسنا، ۱۳۹۵).

از سوابق تیمسار دفتری می‌توان به «ریاست شهربانی» و نقش او در کودتای ۲۸ مرداد اشاره کرد. او در سال ۱۲۸۵ متولد و در سال ۱۳۵۶ فوت شد (شکل ۳-۱۹).



شکل ۳-۱۹. تیمسار محمد دفتری رئیس سازمان تندرستی و جوانان و تربیت بدنی در سال ۱۳۳۷ تا ۱۳۳۹

۳-۶-۱۳. سرلشکر محمدحسین عمیدی: از دی ۱۳۳۹ تا آبان ۱۳۴۱ برای دو سال در زمان نخست‌وزیری «جعفر شریف امامی، علی امینی و اسدالله اعلم» رئیس «سازمان تندرستی و جوانان و تربیت بدنی» بود. از مهم‌ترین اقدام زمان او می‌توان به «نخستین قهرمانی تیم ملی کشتی آزاد در جهان» در مسابقات ۱۹۶۱ یوکوهاما در سال ۱۳۴۰ خورشیدی اشاره کرد. سرلشکر محمدحسین عمیدی در سال ۱۲۷۴ در تهران متولد شد و پس از ورود به مدرسه نظامی و طی مراحل به درج سرلشکری رسید. از سوابق او می‌توان به «فرمانده لشکر فارس و کرمان»، «فرمانداری نظامی تهران» و «رئیس اداره کل هواپیمایی» اشاره کرد.

۳-۶-۱۴. منوچهر قراگزلو: از دی‌ماه سال ۱۳۴۵ تا بهمن ۱۳۴۶ برای یک‌سال و یک‌ماه در دوره نخست‌وزیری امیرعباس هویدا، رئیس «سازمان ملی تربیت بدنی و تفریحات سالم» بود (شکل ۳-۲۰). او در رشته حقوق تحصیل کرده بود و از مهم‌ترین اقدام زمان او می‌توان به «میزبانی کنگره المپیک در تهران» اشاره کرد. منوچهر قراگزلو سابقه «رئیس فدراسیون دوچرخه‌سواری» و «مدیرمسئولی کیهان ورزشی» را دارد. او از نزدیکان محمدرضا شاه پهلوی بود.



شکل ۳-۲۰. منوچهر فراگزلو به‌عنوان رئیس سازمان ملی تربیت بدنی و تفریحات سالم در سال ۱۳۴۵ تا ۱۳۴۶

۳-۶-۱۵. تیمسار پرویز خسروانی: از بهمن ۱۳۴۶ تا شهریور ۱۳۵۰ برای چهار سال و هفت‌ماه و در دوران نخست‌وزیری امیرعباس هویدا رئیس «سازمان ملی تربیت بدنی و تفریحات سالم» بود. در دوران او بود که «سازمان تربیت بدنی» به‌صورت سازمانی مستقل با ادارات کل استانی و زیرنظر مستقیم نخست‌وزیر در سال ۱۳۵۰ به‌تصویب مجلس رسید (شکل ۳-۲۱).



شکل ۳-۲۱. تیمسار پرویز خسروانی رئیس سازمان ورزش از سال ۱۳۴۶ تا ۱۳۵۰

از مهم‌ترین اقدامات زمان خسروانی در تصدی مسئولیت ورزش می‌توان به مواردی به شرح ۳-۲۶ اشاره کرد.

جدول ۳-۲۶. از مهم‌ترین اقدامات تیمسار خسروانی در دوران مسئولیت ورزش

ردیف	تاریخ	اقدام
۱	۱۳۴۷	شرکت در المپیک ۱۹۶۸ مکزیک و کسب رده ۱۹
۲	۱۳۴۹	شرکت در بازی‌های آسیایی ۱۹۷۰ بانکوک و کسب رده چهارم
۳	۱۳۴۷	میزبانی فوتبال جام ملت‌های آسیا و نخستین قهرمانی ایران به سال ۱۹۶۸ میلادی
۴	۱۳۵۰/۳/۲۳	تصویب قانون تأسیس سازمان تربیت بدنی و تفریحات سالم در مجلس
۵	۱۳۵۰	بهره‌برداری از استادیوم یکصدهزارنفری آریامهر (آزادی فعلی)

سپهبد پرویز خسروانی در سال ۱۳۰۱ متولد شد و در سال ۱۳۱۹ وارد دانشکده افسری شد و تا درجه سپهبدی پیش رفت. از سوابق او می‌توان به «فرماندهی ناحیه ژاندارمری استان مرکزی»، و «معاونت نخست‌وزیری» اشاره کرد. او سومین رئیس سازمان ورزش تا آن موقع بود که حضور در رقابت‌های آسیایی را تجربه کرد. او در سال ۱۳۴۹ با تیم ایران در بازی‌های آسیایی ۱۹۷۰ بانکوک به نه مدال طلا، هفت نقره و هشت برنز دست‌یافت. خسروانی علاوه بر مناصب دولتی، مؤسس و رئیس هیئت‌مدیره سازمان فرهنگی ورزشی تاج (باشگاه استقلال فعلی) نیز بود. به همین لحاظ همواره با علی عبده صاحب بولینگ عبده (خیابان شریعتی فعلی) و مدیر باشگاه پرسپولیس رقابت داشت.



۳-۶-۱۶. تیمسار مصطفی امجدی: از شهریور ۱۳۵۰ تا اردیبهشت ۱۳۵۱ برای هشت ماه و در زمان نخست‌وزیری امیرعباس هویدا، رئیس «سازمان تربیت‌بدنی» و تفریحات سالم» شد (شکل ۳-۲۲). از مهم‌ترین اقدامات زمان او می‌توان به «قهرمانی تیم ملی فوتبال برای دومین بار در جام ملت‌های آسیا در تایلند» اشاره کرد.



شکل ۳-۲۲. تیمسار مصطفی امجدی رئیس سازمان تربیت‌بدنی و تفریحات سالم در سال ۱۳۵۰ تا ۱۳۵۱

امجدی در سال ۱۲۹۸ به دنیا آمد و پس از طی مراحل ابتدایی و متوسطه وارد دانشکده افسری شد. از سوابق او می‌توان به «ریاست رکن دوم لشکر گارد»، «فرماندهی توپخانه لشکر دو زرهی»، «رئیس ستاد فرمانداری نظامی»، «فرمانده تیپ قزوین»، «فرمانده مرکز توپخانه اصفهان» و «ریاست اداره چهارم ستاد بزرگ» اشاره کرد. او در سال ۱۳۷۵ از دنیا رفت.

۳-۶-۱۷. تیمسار علی حجت کاشانی: از شهریور ۱۳۵۱ تا ۱۳۵۶ برای پنج سال در زمان نخست‌وزیری امیرعباس هویدا، رئیس «سازمان تربیت‌بدنی» بود (شکل ۳-۲۳).



شکل ۳-۲۳. تیمسار علی حجت کاشانی رئیس سازمان تربیت‌بدنی از ۱۳۵۱ تا ۱۳۵۶

از مهم‌ترین اقدامات زمان او می‌توان به مواردی به شرح جدول ۳-۲۷ اشاره کرد.

جدول ۳-۲۷. از مهم ترین اقدامات تیمسار حجت در دوران مسئولیت ورزش

ردیف	تاریخ	اقدام
۱	۱۳۵۱	شرکت در المپیک ۱۹۷۲ مونیخ و کسب رده ۲۸
۲	۱۳۵۳	میزبانی بازی‌های آسیایی ۱۹۷۴ میلادی در تهران و کسب مقام دوم با ۶۴ مدال از جمله ۳۰ مدال طلا
۳	۱۳۵۵	کسب سومین مقام قهرمانی فوتبال در جام ملت‌های آسیا در سال ۱۹۷۶ میلادی در تهران
۴	۱۳۵۵	شرکت در المپیک ۱۹۷۶ مونترال و کسب رده ۳۳

در المپیک ۱۹۷۲ مونیخ تیم ملی کشتی آزاد ایران تنها یک برنز به‌وسیله ابراهیم جوادی گرفت و تیمسار حجت، رئیس وقت سازمان تربیت‌بدنی، سه کشتی‌گیر به اسامی «عبدالله موحد، شمس‌الدین سیدعباسی و محمد قربانی» را محروم اعلام کرد. هرچند در ظاهر امر، دلیل این کشتی‌گیران برای کنار کشیدن از مسابقات «مصدومیت» بود اما «تیمسار حجت» ادعا داشت که این سه به‌علت مقاصد سیاسی از رقابت‌ها انصراف داده‌اند. منصور برزگر را باید بدشانس‌ترین مرد کشتی ایران در مسابقات المپیک ۱۹۷۲ مونیخ دانست، او در این مسابقات برابر یوری گوسف، قهرمان جهان، در سال ۱۹۷۱ از شوروی سابق برنده شد و او را ضربه‌فنی کرد اما فقط با یک باخت برابر کشتی‌گیر آلمانی به‌عنوان پنجم رقابت‌ها رسید. در دو المپیک «۱۹۷۲ و ۱۹۷۶» ایران افتی قابل‌ملاحظه در رشته کشتی داشت و فقط یک مدال نقره به‌وسیله «منصور برزگر» و یک مدال برنز به‌وسیله «ابراهیم جوادی» در کشتی آزاد و یک مدال نقره به‌وسیله «رحیم علی‌آبادی» در کشتی فرنگی به‌دست آورد (ایسنا، ۱۳۹۵).

در آن ایام سازمان تربیت‌بدنی با توجه به توفیق در بازی‌های آسیایی تهران، بودجه فراوانی را برای حضور موفق در المپیک مونترال کانادا صرف کرد اما نتیجه به‌دست‌آمده در المپیک مونترال و کسب جایگاه سی‌وسوم با پنج پله سقوط نسبت به دوره قبل، نتیجه‌ای دور از انتظار «حکومت، دولت و مردم» بود. تیمسار حجت که متهم ردیف اصلی این ناکامی معرفی می‌شد، در مصاحبه‌هایی به «فقدان وجود زیرساخت» و «نظام جامع ورزش» اشاره داشت و بر لزوم استفاده از نظام‌های موفق ورزشی مانند «آلمان شرقی» تأکید می‌کرد. هرچند این نتیجه‌گیری برای او دیر شده بود، اما نتیجه لزوم یک «نظام جامع» برای برون‌رفت ورزش ایران نتیجه درستی بود، هرچند الگوی معرفی شده او یعنی آلمان شرقی الگوی مناسبی نبود. برخی معتقدند که معرفی الگوی ورزشی «آلمان شرقی» به‌عنوان یک الگوی مبتنی بر رویکردهای سیاسی کمونیستی، یکی از دلایل برکناری او از مسئولیت ورزش ایران بود.

به‌هرحال با توجه به نتیجه ضعیف به‌دست‌آمده در سال ۱۳۵۵ در بازی‌های المپیک مونترال و کسب جایگاه سی‌وسوم، به دستور محمدرضاشاه «سازمان تربیت‌بدنی» منحل و به‌طور موقت در ساختار «وزارت آموزش و پرورش» قرار گرفت. به‌نظر می‌رسد در این ایام با برکناری تیمسار حجت، به‌صورت سرپرستی موقت از آقایان «ضیاءالدین شادمان» و «دکتر رهنوردی» استفاده می‌شود. فرمان شاه در تاریخ ۱۳۵۶/۶/۸ مورد تصویب رسمی مجلس قرار گرفت و از سال ۱۳۵۶ سازمان متبوعه تحت نظر «وزارت آموزش و پرورش» در آمد. تیمسار حجت از سال ۱۳۵۱ تا ۱۳۵۶ «معاون نخست‌وزیر» و تا ۲۷ مرداد ۱۳۵۵ «رئیس سازمان تربیت‌بدنی» بود. سپهبد حجت پس از پیروزی انقلاب ۱۳۵۷ ایران در زندان قصر تیرباران شد.



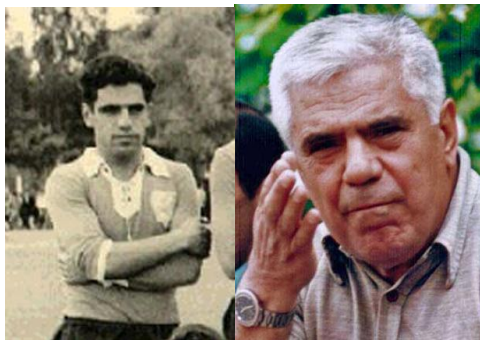
۳-۶-۱۸. تیمسار نادر جهانبانی: از ۱۳۵۶ تا بهمن ۱۳۵۷ و برای یکسال تا شروع انقلاب اسلامی، رئیس «سازمان تربیت بدنی» بود. مسئولیت او در دوران نخست‌وزیری «امیرعباس هویدا، جمشید آموزگار، اردشیر زاهدی و شاپور بختیار» بود. از مهم‌ترین اتفاقات زمان او «نخستین حضور ایران در جام جهانی فوتبال آرژانتین در سال ۱۹۷۸ میلادی یا ۱۳۵۷ خورشیدی» بود.

تیمسار نادر جهانبانی پسر امان‌الله جهانبانی رئیس اسبق ورزش و از مادری روسی بود. از سوابق او می‌توان به «خلبان نیروی هوایی»، «مؤسس و سرپرست تیم آکروجت تاج طلایی» و «معاون فرماندهی نیروی زمینی ارتش» اشاره کرد. سپهبد خلبان نادر جهانبانی، معروف به ژنرال چشم آبی، در ۲۷ فروردین سال ۱۳۰۷ متولد و در ۲۲ اسفند ۱۳۵۷ در سن پنجاه‌سالگی و با شروع انقلاب تیرباران شد (شکل ۳-۲۴).



شکل ۳-۲۴. تیمسار نادر جهانبانی رئیس سازمان تربیت بدنی از سال ۱۳۵۶ تا ۱۳۵۷

۳-۶-۱۹. حسین فکری: نخستین رئیس سازمان تربیت بدنی پس از انقلاب اسلامی برای مدت چندروزه بود. حسین فکری متولد ۱۳۰۲ با سوابقی چون «مربی و سرمربی تیم ملی فوتبال و باشگاه فوتبال پرسپولیس»، «رئیس انجمن فوتبال آموزشگاه‌ها»، «دبیر فدراسیون فوتبال»، «مؤسس باشگاه تهران جوان» و «دبیر کانون باشگاه‌های ایران» است (شکل ۳-۲۵). او لیسانس ادبیات دانشگاه تهران بود و در سال ۱۳۸۲ به رحمت ایزدی پیوست.



شکل ۳-۲۵. حسین فکری مسئول چندروزه ورزش پس از پیروزی انقلاب

۳-۶-۲۰. حسین شاه‌حسینی: از بهمن سال ۱۳۵۷ تا شهریور ۱۳۵۹ و در زمان دولت مهدی بازرگان مسئولیت سازمان تربیت بدنی و کمیته ملی المپیک را به‌طور هم‌زمان بر عهده گرفت (شکل ۳-۲۶). شاه‌حسینی متولد ۱۳۰۶ و متوفی سال ۱۳۹۶ است. او از فعالان سیاسی ملی‌مذهبی و مبارزان انقلابی مخالف رژیم پهلوی بود.



شکل ۳-۲۶. حسین شاه‌حسینی رئیس سازمان تربیت‌بدنی از ۱۳۵۷ تا ۱۳۵۹

شاه‌حسینی در مصاحبه‌ای پس از دوران ریاست اذعان کرد که در زمان او ۱۷ فدراسیون با مشکلات مالی فراوان و بودجه اختصاصی کم بود. او مهم‌ترین میراث دوران خود را «تدوین اساسنامه ورزشی توسط آقای فروهی حقوقدان» و «اجباری کردن ورزش و تربیت‌بدنی به صورت رایگان» معرفی کرد. از مهم‌ترین اتفاقات دوران مسئولیت او در ورزش می‌توان به مواردی به شرح جدول ۳-۲۸ اشاره کرد.

جدول ۳-۲۸. از مهم‌ترین اتفاقات در دوران ریاست حسین شاه‌حسینی در ریاست سازمان تربیت‌بدنی

ردیف	تاریخ	اقدام
۱	۱۳۵۸	تشکیل مجدد «سازمان تربیت‌بدنی مستقل» و قرار گرفتن زیر نظر مستقیم نخست‌وزیر
۲	۱۳۵۹	تحریم بازی‌های المپیک ۱۹۸۰ مسکو

۳-۶-۲۱. **مصطفی داودی:** از سال ۱۳۵۹ تا ۱۳۶۱ در دو دولت «محمدعلی رجائی» و «میرحسین موسوی» ریاست هم‌زمان سازمان تربیت‌بدنی و کمیته ملی المپیک را بر عهده داشت. ریاست کمیته ملی المپیک او تا سال ۱۳۶۳ ادامه یافت و او سال‌ها رئیس فدراسیون ناشنوایان بود. داودی قبل از ریاست سازمان تربیت‌بدنی، در سمت مدیرکل تربیت‌بدنی آموزش و پرورش فعالیت می‌کرد. او متولد سال ۱۳۱۸ و معلم ورزش بود که در سال ۱۳۹۴ درگذشت (شکل ۳-۲۷).



شکل ۳-۲۷. مصطفی داودی رئیس سازمان تربیت‌بدنی از سال ۱۳۵۹ تا ۱۳۶۱

از مهم‌ترین اتفاقات دوران تصدی مسئولیت او می‌توان به «شرکت در بازی‌های آسیایی ۱۹۸۲ دهلی» مصادف با سال ۱۳۶۱ خورشیدی و در اوج «جنگ تحمیلی» و «کسب رده هفتم آسیا» اشاره کرد. او در مصاحبه‌ای پس از دوران مسئولیت ریاست سازمان به بودجه اختصاصی کم زمان خود یعنی حدود ۲۰۰ تا ۳۰۰ میلیون تومان باوجود ۲۲ فدراسیون اشاره داشت. مصطفی داودی مهم‌ترین میراث ماندگار دوران مسئولیت خود را «طرح ۲۷ساله‌ها» و محدود کردن ملی پوشان به این سن با رویکرد «جوان‌گرایی» می‌داند.



۳-۶-۲۲. اسماعیل داودی شمسی: از سال ۱۳۶۱ تا ۱۳۶۴ ریاست سازمان تربیت بدنی را در زمان ریاست جمهوری حضرت آیت الله خامنه‌ای و نخست‌وزیری مهندس میرحسین موسوی بر عهده داشت. از سوابق او می‌توان به «معاون سیاسی وزیر کشور»، «استاندار اصفهان»، «سرپرست وزارت کشور»، «مسئول مالی - پرسنلی کمیته تأسیس سپاه پاسداران» و «رئیس سازمان اداری مجلس شورای اسلامی» اشاره کرد. همچنین در زمان ریاست محسن مهرعلیزاده بر سازمان تربیت بدنی، او به‌عنوان قائم‌مقام منصوب و مشغول کار شد (شکل ۳-۲۸).



شکل ۳-۲۸. اسماعیل داودی شمسی رئیس سازمان تربیت بدنی از سال ۱۳۶۱ تا ۱۳۶۴

از مهم‌ترین اتفاقات دوران تصدی مسئولیت او «تحریم بازی‌های المپیک ۱۹۸۴ لس‌آنجلس» مصادف با سال ۱۳۶۳ خورشیدی بود. اسماعیل داودی مهم‌ترین میراث ماندگار دوران تصدی خود را «راه‌اندازی ورزش ارتش و سپاه» و «راه‌اندازی ۲۵۰ شعبه تربیت بدنی در سراسر کشور» معرفی کرد.

۳-۶-۲۳. احمد درگاهی: از سال ۱۳۶۴ تا سال ۱۳۶۸ در دور دوم رئیس جمهوری «آیت‌الله خامنه‌ای» و نخست‌وزیری «مهندس میرحسین موسوی» مسئولیت ریاست سازمان تربیت بدنی را بر عهده گرفت (شکل ۳-۲۹).



شکل ۳-۲۹. احمد درگاهی رئیس سازمان تربیت بدنی از سال ۱۳۶۴ تا ۱۳۶۸

احمد درگاهی از جانبازان جنگ تحمیلی و معلم ورزش بود. از مهم‌ترین اتفاقات زمان مسئولیت او می‌توان به مواردی به شرح جدول ۳-۲۹ اشاره کرد.

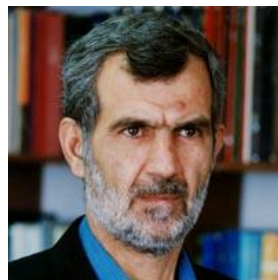
جدول ۳-۲۹. از مهم‌ترین اتفاقات در دوران ریاست احمد درگاهی در ریاست سازمان تربیت بدنی

ردیف	تاریخ	اقدام
۱	۱۳۶۵	شرکت در بازی‌های آسیایی ۱۹۸۶ سئول و کسب رده چهارم
۲	۱۳۶۷	شرکت در بازی‌های المپیک ۱۹۸۸ سئول و کسب رده ۳۶

منصور برزگر در المپیک ۱۹۸۸ پای پله‌های هواپیما بنا به دلایل نامعلوم از همراهی تیم‌های ورزشی کشورمان بازماند (ایسنا، ۱۳۹۵).

احمد درگاهی مهم‌ترین میراث ماندگار دوران تصدی خود را «راه‌اندازی دبیرستان ورزش»، «دفتر تحقیقات و توسعه ورزش»، «تشکیل ساختار ورزش همگانی» و «مدیریت تخصصی ورزش بانوان» معرفی کرد.

۳-۶-۲۴. دکتر حسن غفوری فرد: از سال ۱۳۶۸ تا ۱۳۷۲ در دوره ریاست جمهوری هاشمی رفسنجانی عهده‌دار ریاست سازمان تربیت بدنی شد. او متولد سال ۱۳۲۲ تهران است و از سوابقش می‌توان به «فعال سیاسی و عضو شورای مرکزی حزب مؤتلفه اسلامی»، «استاد تمام دانشکده مهندسی برق دانشگاه صنعتی امیرکبیر»، «دبیرکل جامعه اسلامی ورزشکاران»، «استاندار خراسان»، «نماینده مجلس»، «وزیر نیرو»، «رئیس دانشگاه بین‌المللی امام خمینی قزوین» و «رئیس هیئت بازرسی و نظارت شورای عالی انقلاب فرهنگی» اشاره کرد. غفوری فرد مدرک دکترای فیزیک ذرات هسته‌ای خود را از دانشگاه کانزاس آمریکا در سال ۱۳۵۶ احراز کرد (شکل ۳-۳۰).



شکل ۳-۳۰. دکتر حسن غفوری فرد رئیس سازمان تربیت بدنی از سال ۱۳۶۸ تا ۱۳۷۲

دکتر حسن غفوری فرد در مصاحبه‌ای پس از دوران ریاست خود به وجود ۳۳ فدراسیون با بودجه‌ای کم و مشکلات اقتصادی اشاره و اذعان می‌کند که در زمان تصدی مسئولیت او تنها چهار درصد نیروی انسانی، بالای دیپلم بودند. حسن غفوری فرد مهم‌ترین میراث ماندگار دوران تصدی خود را «تبدیل ورزش به یک پدیده ارزشی» عنوان کرد. از مهم‌ترین اتفاقات زمان مسئولیت او می‌توان به مواردی به شرح جدول ۳-۳۰ اشاره کرد.

جدول ۳-۳۰. از مهم‌ترین اتفاقات در دوران ریاست دکتر حسن غفوری فرد در ریاست سازمان تربیت بدنی

ردیف	تاریخ	اقدام
۱	۱۳۷۱	شرکت در المپیک ۱۹۹۲ بارسلونا و کسب رده ۴۴
۲	۱۳۶۹	شرکت در بازی‌های آسیایی ۱۹۹۰ پکن و کسب رده پنجمی
۳	۱۳۶۹	نخستین قهرمانی فوتبال در بازی‌های آسیایی بعد از انقلاب
۴	-	احیای مجدد برخی رشته‌ها مثل «بوکس، شطرنج و شمشیربازی»
۵	-	ارتقای پست رئیس سازمان تربیت بدنی تا معاونت ریاست جمهوری

در المپیک ۱۹۹۲، رضا سیم‌خواه به دلیل اضافه‌وزن از موفقیت در المپیک بازماند. از تحولات رسانه‌ای این ایام می‌توان به ظهور نسل دوم اینترنت در سال ۱۹۹۰ برابر ۱۳۶۹ خورشیدی اشاره کرد که در آن امکان حضور اشخاص در شبکه‌های مختلف اجتماعی فراهم شد و افراد توانستند به‌آسانی با اشتراک‌گذاری اخبار و تحلیل‌های خود در زمینه ورزش پردازند. این فناوری بافاصله کوتاهی در ایران با استقبال مواجه شد و انواع سایت‌های تخصصی سازمانی، فدراسیون‌ها، انجمن‌ها، بخش خصوصی باشگاه‌ها و حتی افراد شخصی ظهور یافتند.



۳-۶-۲۵. مهندس سید مصطفی هاشمی طبّا: از سال ۱۳۷۲ تا ۱۳۸۰ برای هشت سال در دو دولت «هاشمی رفسنجانی» و «سید محمد خاتمی» رئیس سازمان تربیت بدنی بود. او همچنین مدتی رئیس کمیته ملی المپیک جمهوری اسلامی ایران بود. هاشمی طبّا در فروردین ۱۳۹۳، طی حکمی از سوی محمود گودرزی، وزیر ورزش و جوانان به عنوان «مشاور وزیر در امور زیربنایی، سرمایه گذاری و توسعه زیرساخت های ورزش کشور» معرفی شد (شکل ۳-۳۱). از سوابق او می توان به «وزیر صنایع» اشاره کرد.



شکل ۳-۳۱. سید مصطفی هاشمی طبّا رئیس سازمان تربیت بدنی از سال ۱۳۶۸ تا ۱۳۷۲

از مهم ترین اقدامات زمان او می توان به مواردی به شرح جدول ۳-۳۱ اشاره کرد.

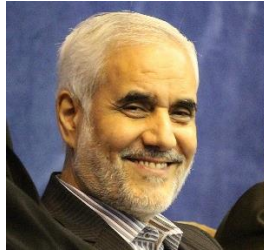
جدول ۳-۳۱. از مهم ترین اتفاقات در دوران ریاست مهندس سید مصطفی هاشمی طبّا در ریاست سازمان تربیت بدنی

ردیف	تاریخ	اقدام
۱	۱۳۷۳	شرکت در بازی های آسیایی ۱۹۹۴ هیروشیما و کسب رده ششمی
۲	۱۳۷۵	شرکت در المپیک ۱۹۹۶ آتلانتا و کسب رده ۴۳
۳	۱۳۷۵	استفاده از یک پرچم دار زن بنام «لیدا فریمان» در رژه کاروان ایران در المپیک ۱۹۷۶ آتلانتا
۴	۱۳۷۸	کسب مقام قهرمانی کشتی آزاد در جهان به سال ۱۹۹۸ میلادی در تهران
۵	۱۳۷۸	شرکت در بازی های آسیایی بانکوک و کسب رده هفتمی
۶	۱۳۷۸	صعود به جام جهانی فوتبال ۱۹۹۸ فرانسه
۷	۱۳۸۰	شرکت در المپیک ۲۰۰۰ سیدنی و کسب رده ۲۶
۸	-	کسب عنوان عضویت در کمیته بین المللی المپیک

بیشترین دوره ریاست بر تشکیلات ورزش به مهندس سید مصطفی هاشمی طبّا اختصاص داشته است. رشته دانشگاهی او «مهندسی صنایع» است. هاشمی طبّا در مصاحبه ای بعد از دوران مسئولیت خود بر بودجه حدود ۴۰ میلیارد تومانی سازمان تربیت بدنی و وجود تعداد نیروی ۳۰ درصدی لیسانس در زمان خود اشاره داشت. او طرح ایجاد ۱۳۷۷ سالن را برای توسعه سرانه ورزش و ایجاد فضاهای ورزشی برای ورزش کردن مطرح کرده بود. هاشمی طبّا مهم ترین میراث ماندگار دوران تصدی خود را «علمی کردن ورزش»، «آموزش مربیان و کادر اداری»، «ایجاد پایگاه ورزش قهرمانی و استعدادیابی در استان ها»، «ایجاد آکادمی ملی المپیک در تهران»، «تبدیل برآورد کیفی آمادگی ورزشکاران به برآورد کمی» عنوان کرد.

۳-۶-۲۶. دکتر محسن مهرعلیزاده: از سال ۱۳۸۰ تا سال ۱۳۸۴ در دور دوم دولت «سید محمد خاتمی» ریاست سازمان تربیت بدنی را بر عهده گرفت. از سوابق او می توان به «استاندار خراسان»، «معاون امور نیروگاه های سازمان انرژی اتمی»، «رئیس هیئت مدیره و مدیرعامل سازمان عمران کیش»، «قائم مقام مدیرعامل و عضو هیئت مدیره سایپا» و

«استاندار اصفهان» اشاره کرد. وی متولد ۱۳۳۵ در شهرستان مراغه استان آذربایجان شرقی است و کارشناس ارشد مکانیک و دکترای اقتصاد مهندسی دارد (شکل ۳-۳۲).



شکل ۳-۳۲. دکتر محسن مهرعلیزاده رئیس سازمان تربیت بدنی از سال ۱۳۸۰ تا ۱۳۸۴

از اتفاقات دوران مسئولیت مهرعلیزاده در رأس ورزش می توان به مواردی به شرح جدول ۳-۳۲ اشاره کرد.

جدول ۳-۳۲. از مهم ترین اتفاقات در دوران ریاست دکتر محسن مهرعلیزاده در ریاست سازمان تربیت بدنی

ردیف	تاریخ	اقدام
۱	۱۳۸۳	شرکت در المپیک ۲۰۰۴ آتن و کسب رده ۲۹
۲	۱۳۸۱	شرکت در بازی های آسیایی ۲۰۰۲ بوسان و کسب رده دهمی
۳	۱۳۸۱	کسب مقام قهرمانی کشتی آزاد در جهان به سال ۲۰۰۲ در تهران
۴	۱۳۸۵	صعود به جام جهانی فوتبال ۲۰۰۶ آلمان
۵	۱۳۸۲	تدوین طرح نظام جامع ورزش کشور (هرچند که هیچگاه عملی نشد)
۶	۱۳۸۳	از دست دادن کرسی عضویت در کمیته بین المللی المپیک

دکتر محسن مهرعلیزاده در مصاحبه ای پس از دوران مسئولیت خود بر ادامه طرح ایجاد ۱۳۷۷ سالن تأکید کرد. بودجه ورزش در زمان او رشد قابل توجهی نسبت به گذشته پیدا کرد و به عدد حدود یکصد میلیارد تومان رسید. به اذعان ایشان در زمان مسئولیت نامبرده حدود ۷۰ درصد نیروی انسانی زیردپلم بودند. محسن مهرعلیزاده مهم ترین میراث ماندگار دوران تصدی خود را «طراحی و تدوین نظام جامع ورزش» عنوان کرد.

۳-۶-۲۷. مهندس محمد علی آبادی: از سال ۱۳۸۴ تا سال ۱۳۸۸ و در دولت دکتر محمود احمدی نژاد ریاست سازمان تربیت بدنی را بر عهده گرفت. او متولد ۱۳۳۵ در شهر اراک است و علاوه بر مسئولیت سازمان تربیت بدنی، «رئیس کمیته ملی المپیک» هم شد. از سوابق او می توان به «سرپرست وزارت نفت»، «رئیس سازمان شیلات»، «معاون وزیر راه و ترابری»، «معاون بنیاد مستضعفان و جانبازان» و «معاون عمرانی شهرداری تهران» اشاره کرد (شکل ۳-۳۳).



شکل ۳-۳۳. محمد علی آبادی رئیس سازمان تربیت بدنی از سال ۱۳۸۴ تا ۱۳۸۸

از جمله مهم‌ترین اتفاقات دوران مسئولیت مهندس علی‌آبادی در ریاست سازمان تربیت‌بدنی می‌توان به مواردی به شرح جدول ۳-۳۳ اشاره کرد.

جدول ۳-۳۳. از مهم‌ترین اتفاقات در دوران ریاست مهندس محمد علی‌آبادی در ریاست سازمان تربیت‌بدنی

ردیف	تاریخ	اقدام
۱	۱۳۸۵	شرکت‌های آسیایی ۲۰۰۶ دوحه و کسب رده ششم
۲	۱۳۸۷	شرکت‌های المپیک ۲۰۰۸ پکن و کسب رده ۵۱
۳	۱۳۸۶	نخستین قهرمانی بسکتبال در آسیا به سال ۲۰۰۷ در چین

محمد علی‌آبادی مهم‌ترین میراث ماندگار دوران تصدی خود را «توسعه فضای ورزشی»، «توسعه منابع مالی ورزش» و «توسعه ورزش ملی کشور» عنوان کرد.

۳-۶-۲۸. دکتر علی سعیدلو: از سال ۱۳۸۸ تا ۱۳۹۰ در دولت دکتر «محمود احمدی‌نژاد»، ریاست سازمان تربیت‌بدنی را بر عهده گرفت. علی سعیدلو متولد سال ۱۳۳۱ در تبریز است. او دارای کارشناسی و کارشناسی ارشد زمین‌شناسی و دکترای مدیریت استراتژیک است. از سوابق او می‌توان به «معاونت اجرایی رئیس‌جمهور»، «رئیس کل سازمان چای کشور»، «معاون مالی-اداری و رئیس هیئت‌گزینش وزارت بازرگانی»، «معاون بازرگانی سازمان صنایع دفاع»، «معاون صادراتی وزیر بازرگانی» و «رئیس کل مرکز توسعه صادرات ایران»، «رئیس هیئت‌مدیره شرکت فرش ایران و رئیس هیئت‌مدیره صندوق ضمانت صادرات ایران»، «معاون اداری و مالی شهرداری تهران» و «معاون امور بین‌الملل رئیس‌جمهور» اشاره کرد (شکل ۳-۳۴). دوره سعیدلو با تبدیل سازمان تربیت‌بدنی به وزارت ورزش و جوانان به پایان رسید.



شکل ۳-۳۴. دکتر علی سعیدلو رئیس سازمان تربیت‌بدنی از سال ۱۳۸۸ تا ۱۳۹۰

از مهم‌ترین اتفاقات دوران سعیدلو می‌توان به مواردی به شرح جدول ۳-۳۴ اشاره کرد.

جدول ۳-۳۴. از مهم‌ترین اتفاقات دوران ریاست دکتر علی سعیدلو بر سازمان تربیت‌بدنی

ردیف	تاریخ	اقدام
۱	۱۳۸۹	شرکت در بازی‌های آسیایی گوانجو ۲۰۱۶ میلادی و کسب رده چهارم
۲	۱۳۸۹	تصویب ادغام سازمان‌های تربیت‌بدنی با سازمان ملی جوانان و تشکیل وزارت ورزش و جوانان توسط مجلس شورای اسلامی
۳	۱۳۸۸	قهرمانی بسکتبال در آسیا به سال ۲۰۰۹

۳-۶-۲۹. دکتر محمد عباسی: از سال ۱۳۹۰ تا ۱۳۹۲ به‌عنوان نخستین «وزیر ورزش و جوانان» در دولت دکتر «محمود احمدی‌نژاد» فعالیت کرد. عباسی متولد اول آبان سال ۱۳۳۷ در یکی از روستاهای گرگان و دارای دکترای «مدیریت آموزش عالی» است. از سوابق او می‌توان به «عضو هیئت‌علمی و رئیس دانشگاه آزاد اسلامی قائم‌شهر»، «معاونت



استانداری»، «مدیرکل ارشاداسلامی» و «ریاست آموزش و پرورش استان‌های مازندران و گلستان»، «نماینده مجلس» و «وزیر تعاون» اشاره کرد. عباسی در دولت دهم ابتدا به‌عنوان وزیر تعاون از مجلس رأی اعتماد گرفت. بعد از تصویب قانون تشکیل «وزارت ورزش و جوانان» در مجلس شورای اسلامی، احمدی‌نژاد آن را اشتباه دانسته و قانون را برای اجرا نارسا می‌دانست؛ اما بالاخره با تذکرات متعدد، احمدی‌نژاد مجبور به معرفی دیرهنگام وزیر ورزش به مجلس شد. فرد معرفی‌شده اول یعنی «دکتر سید حمید سجادی» نتوانست از مجلس رأی اعتماد بگیرد. احمدی‌نژاد هم عباسی را با حفظ سمت به سرپرستی «وزارت ورزش و جوانان» منصوب کرد. با تجمیع «وزارت تعاون» در «وزارتخانه‌های کار و رفاه اجتماعی»، عباسی به‌عنوان «وزیر ورزش و جوانان» در دولت دهم به مجلس معرفی شد که با ۱۶۵ رأی مثبت نمایندگان به‌عنوان اولین وزیر ورزش و جوانان در جمهوری اسلامی، مسئولیت این وزارت جدید را بر عهده گرفت (شکل ۳-۳۵).



شکل ۳-۳۵. دکتر محمد عباسی وزیر ورزش و جوانان (سازمان تربیت بدنی) از سال ۱۳۹۰ تا ۱۳۹۲

از مهم‌ترین اتفاقات دوران مسئولیت او می‌توان به مواردی به شرح جدول ۳-۳۵ اشاره کرد.

جدول ۳-۳۵. از مهم‌ترین اتفاقات دوران ریاست دکتر محمد عباسی بر سازمان تربیت بدنی

ردیف	تاریخ	اقدام
۱	۱۳۹۱	شرکت در بازی‌های المپیک ۲۰۱۲ لندن و کسب رده ۱۷
۲	۱۳۹۱	کسب رده ۱۱ در پارالمپیک ۲۰۱۲ لندن
۳	۱۳۹۱	کسب مقام قهرمانی کشتی فرنگی در المپیک ۲۰۱۲ لندن
۴	۱۳۹۲	قهرمانی بسکتبال در آسیا به سال ۲۰۱۳ در فیلیپین
۵	۱۳۹۳	صعود به جام جهانی فوتبال ۲۰۱۴ برزیل
۶	۱۳۹۰	قهرمانی والیبال در آسیا به سال ۲۰۱۱ در تهران

۳-۶-۳۰. دکتر سید رضا صالحی امیری: پس از این که «مسعود سلطانی‌فر» و «دکتر سید نصرالله سجادی»، وزیران پیشنهادی دکتر روحانی برای تصدی «وزارت ورزش و جوانان» نتوانستند رأی اعتماد نمایندگان مجلس را کسب کنند؛ در تاریخ ۲۶ مرداد سال ۱۳۹۲، دکتر روحانی طی حکمی «سید رضا صالحی امیری» را به‌عنوان «سرپرست وزارت ورزش و جوانان» منصوب کرد. او در ۲۷ مهر ۱۳۹۲ به‌عنوان «وزیر پیشنهادی وزارت ورزش و جوانان» دولت روحانی به مجلس معرفی شد که رأی اعتماد کسب نکرد. پس از خاتمه دوران چهارساله ریاست کمیته ملی المپیک «کیومرث هاشمی» در دی‌ماه ۱۳۹۶، با نامزدی برای ریاست کمیته ملی المپیک و حمایت دولت، بدون رقیب بر مسند ریاست کمیته ملی المپیک نشست (شکل ۳-۳۶).







شکل ۳-۳۶. دکتر سید رضا صالحی امیری سرپرست هفتادروزه وزارت ورزش و جوانان در سال ۱۳۹۲

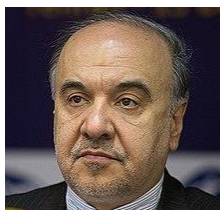
سید رضا صالحی امیری متولد سال ۱۳۴۰ شهر امیرکلاهی شهرستان بابل و دارای دکتری مدیریت دولتی است. از سوابق او می توان به «رئیس کمیته اجتماعی شورای عالی امنیت ملی»، «عضو هیئت رئیسه مرکز بررسی های استراتژیک ریاست جمهوری»، «معاون بررسی های استراتژیک»، «عضو هیئت امنای مؤسسه مطالعات راهبردی»، «مشاور رئیس جمهور در دولت سید محمد خاتمی»، «عضو شورای اجتماعی کشور»، «عضو شورای اطلاع رسانی دولت»، «معاون پژوهش فرهنگی و اجتماعی»، «رئیس کتابخانه ملی» و «وزیر فرهنگ و ارشاد اسلامی» اشاره کرد.

۳-۶-۳۱. دکتر محمود گودرزی: پس از آن که مجلس شورای اسلامی به «مسعود سلطانی فر، رضا صالحی امیری و نصرالله سجادی»، به عنوان «وزیر ورزش و جوانان» رأی اعتماد نداد، حسن روحانی در آبان ۱۳۹۲، «محمود گودرزی» را به عنوان چهارمین وزیر پیشنهادی به مجلس شورای اسلامی معرفی کرد و او به عنوان «وزیر ورزش و جوانان» رأی اعتماد گرفت. در فاصله سرپرستی صالحی امیری تا رأی اعتماد گودرزی، «محمد شریعتمداری» سرپرستی «وزارت ورزش و جوانان» را عهده دار بود. دکتر محمود گودرزی متولد سال ۱۳۳۴ در ملایر و رشته ورزشی تخصصی او کشتی است. او با مرتبه «استاد تمامی» عضو هیئت علمی دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی دانشگاه تهران و متخصص مدیریت ورزشی است و از سوابق او می توان به «رئیس فدراسیون تیراندازی»، «معاون فنی سازمان تربیت بدنی»، «مسئول تربیت بدنی جهاد دانشگاهی»، «مدیرکل تربیت بدنی دانشگاه تهران»، «مشاور آموزشی و تحقیقاتی رئیس سازمان تربیت بدنی»، «رئیس دانشکده تربیت بدنی دانشگاه تهران» اشاره کرد (شکل ۳-۳۷).



شکل ۳-۳۷. دکتر محمود گودرزی وزیر ورزش و جوانان از سال ۱۳۹۲ تا ۱۳۹۵

۳-۶-۳۲. مسعود سلطانی فر: پس از استعفای محمود گودرزی، دکتر روحانی برای «دکتر سید نصرالله سجادی» به عنوان سرپرست وزارت ورزش و جوانان حکم صادر کرد و از سوی دیگر «مسعود سلطانی فر» را بار دیگر به عنوان نامزد وزارت ورزش به مجلس معرفی نمود. این بار و در تاریخ ۱۱ آبان سال ۱۳۹۵ سلطانی فر توانست رأی اعتماد مجلس را کسب کند. مسعود سلطانی فر متولد سال ۱۳۳۸ در تهران است. از سوابق او می توان به «قائم مقامی و معاونت اداری و مالی سازمان تربیت بدنی»، «عضویت در شورای عالی اداری کشور»، «عضویت در شورای عالی اطلاع رسانی کشور»، «استاندار گیلان»، «استاندار زنجان» و «استاندار مرکزی» اشاره کرد (شکل ۳-۳۸).



شکل ۳-۳۸. مسعود سلطانی فر وزیر ورزش و جوانان از سال ۱۳۹۵ تا -

### ۷-۳. تاریخچه ایران در المپیک تابستانی

حضور ایران در دوره‌های مختلف المپیک تابستانی با فراز و فرودهای خاصی همراه بوده است. سابقه کسب مدال‌ها در هر دوره و در مجموع المپیک‌های تابستانی را می‌توان در جدول ۳-۳۶ مرور کرد.

جدول ۳-۳۶. سابقه کسب مدال ایران در المپیک

رتبه	مجموع	برنز	نقره	طلا	المپیک	ردیف
—	۰	۰	۰	۰	۱۹۰۰ پاریس	
شرکت نداشت					۱۹۳۶-۱۹۰۴	
۳۴	۱	۱	۰	۰	۱۹۴۸ لندن	۱
۳۰	۷	۴	۳	۰	۱۹۵۲ هلسینکی	۲
۱۴	۵	۱	۲	۲	۱۹۵۶ ملبورن	۳
۲۷	۴	۳	۱	۰	۱۹۶۰ رم	۴
۳۴	۲	۲	۰	۰	۱۹۶۴ توکیو	۵
۱۹	۵	۲	۱	۲	۱۹۶۸ مکزیکوسیتی	۶
۲۸	۳	۱	۲	۰	۱۹۷۲ مونیخ	۷
۳۳	۲	۱	۱	۰	۱۹۷۶ مونترآل	۸
شرکت نکرد (تحریم کرد)					۱۹۸۰ مسکو	
شرکت نکرد (تحریم کرد)					۱۹۸۴ لس آنجلس	
۳۶	۱	۰	۱	۰	۱۹۸۸ سئول	۹
۴۴	۳	۲	۱	۰	۱۹۹۲ بارسلون	۱۰
۴۳	۳	۱	۱	۱	۱۹۹۶ آتلانتا	۱۱
۲۷	۴	۱	۰	۳	۲۰۰۰ سیدنی	۱۲
۲۹	۶	۲	۲	۲	۲۰۰۴ آتن	۱۳
۵۱	۲	۱	۰	۱	۲۰۰۸ پکن	۱۴
۱۷	۱۲	۲	۶	۴	۲۰۱۲ لندن	۱۵
۲۵	۸	۴	۱	۳	۲۰۱۶ ریو	۱۶
—	۶۸	۲۸	۲۲	۱۸	مجموع	

در مجموع ایران تا قبل از المپیک ۲۰۱۶ در ۱۵ دوره المپیک از ۳۱ دوره برگزار شده شرکت کرده است. بهترین نتیجه کسب شده در این رویدادها از نظر کسب مدال، المپیک سی‌ام یا لندن در سال ۲۰۱۲ با کسب ۱۲ مدال (چهار طلا، شش نقره و دو برنز) است. اما از نظر رتبه بهترین جایگاه ایران به المپیک ۱۹۵۶ ملبورن و کسب رتبه ۱۴ در سومین حضور با ۵ مدال (دو طلا، دو نقره و یک برنز) بوده است. هرچند در هر دوره مسئولان وقت در تلاش برای ربط دادن نتایج موفق به خود و ربط دادن ناکامی‌ها به عملکرد گذشتگان بوده‌اند؛ اما نکته مهم در این است که بسیاری از ورزش‌هایی که در ایران عمر کوتاهی دارند و اغلب محصول کشورهای غربی و شرقی بوده‌اند که به بازی‌های المپیک راه یافته‌اند. تحلیل برای بررسی توفیق یا ناکامی در هر دوره به متغیرهای متعددی بستگی دارد. از مهم‌ترین این متغیرها وجود برنامه‌ریزی‌های هماهنگ بین انواع ساختارهای ورزشی داخلی و توسعه همگام با سطوح بین‌المللی است که کمتر می‌توان سوابقی را در این زمینه در طول تاریخ گذشته پیدا کرد؛ یا اگر هم سوابقی از این دست بوده است به دلیل اجرا نشدن یا اجرای ناقص آن، همواره چالش‌های متعددی به چشم می‌خورد. از این دست موارد می‌توان به قانون و برنامه تربیت‌بدنی در سال ۱۳۵۰ و پس‌از آن اشاره کرد که هرچند در زمان خود، شروع بسیار خوبی بود اما در اجرا از توفیق لازم برخوردار نشد و حتی برخی ناکامی‌های بعدی باعث شد تا ساختار رسمی ورزش به‌طور موقت به زیر نظر آموزش و پرورش منتقل شود. پس از انقلاب «سند جامع تربیت‌بدنی» در دوران مهرعلیزاده و توسط دانشگاهیان تدوین و حتی به تصویب هیئت دولت وقت رسید اما جالب اینجاست که حتی تدوینگران این طرح که مدتی پس از تدوین و تصویب طرح، اداره ورزش را در اختیار داشتند، هیچ گام مؤثری برای اجرا و عملیاتی شدن برنداشتند؛ هرچند پس از کنار رفتن از قدرت مدعی آن بودند که گروه بعدی و دولت بعدی، طرح را متوقف کرده است؛ اما در مسئولیت‌های بعدی این افراد نیز هیچ اقدام مؤثری از اجرایی کردن سند، حتی به شکل محدود آن دیده نشد؛ این در حالی است که حتی استقرار گروه همفکر سیاسی آنان در دولت‌های بعدی هیچ اقدامی برای استناد و حرکت بر مبنای این طرح انجام نداد.

در مجموع با مروری بر تنها چهار رشته مدال‌آور ایران و به‌طور مشخص دو رشته «کشتی» و «وزنه‌برداری» که بیشترین مدال‌های المپیکی را برای ایران به ارمغان آوردند، می‌توان سهم عمده آن را ریشه‌های فرهنگی و زمینه‌های موجود آن از گذشته دور در ایران دانست. با توجه به وجود تعداد ورزشکاران بیشتر در این رشته‌ها و مریدان نسبتاً کارآزموده بیشتر در نقاط مختلف کشور، این رشته‌ها خیلی زود زمینه افتخارآفرینی را فراهم کردند. پس از این دو رشته، ورزش تکواندو به‌عنوان یک ورزش رزمی در ایران از طرفداران زیادی برخوردار بود. این رشته رزمی نیز به دلیل نیاز به حداقل امکانات و شرایط روحی و فرهنگی مردم ایران، جای خود را باز کرد. با توجه به شخصیت‌های آغازکننده و مریدان نسبتاً موفق در این رشته، خیلی زود جامعه گسترده‌ای را جذب خود کرد و بارونق جهانی آن به همت کشور صاحب رشته یعنی «کره جنوبی» رویدادهای بزرگی در آسیا و جهان برگزار شد و این رشته وارد بازی‌های المپیک شد. با انتخاب افراد مؤثر در هدایت این رشته، تکواندو نیز موفق به افتخار آفرینی در سطح المپیک شد. در دوومیدانی و ماده «پرتاب دیسک»، ایران در المپیک‌ها تنها یک مدال و آن هم به مدد ظهور یک استعداد استثنایی به نام «احسان حدادی» دست‌یافت که متأسفانه هیچ‌گاه تکرار نشد.

در مجموع، هرچند نمی‌توان نقش ساختارهای رسمی ورزش در توفیقات را نادیده گرفت اما این سهم بسیار ناچیزتر از آن است که بتوان توفیقات را جز در موارد معدود به‌طور مستقیم و با سهمی بالا به مسئولین وقت ربط داد. برخی رشته‌ها با دلایلی چون «هماهنگی با رشته‌های سنتی ایران مانند کشتی و وزنه‌برداری»، «هماهنگی با شرایط فرهنگی و روحیات مردم ایران مانند ورزش‌های رزمی و به‌ویژه تکواندو» به توفیقانی دست یافته‌اند. با مرور زندگینامه قهرمانان این رشته‌ها، این نکته برجسته می‌شود که اغلب آنان، محصول «یک نظام ساختاریافته ورزشی»، «فرایندهای استعدادیابی منظم و هدف‌دار از باشگاه‌ها یا مدارس» نیستند، بلکه حسب اتفاقات خاصی در مسیر قهرمانی قرار گرفته و با هدایت افرادی به مسابقات و تیم‌های ملی راه‌یافته و در سطوح ملی با حضور در اردوهای تیم ملی به تکامل رسیده‌اند. این ضعف در «شناسایی، پرورش، هدایت و نگهداری استعدادها» باعث شده است که ورزش ایران در مدال‌آوری فرازوفرودهای متعددی را تجربه کند و متکی بر ستاره‌هایی باشد که خودشان و افراد پیرامونشان آن‌ها را کشف می‌کنند (نه یک نظام فراگیر، منظم و هوشمند). در مجموع رشته‌هایی که ایران در آن‌ها در المپیک مدال گرفته است شامل مواردی به شرح جدول ۳-۳۷ هستند.

جدول ۳-۳۷. رشته‌های مدال‌آور ایران در المپیک‌ها

ردیف	مسابقات	طلا	نقره	برنز	جمع
۱	دوومیدانی	۰	۱	۰	۱
۲	تکواندو	۲	۱	۳	۶
۳	وزنه‌برداری	۷	۵	۶	۱۸
۴	کشتی	۹	۱۴	۲۰	۴۳
	مجموع	۱۸	۲۱	۲۹	۶۸

در مجموع ایران از حدود ۳۰ رشته ورزشی المپیک (با حذفی‌ها و اضافه شده‌ها) تنها در چهار رشته مدال کسب کرده است که هر چهار رشته آن انفرادی و سه رشته آن قدرتی (کشتی، وزنه‌برداری و پرتاب دیسک) و یک رشته آن رزمی (تکواندو) است. سابقه شرکت نمایندگان ایران در انواع رشته‌های ورزشی در جدول ۳-۳۸ مرور شده است.



جدول ۳-۳۸. سابقه شرکت ایران با انواع رشته‌های ورزشی

ر	ورزش	۱۹۰۰	۱۹۰۸	۱۹۱۰	۱۹۱۲	۱۹۱۴	۱۹۱۶	۱۹۱۸	۱۹۲۰	۱۹۲۲	۱۹۲۴	۱۹۲۶	۱۹۲۸	۱۹۳۰	۱۹۳۲	۱۹۳۴	۱۹۳۶	۱۹۳۸	۱۹۴۰	تعداد حضور
۱	کشتی																			۱۶
۲	دوومیدانی																			۱۳
۳	وزنه‌برداری																			۱۴
۴	بوکس																			۱۲
۵	تیراندازی																			۹
۶	دوچرخه‌جاده																			۹
۷	تنیس روی میز																			۷
۸	تکواندو																			۶
۹	شنا																			۶
۱۰	دوچرخه پیست																			۵
۱۱	جودو																			۵
۱۲	شمشیربازی																			۵
۱۳	فوتبال																			۳
۱۴	تیر و کمان																			۳
۱۵	بسکتبال																			۲
۱۶	قایقرانی کانو																			۲
۱۷	روئینگ																			۲
۱۸	واترپولو																			۱
۱۹	بدمینتون																			۱
۲۰	سوارکاری																			۱
۲۱	ژیمناستیک																			۱
۲۲	شیرجه																			۱
۲۳	والیبال																			۱
	مجموع																			۱۶

البته باید به این نکته توجه داشت که دلیل حضور نداشتن نمایندگان ایران در برخی رشته‌ها مانند تکواندو، این بوده است که این رشته از سال ۱۹۸۸ وارد المپیک شد و از نخستین حضور آن تیم ایران حضور داشته است.

### ۳-۸. مدال‌آوران ایران در المپیک (المپین‌ها)

مدال‌آوران طلایی ایران در المپیک‌ها را می‌توان در جدول ۳-۳۹ مرور کرد.

جدول ۳-۳۹. مدال آوران طلایی ایران در المپیکها

رشته	ردیف	نام	وزن به کیلوگرم	محل و سال
کشتی آزاد	۱	امامعلی حبیبی	۶۷	۱۹۵۶ ملبورن (نخستین مدال طلای ایران در بازیها)
	۲	غلامرضا تختی	۸۷	۱۹۵۶ ملبورن
	۳	عبدالله موحد	۷۰	۱۹۶۸ مکزیکوسیتی
	۴	رسول خادم	۹۰	۱۹۹۶ آتلانتا
	۵	علیرضا دبیر	۵۸	۲۰۰۰ سیدنی
	۶	حسن یزدانی	۵۷	۲۰۱۶ ریو
کشتی فرنگی	۱	حمید سوریان	۵۵	۲۰۱۲ لندن
	۲	امید نوروزی	۶۰	۲۰۱۲ لندن
	۳	قاسم رضایی	۹۶	۲۰۱۲ لندن
وزنه برداری	۱	محمد نصیری	۵۶	۱۹۶۸ مکزیکوسیتی
	۲	حسین توکلی	۱۰۵	۲۰۰۰ سیدنی
	۳	حسین رضازاده	+۱۰۵	۲۰۰۰ سیدنی (رکورد المپیک)
	۴	حسین رضازاده	+۱۰۵	۲۰۰۴ آتن (رکورد المپیک)
	۵	بهداد سلیمی	+۱۰۵	۲۰۱۲ لندن
	۶	کیانوش رستمی	۸۸	۲۰۱۶ ریو
	۷	سهراب مرادی		۲۰۱۶ ریو
تکواندو	۱	هادی ساعی	۶۸	۲۰۰۴ آتن
	۲	هادی ساعی	۸۰	۲۰۰۸ پکن
مجموع مدال طلا	۱۷			

مدال آوران نقره‌ای ایران در المپیکها را می‌توان در جدول ۳-۴۰ مرور کرد.

جدول ۳-۴۰. مدال‌آوران نقره‌ای ایران در المپیک‌ها

رشته	ردیف	نام	وزن به کیلوگرم	محل و سال
کشتی آزاد	۱	ناصر گیوه‌چی	۶۲	۱۹۵۲ هلسینکی
	۲	غلامرضا تختی	۷۹	۱۹۵۲ هلسینکی
	۳	محمدعلی خجسته‌پور	۵۲	۱۹۵۶ ملبورن
	۴	مهدی یعقوبی	۵۷	۱۹۵۶ ملبورن
	۵	غلامرضا تختی	۸۷	۱۹۶۰ رم
	۶	منصور برزگر	۷۴	۱۹۷۶ مونترآل
	۷	عسکری محمدیان	۵۷	۱۹۸۸ سئول
	۸	عسکری محمدیان	۶۲	۱۹۹۲ بارسلون
	۹	عباس جدیدی	۱۰۰	۱۹۹۶ آتلانتا
	۱۰	مسعود مصطفی‌جوکار	۶۰	۲۰۰۴ آتن
	۱۱	علیرضا رضایی	۱۲۰	۲۰۰۴ آتن
	۱۲	صادق گودرزی	۷۴	۲۰۱۲ لندن
	۱۳	کمیل قاسمی	۱۲۵	۲۰۱۶ ریو
کشتی فرنگی	۱	رحیم علی‌آبادی	۴۸	۱۹۷۲ مونیخ
وزنه‌برداری	۱	محمود نامجوی	۵۶	۱۹۵۲ هلسینکی
	۲	پرویز جلاپیر	۶۷/۵	۱۹۶۸ مکزیکوسیتی
	۳	محمد نصیری	۵۶	۱۹۷۲ مونیخ
	۴	نواب نصیرشلال	۱۰۵	۲۰۱۲ لندن
	۵	سجاد انوشیروانی	+۱۰۵	۲۰۱۲ لندن
تکواندو	۱	محمد باقری معتمد	۶۸	۲۰۱۲ لندن
دوومیدانی - دیسک	۱	احسان حدادی		۲۰۱۲ لندن
مجموع مدال نقره			۲۰	

مدال‌آوران برنزی ایران در المپیک‌ها را می‌توان در جدول ۳-۴۱ مرور کرد.

جدول ۳-۴۱. مدال‌آوران نقره‌ای ایران در المپیک‌ها

رشته	ردیف	نام	وزن به کیلوگرم	محل و سال
کشتی آزاد	۱	محمود ملاقاسمی	۵۲	۱۹۵۲ هلسینکی
	۲	جهانبخت توفیق	۶۷	۱۹۵۲ هلسینکی
	۳	عبدالله مجتبی	۷۳	۱۹۵۲ هلسینکی
	۴	ابراهیم سیف‌پور	۵۲	۱۹۶۰ رم
	۵	علی‌اکبر حیدری	۵۲	۱۹۶۴ توکیو
	۶	محمدعلی صنعتکاران	۷۸	۱۹۶۴ توکیو
	۷	ابوطالب طالبی	۵۷	۱۹۶۸ مکزیکوسیتی
	۸	شمس‌الدین سید عباسی	۶۳	۱۹۶۸ مکزیکوسیتی
	۹	ابراهیم جوادی‌پور	۴۸	۱۹۷۲ مونیخ
	۱۰	امیررضا خادم	۷۴	۱۹۹۲ بارسلون
	۱۱	رسول خادم	۸۲	۱۹۹۲ بارسلون
	۱۲	امیررضا خادم	۸۲	۱۹۹۶ آتلانتا
	۱۳	علیرضا حیدری	۹۶	۲۰۰۴ آتن
	۱۴	مراد محمدی	۶۰	۲۰۰۸ پکن
	۱۵	احسان لشگری	۸۴	۲۰۱۲ لندن
	۱۶	حسن رحیمی	۵۷	۲۰۱۶ ریو
کشتی فرنگی	۱	محمد پذیرایی	۵۲	۱۹۶۰ رم
	۲	قاسم رضایی	۹۸	۲۰۱۶ ریو
	۳	سعید عبدولی	۷۵	۲۰۱۶ ریو
وزنه‌برداری	۱	جعفر سلماسی	۶۰	۱۹۴۸ لندن (نخستین مدال ایران در بازی‌های المپیک)
	۲	علی میرزایی	۵۶	۱۹۵۲ هلسینکی
	۳	محمود نامجوی	۵۶	۱۹۵۶ ملبورن
	۴	اسماعیل علم‌خواه	۵۶	۱۹۶۰ رم
	۵	محمد نصیری	۵۲	۱۹۷۶ مونترآل
	۶	کیانوش رستمی	۸۵	۲۰۱۲ لندن
تکواندو	۱	هادی ساعی	۶۸	۲۰۰۰ سیدنی
	۲	یوسف کریمی	۸۰	۲۰۰۴ آتن
	۳	کیمیا علیزاده	۵۷	۲۰۱۶ ریو
مجموع مدال برنز	۲۶			

پرافتخارترین مدال‌آوران المپیک‌های ایرانی را می‌توان در جدول ۳-۴۲ مرور کرد.



جدول ۳-۴۲. پرافتخارترین مدال‌آوران المپیک کشور

ورزشکار	طلا	نقره	برنز	جمع
هادی ساعی	۲	۰	۱	۳
احسین رضازاده	۲	۰	۰	۲
غلامرضا تختی	۱	۲	۰	۳
محمد نصیری	۱	۱	۱	۳
رسول خادم	۱	۰	۱	۲
عسکری محمدیان	۰	۲	۰	۲
محمود نامجوی	۰	۱	۱	۲
امیررضا خادم	۰	۰	۲	۲

مرحوم محمود نامجو، تنها ایرانی در تاریخ المپیک است که دو بار پرچم‌دار ورزش ایران بوده است. پرچم‌داران کاروان ایران در رژه بازی‌های المپیک‌ها به ترتیب سال‌ها «مصطفی بهارمست در ۱۹۴۸»، «محمود نامجو در ۱۹۵۲ و ۱۹۵۶»، «جعفر سلماسی در ۱۹۶۰»، «نصرت‌الله شاهمیر در ۱۹۶۴»، «ابوالفضل انوری در ۱۹۶۸»، «عبدالله موحد در ۱۹۷۲»، «مسلم اسکندر فیلابی در ۱۹۷۶»، «سید حسن زاهدی در ۱۹۸۸»، «لیدا فریمان در ۱۹۹۲»، «علیرضا سلیمانی در ۱۹۹۶»، «امیر خادم در ۲۰۰۰»، «آرش میراسماعیلی در ۲۰۰۴»، «هما حسینی در ۲۰۰۸»، «علی مظاهری در ۲۰۱۲» و «زهرا نعمتی در ۲۰۱۶» بودند. زهرا نعمتی، اولین بانوی ایرانی بود که با وجود معلولیت، هم در المپیک و هم در پارالمپیک شرکت و رقابت کرد.

### ۳-۹. مروری کلی بر عملکرد رؤسای ورزش ایران

در مرور تاریخ معاصر و جدید می‌توان مشاهده کرد که در کمتر از ۱۰۰ سال ساختار ورزش در ایران دچار تحول و توسعه شد. مدیریت امروز باشگاه‌ها نه تنها در ایران، بلکه در سطح جهان نیاز به مدیران آگاه، مجرب و دارای تحصیلات در حوزه مدیریت ورزشی دارد. برای درک واقعی عملکرد هر کدام از مسئولین ورزش در طول تاریخ باید، عملکرد هر یک را در محیط واقعی یا بستری در نظر گرفت که مدیریت در آن اعمال شده است. یکی از جنبه‌هایی که اغلب از دید عموم به‌عنوان ملاک عملکرد مدیران قرار می‌گیرد، تعداد کسب مدال‌ها یا نتایج کسب‌شده در میدان‌های مختلف است. این ملاک تنها یکی از چند ملاک مهم برای تشخیص عملکرد مناسب یک رئیس ورزشی است. ضمن اینکه دقت این ملاک نیز بسیار پائین است؛ زیرا بسیاری از مدال‌ها حاصل تلاش سال‌ها قبل از به‌مسئولیت رسیدن یک مسئول ورزشی بوده است که تنها در فصل درو، افتخارش نصیب آن مدیر خاص می‌شود. در دنیای امروز بهترین نوع ارزیابی عملکرد، ارزیابی دیدگاه‌های مختلف ذی‌ربط درباره یک عملکرد است.

تا قبل از کودتای ۲۸ مرداد ۱۳۳۲ عموم رؤسای سازمان از افراد تحصیل کرده دانشگاهی یا فارغ‌التحصیل دارالفنون بودند. البته در آن دوران رشته تحصیلی علوم ورزشی یا فارغ‌التحصیل حائز شرایط آن بسیار کم بودند و اغلب مسئولین ورزش تحصیلات تخصصی مرتبط با علوم ورزشی نداشتند. بعد از سال ۱۳۳۲ حضور نظامیان در رأس تشکیلات ورزش بسیار پررنگ شد که البته این افراد تحصیلات نظامی داشتند و از دانشکده افسری فارغ‌التحصیل شده بودند. بعد از پیروزی انقلاب و از اواخر دهه ۶۰ خورشیدی به بعد افرادی عهده‌دار مسئولیت سازمان تربیت‌بدنی شدند که ضمن داشتن «وجهه سیاسی» دارای تحصیلات دانشگاهی هم بودند (هیدارن، ۱۳۹۰). بعد از کودتای ۲۸ مرداد ۱۳۳۲ به تصمیم رژیم پهلوی و برای در کنترل نگاه‌داشتن همه امور، اغلب رؤسای سازمان تربیت‌بدنی را نظامیان تشکیل دادند که البته منوچهر قراگزلو در این بین یک استثنا بود.

در یک مرور کلی از تحصیلات رؤسای ورزش از ابتدا تا به اکنون، می‌توان مشاهده کرد، حداقل تا دهه پنجاه (سال‌های ۱۳۴۱ تا ۱۳۵۰) که هنوز رشته تخصصی «تربیت‌بدنی و علوم ورزشی» در نظام دانشگاهی رونق لازم را نداشت و در این زمینه تحصیل کرده خارج از کشور مدعی و شاخصی هم مطرح نبود، عملاً نام خاصی هم به‌عنوان فرد متخصص در این زمینه مطرح نمی‌شد. در بسیاری از موارد چهره‌های تخصصی ورزش همان افرادی بودند که در میدان ورزش به توفیقاتی دست‌یافته بودند. البته برخی از آن‌ها مدارج دانشگاهی را در رشته‌های مختلف کسب کردند ولی عملاً متخصصان جدی در عرصه مدیریت ورزش به‌عنوان یک علم جوان، به‌مرور از دهه شصت (از سال ۱۳۵۱ تا ۱۳۶۰) رو به توسعه گذاشتند. از این دوران به بعد که مقارن با پیروزی انقلاب اسلامی نیز شده بود، «شعار تخصص‌گرایی» و تلاش برای سپرده شدن سکان ورزش به متخصصان این حوزه روزه‌روز بیشتر شده است. در ابتدا افرادی چون مصطفی داودی و احمد درگاهی به‌عنوان معلمین ورزش دعوت به همکاری شدند و سکان ورزش به آن‌ها سپرده شد. اما فقدان تجربه‌های لازم «سیاسی، حکومتی و مدیریت کلان» از یک‌سو و رویکردهای «انقلابی‌گری دینی» که در آن ورزش از جایگاه مناسبی برخوردار نبود و همین‌طور شروع جنگ تحمیلی و شرایط اقتصادی که ورزش را در هیچ‌یک از اولویت‌های حداقلی قرار نمی‌داد، باعث شد تا این دوران از تجربه لازم برای تقویت دیدگاه «تخصص‌گرایی» در سطح عموم و دولتمردان برخوردار نشود.

با اتمام جنگ و حضور شخصیت‌های سیاسی و دارای سابقه‌های حکومتی، سیاسی و اقتصادی نسبتاً بالا از یک‌سو و «رونق نسبی اقتصادی» از سوی دیگر، باعث شد تا شرایط به نفع انتخاب «مدیران سیاسی» رقم بخورد. هرچند مدیران منتخب «سیاسی-اقتصادی» از برخی شخصیت‌های علمی در کابینه خود بهره گرفتند اما به‌نظر می‌رسد یا شخصیت‌های منتخب از توانایی لازم برخوردار نبودند یا اختیارات آن‌ها در حدی نبود تا بتوانند «اثربخشی مناسبی» را از خود به یادگار بگذارند.

علی‌رغم شعارهای تخصص‌گرایی نامزدهای ریاست جمهوری در طول این دوران، در اغلب موارد بازهم سکان ورزش به شخصیت‌های سیاسی-اقتصادی سپرده شد. برخی اعتقاددارند که رؤسای جمهور با توجه به جایگاه حکومتی این عنوان در کابینه دولت و فقدان وجود چهره‌های برجسته «سیاسی-اقتصادی» به انتخاب چهره‌های غیرمتخصص مجبور شدند. از دیدگاهی دیگر اهمیت پائین ورزش در کابینه دولت و فشارهای احزاب و گروه‌های سیاسی قدرتمند



برای استفاده از جامانده‌های سیاسی در پست‌های باقیمانده، شرایط حضور آن‌ها در این سازمان مهم و مغفول‌مانده فراهم می‌شود. متأسفانه در دوره‌های حضور متخصصین در رأس ورزش نیز نتایج مورد انتظار محقق نشد. این امر هم با دو نظریه مورد توجه قرار می‌گیرد. نخست اینکه شخصیت‌های منتخب از توانایی‌ها و ظرفیت لازم برخوردار نبودند و دوم اینکه مدیران منتخب اختیارات لازم برای ایجاد تغییرات مورد انتظار را نداشتند. نظریه صحیح در این باب هرچه که باشد، این فرصت را برای دولتمردان فراهم کرد که بازهم به سراغ چهره‌های سیاسی-اقتصادی بروند. با این تفاوت که علی‌رغم عدم توفیقاتی بیشتر از مدیران متخصص اما حمایت‌های سیاسیون، مانع از تهدیدی جدی برای مدیران ناکارآمد ورزش می‌شود.

از دیگر نکاتی که در عملکرد سیاست‌گذاران عرصه مدیریت ورزش می‌توان به آن اشاره کرد، فرازوفرودهای توجه لازم و کافی به زمینه‌سازی برای رشد انواع باشگاه‌های ورزشی به‌ویژه در سطوح حرفه‌ای است. قدمت باشگاه‌داری در ایران به سال‌های بسیار دور می‌رسد. در گذشته باشگاه‌داری به شکل امروزی آن وجود نداشت و «کسب درآمد» هدف نبود، بلکه «سلامت جسم و روح، ترویج فضایل انسانی، پهلوان‌پروری به جای قهرمان‌پروری» مدنظر بود. «باشگاه‌ها» بیشتر به زورخانه‌ها شباهت داشت و برای ورزشکاران «سلامت، افزایش قدرت بدنی، حفظ اصول جوانمردی و دین‌داری» سرلوحه فعالیت‌های ورزشی بود. هزینه‌های اماکن ورزشی اغلب توسط مردم تأمین و علاوه بر محل ورزش، «کانونی برای کمک به نیازمندان و رفع مشکلات مردم محله» محسوب می‌شد. به تدریج با ورود رشته‌های مختلف ورزشی نوین، نیاز به تأسیس اماکن جدید در قالب باشگاه‌های ورزشی در شهرها احساس شد و علاقه‌مندان از میان مردم، بانیان این امر شدند و فعالیت‌های ورزشی را در انواع رشته‌ها آغاز کردند. توسعه این فعالیت‌ها، منجر شد که دولت‌های وقت با تدوین و تصویب قانون باشگاه‌های ورزشی در دهه ۳۰ باشگاه‌داری را نظام‌مند کنند. این قانون تقریباً همسو با قوانین باشگاه‌داری در سایر کشورها بود. در این باشگاه‌ها، تیم‌های ورزشی، به‌خصوص تیم‌های فوتبال رشد یافتند و علاقه‌مندان زیادی را جذب کردند. این تشکل‌های ورزشی باعث ایجاد ورزش نیمه‌حرفه‌ای به‌خصوص در فوتبال شد. در این سال‌ها رفته‌رفته و به‌ویژه بعد از کسب مقام قهرمانی فوتبال ایران در جام ملت‌های آسیا در سال ۱۳۴۶ خورشیدی «هدف ورزشکاران حرفه‌ای به کسب درآمد» و مشابه دیگر ورزشکاران جهان گرایش پیدا کرد. با کسب این مقام قهرمانی، برخی از باشگاه‌های اروپایی خواستار بعضی از بازیکنان ایرانی شدند. در سال‌های ۱۳۵۷-۱۳۵۰ با کسب عناوین قهرمانی دیگر به‌خصوص در آسیا و افزایش برگزاری مسابقات «تیم‌های ملی ایران» و «تیم‌های فوتبال باشگاهی کشور» با باشگاه‌های کشورهای دیگر جهان، از یک‌سو و از سوی دیگر «نزدیکی ارزش نرخ ریال و دلار» از سوی دیگر «انگیزه حضور بازیکنان ایرانی در تیم‌های خارجی» را کاهش داد. پس از انقلاب اسلامی «آیین‌نامه باشگاه‌های ورزشی مصوب ۱۳۵۲» به دلیل عدم رعایت مناسب شئون و ارزش‌های اسلامی لغو شد و در سال ۱۳۶۹ قانون ایجاد باشگاه‌های ورزشی با تغییرات عمده به تصویب مجلس شورای اسلامی رسید و آیین‌نامه آن نیز تهیه و تصویب شد. این قانون سرآغاز جدیدی برای احیاء فعالیت‌های باشگاه‌داری در کشور محسوب می‌شود. پس از کسب مقام قهرمانی فوتبال در بازی‌های آسیایی ۱۹۹۰ پکن و حضور ایران در مسابقات جام جهانی ۱۹۹۸ فوتبالیست‌های ایرانی بار دیگر مورد توجه کشورهای غربی قرار گرفتند. برگزاری لیگ حرفه‌ای فوتبال و افزایش توجه

به این ورزش سبب شد رشته‌های دیگر ورزشی مانند «والیبال، بسکتبال، کشتی و تعدادی از رشته‌های رزمی» نیز به برگزاری لیگ‌های ورزشی، خرید و فروش بازیکنان و در نتیجه کسب درآمد اقدام کنند. بدین ترتیب رونق فوتبال حرفه‌ای، الگویی برای سایر رشته‌های ورزشی شد. برخی از این باشگاه‌ها به دولت واگذار شده و «وزارت ورزش - جوانان» متولی اصلی آن است (طرح جامع باشگاه‌داری در ایران، ۱۳۸۹). این اقدام غلط و علی‌رغم شعارهای رؤسای مختلف در دولت‌های مختلف برای واگذاری آن‌ها به بخش خصوصی تاکنون محقق نشده است. این امر باعث شده است تا بخش عمده‌ای از وقت مدیران سیاست‌گذار ورزش به جای انجام وظایف کلان به اقداماتی در سطح باشگاه‌داری و با اقداماتی غیرحرفه‌ای صرف شود.

### خلاصه

در این فصل مروری بر تاریخ ورزش جهان و ایران با تأکید بر محورهای مهم صورت گرفت. بدیهی است که هر یک از رشته‌های ورزشی، تاریخ خود را دارد و می‌توان در هر رشته با نگاهی تاریخی، ابعاد تازه‌ای را شناسایی کرد و از آن درس گرفت. با این توضیح امید می‌رود که علاقه‌مندان به علوم ورزشی ضمن شناخت «مبانی تاریخ ورزش» در جهان و ایران، با شناختی جامع و قدرت پیش‌بینی بهتر از آینده، جایگاه مناسب در ورزش امروز و آینده داشته باشند. مطالعه تاریخ ورزش با بهبود شناخت و آگاهی و در نتیجه تصمیم‌گیری‌های مناسب در ورزش همراه خواهد بود. برای این منظور، فعالیت بدنی و ورزش با اهداف آن در دوره‌های مختلف تاریخی مرور شد و با رسیدن با تاریخ معاصر و جریانات اخیر، میراث برجسته حاصل از این تغییرات مورد توجه قرار گرفت.

### فعالیت‌هایی برای یادگیری

- تاریخ رشته ورزشی مورد علاقه خود را با الگوی دسته‌بندی تاریخی ارائه شده در این فصل مرور کنید و برای آن یک مقاله مروری بنویسید.
- در یک رشته ورزشی متمرکز شوید و «میراث ماندگار» مسئولان مرتبط با آن را جمع‌آوری و موفق‌ترین مدیر ورزشی را بر اساس میراث ماندگار و توجه به شرایط محیطی آن معرفی کنید.





# سازمان های ورزشی

۴

هدف کلی: آشنایی با فرایند توسعه ساختارها و محیط حقوقی ورزش

اهداف یادگیری:

- آشنایی با فرایند توسعه ساختارهای ورزشی
- آشنایی با سازمان های ورزشی بین المللی
- آشنایی با سازمان های ورزشی ملی

## مقدمه

هرچند بسیاری از فعالیت‌های ورزشی به صورت خودجوش و توسط افراد یا گروه‌های همسالان یا خانوادگی، قابل انجام است اما افرادی که ورزش را به عنوان یک حرفه یا موضوع مورد علاقه دنبال می‌کنند باید با انواع سازمان‌ها و ساختارهای ورزشی آشنا شوند. در این فصل به مروری بر انواع سازمان‌های ورزشی بین‌المللی و ملی پرداخته خواهد شد.

## ۴-۱. انواع ساختارهای ورزشی

ساختارهای ورزشی بر چگونگی «ماهیت و عملکرد» یک سازمان ورزشی تأکید دارند. ورزش‌ها از طریق سازمان‌ها در سطح جهان گسترش و به ساختارهای بزرگ امروزی دست پیدا کرده‌اند. یک سازمان دارای ابعاد «ساختاری و محتوایی» است که ویژگی‌ها و روابط میان «افراد» و «بخش‌های مختلف» را برای «رسیدن به اهداف سازمانی» مشخص می‌کند. یکی از ابعاد مؤثر در سازمان‌دهی سازمان‌های ورزشی نوع ماهیت سازمان از ابعادی به شرح جدول ۴-۱ است.

جدول ۴-۱. انواع طبقه‌بندی سازمان ورزشی

ردیف	طبقه‌بندی	توضیح
۱	جغرافیایی	سطح پوشش جغرافیایی مانند فدراسیون ملی و بین‌المللی
۲	وابستگی	خصوصی (انتفاعی، غیرانتفاعی)، عمومی (دولتی، عمومی، غیردولتی)
۳	رویکرد	تربیتی، همگانی - تفریحی، قهرمانی و حرفه‌ای
۴	محصول	کالا (مثل پوشاک ورزشی) و خدمات (مانند آموزش)

سازمان‌های ورزشی طیف گسترده‌ای از سازمان‌های عمومی و خصوصی را در برمی‌گیرند که کارشان تولید کالا یا ارائه خدمات ورزشی است. برخی از این سازمان‌ها به دنبال سود و در قالب «شرکت یا تعاونی» فعالیت می‌کنند. برخی با فعالیت «داوطلبانه یا غیرانتفاعی» به دنبال «منافع اجتماعی» با خدماتی چون «آموزشی، تفریحی یا دیگر خدمات» هستند. بر این اساس سازمان‌های ورزشی از نظر مالکیت را می‌توان در سه گروه به شرح جدول ۴-۲ قرار داد.

جدول ۴-۲. انواع سازمان ورزشی از نظر مالکیت

ردیف	انواع	توضیح
۱	عمومی یا دولتی	شامل مراکز حکومتی «ملی، دولتی، استانی، منطقه‌ای، محلی و انواع نمایندگی‌ها» با اقداماتی مانند «سیاست‌گذاری ورزش، پشتیبانی مالی بخش‌ها، حمایت از نخبگان و کنترل دوپینگ»
۲	داوطلبانه یا غیرانتفاعی	شامل باشگاه‌های متشکل از «افراد جامعه، انجمن‌های دولتی و انواع سازمان‌ها» برای تأمین امکان «شرکت در ورزش، تنظیم قوانین و مقررات ورزشی و سازمان‌دهی رویدادهای بزرگ ورزشی»
۳	تجاری یا حرفه‌ای	شامل «لیگ‌های حرفه‌ای و تیم‌های عضو آن»، «سازمان‌هایی نظیر، تولیدکنندگان تجهیزات و لباس‌های ورزشی»، «شرکت‌های رسانه‌ای»، «برگزارکنندگان رویدادهای بزرگ ورزشی»

سازمان‌های فعال در این سه بخش اغلب در تعامل با یکدیگر فعالیت می‌کنند. برای نمونه «بخش دولتی و عمومی» با اقداماتی چون «پشتیبانی مالی»، «ساخت ورزشگاه» و «حمایت حقوقی و قانونی» به «سازمان ورزشی

غیرانتفاعی» برای رشد ورزش کمک می‌کند. «سازمان‌های ورزشی غیرانتفاعی» با جذب انواع «ورزشکاران، مربیان، داوران، مدیران و کارکنان ورزشی» باعث رونق ورزش می‌شوند. بخش ورزش غیرانتفاعی با رونق ورزش و ارتقاء نیروی انسانی در ورزش به «ورزش حرفه‌ای» برای انتخاب بهترین‌ها کمک می‌کند. «بخش حرفه‌ای» بازار ورزش را برای بینندگان و شرکت‌کنندگان مهیا می‌کند و در برخی موارد از درآمد حق پخش تلویزیونی، درآمدهای کلانی را به دست آورده است (هوی و همکاران، ۱۳۹۰).

برنامه‌های متنوع «تربیت بدنی و ورزش» به ساختارهای سازمانی متفاوتی نیاز دارند. برخی ساختارها «تخت یا افقی با تمرکز واحدها زیر نظر یک مدیر» و برخی «عمودی یا تفویض مسئولیت‌های به مدیران تخصصی در واحدها» فعالیت می‌کنند. انتخاب این نوع ساختارها به اندازه و پیچیدگی سازمان ورزشی بستگی دارد. اغلب با رشد سازمان ساختار عمودی تر یا بلندتر می‌شود. «نمودار سازمانی» الگویی برای نمایش طبقه‌بندی «فعالیت‌ها، روابط، اختیارات و مجاری ارتباطات» است. نمودار سازمانی مواردی به شرح جدول ۴-۳ را مشخص می‌کند.

جدول ۴-۳. موارد قابل تشخیص در نمودار سازمانی

ردیف	توضیح
۱	عناوین شغلی
۲	چه کسی مسئول چه کسی بودن
۳	واحدهای موجود سازمان
۴	چه واحدی مسئول چه واحد و چه کاری بودن
۵	آگاهی هر کارمند از جایگاه خود در سازمان
۶	خط فرماندهی

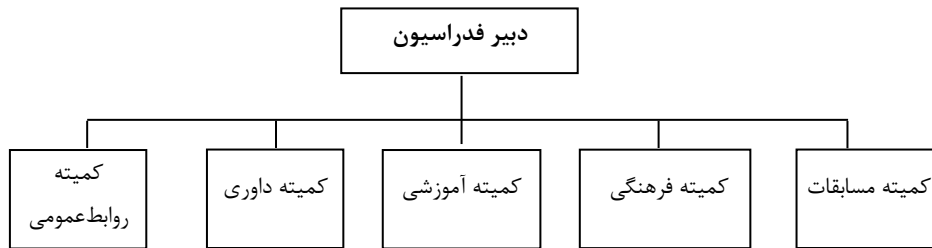
انواع نمودار یا ساختار سازمانی در جدول ۴-۴ ارائه شده است.

جدول ۴-۴. انواع نمودار سازمانی

ردیف	انواع	توضیح
۱	وظیفه‌ای	تقسیم واحدها برحسب انجام وظایف غیرمشابه مانند وزارت ورزش و جوانان
۲	منطقه جغرافیایی	بر اساس پراکندگی جغرافیایی مانند هیئت‌های ورزشی
۳	تولید یا عملیات	تقسیم واحدها بر اساس تولیدات یا نوع خدمات سازمان مانند دانشکده‌های تربیت بدنی بر مبنای خدمات آموزشی قابل ارائه یا شرکت‌های تولید تجهیزات ورزشی
۴	بر مبنای مشتری	تقسیم واحدها بر اساس پاسخگویی به انواع مشتری متفاوت مانند خدمات یک باشگاه برای رشته‌های دارای متقاضی
۵	بر مبنای پروژه	واحدهای نسبتاً مستقل و موقت برای اجرای پروژه مانند برگزاری بازی المپیک توسط میزبان
۶	ماتریسی (خزانه‌ای)	کارکنان متخصص تحت نظر سرپرست با وظایف عادی و منظم خود در واحدهای تخصصی
۷	گروه‌های متداخل	شبکه گروه‌های به هم پیوسته برای تبدیل تلاش‌های فردی به گروهی و ایجاد گروه‌های کاری



در ادامه یک «نمودار سازمانی ساده فدراسیونی» در شکل ۴-۱ ارائه شده است.



شکل ۴-۱. نمودار سازمانی بر اساس وظیفه

ساختارهای ورزش را می‌توان در ابعاد «محلی، ملی و بین‌المللی» به شرح جدول ۴-۵ مورد شناسایی قرار داد.

جدول ۴-۵. انواع ساختارهای ورزشی در محدوده جغرافیایی

ردیف	انواع	اقدام
۱	محلی	باشگاه، هیئت، انجمن، تیم، اداره، شرکت، گروه، هنرستان ورزش و امثال آن
۲	ملی	وزارت ورزش، کمیته ملی المپیک، فدراسیون ملی، باشگاه ملی، اداره کل ورزش دانشجویی، معاونت سلامت و تندرستی آموزش و پرورش، اداره کل ورزش کارگری، اداره کل ورزش نیروهای مسلح و امثال آن
۳	بین‌المللی	کمیته بین‌المللی المپیک، فدراسیون‌های بین‌المللی، اسپورت اکورد، باشگاه‌های بین‌المللی و امثال آن

ساختارهای ورزشی گاهی موقت هستند مانند «کمیته برگزاری مسابقات» و در موارد متعددی به شرح مورد اشاره در جدول دائمی هستند. در مواردی این ساختارها را می‌توان در انواع «دولتی، غیرانتفاعی و خصوصی» جای داد. در هر کشوری که این ساختارها در یک ارتباط منطقی در مسیر هدفمندی قرار گیرند، آثار درخشان‌تری را می‌توان از نتایج ورزش شاهد بود.

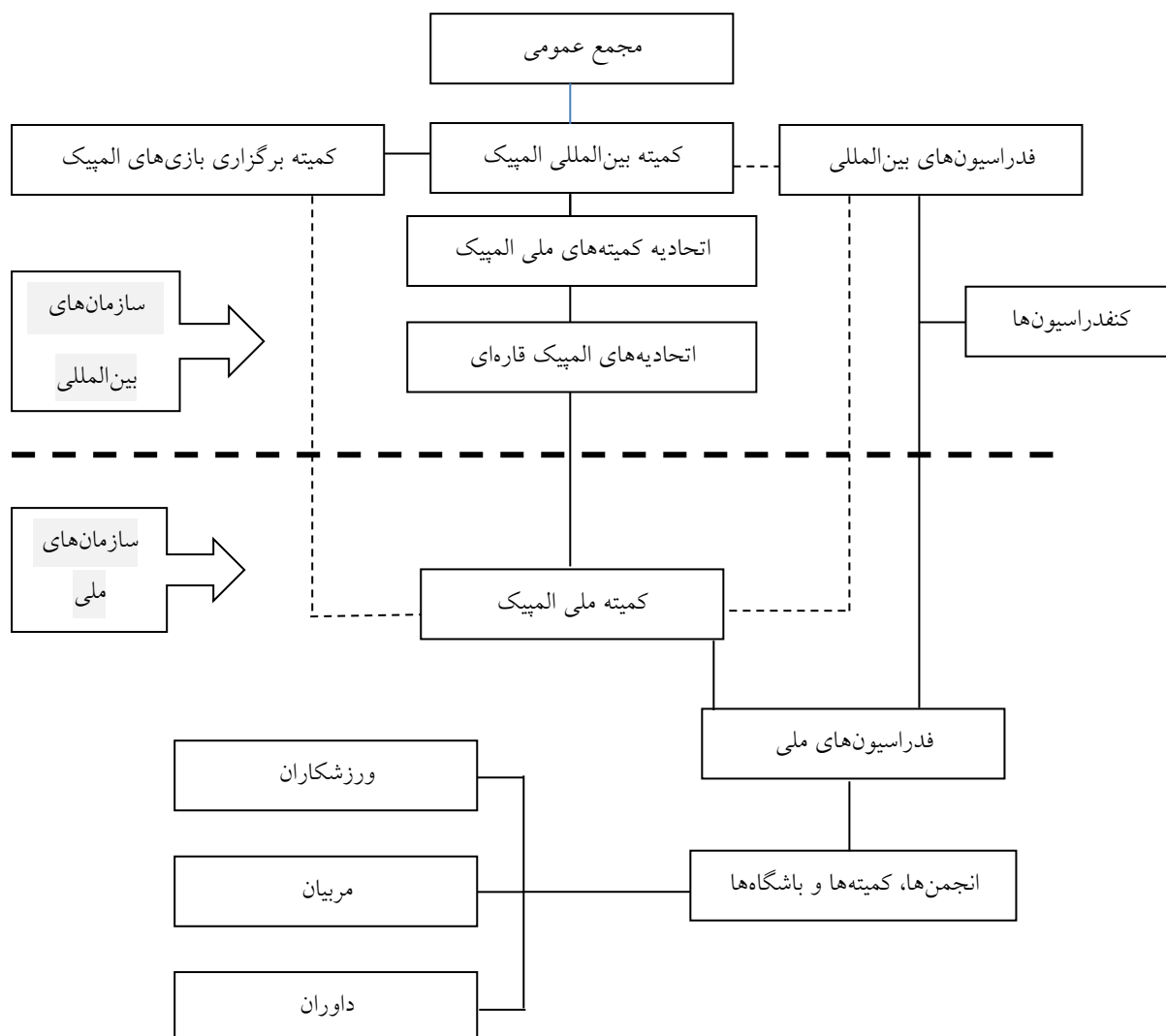
#### ۴-۲. توسعه محیط حقوقی ورزش

«حقوق» عبارت است از «مجموعه قواعد سازمان‌دهی شده که بر اعضای جامعه تحمیل می‌شود و واجد ضمانت اجرای جمعی است». این قواعد بر بستر یک نظم اجتماعی شکل می‌گیرند. نظم حقوقی، سامان دهنده «روابط میان افراد»، «افراد با نهادهای عمومی» و «نهادهای عمومی با یکدیگر» است. در واقع، نظم حقوقی مجموعه‌ای از هنجارهاست که در قانون اساسی و سایر قوانین موجود برای تنظیم روابط و وضعیت‌های حقوقی هر جامعه انسانی شکل می‌گیرد (قاسمی، فنازاد، ۱۳۹۷). محیط ورزش نیز با توسعه در ابعاد مختلف ساختاری و روابط بین‌فردی و بین‌سازمانی درون کشور و همین‌طور روابط بین‌سازمانی در سطح بین‌الملل با توسعه حقوقی مواجه شده است. امروزه هم قوانین و مقررات ورزش‌ها با توجه به ابعاد حقوق بین‌الملل در حال تغییر و تکامل هستند و هم قوانین حاکم بر روابط بین‌الملل ورزشی رو به توسعه و تکامل هستند. بر این اساس هر سازمان ورزشی یک هویت حقوقی دارد که می‌توان در سطوح «بین‌المللی، ملی یا محلی» ثبت شده باشد. بدیهی است که چگونگی ثبت حقوقی می‌تواند «دامنه فعالیت‌ها» و «محدوده جغرافیایی تحت پوشش» را مشخص کند. بر این اساس یکی از راه‌های شناخت هر سازمان ورزشی و تحلیل اعتبار

آن بر اساس «رسمیت حقوقی»، «اساسنامه» و «ساختار» آن خواهد بود. افرادی که در حوزه ورزش فعالیت می‌کنند باید با محیط حقوقی ورزش و روابط تعریف‌شده بر اساس این چارچوب‌های حقوقی آشنا باشند.

#### ۳-۴. روابط انواع سازمان‌های ورزشی رسمی بین‌المللی و ملی

امروزه یکی از اصلی‌ترین سازمان‌های ورزشی بین‌المللی که اعتبار بسیاری از دیگر سازمان‌های ورزشی را تأیید می‌کند، «کمیته بین‌المللی المپیک» است. این سازمان بین‌المللی ورزشی در ارتباط با دیگر سازمان‌های بین‌المللی و ملی ورزشی یک محیط حقوقی به شکل ۳-۴ را تشکیل می‌دهند. در این نمودار هر سازمان ورزشی کارکردها و جایگاه خاصی دارد که در ارتباط با دیگر سازمان‌ها معنا و مفهوم پیدا می‌کند (قاسمی و همکاران، ۱۳۸۸).



شکل ۳-۴. نموداری از ارتباط بین سازمان‌های ورزشی بین‌المللی و ملی



#### ۴-۴. انواع سازمان‌های ورزشی بین‌المللی و ملی

سازمان‌های ورزشی بین‌المللی و ملی از تنوع عنوان سازمانی برخوردار هستند که این امر اغلب چالشی را در ترجمه‌های مختلف به زبان فارسی ایجاد کرده است. ترجمه‌های منتخب این کتاب در جدول ۴-۶ معرفی می‌شود.

جدول ۴-۶. ترجمه‌های فارسی منتخب برای انواع کلمات انگلیسی سازمان‌های ورزشی

ردیف	عنوان	اقدام
۱	Federation	معادل «فدراسیون» و به معنی «پیوستن توافقی انواع سازمان‌ها یا گروه‌ها به یکدیگر با یک مدیریت مرکزی»
۲	Confederation	معادل «کنفدراسیون» و به معنی «سازمانی متشکل از چند فدراسیون با شرایط همکاری»
۳	Committee	معادل «کمیته» و به معنی «گروهی از افراد نماینده گروه بزرگ‌تر و تصمیم‌گیرنده به نمایندگی از آن‌ها»
۴	Association	معادل «انجمن» و به معنی «تشکیل اجتماعی برای دفاع از اهداف و منافع مشترک»
۵	Union	معادل «اتحادیه» و به معنی «عمل اتحاد دو یا چند چیز با توجه به اشتراکات منافع یا علائق»
۶	United	معادل «اتحادیه» و به معنی «به هم پیوستن برای یک هدف یا احساس مشترک»
۷	Alliance	معادل «مجمع» و به معنی «یک مجموعه متحدشده از سازمان‌ها برای منافع متقابل»
۸	Council	معادل «شورا» و به معنی «نهادی متشکل از جمع قانونمند عده‌ای با اهداف معین»
۹	Society	معادل «انجمن» و به معنی به معنای «اجماع گروهی علمی و مجرب برای فعالیت در زمینه علمی یا فرهنگی»
۱۰	Assembly	معادل «مجمع» و به معنی «تجمع گروهی از افراد برای رسیدن به یک هدف مشترک در یک مکان»
۱۱	Agency	معادل «آژانس یا نمایندگی» و به معنی «سازمان ارائه دهنده خدمات تخصصی در قالب یک نمایندگی»

از مهم‌ترین سازمان‌های بین‌المللی ورزشی «کمیته بین‌المللی المپیک» است زیرا تأیید و به رسمیت شناختن آن برای سازمان‌های ورزشی بسیار با ارزش و مهم تلقی می‌شود. در جدول ۴-۷ مهم‌ترین سازمان‌های بین‌المللی ورزشی به ترتیب حروف الفبا معرفی شده است.

جدول ۴-۷. انواع سازمان‌های بین‌المللی ورزشی

ردیف	نام سازمان	ردیف	نام سازمان
۱	اتحادیه بین‌المللی ورزش پلیس (USIP)	۲۷	شورای بین‌المللی سلامت، تربیت‌بدنی، تفریحات، ورزش و رقص (ICHPER SD)
۲	آژانس جهانی ضد دوپینگ (WADA)	۲۸	شورای بین‌المللی ورزش ارتش‌ها (CISM)
۳	آکادمی بین‌المللی المپیک (IOA)	۲۹	شورای کمیته‌های ملی المپیک اقیانوسیه (ONOC)
۴	انجمن بین‌المللی اطلاعات ورزشی (IASI)	۳۰	فدراسیون بین‌المللی بازی‌های کنترل رادیویی (IFMAR)
۵	انجمن بین‌المللی بازی‌های جهانی (IWGA)	۳۱	فدراسیون بین‌المللی پزشکی ورزشی (FIM)
۶	انجمن بین‌المللی تناسب و آمادگی جسمانی - ورزش همگانی (TAFISA)	۳۲	فدراسیون بین‌المللی تربیت‌بدنی (FIEP)
۷	انجمن بین‌المللی تجهیزات ورزشی و تفریحی (IAKS)	۳۳	فدراسیون بین‌المللی فیلم‌های ورزشی (FICTS)
۸	انجمن بین‌المللی سازمان‌های ملی ورزش (IANOS)	۳۴	فدراسیون بین‌المللی ورزش دانشگاه‌ها (FISU)
۹	انجمن بین‌المللی علوم پزشکی و ورزشی (IASMS)	۳۵	فدراسیون بین‌المللی ورزش عقب افتادگان ذهنی (INAS-FMH)
۱۰	انجمن بین‌المللی مسئولان پزشکی المپیک (IAOMO)	۳۶	فدراسیون بین‌المللی ورزش کارگران (CSIT)
۱۱	انجمن بین‌المللی مطبوعات ورزشی (AIPS)	۳۷	فدراسیون بین‌المللی ورزش مدارس (ISF)
۱۲	انجمن بین‌المللی مهندسی ورزش (ISEA)	۳۸	فدراسیون بین‌المللی ورزش مدارس کاتولیک (FISEC)
۱۳	انجمن بین‌المللی ورزش نابینایان (IBSA)	۳۹	فدراسیون بین‌المللی ورزش‌های الکترونیکی (IESF)
۱۴	انجمن بین‌المللی ورزش و تفریحات معلولین فلج مغزی (CP-ISRA)	۴۰	فدراسیون بین‌المللی ورزش‌های زورخانه‌ای (IZSF)
۱۵	انجمن جهانی المپین‌ها (WOA)	۴۱	فدراسیون بین‌المللی ورزش همگانی (FISPT)
۱۶	انجمن فدراسیون‌های بین‌المللی المپیک تابستانی (ASOIF)	۴۲	فدراسیون جهانی صنایع ورزشی (WFSGI)
۱۷	انجمن فدراسیون‌های بین‌المللی المپیک زمستانی (AWSF)	۴۳	فدراسیون جهانی ورزش شرکت‌ها (WFCS)
۱۸	انجمن کل فدراسیون‌های ورزش بین‌المللی (Sport Accord)	۴۴	فدراسیون‌های بین‌المللی ورزشی (IFs)
۱۹	انجمن کمیته بین‌المللی برای تأیید رشته‌های غیرالمپیک (ARISF)	۴۵	کمیته برگزاری بازی‌های المپیک (OCOG)
۲۰	انجمن کمیته‌های ملی المپیک (ACNO/ANOC)	۴۶	کمیته بین‌المللی المپیک (IOC)
۲۱	انجمن کمیته‌های ملی المپیک آفریقا (ANOCA)	۴۷	کمیته بین‌المللی بازی منصفانه (CIPF)
۲۲	دادگاه حکمیت ورزشی (CAS)	۴۸	کمیته بین‌المللی پارالمپیک (IPC)
۲۳	سازمان بین‌المللی ورزش معلولین (ISOD)	۴۹	کمیته بین‌المللی پیردوکوبرتن (CIPC)
۲۴	سازمان ورزشی پان آمریکن (PASO)	۵۰	کمیته بین‌المللی ورزش ناشنوایان (CISS)
۲۵	شورای المپیک آسیا (OCA)	۵۱	کمیته‌های ملی المپیک اروپا (EOC)
۲۶	شورای بین‌المللی تربیت‌بدنی و علوم ورزشی (ICSSPE)	...	...

در بخش فدراسیون‌های بین‌المللی ورزشی، به‌تنهایی می‌توان به حدود یکصد فدراسیون اشاره کرد که در ادامه معرفی خواهند شد. علاوه بر این دانشگاه‌ها یا دانشکده‌های علوم ورزشی و رسانه‌های متعددی هستند که در سطح بین‌المللی فعالیت می‌کنند.

در ایران نیز مانند بسیاری از کشورهای جهان سازمان‌های ورزشی ملی و محلی متعددی وجود دارد که برخی از مهم‌ترین آن‌ها در جدول ۴-۸ معرفی شده است.

جدول ۴-۸. انواع سازمان‌های ورزشی ملی و داخلی

ردیف	نام سازمان	ردیف	نام سازمان
۱	وزارت ورزش و جوانان	۱۲	رسانه‌های ورزشی چاپی
۲	کمیته ملی المپیک	۱۳	رسانه‌های ورزشی رادیویی
۳	فدراسیون‌های ملی ورزشی (۵۱ فدراسیون)	۱۴	رسانه‌های ورزشی تلویزیونی
۴	باشگاه‌های ورزشی (حدود بیست هزار)	۱۵	رسانه‌های ورزشی برخط
۵	اداره‌های کل ورزش و جوانان در ۳۱ استان	۱۶	دانشکده‌ها و گروه‌های تربیت‌بدنی در دانشگاه‌ها
۶	اداره کل تربیت‌بدنی وزارت علوم، تحقیقات و فناوری	۱۷	مدارس و هنرستان‌های تربیت‌بدنی در آموزش و پرورش
۷	اداره کل امور ورزشی وزارت تعاون، کار و رفاه اجتماعی	۱۸	ادارات ورزش و تفریحات سالم در مناطق آزاد
۸	اداره کل سلامت، تربیت‌بدنی و مسئولیت اجتماعی وزارت نفت	۱۹	ادارات ورزش و تفریحات مراکز تجاری بزرگ
۹	سازمان تربیت‌بدنی ستاد نیروهای مسلح	۲۰	شرکت‌های تولیدی ورزشی
۱۰	سازمان ورزش شهرداری‌ها	۲۱	ناشرین ورزشی
۱۱	انجمن ورزش شرکت‌های جمهوری اسلامی ایران (IACS)	۲۲	مراکز استعدادیابی و مشاوره ورزشی

#### ۴-۵. کمیته بین‌المللی المپیک

«کمیته بین‌المللی المپیک» یا «IOC» از نخستین سازمان‌های تأسیس شده بین‌المللی در حوزه ورزش در سال ۱۸۹۴ میلادی بود. تنها سازمان ثبت شده پیش از IOC «فدراسیون بین‌المللی ژیمناستیک در سال ۱۸۸۱ میلادی» است. پس از این دو، سازمان بین‌المللی ورزشی «فدراسیون جهانی فوتبال در سال ۱۹۰۳» و «فدراسیون جهانی دوومیدانی در سال ۱۹۱۳» ثبت شدند. دفتر مرکزی «کمیته بین‌المللی المپیک» ابتدا در پاریس و از سال ۱۹۱۵ میلادی به لوزان سوئیس منتقل شد.

۴-۵-۱. اساسنامه کمیته بین‌المللی المپیک: «اساسنامه کمیته بین‌المللی المپیک» با نام «منشور المپیک» حاوی تمام موضوعات مرتبط با نهضت المپیک و پنج بخش به شرح جدول ۴-۹ است.

جدول ۴-۹. پنج بخش اصلی منشور المپیک

ردیف	بخش‌ها	اقدام
۱	نهضت المپیک	آرمان‌ها، تعریف، ممنوعیت تبعیض، انحصار امتیاز نشانه‌ها و مشعل المپیک
۲	کمیته بین‌المللی المپیک	شامل: «پایگاه حقوقی، اهداف و اختیارات»، «عضویت»، «هیئت اجرائی»، «کنگره المپیک» و سایر موارد
۳	فدراسیون‌های بین‌المللی	به‌عنوان مسئول هر رشته ورزشی در سطح بین‌الملل که تأسیس آن‌ها باید بر طبق موازین نهضت المپیک باشد تا مورد تأیید کمیته بین‌المللی المپیک قرار گیرد.
۴	کمیته‌های ملی المپیک	برای توسعه نهضت المپیک در هر کشور با توجه به ضوابط کمیته بین‌المللی المپیک و حفظ حقوق آن
۵	شرکت در بازی‌های المپیک	تأکید بر مقررات احراز صلاحیت، محدودیت سنی، مقررات پزشکی، نام‌نویسی، مجازات ناشی از تخلف، انتخاب میزبان، زمان و مدت برگزاری رویدادها و امثال آن

در بخش نهضت یا جنبش المپیک، اشاره شده است که هرگونه تبعیض در بازی‌ها نسبت به هر کشور یا هر شخصی به دلایل نژادی، مذهبی و یا سیاسی ممنوع خواهد بود. همچنین امتیاز استفاده از نشانه‌ها و مشعل المپیک، تنها با مجوز این کمیته است. از جمله آرمان‌ها یا اصول معرفی شده در این بخش به شرح جدول ۴-۱۰ هستند.

جدول ۴-۱۰. آرمان‌ها یا اصول المپیک

ردیف	اصول	توضیح
۱	سریع‌تر، بالاتر و قوی‌تر	اصل رسیدن به بهترین سطح
۲	اصل تربیت و پرورش	توجه به رویکرد رشد فرد به‌ویژه اخلاقی از طریق این فعالیت‌ها
۳	اصل مسابقه صادقانه و درست	پرهیز از هرگونه روش‌های نامتعارف و دوپینگ در مسابقه
۴	اصل توسعه تفاهم و دوستی ملل	تفاهم و ارتباط بیشتر مردم جهان از طریق بازی
۵	اصل ایجاد فرصت‌های برابر	فرصت برابر برای افراد از طبقات و شرایط مختلف
۶	اصل تبادل فرهنگی	تأکید بر تبادل فرهنگی به منظور غنای فرهنگی
۷	استقلال و نفوذناپذیری ورزش	جدایی ورزش از دخالت‌های سیاسی و دولتی
۸	اصل حضور	تأکید بر اصل حضور در بازی‌ها به جای برنده شدن

کمیته بین‌المللی المپیک سازمانی دائمی است که اعضای خود را از اشخاص واجد شرایط با تسلط به زبان فرانسه یا انگلیسی و کشوری دارای کمیته ملی المپیک انتخاب می‌کند. این اشخاص طی تشریفات با قبول تعهدات و مسئولیت‌ها عضو خواهند شد. برای هر کشور فقط یک عضو در نظر گرفته می‌شود؛ مگر در مورد کشورهای بسیار بزرگ و فعال در نهضت المپیک که حداکثر دو عضو خواهند داشت. هیئت اجرایی کمیته بین‌المللی المپیک نیز اداره امور جاری و مصوبات مجمع عمومی و وظایفی به شرح جدول ۴-۱۱ را برعهده دارد.

جدول ۴-۱۱. وظایف هیئت اجرایی کمیته بین‌المللی المپیک

ردیف	وظایف	ردیف	وظایف
۱	اجرای کامل قوانین	۵	مسئولیت نهایی در اداره امور
۲	آماده‌سازی دستور جلسه مجمع عمومی	۶	تصویب طرح‌های سازمانی IOC
۳	ارائه اسامی افراد پیشنهادی برای عضویت در IOC	۷	نگهداری سوابق اداری
۴	مسئولیت امور مالی IOC و ارائه گزارش مالی سالیانه		

همچنین «کنگره المپیک» به ریاست «رئیس کمیته بین‌المللی المپیک» در تاریخ و محل مشخص شده توسط مجمع عمومی برگزار می‌شود. این کنگره مسئولیت حل و فصل امور خاص را برعهده دارد. کنگره متشکل از «اعضای اصلی و افتخاری»، «نمایندگان فدراسیون‌های بین‌المللی»، «نمایندگان کمیته‌های ملی المپیک» و «نمایندگانی از سایر سازمان‌ها و افراد مدعو» خواهند بود. در بخش کمیته بین‌المللی المپیک همچنین به دیگر مواردی چون «تشکیلات»، «نحوه انتخابات رئیس، نایب‌رئیس و هیئت اجرایی»، «روش کار آی‌اوسی» و «منابع مالی» نیز اشاره می‌شود.

۴-۵-۲. **نمادهای نهضت المپیک:** نهضت یا جنبش المپیک دارای نمادهایی به شرح جدول ۴-۱۲ است.

## جدول ۴-۱۲. نمادهای نهضت المپیک

ردیف	نشانه	توضیح
۱	حلقه‌ها	پنج حلقه شامل سه حلقه در بالا و دو حلقه در پایین به صورت تودرتو که رنگ‌های آن‌ها از راست به چپ: قرمز، سیاه، آبی، سبز و زرد هستند. پنج رنگ نشانه پنج قاره و همبستگی آن‌ها با یکدیگر است.
۲	پرچم	شامل پنج حلقه المپیک روی زمینه سفید است که در سال ۱۹۱۴ تهیه و ۱۹۲۰ برافراشته شد. پرچمی که در سال ۱۹۲۴ توسط کورتن به کنگره پاریس تقدیم شد، نمونه مقرر شده پرچم المپیک است.
۳	شعار یا موتو	شامل «سریع‌تر، بالاتر، قوی‌تر» یا «Citius, Altius, Fortius»
۴	ادای سوگند	اولین بار در المپیک ۱۹۲۰ آنتورپ و توسط «ورزشکاران» و در ادامه توسط «دواران و مربیان» ادا شد. متن سوگندنامه ورزشکاران: «از طرف تمامی ورزشکاران متعهد می‌شوم که ضمن شرکت در این دوره از بازی‌ها از کلیه مقررات بازی تبعیت کنیم و با روحیه ورزشکاری به نمایش ورزش بپردازیم.»
۵	مشعل و آتشدان	آتشدان المپیک با مشعل المپیک روشن می‌شود و مشعل را دوندگان به صورت امدادی حمل می‌کنند. آتشدان در مراسم افتتاحیه بازی روشن می‌شود و با پایان بازی خاموش خواهد شد. هر دوره طرح «مشعل و آتشدان» خاص خود را دارد. امروزه برای حمل امدادی مشعل جشنواره‌های بزرگی برگزار می‌شود. برای المپیک ریو ۲۰۱۶ تعداد دوازده هزار نفر در حمل مشعل امدادی مشارکت داشتند.
۶	سرود المپیک	سرود رسمی المپیک در سال ۱۹۵۷ توسط کمیته بین‌المللی المپیک تصویب شد. آهنگ این سرود توسط «اسپیریون ساماراس» و با تک‌خوانی «کاستیس پالاماس» در سال ۱۹۵۸ اجرا شد.
۷	مدال المپیک	برندگان اول تا سوم رشته‌ها به ترتیب مدال «طلا، نقره و برنز» و نفرات اول تا هشتم «حکم قهرمانی» می‌گیرند. توزیع مدال و قرار گرفتن ورزشکاران روی سکو از المپیک ۱۹۳۲ شروع شد. طرح مدال و حکم‌ها برای هر دوره به پیشنهاد کمیته برگزارکننده و تصویب کمیته بین‌المللی المپیک خواهد بود.

این نمادها در انحصار کمیته بین‌المللی المپیک است و کسی بدون اجازه نمی‌تواند از آن‌ها استفاده کند.



شکل ۴-۴. پرچم نهضت المپیک حاوی پنج حلقه نهضت

محتوای سرود المپیک به شرح ادامه است.

ای روح جاودان و ازلی!	ای خالق حقیقت، زیبایی و نیکی!	نور خود را ظاهر کن و بر ما بیفشان!
بر این خاک و در زیر این آسمان!	که اول‌بار آوازه ابدی تو را شهادت داده است.	
به این بازی‌های با شکوه، روح و جان عطا کن!	و بر سر قهرمانان	قهرمانان مسابقه و تلاش
تاجی از گل‌های همیشه خرم بیفکن!	و در سینه‌های ما، قلب‌هایی فولادین بساز!	
در تالوای انوار درخشان تو	دشت‌ها و کوهساران و دریاها	با منظری گلگون می‌درخشند!
و معبدی چنان بزرگ می‌سازند	که همه ملت‌ها برای پرستش تو به آن هجوم می‌برند.	آه، ای روح جاودان ازلی!

۳-۵-۴. نشانه‌های اختصاصی در هر دوره از بازی‌های المپیک: علاوه بر نمادهای اختصاصی نهضت المپیک، در هر دوره از بازی‌ها نشانه‌های اختصاصی المپیک چون «شعار اختصاصی آن دوره»، «لوگوی اختصاصی آن دوره»، «نشانه اختصاصی دوره»، «پیکتوگرام ورزش‌ها» و «مسکات» وجود دارد.

۱-۳-۵-۴. شعار اختصاصی یا اسلوگان رویداد: علاوه بر «شعار اصلی یا موتو» به‌عنوان یکی از نمادهای جنبش المپیک، هر رویداد المپیک یک «شعار اختصاصی یا اسلوگان» دارد. علاوه بر «مشعل، مدال و دیگر نمادها»، «شعار اختصاصی» نقش مهمی در ایجاد هویت‌سازی برای هر دوره از بازی‌ها دارد. برای نمونه «اسلوگان یا شعار اختصاصی» در بازی‌های المپیک ۲۰۱۶ ریو «حرکت به سوی یک دنیای جدید» بود. هرچند «موتو و اسلوگان» هر دو به شعار ترجمه می‌شود اما «موتو بیشتر برای سازمان‌های بزرگ و با تأکید بر ایدئال‌ها» اما «اسلوگان برای سازمان‌های کوچک‌تر و با تأکید بر جنبه‌های تبلیغی و ترویجی» است.

۲-۳-۵-۴. لوگو: همان نشان مخصوص هر دوره از بازی‌ها است که به شکل گرافیکی ارائه می‌شود (شکل ۴-۴).



شکل ۴-۴. لوگوی بازی‌های المپیک ۲۰۱۶

۳-۳-۵-۴. نشانه بازی یا امبلم: همان لوگوی بازی به شکل فیزیکی و دارای ابعاد و قابل لمس است.

۴-۳-۵-۴. پیکتوگرام‌های ورزشی: پیکتوگرام یا خط تصویری در ریشه یونانی و انگلیسی به معنای لغت نقاشی شده است. اغلب در هر دوره بازی‌های المپیک برگزارکنندگان اقدام به طراحی پیکتوگرام‌های مخصوص هر رشته ورزشی می‌کنند تا با آن‌ها به معرفی و شناسایی رشته در منابع و امکان مختلف با ساده‌ترین و کوتاه‌ترین نماد اشاره کنند. برای نمونه در المپیک ریو ۲۰۱۶ به تعداد ۴۱ پیکتوگرام برای انواع رشته‌ها ساخته شد.

۵-۳-۵-۴. مسکات: «مسکات المپیکی» یک شخصیت تخیلی و اغلب به شکل «یک حیوان محلی» یا «یک انسان» با رویکردی فانتری و منعکس‌کننده «میراث فرهنگی» میزبان است. «مسکات‌ها» اغلب برای کمک به رونق بازار «بازی‌های المپیک» به ویژه برای جلب توجه کودکان مورد استفاده قرار می‌گیرد. اولین «مسکات المپیکی» از المپیک زمستانی ۱۹۶۸ فرانسه ظهور کرد. برخی انواع مسکات‌های تاریخ المپیک را می‌توان در جدول ۴-۱۳ مرور کرد.





جدول ۴-۱۳. برخی انواع مسکات‌ها در المپیک‌های تابستانی

شهر/سال	نام	شخصیت	معنی	عکس مسکات
مونخ/۱۹۷۲	والدی	سگ پاکوتاه	نمادی از مقاومت و شتاب	
مونترال/۱۹۷۶	آمیک	سگ آبی	از سمبل‌های ملی کانادا	
ریو/۲۰۱۶	وینی سیوس	حیوان نماد پستانداران برزیلی	وینی سیوس	

۴-۵-۴. ساختار داخلی کمیته بین‌المللی المپیک: یکی از رویدادهای مهم کمیته بین‌المللی المپیک، برگزاری مجمع عمومی IOC برای حداقل یک‌بار در سال و با حضور تمامی اعضای المپیک است. این مجمع، بالاترین مرجع تصمیم‌گیری IOC با اختیار انجام تغییر در «منشور المپیک» است. تصمیمات کلان «کمیته بین‌المللی المپیک» توسط «هیئت اجرایی» پیگیری و اجرائی می‌شود. اعضای «هیئت اجرایی» در «کمیته بین‌المللی المپیک» به شرح ۴-۱۴ هستند.

جدول ۴-۱۴. اعضای هیئت اجرایی کمیته بین‌المللی المپیک

ردیف	اعضا	توضیح
۱	رئیس IOC	انتخاب با رأی مخفی مجمع عمومی و برای ۸ سال و قابل تمدید تا ۴ سال دیگر (حداکثر ۱۲ سال)
۲	چهارنایب‌رئیس	انتخاب با رأی «مجمع عمومی» و برای ۴ سال
۳	شش عضو	انتخاب با رأی «مجمع عمومی» برای ۴ سال

به این ترتیب یازده عضو «هیئت اجرایی» در «کمیته بین‌المللی المپیک»، مسئولیت امور اجرایی این کمیته را بر عهده دارند. «دبیرخانه IOC» با مسئولیت دبیرکل و دستور «رئیس» و «هیئت اجرایی»، موارد مصوب را پیگیری می‌کند. در زیرمجموعه «هیئت اجرایی»، «کمیسیون‌ها و گروه‌های کاری» به شرح جدول ۴-۱۵ وجود دارد که رئیس آن‌ها توسط «رئیس IOC» انتخاب می‌شود و هر یک حداقل سالی یک‌بار جلسه خواهد داشت.

جدول ۴-۱۵. انواع کمیسیون‌ها و گروه‌های کاری کمیته بین‌المللی المپیک

ردیف	انواع	ردیف	انواع
۱	کمیسیون آکادمی بین‌المللی المپیک	۱۵	کمیسیون ورزش همگانی
۲	کمیسیون ورزشکاران	۱۶	کمیسیون هماهنگی بازی‌های المپیک (از ۱۹۸۹)
۳	کمیسیون حقوقی (از ۱۹۷۴)	۱۷	شورای قوانین المپیک
۴	کمیسیون بازاریابی	۱۸	هیئت اجرایی جنبش المپیک
۵	کمیسیون پزشکی (از ۱۹۶۶)	۱۹	کمیسیون ارزشیابی بازی‌های المپیک
۶	کمیسیون فرهنگی	۲۰	کمیسیون پیردوکوبرتن (از ۱۹۹۳)
۷	کمیسیون جنبش المپیک (از ۱۹۸۲)	۲۱	کمیسیون ورزش و محیط‌زیست
۸	کمیسیون مطبوعات	۲۲	گروه کاری ورزش بانوان
۹	کمیسیون امور مالی	۲۳	کمیسیون مجموعه‌های ورزشی المپیک
۱۰	گروه کاری برنامه المپیک	۲۴	فدراسیون بین‌المللی جمع‌آوران تمبر المپیک (از ۱۹۹۳)
۱۱	کمیسیون کاری رادیوتلوویزیون	۲۵	فدراسیون بین‌المللی سکه‌های المپیک
۱۲	گروه کاری رسانه‌های جمعی	۲۶	انجمن جمع‌آوری کنندگان یادبودهای بازی‌های المپیک
۱۳	کمیسیون همبستگی المپیک	۲۷	گروه کاری فناوری‌های بازی‌های المپیک
۱۴	کمیسیون مقررات ورزش		

۴-۵-۵. کمیته برگزاری بازی‌های المپیک: رویداد المپیک از جمله رویدادهای «بزرگ یا مگاایونت» و «چندرشته‌ای با حضور چندین رشته ورزشی» است. «کمیته برگزاری بازی‌ها یا OCOG» یا کمیته ساماندهی بازی‌های المپیک قبل از هر المپیک تشکیل و پس از خاتمه آن دوره منحل می‌شود. این کمیته با انتخاب میزبان هر دوره بازی‌ها مشخص می‌شود و بر اساس ضوابط مشخص در اساسنامه IOC به برگزاری رویداد «بازی‌های المپیک» می‌پردازد. از جمله اقدامات و خدمات این کمیته شامل «تأمین امکانات برگزاری رویداد، اسکان، خدمات رسانه‌ای، تغذیه، حمل‌ونقل و امثال آن» است. افتخار برگزاری بازی‌ها به شهر اعطا می‌شود و نه به کشور، بنابراین در هر دوره شهردار هر شهر پرچم را تحویل می‌گیرد. در عمل «کمیته‌های برگزاری بازی‌ها یا OCOGs» به همراه «فدراسیون‌های بین‌المللی یا IFs» و «کمیته‌های ملی المپیک یا NOCs» بازی‌های المپیک را زیر نظر کمیته بین‌المللی المپیک برگزار می‌کنند. فدراسیون‌های بین‌المللی «مسئولیت اجرا و نظارت تخصصی در هر رشته»، کمیته‌های ملی المپیک «مسئولیت هدایت کاروان اعزامی» و کمیته‌های برگزاری بازی‌های المپیک «مسئولیت آماده‌سازی زیرساخت‌های میزبانی و کنترل رویدادهای خاص» در المپیک را بر عهده دارند.

مطابق منشور المپیک، هر دوره بازی‌های تابستانی باید حداقل ۱۵ ورزش برگزار شود. در مجمع صد و چهاردهم در مکزیک (۲۰۰۲)، برنامه المپیک تابستانی را با حداکثر «۲۸ ورزش، ۳۰۱ مسابقه و ۱۰۵۰۰ ورزشکار» محدود شد. از سال ۱۹۹۲ ورزش‌های نمایشی نیز در برنامه المپیک قرار گرفت. هدف از ورود این ورزش‌ها در برنامه بازی‌ها «جذب تماشاچیان بیشتر»، یا «آماده‌سازی برای ورود رسمی در دوره‌های بعد» بود و مدال آن‌ها در مجموع مدال‌های المپیکی محسوب نمی‌شد. پس از بازی‌های المپیک ۲۰۱۶ برزیل، کمیته بین‌المللی المپیک به منظور جلب توجه

تماشاگران «چندین ورزش دیگر را به برنامه بازی‌های المپیک تابستانی و تنها برای یک دوره» افزود. این ورزش‌ها شامل «اسنوبورد، والیبال ساحلی، صخره‌نوردی و کاراته» برای بازی‌های ۲۰۲۰ توکیو هستند. از سوی دیگر ورزش‌های کم‌طرفدار و کم تماشاگر، در معرض تهدید حذف از بازی‌ها قرار دارند؛ برای نمونه رشته‌های بیسبال و سافتبال نیز از سال ۲۰۱۲ از برنامه بازی‌های المپیک خارج شدند.

۴-۵-۶. نحوه انتخاب میزبان بازی‌های المپیک: برای نمونه در المپیک تابستانی ۲۰۱۶ شهر «ریودوژانیرو» به‌عنوان میزبان این بازی‌ها در تاریخ ۲ اکتبر ۲۰۰۹ میلادی، توسط «کمیته بین‌المللی المپیک» انتخاب شد. روند ثبت‌نام تقاضای میزبانی بازی‌های المپیک تابستانی ۲۰۱۶ از سال ۲۰۰۷ آغاز شد. «شیکاگو، مادرید، ریودوژانیرو و توکیو» چهار شهر متقاضی در ۲۰۰۸ معرفی شدند. با رأی‌گیری مجمع در سال ۲۰۰۹ «ریودوژانیرو» انتخاب شد. در سال ۲۰۱۷ و در مجمع عمومی برگزارشده در «کشور پرو»، «کمیته بین‌المللی المپیک» برای نخستین بار میزبانان دو دوره بعد را مشخص کرد. در این مجمع عمومی تنها داوطلبان این دو دوره یعنی «پاریس برای المپیک ۲۰۲۴» و «لس‌آنجلس برای المپیک ۲۰۲۸» با اکثریت آرا انتخاب شدند. بدین ترتیب پاریس که در سال ۱۹۲۴ میزبان المپیک بوده است بعد از ۱۰۰ سال دوباره میزبانی را دریافت می‌کند. «لس‌آنجلس» نیز شاهد سومین میزبانی خود در المپیک بعد از سال‌های ۱۹۳۲ و ۱۹۸۴ است.

۴-۵-۷. مراسم افتتاحیه: مهم‌ترین ویژگی‌های مراسم افتتاحیه را می‌توان در جدول ۴-۱۶ مرور کرد.

جدول ۴-۱۶. مهم‌ترین رویدادهای مراسم افتتاحیه المپیک

ردیف	اقدامات افتتاحیه
۱	وجود عناصر سنتی کشور میزبان و نمایش‌های هنری از رقص و تئاتر مرسوم در آن کشور
۲	آغاز مراسم اغلب با برافراشتن پرچم کشور میزبان و اجرای سرود ملی آن
۳	رژه ملت‌ها با حضور ورزشکاران و نمایندگان هر کشور به ترتیب در استادیوم
۴	پرچم‌دار هر کشور اغلب ورزشکاری برجسته از هر کشور در جلوی گروه
۵	از المپیک تابستانی ۱۹۲۸، رژه یونان به‌عنوان مبدأ بازی‌ها در ابتدا و رژه میزبان در آخر و بقیه بر اساس حروف الفبای زبان کشور میزبان یا انگلیسی
۶	سخنرانی رئیس کمیته ملی المپیک میزبان، سپس رئیس IOC و بعد معرفی رهبر کشور میزبان یا نماینده او برای افتتاح رسمی بازی‌ها پس از رژه کشورها
۷	ورود پرچم المپیک به استادیوم و برافراشتن آن در جریان پخش سرود المپیک
۸	حلقه‌زدن حمل‌کنندگان پرچم هر کشور به دور یکدیگر تا در وسط آنان سوگندنامه المپیک توسط یک ورزشکار (از ۱۹۲۰) و یک داور (از ۱۹۷۲) خوانده شود.
۹	در پایان با ورود مشعل المپیک به استادیوم و دست‌به‌دست شدن آن تا رسیدن به آخرین حمل‌کننده (اغلب از کشور میزبان) و روشن کردن آتشدان یا مجمع بزرگ آتش توسط او

در اغلب بازی‌ها یک دفترچه «راهنمای رسانه» ویژه مراسم افتتاحیه در اختیار رسانه‌های دارای حق پخش قرار می‌گیرد. در این دفترچه «صحنه‌به‌صحنه رویداد افتتاحیه المپیک و مدت‌زمان هر بخش» به‌همراه توضیحات تکمیلی برای نماینده رسانه‌ها و به‌ویژه گزارشگران ارائه می‌شود. در اجرا از بزرگ‌ترین فیلم‌سازان و طراحان از جمله «مدیر

امور طراحی، طراح تولید، مدیر امور اجرای حرکات، مدیر امور موسیقی، طراح لباس، مدیر محتوایی پروژه‌ها، مدیر طراحی بصری، مدیر پروژه و اجرای حرکات دسته‌جمعی، طراح نور یا نورپرداز و طراح آتش‌بازی» استفاده می‌شود.

۴-۵-۸. مراسم اختتامیه: مهم‌ترین ویژگی‌های مراسم اختتامیه را می‌توان در جدول ۴-۱۷ مرور کرد.

جدول ۴-۱۷. مهم‌ترین رویدادهای مراسم اختتامیه المپیک

ردیف	اقدامات اختتامیه
۱	ورود پرچم‌داران سه کشور به ورزشگاه در یک ردیف و رژه دیگر ورزشکاران در پشت آن‌ها و ایجاد نمایی از ورزشکاران حاضر در کنار یکدیگر به مثابه «یک ملت»
۲	اهتزاز پرچم سه کشور هم‌زمان با نواخته شدن سرود ملی کشورشان شامل نخست پرچم یونان (خاستگاه مسابقات المپیک)، دوم پرچم کشور میزبان و سوم پرچم کشور میزبان المپیک بعدی
۳	اجرای مراسم آنتورپ (شروع از المپیک ۱۹۲۰): الف- شهردار شهر میزبان، پرچم مخصوص المپیک را حمل و آن را به رئیس کمیته ملی المپیک میزبان تحویل می‌دهد. ب- رئیس کمیته ملی المپیک پرچم المپیک را به «شهردار شهر میزبان بعدی» تحویل می‌دهد. ج- «شهردار میزبان بعدی» پرچم را هشت مرتبه می‌چرخاند. از این پرچم‌ها ۳ عدد بیشتر وجود ندارد و تفاوت آن‌ها با سایر پرچم‌ها در آن است که دور آن‌ها یک حاشیه ۶ رنگی وجود دارد و نیز آن پرچم‌ها توسط روبان‌های ۶ رنگی به میله پرچم بسته شده‌اند. این سه پرچم عبارت‌اند از: الف- پرچم آنتورپ: از شهردار آنتورپ در المپیک ۱۹۲۰ تا سنوئل ۱۹۸۸ به شهرهای میزبان المپیک تابستانی انتقال داده شد. ب- پرچم اسلو: از شهردار اسلو، نروژ به‌عنوان میزبان المپیک زمستانی ۱۹۵۲ به شهرهای میزبان بعدی انتقال داده شد. ج- پرچم سنوئل: از شهردار سنوئل، در المپیک ۱۹۸۸ به شهرهای میزبان بعدی انتقال داده شد.
۴	پس از به اهتزاز درآمدن این ۳ پرچم سنتی، کشور میزبان با اجرای هنرمندانه صحنه‌هایی از رقص و نمایش خاص سرزمینش به معرفی خود می‌پردازد. این سنت از زمان مسابقات ۱۹۷۶ شروع شد.
۵	سخنرانی رئیس کمیته برگزاری مسابقات و کمیته ملی المپیک کشور میزبان
۶	سخنرانی رئیس کمیته بین‌المللی المپیک و در پایان سخنرانی خود، رسماً خاتمه مسابقات را اعلام می‌کند.
۷	خاموش شدن مشعل المپیک همراه با نواختن سرود المپیک و پائین آمدن «پرچم المپیک» و خروج آن از ورزشگاه

#### ۴-۶. انجمن کمیته‌های ملی المپیک (ANOCs)

این انجمن متشکل از تمام «کمیته‌های ملی المپیک» کشورهای مختلف است که هر دو سال یک‌بار مجمع عمومی برگزار می‌کند. این انجمن در هر قاره مجامعی را با «کمیته‌های ملی المپیک» و «سازمان قاره‌ای» مربوط به همان قاره برگزار می‌کند و «برگزاری بازی‌های قاره‌ای» زیر نظر آن صورت می‌گیرد. کمیته بین‌المللی المپیک برخلاف دیگر سازمان‌های بین‌المللی حتی به کشورهای بدون «استقلال سیاسی» اجازه شرکت در رقابت‌های المپیک را می‌دهد. در نتیجه، بسیاری از مستعمرات و کشورهای غیرمستقل «تیم» یا «ورزشکار» به این بازی‌ها اعزام می‌کنند. برای نمونه «پورتوریکو، برمودا و هنگ‌کنگ» که بخشی از یک کشور هستند اما به‌صورت کشورهای مستقل در این رقابت‌ها شرکت دارند. از سال ۱۹۸۰، «تایوان» تحت عنوان «چین تایپه» و با پرچم طراحی شده توسط «کمیته بین‌المللی المپیک» شرکت می‌کند. کمیته بین‌المللی المپیک در سال ۲۰۰۶، «جمهوری جزایر مارشال» را به رسمیت شناخت و این

سرزمین نیز توانست در المپیک ۲۰۰۸ پکن شرکت کند. یک تیم با عنوان تیم المپیک مهاجران (RTO) در سال ۲۰۱۶ با پرچم کمیته بین‌المللی المپیک در بازی‌ها شرکت کرد. با این توصیف تعداد کشورها و تیم‌های شرکت‌کننده در سال ۲۰۱۶ به ۲۰۶ تیم رسید. از پنج قاره جهان «آسیا با ۴۴ کشور»، «اروپا با ۵۰ کشور»، «آمریکا با حدود ۵۰ کشور»، «آفریقا با حدود ۵۰ کشور» و «اقیانوسیه با حدود ۱۰ کشور» جمعاً ۲۰۴ کشور یا نماینده آماده برای شرکت در این بازی‌ها دارند.

در هر یک از پنج قاره، یک سازمان رسمی برای هماهنگی و انجام امور رویدادها و نظارت بر فعالیت‌های کمیته‌های ملی المپیک وجود دارد. هر یک از این سازمان‌های قاره‌ای زیر نظر «کمیته بین‌المللی المپیک» فعالیت می‌کنند. در جدول ۴-۱۸ پنج سازمان المپیک قاره‌ای معرفی شده است.

جدول ۴-۱۸. سازمان‌های المپیک قاره‌ای

ردیف	سازمان	توضیح
۱	ANOCA	انجمن کمیته‌های ملی المپیک آفریقا
۲	EOC	کمیته‌های ملی المپیک اروپا
۳	OCA	شورای المپیک آسیا
۴	PASO	سازمان ورزشی پان آمریکن
۵	ONOC	انجمن کمیته‌های ملی المپیک اقیانوسیه

با توجه به اینکه کشور ایران در قاره آسیا واقع شده است؛ از میان پنج قاره مورد اشاره در ادامه به معرفی «شورای المپیک آسیا» پرداخته می‌شود.

#### ۴-۷. شورای المپیک آسیا یا OCA

شورای المپیک آسیا سازمان ورزشی در رأس قاره آسیا است که تمام ورزش‌های آسیا و ۴۴ کمیته ملی المپیک آن را کنترل می‌کند. اولین رویداد چند ورزشی در آسیا در سال ۱۹۱۳ در مانیل برگزار شد. در آن زمان بازی‌های آسیایی موسوم به «بازی‌های خاور دور آسیا» با شش کشور «چین، ژاپن، هنگ‌کنگ، فیلیپین، مالزی و تایلند» در ۸ ورزش «دوومیدانی، بیسبال، بسکتبال، شیرجه، فوتبال، شنا، والیبال و تنیس» انجام شد. به دلیل جنگ‌های جهانی اول و دوم، این بازی‌ها برای دور بعد برگزار نشد. در سال ۱۹۴۸ در جریان چهاردهمین دوره بازی‌های المپیک لندن، سران ورزش آسیا در لندن در یک گردهایی تصمیم به برگزاری «بازی‌های آسیایی» گرفتند. در سال ۱۹۴۹، مجمع عمومی کمیته‌های ملی المپیک آسیا در دهلی برگزار شد و «فدراسیون بازی‌های آسیایی یا AGF» برای سازمان‌دهی بازی‌های آسیایی شکل گرفت. این فدراسیون نخستین بازی‌های آسیایی را در سال ۱۹۵۱ در دهلی برگزار کرد. در ابتدا ساختار «فدراسیون بازی‌های آسیایی» یک دفتر مرکزی دائمی نداشت و به هر کشور میزبان برگزارکننده بازی‌ها انتقال می‌یافت؛ تا اینکه در ۲۶ نوامبر ۱۹۸۱ و در جلسه «شورای فدراسیون بازی‌های آسیا» در «دهلی‌نو» با اصلاح ساختار و قوانین آن «شورای المپیک آسیا یا OCA» شکل گرفت. با اصلاح ساختار و قوانین جدید قرار شد تا بعد از نهمین دوره بازی‌های آسیایی سال ۱۹۸۲ در دهلی، این سازمان کار خود را آغاز کند. اولین انتخابات «هیئت اجرایی، رئیس و

اعضا» در شانزدهم نوامبر ۱۹۸۲ و در نخستین مجمع عمومی در دهلی نو برگزار شد. در این زمان ۳۴ کمیته ملی المپیک به‌عنوان اعضای مؤسس وجود داشتند. به درخواست نماینده ورزش و دولت کویت و با رأی حداکثری اعضای مجمع عمومی شورای المپیک آسیا، مقر دائمی این سازمان به کویت انتقال یافت. سه عضو اصلی برای پیشبرد نهضت المپیک در آسیا شامل «شورای المپیک آسیا یا OCA»، «فدراسیون‌های ورزشی آسیایی یا AFS» و «کمیته‌های ملی المپیک یا NOCs» هستند.

اصول بنیادی شورای المپیک آسیا شامل کمک به «توسعه ورزش، فرهنگ و آموزش جوانان آسیایی»، «بهبود خصوصیات اخلاقی و جسمی ناشی از رقابت عادلانه در ورزش»، «ایجاد احترام بین‌المللی»، «دوستی»، «حسن نیت»، «صلح و محیط پاک» هستند. همچنین هیچ تبعیضی نباید در میان اعضا وجود داشته باشد. یعنی هیچ «کارمند، نماینده، مقامات رسمی یا رقبای یک عضو» نباید به دلیل «رنگ، ناتوانی، دین و سیاست» در معرض هرگونه تبعیض باشند. بنابراین برای ورود و شرکت در بازی‌های OCA یا شرکت در هر جلسه OCA و کمیته‌های آن هیچ مورد تبعیض آمیزی نباید باشد. در ساختار سازمانی شورای المپیک آسیا بخش‌هایی به شرح جدول ۴-۱۹ وجود دارد.

جدول ۴-۱۹. بخش‌های موجود در ساختار شورای المپیک آسیا

ردیف	بخش‌ها	توضیح
۱	ریاست	از ابتدای آن یعنی سال ۱۹۸۲ تا به امروز ۲ رئیس داشته است.
۲	هیئت اجرایی	شامل رئیس و پنج نایب‌رئیس از پنج منطق آسیا و یک نایب رئیس از میزبان هر یک از بازی‌ها با وظایف، سیاست‌گذاری، نظارت و حمایت و ارجاع موارد به مجمع عمومی برای اطلاع یا تأیید
۳	مجمع عمومی	شامل نمایندگان کمیته‌های ملی المپیک آسیا با حق رأی و اعضای دیگری چون «هیئت اجرایی»، «نمایندگان کمیته بین‌المللی المپیک»، «اعضای افتخاری و نمایندگان بازی‌ها بدون داشتن حق رأی»
۴	اعضای افتخاری	تمام رؤسای شورای المپیک آسیا در صورت انتخاب در چهار دوره
۵	کمیته‌های ثابت	کمیته‌هایی ثابت با اعضای منتخب برای دوره‌های چهارساله
۶	مدیریت اجرایی	اداره امور اجرایی شورای المپیک آسیا تحت مسئولیت دبیرکل و زیر نظر رئیس شورا و با کمک مدیران بخش‌های مختلف و کمیته‌های ثابت با تأکید بر ایجاد هماهنگی و همکاری بین همه اعضای خانواده شورای المپیک آسیا

کمیته‌های ثابت شورای المپیک آسیا به شرح جدول ۴-۲۰ و اغلب دارای یک رئیس و حداقل پنج عضو هستند که به دو صورت «انتخاب مستقیم رئیس» و «معرفی کمیته‌های ملی المپیک و انتخاب مجمع عمومی» انتخاب می‌شوند. در اغلب موارد رؤسای کمیته‌ها عضو هیئت اجرایی هستند اما رؤسای انتخاب‌شده به‌طور مستقیم توسط رئیس شورای المپیک آسیا «حق رأی» ندارند. در بیشتر کمیته‌ها تأکید بر آن است که افراد مختلف از پنج منطقه مختلف آسیا شامل «شرق آسیا، مرکز آسیا، جنوب آسیا، جنوب شرقی آسیا و غرب آسیا» باشند.

جدول ۴-۲۰. بخش‌های موجود در ساختار شورای المپیک آسیا

ردیف	کمیته	توضیح
۱	مشورتی	با انتخاب رئیس شورای المپیک و وظیفه ارائه مشورت به هیئت اجرایی
۲	ورزشکاران	با انتخاب مجمع عمومی و وظیفه امور مربوط به ورزشکاران

فرهنگی	با انتخاب مجمع عمومی و وظیفه امور فرهنگی	۳
هماهنگی	با انتخاب رئیس و وظیفه هماهنگی بین سازمان‌های مرتبط مانند کمیته‌های ملی و فدراسیون‌ها	۴
آموزش	با انتخاب مجمع عمومی و وظیفه انجام امور آموزشی	۵
اخلاق	با انتخاب مجمع عمومی و وظیفه انجام امور اخلاقی	۶
همراهی	با انتخاب مجمع عمومی و وظیفه بهبود کیفیت و سطح خدمات به ورزشکاران	۷
مالی	با انتخاب مجمع عمومی و وظیفه امور مالی	۸
آمار و اطلاعات	با انتخاب مجمع عمومی و وظیفه امور مربوط به آمار و اطلاعات	۹
روابط بین‌الملل	با انتخاب رئیس و وظایف مربوط به روابط بین‌الملل	۱۰
رسانه	با انتخاب مجمع عمومی و وظایف مربوط به امور رسانه و روابط عمومی	۱۱
پزشکی	با انتخاب مجمع عمومی و وظایف مربوط به امور پزشکی	۱۲
صلح از طریق ورزش	با انتخاب رئیس و وظایف مربوط به توسعه صلح از طریق ورزش	۱۳
قوانین	با انتخاب مجمع عمومی و وظایف مربوط به امور حقوقی	۱۴
ورزش‌ها	با انتخاب مجمع عمومی و وظایف پیگیری و توسعه امور ورزش‌ها و مسائل مربوط به آن‌ها	۱۵
ورزش همگانی	با انتخاب مجمع عمومی و وظایف توسعه ورزش همگانی	۱۶
ورزش و محیط‌زیست	با انتخاب مجمع عمومی و وظیفه حفظ محیط‌زیست	۱۷
ورزش زنان	با انتخاب مجمع عمومی و وظیفه توسعه ورزش بانوان	۱۸

شورای المپیک آسیا شش رویداد اصلی از جمله بازی‌های آسیایی «تابستانی، زمستانی، داخل سالن با هنرهای رزمی، جوانان، ساحلی و منطقه‌ای» را به شرح جدول ۴-۲۱ را برگزار می‌کند.

#### جدول ۴-۲۱. سازمان‌های المپیک قاره‌ای

ردیف	رویدادها	توضیح
۱	بازی‌های آسیایی تابستانی	بزرگ‌ترین «بازی‌های چند ورزشی» بعد از «بازی‌های المپیک» و معتبرترین رویداد «شورای المپیک آسیا» با برگزاری هر چهار سال یک‌بار و فاصله دو سال از هر بازی المپیک
۲	بازی‌های آسیایی زمستانی	شامل ورزش‌های زمستانی و یخی با شروع از سال ۱۹۸۶ و برگزاری هر چهار سال
۳	بازی‌های داخل سالن با هنرهای رزمی	شامل انواع بازی‌های داخل سالن و رزمی که جزو بازی‌های المپیک تابستانی و زمستانی و همین‌طور بازی‌های آسیایی تابستانی و زمستانی نیستند.
۴	بازی‌های جوانان آسیا	شروع از ۲۰۰۹ و هر چهار سال و به‌منظور ایجاد فرصت برای جوانان ورزشکار
۵	بازی‌های ساحلی	شروع از ۲۰۰۸ و برای رونق انواع ورزش‌های ساحلی
۶	بازی‌های منطقه‌ای	شامل انواع بازی‌های مربوط به مناطق آسیا مانند بازی‌های «شرق آسیا، مرکز آسیا، جنوب آسیا، جنوب شرقی آسیا، غرب آسیا» و «بازی‌های ساحلی جنوب آسیا»

«شورای المپیک آسیا» انواع «رشته‌های ورزشی» چون «ورزش‌های هوایی، ورزش‌های آبی، تیر و کمان، آرنیس، دوومیدانی، بدمینتون، باندی، بیسبال، بسکتبال، بیاتلون، بیلارد، بابسلو، پرورش اندام، بولز، بولینگ، بوکس، ورق‌بازی، کانو/کایاک، شطرنج، چین‌لون، کریکت، کرلینگ، دوچرخه‌سواری، ورزش رقص، رقص شیروازدها، دراگون‌بوت، ورزش‌های الکترونیکی، سوارکاری، ورزش‌های هیجانی، شمشیربازی، شنا با فین، فلگ‌فوتبال، فلوربال، فوتبال،

فوت‌والی، گلف، ژیمناستیک، هندبال، هاکی، هاکی روی یخ، جودو، جو جیتسو، کبده، کاراته، کیک‌بوکسینگ، کورف-بال، کوراش، بولز چمنی، نجات‌غریق، لوژ، پنج‌گانه جدید، جت‌اسکی، موی‌تای، نت‌بال، پنچاک‌سیلات، پتانک، چوگان، قایقرانی موتوری، راکت‌بال، رولر اسپورت، روئینگ، راگبی، قایقرانی بادبانی، سامبو، سپک‌تاکرا، تیراندازی، شاتل‌کاک، اسکیت، اسکی، تنیس نرم، سافتبال، اسکواش، سومو، موج‌سواری، تنیس روی میز، تکواندو، تنیس، قایقرانی سنتی، کشتی سنتی، سه‌گانه، وکوتروین، والیبال، ووینام، اسکی روی آب، وزنه‌برداری، وودبال، کشتی، ووشو و یاجینگ» را تحت پوشش دارد. تمامی این رشته در بخش سوم و فصول «پانزدهم و شانزدهم» معرفی شده است.

تا سال ۲۰۱۸ «بیست‌وهشت دوره بازی‌های آسیایی تابستانی» برگزار شده است و در هر دوره تعداد کشورهای شرکت‌کننده و رشته‌های موجود در آن تفاوت‌هایی به شرح جدول ۴-۲۲ داشته است.

جدول ۴-۲۲. بازی‌های آسیایی تابستانی از ابتدا تا سال ۲۰۱۸

سال	دوره	میزبان	تاریخ	تعداد کشور	تعداد ورزشکار	تعداد ورزش	تعداد رویداد <sup>۱</sup>
۱۹۵۱	I	دهلی نو هند	۴-۱۱ مارس	۱۱	۴۸۹	۶	۵۷
۱۹۵۴	II	مانیل فیلیپین	۱-۹ می	۱۹	۹۷۰	۸	۷۶
۱۹۵۸	III	توکیو ژاپن	۲۸ می-۱ ژوئن	۱۶	۱۸۲۰	۱۳	۹۷
۱۹۶۲	IV	جاکارتا اندونزی	۲۴ اوت-۴ سپتامبر	۱۲	۱۴۶۰	۱۳	۸۸
۱۹۶۶	V	بانکوک تایلند	۹-۲۰ دسامبر	۱۶	۱۹۴۵	۱۴	۱۴۳
۱۹۷۰	VI	بانکوک تایلند	۲۴ اوت-۴ سپتامبر	۱۶	۲۴۰۰	۱۳	۱۳۵
۱۹۷۴	VII	تهران ایران	۱-۱۶ سپتامبر	۱۹	۳۰۱۰	۱۶	۲۰۲
۱۹۷۸	VIII	بانکوک تایلند	۹-۲۰ دسامبر	۱۹	۳۸۴۲	۱۹	۲۰۱
۱۹۸۲	IX	دهلی نو هند	۱۹ نوامبر-۴ دسامبر	۲۳	۳۴۱۱	۲۱	۱۴۷
۱۹۸۶	X	سئول کره جنوبی	۲۰ سپتامبر-۵ اکتبر	۲۲	۴۸۳۹	۲۵	۲۷۰
۱۹۹۰	XI	پکن چین	۲۲ سپتامبر-۷ اکتبر	۳۶	۶۱۲۲	۲۹	۳۱۰
۱۹۹۴	XII	هیروشیما ژاپن	۲-۱۶ اکتبر	۴۲	۶۸۲۸	۳۴	۳۳۷
۱۹۹۸	XIII	بانکوک تایلند	۶-۲۰ دسامبر	۴۱	۶۵۵۴	۳۶	۳۷۶
۲۰۰۲	XIV	بوسان کره جنوبی	۲۹ سپتامبر-۱۴ اکتبر	۴۴	۷۷۱۱	۳۸	۴۱۹
۲۰۰۶	XV	دوحه قطر	۱-۱۵ دسامبر	۴۵	۹۵۲۰	۳۹	۴۲۴
۲۰۱۰	XVI	گوانگ‌ژو چین	۱۲-۲۷ نوامبر	۴۵	۹۷۰۴	۴۲	۴۷۶
۲۰۱۴	XVII	اینچئون کره جنوبی	۱۹ سپتامبر-۴ اکتبر	۴۵	۹۵۰۱	۳۶	۴۳۹
۲۰۱۸	XVIII	جاکارتا اندونزی	۱۸ اوت-۲ سپتامبر	۴۵	۱۱۷۲۰	۴۰	۴۶۵
۲۰۲۲	XIX	هانگژو چین					

۱. منظور از تعداد رویداد به انواع فرصت‌های مدال در هر رشته ورزشی اشاره دارد. برای نمونه در رشته دوومیدانی چندین ماده و رویداد وجود دارد و در رشته فوتبال فقط یک ماده و فرصت کسب یک مدال برای هر کشور وجود دارد. در نمونه دیگر «ورزش کشتی» برای هر وزن مشخص شده هر کشور در قالب یک ماده مستقل یا رویداد فرصت کسب مدال خواهد داشت.



در هر دوره از بازی‌های آسیایی «تعداد رشته‌ها» بر اساس درخواست میزبان و موافقت شورای المپیک آسیا تعیین می‌شود. برای نمونه در بازی‌های آسیایی جاکارتای اندونزی در سال ۲۰۱۸ «تعداد ۳۷ رشته ورزشی» شامل «۲۸ رشته بازی‌های المپیک و ۹ رشته غیرالمپیکی» به شرح «ورزش‌های آبی، تیروکمان، دوومیدانی، بدمینتون، بیسبال/ سافتبال، بسکتبال، ورق‌بازی، بولینگ، بوکس، کانوئینگ، کریکت، دوچرخه‌سواری، سوارکاری، شمشیربازی، هاکی روی چمن، فوتبال، گلف، ژیمناستیک، هندبال، جودو، کبدی، هنرهای رزمی، پنج‌گانه مدرن، روئینگ، راگبی، فایقرانی بادبانی، سپک‌تاکرا، صخره‌نوردی، تیراندازی، اسکواش، تنیس روی میز، تکواندو، تنیس، سه‌گانه، والیبال، وزنه‌برداری و کشتی» وجود داشت. رشته‌های «پنچاک‌سیلات» و «ورق‌بازی» برای نخستین بار وارد بازی‌های آسیایی تابستانی شدند. این در حالی است که برخی رشته‌ها رویدادهای متعددی داشتند، برای نمونه ورزش‌های آبی شامل «شیرجه، شنا، شنای موزون، واترپلو و شنای ماراتون»، فایقرانی کانوئینگ شامل «سرعت و اسلalom»، دوچرخه‌سواری شامل «بی‌ام‌ایکس، کوهستان، جاده و پیست»، سوارکاری شامل «درساز، پرش و ایونتینگ»، ژیمناستیک شامل «هنری، ریتمیک و ترامپولین»، ورزش‌های رزمی شامل «جوجیتسو، کاراته، کوراش، پنچاک‌سیلات و ووشو»، تنیس شامل «تنیس و سافت» و والیبال شامل دو نوع «سالنی و ساحلی» بودند.

#### ۴-۸. اسپورت آکورد و فدراسیون‌های بین‌المللی

سازمانی بنام «انجمن عمومی فدراسیون‌های بین‌المللی ورزشی یا GAIFS» و از سال ۲۰۰۹ با نام جدید «اسپورت آکورد» وجود دارد که مانند یک چتر همه فدراسیون‌های بین‌المللی ورزشی (المپیکی و غیرالمپیکی) و انجمن‌های بین‌المللی ورزشی را با عنوان اعضای «حقیقی و وابسته» پوشش می‌دهد. اعضای حقیقی یا کامل به عضوهایی اشاره دارد که از «تمامی حقوق عضویت» از جمله حق رأی در مجامع مربوط برخوردار هستند اما «اعضای وابسته» به عضوهایی اشاره دارد که «برخی از حقوق» را دارا هستند و از جمله اینکه در مجامع حق رأی ندارند. این سازمان دارای ۹۵ عضو حقیقی یا کامل (فدراسیون‌های بین‌المللی ورزشی) و ۲۰ عضو وابسته (سازمان‌هایی با فعالیت‌های نزدیکی با فدراسیون‌های بین‌المللی ورزشی) است. بسیاری از فدراسیون‌های بین‌المللی عضو آن هستند. این انجمن معمولاً جلساتی را به منظور بررسی امور مربوط به فدراسیون‌های بین‌المللی تشکیل می‌دهد.

هر فدراسیون بین‌المللی مسئول اداره ورزش خود در سراسر جهان است. برنامه فدراسیون‌های بین‌المللی متفاوت است، اما اغلب شامل «برگزاری مسابقات جهانی»، «شرکت در برگزاری بازی‌های المپیک»، «تدوین قوانین و مقررات مسابقات» و «تربیت داوران» است. البته تعداد خاصی از این فدراسیون‌های بین‌المللی مورد تأیید IOC هستند. هر یک از فدراسیون‌های بین‌المللی عضو اسپورت آکورد در یک سازمان تخصصی به شرح جدول ۴-۲۳ نیز عضویت دارند.

جدول ۴-۲۳. سازمان‌های تخصصی‌تر برای عضویت اعضای حقیقی اسپورت آکورد

ردیف	عنوان سازمان	خلاصه انگلیسی	توضیح
۱	انجمن فدراسیون‌های بین‌المللی المپیک تابستانی	ASOIF	شامل فدراسیون‌های بین‌المللی با رشته فعال در بازی‌های تابستانی
۲	انجمن فدراسیون‌های بین‌المللی المپیک زمستانی	AIOWF	شامل فدراسیون‌های بین‌المللی با رشته فعال در بازی‌های زمستانی
۳	انجمن کمیته بین‌المللی المپیک برای تأیید سایر رشته‌های غیر المپیکی	ARISF	شامل فدراسیون‌های بین‌المللی مورد تأیید کمیته بین‌المللی المپیک با رشته‌ای غیر فعال در بازی‌های تابستانی و زمستانی
۴	مجمع مستقل برای تأیید عضویت فدراسیون بین‌المللی ورزشی	AIMS	شامل فدراسیون‌های بین‌المللی غیر عضو در سه سازمان قبلی و اغلب در انتظار کمیته بین‌المللی المپیک

تمامی فدراسیون‌های بین‌المللی عضو اسپورت آکورد و وابستگی آن‌ها در چهار سازمان قبل در جدول ۴-۲۴ معرفی شده است. در این جدول ۲۸ فدراسیون عضو «انجمن فدراسیون‌های بین‌المللی المپیک تابستانی یا ASOIF» و ۷ فدراسیون عضو «انجمن فدراسیون‌های بین‌المللی المپیک زمستانی یا AIOWF» و در جدول در قسمت خاکستری ستون اول هستند. برای المپیک ۲۰۲۰ توکیو تعداد پنج رشته از فدراسیون‌های «کاراته، اسکیت برد، صخره‌نوردی، موج‌سواری و بیسبال» به ۲۸ رشته المپیک تابستانی فقط برای یک‌بار و نه به‌طور دائمی اضافه شدند. این رشته‌ها از ستون دوم و مربوط به فدراسیون‌های عضو «انجمن کمیته بین‌المللی المپیک برای تأیید سایر رشته‌های غیر المپیکی یا ARISF» هستند. در این ستون ۴۲ فدراسیون ورزشی وجود دارند که به تأیید «کمیته بین‌المللی المپیک» رسیده‌اند که در میان آن‌ها «فدراسیون ورزش‌های دانشگاهی» با ظرفیت پوشش رویدادهای ورزشی چند رشته‌ای معتبر دانشجویی وجود دارد. در این ستون تنها یک رشته ورزش زمستانی جای گرفته است. اغلب رشته‌های دیگر این ستون در تلاش برای جلب نظر IOC و مجمع عمومی آن برای ورود به ستون سوم هستند. در ستون سوم جدول نیز ۱۸ فدراسیون ورزشی وجود دارد که جزو هیچ‌یک از سه اتحادیه قبلی نیستند و در قالب یک «مجمع» در زیر نظر اسپورت آکورد قرار می‌گیرند. در مجموع تعداد «۹۵ فدراسیون بین‌المللی ورزشی» و در قالب چهار ساختار مورد اشاره در سازمان بین‌المللی «اسپورت آکورد» قرار می‌گیرند. هر یک از رشته‌های ورزشی در بخش سوم و فصول پانزدهم یا شانزدهم این کتاب بر اساس حروف الفبا معرفی شده‌اند.

جدول ۴-۲۴. فدراسیون‌های بین‌المللی عضو اسپورت آکورد

ردیف	فدراسیون‌های عضو AIOWF و ASOIF	ردیف	فدراسیون‌های عضو ARISF	ردیف	فدراسیون‌های عضو AIMS
۱	فدراسیون بین‌المللی ورزش‌های آبی	۳۶	فدراسیون بین‌المللی اسکیت رولر	۷۸	فدراسیون بین‌المللی آیکیدو
۲	فدراسیون جهانی تیروکمان	۳۷	کنفدراسیون بین‌المللی بیسبال و سافتبال	۷۹	فدراسیون جهانی مچ‌اندازی
۳	انجمن بین‌المللی فدراسیون‌های دوومیدانی	۳۸	اتحادیه بین‌المللی صخره‌نوردی و کوهنوردی	۸۰	فدراسیون بین‌المللی پرورش اندام و...
۴	فدراسیون جهانی بدمیتون	۳۹	انجمن بین‌المللی موج‌سواری	۸۱	فدراسیون بین‌المللی ماهیگیری
۵	فدراسیون بین‌المللی بسکتبال	۴۰	فدراسیون جهانی کاراته	۸۲	فدراسیون جهانی دارت
۶	انجمن بین‌المللی بوکس	۴۱	فدراسیون جهانی اسکواش	۸۳	فدراسیون بین‌المللی قایقرانی دراگون‌بوت
۷	فدراسیون بین‌المللی کانوئینگ	۴۲	کنفدراسیون جهانی ورزش‌های بلیارد	۸۴	فدراسیون بین‌المللی چکرز یا دام
۸	اتحادیه بین‌المللی دوچرخه‌سواری	۴۳	کنفدراسیون بین‌المللی ورزش‌های بولز	۸۵	انجمن بین‌المللی فیستبال
۹	فدراسیون بین‌المللی سوارکاری	۴۴	فدراسیون جهانی بولینگ	۸۶	فدراسیون بین‌المللی گو بازی
۱۰	فدراسیون بین‌المللی شمشیربازی	۴۵	فدراسیون جهانی ورق‌بازی / کارت‌بازی	۸۷	فدراسیون بین‌المللی جوجیتسو
۱۱	فدراسیون بین‌المللی فوتبال	۴۶	فدراسیون جهانی رقص	۸۸	فدراسیون بین‌المللی کندو
۱۲	فدراسیون بین‌المللی گلف	۴۷	فدراسیون بین‌المللی شطرنج	۸۹	فدراسیون جهانی مینی‌گلف
۱۳	فدراسیون بین‌المللی ژیمناستیک	۴۸	انجمن بین‌المللی کریکت	۹۰	فدراسیون بین‌المللی وزنه‌برداری قدرتی
۱۴	فدراسیون بین‌المللی هندبال	۴۹	کنفدراسیون بین‌المللی ورزش‌های زیر آب	۹۱	فدراسیون بین‌المللی ساواته
۱۵	فدراسیون بین‌المللی هاکی روی چمن	۵۰	فدراسیون بین‌المللی ووشو	۹۲	فدراسیون بین‌المللی سبک‌تاکرا
۱۶	فدراسیون بین‌المللی جودو	۵۱	فدراسیون بین‌المللی فلوربال	۹۳	فدراسیون بین‌المللی تنیس نرم
۱۷	انجمن بین‌المللی پنج‌گانه مدرن	۵۲	فدراسیون جهانی فریزی یا دیسک پرنده	۹۴	کنفدراسیون بین‌المللی ماهیگیری یا قلاب
۱۸	فدراسیون بین‌المللی قایقرانی روئینگ	۵۳	فدراسیون بین‌المللی راکتبال	۹۵	فدراسیون بین‌المللی سنگ سورتمه
۱۹	فدراسیون جهانی راگی	۵۴	فدراسیون جهانی لاکروس		
۲۰	فدراسیون بین‌المللی قایقرانی سیلینگ	۵۵	فدراسیون بین‌المللی موتورسواری		
۲۱	فدراسیون بین‌المللی تیراندازی	۵۶	فدراسیون بین‌المللی اتومبیلرانی		
۲۲	فدراسیون بین‌المللی تنیس روی میز	۵۷	انجمن بین‌المللی قایق‌موتوری		
۲۳	فدراسیون جهانی تکواندو	۵۸	فدراسیون بین‌المللی صخره‌نوردی		
۲۴	فدراسیون بین‌المللی تنیس	۵۹	فدراسیون بین‌المللی جهت‌یابی		
۲۵	انجمن بین‌المللی سه‌گانه (تریاتلون)	۶۰	فدراسیون بین‌المللی چوگان		
۲۶	فدراسیون بین‌المللی والیبال	۶۱	فدراسیون بین‌المللی موی‌تای		
۲۷	فدراسیون بین‌المللی وزنه‌برداری	۶۲	انجمن جهانی سازمان‌های کیک‌بوکسینگ		
۲۸	اتحادیه جهانی کشتی	۶۳	فدراسیون بین‌المللی بانندی		
۲۹	انجمن بین‌المللی دوگانه (بایاتلون)	۶۴	فدراسیون بین‌المللی سامبو		
۳۰	فدراسیون بین‌المللی بایسلی	۶۵	فدراسیون بین‌المللی اسکی کوه‌پیمایی		
۳۱	فدراسیون جهانی کرلینگ	۶۶	فدراسیون بین‌المللی نت‌بال (شبه بسکتبال)		
۳۲	فدراسیون بین‌المللی هاکی روی یخ	۶۷	اتحادیه بین‌المللی هلهله‌گران یا مشوقان		
۳۳	فدراسیون بین‌المللی لژسواری	۶۸	فدراسیون بین‌المللی سومو		
۳۴	اتحادیه بین‌المللی اسکیت روی یخ	۶۹	فدراسیون بین‌المللی پیلوتای باسکی		
۳۵	فدراسیون بین‌المللی اسکی	۷۰	فدراسیون بین‌المللی طناب‌کشی		
		۷۱	فدراسیون بین‌المللی اسکی روی آب		
		۷۲	فدراسیون بین‌المللی ورزش‌های هوایی		
		۷۳	فدراسیون بین‌المللی فوتبال آمریکایی		
		۷۴	فدراسیون بین‌المللی کورفبال (شبه بسکتبال)		
		۷۵	فدراسیون بین‌المللی نجات‌غریق		
		۷۶	فدراسیون بین‌المللی ورزش‌های دانشگاهی		
		۷۷	فدراسیون بین‌المللی آیس‌استک		

با وجود اینکه این فهرست، یکی از جامع‌ترین فهرست‌های مربوط به فدراسیون‌های بین‌المللی ورزشی موجود در جهان برای سال ۲۰۱۹ است؛ اما باید به این نکته توجه داشت که فدراسیون‌های بین‌المللی دیگری هم وجود دارند که

در تلاش برای ورود به این فهرست هستند. رشته‌های متعددی در سراسر دنیا در تلاش برای این منظور هستند که مهم‌ترین گام آن‌ها معرفی رشته به دیگر کشورها و افزایش ساختارهای رسمی درون کشورها با نام «فدراسیون‌های ملی» و حتی قاره‌ای در سطح هر قاره با نام «کنفدراسیون‌ها» است.

هر یک از فدراسیون‌ها از سطح «جهانی، قاره‌ای، ملی و محلی» دارای ساختارهای خاص خود هستند که برخی بخش‌های مشترک و برخی بخش‌های متفاوت و اختصاصی در ساختار خود دارند. تا دهه ۱۹۶۰ اکثر فدراسیون‌ها سازمان‌هایی آماتور بودند. تعداد کمی کارمندان ثابت داشتند و اغلب با داوطلبان اداره می‌شدند. بسیاری از رؤسای فدراسیون‌ها کارشان را در خانه انجام می‌دادند. برای نمونه دفتر مرکزی فیفا در خانه‌ای در زوریخ بود. این سازمان‌ها از زمان جذب پول از طریق تلویزیون و آشنایی و کاربرد علم بازاریابی شروع به تثبیت و توسعه ساختار خود کردند (سیمسون، جنینگز، ۱۹۹۲). بخش‌های مشترک و کلیدی موجود در اغلب ساختارهای فدراسیونی اداره‌کننده یک رشته ورزشی تخصصی به شرح جدول ۴-۲۵ هستند.

جدول ۴-۲۵. بخش‌های مشترک و کلیدی ساختارهای فدراسیونی در ورزش

ردیف	بخش	توضیح
۱	مجمع عمومی	اعضای تشکیل‌دهنده فدراسیون که در فدراسیون‌های جهانی اغلب شامل فدراسیون‌های ملی هستند.
۲	هیئت‌رئیس	بخش سیاست‌گذار، ناظر و حامی فدراسیون
۳	رئیس	مسئول ابلاغ و پیگیری سیاست‌های اتخاذشده در هیئت‌رئیس از طریق دبیر
۴	دبیر	بالاترین مقام اجرائی و اقدام‌کننده در راستای سیاست‌های ابلاغ‌شده از سوی رئیس
۵	کمیته‌های تخصصی	کمیته‌های تخصصی برای اجرای اقدامات تخصصی زیر نظر دبیر فدراسیون

از موارد اختصاصی در فدراسیون‌های جهانی می‌توان به جایگاه رؤسای فدراسیون‌های قاره‌ای اشاره کرد که اغلب به صورت «نایب‌رئیس» یا «عضو هیئت‌رئیس» یا «در قالب بخشی مستقل در ساختار فدراسیون» ایجاد می‌شوند. به همین نحو در قاره‌های بزرگ ممکن است منطقه‌بندی‌هایی در ذیل هر فدراسیون قاره‌ای صورت پذیرد. بررسی‌ها نشان می‌دهد که هرچقدر حجم فعالیت‌ها و شرایط اقتصادی بهتر باشد، کمیته‌های تخصصی بیشتری در فدراسیون‌ها شکل می‌گیرند. برای نمونه می‌توان به انواع کمیته‌های تخصصی در کمیته بین‌المللی المپیک و فدراسیون جهانی فوتبال اشاره کرد.

در اغلب «ساختارهای بین‌المللی و ملی فدراسیون‌ها»، با توجه به ویژگی «مردم‌نهاد و غیرسیاسی بودن» بیشتر «شخصیت‌های کلیدی» در ساختار آن‌ها با «آرای مجمع عمومی» انتخاب می‌شوند که البته برای همین امر هم الگوهای متفاوتی وجود دارد.

#### ۴-۹. معرفی کوتاه سایر سازمان‌های بین‌المللی ورزشی

معرفی تمامی سازمان‌های بین‌المللی ورزشی با جزئیات به چندین کتاب نیاز دارد. اما با توجه به معرفی نسبتاً مشروح‌تر از سازمان‌های مهم بین‌المللی ورزشی در ادامه و در جدول ۴-۲۶ به معرفی کوتاه از سایر سازمان‌های بین‌المللی ورزشی پرداخته می‌شود.



جدول ۴-۲۶. معرفی کوتاه از سایر سازمان‌های بین‌المللی ورزشی

ردیف	نام سازمان	توضیح
۱	کمیته بین‌المللی پارالمپیک یا IPC	سازمانی غیرانتفاعی و متشکل از «کمیته‌های ملی پارالمپیک یا NPC» و «چهار فدراسیون ورزشی بین‌المللی معلولیت‌های خاص» است. نخستین دوره بازی‌های پارالمپیک در سال ۱۹۶۰ و بعد از بازی‌های المپیک تابستانی بود اما از بازی‌های تابستانی ۱۹۸۸ و زمستانی ۱۹۹۲، بازی‌های پارالمپیک به فاصله ۱۰ تا ۱۵ روز پس از پایان بازی‌های المپیک در همان شهر میزبان المپیک انجام می‌شود.
۲	آکادمی بین‌المللی المپیک یا IOA	محلی آموزشی در کنار «محل برگزاری المپیک باستان» و «محل دفن قلب کوبرتن» با هدف گسترش فرهنگ نهضت المپیک در بین اقشار مختلف از جمله «جوانان، روزنامه‌نگاران ورزشی، پزشکان ورزشی، کارشناسان ورزشی، مورخان ورزشی و مدیران ورزشی» از طریق برگزاری دوره‌های آموزشی و نشست
۳	دادگاه حکمیت ورزش یا CAS	نهادی مستقل که در سال ۱۹۸۳ با مسئولیت حل اختلافات قانونی در زمینه ورزش ایجاد شد. آرای آن همان قدرت اجرائی آرای دادگاه‌های عمومی را دارد. هر شخص حقیقی یا حقوقی از جمله «ورزشکار، باشگاه، اتحادیه ورزشی، فدراسیون، حامی مالی و رسانه ورزشی» می‌تواند از خدمات آن استفاده کند.
۴	کمیته بین‌المللی بازی منصفانه یا CIPE	سازمانی غیرانتفاعی که در سال ۱۹۶۳ و برای توسعه عملی اصول بازی منصفانه و تشویق با «انتخاب بهترین ورزشکار و مربی رعایت‌کننده اصول بازی منصفانه» ایجاد شد. در سال‌های اخیر نشان افتخار یا مدال «کوبرتن» به فرد یا تیمی اهدا می‌شود که پیروزی احتمالی را با اقدامی جوانمردانه از دست بدهد. جوایز دیگری هم با عناوین مختلف برای تشویق شخصیت‌های رعایت‌کننده بازی منصفانه وجود دارد.
۵	آژانس جهانی ضد دوپینگ یا WADA	در سال ۱۹۹۹ با حمایت و مشارکت نهادهای ورزشی، دولت‌ها و دیگر سازمان‌های مسئول مبارزه با دوپینگ با تأکید بر سیاست‌گذاری و مراقبت از دوپینگ در ورزش ایجاد شد.
۶	انجمن جهانی المپین‌ها یا WOA	در سال ۱۹۹۵ با پوشش المپین‌ها یا شرکت‌کنندگان در یک رشته رسمی از انواع بازی‌های المپیک «تابستانی، زمستانی یا جوانان» تأسیس شد. اهداف آن توسعه جنبش المپیک و حمایت از انجمن ملی قهرمانان برای ارائه خدمات به قهرمانان المپیک مانند ورود رایگان به موزه المپیک است.
۷	فدراسیون بین‌المللی ورزش دانشگاه‌ها یا FISU	در سال ۱۹۴۸ در لوگزامبورگ و برای برگزاری مسابقات ورزشی بین تیم‌های ملی دانشجویان کشورهای مختلف به صورت تکررشته‌ای یا بازی‌ها با هدف توسعه تعاملات کشورها و دانشگاه‌ها در زمینه ورزش و تعالی انسان‌ها با رعایت اخلاق ایجاد شد.
۸	انجمن بین‌المللی ورزش‌های ارتش-ها یا CISM	در سال ۱۹۴۸ در فرانسه و برای برگزاری مسابقات ورزشی بین ارتش کشورهای عضو به صورت تکررشته‌ای یا بازی‌ها با هدف «تشویق ارتشیان به ورزش و ایجاد روابط دوستانه میان ارتش‌ها» ایجاد شد.
۹	فدراسیون بین‌المللی ورزش مدارس یا ISF	در سال ۱۹۹۲ برای برگزاری مسابقات ورزشی بین مدارس قهرمان کشورهای عضو به صورت تکررشته‌ای یا بازی‌ها با هدف «ایجاد همبستگی بین دانش‌آموزان» و «ساماندهی مقررات مسابقات نوجوانان با هماهنگی با فدراسیون‌های بین‌المللی مربوطه» ایجاد شد.

۱۰	کنفدراسیون بین-المللی ورزش‌های کارگران یا CSIT	در سال ۱۹۱۳ برای برگزاری مسابقات ورزشی بین کارگران کشورهای مختلف و با اهداف «توسعه فعالیت ورزشی بین کارگران» و «اشاعه ورزش و اخلاق بین کارگران» ایجاد شد.
۱۱	اتحادیه بین‌المللی ورزش پلیس یا USIP	در سال ۱۹۹۵ برای برگزاری مسابقات ورزشی بین نیروهای پلیس کشورهای عضو به صورت تکررشته‌ای یا بازی‌ها با هدف «ایجاد هماهنگی با مراجع بین‌المللی در راستای توسعه ورزش در نیروهای پلیس جهان»، «توسعه ورزش در نیروهای پلیس»، «همکاری و همدلی نیروهای پلیس سراسر جهان» ایجاد شد.
۱۲	انجمن بین‌المللی بازی‌های جهانی یا IWGA	در سال ۱۹۸۰ و کره جنوبی برای ایجاد فرصت شناخته‌شدن رشته‌های ورزشی غیرالمپیک در مسابقاتی مشابه با عنوان بازی‌های رشته‌های غیرالمپیک در هر چهارسال ایجاد شد.
۱۳	فدراسیون بین-المللی ورزش همگانی یا FISPT	در سال ۱۹۸۲ در فرانسه و برای توسعه و ترویج ورزش همگانی با هدف «ترویج آزادی‌بیان از طریق ورزش غیررقابتی»، «غنی‌سازی فرهنگی فرد و جامعه» و «حمایت از نیروی انسانی متخصص برای ورزش همگانی» ایجاد شد.
۱۴	انجمن بین‌المللی تناسب و آمادگی جسمانی ورزش همگانی یا TAFISA	در سال ۱۹۹۱ در آلمان و با اهداف «تشویق عموم مردم به ورزش کردن»، «توسعه و ترویج اهداف ورزش همگانی در بین کشورهای عضو» و «انتشار نتایج پژوهش در ارتباط با ورزش همگانی» ایجاد شد.
۱۵	سازمان بین‌المللی ورزش معلولین یا ISOD	در سال ۱۹۶۴ با اهدافی چون «اتحاد سازمان‌های ملی در حوزه ورزش معلولین برای همکاری‌های بین‌المللی»، «مبادلات بین‌المللی در عرصه ورزش معلولین»، «استفاده از نتایج پژوهش‌های مرتبط» و امثال آن ایجاد شد.
۱۶	کمیته بین‌المللی ورزش ناشنوایان یا CISS	در سال ۱۹۲۴ در فرانسه با اهدافی چون «توسعه ورزش ناشنوایان»، «بهبود کشورهای عضو فعال در زمینه ورزش ناشنوایان» و «نظارت بر مسابقات جهانی و منطقه‌ای ناشنوایان»
۱۷	انجمن بین‌المللی ورزش‌های نابینایان یا IBSA	در سال ۱۹۸۱ و اهدافی چون «توسعه ورزش تفریحی و قهرمانی نابینایان بر اساس ضوابط اجرایی مبتنی بر ملاحظات نابینایان» ایجاد شد.
۱۸	فدراسیون بین-المللی ورزش‌های عقب‌افتادگان ذهنی یا FMH-INAF	در سال ۱۹۸۴ و با اهدافی چون «توسعه ورزش در عقب‌مانده‌های ذهنی»، «توسعه روحیه همکاری و روابط بین اجتماعی بین آن‌ها»، «توسعه ظرفیت علمی متخصصان این حوزه» ایجاد شد.
۱۹	انجمن بین‌المللی ورزش و تفریحات معلولین فلج مغزی یا ISRA-CP	در سال ۱۹۷۹ و در زیرمجموعه «انجمن بین‌المللی فلج مغز» با هدف ایجاد موقعیت‌های بیشتر مبتلایان به فلج مغزی برای شرکت در انواع فعالیت‌های تفریحی ایجاد شد.
۲۰	فدراسیون بین-المللی ورزش	در سال ۱۹۹۵ با هدف ایجاد همبستگی میان ورزشکاران مدارس جامعه کاتولیک در سراسر جهان با برگزاری مسابقات و گردهمایی ایجاد شد.

	مدارس کاتولیک یا FISEC	
در سال ۱۹۸۱ در استرالیا و با اهدافی چون «توسعه رشته‌های ورزش و ورزش همگانی»، «همکاری اقتصار مختلف مردم در ورزش»، «توسعه تفاهم و همکاری» میان اعضا ایجاد شد.	مجمع بین‌المللی سازمان‌های ملی ورزشی یا IANOS	۲۱
در سال ۱۹۲۳ در بلژیک و با اهدافی چون «توجه به تربیت کودکان دانش‌آموز از جنبه‌های فیزیولوژیک، بهداشتی و جامعه‌شناسی»، «توسعه تربیت بدنی و فعالیت‌های حفظ آمادگی جسمانی در همه کشورها» و «مشارکت و تبادل دانش و تجربه میان کشورها» ایجاد شد.	فدراسیون بین-المللی تربیت بدنی یا FIEP	۲۲
در سال ۱۹۲۸ در سوئیس و با اهدافی چون «حفظ و ارتقاء بهداشت جسمانی و اخلاقی با ورزش» و «انجام بررسی‌های علمی در آسیب‌های ورزشی» ایجاد شد.	فدراسیون بین-المللی پزشکی ورزشی FIM	۲۳
در سال ۱۹۶۸ در مکزیک و با اهدافی چون «توسعه همکاری میان مسئولان پزشکی المپیک» و «بهبود مدیریت مشکلات پزشکی ورزشکاران در رویدادها» تأسیس شد.	انجمن بین‌المللی مسئولان پزشکی المپیک IAOMO	۲۴
ابتدا در سال ۱۹۵۸ در فرانسه و سپس با نام اخیر در فنلاند و اهدافی چون «مشارکت در افزایش آگاهی بشر از ارزش‌های ورزش»، «بهبود سلامتی با ورزش»، «توسعه تربیت بدنی و ورزش در کشورها تا سطوح عالی»، «توسعه همکاری بین‌المللی در زمینه علوم ورزشی» و «حمایت از پژوهش-های حوزه علوم ورزشی و کاربرد نتایج آن‌ها» ایجاد شد.	شورای بین‌المللی تربیت بدنی و علوم ورزشی یا ICSSPE	۲۵
با اهدافی چون «هماهنگی با کمیته بین‌المللی بازی منصفانه»، «انجام مطالعات روان‌شناختی درباره دلایل بروز خشونت در ورزش» و «راه‌کارهای مقابله با پدیده خشونت در ورزش» ایجاد شد.	مؤسسه بین‌المللی مقابله با خشونت در ورزش	۲۶
در سال ۱۹۶۰ در ایتالیا و به‌عنوان کمیته‌ای در شورای بین‌المللی تربیت بدنی و علوم ورزشی با اهدافی چون «طراحی و اجرای طرح‌های تحقیقاتی موردعلاقه مشترک» و «عرضه خدمات انجمن به همه اعضای شورا و دیگر نهادهای فعال در ورزش و تربیت بدنی» ایجاد شد.	انجمن بین‌المللی اطلاعات در ورزش یا IASI	۲۷
در سال ۱۹۲۴ در فرانسه و در ارتباط نزدیک با کمیسیون مطبوعات کمیته بین‌المللی المپیک با اهدافی چون «دفاع از منافع اخلاقی و مادی خبرنگاران ورزشی در کشورهای عضو» تأسیس شد.	انجمن بین‌المللی مطبوعات ورزشی یا AIPS	۲۸
در سال ۱۹۵۸ در ایتالیا و توسط کمیته «تندرستی، تربیت بدنی و تفریحات سالم، کنفدراسیون سازمان-های مشاغل آموزشی» تأسیس شد. از جمله اهداف آن می‌توان به «گردآوری معلمان، مدیران، رهبران، مجریان، نهادهای ملی در حوزه تربیت بدنی یا نهادهای مرتبط در سازمانی متحد برای بیان نظریاتشان در سطح بین‌المللی» و «توسعه برنامه‌های تربیتی با ورزش» اشاره کرد.	انجمن بین‌المللی سلامت، تربیت بدنی، تفریحات، ورزش و رقص یا ICHPER SD	۲۹
در سال ۱۹۸۴ با اهدافی چون «حفظ آرمان‌های کوبرتن به‌عنوان بنیان‌گذار المپیک نوین»، «انتشار نتایج پژوهش‌ها در این حوزه» و «تشویق نسل جوان به پژوهش درباره افکار کوبرتن و برگزاری همایش سالانه»	کمیته بین‌المللی پیردوکوبرتن یا CIPC	۳۰

در سال ۱۹۹۲ با اهدافی چون «مطالعه درباره فلسفه المپیزم و نهضت المپیک با تأکید بر افکار کوبرتن» و «هماهنگی با مؤسسات آموزش عالی برای معرفی المپیزم به‌عنوان یک واحد آموزشی در دروس دانشگاهی»	مؤسسه پیردوکوبرتن یا IPC	۳۱
با اهدافی چون «توسعه فعالیت‌های مرتبط با تولید فیلم‌های ورزشی»، «ارتقاء سطح هنری فیلم‌های ورزشی تلویزیونی و سینمایی»، «ایجاد آرشیو برای حفظ و نگهداری این گونه آثار»، «برگزاری جشنواره دوسالانه فیلم‌های ورزشی» و «ارتباط با IOC و کنسرسیوم تلویزیونی جهان در امور مرتبط»	فدراسیون بین- المللی فیلم‌های ورزشی FICTS	۳۲
با اهدافی چون «ایجاد امتیاز برای ورزش‌های فارغ از خشونت» و «حفظ و نگهداری این رشته‌ها در مقابل نفوذ عوامل ایجادکننده خشونت در آن‌ها» ایجاد شد.	فدراسیون بین- المللی ورزش‌های عاری از خشونت	۳۳
با اهدافی چون «همکاری مستقیم با کمیسیون طب ورزشی کمیته بین‌المللی المپیک»، «مطالعه در زمینه‌های جدید طب ورزشی و مبارزه با دوپینگ در ورزش» و «برقراری ارتباط مستمر با فدراسیون بین‌المللی طب ورزشی در زمینه انتشار مطالب مرتبط»	انجمن بین‌المللی علوم پزشکی و ورزشی IASMS	۳۴
از سال ۱۹۹۲ و با اهداف «همکاری با کمیته بین‌المللی در راستای تولید کالاهای ورزشی استاندارد» و «فعالیت در زمینه صنایع تولیدی گوناگون ورزشی»	فدراسیون جهانی صنایع ورزش یا WFSGI	۳۵
با اهدافی چون «برقراری ارتباط با کمیته بین‌المللی المپیک در راستای توسعه فعالیت‌های مربوط به ارتقای کیفیت تجهیزات ورزشی و تفریحات سالم» و «چاپ و انتشار مقالات با هدف ارتقای آگاهی سازمان‌های بین‌المللی ورزش در زمینه اهمیت استفاده از آخرین تجهیزات تولیدشده در زمینه ورزش و تفریحات»	انجمن بین‌المللی تجهیزات ورزشی و تفریحی IAKS	۳۶
از سال ۲۰۱۴ و با اهدافی چون «توسعه ورزش شرکت‌ها» و «برگزاری مسابقات مرتبط» ایجاد شد.	فدراسیون جهانی ورزش شرکت‌ها WFCS	۳۷
سازمانی علمی با هدف توسعه فناوری‌های ورزشی و رشته مهندسی ورزش در سطح جهان	انجمن بین‌المللی مهندسی ورزش ISEA	۳۸

#### ۴-۱۰. سازمان‌های ورزشی ملی و داخلی

در هر کشور سازمان‌های ورزشی ملی و داخلی متعددی وجود دارند که متولی انجام امور ورزش در محدوده آن کشور خواهند بود. این سازمان‌ها نیز به شکل‌های «دولتی، عمومی، غیرانتفاعی و خصوصی» هستند. در ایران فعالیت اغلب سازمان‌های ورزشی زیر نظر یا با نظارت ساختارهای دولتی در ورزش فعالیت می‌کنند. در ساختار دستگاه‌های دولتی ایران مانند «وزارت ورزش و جوانان» اصطلاحاتی به شرح جدول ۴-۲۷ مورد استفاده قرار می‌گیرد.



جدول ۴-۲۷. اصطلاحات تشکیلاتی در سازمان‌های دولتی

ردیف	اصطلاحات	توضیح
۱	توزیع وظایف	تقسیم وظایف در واحدها بدون تداخل و تشابه
۲	ضوابط تشکیلاتی	معیارهای توزیع وظایف، سطوح و واحدهای سازمانی
۳	ساختار سازمانی	روابط میان واحدهای سازمانی با حدود اختیارات
۴	سطح سازمانی	سلسله‌مراتب سازمانی حداکثر در چهار سطح: وزیر، معاون، اداره کل، معاون مدیرکل (گروه، اداره)
۵	واحد سازمانی	از اجزای ساختار در قالب یکی از شکل‌های سازمانی «معاونت، اداره کل، دفتر، مدیریت، اداره و امثال آن»
۶	واحدهای تابعه	واحد تابع دستگاه اصلی از نظر «سیاست، امور اداری و مالی»

در ساختار دولتی ایران، واحدهای سازمانی به تفکیک ماهیت و جایگاه آن‌ها از بالا به پایین به شرح جدول ۴-۲۸ هستند.

جدول ۴-۲۸. عنوان و تعریف واحدهای سازمان‌های دولتی

ردیف	عنوان	تعریف
۱	وزیر	اولین و بالاترین سطح
۲	معاونت	دومین سطح و عهده‌دار وظایفی مرتبط با اهداف دستگاه
۳	مرکز	دومین سطح با فعالیت‌های مطالعاتی، تحقیقاتی، آموزشی یا اجرایی
۴	مدیریت	سومین سطح با ماهیت مطالعاتی، تحقیقاتی و اجرایی
۵	اداره کل	سومین سطح با وجه غالب اجرایی
۶	دفتر	سومین سطح با وجه غالب مطالعاتی، آموزشی یا تحقیقاتی
۷	اداره	چهارمین سطح با ماهیت اجرایی
۸	گروه	چهارمین سطح با ماهیت مطالعاتی و تحقیقاتی

ساختارهای ورزش غیردولتی، شامل سازمان‌های عمومی و مردم‌نهاد مانند «کمیته ملی المپیک، فدراسیون‌ها و انجمن‌های مختلف ورزشی» با توجه به ویژگی‌ها و شرایط از ساختارهای خاصی بهره می‌گیرند. نهاد دولتی اصلی ورزش در ایران با عنوان «وزارت ورزش و جوانان» با ایجاد ساختاری مبتنی بر سطوح معرفی شده به اداره ورزش در ایران می‌پردازد. ساختار سازمانی این وزارتخانه و حتی پیش از آن بارها دستخوش تغییرات بوده است و هر بار با کم‌وزیاد کردن برخی از بخش‌ها به‌ظاهر تلاشی برای بهبود روند فعالیت‌ها صورت گرفت. البته تغییرات مکرر در ظرف چند سال می‌تواند پیام‌هایی چون انجام تغییرات «بدون برخورداری از اهداف راهبردی و عملیاتی مشخص و مناسب»، «اولویت سیاسی برای تغییرات بدون توجه به اهداف» یا «اقدام غیرتخصصی به دلیل فقدان برخورداری از دید تخصصی» در این حوزه باشد. برای فعالیت سازمان‌های ورزشی بر اساس ساختارهای تعیین شده، اسناد راهنمایی به شرح جدول ۴-۲۹ مورد استناد و استفاده قرار می‌گیرند.

جدول ۴-۲۹. انواع اسناد راهنمای فعالیت در سازمان‌های ورزشی

ردیف	انواع	توضیح
۱	اساسنامه	اهداف کلی و جزئی سازمان و شیوه انجام فعالیت‌های آن
۲	آیین‌نامه	برگرفته از اساسنامه با جزئیات بیشتر در یک حوزه خاص
۳	دستورالعمل	برگرفته از آیین‌نامه با ارائه روش‌ها و فن‌های عملیاتی
۴	شیوه‌نامه	برگرفته از دستورالعمل یا آیین‌نامه با ارائه جزئیات نحوه عملیات
۵	چک‌لیست	فهرستی از اقدامات لازم‌الاجرا برگرفته از دستورالعمل

«اساسنامه» به معرفی «اهداف کلی و جزئی سازمان» و «شیوه انجام فعالیت‌ها» و کلیاتی برای سازمان‌دهی می‌پردازد. اساسنامه قوانین مصوب و لازم‌الاجرا برای سازمان ورزشی مانند «اساسنامه کمیته ملی المپیک» است. «آیین‌نامه» اغلب از اساسنامه استخراج می‌شود و با جزئیات بیشتری در یک حوزه خاص شرایط فعالیت‌ها و اقدامات را تعیین می‌کند. به‌عنوان مثال «آیین‌نامه کمیته آماده‌سازی بازی‌های المپیک» که باید بر اساس «اساسنامه کمیته ملی المپیک» تهیه شود. «دستورالعمل» اغلب از آیین‌نامه استخراج می‌شود و با روش‌ها و تکنیک‌های عملیاتی راه‌های اجرای فعالیت یا فعالیت‌های مشخصی را معرفی می‌کند. برای نمونه می‌توان به «دستورالعمل برگزاری المپید تک‌رشته‌ای در دانشگاه پیام نور» اشاره کرد. شیوه‌نامه اغلب همان دستورالعمل است که البته جنبه دستوری آن کاهش یافته و بیشتر نقش راهنمای کمکی دارد. «چک‌لیست یا فهرست کنترل» فهرستی از اقدامات لازم‌الاجرا برگرفته از دستورالعمل است که مجری یا ناظر را از اجرای امور طبق دستورالعمل مطمئن می‌کند. برای نمونه می‌توان به «فهرست کنترل برگزاری مسابقات فوتسال دانشگاه پیام نور» اشاره کرد.

#### ۴-۱۱. وزارت ورزش و جوانان ایران

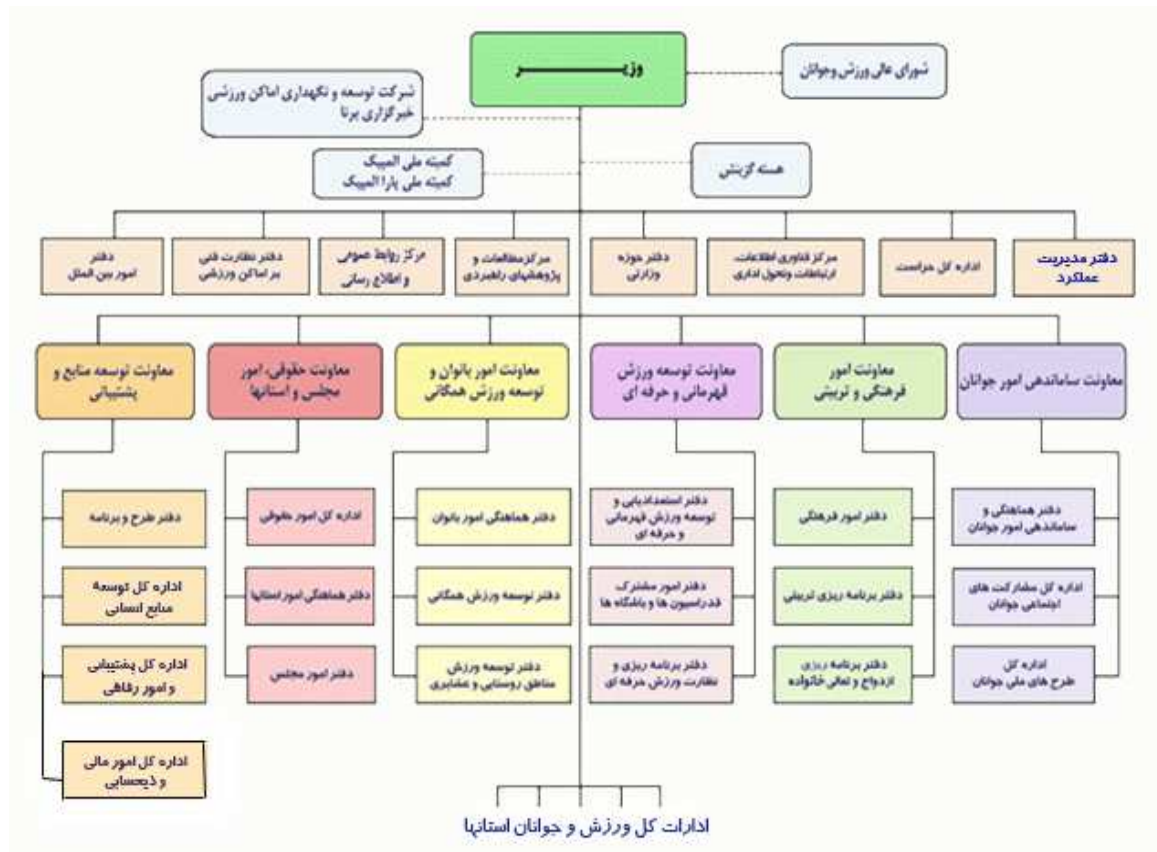
این وزارت، عالی‌ترین مرجع «برنامه‌ریزی، سیاست‌گذاری، حمایت و نظارت» در مسائل مربوط به «ورزش و جوانان» ایران است. از مهم‌ترین وظایف «وزارت ورزش و جوانان ایران» به‌عنوان مهم‌ترین سازمان ملی ورزشی در ایران می‌توان به مواردی به شرح جدول ۴-۳۰ اشاره کرد.

جدول ۴-۳۰. وظایف کلی وزارت ورزش و جوانان در حوزه ورزش

ردیف	وظایف
۱	توسعه و تعمیم ورزش و پرورش نیروی بدنی و تقویت روحیه سالم در افراد کشور
۲	تعلیم و تربیت داوران و مربیان ورزش در سراسر کشور
۳	همگانی کردن ورزش در سطح کشور
۴	تعمیم ورزش در روستاها و مناطق عشایری
۵	ارتقاء سطح ورزش قهرمانی برای دستیابی به رتبه‌های برتر در میادین بین‌المللی
۶	ارتقاء سطح ورزش حرفه‌ای با رویکرد اقتصادی
۷	تأسیس، تجهیز و اداره ورزشگاه‌ها (استادیوم‌ها) و سایر مراکز ورزشی جهت توسعه آن‌ها
۸	تدوین شاخص‌های مربوط به صدور و لغو پروانه باشگاه‌ها و تعیین صلاحیت اخلاقی مدیران مراکز ورزشی و تفریحات سالم کشور و نظارت بر فعالیت‌های آن‌ها طبق آئین‌نامه مصوب

۹	هدایت و حمایت فدراسیون‌ها و هیئت‌های ورزشی برای دستیابی به اهداف ورزشی تعیین‌شده
۱۰	بازرسی امور فنی مربوط به ورزش و تربیت‌بدنی در مدارس، دانشگاه‌ها، آموزشگاه‌های عالی و سایر دستگاه‌های اجرایی برای تحقق اهداف تعیین‌شده
۱۱	ایجاد بستری مناسب جهت برقراری ارتباط واحدهای تحت پوشش سازمان با مراکز بین‌المللی تخصصی علمی ورزشی به‌منظور دستیابی به آخرین اطلاعات و دستاوردها در زمینه‌های مربوطه
۱۲	فراهم نمودن تمهیدات لازم برای تقویت مشارکت بخش غیردولتی و تحکیم نهضت داوطلبی در ورزش

آخرین نمودار مصوب این وزارتخانه در سال ۱۳۹۸ به شرح شکل ۴-۵ است.



شکل ۴-۵. ساختار مصوب وزارت ورزش و جوانان

بر اساس این ساختار، وظایف توسط بخش‌های کلیدی چون «ستاد مرکزی وزارت ورزش و جوانان»، «ادارات کل ورزش و جوانان استانی»، «ادارات کل ورزش و جوانان شهرستانی»، «ادارات کل ورزش و جوانان بخش‌ها یا نمایندگی‌ها»، «هیئت‌های ورزشی»، «باشگاه‌ها» و «سمن‌ها» پیگیری می‌شود. به این طریق ساختار به‌دنبال ایجاد وحدت فرماندهی از بالاترین سطح در ستاد تا واحدهای عملیاتی در سطوح اجرایی است. برای این منظور بازوان اجرایی ستاد مرکزی در هر استان «اداره کل ورزش و جوانان» است که اجزای ساختاری با توجه به سطح عملیات در هر استان را خواهد داشت. برای نمونه در جدول ۴-۳۱ بخش‌های کلیدی از ساختار تشکیلاتی «اداره کل ورزش و جوانان» استان تهران معرفی شده است.

جدول ۴-۳۱. بخش‌های کلیدی در ساختار تشکیلاتی «اداره ورزش و جوانان استان تهران»

ردیف	واحد	توضیح
۱	حوزه ریاست	«مدیرکل»، «کارشناس مسئول روابط عمومی»، «کارشناس هماهنگی امور شهرستان‌ها»، «کارشناس مسئول ارزیابی عملکرد و پاسخگویی به شکایات»، «گروه نظارت فنی بر اماکن ورزشی»، «اداره امور حقوقی»، «کارشناس مسئول حراست» و «کارشناس امور ایثارگران»
۲	معاونت توسعه منابع و پشتیبانی	«اداره نظارت بر اماکن ورزشی»، «اداره توسعه منابع انسانی و پشتیبانی»، «اداره امور مالی»، «گروه فناوری اطلاعات و تحول اداری»
۳	معاونت امور ورزش	«گروه نظارت و هماهنگی بر فعالیت‌های ورزشی شهرستان‌ها و مناطق»، «گروه توسعه ورزش روستایی و عشایری»، «گروه توسعه ورزش همگانی»، «گروه توسعه ورزش قهرمانی و حرفه‌ای»، «گروه هماهنگی امور بانوان»
۴	معاونت امور جوانان	«گروه ساماندهی امور جوانان»، «گروه مشارکت‌های اجتماعی جوانان» و «گروه امور فرهنگی و تربیتی»
۵	واحدهای شهرستانی ورزش و جوانان	«اداره ورزش و جوانان شهرستان شهریار»، «اداره ورزش و جوانان شهرستان قدس»، «اداره ورزش و جوانان شهرستان ملارد» ...

در زیرمجموعه هر یک از ادارات کل ورزش و جوانان استانی، واحدهای «اداره ورزش و جوانان شهرستانی» با واحدهای عملیاتی در سطح بخش‌ها، شهرها و روستاها فعالیت می‌کنند.

#### ۴-۱۲. کمیته ملی المپیک ایران

این کمیته سازمانی «مستقل»، «غیرانتفاعی»، «غیردولتی» و «دارای استقلال مالی» است. «کمیته ملی المپیک جمهوری اسلامی ایران» بر اساس اصل مندرج در منشور المپیک به منظور «توسعه ورزش»، «تربیت نیروهای جوان»، «حمایت از نهضت المپیک»، «رونق رشته‌های ورزشی»، «برنامه‌ریزی برای حضور در بازی‌های المپیک و آسیایی» و «مشارکت در فعالیت‌های کمک به ارتقای صلح و بهبود اخلاق ورزشی» تشکیل شده است. «کمیته ملی المپیک» متشکل از «مجمع عمومی»، «هیئت رئیسه» و «هیئت اجرایی» دارای وظایفی به شرح جدول ۴-۳۲ است.

جدول ۴-۳۲. وظایف کمیته ملی المپیک

ردیف	وظایف
۱	کمک به «پیشبرد تعلیم و تربیت نیروهای جوان و فعال کشور» و «تشویق و ترغیب عموم مردم به حفظ سلامتی و تندرستی با مشارکت مؤثر در فعالیت‌های ورزشی» و «تحقق مفهوم آیه مبارکه ۵۹ سوره انفال قرآن کریم»
۲	تلاش در جهت توسعه ورزش قهرمانی از طریق انجام «تحقیقات علمی و فنی» با هدف «رشد استعدادها بالقوه» و «ارتقای توانایی‌های جسمی، روانی و عقلی ورزشکاران کشور»
۳	شرکت در بازی‌های المپیک زمستانی و تابستانی و اعزام ورزشکاران به مسابقات و نمایندگی ایران در بازی‌های المپیک، مسابقات منطقه‌ای، قاره‌ای و جهانی تحت نظر کمیته بین‌المللی المپیک
۴	نظارت بر «حسن اجرای قوانین بین‌المللی ورزشی»، «رعایت مفاد منشور المپیک و مقررات کمیته بین‌المللی المپیک» و «اشاعه اصول المپیزم در سطح ملی»

۵	برقراری ارتباط مستمر با کمیته بین‌المللی المپیک، شوراها، انجمن‌ها و دیگر ارگان‌های وابسته به آن از جمله «فدراسیون‌های بین‌المللی، کنفدراسیون‌های قاره‌ای و کمیته‌های ملی المپیک»
۶	بررسی و تأیید اساسنامه «فدراسیون‌ها و ارگان‌های ورزشی» با تأکید بر حفظ حقوق آنان
۷	آماده‌سازی و اعزام ورزشکاران به بازی‌های «المپیک، آسیایی، پارالمپیک و همبستگی کشورهای اسلامی» و «دیگر مسابقات تحت نظر کمیته بین‌المللی المپیک» همراه با مسئولیت در قبال «رفتار ورزشکاران و هیئت‌های اعزامی»
۸	آشنا ساختن عموم مردم به منشور و مرام بازی‌های المپیک و تشویق آنان برای پشتیبانی از نهضت بازی‌ها
۹	تشکیل اداره امور آکادمی ملی المپیک، موزه المپیک و برگزاری نمایشگاه‌ها
۱۰	تدوین و اجرای برنامه‌های آموزشی به منظور اشاعه اهداف نهضت المپیک
۱۱	تهیه «پرچم، نماد و سرود کمیته ملی المپیک» با تصویب «هیئت اجرایی کمیته بین‌المللی المپیک»
۱۲	بررسی و تصمیم‌گیری درباره گزارش‌های حوزه وظایف و اختیارات کمیته درباره دیگر سازمان‌ها و شخصیت‌های ورزشی
۱۳	تشکیل دوره‌های آموزشی داخلی و بین‌المللی در ایران با همکاری «دفتر همکاری‌های بین‌المللی المپیک یا همبستگی المپیک»، «فدراسیون‌های مربوطه» و «سازمان‌های ورزشی داخلی و خارجی»
۱۴	اعزام افراد کاردان به دوره‌های آموزشی بین‌المللی در خارج از کشور
۱۵	همکاری در انجام امور فدراسیون‌های ورزشی منطقه‌ای، آسیایی و بین‌المللی مستقر در ایران
۱۶	پوشش مالی و اداری «فدراسیون بازی‌های غرب آسیا»، «فدراسیون همبستگی ورزش کشورهای اسلامی» و «کمیته ملی پارالمپیک»
۱۷	تشکیل جلسات مشورتی رؤسا و دبیران فدراسیون‌های ملی با حضور هیئت اجرایی کمیته
۱۸	تشکیل جلسه با حضور رؤسا و دبیران کنفدراسیون‌های مستقر در ایران هر سه ماه یک‌بار برای بررسی امور مربوط و کمک‌های موردنیاز در حد توان
۱۹	کمک به پیشرفت نقش زنان در ورزش با ایجاد شرایط «تربیت کادر مجرب»، «شرکت در مجامع بین‌المللی» و تشکیل یا حضور در کلاس‌های فنی و مدیریتی»
۲۰	ایجاد رابطه مؤثر و هماهنگ با سازمان‌های دولتی و غیردولتی برای توسعه ورزش و ممانعت از درگیری «کمیته ملی المپیک» در «فعالیت‌های در تضاد با منشور المپیک»
۲۱	حمایت از سازمان‌های عمومی و مردمی، اعم از باشگاه‌های ورزشی و حمایت از اعزام تیم‌های «دانشجویی، دانش‌آموزی، کارگری و نیروهای مسلح» به مسابقات و مجامع بین‌المللی
۲۲	اتخاذ تدابیر لازم برای مقابله با هرگونه تبعیض، خشونت و فساد در ورزش
۲۳	مقابله با هرگونه اعمال نفوذ معارض با منشور المپیک از سوی اشخاص، سازمان‌ها و گروه‌ها
۲۴	تدوین «کتب، نشریات و مقالات» در حوزه «ورزشی، فرهنگی، هنری و خبری مرتبط با «جنش المپیک» و «مقررات فنی فدراسیون‌های بین‌المللی»
۲۵	اختصاص یک روز یا یک هفته در سال بنام «روز یا هفته المپیک» با همکاری کمیته بین‌المللی المپیک و برنامه‌های «تشویق کودکان، نوجوانان، و جوانان» برای توجه به ورزش و المپیک با برگزاری مراسم ساده و ورزشی
۲۶	انتخاب شهر میزبان داوطلب بازی‌های المپیک در کشور (این انتخاب از اختیارات ویژه کمیته ملی المپیک است).
۲۷	تهیه و نگهداری پرونده «پزشکی، مهارتی و انضباطی» کلیه قهرمان و ورزشکاران در سطح ملی و نتایج بازی‌های آسیایی و جهانی
۲۸	مبارزه با استفاده از داروهای غیرمجاز و ممنوع از نظر «کمیته بین‌المللی المپیک و فدراسیون‌های بین‌المللی» و نظارت همیشگی پزشکی بر ورزشکاران در شرایط مطلوب از طریق تأسیس و ایجاد آزمایشگاه مجهز تشخیص دوپینگ
۲۹	اقدام به تشکیل نهادهای اقتصادی جهت کمک به تأمین هزینه‌های کمیته ملی المپیک
۳۰	همکاری و هماهنگی با سازمان‌های ذی‌ربط در حفظ محیط‌زیست برای حفظ و دسترسی به محیط‌زیست سالم
۳۱	عقد قرارداد با حمایت‌کنندگان مالی داخلی برابر «قوانین جاری داخلی، بین‌المللی و به‌ویژه» کمیته بین‌المللی المپیک

«آکادمی ملی المپیک ایران» مؤسسه‌ای «علمی، آموزشی، پژوهشی، فرهنگی و تخصصی» و وابسته به «کمیته ملی المپیک ایران» است. این آکادمی با هدف «تبیین و ترویج اصول و اهداف نهضت المپیک و تعلیم و تربیت نیروهای جوان»، «تشویق و ترغیب مردم به حفظ سلامتی و تندرستی»، «در راستای تحقق بخشی از وظایف کمیته ملی المپیک»، «کمک به ارتقا، سطح فرهنگی و پویایی علمی و مشارکت در دستاوردهای علمی و فنی بشر» و «فراهم‌سازی امکاناتی مناسب برای قهرمانان و مربیان و مدیران و متصدیان ورزش» تأسیس شده است. به‌همین منظور آکادمی در زمینه‌های «علمی آموزشی، پژوهشی، فرهنگی، هنری و ورزشی در سطح ملی و بین‌المللی و کشورهای اسلامی فعالیت می‌کند. خدمت‌گیرندگان اصلی آکادمی «ورزشکاران نخبه و مستعد جوان»، «مربیان»، «داوران»، «باشگاه‌ها»، «مراکز آموزشی»، «مدیران»، «متصدیان امور ورزشی و فرهنگی» و «حامیان مالی آکادمی و کمیته ملی المپیک» هستند. از واحدهای آکادمی می‌توان به «امور آموزش و همبستگی المپیک»، «مرکز پژوهش، سنجش و تمرینات برتر»، «مرکز امور پزشکی ورزشی»، «روابط عمومی»، «اداری و پشتیبانی» اشاره کرد.

#### ۴-۱۳. فدراسیون‌های ورزشی ملی ایران

فدراسیون ورزشی آماتوری جمهوری اسلامی ایران «مؤسسه عمومی غیردولتی» و «دارای شخصیت حقوقی» است که براساس «مشی و اصول ورزشی آماتوری تعیین‌شده توسط منشور المپیک و مراعات شئون اسلامی و مقتضیات ملی» به‌عنوان «بالاترین مرجع ذی‌صلاح در هر رشته ورزشی» تشکیل می‌شود. «فدراسیون ملی» بر اساس اساسنامه فدراسیون‌ها در ایران با هماهنگی «وزارت ورزش و جوانان» و «کمیته ملی المپیک» و رعایت «سایر قوانین و مقررات مربوط» و با اهدافی به شرح جدول ۴-۳۳ فعالیت می‌کند.

جدول ۴-۳۳. اهداف فدراسیون‌های ورزشی

ردیف	اهداف
۱	«ترغیب اقبال جامعه به حفظ تندرستی» و «ایجاد زمینه مشارکت آنان در فعالیت‌های منظم، اصولی و قانونمند ورزشی»
۲	ایجاد و گسترش سبک‌های مختلف در رشته ورزشی ذی‌ربط
۳	ایجاد زمینه‌های لازم برای حضور «قهرمانان، پیش‌کسوتان، داوران، مربیان و سایر متصدیان ورزش» در عرصه‌های بین‌المللی در داخل و خارج از کشور
۴	ایجاد زمینه‌های مناسب برای کشف، رشد و پرورش استعدادها و ورزشی ورزشکاران و قهرمانان
۵	بالا بردن قابلیت‌های جسمانی و ارتقای سطح کیفیت و مهارت‌های فنی-ورزشی با شیوه‌های علمی ورزش آماتوری
۶	کشف و جذب استعدادها و توانمندی اقبال جامعه و تقویت آن‌ها برای رشد کمی و کیفی رشته ورزشی مربوطه
۷	ایجاد زمینه‌های مناسب برای طراحی، ساخت و تولید و توزیع وسایل و لوازم استاندارد ورزشی در رشته مربوط
۸	استفاده از دانش، تجارب و توانمندی‌های گروه‌ها و مجامع بین‌المللی ورزشی
۹	احیاء و اشاعه خصلت‌های جوانمردی در میان ورزشکاران
۱۰	ارتقای سطح معیشت و ایجاد تسهیلات برای قهرمانان

در ایران فدراسیون‌های ملی به شرح جدول ۴-۳۴ وجود دارد.



جدول ۴-۳۴. اسامی فدراسیون‌های ملی ورزشی ایران

ردیف	نام فدراسیون	ردیف	نام فدراسیون	ردیف	نام فدراسیون
۱	اسکواش	۱۸	چوگان	۳۵	بیماران خاص و پیوند اعضا
۲	اسکی	۱۹	دوچرخه‌سواری	۳۶	ورزش‌های پهلوانی
۳	انجمن‌های ورزشی	۲۰	دوومیدانی	۳۷	نابینایان
۴	اسکیت	۲۱	ژیمناستیک	۳۸	ورزش‌های دانشگاهی
۵	بسکتبال	۲۲	سوارکاری	۳۹	ورزش‌های رزمی
۶	بدمیتون	۲۳	شطرنج	۴۰	ستی و بومی
۷	بدن‌سازی و پرورش‌اندام	۲۴	شمشیربازی	۴۱	وزنه‌برداری
۸	بوکس	۲۵	شنا	۴۲	سه‌گانه
۹	بولینگ و بیلپارد	۲۶	فوتبال	۴۳	دانش‌آموزی
۱۰	پزشکی ورزشی	۲۷	قایقرانی	۴۴	ووشو
۱۱	تکواندو	۲۸	کبدمی	۴۵	هاکی
۱۲	تیراندازی	۲۹	کشتی	۴۶	هندبال
۱۳	تیروکمان	۳۰	کاراته	۴۷	کونگ‌فو و هنرهای رزمی
۱۴	تنیس	۳۱	کوهنوردی	۴۸	ورزش‌های همگانی
۱۵	تنیس روی میز	۳۲	گلف	۴۹	ناشنوایان
۱۶	جودو	۳۳	موتورسواری و اتومبیلرانی	۵۰	ورزش کارگری
۱۷	جانبازان	۳۴	نجات‌غریق	۵۱	

هر فدراسیون با توجه به حجم فعالیت و واحدهای تابعه خود دارای ساختاری خاص است. اما در یک فدراسیون با حجم متوسط کار در ایران می‌توان واحدهایی به شرح جدول ۴-۳۵ را با توجه به نیاز اجرایی پیش‌بینی کرد.

جدول ۴-۳۵. بخش‌های کلیدی در ساختار تشکیلاتی «فدراسیون ملی ورزشی»

ردیف	واحد	توضیح
۱	مجمع عمومی	بالاترین سطح برای انتخاب رئیس و اعضای کلیدی و بررسی و تصویب برنامه‌ها و سیاست‌های کلان که اغلب متشکل از «رؤسای هیئت‌های استانی، نمایندگان دستگاه‌های کلیدی در ورزش کشور» خواهد بود.
۲	هیئت‌رئیس	سیاست‌گذار، ناظر و حامی در برنامه‌های فدراسیون با اعضای برجسته و منتخب توسط رئیس فدراسیون
۳	حوزه ریاست	«رئیس فدراسیون»، «مشاورین»، «مدیر روابط عمومی»، «خزانه‌دار»، «رئیس دفتر» و «کمیته امور اقتصادی»، «کمیته روابط بین‌الملل» و «نواب رئیس»
۴	دبیرخانه	«دبیرکل فدراسیون»، «کمیته مربیان و آموزش»، «کمیته مسابقات»، «کمیته داوران و ناظرین»، «کمیته پیشکسوتان»، «کمیته انضباطی»، «کمیته پزشکی»، «کمیته فرهنگی»، «کمیته استعدادیابی»، «کمیته امور استان‌ها» و «کمیته پشتیبانی»
۵	انجمن‌ها	انواع انجمن‌ها و کمیته‌های تخصصی به‌ویژه در رشته‌های خاص «مانند کمیته فوتسال در فدراسیون فوتبال»

در سطح پائین‌تر از فدراسیون، انجمن‌های ورزشی وجود دارند که برای مدیریت رشته‌های ورزشی در زیرمجموعه برخی فدراسیون‌ها قرار دارند. جدول ۴-۳۶ فهرستی از انجمن‌های ورزشی فعال در داخل «فدراسیون‌های ورزش همگانی» و «فدراسیون انجمن‌های ورزشی» را نشان می‌دهد.

جدول ۴-۳۶. انجمن‌های ورزشی ایران

ردیف	فدراسیون ورزش‌های همگانی	ردیف	فدراسیون انجمن‌های ورزشی	ردیف	فدراسیون جانبازان و معلولین
۱	آمادگی جسمانی	۱	جهت‌یابی	۱	اسکی
۲	ایروبیک	۲	طناب‌کشی	۲	باستانی
۳	بازی‌های فکری	۳	فلوربال	۳	بدمینتون
۴	داوطلبین ورزشی	۴	سپک‌تاکرا	۴	بسکتبال با ویلچر
۵	ورزش آتش‌نشانان و امدادگران	۵	دراگون‌بوت	۵	بوچیا
۶	ورزش روزانه	۶	جت‌اسکی	۶	تنیس با ویلچر
۷	پیاده‌روی	۷	فوتبالدستی	۷	تنیس روی میز
۸	بازی‌ها و ورزش‌های کودکان	۸	اسکی روی آب	۸	تیروکمان
۹	تفریحی، مهارت‌فردی و نمایشی	۹	دارت	۹	تیراندازی
۱۰	داژبال	۱۰	بیسبال و سافتبال	۱۰	دوومیدانی
۱۱	طناب‌زنی	۱۱	ورزش‌های هوایی	۱۱	دوچرخه‌سواری
۱۲	ورزش بزرگسالان	۱۲	کیک‌بوکسینگ واکو	۱۲	شنا
۱۳	ورزش‌های طبیعی	۱۳	فوتوالی	۱۳	فوتبال
۱۴	ماهگیری ورزشی			۱۴	قایقرانی
۱۵	ورزش‌های آبی			۱۵	هوش میانه
۱۶	گردشگری ورزشی			۱۶	والیبال نشسته
۱۷	فریزبی			۱۷	وزنه‌برداری
۱۸	بازی‌های الکترونیک			۱۸	پاراتکواندو
۱۹	نهادهای سازمان‌ها				
۲۰	پرواز کایت				
۲۱	پیلاتس				
۲۲	پینت‌بال				
۲۳	چوگو				
۲۴	یوگا				
۲۵	تندرستی و حرکات اصلاحی				
۲۶	کمیته پرنثوآ				
۲۷	روش‌های تمرینی				
۲۸	ورزش مادران				



در برخی فدراسیون‌ها، رشته‌های زیرمجموعه یا تخصصی در قالب «کمیته» و در برخی فدراسیون‌ها در قالب «انجمن» معرفی می‌شوند. به‌همین نحو در فدراسیون‌های «نابینایان، ناشنوایان، دانشگاهی، دانش‌آموزی، کارگران و کونگ‌فو» دارای چندین انجمن در زیرمجموعه فدراسیون هستند. در مواردی هر یک از این «کمیته‌ها و انجمن‌ها» با ساختارهایی مبتنی بر وجود «رئیس، نایب‌رئیس، دبیر، خزانه‌دار، بازرس و کمیته‌های تخصصی» فعالیت می‌کنند. در سطحی پایین‌تر از ساختار «هیئت‌های ورزشی» به‌عنوان بازوان اجرایی فدراسیون‌های ورزشی در استان‌ها «شهرستان‌ها، بخش‌ها و نمایندگی‌ها» فعالیت می‌کنند. هر یک از فدراسیون‌ها امور اجرایی خود در استان‌ها را از طریق «هیئت‌های ورزشی استانی» و هر «هیئت ورزشی استانی» نیز امور خود در شهرستان‌ها را از طریق «هیئت‌های شهری» دنبال می‌کنند.

#### ۴-۱۴. باشگاه‌های ورزشی در ایران

اصلی‌ترین نهاد ورزشی برای فعالیت‌های ورزشی از ابعادی چون «آموزش، تمرین، رقابت و مانند آن» فضایی بنام باشگاه است. در واقع ورزشکاران در این نهاد تربیت می‌شوند. از نظر IOC باشگاه‌ها از ارکان تربیت و معرفی ورزشکاران و رونق المپیک هستند. باشگاه‌های ورزشی نقش بسیار مهم و مؤثر در «عمومی‌کردن ورزش» از یکسو و «ارتقای ورزش قهرمانی و حرفه‌ای» از سوی دیگر دارند. باشگاه‌های ورزشی با «ایجاد انگیزه و جذب جوانان به ورزش قهرمانی و تربیت ورزشکار در رشته‌های مختلف» و همچنین با «برگزاری رقابت‌های ورزشی» باعث شورونشاط در جوامع می‌شوند. این نهاد ورزشی تأمین‌کننده ورزشکاران نخبه برای کشورها و عامل رسیدن به افتخارات بین‌المللی ورزشی هستند و در سطح کلان آثار «سیاسی، اقتصادی و فرهنگی» متعددی را ایجاد می‌کنند. سازمان‌دهی اصلی ورزش اغلب کشورها از طریق «نظام ورزش باشگاهی» انجام می‌شود. در بیشتر موارد، تربیت ورزشکاران نام‌آور در سطح جهانی، حاصل فعالیت‌های باشگاهی بوده است (المپیک سولیداریتی، ۱۳۷۴). در واقع باشگاه ورزشی، مجموعه‌ای است که در حوزه فعالیت‌های مرتبط با ورزش فراهم‌کننده «تفریح، رقابت و آموزش» است. بنابراین، باشگاه‌های ورزشی با توجه به تعریف فوق، می‌توانند اهداف متفاوتی به شرح جدول ۴-۳۷ داشته باشند.

جدول ۴-۳۷. اهداف باشگاه‌های ورزشی

ردیف	اهداف
۱	آموزش مهارت‌های ورزشی
۲	توسعه ظرفیت‌های فردی در راستای فراگیری یک رشته ورزشی
۳	کمک به بهبود تناسب و قابلیت‌های فیزیکی و ذهنی
۴	ایجاد فضایی برای بهبود و توسعه تعاملات و ارتباطات اجتماعی
۵	رقابت بین افراد
۶	درآمدزایی

در آیین‌نامه اجرایی قانون اجازه تأسیس باشگاه ورزشی و ورزشگاه توسط مردم با نظارت دولت (۱۳۶۹) باشگاه ورزشی به‌عنوان «مؤسسه‌ای با هدف تعلیم و تقویت قوای جسمانی و روحانی افراد و سالم‌سازی جامعه و تعلیم یک

یا چند رشته ورزشی مطابق ضوابط فنی و اصول و مقررات تعیین شده توسط وزارت ورزش و جوانان<sup>۱</sup> تعریف شده است. باشگاه‌ها را می‌توان در سه دسته کلی به شرح جدول ۴-۳۸ طبقه‌بندی کرد.

جدول ۴-۳۸. انواع باشگاه‌های ورزشی

ردیف	انواع	توضیح
۱	قهرمانی	نهادی برای شرکت در رقابت‌های ورزشی (در سطح مقدماتی و آماتور)
۲	تفریحی	نهادی ورزشی برای فعالیت‌های ورزشی تفریحی
۳	حرفه‌ای	نهادی ورزشی برای شرکت در رقابت‌های حرفه‌ای با ثبت در اداره ثبت اسناد و املاک

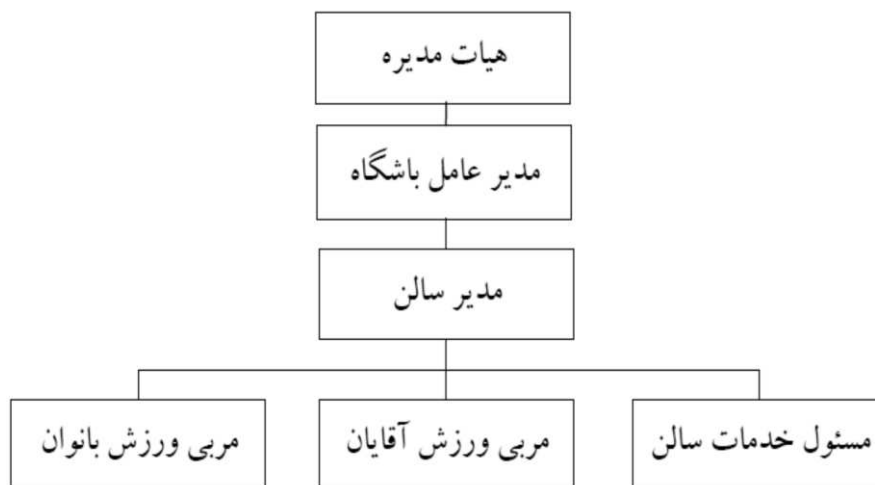
ورزش حرفه‌ای شامل «فعالیت‌هایی سازمان‌یافته» با «رقابت‌های ورزشی» برای «کسب درآمد اقتصادی» است. از این رو دو مقوله «باشگاه» و «ورزش حرفه‌ای» ارتباط مستقیم و جدایی‌ناپذیر با یکدیگر دارند. باشگاه‌های ورزشی امکان کسب درآمد در زمینه‌هایی مانند «استعدادیابی»، «استعدادپروری»، «خدمات آموزشی»، «رقابت»، «فعالیت‌های تفریحی»، «حمایت‌های مالی شرکت‌های اقتصادی»، «حق پخش تلویزیونی»، «تبلیغات»، «بلیت‌فروشی»، «تجارت و وسایل ورزشی» و امثال آن کسب کند (خورشیدی، ۱۳۹۰).

نوع دیگری از طبقه‌بندی باشگاه‌های ورزشی، تقسیم آن‌ها به دو دسته باشگاه‌های «تک‌رشته‌ای» و «چندرشته‌ای» است. برخی از باشگاه‌ها، مانند دانشگاه‌های بدن‌سازی تنها بر یک رشته ورزشی تمرکز دارند. در حالی که برخی دیگر از باشگاه‌ها در چند رشته ورزشی شامل «از یک طیف رشته‌های ورزشی متجانس» تا «رشته‌های ورزشی مختلف و نامتجانس» فعالیت می‌کنند. برای نمونه برخی از باشگاه‌های ورزشی در رشته‌های متجانس «بدن‌سازی، ایروبیک، پیلاتس، آمادگی جسمانی، استپ و امثال آن» و برخی دیگر، علاوه بر رشته‌های مورد اشاره در رشته‌های متفاوت و نامتجانس دیگری از جمله «فوتسال، بسکتبال، دوومیدانی و شنا» فعال هستند. مزیت باشگاه‌های ورزشی چندرشته‌ای در آن است که افراد می‌توانند در بیش از یک رشته ورزشی در یک محل شرکت و آن‌ها را تجربه کنند (قربانی و صفری، ۱۳۹۵).

نوع و ساختار تشکیلاتی باشگاه‌های ورزشی به‌طور مستقیم به سطح فعالیت‌ها و گستره عملکردی آن‌ها بستگی دارد. باشگاه‌های ورزشی که در یک یا چند رشته انگشت‌شمار فعالیت می‌کنند از ساختار سازمانی ساده و با تعداد سطوح و پست‌های کمی برخوردارند. اما در نقطه مقابل، باشگاه‌هایی وجود دارند که در اغلب رشته‌های ورزشی و در تمامی سطوح و برای اقشار مختلف و در یک محدوده جغرافیایی وسیع به فعالیت می‌پردازند و در نتیجه از ساختاری پیچیده و سطوح سلسله‌مراتبی و پست‌های سازمانی بسیاری برخوردارند. به هر میزان که بر سطوح سلسله‌مراتبی و تعداد پست‌های سازمانی و تخصص‌های موجود در باشگاه افزوده شود، موضوع هماهنگی و مدیریت امور مختلف «پیچیده‌تر» خواهد شد. اغلب علاوه بر «هیئت‌مدیره» و «مدیرعامل»، تعداد مشاغل و پست‌ها وابسته به سطح باشگاه، متفاوت است. برای مثال در یک «باشگاه بدن‌سازی» ممکن است نیروی انسانی محدود به «یک مدیر سالن» و «یک مربی» با «ساختار تشکیلاتی ساده» باشد. اما در یک «باشگاه ورزشی بزرگ»، با چندین «رشته و سالن ورزشی» ساختار

۱. در آئین‌نامه به سازمان تربیت‌بدنی اشاره شده که با توجه به تغییر نام به «وزارت ورزش و جوانان، نام اخیر لحاظ شد.

تشکیلاتی می‌تواند شامل پست‌های «مدیر سالن»، «سر مربی»، «مربی»، «سرپرست تیم»، «مسئول کمیته انضباطی»، «خزانه‌دار»، «مسئول امور مالی»، «روابط عمومی»، «پزشک»، «مدیر امور اداری»، «مدیر بازاریابی»، «مدیر امور حقوقی»، «مدیر آموزش و آکادمی»، «حراست»، «کارشناسان» و امثال آن باشد. در شکل ۴-۶، ساختار سازمانی یک نمونه باشگاه «تکرشته‌ای» معرفی شده است. اغلب در این نوع باشگاه‌ها پس از «هیئت مدیره» و «مدیرعامل»، می‌توان چهار پست سازمانی «مدیر سالن»، «مربی آقایان»، «مربی بانوان» و «مسئول خدمات» را برای باشگاه پیش‌بینی کرد. تمامی باشگاه‌های فعال در یک رشته ورزشی و در سطح آماتور، می‌توانند از این ساختار تبعیت کنند اما به‌میزانی که باشگاه فعالیت خود را برای سطوح حرفه‌ای، سبک‌ها و اقشار مختلف گسترش می‌دهد، این ساختار نیز گسترده‌تر و دارای پست‌های سازمانی بیشتری خواهد شد (قربانی و صفری، ۱۳۹۵).



شکل ۴-۶. چارت تشکیلاتی یک باشگاه ورزشی تکرشته‌ای (منبع: قربانی و صفری، ۱۳۹۵)

در یک باشگاه ورزشی چندرشته‌ای می‌توان واحدها و بخش‌ها را به‌تناسب نیز و در محورهایی مانند جدول ۴-۳۹ توسعه داد.

جدول ۴-۳۹. واحدهای قابل پیش‌بینی برای باشگاه‌های ورزشی چندرشته‌ای

ردیف	واحد	توضیح
۱	هیئت مدیره	سیاست‌گذار، ناظر و حامی در برنامه‌های باشگاه و انتخاب مدیرعامل
۲	حوزه ریاست	«مدیرعامل»، «کمیته انضباطی»، «مدیر روابط عمومی»، «مشاورین»، «رئیس دفتر»، «مدیر امور حقوقی» و «کمیسیون معاملات»
۳	معاونت ورزشی	«معاون ورزشی»، «مدیر آموزش و پژوهش»، «مدیر فنی»، «مدیران تیم‌های ورزشی»، «پزشک ورزشی»، «مدیر کمیته استعدادیابی» و امثال آن
۴	معاونت اجرایی	«معاون اجرایی»، «مدیر امور مالی»، «مدیر امور اداری» و «مدیر بازرگانی»، «امور ثبت‌نام و عضویت»

استفاده از کلماتی مانند «استادیوم ورزشی»، «سالن ورزشی» و «تیم ورزشی» معادل «باشگاه» اقدام درستی نیست. «استادیوم ورزشی» مکانی مجهز به «سکوی تماشاچی»، «سازه‌ها و امکانات جانبی محصورشده با استانداردهای لازم برای برگزاری رویدادهای ورزشی» است. سازه بیضی یا دایره‌ای شکل استادیوم اغلب روباز و برای بازی‌ها و مسابقاتی مانند «فوتبال و دو میدانی» مورد استفاده قرار می‌گیرد. در این نوع سازه اغلب «ردیف‌های پلکانی برای نشستن تماشاگران

در اطراف» ساخته می‌شود. «سالن ورزشی» مکانی سرپوشیده و مبتنی بر ضوابط فنی ورزشی، برای انجام فعالیت در یک یا چند رشته ورزشی است. سالن ورزشی دارای «محیطی سرپشته» برای «تمرینات یا مسابقات ورزشی» اغلب با جایگاه تماشاگر و در مواردی روباز است. مهم‌ترین ویژگی یک سالن «انجام بازی‌های ورزشی در پائین‌ترین نقطه آن» به‌منظور ایجاد و امکان دید مناسب برای تماشاگران خواهد بود. «تیم ورزشی» به «مجموعه‌ای از افراد با وظایف مشخص برای دستیابی به هدف ورزشی خاص»، «بر اساس ضوابط فنی رشته‌ای خاص» و «اغلب گروهی ورزشکار به‌عنوان یک‌طرف مسابقه ورزشی» است. «باشگاه ورزشی» مؤسسه‌ای ایجادشده با «مجوز رسمی سازمان متولی» برای فعالیت در زمینه «آموزش و پرورش ورزشکاران در یک یا چند رشته ورزشی» بر اساس «موازین و ضوابط فدراسیون‌های مربوطه» است. در واقع «باشگاه‌های ورزشی» بر اساس امکانات ورزشی و تفریحی به اعضای خود در نقاط مختلف خدمات می‌دهند. باشگاه‌ها می‌توانند صرفاً «قهرمانی، حرفه‌ای یا تفریحی» یا در هر سه زمینه فعال باشند. در اکثر کشورها سازمان ملی ورزش به همراه فدراسیون‌های ورزشی وظیفه صدور مجوز فعالیت‌های ورزشی به باشگاه‌ها را بر عهده دارند.

منابع فیزیکی یا کالبدی یک باشگاه ورزشی یکی از اصلی‌ترین منابع برای ایجاد و تداوم حیات یک باشگاه ورزشی محسوب می‌شود. یک باشگاه ورزشی ممکن است خود دارای امکانات و فضاهای ورزشی باشد، یا در بعضی موارد از امکانات و فضاهای ورزشی سایر نهادهای ورزشی و غیرورزشی استفاده کند. اغلب «باشگاه‌های حرفه‌ای» به امکانات و فضاهای ورزشی اختصاصی نیاز دارند؛ درحالی‌که این امر برای «باشگاه‌های تفریحی و غیرحرفه‌ای» ضروری نیست. برخی باشگاه‌ها از امکانات مختلف مراکز «دولتی»، «دانشگاه‌ها»، «مدارس» و «منابع طبیعی مانند پارک‌ها، رودخانه‌ها، کوه‌ها و نظایر آن» استفاده می‌کنند. معیارهای قابل قبول در حیطه اماکن و فضاهای ورزشی در ورزش حرفه‌ای اغلب به‌وسیله «سازمان برگزارکننده مسابقات» تعیین می‌شود. برای نمونه «کنفدراسیون فوتبال آسیا» برای باشگاه‌های شرکت‌کننده در مسابقات تحت پوشش خود حداقل معیارهایی در استادیوم‌های محل مسابقات از جمله «وضعیت ایمنی، اتاق کنترل، ظرفیت تماشاگر، میزان روشنایی، اتاق کمک‌های اولیه، ویژگی‌های زمین مسابقه، امکانات رفاهی، تابلوهای راهنما، جایگاه دوربین‌های تلویزیونی، جایگاه ایستگاه‌های ون تلویزیونی، اتاق کنفرانس، اتاق کنترل دوپینگ، امکانات موردنیاز معلولان، تابلوهای تبلیغاتی، پارکینگ، رختکن بازیکنان و داوران، اتاق مدیریت ورزشگاه، جایگاه VIP، اتاق گزارشگران رادیوتلویزیون، راهروهای منتهی به زمین مسابقه و امثال آن» را معرفی می‌کند. باشگاه‌های کوچک و معمولی ساختارهای ساده‌تری دارند اما هر چه باشگاه حرفه‌ای‌تر و دارای ابعاد بزرگ‌تری باشد به واحدهای تخصصی‌تری چون «هواداران، رسانه‌ها، افراد ذینفع، شرکت‌های تجاری، بازیکنان، اتحادیه‌های حرفه‌ای، آژانس‌های بازاریابی، دولت، مراجع ورزشی، دیگر باشگاه‌ها و امثال آن» توجه داشته باشند (خلیلی، ۱۳۸۶).

در دنیای امروز برخی ساختارهای خصوصی برای ارائه خدمات مشاوره شکل می‌گیرند. برای نمونه می‌توان به مراکز «استعدادیابی، مشاوره سلامتی و مشاوره‌های تخصصی مدیریت ورزشی و امثال آن» اشاره کرد. هرچند این مراکز هویت باشگاهی ندارند اما خدمات تخصصی در حوزه ورزش را در اختیار مخاطبین عام یا تخصصی خود قرار می‌دهند.



## ۴-۱۵. معرفی کوتاه از دیگر سازمان‌های ملی و داخلی ورزشی در ایران

علاوه بر سازمان‌های مهم ملی و داخلی معرفی شده در ایران، سازمان‌های مهم ورزشی دیگری در کشور وجود دارند که بخشی از آن‌ها به صورت کوتاه در جدول ۴-۱۵ معرفی می‌شوند.

جدول ۴-۱۵. معرفی کوتاه از سایر سازمان‌های ملی و داخلی ورزشی در ایران

ردیف	نام سازمان	توضیح
۱	معاونت تربیت بدنی و تندرستی	یکی از معاونت‌های وزارت آموزش و پرورش با مسئولیت امور آموزشی ورزشی کودکان و نوجوانان اغلب از ۶ تا ۱۸ ساله با واحدهایی چون «دفتر تربیت بدنی و فعالیت‌های ورزشی» و «دفتر امور سلامت و تندرستی»
۲	شورای عالی تربیت بدنی و ورزش دانشگاه‌ها	عالی‌ترین نهاد سیاست‌گذار و تصمیم‌گیرنده در حوزه ورزش دانشگاهی و شامل نمایندگان «فدراسیون ملی ورزش دانشگاهی»، «وزارت عتف»، «وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی»، «دانشگاه آزاد اسلامی» و «دانشگاه پیام نور»
۳	اداره کل تربیت بدنی وزارت عتف	از زیرمجموعه‌های «سازمان امور دانشجویی» در «وزارت علوم، تحقیقات و فناوری» و متولی توسعه «ورزش قهرمانی و همگانی»، «زیرساخت‌ها» و «آموزش‌های ورزشی» با واحدهایی چون «معاون طرح و برنامه‌های ورزشی با دو اداره الف- توسعه زیرساخت‌های ورزشی، ب- توسعه ورزش‌های همگانی و تفریحات سالم»، «معاون امور ورزشی با دو اداره الف- مسابقات و توسعه ورزش قهرمانی، ب- توسعه آموزش‌های ورزشی» و پیگیری امور مسابقات واحدهای تحت پوشش در قالب ۸ منطقه جغرافیایی
	اداره کل تربیت بدنی دانشگاه پیام‌نور	از زیرمجموعه‌های معاونت فرهنگی و دانشجویی با مسئولیت امور ورزش در دانشگاه مربوطه
۳	اداره کل تربیت بدنی دانشگاه آزاد	از زیرمجموعه‌های معاونت دانشجویی دانشگاه آزاد اسلامی با مسئولیت امور ورزش در دانشگاه مربوطه
۴	اداره تربیت بدنی	از زیرمجموعه‌های معاونت دانشجویی وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی با مسئولیت امور ورزشی در وزارتخانه متبوع
۵	اداره تربیت بدنی دانشگاه جامع علمی- کاربردی	از زیرمجموعه‌های معاونت دانشجویی دانشگاه جامع علمی- کاربردی با مسئولیت امور ورزش در دانشگاه مربوطه
۶	ادارات تربیت بدنی دانشگاه‌های کشور	اغلب دانشگاه‌های کشور دارای واحدهای اختصاصی برای تربیت بدنی و اغلب در زیرمجموعه «معاونت دانشجویی» یا «معاونت فرهنگی و اجتماعی» هستند که مسئولیت‌هایی چون «نظارت بر تنظیم و اجرای برنامه‌ها و فعالیت‌های تربیت بدنی و ورزشی در راستای افزایش تعداد دانشجویان مشارکت‌کننده» را بر عهده دارند. با توجه به سطح و امکانات دانشگاه این ادارات داری واحدهایی چون «معاون دختران»، «معاون پسران»، «مدیراستخر»، «مدیر ورزش خوابگاه»، «اداره فعالیت‌های فوق برنامه» و امثال آن هستند.
۷	اداره کل امور ورزشی وزارت تعاون، کار و رفاه اجتماعی	با وظایفی چون «حفظ و ارتقاء سطح سلامت روحی و جسمی جامعه کارگری با ورزش»، «برنامه‌ریزی‌های راهبردی و عملیاتی» و «نظارت بر چگونگی فعالیت فدراسیون آماتوری ورزش کارگری»، «توسعه زیرساخت‌ها» و امثال آن

۸	اداره کل سلامت، تربیت‌بدنی و مسئولیت اجتماعی وزارت نفت	زیر نظر «معاونت توسعه مدیریت و منابع انسانی» و با اهدافی چون «سلامت، رفاه و توانمندی بیشتر کارکنان و خانواده‌های آن‌ها»، «سیاست‌گذاری» و «نظارت بر شرکت‌های وابسته»
۹	اداره آمادگی جسمانی و ورزش نیروهای مسلح	با تأکید بر «نهادینه کردن ورزش و آمادگی جسمانی» در بین نیروهای مسلح و پوشش‌دهنده سه نیروی کلیدی «سازمان تربیت‌بدنی ارتش»، «اداره کل تربیت‌بدنی سپاه پاسداران» و «اداره کل تربیت‌بدنی نیروی انتظامی»
۱۰	سازمان تربیت‌بدنی ارتش	با مسئولیت ورزش در حوزه ارتش و واحدهای کلیدی چون «مدیریت تربیت‌بدنی نیروی زمینی یا نواجا»، «مدیریت تربیت‌بدنی پدافند»، «مدیریت تربیت‌بدنی نیروی هوایی یا نهاجا»، «مدیریت تربیت‌بدنی نیروی دریایی یا نداجا» و با تأکید بر «امکانات ورزشی گسترده در دانشکده‌ها، مراکز آموزشی، پادگان‌ها و واحدهای ستادی آن»
۱۱	اداره کل تربیت‌بدنی سپاه پاسداران	با مسئولیت ورزش در حوزه سپاه پاسداران و واحدهای کلیدی چون «مدیریت تربیت‌بدنی نیروی زمینی»، «مدیریت تربیت‌بدنی پدافند»، «مدیریت تربیت‌بدنی نیروی هوایی»، «مدیریت تربیت‌بدنی نیروی دریایی» و با تأکید بر «امکانات ورزشی گسترده در دانشکده‌ها، مراکز آموزشی، پادگان‌ها و واحدهای ستادی آن»
۱۲	اداره کل تربیت‌بدنی نیروی انتظامی	با مسئولیت ورزش در حوزه نیروی انتظامی و واحدهای کلیدی چون «مدیریت تربیت‌بدنی نیروی زمینی»، «مدیریت تربیت‌بدنی پدافند»، «مدیریت تربیت‌بدنی نیروی هوایی»، «مدیریت تربیت‌بدنی نیروی دریایی» و با تأکید بر «امکانات ورزشی گسترده در دانشکده‌ها، مراکز آموزشی، پادگان‌ها و واحدهای ستادی آن»
۱۳	واحد ورزش در شهرداری‌ها	در کلان‌شهر با ساختاری در سطح «سازمان ورزش شهرداری» با ساختاری وسیع‌تر و در شهرهای کوچک در قالب «ادارات ورزش» با ساختاری کوچک‌تر فعالیت دارند. مهم‌ترین اهداف این ساختارها «افزایش مشارکت مردم در ورزش شهروندی»، «افزایش آمادگی جسمانی شهروندان»، «بهبود امید به زندگی» و «توسعه فضاهای ورزش شهروندی» است.
۱۴	انجمن نویسندگان و عکاسان ورزشی	نماینده انجمن جهانی ورزشی نویسان یا AIPS در ایران با وظیفه حمایت از خبرنگاران و عکاسان ورزشی
۱۵	سازمان‌های ورزشی تلویزیونی	ساختارهایی در درون سازمان صداوسیما مانند «شبکه تلویزیونی ورزش»، «گروه‌های ورزش در شبکه‌های مختلف تلویزیونی» و «گروه‌های ورزش در تلویزیون‌های اینترنتی IP TV و VOD» <sup>۱</sup>
۱۶	سازمان‌های ورزشی رادیویی	ساختارهایی در درون سازمان صداوسیما مانند «شبکه رادیویی ورزش»، «گروه‌های ورزش در شبکه‌های مختلف رادیویی» و «انواع پادکست‌های ورزشی یا محتوای رادیویی در بستر اینترنت»
۱۷	سازمان‌های ورزشی مطبوعاتی	ساختارهایی در مطبوعات مانند «روزنامه‌های ورزشی»، «بخش ورزشی روزنامه‌های عمومی»، «مجلات ورزشی» و «انواع محتوای متنی و خبری ورزشی در بستر اینترنت»

۱. منظور از IP TV تلویزیون‌های اینترنتی هستند که امکان پخش زنده و تولید محتوای تلویزیونی به‌مانند شبکه‌های تلویزیونی صداوسیما را دارند. از این نمونه می‌توان به «آیو» اشاره کرد. اما منظور از VOD نوعی از پخش تلویزیونی در رابطه با برنامه‌های از قبل تولیدشده در بستر اینترنت است. از این نمونه هم می‌توان به «آپارات» اشاره کرد.

۱۸	سازمان‌های ورزشی برخط	ساختارهای ورزشی در فضای وب و پلتفرم‌های رسانه‌ای مختلف مانند «سایت‌های تخصصی ورزشی همچون ورزش ۳ به‌عنوان یکی از پرمخاطب سایت‌ها در ایران» و «بخش ورزش سایر سایت‌ها»
۱۹	ناشرین ورزشی	ساختارهای انتشاراتی تولیدکننده کتب ورزشی مانند «ناشرین تخصصی ورزشی» یا «ناشرین فعال در تولید محتوای ورزشی»
۲۰	اداره تربیت‌بدنی صدا- وسیما	واحد مسئول ورزش کارکنان سازمان صداوسیما
۲۱	تولیدکنندگان ورزشی	از جمله تولیدکنندگان انواع «پوشاک، تجهیزات و نرم‌افزارهای» ورزشی
۲۲	انجمن ورزش شرکت- های ایران	نهادی مردمی، غیردولتی و داوطلبانه و عضو فدراسیون جهانی ورزش شرکت‌ها که با همکاری فدراسیون ورزش کارگری و سایر فدراسیون‌های ورزشی برای توسعه فعالیت‌های ورزشی و سبک زندگی فعال در حوزه‌های کارفرمایی و کارکنان شرکت‌ها فعالیت می‌کند.
۲۳	پژوهشگاه علوم ورزشی	از مراکز پژوهشی وابسته به وزارت عتف و تحت پوشش سازمان امور دانشجویی که با هدف انجام پژوهش‌های بنیادی، توسعه‌ای و کاربردی در ورزش ایجاد شده است.
۲۴	اداره ورزش و تفریحات واحدهای بزرگ تجاری	راه‌اندازی مجتمع‌های ورزشی و تفریحی بزرگ و چندمنظوره در واحدهای تجاری بزرگی مانند ایران مال
۲۵	اداره ورزش و تفریحات مناطق آزاد	راه‌اندازی مراکز ورزشی و تفریحی چندمنظوره با هدف جذب گردشگر در مناطق آزاد مانند کیش و قشم
۲۶	فروشگاه‌های ورزشی	مراکزی که به‌طور تخصصی به فروش اقلام، پوشاک و تجهیزات ورزشی می‌پردازند.

### خلاصه

فعالیت‌های ورزشی در قالب سازمان‌های ورزشی در سطح ملی و بین‌المللی تحقق پیدا می‌کنند. بنابراین علاقه‌مندان و فعالان عرصه علوم ورزشی باید انواع سازمان‌های ورزشی بین‌المللی، داخل کشور و محلی خود را بشناسند و ارتباط بین آن‌ها را تشخیص دهند. در این فصل با مروری بر انواع دسته‌بندی از سازمان‌های ورزشی «دولتی، غیرانتفاعی و خصوصی» انواع سازمان‌های مهم و کلیدی در سطح جهان و ایران معرفی شدند. با توجه به اهمیت «کمیته بین‌المللی المپیک» به‌عنوان یکی از مهم‌ترین سازمان‌های بین‌المللی ورزش در سطح جهان، ساختار، وظایف و رویدادهای آن به‌طور مفصل‌تری توضیح داده شد. در سطح داخلی نیز ساختار و وظایف سازمان‌های کلیدی «وزارت ورزش و جوانان»، «کمیته ملی المپیک» و «باشگاه‌ها» با جزئیات بیشتری معرفی شدند و بقیه سازمان‌های ورزشی بین‌المللی، ملی و داخلی به‌صورت کوتاه معرفی شدند.

### فعالیت‌هایی برای یادگیری

- ساختار سازمان‌های ورزشی موردعلاقه خود را از سطح بین‌الملل تا سطح محلی بررسی و یک الگوی ارتباطی را برای آن ترسیم کنید.
- در رابطه با سازمان ورزشی موردعلاقه خود با افراد دارای تجربه در آن حوزه مصاحبه کنید. در رابطه با نقاط قوت، ضعف، فرصت و تهدید سازمان جویا شوید و از جمع‌بندی خود یک مقاله تحلیل بنویسید.







# مشاغل ورزشی

۵

هدف کلی: آشنایی با انواع مشاغل ورزشی

اهداف یادگیری:

- آشنایی با مفاهیم پایه شغل و شاغل در ورزش
- آشنایی با انواع طبقه‌بندی شغل در ورزش
- آشنایی با انواع مشاغل موجود در ورزش

## مقدمه

در حوزه ورزش و علوم ورزشی تنوع بسیار بالایی از مشاغل جذاب وجود دارد. در این فصل به مروری بر انواع مشاغل موجود در این حوزه پرداخته می‌شود.

## ۱-۵. محصول سازمان ورزشی

هر سازمان ورزشی با هدف ارائه یک محصول مشخص شکل می‌گیرد. برای ارائه محصول سازمان از افرادی در جایگاه‌های مشخصی بهره می‌گیرد. این جایگاه‌ها و وظایفی که برای آن وجود دارد زمینه‌ساز ایجاد شغل می‌شود. با توجه به تنوعی که در انواع محصولات و سازمان‌های ورزشی وجود دارد، می‌توان مشاغل متعدد و متنوعی را شاهد بود. برای نمونه در یک دسته‌بندی می‌توان محصولات را به شرح جدول ۱-۵ مرور کرد.

جدول ۱-۵. انواع محصول سازمان‌های ورزشی

ردیف	انواع	توضیح
۱	کالا	محصول ورزشی قابل لمس و خریداری و نگهداری برای استفاده مجدد مانند انواع پوشاک یا تجهیزات ورزشی
۲	خدمات	محصول ورزشی غیرقابل لمس و نگهداری مانند استفاده از خدمات تفریحی، آموزشی و درمانی باشگاه‌ها
۳	ایده	محصول ورزشی مشابه خدمات با تأکید بر ارائه مشاوره به افراد یا دیگر سازمان‌های
۴	انسان	محصول ورزشی خاص مانند خرید و فروش بازیکنان حرفه‌ای ورزشی یا توانمندسازی انسان برای فروش آن
۵	نرم‌افزار	محصول ورزشی که می‌تواند هم جنبه کالا و هم جنبه خدمات داشته باشد مانند نرم‌افزارهای بازی کامپیوتری

برخی کالاها می‌توانند در تولید یا ارائه خدمات نیز نقش داشته باشند. برای نمونه برخی تجهیزات شرایط ارائه خدمات مربوط به ارزیابی آمادگی جسمانی را فراهم می‌کند یا «خدمات اجاره یک زمین تنیس» مستلزم وجود تسهیلات ورزشگاهی آن است (چلادورای، ۱۳۸۷). خدمات سازمان‌های ورزشی را می‌توان در سه حوزه خدمات «شرکت‌کنندگان، تماشاچیان و حمایت‌کنندگان» به شرح جدول ۲-۵ طبقه‌بندی کرد (آگوستا هرناندز، ۱۳۸۶).

جدول ۲-۵. انواع خدمات در سازمان‌های ورزشی

ردیف	انواع	توضیح
۱	شرکت‌کنندگان	الف) رفاهی یا بهداشتی: مانند استفاده از تسهیلات یا تجهیزات برای ارتقای سلامت، نشاط و لذت ب) ارتقای مهارت: مانند استفاده تخصصی از آموزش برای توسعه مهارت ورزشی ج) حمایتی: اجرای برنامه‌هایی برای رفع نواقص و بیماری
۲	تماشاچیان	ایجاد فرصت‌های تفریحی برای مشتریان مستقیم مثل تماشاچیان حاضر در مسابقه و غیرمستقیم مانند بینندگان تلویزیونی
۳	حمایت‌کنندگان	اشخاص یا شرکت‌هایی که به شکل نقدی یا غیر نقدی از ورزشکار یا رویداد حمایت می‌کنند.

سازمان‌های ورزشی ممکن است یک یا چند محصول را ارائه کنند. در برخی موارد سازمان‌های ورزشی با حمایت دولتی به ارائه محصول می‌پردازند. در سایر موارد سازمان‌ها باید در یک شرایط رقابتی در رقابت با دیگر سازمان‌های با محصول مشابه فعالیت کنند. در این شرایط ابعاد مختلف کیفیت، قیمت، ترویج و نحوه توزیع محصول با توجه به «نیاز، خواسته و تقاضای مشتریان» نقش تعیین‌کننده‌ای برای استقبال از محصول سازمان ورزشی و ادامه کار سازمان

ورزشی خواهد داشت. «نیاز» به میل درونی مشتری یا مصرف کننده برای استفاده از یک محصول و رفع تنش ناشی از آن است. برای نمونه برخی به دنبال احساس نیاز برای سلامتی یا سرگرمی به محصول ورزشی روی می آورند. «خواسته» به سلیقه مشتری یا مصرف کننده برای رفع نیاز بستگی دارد. برای نمونه یک فرد برای رفع نیاز سلامتی با ورزش ممکن است به ورزش «امادگی جسمانی» و فرد دیگری به ورزش «بدمیتون» را با توجه به علاقه روی بیاورد. یا یک فرد دیگر برای رفع نیاز سرگرمی خود به تماشای «فوتبال» و فرد دیگر به تماشای «والیبال» با توجه به سلیقه و علاقه خود بنشیند. برای برآورد هر یک سلیقه ها به منظور رفع نیاز، هر فرد به توانایی مالی یا امکانات موجود خود به عنوان «تقاضا» توجه می کند برای نمونه فردی که برای رفع نیاز سلامتی با ورزش، ممکن است به تماشای بازی فوتبال در ورزشگاه علاقه داشته باشد اما به دلیل بعد مسافت و هزینه های فراتر از شرایط موجود فرد، ترجیح دهد تا آن را از تلویزیون تماشا کند.

سازمان های ورزشی با شناخت و مطالعه دقیق انواع «نیاز، خواسته و تقاضا» در مشتریان و مصرف کنندگان در تلاش برای ارائه محصول متناسب هستند. یکی از محصولات متمایز و پررونق سازمان های ورزشی «رویدادهای ورزشی» است. تنوع رویدادها از محلی تا کشوری، آموزشگاهی تا دانشگاهی، داخلی تا بین المللی و قهرمانی کشور تا جهانی و المپیک، نشانگر حجم گسترده آن در داخل و خارج از کشور است. رویدادهای ورزشی به عنوان بخشی از صنعت ورزش، دارای اصول قانونی، حوزه های کسب و کار و روش های مدیریتی پیشرفته است. انواع رویدادهای ورزشی را می توان به شرح جدول ۳-۵ دسته بندی کرد.

جدول ۳-۵. انواع دسته بندی از رویداد ورزشی

ردیف	انواع رویداد	توضیح
۱	دوستانه و تفریحی	۱. خانوادگی، ۲. محلی، ۳. هندی کپ یا ارفاقی (تعادلی)
۲	تدارکاتی (آماده سازی)	مسابقه با تیم یا بازیکنان محلی، هم شهری، از دیگر شهرهای کشور یا دیگر کشورها
۳	رسمی داخل کشوری	شهری یا شهرستانی
		استانی
		قهرمانی باشگاهی، استانی و انتخابی استانی
		قهرمانی باشگاهی، کشوری و انتخابی تیم ملی
۴	رسمی بین المللی	۱. تورنمنت های بین المللی، ۲. تورنمنت های بین المللی جوانان، ۳. تورنمنت های آزاد بین المللی، ۴. تورنمنت های آزاد بین المللی جوانان، ۵. رویدادهای بین المللی پیشکسوتان، ۶. رویدادهای نمایشی (رقابت بدون عنوان یا جایزه نقدی)، ۷. مسابقات بین المللی (بین اعضاء اتحادیه ها و سازمان های ورزشی رسمی کشورها)، ۸. مسابقه دعوتی (با جایزه یا بدون جایزه با دعوت میزبان)، ۹. رویدادهای چندرشته ای (مانند المپیک، بازی های آسیایی و...)، ۱۰. مسابقات برترین ها یا بازی بزرگان، ۱۱. مسابقات قهرمانی، ۱۲. مسابقات قهرمانی جهان، ۱۳. مسابقات قهرمانی قاره ای (آسیا، اروپا، و...)، ۱۴. قهرمانی منطقه ای (مثل غرب آسیا)
۵	دانش آموزی و آموزشگاهی	۱. داخلی مدارس، ۲. بین مدارس (منطقه ای و استانی و کشوری)، ۳. المپیاد، ۴. جهانی دانش آموزی
۶	دانشجویی و دانشگاهی	۱. داخلی دانشگاه، ۲. بین دانشگاه ها (منطقه ای، استانی و کشوری)، ۳. المپیاد، ۴. جهانی دانشجویی
۷	ادارات و سازمان ها	۱. داخل سازمانی، ۲. مسابقه کارکنان ادارات دولتی و ۳. مسابقه کارگران
۸	همگانی و عمومی	با هدف ترویج و تبلیغ ورزش (مثل دوهای همگانی و...)
۹	ترکیبی	مثل ترکیب مسابقه استانی با کشوری یا تفریحی با رسمی و...

۱۰	رده‌های سنی مختلف	۱. نونهالان، ۲. نوجوانان، ۳. جوانان، ۴. بزرگسالان و ۵. یشکسوتان
۱۱	آپن	۱. آپن (بدون محدودیت سنی) و ۲. آپن رده‌های سنی
۱۲	بر اساس تعداد بازیکن	۱. تعداد زیاد مثل فوتبال، ۲. فقط ۲ بازیکن مانند تنیس، ۳. فقط یک نفر مثل گلف و اسکی
۱۳	همایش	۱. استانی، ۲. منطقه‌ای، ۳. کشوری، ۴. بین‌المللی
۱۴	سطح رویداد	۱. بزرگ، ۲. معمولی
۱۵	شکل و ماهیت رویداد	Tournament, Tour, Match, Competition, Event, Race, League, Play Off, Championship, Head to head, Challenge round, Fight, Meeting, Friendly, Bout, Encounter, Cup, Trail and Qualifier

سازمان‌های برگزارکننده رویدادها، گاهی هویت دائمی و گاهی موقت دارند. برای نمونه یک فدراسیون مانند فدراسیون فوتبال دارای هویت دائمی و برخی مانند کمیته برگزاری بازی‌های المپیک هویت موقتی دارند (قاسمی و کشاورز، ۱۳۹۶). برای برگزاری یک رویداد ورزشی سه مرحله «پیش، حین و پس از اجرا» وجود دارد که باید برای آن‌ها برنامه‌ریزی کرد. در یک دسته‌بندی رویدادهای ورزشی به دو نوع «معمولی و بزرگ» تقسیم می‌شوند. هر چند در مواردی تفاوت یک رویداد ورزشی بزرگ از سایر رویدادها دشوار می‌شود اما علاوه بر «هیجان‌انگیز، جذاب و توجه بین‌المللی» با مواردی به شرح جدول ۵-۴ می‌توان آن را متمایز کرد (اونومیچلی<sup>۱</sup>، ۲۰۱۸).

#### جدول ۵-۴. انواع ویژگی‌های متمایزکننده رویدادهای ورزشی بزرگ

ردیف	انواع	توضیح
۱	مسابقات دوره‌ای	یا تورنمنت و در فواصل زمانی منظم بودن
۲	بزرگ بودن	کوتاه‌مدت با تعداد زیاد رقبا و رقابت در چند مکان ورزشی
۳	پوشش رسانه‌ها	محدود نبودن به یک کشور و پوشش رسانه‌های چندین کشور از رویداد

مسابقات المپیک، جام جهانی فوتبال و مسابقات جهانی دوومیدانی نمونه‌های از این دست هستند. با این حال، لیگ برتر انگلیس با وجود میلیون‌ها بیننده در سراسر جهان، چنین شرایطی ندارد زیرا مسابقات آن در قالب تورنمنت یا دوره‌ای نیست و در طول سال برگزار می‌شود. یک رویداد ورزشی بزرگ، محصولی بسیار پرهزینه است و کشورها سالیان زیادی را صرف آماده‌سازی شرایط برگزاری و میزبانی آن می‌کنند. با این وجود، علاقه به کسب میزبانی رویدادهای بزرگ رو به افزایش است. از عوامل اصلی افزایش این اشتیاق می‌توان به مواردی به شرح جدول ۵-۵ اشاره کرد (اونومیچلی، ۲۰۱۸).

#### جدول ۵-۵. انواع عوامل تمایل به میزبانی رویدادهای ورزشی بزرگ

ردیف	انواع	توضیح
۱	فناوری رسانه‌های جدید	توسعه تلویزیون ماهواره‌ای و امکان دسترسی همزمان به میلیون‌ها مصرف‌کننده در سراسر جهان و برآوردهای حدود ۴۰ میلیارد نفری بیننده در ایام رویدادهایی مانند المپیک
۲	فرصت‌های تبلیغاتی میزبان	فرصت تبلیغاتی و شناخته‌شدن برای شهر یا کشور میزبان با دسترسی به میلیون‌ها نفر مصرف‌کننده و حتی استفاده دیپلماسی بین‌المللی دولت‌ها
۳	فرصت‌های توسعه داخلی	زمینه توسعه فیزیکی «شهر و کشور» با اقداماتی چون «زیباسازی فضاها»، «توسعه اماکن و فضاهای ورزشی»، «توسعه سیستم‌های حمل‌ونقل و هتل‌ها» و «تأمین اعتبار مالی برای توسعه زیربنایی»

<sup>۱</sup>. Onwumechili

۴	ایجاد اشتغال	ایجاد فرصت اشتغال در «ساخت و سازها و توسعه زیرساخت‌های میزبانی مانند ورزشگاه‌ها، هتل‌ها، اداره‌ها و بخش‌های مهمان‌پذیری، هتل‌داری، امنیت و حمل‌ونقل»
۵	توسعه گردشگری	جذب گردشگران به محل رویداد و توسعه مشاغل با انواع خرید آن‌ها از جمله «نوشیدنی، غذا، لوازم بهداشتی و امثال آن»
۶	افزایش درآمد مالیاتی	«مالیات از درآمد حاصل از مشاغل جدید»، «مالیات هتل‌ها»، «مالیات‌های گردشگری»، «مالیات استفاده از زیرساخت‌های ایجاد شده پس از رویداد» و امثال آن کمک به بهبود کیفیت زندگی اهالی منطقه

به همین نحو سازمان‌های ورزشی بر اساس «محصول ارائه شده به مشتریان و مصرف‌کنندگان» و همچنین «کیفیت، قیمت و نحوه ارائه محصول» با توجه به «نیاز، خواسته و تقاضای مشتریان» باید ساختاری با مشاغل و وظایف مشخصی را ایجاد کند تا به هدف خود دست یابد.

## ۵-۲. مفهوم شغل

«شغل» شامل «وظایف مشابه و مرتبط واگذار شده به یک فرد در مقابل دریافت حقوق و دستمزد» است اما «پست» به «جایگاه سازمانی افراد در سازمان» اشاره دارد. با توجه به حجم کارها برخی پست‌ها به یک نفر و برخی دیگر به جمعی از افراد نیاز دارند. یعنی در مواردی بیست نفر از کارکنان یک سازمان، بیست پست مختلف را تصدی می‌کنند که کلیه آن‌ها شغل مشابهی هستند. با این توضیحات، «هر پست شغل است»، اما «هر شغل، پست نیست و می‌تواند در سازمان نباشد». به عبارت دیگر «شغل به معنای حرفه» و «پست به معنای منصب» است. شغل و پست ثابت سازمانی طبق مواد ۷ و ۸ قانون استخدام کشوری دارای تعاریفی به شرح جدول ۵-۶ هستند.

جدول ۵-۶. تعریف شغل، رسته و پست بر اساس قانون استخدام کشوری ایران

ردیف	مفهوم	تعریف
۱	شغل	ماده ۷. مجموع وظایف و مسئولیت‌های «مرتبط، مستمر و مشخص» که از طرف سازمان امور اداری و استخدامی کشور به عنوان کار واحد شناخته شود.
۲	رسته	ماده ۷. مجموع رشته مشاغل با وابستگی نزدیک از لحاظ «نوع کار، حرفه، رشته تحصیلی و تجربی»
۳	پست ثابت	ماده ۸. محلی در سازمان‌های دولتی با یک شغل دائمی برای یک مستخدم

برای تنظیم شغل، منطقی‌ترین شیوه «شناخت شغل» با «تحلیل و شناسایی شغل و افراد مناسب برای آن شغل» است. اطلاع از نیازهای شغلی مانند «وظایف، نیازهای جسمانی و ذهنی، ابزار و وسایل کار، ساعات و شرایط کار» به انتخاب‌کنندگان و انتخاب‌شوندگان در اقدام با آگاهی بیشتر کمک می‌کنند. به همین منظور هر فرد در حوزه ورزش، قبل از «انتخاب شغل موردعلاقه» یا «تلاش برای آماده‌سازی خود به منظور ورود به یکی از مشاغل ورزشی» باید با «تجزیه و تحلیل شغل» با ماهیت «وظایف، نحوه انجام و علت انجام وظایف و بالاخره مهارت‌ها و شرایط جسمانی و ذهنی لازم برای انجام وظایف موردنظر» آشنا شود. به فنون مربوط به پردازش اطلاعات در زمینه جنبه‌های گوناگون شغل‌های مختلف یک سازمان، «تجزیه و تحلیل شغل» گفته می‌شود. این اقدام می‌تواند شامل هر نوع عمل یا فرآیند «جمع‌آوری، منظم کردن و ارزشیابی» اطلاعات مربوط به «کار و کارمند» باشد. با این روش می‌توان به اطلاعات گسترده و عمیق برای تصمیم‌گیری مناسب در ارتباط با یک شغل دست یافت. اطلاعات مربوط به شغل‌های مختلف را می‌توان



با «مشاهده اعمال متصدی شغل در هنگام اجرا» و «انجام مصاحبه با متصدی شغل و سرپرست مستقیم» و یا «جمع‌آوری اطلاعات از طریق پرسشنامه از متصدیان شغل و سرپرست مستقیم آن‌ها» به دست آورد. انتخاب شدن به‌عنوان یک فرد واجد شرایط برای یک شغل، مستلزم استنباط دقیق از چگونگی انجام کار و مهارت‌های لازم برای بهتر به انجام رسانیدن آن است. همچنین در بازرگری «ساختار مشاغل» به‌علل گوناگون، باید معلوم شود که «شغل چیست» و «نیازهای مرتبط با آن کدام است». در بسیاری از موارد این‌گونه «شرح شغل‌ها» توسط سازمان‌ها تهیه‌شده است و یک فرد باید با خواندن دقیق آن‌ها به تصمیم‌گیری مناسب به‌منظور «انتخاب یا آماده‌سازی برای انتخاب‌شدن» اقدام کند. درمجموع «تجزیه و تحلیل شغل یا کارشکافی» به «مطالعه منظم ماهیت و طبیعت یک شغل و اتخاذ تصمیم درباره نتایج آن» گفته می‌شود. عوامل مؤثر در «تجزیه و تحلیل» شغل ورزشی در جدول ۵-۷ معرفی شده است.

جدول ۵-۷. عوامل عمده راهنما برای تجزیه و تحلیل شغل‌های ورزشی

ردیف	عوامل	ردیف	عوامل
۱	نوع شغل	۱۱	مسئولیت سرپرستی مشاغل دیگر
۲	شرح و توصیف وظایف	۱۲	مسئولیت اسناد و گزارش‌ها (حفظ اطلاعات محرمانه)
۳	معلومات علمی و اطلاعات لازم برای انجام شغل	۱۳	مسئولیت اتخاذ تصمیم
۴	تجربه علمی	۱۴	مسئولیت ایمنی و حفظ جان دیگران
۵	میزان ابتکار لازم	۱۵	ارتباط و تماس با مردم و ارباب‌رجوع
۶	میزان دشواری وظایف و فعالیت‌ها	۱۶	حدود نظارت اعمال‌شده بر شغل
۷	مسئولیت ارتباط و تماس با مقامات	۱۷	فعالیت‌های فکری
۸	مسئولیت خط‌مشی‌ها و روش‌ها	۱۸	فعالیت‌های فیزیکی و جسمانی
۹	مسئولیت مالی	۱۹	شرایط کار و خطرات و خستگی‌های ناشی از آن
۱۰	مسئولیت حفظ اموال و دارایی		

در «تجزیه و تحلیل شغل ورزشی» با جمع‌آوری اطلاعات به ماهیت مشاغل ورزشی در یک سازمان و مواردی چون «شرح شغل» و «شرایط احراز مشاغل» پی برده می‌شود. در حقیقت اطلاعات حاصل از بررسی و مطالعه یک شغل را می‌توان به دو قسمت اطلاعات مربوط به «شغل» و «شاغل» تقسیم کرد. با اطلاعات مربوط به شغل و چگونگی آن «شرح شغل» مشخص می‌شود و با اطلاعات مربوط به شاغل و ویژگی‌های لازم برای انجام موفقیت‌آمیز یک شغل «شرایط احراز مشاغل» تهیه می‌شود. بسیاری از سازمان‌ها «شرح شغل‌های» خود را به‌شرح جدول ۵-۸ معرفی می‌کنند.

جدول ۵-۸. مهم‌ترین محورها در هر شرح شغل ورزشی

ردیف	محورها
۱	عنوان شغل
۲	شماره ردیف
۳	تعداد کارکنان لازم برای انجام وظایف و مسئولیت‌های شغل
۴	خلاصه‌ای از وظایف و مسئولیت‌های شغل شامل ابزار و ماشین‌آلات و وسایل لازم برای اجرای وظایف شغل
۵	شرح مواد لازم برای اجرای وظایف شغل
۶	شرح روابط شغل با مشاغل دیگر سازمان
۷	ذکر مشاغل دارای جنبه ترفیعی نسبت به شغل موردنظر

آموزش و کارآموزی لازم برای اجرای شغل	۸
میزان دستمزد و حقوق	۹
میزان ساعات عادی کار	۱۰
شرایط محیطی کار مانند «دما، رطوبت و آلودگی»	۱۱

«شرایط احراز شغل» یا «مشخصات شاغل» به «خصوصیات لازم برای انجام دادن هر کار یا فعالیت» با «حداقل شرایط و خصوصیات لازم برای انجام موفقیت‌آمیز وظایف شغل» اشاره دارد. در واقع در شرایط احراز شغل مشخص می‌شود که چه کسی با چه ویژگی‌های «جسمانی، مهارتی، اطلاعاتی، تخصصی، تحصیلی و تجربی» قادر به انجام وظایف و مسئولیت‌های شغل موردنظر است.

شاغلان به‌طور عمده شامل دو گروه «مزد یا حقوق‌بگیران» و «خود اشتغالان» هستند (برومند، ۱۳۹۰). مشاغل ورزشی شامل تمامی مشاغل موجود در حوزه ورزش است. برخی مشاغل ورزشی مانند «مربی ورزشی، ورزشکار و داور» خاص محیط ورزش و برخی مشاغل مانند «حسابدار» در یک سازمان ورزشی جنبه عمومی دارد.

### ۳-۵. اهمیت و ضرورت شغل در ورزش

هرچقدر مشاغل ورزشی در یک جامعه رونق و بازار بیشتری داشته باشد، ورزش در آن جامعه از رونق بیشتری برخوردار خواهد بود. حکومت‌ها برای اشتغال‌زایی و کاهش تعداد بیکاران جامعه به‌دنبال موقعیت‌های با «ظرفیت اشتغال‌زایی بیشتر» هستند. با توجه به ابعاد گسترده «علوم ورزشی»، این حوزه در زمره بخش‌های دارای فرصت‌های شغلی بسیار بالا در سطح جهان شناخته می‌شود. ورزش در برخی کشورها، جایگاه ششم «صنعت درآمدزا» و دارای فرصت بالا در «ایجاد اشتغال» است. برای نمونه در سال ۲۰۱۵ تعداد افرادی که شغل اصلی‌شان در بخش تربیت بدنی و ورزش است در ۲۸ کشور عضو اتحادیه اروپا ۱/۶ میلیون نفر بود. بین ۳۰ تا ۴۰ درصد مردم اروپا به تفریحات و گردشگری در اوقات فراغت می‌پردازند و حدود ده درصد هزینه‌های مردم اروپا مربوط به ورزش باشگاهی است و حدود ۸۰۰ هزار باشگاه در اروپا وجود دارد. بین ۱۲۰ تا ۱۳۰ میلیون نفر در اروپا عضو باشگاه‌اند. سهم مشاغل ورزشی نسبت به سایر مشاغل در «هنگ‌کنگ ۲/۵، اتریش ۳/۲، بلژیک ۱/۳، بلغارستان ۱/۶، فرانسه ۱/۳ و اتحادیه اروپا ۱/۴۹ درصد» گزارش شده است. مشاغل ورزشی در انگلستان ۱/۸ درصد بود و در زمان المپیک ۲۰۱۲ لندن به ۲/۵ درصد افزایش پیدا کرد. در ایران با وجود رتبه دوم پتانسیل اشتغال‌زایی ولی وضعیت اشتغال در ورزش مناسب نیست و تعداد فارغ‌التحصیلان دانشگاهی دوبرابر نرخ بیکاری است (رضوی و همکاران، ۱۳۹۶). متأسفانه در ایران هیچ‌گونه آمار رسمی و مشخصی از شاغلین «بخش تربیت بدنی و ورزش» وجود ندارد (برومند و همکاران، ۱۳۹۲).

صنعت ورزش رشد سریعی در بین انواع صنایع دارد و بر اساس مطالعات از سال ۲۰۰۹ تا ۲۰۱۴، رشد متوسط سالانه آن هفت درصد و بالاتر از متوسط نرخ رشد اقتصادی بسیاری از کشورها بوده است. «صنعت ورزش» با حدود ۷۰۰ میلیارد دلار درآمد در سال ۲۰۱۴، حدود یک درصد از «کل تولید ناخالص جهانی» را به خود اختصاص داد. در این راستا مشاغل موجود در ورزش نیز رو به‌ویژه در ابعادی چون «مدیریت و امور اداری»، «مربیگری»، «آموزش»، «بازاریابی»، «پزشکی»، «ارتباطات و رسانه»، «مهندسی»، «ورزشکار حرفه‌ای»، «قضات و امور حقوقی»، «امور فنی» و



امثال آن رو به توسعه هستند. برای دسته‌بندی و طبقه‌بندی مشاغل ورزشی، می‌توان به الگوهای بین‌المللی مانند «طبقه‌بندی استاندارد بین‌المللی مشاغل یا ISCO»<sup>۱</sup> و «طبقه‌بندی آماری فعالیت‌های اقتصادی در اتحادیه اروپا NACE» اشاره کرد. در استاندارد «ISCO» گروه‌های شغلی ورزشی از قبیل «مدیران مراکز ورزشی، تفریحی و فرهنگی»، «روزنامه‌نگاران شامل نویسندگان ورزشی»، «مجریان و گزارشگران ورزشی رادیو، تلویزیون و دیگر رسانه‌ها»، «کارکنان امور ورزشی و تناسب‌اندام شامل ورزشکاران و بازیکنان ورزشی، مربیان و مقامات ورزشی و سرپرستان برنامه‌های تفریحی و تناسب‌اندام» وجود دارد. در استاندارد «NACE» نیز مشاغل ورزشی چون «فعالیت‌های ورزشی و تفریحی»، «تولید تجهیزات ورزشی»، «فعالیت‌های باشگاه‌های ورزشی»، «خدمات تناسب‌اندام»، و دیگر موارد مشابه معرفی شده است. مرور دسته‌بندی‌های مشاغل ورزشی نشان از تنوع بالا در انواع «مشاغل و مهارت‌ها» دارد. برخی مشاغل مانند «مربیگری فوتبال و شنا» و «معلم ورزش» سابقه طولانی‌تری دارند و برخی مشاغل مانند «مانند راهنمایان گردشگری ورزشی» و «مربی اسکیت» نسبتاً جدیدتر هستند. همچنین انواع مشاغل ورزشی به مهارت‌های گوناگونی نیاز دارند. با اینحال وجود «تنوع زیاد در مشاغل ورزشی» ضرورت «طبقه‌بندی و مشخص شدن نوع مشاغل ورزشی»، «تعیین مهارت‌های موردنیاز این مشاغل» و «تعیین انواع دوره‌های آموزشی موردنیاز برای مهارت‌ها» را برجسته ساخته است. در ایران هنوز از ظرفیت مشاغل ورزشی متناسب با تجربه‌های جهانی استفاده نمی‌شود و از مهم‌ترین چالش‌های ضعف طبقه‌بندی مشاغل ورزشی در ایران می‌توان به مواردی به شرح جدول ۵-۹ اشاره کرد (رضوی و همکاران، ۱۳۹۶).

جدول ۵-۹. مهم‌ترین محورهای چالش ضعف طبقه‌بندی مشاغل ورزشی در ایران

ردیف	محورها
۱	«ضعف سازمان‌دهی مناسب» و «ضعف شفافیت» در «شرح شغل»، «شرایط احراز شغل» و «کارراه‌های شغلی»
۲	جذابیت «شهرت و ثروت» در ورزش و جذب افراد غیرتخصصی برای ایفای نقش در آن
۳	ورود «افراد غیرمرتبط و اغلب غیرشایسته» به «حوزه مشاغل ورزشی و تصمیم‌گیری»
۴	عدم شناخت کافی نسبت به «مشاغل ورزشی در دنیا» و غفلت از فرصت‌های شغلی زیاد در کشور
۵	عدم شناخت نسبت به مشاغل ورزشی و اثر آن در «انحراف شغلی افراد» و «ضعف در خدمات آموزشی لازم»

با توجه به جایگاه فعلی تربیت‌بدنی و ورزش و اقبال عمومی مردم در ایران، «ظرفیت بالقوه زیادی در ایجاد اشتغال و درآمدزایی» برای آن وجود دارد. برای رسیدن به این نتیجه به توجه «برنامه‌ریزان و سیاست‌گذاران» و «پژوهش دقیق» نیاز است. ورزش به سطح بالایی از «دانش، شایستگی و حرفه‌ای‌گرایی» در بین متخصصان و افراد شاغل در این صنعت نیاز دارد تا بهترین محصول حاصل شود. در نتیجه اهمیت و نقش «متخصصان حوزه ورزش» بسیار زیاد است. مدیریت مؤثر و تخصصی سازمان‌های ورزشی و برخورداری از کارکنان و کارشناسان خبره برای رشد، توسعه و کسب اهداف سازمانی یک ضرورت انکارناپذیر است (رضوی و همکاران، ۱۳۹۶). در ایران با توجه به ظرفیت محدود و اشباع‌شده بخش دولتی، کارآفرینی و خوداشتغالی در بخش خصوصی ورزشی بسیار مهم است. در این راستا بر «رفع مشکلات و موانع رشد» و «توسعه بنگاه‌های کوچک و متوسط» تأکید می‌شود. گسترش «کسب‌وکار خانگی»، «مشاغل از راه دور» و «طرح‌های اشتغال‌زای بخش خصوصی و تعاونی» موردتوجه ویژه قرار می‌گیرد. در این راستا دانشگاه‌ها

<sup>۱</sup>. International Standard Classification of Occupation

باید با رویکردی نیازمحور و با تأکید بر تربیت دانشجویانی کارآفرین در ورزش اقدام کنند. در این راستا «نظام آموزشی باید روی آموزش نیروی انسانی متخصص، ماهر و کارآمد متناسب با نیازهای بازار کار فعلی و آتی و رویکرد کارآفرینانه»، «نظام قانونگذار بر توسعه محیط حقوقی مبتنی بر حمایت از کارآفرینان ورزشی»، «مجریان کلان ورزش بر شایسته‌سالاری و بهره‌مندی از نیروهای متخصص و کارآفرین» و «نظام نظارت‌کننده با کنترل دائمی از اجرای موارد قبلی» سرمایه‌گذاری کنند تا شرایط بهره‌مندی کشور از ظرفیت‌های گسترده ورزش و مشاغل موجود در آن را فراهم کنند.

#### ۵-۴. ورزش و فرصت‌های شغلی

ورزش و تفریحات سالم به‌عنوان یکی از بزرگ‌ترین و پردرآمدترین صنایع در قرن ۲۱ است که به‌طور مستقیم و غیرمستقیم در توسعه اقتصادی کشورهای جهان نقش دارند. سهم قابل توجه صنعت ورزش در «تولید ناخالص داخلی کشورها یا GDP»<sup>۱</sup> با اعدادی بین «۰/۷۵ تا ۴/۴ درصد» موجب ارتقای جایگاه این صنعت در بین صنایع دیگر شده است. سهم صنعت ورزش از تولید ناخالص داخلی ایران حدود ۱/۱ درصد برآورد شده است. این اعداد اغلب حاصل مبادله و معامله انواع «کالا، خدمت و اطلاعات ورزشی» در میان «هواداران، ورزشکاران، مربیان، باشگاه‌ها، لیگ‌ها، فدراسیون‌ها و انواع شرکت‌ها و سازمان‌ها» بوده است. از جمله آن می‌توان به مواردی به شرح جدول ۵-۱۰ اشاره کرد (رضوی و همکاران، ۱۳۹۶).

جدول ۵-۱۰. انواع موارد در صنعت ورزشی

ردیف	موارد	ردیف	موارد
۱	گردشگری ورزشی	۱۱	تسهیلات و اماکن ورزشی
۲	کالاهای ورزشی	۱۲	تحقیقات بازاریابی
۳	ابزار و وسایل ورزشی	۱۳	خدمات مدیریتی
۴	ورزش‌های دارای شرکت‌کننده آماتوری	۱۴	خدمات تندرستی و سلامتی
۵	ورزش‌های حرفه‌ای	۱۵	خدمات رسانه‌ای
۶	تفریحات	۱۶	مشاوره‌های حقوقی ورزشی
۷	ورزش قهرمانی در مدارس و دانشگاه	۱۷	خدمات فناوری اطلاعاتی و ارتباطی
۸	صنعت حامی‌گری از ورزش	۱۸	مشاوره تغذیه ورزشی
۹	هیئت‌ها و سازمان‌های اداره‌کننده ورزش	۱۹	نقل و انتقال بازیکن
۱۰	موارد ترویجی و تبلیغی	۲۰	فروش فناوری ورزشی

عوامل عمومی زیادی مانند وضعیت «اقتصادی، سیاسی، جغرافیایی و جهانی شدن» بر بازار کار سازمان‌های ورزشی اثر دارند. برای انتخاب صحیح فرصت‌های شغلی در حیطه مدیریت ورزش باید درک روشنی از محصولات یک

#### 1. Gross Domestic Product (GDP):

«تولید ناخالص داخلی» یکی از مقیاس‌های اندازه‌گیری و اقتصاد است که ارزش کل کالاها و خدمات نهایی تولیدشده در داخل مرزهای یک کشور در یک بازه زمانی معین را با توجه به واحد پول جاری اندازه‌گیری می‌کند. در محاسبه تولید ناخالص ملی Gross National Product درآمد افراد خارج از کشور که به کشور بازفرستاده می‌شود با تولید ناخالص ملی جمع می‌شود و درآمد افراد خارجی مقیم آن کشور که درآمد خود را به خارج می‌فرستند از آن کاسته می‌شود.



سازمان ورزشی یا تفریحی داشت. برای نمونه «نوع کارمندان استخدامی»، «آموزش و ارزیابی عملکرد آنها» در یک «خدمات مصرفی» متفاوت از «خدمات انسانی» است. خدمات ورزشی و تفریحی انواع متعدد و متفاوتی دارند و سازمان‌های فراهم آورنده این خدمات نیز متنوع هستند (قاسمی، کشکر و راسخ، ۱۳۹۷).

فردی که قصد دارد به‌عنوان یک متخصص «برگزاری رویداد ورزشی» یا «مدیریت رسانه‌های ورزشی» مطرح شود و در آینده وارد این نوع بازار کار شود، باید هم به‌صورت عملی و هم با کمک از کتاب‌های تخصصی این رشته و مشارکت فعال به‌عنوان «داوطلب یا کارورز» خود را برای این عرصه آماده کند. با مرور «تعداد مسابقات ورزشی» در تقویم سازمان‌های ورزشی می‌توان موارد متعددی از «رویدادهای ورزشی» را شاهد بود. امروزه «مدیریت برگزاری مسابقات» به‌عنوان یک تخصص در «مدیریت ورزشی» مطرح می‌شود. این «محصول» سازمان‌های ورزشی از بیشترین مشتریان در نوع خود برخوردار است تا جائیکه امروزه مفهوم «صنعت ورزش» را در ادبیات جهانی ایجاد کرد. در همین زمینه باید انواع طبقه‌بندی‌های مشاغل ورزشی را به‌خوبی شناخت.

انتخاب سازمان ورزشی با توجه به تفاوت‌های آن‌ها نیز بسیار مهم است. هر سازمان یا تشکیلات اغلب از ابعاد مختلفی به شرح جدول ۵-۱۱ قابل تقسیم‌بندی است که هر یک آن‌ها می‌تواند زاویه نگاه دقیق‌تری نسبت به سازمان برای انتخاب آن و شغل مورد نظر در آن ایجاد می‌کند.

جدول ۵-۱۱. انواع دسته‌بندی از سازمان‌های ورزشی

ردیف	انواع	توضیح
۱	ماهیت	«جغرافیایی»، «وابستگی مالی»، «ساختارهای اجتماعی» و «دوره زمانی فعالیت»
۲	وابستگی مالی	دولتی، عمومی، غیرانتفاعی و خصوصی
۳	ساختار	«سیاست‌گذار»، «تولیدکننده و اجرایی» و «برگزارکننده رویدادهای ورزشی»
۴	محصول	«تولید کالا»، «ارائه خدمات»، «پرورش نیروی انسانی»، «ایده‌پردازی»، «تولید نرم‌افزار» و «ترکیبی از موارد»
۵	نوع خدمات به مشتریان	خدمات حرفه‌ای یا عمومی با توجه به «میزان اطلاعات مبادله‌شده بین کارکنان و مشتریان» و «مقدار تخصص و دانش لازم کارکنان برای حل مشکلات مشتریان» است. برای نمونه استفاده یک باشگاه از یک «مربی متخصص» با «خدمات حرفه‌ای» و یک «کارمند عمومی» برای ثبت‌نام کردن استفاده می‌کند.
۶	محیط	هر سازمان دو «درونی و بیرونی» دارد. محیط درونی شامل «فعالیت‌های اداری»، «کارکنان»، «برنامه‌های ورزشی» و «مکانات» و نشان دهنده توانایی‌های لازم برای احراز شغل در آن است. محیط بیرونی مربوط به خارج از سازمان و شامل شرایط «اقتصادی»، «سیاسی»، «فرهنگی» و «اجتماعی» که در شناخت سرنوشت شغل و سازمان مهم است.

با این توضیح فرد جویای کار در حوزه ورزش باید «سازمان مطلوب و محصولات آن» را خوب بشناسد و برای حضور در آن تلاش کند. در مجموع هر دانشجو باید انواع سازمان‌های ورزشی ملی و بین‌المللی را بشناسد و با توجه به شرایط و محیط خود نسبت به توانمندسازی خود برای حضور مؤثر در آن‌ها اقدام کند. گاهی حضور باید از سازمان‌های کوچک‌تر و به‌ویژه باشگاه‌ها صورت گیرد و با کسب تجربه مراحل رشد و ارتقا صورت گیرد. افراد زیادی با این هدف گام به رشته «علوم ورزشی» می‌گذارند که بتوانند در یکی از مشاغل به شرح جدول ۵-۱۲ مشغول به کار شوند.

جدول ۵-۱۲. برخی از مشاغل در حیطه مدیریت ورزشی

ردیف	شغل	ردیف	شغل	ردیف	شغل
۱	وزیر ورزش	۱۳	مدیر بازاریابی ورزشی	۲۵	مدیر رسانه‌های اجتماعی
۲	رئیس کمیته ملی المپیک	۱۴	مدیر روابط عمومی	۲۶	مدیر تورهای ورزشی
۳	معاونت وزارت ورزش	۱۵	مدیر باشگاه ورزشی	۲۷	مدیر انتشارات ورزشی
۴	دبیر کمیته ملی المپیک	۱۶	مدیر ورزش شهرداری	۲۸	مدیر تولید کالا
۵	رئیس فدراسیون	۱۷	مدیر ورزش دانشگاهی	۲۹	مدیر فروشگاه ورزشی
۶	مدیرکل وزارت ورزش	۱۸	مدیر مدارس ورزشی	۳۰	مدیر پژوهش ورزشی
۷	مدیر اداره ورزش	۱۹	مدیر برگزاری مسابقات	۳۱	مدیر اطلاعات ورزشی
۸	مدیران عملیاتی المپیک	۲۰	مدیر برگزاری همایش	۳۲	مدیر فوق برنامه ورزشی
۹	دبیر فدراسیون	۲۱	مدیر برگزاری جشنواره	۳۳	مدیر نیروهای داوطلب
۱۰	نایب رئیس فدراسیون	۲۲	مدیر مطبوعات ورزشی	۳۴	سرپرست تیم
۱۱	مدیر عملیاتی فدراسیونی	۲۳	مدیر رادیوهای ورزشی	۳۵	مدیر استعدادیابی
۱۲	مدیر ورزش دستگاهها	۲۴	مدیر تلویزیون‌های ورزشی	۳۶	...

اغلب مشاغل معرفی شده در «جدول گروه‌های شغلی» هستند که در خود آن‌ها نیز مشاغل متعدد در سطوح مدیریت «ارشد، میانی و عملیاتی» وجود دارد. برای نمونه در زیرمجموعه فدراسیون‌ها «هیئت‌های ورزشی» وجود دارد که در ایران چند هزار «رئیس هیئت ورزشی» در سطح استان و شهرستان‌ها وجود دارد. در مورد باشگاه‌ها نیز حدود بیست هزار باشگاه ورزشی در سطح ایران گزارش شده است که برخی از آن‌ها با ساختارهای بزرگ خود، مدیریت‌های متعددی دارند. این ارقام فقط به درون مرزهای کشور اشاره دارد و بیرون از این مرز، می‌توان به تعداد بسیار بیشتری از مشاغل در حوزه مدیریت ورزشی اشاره کرد. به جرئت می‌توان گفت که حوزه «مدیریت ورزشی» بیشترین فرصت شغلی را در میان انواع گرایش‌های علوم ورزشی دارد.

اما کسی که می‌خواهد وارد این‌گونه مشاغل شود و در دوران تحصیل خود به بهترین نحو برای احراز این‌گونه مشاغل استفاده کند؛ ابتدا باید خود و فعالیت‌هایش را برای این هدف مدیریت کند. در این مرحله هدف‌گزینی، مهم‌ترین کار است. با هدف‌گزینی مناسب می‌توان فعالیت‌های خود را «در مسیر مشخصی هدایت» و خیلی زود به «مهارت‌های لازم برای ایفای نقش‌های مدیریتی» دست پیدا کرد.

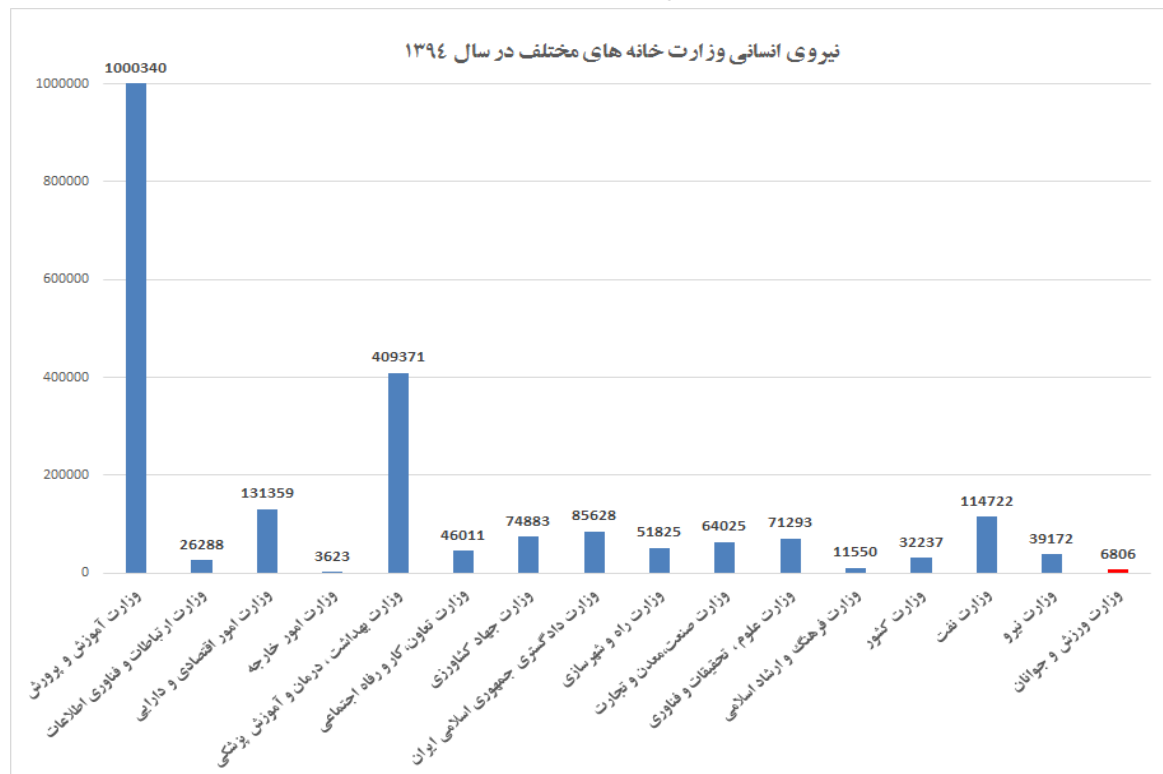
#### ۵-۵. آمار اشتغال در بخش دولتی ایران

در جدول ۵-۱۳ تعداد نیروی انسانی در وزارتخانه‌های مختلف ایران در سال ۱۳۹۴ نمایش داده شده است. آمارهای این جدول نشان می‌دهد که بعد از «وزارت امور خارجه»، «وزارت ورزش و جوانان» از کمترین تعداد نیروی انسانی برخوردار است.

جدول ۵-۱۳. تعداد کارکنان دولت به تفکیک وزارتخانه‌ها در سال ۱۳۹۴

ردیف	دستگاه دولت	تعداد	ردیف	دستگاه دولت	تعداد
۱	ریاست جمهوری	۲۱.۹۲۳	۱۱	وزارت صنعت، معدن و تجارت	۶۴.۰۲۵
۲	وزارت آموزش و پرورش	۱.۰۰۰.۳۴۰	۱۲	وزارت علوم، تحقیقات و فناوری	۷۱.۲۹۳
۳	وزارت ارتباطات و فناوری اطلاعات	۲۶.۲۸۸	۱۳	وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامی	۱۱.۵۵۰
۴	وزارت امور اقتصادی و دارایی	۱۳۱.۳۵۹	۱۴	وزارت کشور	۳۲.۲۲۷
۵	وزارت امور خارجه	۳.۶۲۳	۱۵	وزارت نفت	۱۱۴.۷۲۲
۶	وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی	۴۰۹.۳۷۱	۱۶	وزارت نیرو	۳۹.۱۷۲
۷	وزارت تعاون، کار و رفاه اجتماعی	۴۶.۰۱۱	۱۷	وزارت ورزش و جوانان	۶۸۰۶
۸	وزارت جهاد کشاورزی	۷۴.۸۳۳	۱۸	نهادهای انقلاب اسلامی	۱۱۰.۶۸۱
۹	وزارت دادگستری جمهوری اسلامی ایران	۸۵.۶۲۸	۱۹	سایر	۲۹.۷۲۱
۱۰	وزارت راه و شهرسازی	۵۱.۸۲۵		جمع	۲.۳۳۱.۴۵۸

نمودار ۵-۱ تعداد نیروی انسانی کارکنان انواع وزارتخانه‌ها را در سال ۱۳۹۴ را نشان می‌دهد.



شکل ۵-۱. نیروی انسانی در وزارتخانه‌های مختلف در سال ۱۳۹۴

علاوه بر تعداد حدود ۶۸۰۶ نفر نیروی کار در «وزارت ورزش و جوانان» تعداد قابل توجهی از حدود یک میلیون کارمند «وزارت آموزش و پرورش» معلمان تربیت بدنی هستند که تعداد آنها از کارکنان وزارت ورزش و جوانان بیشتر است. در دیگر وزارتخانه‌ها نیز بخش‌های «تربیت بدنی و ورزش» با کارکنان تخصصی در این حوزه هستند. با همه این آمارها در خوش‌بینانه‌ترین وضعیت در حدود «چهل هزار نفر» در ورزش دستگاه‌های دولتی حضور دارند. اما این

آمار در بخش خصوصی بسیار بیشتر است. مقایسه آمار تعداد کارکنان در بخش دولتی ورزش ایران با سایر کشورها نشان می‌دهد که بهترین راه توسعه اشتغال، تأکید بر «کارآفرینی» و «خوداشتغالی» است.

### ۵-۶. آمار اشتغال ورزشی

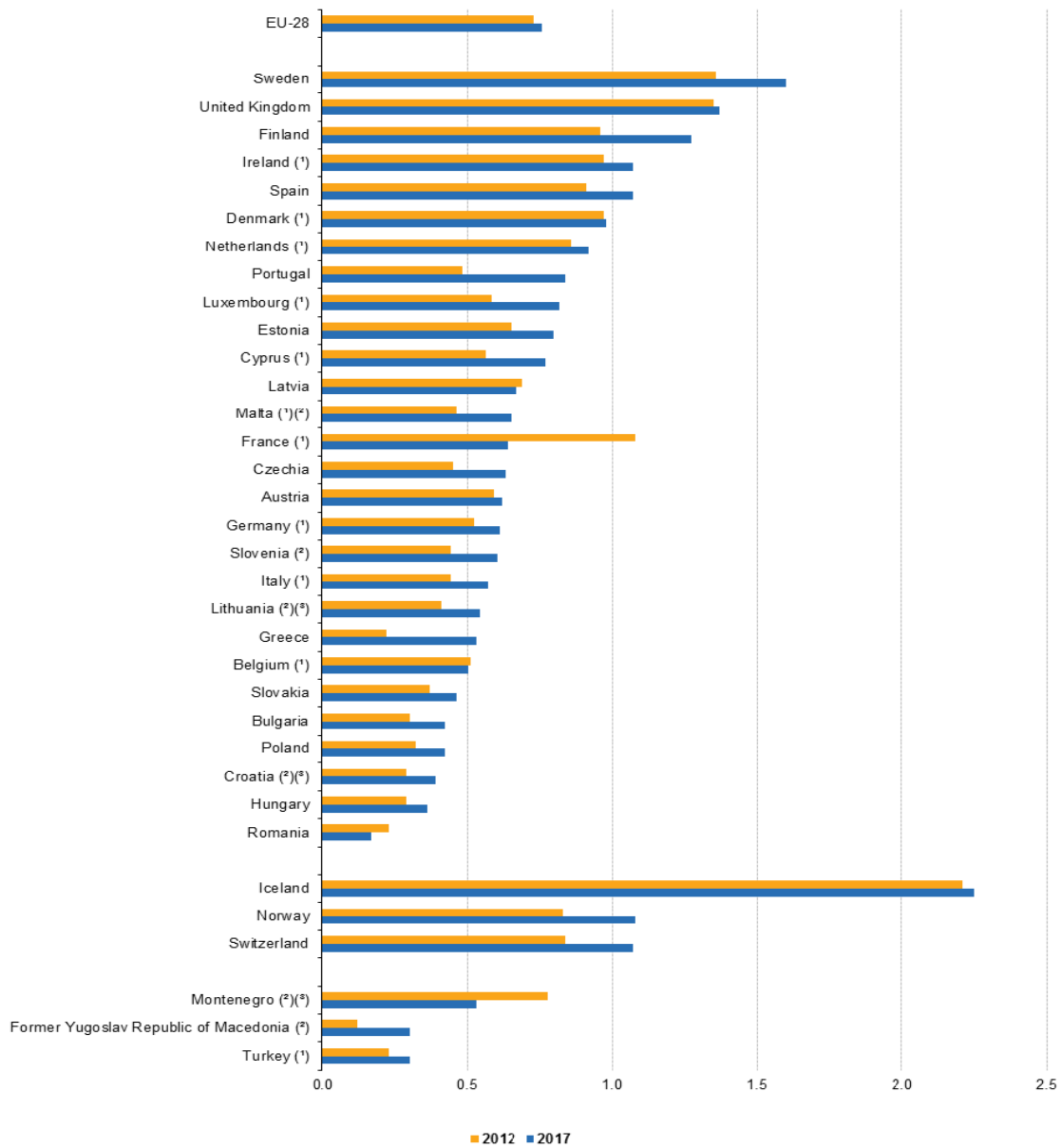
متأسفانه آمارهای دقیق و رسمی از اشتغال ورزشی در ایران وجود ندارد. اگر آمار اشتغال ورزشی دولتی حدود چهار هزار نفر در نظر گرفته شود، این عدد در بخش خصوصی چندین برابر بیشتر است. برای نمونه حدود بیست هزار مکان ورزشی تا سال ۱۳۹۸ در ایران گزارش شده است که اگر حداقل برای هر باشگاه به سه نیروی متخصص ورزشی نیاز باشد، به حداقل شصت هزار نیروی تخصصی ورزشی نیاز است. این آمار به جز تعداد فعالان در انواع «شرکت‌های تولیدی، گردشگری ورزشی، رسانه‌ها و دیگر موارد مشابه» است. در این راستا، به‌طور کلی مشاغل ورزشی موجود در محیط ورزش ایران را می‌توان در چند بخش اصلی به شرح جدول ۵-۱۴ مرور کرد.

جدول ۵-۱۴. مهم‌ترین محیط‌های مشاغل ورزشی در ایران

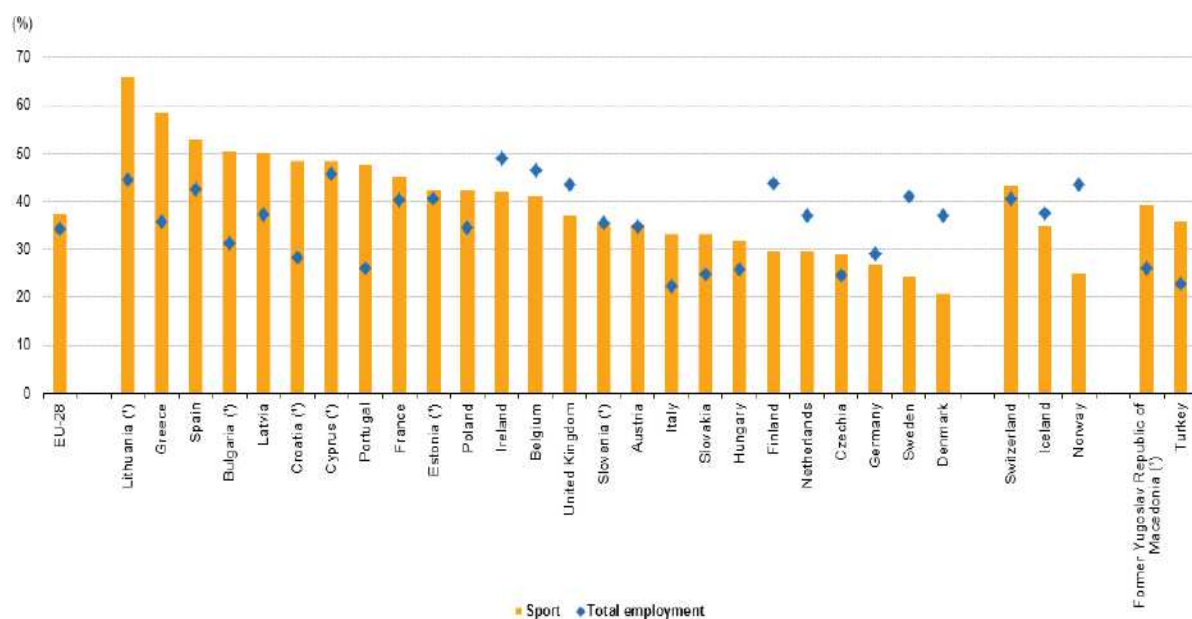
ردیف	محیط
۱	وزارت ورزش و جوانان
۲	وزارت آموزش و پرورش
۳	باشگاه‌ها و مجموعه‌های ورزشی
۴	فدراسیون‌های ورزشی
۵	وزارت علوم، تحقیقات و فناوری (عتف)
۶	کمیته ملی المپیک
۷	تولیدی‌های ورزشی
۸	رسانه‌های ورزشی

در بسیاری کشورها و اروپا این آمارها محاسبه شده است. در سال ۲۰۱۷ حدود یک میلیون و هفتصد هزار نفر در «حوزه ورزش» مربوط به «کشورهای عضو اتحادیه اروپا» مشغول به کار بوده‌اند. در این میان «انگلستان با ۴۳۵ هزار نفر» و «آلمان با ۲۵۳ هزار نفر» بیشترین سهم را به خود اختصاص داده‌اند. در محدوده زمانی «۲۰۱۲ تا ۲۰۱۷»، در اغلب کشورهای عضو اتحادیه، استخدام در حوزه ورزش افزایش یافته است. برای نمونه این رشد در «یونان، ۱۹ درصد»، «پرتغال، ۱۳ درصد» و «مالت، ۱۲ درصد» بود. «اشتغال در ورزش»، به میزان  $0/8$  کل اشتغال اتحادیه اروپا است و این میانگین از « $0/2$  در کشور رومانی» تا « $1/6$  در سوئد» را پوشش می‌دهد. بر اساس شکل ۵-۲ علاوه بر سوئد، کشورهای «انگلستان، فنلاند، ایرلند و اسپانیا» دارای میانگینی بالاتر از ۱ هستند. این سهم در فاصله زمانی «۲۰۱۲ تا ۲۰۱۷» از  $0/7$  به  $0/8$  افزایش یافته است (رضوی و همکاران، ۱۳۹۶).





شکل ۵-۲. اشتغال در ورزش به عنوان درصدی از اشتغال کل در اتحادیه اروپا از سال ۲۰۱۲ تا ۲۰۱۷  
 در اتحادیه اروپا، میزان افراد دارای «تحصیلات دانشگاهی و مدارک معتبر در حوزه ورزش»، برابر با ۳۴ درصد به شرح شکل ۵-۳ است (رضوی و همکاران، ۱۳۹۶).



شکل ۳-۵. سهم افراد شاغل در ورزش دارای تحصیلات دانشگاهی و مدارک معتبر ورزشی

در کشور آلمان بیش از نیمی از مردم یعنی حدود ۵۵ درصد ورزش می‌کنند و حدود «یک‌سوم جمعیت آلمان» عضو یک باشگاه ورزشی هستند. تا سال ۲۰۱۴ تعداد «یک‌صد و بیست هزار نفر» در «صنعت کالاهای ورزشی» مشغول به کار بوده‌اند. رسانه‌هایی چون «نشریات، رادیو، تلویزیون و اینترنت» به‌عنوان بخش دیگری از صنعت ورزش، فرصت‌های جدید و بزرگی را برای اشتغال فراهم کرده‌اند. اشتغال در صنعت ورزش، همچنین شامل حوزه‌های دیگری چون «کارکنان شرکت‌های ورزشی» در زمینه «طراحی، ساخت، فروش، تولید، نگهداری فناوری اطلاعات، نشر کتاب، وب‌سایت ورزشی، تبلیغات و بازرگانی» است. «دپارتمان کار آمریکا» با گرایش میزان استخدام در «هنر، سرگرمی و تفریحات» که صنعت ورزش هم جزء آن است؛ اعلام کرد که از سال «۲۰۰۴ تا ۲۰۱۴»، به میزان ۲۵ درصد وجود رشد داشته است (رضوی و همکاران، ۱۳۹۶).

#### ۵-۶-۱. مشاغل موجود در وزارت ورزش و جوانان

با تحلیل جزئیات ساختار «وزارت ورزش و جوانان»، می‌توان «مشاغل» آن را در دو بخش «اختصاصی و عمومی» به شرح جدول ۵-۱۵ دسته‌بندی کرد.



جدول ۵-۱۵. مشاغل وزارت ورزش و جوانان

ردیف	گروه مشاغل	عنوان شغل
۱	اختصاصی	کارشناس برنامه‌ریزی امور جوانان، کارشناس برنامه‌ریزی امور ورزش، کارشناس امور فوق‌برنامه‌ها، کاردان امور ورزشی، کارشناس امور فرهنگی، کارشناس امور فوق‌برنامه‌ها، کارشناس امور فرهنگی، کمک کارشناس امور ورزشی، مشاور
۲	عمومی	حسابدار، کارشناس امور اداری، کارشناس امور حقوقی، کارشناس امور آموزش، کارشناس امور خبری، کارشناس آمار موضوعی، کارشناس برنامه‌ریزی، ذی‌حساب، کارشناس گزینش، کارشناس برنامه‌نویس، کارشناس برنامه‌بودجه، کارشناس بودجه، کارشناس تحلیل‌گر سیستم، کارشناس روابط بین‌الملل، کاردان شبکه، کارشناس روابط عمومی، کارشناس شبکه، مأمور حراست، مترجم، متصدی امور دفتری، مددکار اجتماعی، مسئول خدمات اداری، مسئول خدمات مالی، کارشناس امور مالی، مسئول دفتر، مهندس راه‌وساختمان، نامه‌رسان، خطاط، بازرس، برنامه‌نویس کاربری، پزشک، پیشخدمت، نگهبان، دامپزشک، راننده وسایط نقلیه تندرو سبک، عکاس و فیلمبردار، کاردان امور فرهنگی، کارشناس امور آموزش، آبدارچی، اپراتور، بایگان، سرایدار، کارگزين، متصدی انتظامات، متصدی تأسیسات، تصدی تخلیه و بارگیری، متصدی پیگیری نامه، متصدی چاپ و تکثیر، مسئول انتظامات، مسئول پیگیری، مسئول تلفنخانه، مسئول دبیرخانه، ناظر تأسیسات، نظافتچی، ماشین‌نویس، تلفنچی، رئیس مرکز

در جدول ۵-۱۶ مشاغل موجود استان‌ها به دو دسته مشاغل «اختصاصی» و «مشاغل» عمومی تقسیم شده است. همان‌گونه که در این جدول مشخص است، در مجموع تعداد «مشاغل اختصاصی» از مشاغل عمومی اندکی بیشتر است و این به آن معنا نیست که کارها در سطح استانی، تخصصی‌تر می‌شود.

جدول ۵-۱۶. مشاغل موجود وزارت ورزش و جوانان در سطوح استانی

ردیف	گروه شغلی	عنوان شغل
۱	مشاغل اختصاصی	کارشناس امور ورزش، کارشناس ورزش و جوانان، کارشناس حرفه‌ای ورزش، کارشناس امور فرهنگی، کارشناس امور جوانان، کارشناس مسئول نظارت بر عملکرد هیئت‌ها و مجامع انتخاباتی، کاردان امور فرهنگی و تربیتی جوانان، کارشناس امور باشگاه‌ها و پایگاه‌های ورزشی، کارشناس ناظر بر فعالیت اماکن و هیئت‌های ورزشی، کارشناس جذب مشارکت‌های مردمی و اجتماعی جوانان، کارشناس امور برون‌مرزی ورزشی، کارشناس فعالیت‌های تشکلی‌های مردم‌نهاد، کارشناس توسعه طرح‌های ملی در استان، کارشناس فنی امور اماکن ورزشی، کارشناس برنامه‌ریزی امور ورزش، کارشناس ستاد استانی سازماندهی امور جوانان، کارشناس بررسی عملکرد هیئت‌ها و مجامع انتخاباتی، کارشناس هماهنگی امور ورزش دستگاه‌های اجرایی، کارشناس غنی‌سازی اوقات فراغت و امور فوق‌برنامه و مسابقات، کارشناس سنجش و پایش شاخص‌های امور جوانان دستگاه‌های اجرایی، کارشناس توسعه خدمات مشاوره و تعالی خانواده، کارشناس مشارکت‌های اجتماعی جوانان، کارشناس نظارت بر آموزش هیئت‌های ورزشی، کارشناس هماهنگی امور شهرستان‌ها و شورای ورزشی، کارشناس استعدادیابی ورزش قهرمانی و حرفه‌ای
۲	مشاغل عمومی	کارشناس ارزیابی عملکرد و پاسخگویی به شکایات، کارشناس حراست (مسئول، مأمور و رابط)، کارشناس روابط عمومی، کارشناس امور مالی (و مسئول)، کارشناس رایانه، کارشناس امور اداری، کارشناس راهبردی اسناد و مدارک، کارشناس رفاه، بیمه و امور بازنشستگی، کارشناس عمران، مهندس راه‌وساختمان، نقشه‌کش، کارشناس معماری، انباردار، کارشناس برنامه‌بودجه، کاردان مشارکت‌های اجتماعی جوانان، کارشناس مطالعات و پژوهش، امین اموال، کارشناس املاک و امور ثبتی، کارشناس امور تعهدات و قراردادهای حسابدار، کارشناس آمار و اطلاعات، کارشناس برنامه‌ریزی آموزش کارکنان، کارشناس امور حقوقی، پیشخدمت، نگهبان، اپراتور، باغبان، بایگان، متصدی تأسیسات، تحلیل‌گر سیستم، تلفنچی، متصدی ثبت و صدور خدمات (خدمات عمومی، راننده، نامه‌رسان، چاپ و تکثیر)، سرایدار و نگهبان، طب ورزش، کارشناس فنی طرح‌های عمرانی، ماشین‌نویس، مسئول خدمات اداری، مسئول خدمات مالی

### ۵-۶-۲. مشاغل ورزشی موجود در وزارت آموزش و پرورش

به‌طور کلی مشاغل ورزشی «وزارت آموزش و پرورش» را می‌توان در سه بخش به شرح جدول ۵-۱۷ خلاصه کرد (رضوی و همکاران، ۱۳۹۶).

جدول ۵-۱۷. مشاغل ورزشی در وزارت آموزش و پرورش

ردیف	گروه مشاغل	توضیح
۱	دبیران و معلمان ورزش	حدود ۳۵۰۰۰ معلم و دبیر تربیت‌بدنی با ۵۰۰ مدرک دکتری یا دانشجوی دکتری تربیت‌بدنی
۲	کارکنان مشاغل ستادی	شامل کارکنان ستادی در معاونت تربیت‌بدنی و سلامت وزارتخانه، استان‌ها و شهرستان‌ها تا مدارس
۳	کارکنان مشاغل اجرایی	شامل افراد در مجموعه‌های ورزشی و مراکز ورزشی مانند مراکز بررسی و مشاوره ساختار قلمتی (۵۰ مرکز ساختار قلمتی در استان‌ها با دبیر تمام‌وقت و ۳۰۰ کانون حرکات اصلاحی)

### ۵-۶-۳. مشاغل فدراسیون‌های ورزشی

در حال حاضر در کشور تعداد ۵۱ فدراسیون ورزشی به ثبت رسیده است. علاوه بر این در سطحی پائین‌تر «انجمن‌های ورزشی» برای مدیریت رشته‌های ورزشی در زیرمجموعه برخی «فدراسیون‌ها از جمله فدراسیون ورزش‌های همگانی» وجود دارند در سطحی پائین‌تر «هیئت‌های ورزشی» به‌عنوان بازوان اجرایی فدراسیون‌های ورزشی در استان‌ها، شهرستان‌ها و بخش‌ها قرار دارند. در این ساختار گسترده در سراسر کشور «چند هزار نفر» در حال فعالیت هستند. مهم‌ترین و رایج‌ترین مشاغل موجود در آن‌ها را می‌توان به شرح جدول ۵-۱۸ مرور کرد.

جدول ۵-۱۸. مشاغل فدراسیون‌ها، انجمن‌ها و هیئت‌های ورزشی

ردیف	گروه مشاغل	توضیح
۱	مدیریت ارشد و کلیدی	رئیس، نائب رئیس، خزانه‌دار و دبیر کل
۲	اداری	حسابدار، امور اداری، پشتیبانی، روابط عمومی
۳	مدیران کمیته‌های تخصصی	مسابقات و لیگ‌ها، اخلاق، بازاریابی و امور اقتصادی، استعدادیابی، فنی، روابط عمومی، پزشکی، امور حقوقی، نظارت و ارزیابی، روابط بین‌الملل، آموزش، داوران و ناظران، فرهنگی، پشتیبانی، پیشکسوتان، مربیان، رسانه‌ها، پژوهش
۴	عوامل کلیدی	ورزشکاران، مربیان و داوران

### ۵-۶-۴. کمیته ملی المپیک و مشاغل آن

این کمیته به‌عنوان سازمانی مستقل، غیرانتفاعی و دارای استقلال مالی دارای ساختاری محدود است. در بخش «رئیس، دبیر و خزانه‌دار» داری افرادی تمام‌وقت است. همچنین در «کمیسیون‌های مربوطه» و «آکادمی کمیته ملی المپیک» از افراد شاغل تمام‌وقت استفاده می‌شود. اما «مجمع» و «برخی قسمت‌ها» از افراد حاضر در دیگر قسمت‌های ورزش یا بیرون از آن و اغلب به‌صورت داوطلبانه استفاده می‌شود. مدیریت‌های آکادمی شامل امور «آموزش و همبستگی المپیک»، «مرکز پژوهش»، «سنجش و تمرینات برتر»، «مرکز امور پزشکی ورزشی»، «روابط عمومی، اداری و پشتیبانی» است؛ هر یک از مدیریت‌ها می‌توانند از مشاورت «کمیسیون‌های تخصصی» به ریاست مدیریت مربوطه برخوردار باشند.

## ۵-۶-۵. باشگاه‌ها و مشاغل آن‌ها

بامطالعه باشگاه‌های ورزشی در ایران به‌طور کلی مشاغلی به شرح جدول ۵-۱۹ در آن‌ها دیده می‌شود. در زیر مجموعه اغلب پست‌های مدیریتی «باشگاه»، کارشناسانی برای پیگیری و اجرای مسئولیت‌های محوله به آن‌ها وجود دارد که تعداد و نوع تخصص آن‌ها به حجم کار «باشگاه» در موضوع مربوطه بستگی دارد (قربانی و صفری، ۱۳۹۵).

جدول ۵-۱۹. مشاغل موجود در باشگاه‌های ورزشی ایران (منبع: قربانی و صفری، ۱۳۹۵)

ردیف	عنوان شغل	مجموعه وظایف
۱	عضو هیئت‌مدیره باشگاه	هیئت‌مدیره اغلب شامل چند نفر از مالکان، شرکا و یا نمایندگان آن‌ها و عالی‌ترین مرجع تصمیم‌گیری امور باشگاه است. هیئت‌مدیره در نخستین جلسه فردی را به‌سمت «رئیس» و یک نفر را به‌عنوان «نایب‌رئیس» و یک نفر را به سمت «مدیرعامل» انتخاب می‌کند. وظایف هیئت‌مدیره می‌تواند «تعیین برنامه‌ها، سیاست‌ها و تصمیمات استراتژیک در جهت ارتقاء باشگاه، تعیین هنجارها و ارزش‌های اخلاقی، اجتماعی، فرهنگی و ورزشی باشگاه، تصمیم‌گیری نهایی در مورد امور باشگاه، تلاش در جذب و جمع‌آوری کمک‌های مالی برای باشگاه، رسیدگی به تخلفات مدیرعامل و یا کارکنان، بررسی صورت گزارش تنظیم‌شده توسط مدیرعامل» باشد.
۲	مدیرعامل باشگاه	عالی‌ترین رتبه اداری و اجرایی با وظایف «ارائه طرح و برنامه سالانه به هیئت‌مدیره، تأیید یا عدم‌تأیید قرارداد بازیکنان با نظر سرمربی، برگزاری جلسات با مسئولین باشگاه جهت حل مسائل و برنامه‌ریزی و تصمیم‌گیری در مورد امور باشگاه، ارائه ترازنامه و عملکرد سالانه باشگاه به هیئت‌مدیره و امثال آن»
۳	مربی	«مربی» اغلب برای آموزش تکنیک‌ها و فنون ورزشی و «سرمربی» اغلب برای طرح‌ریزی تاکتیک‌ها و چیدمان تیم
۴	مدیر کمیته انضباطی	مسئولیت کمیته انضباطی در راستای سالم نگه‌داشتن محیط باشگاه و تأمین حقوق عمومی افراد باشگاه با وظیفه رسیدگی به تخلفات «ورزشکاران، مربیان، کارکنان و هر یک از اعضاء باشگاه» در محدوده آیین‌نامه
۵	خزانه‌دار	به نمایندگی از هیئت‌مدیره، مسئول تنظیم و همچنین نظارت و کنترل بودجه و اعتبارات است. با وظایف «تهیه و تنظیم مقررات مالی باشگاه و ارائه به هیئت‌مدیره جهت تصویب، نظارت بر حسن اجرای مقررات مالی در باشگاه، ثبت درآمد، مطالبات، تعهدات مالی و نگهداری کلیه حساب‌های مالی باشگاه، تهیه گزارش و ترازنامه مالی، تنظیم و ارائه بودجه سالانه به هیئت‌مدیره، بررسی و تأیید کلیه اسناد مالی باشگاه برابر مقررات مالی و برنامه‌بودجه تصویبی هیئت‌مدیره، پیگیری طرح دعاوی مالی در دستگاه‌های ذی‌ربط با هماهنگی هیئت‌مدیره»
۶	روابط عمومی	پل ارتباطی باشگاه با محیط خارج و جزء ضروری‌ترین بخش‌های یک باشگاه ورزشی با وظایف «سیاست‌گذاری، برنامه‌ریزی و کاربرد شیوه‌ها و برنامه‌های مناسب برای انعکاس اهداف، سیاست‌ها، فعالیت‌ها، برنامه‌ها و مواضع باشگاه به مخاطبان، رسانه‌ها و جامعه».
۷	کادر پزشکی	می‌تواند شامل پزشک، متخصص تغذیه، ماساژور، فیزیوتراپ و دستیاران باشد، وظایفی را در رابطه با باشگاه بر عهده دارد که اهم آن‌ها شامل «حضور به‌موقع و کامل در تمرینات و مسابقات باشگاه، ارائه مشاوره و توصیه‌های تغذیه‌ای، تجویز و استفاده از داروهای مجاز، همکاری با بدن‌ساز تیم در ارائه تمرینات بازسازی و دوران نقاهت و پیگیری مصدومیت آن‌ها تا بازگشت مجدد ورزشکاران به زمین مسابقه، طراحی و اجرای برنامه‌های بازتوانی و ماساژ بازیکنان تیم» است.
۸	مدیر یا کارشناس امور اداری	مدیر یا کارشناس امور اداری در باشگاه‌های ورزشی، مدیریت و نظارت بر کارکنان باشگاه و انجام امور پرسنلی مانند امور استخدامی، امور داخل سازمانی (ترفیح، جابه‌جایی، پاداش، تنبیه و مرخصی) ارزیابی عملکرد، تنظیم قراردادها، امور بیمه و وام را بر عهده دارد.
۹	مدیر بازاریابی	مسئولیت «تحلیل بازار» و «تعیین استراتژی باشگاه» برای فروش بیشتر را بر عهده دارد. این مسئولیت‌ها را می‌توان در «شناسایی و ارزیابی محیط باشگاه»، «شناسایی و تحلیل فرصت‌های بازار»، «تحلیل و گروه‌بندی مشتریان و مصرف‌کنندگان» و «افزایش آگاهی از برند باشگاه» دنبال کرد.

۱۰	مدیر آموزش	مسئولیت رفع «نیازهای آموزشی» باشگاه با تأکید بر طراحی «دوره‌های ضمن خدمت» برای کارکنان و یا «کلاس‌های آموزشی و دانش‌افزایی» برای کادر فنی باشگاه است.
۱۱	کارشناس پذیرش	با وظایف «مدیریت مشتریان باشگاه»، «بررسی وضعیت پرداخت‌ها»، «امور بیمه» و «ثبت حضور و غیاب مشتریان»
۱۲	مدیر داخلی	با وظیفه ایجاد نظم و انضباط کارکنان، مربیان و مشتریان و همچنین مراقبت از امنیت و ایمنی باشگاه
۱۳	حراست	با چهار مسئولیت «حفاظت پرسنلی با حفاظت از بازیکنان و کارکنان در مقابل سوءنیت‌های مختلف»، «حفاظت فیزیکی یا حفاظت از منابع فیزیکی، تأسیسات و تجهیزات باشگاه مانند سالن‌ها، زمین‌های ورزشی و دفتر»، «حفاظت اسناد یا حفاظت از مدارک اسناد مهم» و «حفاظت فناوری اطلاعات یا حفاظت سیستم‌ها و پایگاه‌های اطلاعاتی باشگاه در مقابل نفوذ عوامل مخرب از داخل یا خارج از سیستم» است. در مجموع مسئولیت واحد حراست «پیشگیری از وقوع تخلف» و «بروز فساد» از طریق هشدار، اصلاح و یا حذف عوامل فسادزا است. کمک به انتصاب افراد شایسته از طریق پاسخ به استعلام سازمان‌های ذیصلاح و پیش‌بینی و پیشگیری از تحرکات غیرقانونی در محیط تحت پوشش (از قبیل تجمع، تحصن، اعتصاب و اغتشاش) نیز از دیگر وظایف است.

### ۵-۶-۶. مشاغل ورزشی در آموزش عالی

در سال ۱۳۹۸ نظام آموزش عالی کشور «بیش از سه میلیون و پانصد هزار دانشجو» و «حدود یکصد هزار نیروی انسانی» در دانشگاه‌های وزارت علوم و دیگر دانشگاه‌های وابسته به آن مانند «دانشگاه آزاد اسلامی» و «دانشگاه‌های غیرانتفاعی» گزارش شدند. تمامی دانشجویان در مقطع کارشناسی باید واحدهای «تربیت بدنی و ورزش» را بگذرانند و حتی برای آن‌ها و دیگر دانشجویان در مقاطع بالاتر، برنامه‌های ورزشی و تفریحی در قالب «فوق برنامه» وجود دارد. «دانشجویان قهرمان» فرصت حضور در رقابت‌های درون دانشگاهی، بین دانشگاهی داخلی و دانشگاهی بین‌المللی در سطوح آسیایی و جهانی و رویداد مهم چند رشته‌ای فیزو را در هر چهار سال یک‌بار دارند.

«رشته‌های تخصصی دانشگاهی تربیت بدنی و علوم ورزشی» بنا بر آمارها حدود «هفتاد هزار دانشجو» در سال ۱۳۹۸ و حدود «ده هزار دانش‌آموخته» در مقاطع مختلف داشته‌اند. تنها در رشته و گرایش‌های علوم ورزشی بیش از هزار عضو هیئت‌علمی در دانشگاه‌ها وجود دارند. مجموعه «دانشجویان، دانش‌آموختگان، اساتید و کارکنان» در این حوزه به‌طور کامل در ارتباط با ورزش هستند.

از سوی دیگر «ارائه خدمات ورزشی و تفریحی به کارکنان»، «اعضای علمی» و «خانواده آن‌ها» در امکانات متعدد ورزشی مربوط به دانشگاه در سطح کشور وجود دارد. اغلب دانشگاه‌ها دارای امکانات ورزشی تخصصی مختلف هستند که این نهاد نیز در کنار نیروی انسانی و امکانات موجود، در ردیف نهادهای اثرگذار ورزش در سطح هر کشور است.

### ۵-۶-۶. مشاغل ورزشی نیروهای مسلح

با توجه به گستردگی ساختار نیروهای مسلح در ایران و بیش از هشتصد هزار نیروی انسانی فعال و حدود چهار هزار نفر خدمات دهنده امور ورزشی یکی از حوزه‌های بسیار مهم و کلیدی در ورزش و امنیت کشور است. علاوه بر این ستاد که امور مربوط به ورزش کل نیروهای مسلح را انجام می‌دهد، هر یک از نیروهای مسلح از بخش تربیت بدنی

فعالی در نیروهای مسلح کشور برخوردار هستند و مشاغل مهمی را در حوزه تربیت بدنی و ورزش تعریف کرده‌اند. نیروهای مسلح از جمله ساختارهای مهم برای توسعه و نهادینه ورزش و آمادگی جسمانی در سطح کشور است. با توجه به جذب نیروهای درجه‌داری از حدود ۱۶ سال و دانشکده‌های افسری و ستادی از ۱۸ سال به این نهاد که اغلب آن‌ها با آزمون ورودی ورزش و لزوم برخورداری از حداقل آمادگی‌های بدنی است؛ در ادامه کار آموزشی نیز ورزش به‌عنوان یکی از دروس اصلی است و پس از شروع فعالیت‌ها نیز هر ساله برای افزایش رتبه و در ادامه ارتقاء درجه آن‌ها یکی از آزمون‌های اصلی ورزش است. در این مسیر بسیاری از نیروهای ورزشی که دوره زندگی ۳۰ ساله‌ای در این سازمان‌ها خواهند داشت، حداقل در ده سال نخست زندگی، فرصت طلایی برای قهرمانی و حضور در انواع رویدادهای داخلی و بین‌المللی دارند. یکی از رویدادهای بین‌المللی تخصصی در این حوزه رویداد مسابقات نیروهای نظامی جهان یا سیزم است. از سوی دیگر جمعیت گسترده فعال در نیروهای مسلح و نظامی کشور باید در طول سال‌های خدمت، همواره از آمادگی جسمانی مطلوبی برخوردار باشند و این امر در گام نخست برای خود فرد که بخش عمده‌ای از جمعیت کشور را تشکیل می‌دهد و در بعد بیشتر، خانواده و جامعه پیرامون آن‌ها نقش کلیدی و حیاتی را بر عهده دارد. ضمن اینکه تمامی پسران در مقاطع مختلف باید دوره‌ای را با عنوان خدمت وظیفه عمومی در یکی از نیروهای مسلح یا تحت نظارت آن‌ها سپری کنند. همچنین در دانشکده‌ها، مراکز آموزشی-پژوهشی، پادگان‌ها و حتی واحدهای ستادی هر یک از نیروهای مسلح امکانات و فعالیت‌های ورزشی وجود دارد که باعث شده است تا نیروی مسلح ایران و تمامی نهادهای وابسته به آن، مشاغل تخصصی متعددی را در زمینه ورزشی تعریف کنند. در این زمینه علاوه بر «اداره آمادگی جسمانی و ورزش نیروهای مسلح»، در هر یک از نیروهای «ارتش، سپاه و نیروی انتظامی» و واحدهای نیروی «زمینی، هوایی، دریایی و پدافند» آن‌ها، می‌توان افراد متعددی را با فعالیت تخصصی در زمینه ورزش شاهد بود.

#### ۵-۶-۸. مشاغل حوزه ارتباطات ورزشی

مشاغل متنوعی در حوزه ارتباطات ورزشی وجود دارد که می‌توان آن‌ها را در چهار دسته به شرح جدول ۵-۲۰ تقسیم‌بندی کرد (انومیچلی، ۲۰۱۸).

جدول ۵-۲۰. انواع مشاغل حوزه ارتباطات ورزشی مرتبط با سازمان‌های ورزشی

ردیف	دسته شغلی	انواع مشاغل
۱	مرتبط با سازمان‌های ورزشی	مدیر اطلاعات، کارشناس روابط رسانه‌ای در روابط عمومی، کارشناس روابط اجتماعی در روابط عمومی، بازاریاب ورزشی، متخصص رسانه‌های اجتماعی
۲	مرتبط با سازمان‌های رسانه‌ای	گزارشگر/ نویسنده، گزارشگران میدانی، دبیر ورزشی، گوینده، تولیدکننده ورزشی، ستون‌نویس، آنالیزور ورزشی، گوینده خبر ورزشی، مجری گفتگوی ورزشی
۳	مرتبط با ورزشکاران	در رابطه با ورزشکاران خاص، به ویژه ورزشکاران مشهور در قالب یک کارگزار رسانه‌ای، مسئول روابط عمومی و مسئولیت برنامه‌ریزی رویدادهای اجتماعی
۴	مستقل	وبلاگ‌نویس، فیلم‌ساز، مستندساز، پژوهشگر ورزشی، نویسنده یا خبرنگار آزاد و طراح بازی ویدیویی

## ۵-۷. مشاغل ورزشی ثبت شده

مشاغل ورزشی را می‌توان در طبقات مختلفی به شرح جدول ۵-۲۱ مرور کرد.  
جدول ۵-۲۱. انواع طبقه‌بندی از مشاغل ورزشی

ردیف	انواع
۱	مشاغل ورزشی از نگاه سازمان بین‌المللی استاندارد مشاغل «ISCO»
۲	مشاغل ورزشی از نگاه وزارت کار آمریکا «ONET»
۳	مشاغل ورزشی از نگاه کتب مشاغل ورزشی
۴	مشاغل ورزشی ثبت شده در سازمان تأمین اجتماعی
۵	مشاغل ورزشی ثبت شده در طرح طبقه‌بندی مشاغل ایران

## ۵-۷-۱ مشاغل ورزشی از نگاه سازمان بین‌المللی استاندارد مشاغل «ISCO»

در این سازمان مشاغل ورزشی با نام «کارکنان ورزش و تندرستی» طبقه‌بندی شده است. کارکنان ورزش و تندرستی برای اموری چون «شرکت و رقابت در رویدادهای ورزشی»، «تربیت یا ارتقاء عملکرد ورزشکاران مبتدی و حرفه‌ای»، «بهبود استانداردهای ورزش»، «افزایش مشارکت»، «سازمان‌دهی و اداره رویدادهای ورزشی»، «ورزش و تمرین»، «انواع فعالیت‌های تفریحی مانند مشارکت در رویدادهای ورزشی رقابتی»، «اجرای آموزش‌های ورزشی برای توسعه توانایی‌ها و دانش در ورزش»، «پیروی و اجرای قوانین مرتبط با اجرای مسابقات ورزشی»، «کنترل توسعه و اجرای رویدادهای ورزشی»، «برنامه‌ریزی، کنترل و اجرای جلسات تمرینی»، «تدوین و طراحی برنامه‌های تندرستی»، «تدوین برنامه‌های توسعه مهارت‌های ورزشی»، «جذب مشارکت جوانان به ورزش» و امثال آن هستند. مشاغل طبقه «کارکنان ورزش و تندرستی» در سه گروه واحد به شرح جدول ۵-۲۲ دسته‌بندی شده است.

## جدول ۵-۲۲. مشاغل طبقه کارکنان ورزش و تندرستی

ردیف	انواع	توضیح
۱	قهرمانان و بازیکنان	آموزش و شرکت در رویدادهای رقابتی ورزش به صورت فردی یا گروهی و شامل مشاغلی چون «دوچرخه‌سوار، فوتبالیست، اتومبیل‌ران، بوکسور، بازیکن گلف، بازیکن اسکی، شطرنج‌باز، بازیکن هاکی، بازیکن تنیس، کشتی‌گیر، سوارکار و بازیکن دوومیدانی»
۲	مربیان ورزشی، مدرسان و کادر اداری و مدیریتی	کار با افراد «مبتدی و حرفه‌ای»، «ارتقاء عملکرد یادگیرندگان»، «برنامه‌ریزی و نظارت بر رویدادهای ورزشی» و شامل مشاغلی چون «داور»، «انواع مربی‌ها، سوارکاری، اسکی، آمادگی جسمانی»، «کادر اداری» و «معلم ورزش»
۳	مدرسان سلامت و تفریح و مدیران برنامه‌ها	هدایت و آموزش افراد در فعالیت‌های تفریحی، ماجراجویانه و سلامتی با مشاغلی چون انواع مربی «ایروبیک، اسکی، تناسب‌اندام، قایقرانی، غواصی، سوارکاری و شنا» به طور عمومی یا خصوصی

### ۵-۷-۲. مشاغل ورزشی از نگاه وزارت کار آمریکا (O\*NET)

بانک اطلاعات شبکه O\*NET یا شبکه اطلاعات مشاغل<sup>۱</sup> توسط «وزارت کار آمریکا» پشتیبانی می‌شود. این بانک اطلاعات قابل دسترسی عمومی است و با «مصاحبه با افراد شاغل در هر حرفه» به روز می‌شود. مشاغل ورزشی این بانک اطلاعاتی به شرح جدول ۵-۲۳ هستند.

جدول ۵-۲۳. مشاغل ورزشی در بانک اطلاعات مشاغل O\*NET

ردیف	مشاغل	ردیف	مشاغل
۱	داوران، خط‌نگهداران و سایر مقامات رسمی ورزش	۱۳	کارکنان تفریحات
۲	مربی و راهنماها	۱۴	رقابت‌کننده قهرمانی و ورزشی
۳	پزشک ورزشی	۱۵	گوینده و مجری اعلان عمومی
۴	نویسندگان کتاب‌های ورزشی	۱۶	سرگرم‌کننده‌ها و اجراکننده‌های ورزشی
۵	مربی ورزش قهرمانی	۱۷	تکنیسین‌های صوتی و تصویری
۶	مربی آمادگی جسمانی و آموزش‌دهنده ایروبیک	۱۸	مجری رادیو تلویزیون
۷	معلم مطالعات تناسب‌اندام و تفریحات	۱۹	گزارشگران و مفسران
۸	کارکنان خدمات تفریحی و سرگرمی	۲۰	مدیران عملیاتی و امور عمومی
۹	غواصی تجاری	۲۱	مجریان آموزشی در سطح ابتدایی و راهنمایی
۱۰	کارگران تولیدی	۲۲	هماهنگ‌کننده تناسب‌اندام و تندرستی
۱۱	هدایت‌کنندگان در انواع قایقرانی	۲۳	واسطه‌ها، مدیران بازرگانی، هنرمندان، مجریان و ورزشکاران
۱۲	مدیر برنامه		

### ۵-۷-۳. مشاغل ورزشی از نگاه کتب مشاغل ورزشی

در جدول ۵-۲۴ مشاغل ورزشی از نگاه کتب مشاغل ورزشی معرفی شده است.

جدول ۵-۲۴. مشاغل ورزشی از نگاه کتب مشاغل ورزشی

ردیف	حرفه	شغل
۱	ورزش قهرمانی، مربیگری و داوری	مربیگری، داوری، قضاوت، سوارکاری، وکالت، ورزشکار حرفه‌ای
۲	مدیریت و امور اداری ورزش	مدیر لیگ، مدیر تیم حرفه‌ای، مدیر رویداد، مدیر نگهداری اماکن، مدیر توسعه فعالیت‌بدنی، مدیر تیم، مدیر بازرگانی، مدیر بلیت‌فروشی، مدیر تجهیزات، مدیر اماکن، مدیر باشگاه تندرستی، دستیار مدیر باشگاه، مدیر مسابقات بوکس، مدیر فروشگاه ورزشی، مدیر نگهداری زمین‌بازی، مدیر اماکن تفریحی، مدیر اداری، مدیر آمادگی جسمانی در خانه سالمندان، هماهنگ‌کننده برنامه‌های آمادگی جسمانی و ورزشی، مدیر هماهنگ‌کننده رویدادهای گلف، مدیر هماهنگ‌کننده امور بیسبال، مدیر هماهنگ‌کننده امور لیگ‌های کوچک، هماهنگ‌کننده رویدادهای ورزشی، مدیر اجرایی ورزش دانشگاه‌ها و مدارس، مدیران اجرایی ورزش‌ها، مدیر ورزش قهرمانی در دبیرستان‌ها، کارشناس حسابداری و بیمه، هماهنگ‌کننده بودجه‌ریزی و برنامه‌های توسعه ورزشی، مدیر اجرایی هماهنگ‌کننده برای انجمن‌های تجاری صنعت ورزش، اداره‌کننده کلینیک‌ها و مراکز پزشکی ورزشی، مدیر تبلیغات، کارکنان اداری ورزش، مسئول توسعه ورزشی

۳	بازاریابی ورزشی	بازاریاب ورزشی، هماهنگ‌کننده امور بازاریابی، دستیار بازاریابی، هماهنگ‌کننده بازاریابی در وبسایت تیم ورزشی، هماهنگ‌کننده ترویج و تبلیغات، کارگزار و نماینده ورزشی، مدیر تبلیغات، مجری وبسایت‌های ورزشی، راهنمایان و فروشنده‌گان داخل استادیوم، کارکنان تولیدی‌های لوازم ورزشی، فروشنده‌گان کالاهای ورزشی، نمایندگی‌های تولیدی‌ها، متخصص استعدادیابی و استخدام، دفاتر گردشگری ورزشی
۴	آموزش ورزش	مربی آمادگی جسمانی، کارشناس آمادگی جسمانی، مربی تمرینات گروهی، معلم تربیت‌بدنی، مربی رشته ورزشی خاص، متخصص تمرینات بالینی دارای مجوز، مربی تربیت‌بدنی، مربی خصوصی، مربی ایروبیک، مربی ورزش قهرمانی، مربی بوکس، اساتید دانشگاهی ورزش، معلم، سخنران ورزشی در آموزش عالی
	پزشکی و فیزیولوژی ورزش	فیزیولوژیست قلبی تنفسی، متخصص تغذیه ورزشی و آمادگی جسمانی، فیزیولوژیست بالینی قلب و عروق، مشاور تمرینات ارجاعی سالمندان، متخصص ارتقاء تندرستی، فیزیولوژیست ورزشی، متخصص رژیم‌درمانی و ورزش، متخصص آب‌درمانی، درمانگر جسمانی، کاردرمانگر ورزشی، پزشک ورزشی، کاپروپراتیک، پزشک‌یار، نجات‌غریق، درمانگر بدنی ورزشی، فیزیولوژیست تمرین، روان‌شناس ورزش، ماساژور، متخصص ورزشی امراض پا، دستیار درمانگر جسمانی و درمانگر تفریحی
	ارتباطات و رسانه ورزش	متخصص روابط عمومی و رسانه، متخصص رسانه‌های ورزشی، مدیر روابط عمومی، مدیر روابط اجتماعی تیم، ستون‌نویس ورزشی، متخصص پخش تلویزیونی ورزش، متخصص پخش رادیویی ورزش، عکاس ورزشی، ناشر صنعت ورزش، گوینده ورزشگاه و رادیو تلویزیون، کارشناس تبلیغات ورزشی، کاریکاتوریست ورزشی، راهنمای ورزشی، نویسنده ورزشی، مسئول وبسایت تیم، تولیدکننده محتوای وبسایت تیم ورزشی، گوینده مسابقات سوارکاری، گوینده رینگ، بازی‌ساز، مدیر اطلاعات ورزشی
	مهندسی ورزش	بیومکانیست، طراح اماکن ورزشی، معمار اماکن ورزشی، معمار مسابقات گلف، آنالیزور عملکرد، پژوهشگر، آمارگر ورزشی، اپراتور اسکوربورد، آرایشگر و نظافتچی اسب، عضو تیم جابه‌جایی و تعمیر در مسابقات اتومبیلرانی سرعت
	تفریحی و سرگرمی	رقصنده، بدلکار، مجری حرکات غیرمعمول یا حرکات موزون، مشوقان تیم‌ها، مسکات‌گردان ورزشی

#### ۵-۷-۴. مشاغل ورزشی ثبت شده در سازمان تأمین اجتماعی کشور

«سازمان تأمین اجتماعی» نهادی برای تعیین دستمزد و تأمین بیمه کارکنان و کارگران است که در سال ۱۳۹۸ «تعداد ۱۶۷ شغل ورزشی» از جمله موارد ارائه شده در جدول ۵-۲۵ را معرفی می‌کند.

#### جدول ۵-۲۵. برخی مشاغل ورزشی مورد شناسایی توسط سازمان تأمین اجتماعی کشور

نام شغل	نام شغل	نام شغل
سرکارگر و کارگر امور ورزشی	متصدی امور ورزشی	امور ورزش
مسئول باشگاه ورزشی و تربیت‌بدنی	سرپرست ورزش بانوان	مسئول امور ورزشی و تفریحات سالم
مسئول خدمات فرهنگی / ورزشی	مسئول سالن‌های ورزشی	مسئول هماهنگی امور ورزش
مربی ورزش	آنالیست امور ورزش	متصدی باشگاه ورزشی
سرپرست امور رفاهی و ورزش	کارشناس ورزش همگانی	نگهبان باشگاه ورزشی
رئیس امور ورزش و تفریحات سالم	پزشک ورزشی	مسئول ورزش همگانی
مسئول فرهنگی و ورزشی	متصدی رختکن امور ورزش	تکنسین تأسیسات ورزشی
حسابدار / متصدی صندوق و انبار باشگاه	مسئول روابط عمومی و ورزش	مسئول رفاه و ورزش
سرپرست زمین فوتبال	مسئول تأسیسات ورزشی	متصدی ورزش
کارشناس ورزش و سلامتی	کارگرنظافت مجموعه ورزشی	کاردان ورزش
ماساژور درجه یک و دو	رئیس باشگاه ورزشی	کارشناس ورزش



### ۵-۷-۵. مشاغل ورزشی ثبت شده در طرح طبقه‌بندی مشاغل ایران

در طرح طبقه‌بندی مشاغل ایران، رشته‌های شغلی در حوزه ورزش به شرح جدول ۵-۲۶ تعریف شده است (رونق، ۱۳۹۶).

جدول ۵-۲۶. مشاغل ورزشی در طرح طبقه‌بندی مشاغل ایران

ردیف	مشاغل	توضیح
۱	مدیر امور تربیت بدنی	دربگیرنده پست‌هایی که متصدیان آنها انجام امور مربوط به اداره و سرپرستی فعالیت‌های مربوط به توسعه و تعمیم ورزش و تفریحات سالم را در سطح یک شهرستان یا استان بر عهده دارند.
۲	مسئول امور تربیت بدنی	دربگیرنده پست‌هایی که متصدیان آنها انجام امور مربوط به تعمیم و گسترش ورزش را در سطح یک بخش یا واحدهای کوچک‌تر از شهرستان بر عهده دارند. انجام این فعالیت‌ها ممکن است برحسب پست مورد تصدی متضمن نظارت و سرپرستی باشد.
۳	مربی ورزش	دربگیرنده پست‌هایی که متصدیان آنها انجام امور مربوط به آموزش عملی و نظری ورزشکاران، مربیان و ارتقاء سطح مهارت آنان را در یکی از رشته‌های ورزشی بر عهده دارند.
۴	کارشناس امور ورزشی	دربگیرنده پست‌هایی که متصدیان آنها به انجام امور ورزشی از قبیل «پژوهش، آموزش، گسترش ورزش و تفریحات سالم، امور فنی و ورزشی، طرح‌ریزی، هماهنگی و سرپرستی فعالیت‌های مورد اشاره» را بر عهده دارند.
۵	کاردان امور ورزشی	دربگیرنده پست‌هایی که متصدیان آنها انجام امور مربوط به ورزش از قبیل امور آموزشی، گسترش ورزش و تفریحات سالم و امور فنی ورزشی را بر عهده دارند.

فقدان وجود طبقات و جزئیات بیشتر مشاغل ورزشی که پیشتر به آنها اشاره شد، باعث آسیب‌های فراوانی برای بهره‌مندی از انواع مزایای موجود در مشاغل تعریف شده در طبقه‌بندی مشاغل خواهد بود. فقدان وجود انواع مشاغل موجود یا برخوردار از ظرفیت فعالیت در سطح کشور باعث می‌شود تا به دلیل فقدان تعریف مشخص آن از طرف سازمان امور استخدامی کشور، در انواع بحث‌های استخدامی، بیمه یا تسهیلات تعریف شده برای مشاغل تعریف شده محروم شوند.

### ۵-۸. چالش‌های مشاغل ورزشی در ایران

تحقیقات نشان می‌دهد که نرخ بیکاری دانش‌آموختگان دانشگاهی روند افزایشی داشته و اکثر شاغلین تحصیل کرده آموزش عالی، جذب بخش دولتی کشور شده‌اند و نقش بخش خصوصی در جذب افراد تحصیل کرده بسیار کم است. بدین منظور مقوله کارآفرینی و توسعه انکوباتورها می‌تواند مشکلات بیکاری دانش‌آموختگان در کشور را بهبود بخشد (میرجلیلی، ۱۳۸۴). کارآفرینی ورزشی با ایفای نقش مؤثر در توسعه کسب‌وکار، رفاه و توسعه سلامتی و مشارکت در ابعاد گوناگون جامعه می‌تواند نقش مهم و برجسته‌ای در توسعه کشور داشته باشد (هنری، ۱۳۸۸). دانشجویان تربیت بدنی انتظار دارند شغل آینده‌شان زمینه مناسبی را برای آزادی عمل و نشان دادن قابلیت‌ها و توانایی‌هایشان فراهم آورد و تنها تعداد کمی از آنها نقش آموزش‌های نظری را در آینده‌ی شغلی خود مؤثر می‌دانند (فراهانی و بیات، ۱۳۸۶). تحلیل موقعیت استراتژیک اشتغال فارغ‌التحصیلان رشته تربیت بدنی و علوم ورزشی نشان داده است که اشتغال فارغ‌التحصیلان رشته تربیت بدنی و علوم ورزشی از نظر عوامل داخلی و خارجی از وضعیت مناسبی برخوردار نیست و با وجود ضعف‌های داخلی با تهدیدهای خارجی متعدد و عمده مواجه است که در ماتریس ارزیابی جایگاه، در

بدترین وضعیت، یعنی در موقعیت تدافعی (WT) قرار دارد (برومند و همکاران، ۱۳۹۰). در مجموع بازارهای ورزشی به لحاظ چندجانبه بودن، شرایط امیدوارکننده‌ای برای تحلیل و ایجاد انواع کسب‌وکارهای ورزشی دارد (بودزینسکی و ساتزر، ۲۰۱۱).

## ۹-۵. شرحی بر انواع مشاغل ورزشی

۹-۵-۱. **مربی ورزشی:** مربیان ورزشی را با توجه به مؤلفه‌های ورزشی می‌توان به انواع مربیان «آموزشی، تفریحی، سلامتی و قهرمانی» تقسیم کرد. مربیان آموزشی بر یادگیری اولیه مهارت‌ها تأکید دارند و بیشتر روی نوآموزان کار می‌کنند. مربیان تفریحی، بر یادگیری و توانمندی افراد در رشته‌های ورزشی تفریحی مانند باده‌ک‌بازی یا انواع بازی-های سرگرم‌کننده کار می‌کنند. مربیان سلامتی بیشتر در مراکز تندرستی و باشگاه‌هایی فعالیت می‌کنند که افراد را برای آمادگی جسمانی عمومی آماده می‌کنند. مربیان قهرمانی، بیشتر مربیانی هستند که افراد را برای کسب مقام و پیروزی در رقابت‌های پیش رو آماده می‌کنند. هر یک از انواع مربیگری‌ها با توجه به ویژگی‌های «رشته ورزشی، بازخوردهای مالی، رویکرد آموزشی و دیگر موارد مشابه» به شرایط خاص خود نیاز دارند. در اغلب رشته‌ها اگر فرد به سطح بالایی از توانمندی برسد، از بازخوردهای مالی نسبتاً مناسبی در مقایسه با سایر مشاغل نیز برخوردار خواهد شد. قبل از انتخاب یک رشته مشخص برای مربیگری باید شرایط موجود و ظرفیت بازار بالقوه و بالفعل آن را به‌خوبی مطالعه کرد و با انجام کار متمرکز روی رشته و هم‌زمان افزایش دانش و مهارت لازم در مراجع ذی‌ربط و دانشگاهی، خود را آماده کرد.

۹-۵-۲. **بازیکن ورزشی:** شغل بازیکن ورزشی در سطوح «قهرمانی» و «حرفه‌ای» معنا پیدا می‌کند. یعنی فرد به توانایی‌های مهارتی و اجرایی در یک ورزش دست پیدا کند که باشگاه‌ها برای حضور او در تیم خود، مایل به پرداخت هزینه باشند. باید دقت کرد که برخی رشته‌ها از ظرفیت باشگاهی کمتری برخوردارند و افراد با رسیدن به سطوح ملی از مزایای احتمالی حضور در اردوی ملی با مقام‌آوری بهره‌مند خواهد شد. باید دقت کرد که برای رسیدن به این سطح فرد باید «استعدادهای لازم» را داشته باشد. بنابراین قبل از هدف‌گذاری در این زمینه باید با مطالعه و مشاوره‌های لازم از «هدف‌گذاری‌های شغلی» در این زمینه اطمینان حاصل کرد.

۹-۵-۳. **داور ورزشی:** در حوزه داوری ورزشی نیز فرصت‌های شغلی متنوعی در انواع ورزش‌ها وجود دارد. اما باید دقت کرد که همه داوری‌ها در انواع رشته‌ها از ظرفیت «شغل‌بودن» برخوردار نیستند. داوران متناسب با «نوع رشته، مسئولیت و محل استقرار در زمین‌بازی» دارای انواعی به شرح جدول ۵-۲۷ هستند.



جدول ۵-۲۷. انواع داور در ورزش

ردیف	انواع	توضیح
۱	referee	داور با مفهوم عام
۲	head linesman	داور سرخط
۳	line judge	داور خط
۴	Umpire	داور مسابقه برای رشته‌هایی مانند تنیس و بیسبال
۵	back judge	داور بخش عقب زمین
۶	side judge	داور بخش کناری زمین
۷	field judge	داور درون زمین

افرادی که قصد دارند داوری را به‌عنوان یک شغل انتخاب کنند، باید به بازارهای جهانی آن توجه داشته باشند. شغل داوری در ایران در بیشتر رشته‌ها از ظرفیت‌های کامل برای «شغل‌بودن» برخوردار نیست.

۵-۹-۴. **پزشک ورزشی:** برخی افراد به‌عنوان پزشک ورزشی در این زمینه فعالیت می‌کنند. اغلب باشگاه‌های ورزشی و فدراسیون‌های ملی دارای شخصی بنام پزشک ورزشی هستند که از وضعیت سلامت بازیکنان در شرایط «استراحت، تمرین و مسابقه» مراقبت می‌کنند.

۵-۹-۵. **پزشکیار ورزشی:** به‌مثابه یک دستیار در کنار پزشک‌های ورزشی فعالیت می‌کنند.

۵-۹-۶. **معلم و مربی تربیت‌بدنی:** این افراد در «مدارس آموزش و پرورش» و «در مقاطع مختلف تحصیلی» فعالیت می‌کنند و نقش مهمی در «افزایش سواد جسمانی یا حرکتی»، «استعدادیابی» و «نهادینه‌کردن ورزش در سبک زندگی» دانش‌آموزان دارند. معلمان تربیت‌بدنی پیشرو با استفاده از «رویکردهای تلفیقی» برای طراحی انواع بازی‌ها به‌منظور «تلفیق بازی با دروس دیگر» تلاش می‌کنند.

۵-۹-۷. **اساتید ورزش در دانشگاه:** این افراد نقش توانمندسازی دانشجویان در رشته‌های مختلف علمی و عملی را در ورزش بر عهده دارند. اساتید دانشگاهی که برخی از آن‌ها به‌عنوان «عضو هیئت‌علمی»، جذب نظام‌های دانشگاهی می‌شوند باید از «سواد پژوهشی» و «توانایی‌های آموزشی لازم برای آماده‌سازی دانشجویان به‌منظور ورود به بازارهای کار موجود در جامعه» برخوردار باشند.

۵-۹-۸. **ارتباطات ورزشی:** مشاغل متنوع حوزه ارتباطات ورزشی را می‌توان در چهار دسته «مرتبط با سازمان‌های ورزشی»، «مرتبط با سازمان‌های رسانه‌ای»، «مرتبط با ورزشکاران خاص» و «مستقل» به شرح جدول ۵-۲۸ مرور کرد. منظور از یک سازمان ورزشی، یک تیم ورزشی، یک مؤسسه مانند مدرسه و یا یک انجمن ورزشی است. با رشد سازمان‌های ورزشی، شغل‌های جدیدتری مانند انواع مالکیت رسانه‌ها و شبکه‌های تلویزیونی برای برخی باشگاه‌های فوتبال همچون «چلسی لندن در انگلستان» اشاره کرد. سازمان‌های رسانه‌ای شامل رسانه‌های سنتی مانند روزنامه‌ها، مجلات، رادیو و تلویزیون هستند. این سازمان‌ها توجه مردم را به رویدادهای ورزشی جلب می‌کنند و برای انجام موفق این کار، افرادی را استخدام می‌کنند تا مطمئن شوند که پیام‌های ارسال شده به عموم مردم کارآمد و مؤثر هستند.

جدول ۵-۲۸. مشاغل حوزه ارتباطات ورزشی

ردیف	شغل	توضیح
<b>الف) مشاغل مرتبط با سازمان‌های ورزشی</b>		
۱	مدیر اطلاعات	مسئول استراتژی کلی ارتباطات سازمان و نظارت بر کارکنان مربوط
۲	کارشناس روابط رسانه‌ای	مسئول برقراری ارتباط با انواع رسانه‌های ورزشی و «اطمینان از دریافت اطلاعات مهم سازمان توسط رسانه‌ها»، «برگزاری کنفرانس‌های خبری و مطبوعاتی و دسترسی نمایندگان رسانه به ورزشکاران و مدیران»
۳	کارشناس روابط اجتماعی	مسئول ایجاد و نگهداری وجهه خوب سازمان در ارتباط با مردم و جامعه با سازماندهی رویدادهای اجتماعی همچون بازدید از بیمارستان و مدرسه برای ورزشکاران
۴	بازاریاب ورزشی	مسئول بازاریابی سازمان با روش‌های مختلف و «یافتن حامیان مالی و شرکاء برای عملیات و پروژه‌های سازمان»، «فروش بلیت رویدادها به گروه‌های خاص»، «تدوین استراتژی در مورد چگونگی ترویج مناسب» و «خرید زمان یا فضای تبلیغاتی در رسانه‌های مختلف»
<b>ب) مشاغل مرتبط با سازمان‌های رسانه‌ای</b>		
۱	روزنامه‌نگار/ خبرنگار	فردی که به دلیل توانایی پیگیری امور اخبار و رویدادها می‌تواند به‌عنوان منبع خبر یا رویدادهای تعقیبی خبر و تاریخچه و بحث‌های مرتبط مورد استناد و مصاحبه قرار گیرد. در رادیو به دلیل اینکه رسانه شفاهی است و خبر نگاشته نمی‌شود.
۲	گزارشگر میدانی	فردی که با حضور در محل رویداد یا فضاهای مرتبط از محل رویداد یا صحنه انتخاب‌شده اقدام به ارسال گزارش یا مصاحبه‌های میدانی می‌کند.
۳	دبیر ورزشی	اغلب خبرنگار یا نویسنده‌ای با سابقه و ارتقاء مرتبه یافته که به نوشتن و ویرایش گزارش‌های ورزشی کمک و دقت و صحت گزارش‌های ورزشی کمک می‌کند و در انتخاب و پخش گزارش نقش دارد.
۴	گوینده	در تلویزیون جلوی دوربین و در رادیو با پخش صدا کار می‌کند.
۵	تولیدکننده ورزشی	مسئول پخش برنامه ورزشی و انتخاب‌کننده عوامل و نیازمند دانش عمیق از تولید برنامه در رادیو و تلویزیون است.
۶	ستون‌نویس	نویسنده باتجربه که برای تهیه و تنظیم مطالب یک ستون، در یک نشریه چاپی استخدام شده است.
۷	آنالیزور ورزشی	نیازمند توانایی و مهارت تحلیل عمیق ورزشی که اغلب برای آن از ورزشکاران و مربیان اسبق استفاده می‌شود.
۸	گوینده خبر ورزشی	اعلام‌کننده اخبار ورزشی
۹	گزارشگر لحظه‌به‌لحظه	با حضور در رویدادهای ورزشی مثل «فوتبال، والیبال و امثال آن» به‌صورت «لحظه‌به‌لحظه» رویداد را برای مخاطبان گزارش می‌کند. در مواردی این نوع گزارشگر از داخل استودیو و از روی مونیتور اقدام به گزارش لحظه‌به‌لحظه رویداد می‌کند.
<b>ج) مشاغل مرتبط با ورزشکاران</b>		
۱	کارگزار	مدیریت فعالیت‌ها و روابط ورزشکار یا سلبریتی ورزشی
۲	روابط عمومی	برنامه‌ریزی و اقدامات مؤثر برای بهبود خوشنامی و وجهه ورزشکار یا سلبریتی
۳	برنامه‌ریز اجتماعی	برنامه‌ریزی برای حضور ورزشکار در فعالیت‌های اجتماعی مبتنی بر مسئولیت‌های اجتماعی

د) مشاغل مستقل		
۱	وبلاگ‌نویس	انتشار مجله ورزشی آنلاین برای مصرف عمومی
۲	فیلم‌ساز/مستندساز	تهیه فیلم‌های ویدئویی از تیم‌ها یا فعالیت‌های ورزشی و فروش به سازمان‌های بزرگ رسانه‌ای
۳	پژوهشگر ورزشی	با توانایی پژوهش در مورد ورزش و تجزیه و تحلیل داده‌ها برای سازمان‌های رسانه‌ای
۴	نویسنده/خبرنگار آزاد	فردی بدون وابستگی به سازمان خاص و فروشنده گزارش‌های خبری و تحلیلی خود
۵	طراح بازی ویدئویی	دارای مهارت طراحی بازی ویدئویی و برخی از دانش‌های برنامه‌نویسی کامپیوتر برای شرکت‌های سازنده بازی‌های ویدئویی ورزشی
۶	مفسر	تفسیر در لغت یعنی هویدا کردن چیزی و در اصطلاح به کسی گویند که بر اساس اطلاعات و داده‌هایی که در اختیار دارد موضوع، مطلب و چیزی را روشن و بر ملا می‌کند.

امروزه با توجه به تنوع رسانه‌ها و انواع رسانه‌های جمعی «چاپی، الکترونیک و نوپدید» فرصت‌های شغلی متعددی را پدید آورده‌اند. افرادی که قصد دارند در این حوزه فعالیت کنند نیز باید به شرایط «رسانه، مخاطب، دورنما و توانایی‌هایی خود» در این عرصه توجه داشته باشند.

**۹-۹-۵. روابط عمومی ورزشی:** از مشاغل با ظرفیت بسیار بالاست، زیرا اغلب سازمان‌های ورزشی دولتی و خصوصی دارای واحد روابط عمومی هستند. این واحد تخصصی به افرادی با توانمندی‌های خاص برای «برقراری ارتباط با مخاطبین کلیدی»، «برنامه‌ریزی» و «بهبود خوشنامی سازمانی» نیاز دارد. اگر افراد همراه با فعالیت در این عرصه نسبت به افزایش تحصیلات دانشگاهی و توانمندسازی دانش و مهارت خود اقدام کنند، فرصت‌های پیشرفت زیادی را در پیش رو خواهند داشت. هرچه کارکنان این حوزه، باتجربه‌تر شوند، به احتمال زیاد به سمت‌های مدیریتی در سازمان ارتقاء می‌یابند، یعنی جایگاهی که تعداد زیادی از کارکنان حوزه ارتباطات ورزشی را مدیریت می‌کنند.

**۱۰-۹-۵. روابط بین‌الملل ورزش:** این واحد نیز در اغلب ساختارهای ورزش و به‌ویژه «فدراسیون‌های ورزشی»، «کمیته ملی المپیک» و «وزارت ورزش و جوانان» وجود دارد. در اغلب موارد به تناسب این نیاز در کشور «نیروی انسانی تخصصی» تربیت نشده است. آشنایی با زبان انگلیسی و دیگر زبان‌های رایج دنیا در کنار توانایی‌های برقرار ارتباط در سطوح مختلف از نیازهای ضروری بر این شغل مهم است.

**۱۱-۹-۵. ماساژور ورزشی:** امروزه از ماساژ به عنوان یک صنعت فراگیر در سطح جهان یاد می‌شود. در اغلب مراکز تفریحی، هتل‌ها یا حتی بخش‌های اختصاصی خدمات ماساژ وجود دارد. ماساژورها در سه حیطه «درمانی، آرام‌بخشی و ورزشی» فعالیت دارند و از درآمدهای نسبتاً خوبی برخوردارند. «ماساژهای ریلکسیشن یا آرام‌بخش» با رویکرد «ورزش و سلامتی» امروزه فراوان‌ترین بازار کار را دارند. برخی ماساژورها در کنار اعضای تیم‌های بزرگ، نقش مهمی در بازتوانی و انرژی‌افزایی بازیکنان در شرایط مسابقات دارند. برخی نیز زیر نظر پزشکان مجرب به کاردرمانی می‌پردازند.

**۱۲-۹-۵. روان‌شناس ورزشی:** امروزه روان‌شناسان ورزشی جایگاه ویژه‌ای در کنار تیم‌های بزرگ و مهم ورزشی پیدا کرده‌اند. اهمیت بعد روانی ورزشکار در استفاده از حداکثر ظرفیت‌های بدنی باعث شده است تا شغل روان‌شناسی

ورزشی به‌عنوان یکی از مشاوران کلیدی سرمربیان در کنار زمین، شرایط استراحت و تمرین، هر روز مورد توجه بیشتری قرار گیرد.

۵-۹-۱۳. **بدن‌ساز تیمی:** بدن‌سازان تیمی یا افراد متخصص در «آمادگی جسمانی وابسته به مهارت»، کسانی هستند که به ورزشکار و مربیان کمک می‌کنند تا ورزشکاران از آمادگی‌های لازم برای اجرای مهارت‌های تخصصی خود برخوردار شوند. به‌همین دلیل در اغلب تیم‌های ورزشی بزرگ، شخصی به‌عنوان بدن‌ساز تیم حضور دارد. برخی از ورزشکاران مهم، بدن‌سازان تخصصی خود را دارند.

۵-۹-۱۴. **کارشناسان رسمی ورزش در ادارات:** افرادی که در سازمان‌ها به‌عنوان «کارشناسان رسمی»، امور خدمات اداری ورزشی را دنبال می‌کنند. این دسته از کارکنان بیشتر به‌عنوان ستاد در جریان کارهای خدمات اجرایی ورزش ایفای نقش می‌کنند. اغلب کارکنان ساختارهای رسمی چون «وزارت ورزش و جوانان، کمیته ملی المپیک و فدراسیون‌ها» در این دسته جای می‌گیرند.

۵-۹-۱۵. **کارشناسان حقوق ورزش:** یکی از حوزه‌های کاری مهم در ورزش، این شغل است که در آن فرد کارشناس، اغلب فرصت‌های شغلی و کاری متعددی را خواهد داشت. از جمله فعالیت آن می‌توان به «نظارت بر قراردادهای»، «تنظیم آن‌ها»، «پیگیری امور حقوقی» و «نظارت حقوقی» در ابعاد مختلف ورزش اشاره کرد.

۵-۹-۱۶. **کارشناس نقل و انتقال بازیکن:** امروزه آژانس‌های نقل و انتقال بازیکن و حتی مربی، با استفاده از کارشناسان صاحب‌نظر و توانمند در این عرصه، به‌صورت یک حرفه تخصصی انجام می‌شود.

۵-۹-۱۷. **کارشناس اماکن و تجهیزات ورزشی:** امروزه اغلب سالن‌های بزرگ و به‌ویژه استخرها به کارشناسانی نیاز دارند تا در نگهداری و بهره‌وری مناسب آن ایفای نقش کنند.

۵-۹-۱۸. **کارشناس برگزاری رویدادهای ورزشی:** امروزه برگزاری رویدادهای مختلف و به‌ویژه رویدادهای بزرگ و فرارویدادهایی مانند المپیک به کارشناسان متخصصی نیاز دارند که با ابعاد مختلف رویدادها و به‌ویژه جدول مسابقات و دیگر ضروریات یک رویداد آشنا باشند.

۵-۹-۱۹. **کارشناس تغذیه ورزشی:** یک از نیازهای برجسته در ورزش قهرمانی و همگانی، تغذیه مناسب است. لذا کارشناسان تغذیه ورزشی، از فرصت‌های شغلی متعددی در انواع مؤلفه‌های ورزشی برخوردار خواهند بود.

۵-۹-۲۰. **استعدادیاب ورزشی:** هرچند این وظیفه توسط مربیان ورزش باشگاهی و معلمان تربیت‌بدنی مدارس انجام می‌شود؛ اما اهمیت و تخصصی شدن آن باعث شده است تا برخی به‌عنوان «کارشناس استعدادیابی ورزشی» فعالیت کنند.

۵-۹-۲۱. **نجات‌غریق:** امروزه همه استخرها و مراکز آبی تفریحی ملزم به استفاده از افرادی به‌عنوان «نجات‌غریق» هستند. این تنوع فرصت‌های شغلی متعددی را در این عرصه ایجاد کرده است.



- ۵-۹-۲۲. **کارشناس بازاریابی ورزشی:** در بسیاری از شرکت‌های تولیدی و حتی فدراسیون‌های ورزشی، واحد بازاریابی یا کارشناس بازاریابی مورد توجه قرار دارد. با توجه به اهمیت این نوع کارشناس در اغلب ساختارها در صورت توانمندی افراد در حوزه مربوطه، فرصت‌های کاری متعددی برای افراد ذی‌ربط وجود خواهد داشت.
- ۵-۹-۲۳. **پژوهشگر ورزشی:** امروزه اغلب سازمان‌های ورزشی دارای بخشی بنام واحد «تحقیق و توسعه» هستند. این بخش وظیفه مطالعات لازم برای توسعه سازمان مربوطه در ابعاد مختلف را دارد. یکی از کارشناسان تخصصی این بخش «کارشناس پژوهشی» با تسلط به روش‌های پژوهش است که خود یا در ارتباط با پژوهشگران دانشگاهی، نیازهای پژوهشی سازمان مربوطه را به‌طور اثربخش برآورده کند.
- ۵-۹-۲۴. **تولیدکننده تجهیزات ورزشی:** این افراد یا خود دارای شرکت تولیدی هستند یا در انواع شرکت‌های تولیدی به‌دلیل برخورداری از توانایی‌های خاص در انواع تجهیزات ورزشی مانند «لوازم بدن‌سازی، راکت، توپ، پوشاک، کفش یا امثال آن» فعالیت می‌کنند.
- ۵-۹-۲۵. **مهندسی ورزش:** این شغل یا در تولیدات ورزشی یا در ساخت و طراحی اماکن ورزشی مورد توجه قرار می‌گیرد.

#### خلاصه

امروزه گسترش ورزش باعث شده است که فراتر از تفریح یا اقدامات تکمیلی به‌عنوان یک شغل و تخصص نیز مورد توجه قرار گیرد. خیلی از افراد علاقه‌مند هستند تا از دوران آموزش و پرورش مسیر شغلی خود را در ورزش و علوم ورزشی دنبال کنند. در این فصل مروری بر انواع ظرفیت‌های شغلی ورزش در داخل و خارج از کشور صورت گرفت. در این فصل نشان داده شد که ورزش یکی از پرشغل‌ترین حوزه‌ها در سطح کشور و بین‌الملل است که در صورت شناخت کافی از شغل انتخابی و تلاش برای آماده‌سازی خود در آن مسیر می‌توان فرصت‌های متعددی را ایجاد کرد.

#### فعالیت‌هایی برای یادگیری

- در رابطه با شغل مورد علاقه خود، با چندتن از افراد موفق مصاحبه کنید و مسیرهای موفقیت آن‌ها را تارسیدن به این مرحله با هم مقایسه کنید.
- شغل‌های موجود در ورزش را فهرست کنید و آن را برای خودتان رتبه‌بندی کنید. حال از یک مشاور بخواهید با توجه به ظرفیت‌ها و توانمندی‌های شما ده انتخاب اول شمارا تحلیل کند.







## بخش دوم

# انواع دوره‌های آموزش ورزش

# انواع مقاطع آموزشی در ورزش

۶

هدف کلی: آشنایی با نظام‌های آموزش افراد برای استفاده یا کار در ورزش

اهداف یادگیری:

- آشنایی با ساختارهای آموزش ورزش در جامعه
- آشنایی با نظام‌های آموزش تربیت دانش‌آموز فنی و حرفه‌ای ورزشی
- آشنایی با نظام‌های آموزشی تربیت کاردان ورزشی
- آشنایی با نظام‌های آموزشی تربیت کارشناس ورزشی
- آشنایی با نظام‌های آموزشی تربیت کارشناس ارشد ورزشی
- آشنایی با نظام‌های آموزشی تربیت دکترای تخصصی ورزشی

## مقدمه

در هر جامعه نظام‌های آموزشی خاصی وجود دارد که در هر مقطع و دوره به آموزش و تربیت افراد ورزشی با توجه به نیازهای اجتماعی و فردی می‌پردازد. در این فصل با رویکردهای کلی مربوط به این نظام‌ها آشنا خواهیم شد.

## ۱-۶. رشته تربیت‌بدنی و علوم ورزشی

شاید کمتر شاخه‌ای از علم را بتوان یافت که دامنه نفوذ و فعالیت آن، چه از منظر تخصصی و چه غیرتخصصی، تمام گروه‌های سنی از بدو تولد تا کهن‌سالی را در برگیرد. رشته تربیت‌بدنی و علوم ورزشی از این حیث منحصر به فرد است. تربیت‌بدنی رشته‌ای «میان‌رشته‌ای» است و تحصیل در آن مستلزم آشنایی با برخی رشته‌های دیگر برای تقویت و تربیت جسم و روان انسان است. رشته‌هایی نظیر رشته‌های پایه پزشکی، علوم تربیتی، مدیریت و امثال آن مورد استفاده قرار می‌گیرند.

«تربیت‌بدنی و علوم ورزشی» به‌عنوان شناخته‌شده‌ترین عبارت در زمینه علم مربوط به ورزش است که با اسامی دیگری همچون «حرکت‌شناسی»، «علوم حرکتی»، «علوم حرکتی و ورزش» نیز معرفی شده است. این رشته «بین‌رشته‌ای» از علوم مختلفی برای کمک به ارتقاء ورزش استفاده می‌کند. با جامعیت ایجادشده برای این رشته، اکنون واژه «علوم ورزشی» به‌عنوان جایگزینی مناسب برای دیگر اسامی مورد اشاره مورد تأکید قرار گرفته است. ورزش از دو جنبه کلی، طیف وسیعی از افراد جامعه را در بر می‌گیرد. جنبه اول، از بعد قهرمانی است که ورزشکاران با هدف «مدال‌آوری» به رقابت می‌پردازند و موفق شدن در این زمینه در سطح ملی و بین‌المللی مستلزم به‌کارگرفتن کلیه امکانات و قابلیت‌های «جسمانی، روانی، اجتماعی، مدیریتی و امثال آن» است. جنبه دوم، چه‌بسا می‌تواند مهم‌تر از جنبه اول باشد؛ چون مستقیم با سلامت انسان ارتباط دارد. «ورزش» پدیده‌ای فراگیر در سطح جهان است و «علم ورزش» یک ضرورت انکارناپذیر برای «تعالی انسان» است. بهره‌گیری از ورزش برای اهداف مختلف به‌میزان شناخت این علم و توانایی کاربرد آن بستگی دارد (گروه علوم اجتماعی شورای عالی برنامه‌ریزی آموزشی، ۱۳۹۵).

در سال ۱۳۵۳ و میزبانی هفتمین دوره بازی‌های آسیایی در تهران و گشایش مجموعه ورزشی آزادی به تدریج مدارس و دانشکده‌های تربیت‌بدنی رونق گرفت و تربیت دانشجویان علوم ورزشی آغاز شد. در این مسیر ساختار آموزش عالی برای تربیت متخصص به‌منظور تصدی امور در ساختار رشد یافت.

تا این زمان، بخش عمده دانش مورداستفاده در رشته علوم ورزشی از کشورهای پیشرفته و اغلب غربی، وارد دانشگاه‌های ایران شده است. این موضوع به‌خودی‌خود، اتفاق بدی نیست، به شرط آن‌که در کنار مصرف تولیدات علمی خارجی، بتوان در حوزه تولید «دانش ملی» نیز توانمند شد. منظور از تولید دانش ملی، دانشی است که توسط صاحب‌نظران و محققان ایرانی به‌منظور پاسخگویی به نیاز کشور و همچنین نوآوری در علوم ورزشی تولید می‌شود؛ به طوری که امکان صدور آن به کشورهای دیگر نیز فراهم شود. از آنجائی که «پایه‌و‌اساس» محتوای آموزشی رشته علوم ورزشی اغلب از «دانشگاه‌ها و دانشمندان غربی» به ایران وارد شده است؛ باید به «الگوهای توسعه علوم ورزشی» و «رویکردهای تخصصی‌سازی» آن در کشورهای پیشرفته توجه داشت. غفلت از این امر می‌تواند زمینه عقب‌افتادن از

«پیش‌تازان این رشته» در جهان را فراهم کند. به‌همین منظور باید با بررسی «وضعیت ورزش کشور» به‌دنبال بهره‌مندی از دانش روز برای «توسعه ورزش ملی در همه مؤلفه‌ها» و «حضور موفق در عرصه‌بین‌المللی» بود. به این معنا که فقط «مصرف‌کننده تولیدات علمی خارجی و بدون توجه به ملاحظات بومی آن» نباشیم و ضمن توجه به تحولات جهانی، به رشد علمی این رشته در «مرزهای کشور» نیز تأکید داشت (قاسمی، کشکر و راسخ، ۱۳۹۷).

آموزش ورزش در نظام‌های آموزشی از دوران «آموزش و پرورش» تا سطوح بالای «آموزش عالی و نظام دانشگاهی» را در بر می‌گیرد. محتوای هر دوره بر اساس برنامه‌درسی مشخص می‌شود. برنامه‌های درسی بی‌تردید مهم‌ترین و شاید اساسی‌ترین مؤلفه «نظام‌های آموزشی» است. برای «طراحی برنامه‌ها و اقدامات آموزشی مؤثر»، باید به «برنامه‌ریزی درسی نظام‌دار» توجه داشت (دیبا، یمینی، عارفی و فردانش، ۱۳۹۰). «برنامه درسی» شامل تمامی تعاملات مرتبط با یادگیری برنامه‌ریزی و هدایت‌شده توسط یک مؤسسه آموزشی است که طی آن «دانش‌آموزان و دانشجویان» به‌صورت فردی یا گروهی از طریق «محتوای آموزش، مواد، منابع و فرآیندهای ارزیابی» به اهداف آموزشی دست پیدا می‌کنند (مور، ۲۰۰۶؛ ژانگ<sup>۲</sup> و همکاران، ۲۰۱۶). مهم‌ترین ابعاد برنامه آموزشی شامل «محتوای آموزشی، برنامه‌درسی، روش‌های آموزش و نحوه ارزیابی دوره آموزشی» است. وجود آموزش مناسب بر اساس اهداف مشخص همراه با «استانداردهای آموزشی، ارزیابی مناسب و حجم کار مناسب» باعث بالارفتن بهره‌وری و سطح رضایت دانش‌آموختگان می‌شود. برای این منظور باید کیفیت دوره‌های آموزش در حوزه علوم ورزشی از ابعادی چون «زمینه و ویژگی‌های یادگیرندگان و یاددهندگان»، «طول دوره و ساختار دوره»، «محتوای دوره» و «ارزیابی دوره و روش‌های آموزشی» مورد تحلیل و بررسی قرار گیرد. همچنین باید آموزش با هماهنگی بین «تفکر انتقادی، برنامه‌درسی و ارزیابی» در علوم ورزشی مورد توجه قرار گیرد و زمینه مشارکت دانش‌آموزان و دانشجویان در فرایند «شناخت، پرسش، پاسخ و انتقاد» فراهم شود (عرب‌نرمی و خلیلیان، ۱۳۹۸). در ایران برنامه‌ریزی درسی آموزش عالی دارای ساختار متمرکز است و برنامه‌ریزی درسی برای کل دانشگاه‌ها و مؤسسات آموزش عالی به‌وسیله شورای عالی برنامه‌ریزی درسی انجام می‌شود و دانشگاه‌ها و مؤسسات آموزش عالی به‌صورت جداگانه و منفرد حق برنامه‌ریزی درسی و تصمیم‌گیری در این زمینه را ندارند. دخالت یا مشارکت ناچیز اعضای هیئت‌علمی در این فعالیت از طریق شرکت در کمیسیون‌ها (پاسخ به فراخوان نظرسنجی) یا گروه‌های برنامه‌ریزی درسی است (فتحی و مومنی، ۱۳۸۸).

## ۲-۶. آموزش ورزش

آموزش ورزش اهداف مختلفی را در بر می‌گیرد. در انواع نظام‌ها و با اهداف متنوع و مختلفی امور آموزش ورزش صورت می‌گیرد. برخی از سازمان‌های فعال در عرصه ورزش و اهداف آموزشی آن‌ها در جدول ۶-۱ معرفی شده است.

1. Moore  
2. Zhang

جدول ۶-۱. انواع سازمان‌ها و اهداف آموزشی آن‌ها در ورزش

اهداف	سازمان	ردیف
با تأکید بر کمک به «رشد و تکامل حرکتی»، «نهادینه شدن ورزش در زندگی»، «بالا بردن توان و مهارت‌های بدنی» و امثال آن در قالب درس تربیت بدنی و فوق برنامه	مقطع ابتدایی آموزش و پرورش	۱
با تأکید بر توانمندسازی مهارتی در یکی از رشته‌های ورزشی، استعدادیابی، استفاده از ورزش برای سلامتی و نهادینه شدن آن در سبک زندگی و امثال آن در قالب درس تربیت بدنی و فوق برنامه	مقطع متوسطه اول و دوم آموزش و پرورش	۲
با تأکید بر تربیت دانش‌آموزان تخصصی در رشته تربیت بدنی و علوم ورزشی برای حضور در انواع سازمان‌های ورزشی و فعالیت‌های تخصصی بعد از تحصیل	هنرستان‌های ورزش	۳
با تأکید بر ورزشکاران، داوران و مربیان تخصصی در رشته مربوطه	فدراسیون‌ها	۴
با تأکید بر ورزشکاران تخصصی در رشته مربوطه	باشگاه‌ها	۵
با تأکید بر تربیت نیروی کاردان، کارشناس، کارشناس ارشد و دکترای تخصصی در رشته‌های تخصصی ورزشی و متناسب با نیاز بازار کار در جامعه	دانشگاه‌ها	۶
کارشناس ارشد کسب و کار ورزشی (MBA) و دکترای کسب و کار ورزشی (DBA)	آموزش‌های آزاد	۷

### ۶-۳. آموزش ورزش در آموزش و پرورش

ورزش در «آموزش و پرورش» در مقاطع مختلف و با رویکردهای متفاوتی به اجرا درمی‌آید. در مقطع ابتدایی از شروع سال اول ابتدایی، کودک با آموزش ورزش در مسیر رشد و تکامل حرکتی و یادگیری اثربخش مهارت‌های بنیادی یا پایه، مانند «راه رفتن، دویدن، لی لی کردن، گرفتن، پرتاب کردن و امثال آن» قرار می‌گیرند. «معلم تربیت بدنی» با طراحی انواع بازی‌ها یا حرکات در تلاش است تا توانایی «دانش‌آموزان» را در حوزه‌های مورد نظر افزایش دهد. از جمله رویکردهای مورد استفاده در این زمینه می‌توان به «روش تلفیقی» و «پرورش ورزشی» اشاره کرد. از مهم‌ترین دستاوردهای یک برنامه تربیت بدنی در نظام آموزش و پرورش «افزایش سواد حرکتی» است. برخی از مهم‌ترین دستاوردهای حاصل از سواد حرکتی را می‌توان در مواردی به شرح جدول ۶-۲ شناسایی کرد. در یک برنامه مناسب تربیت بدنی هرچقدر معلم قادر به پوشش نتایج بیشتری از مجموعه مورد اشاره باشد، برنامه موفق‌تری خواهد داشت.

جدول ۶-۲. انواع دستاوردهای برنامه تربیت بدنی در مدارس

اهداف	انواع	ردیف
افزایش توانایی‌ها در زمینه مهارت‌های عمومی ورزشی، ج) بهبود توانایی‌ها در زمینه مهارت‌های اختصاصی ورزشی	رشد مهارت عصبی-عضلانی	۱
افزایش قدرت عضلانی، ب) استقامت عضلانی، ج) استقامت قلبی-ریوی، د) انعطاف پذیری، ه) ترکیب بدنی	افزایش آمادگی جسمانی عمومی	۲
افزایش سرعت، ب) چابکی، ج) هماهنگی، د) تعادل، ه) توان	افزایش آمادگی جسمانی مهارتی	۳
افزایش آگاهی از بدن، ب) افزایش آگاهی از فضا، ج) افزایش آگاهی از جهت، د) افزایش آگاهی از زمان	رشد حسی-حرکتی	۴
ارتقاء هماهنگی با خود، ب) ارتقاء توانایی سازگاری با دیگران، ج) ارتقاء توانایی بیان مفاهیم، مقاصد و خلاقیت	رشد مهارت ارتباطی	۵
علوم، ب) ریاضی، ج) مطالعات اجتماعی، د) هنرهای زبانی	رشد درک علمی	۶
افزایش توانایی در انجام بازی‌های ورزشی، ب) آغاز مهارت‌های حاصله از زندگی ورزشی، ج) توانایی دریافت لذت از حرکت مناسب، د) توانایی سرگرم کردن خویش به شکل سازنده	بهبود استفاده از اوقات فراغت	۷

برنامه‌ریزی‌های تربیت بدنی اغلب در محورهای «ساعات درس تربیت بدنی» و «فوق برنامه» صورت می‌گیرد. ساعات درس تربیت بدنی بر برنامه هفتگی و ساعت اختصاص یافته در طول هفته به این درس اختصاص دارد. برنامه‌های فوق برنامه متنوع‌تر و شامل اموری چون «تمرینات صبحگاهی»، «رقابت‌های ورزشی داخل مدرسه»، «رقابت‌های ورزشی بین مدارس»، «اردوهای آموزشی و تفریحی» و «ورزش قهرمانی از مسابقات منطقه‌ای شهری، شهری، استانی، کشوری، بین‌المللی تا قاره‌ای و جهانی» است.

#### ۶-۴. هنرستان ورزش

رشته «تربیت بدنی» در هنرستان به استفاده از علوم مختلف برای تقویت و تربیت جسم و روان انسان اشاره دارد. این رشته «بین رشته‌ای» شامل درس‌های پایه پزشکی است و «دانش آموخته» آن تا حد یک «پزشکیار» با جسم انسان آشنا می‌شود. همچنین در این رشته درس‌های علوم تربیتی، فرد را با «تنش و واکنش انسان‌ها» آشنا می‌کند. درس‌های علوم ورزشی نیز به صورت علمی و عملی توانایی فرد را در زمینه‌های مربوطه توسعه می‌دهد. بنابراین رشته «تربیت بدنی» یکی از رشته‌های جذاب هنرستان و زیرمجموعه گروه «بهداشت و سلامت» در شاخه «فنی و حرفه‌ای» است. این رشته «هنرستان‌های مختلفی» در سطح شهرستان‌های مختلف ایران دارد. هنرجویان این رشته باید درس‌هایی به شرح جدول ۳-۶ را در طول تحصیل خود بگذرانند.



جدول ۶-۳. مواد درسی هنرستان‌های تربیت‌بدنی در پایه‌های مختلف

ردیف	دامنه محتوایی	دروس پایه ۱۰	دروس پایه ۱۱	دروس پایه ۱۲
۱	تربیت دینی و اخلاقی	تعلیمات دینی ۱، عربی ۱	تعلیمات دینی ۲، عربی ۲	تعلیمات دینی ۳، عربی ۳
۲	زبان و ادبیات فارسی	فارسی ۱	فارسی ۲	فارسی ۳
۳	زبان‌های خارجی	زبان خارجی ۱	زبان خارجی ۲	-
۴	مطالعات اجتماعی	جغرافیای عمومی و استان-شناسی	علوم اجتماعی	تاریخ معاصر
۵	انسان و سلامت	تربیت‌بدنی ۱	تربیت‌بدنی ۲، انسان و محیط‌زیست	تربیت‌بدنی ۳، سلامت و بهداشت، آمادگی دفاعی
۶	انسان و مهارت‌های زندگی	-	درس انتخابی (هنر یا تفکر و سواد رسانه‌ای)	مدیریت خانواده و سبک زندگی
۷	شایستگی‌های غیرفنی	الزامات محیط کار	کارگاه نوآوری و کارآفرینی، درس انتخابی (کاربرد فناوری-های نوین یا مدیریت تولید)	-
۸	شایستگی‌های پایه فنی (ریاضی، فیزیک، شیمی، زیست‌شناسی)	ریاضی ۱، زیست‌شناسی	ریاضی ۲، فیزیک	شیمی
۹	شایستگی‌های فنی	پرورش مهارت‌های جسمانی-حرکتی، توسعه مهارت‌های چابکی-ذهنی، دانش فنی پایه، ارتباط مؤثر	توسعه مهارت‌های حرکتی با توپ، توسعه مهارت‌های رزمی-هدفی	توسعه سلامت و سبک زندگی با ورزش، عملیات تکمیلی-اصلاحی ورزش-ها، دانش فنی تخصصی، کارآموزی

علاوه بر موارد مورداشاره در جدول هر مدرسه باید دارای یک برنامه ویژه برای آموزش مواردی چون «پژوهش و ارائه خلاقانه سمینار»، «یادگیری پروژه محور» و «آموزش تأمین معاش حلال» به‌طور سالانه و برای زمانی حدود ۵۰ تا ۱۰۰ ساعت داشته باشند. کارآموزی نیز زمانی بین ۱۲۰ تا ۲۴۰ ساعت وابسته به تناسب رشته دارد.

دانش‌آموزان علاقه‌مند به این رشته باید در پایه نهم، بین شاخه «نظری» و شاخه «فنی و حرفه‌ای» یکی را انتخاب کنند. با انتخاب شاخه نظری و یکی از رشته‌های «ریاضی، تجربی و انسانی» باید پس از طی سه سال «دهم، یازدهم و دوازدهم» از طریق کنکور هر یک از این سه رشته، در رشته «تربیت‌بدنی» دانشگاه قبول شود. «رشته تربیت‌بدنی» به‌دلیل شناور بودن از هر سه رشته قابل انتخاب است. دانش‌آموز پایه نهم اگر «رشته تربیت‌بدنی» را در شاخه «فنی و حرفه‌ای» انتخاب کند، پس از گذراندن سه سال تربیت‌بدنی در هنرستان برای ورود به دانشگاه دو راه به شرح جدول ۶-۴ خواهد داشت.

جدول ۶-۴. راه‌های ادامه تحصیل هنرجویان هنرستان‌های تربیت‌بدنی

ردیف	راه	اهداف
۱	شرکت در کنکور فنی-و حرفه‌ای کاردانی	تحصیل ابتدا در مقطع کاردانی و سپس در کارشناسی ناپیوسته
۲	شرکت در کنکور سراسری	یکی از رشته‌های ریاضی، تجربی و انسانی و انتخاب رشته تربیت‌بدنی و تحصیل در دوره کارشناسی

### ۶-۵. انواع مقاطع تحصیلی دانشگاهی در رشته تربیت بدنی

انواع دانشگاه‌های کشور در مقاطع تحصیلی «کاردانی، کارشناسی ناپیوسته، کارشناسی پیوسته، کارشناسی ارشد و دکترا» دانشجوی می‌پذیرند. در مواردی به کاردانی پیوسته هم اشاره می‌شود که منظور تحصیل پیوسته و بدون کنکور از دیپلم فنی-حرفه‌ای و در مقطع کاردانی به شکل بدون کنکور است. انواع دانشکده‌های فنی و حرفه‌ای با آزمون و از طریق کنکور اختصاصی خود در «مقطع کاردانی تربیت بدنی» دانشجوی می‌پذیرند. برخی آموزشکده‌های فنی و حرفه‌ای در مقطع کارشناسی ناپیوسته نیز پذیرای دانشجوی هستند. دانشگاه جامع علمی-کاربردی نیز از طریق آزمون و بدون آزمون در سه مقطع «کاردانی، کارشناسی ناپیوسته و کارشناسی پیوسته» در دامنه متنوعی از رشته و گرایش‌های تخصصی تربیت بدنی دانشجوی می‌پذیرد. دانشگاه آزاد اسلامی نیز در مقاطع «کاردانی، کارشناسی ناپیوسته، کارشناسی پیوسته، کارشناسی ارشد و دکتری» جذب دانشجوی تربیت بدنی دارد. دانشگاه‌های «پیام نور، سراسری و غیرانتفاعی» نیز در سه مقطع «کارشناسی، کارشناسی ارشد و دکتری» دانشجوی تربیت بدنی دارند. امروزه نام رشته «تربیت بدنی» به «علوم ورزشی» گرایش پیدا کرده است؛ زیرا «تربیت بدنی» صرفاً به بعد تربیتی و آموزشی رشته تأکید دارد اما «علوم ورزشی» دامنه بسیار وسیع‌تری را پوشش می‌دهد؛ در بسیاری موارد هم با عنوان «تربیت بدنی و علوم ورزشی» معرفی می‌شوند.

### ۶-۶. دانشگاه فنی و حرفه‌ای

در دانشگاه فنی و حرفه‌ای رشته «تربیت بدنی و علوم ورزشی» در دو مقطع کاردانی و کارشناسی ناپیوسته برگزار می‌شود. مقطع کاردانی آن در یک گرایش عمومی «تربیت بدنی و علوم ورزشی» و مقطع کارشناسی ناپیوسته آن در دو گرایش «مدیریت و برنامه‌ریزی تربیت بدنی» و «مربیگری» برگزار می‌شود. اکثر دانشکده‌های این دانشگاه در مقطع کاردانی و تعدادی هم در دو مقطع کاردانی و کارشناسی ناپیوسته پذیرش دانشجوی دارند. در رشته تربیت بدنی، حدود ۲۰ دانشکده فعال هستند.

۶-۶-۱. مقطع کاردانی تربیت بدنی دانشگاه فنی و حرفه‌ای: این مقطع در یک گرایش عمومی با عنوان «تربیت بدنی» است که برنامه مصوب آن از تاریخ ۱۳۸۱/۲/۲۹ تا سال ۱۳۹۸ معتبر بود و پس از آن و برای دانشجویان ورودی سال ۱۳۹۸ برنامه جدیدی به مراکز مجری ابلاغ شد.

دوره کاردانی پیوسته تربیت بدنی، فرایندی آموزشی و تربیتی است که هدف آن بهبود رشد همه‌جانبه انسان از طریق فعالیت‌های جسمانی است. این دوره شامل «فراگیری اعمال و مهارت‌های حرکتی»، «توسعه و نگهداری آمادگی جسمانی برای تندرستی و سلامت» و «کسب دانش و علوم مرتبط با فعالیت‌های جسمانی» است. این دوره بر «آشنایی با فواید جسمانی حاصل از شرکت در فعالیت‌های بدنی» و «افزایش دانش و آگاهی مربوط به آن» تأکید دارد. هدف برنامه آموزشی کاردانی پیوسته رشته «تربیت بدنی»، تربیت افراد دارای «دانش و مهارت‌های پایه‌ای و فنی» مربوط به ورزش‌های مختلف است؛ به نحوی که بتوانند در حیطه «ورزش و تربیت بدنی» وظایف شغلی خود را به خوبی انجام دهند. از جمله مشاغلی که افراد «دانش‌آموخته» می‌توانند در آن‌ها فعالیت کنند، می‌توان به مواردی به شرح جدول ۶-۵ اشاره کرد.





## جدول ۶-۵. انواع مشاغل قابل احراز توسط دانش‌آموختگان کاردانی تربیت‌بدنی

اهداف	ردیف
کمک‌مربی باشگاه‌های ورزشی	۱
کاردان حرکات اصلاحی	۲
ماسور ورزشی	۳
بازاریاب و فروشنده «لوازم، البسه و تجهیزات ورزشی»	۴
کاردان تجهیز اماکن و فضاهای ورزشی	۵
ناجی‌گری در مجموعه‌های آبی	۶
کمک سرپرست اماکن و باشگاه‌های ورزشی	۷
نگهداری و حفظ اماکن ورزشی	۸
داوری و کمک‌داوری مسابقات ورزشی	۹

البته باید به این نکات توجه داشت که فقط با «مدرک کاردانی» نمی‌توان در مشاغل مورد اشاره قرار گرفت و افراد باید از توانایی و مهارت‌های لازم در این خصوص نیز برخوردار باشند.

طول دوره «کاردانی» دو سال و هرسال تحصیلی مرکب از دو نیمسال تحصیلی و یک دوره تابستانی و هر نیمسال شامل «۱۶ هفته آموزش» با هفته «امتحانات پایانی» و دوره تابستانی شامل «شش هفته آموزش» با «هفته امتحانات پایان دوره» است. هر واحد «درس نظری» معادل «۱۶ ساعت» و هر واحد «درس عملی و آزمایشگاهی» معادل «حداقل ۳۲ و حداکثر ۴۸ ساعت» در نیمسال است. همچنین هر واحد «درس کارگاهی» شامل «حداقل ۴۸ و حداکثر ۶۸ ساعت» و هر واحد «کارآموزی یا کارورزی» معادل «۱۲۰ ساعت» در نیمسال خواهد بود.

دانش‌آموختگان هنرستان‌های «فنی‌وحرفه‌ای» و «کاردانش» در رشته مرتبط می‌توانند با قبولی در آزمون ورودی و داشتن «شرایط عمومی» و «سلامت کامل جسمی و روانی با تأیید پزشک معتمد» وارد این دوره شوند. واحدها حدود «۴۵ درصد نظری» و «۵۵ درصد عملی» هستند که در قالب پنج گروه درسی «عمومی ۱۳ واحد»، «مهارت عمومی دو واحد»، «پایه هفت واحد»، «تخصصی ۴۴ واحد» و «اختیاری شش واحد» و تعداد کل ۷۲ واحد برنامه‌درسی به شرح جدول ۶-۶ خواهد بود.

## جدول ۶-۶. انواع گروه‌های درسی مقطع کاردانی تربیت‌بدنی دانشگاه فنی‌وحرفه‌ای

انواع درس‌ها	گروه درسی	ردیف
«فارسی»، «زبان خارجی»، «معارف اسلامی»، «اخلاق اسلامی»، «تربیت‌بدنی»، «دانش خانواده» و «جمعیت»	عمومی	۱
«بهداشت و صیانت از محیط‌زیست» و «اخلاق حرفه‌ای»	مهارت عمومی	۲
«ریاضیات عمومی و مقدمات آمار»، «فیزیک عمومی» و «بیوشیمی»	پایه	۳
«آناتومی انسان»، «برنامه‌ریزی تمرین»، «حرکات اصلاحی»، «حرکت‌شناسی»، «روش‌های آموزش در ورزش»، «فیزیولوژی ورزش»، «یادگیری حرکتی»، «اندازه‌گیری و ارزشیابی در ورزش»، «زبان فنی یا زبان تخصصی»، «کارآفرینی»، «کاربرد نرم‌افزارهای تخصصی در ورزش»، «حفظ‌ونگهداری اماکن و تجهیزات ورزشی»، «تهیه و کاربرد وسایل و تجهیزات ورزشی»، «ورزش کودکان»، «ورزش در آب»، «ماساژ ورزشی»، «نجات‌غریق»، «شنا»، «کبدی»، «تمرینات با وزنه»، «تغذیه ورزشی» و «کارآموزی»	تخصصی	۴
«قایقرانی»، «گلف»، «اسکواش»، «شطرنج»، «اصول سرپرستی در تربیت‌بدنی»، «خبرنگاری ورزشی»، «روان‌شناسی ورزشی»	اختیاری	۵

از دروس اختیاری باید سه درس و معادل شش واحد و ترجیحاً چهار واحد عملی و دو واحد نظری اخذ شود. محتوای دروس پایه به شرح جدول ۶-۷ است.

جدول ۶-۷. سرفصل و محتوای دروس پایه مقطع کاردانی تربیت بدنی دانشگاه فنی و حرفه‌ای

ردیف	درس	سرفصل‌ها
۱	ریاضیات عمومی و مقدمات آمار	مجموعه‌ها، توان، معادلات، مساحت، حجم، آمار توصیفی، طبقه‌بندی داده‌ها، انواع شاخص‌های مرکزی و پراکندگی، ضریب همبستگی و رگرسیون
۲	فیزیک عمومی	کمیت‌های فیزیکی، واحدهای اندازه‌گیری و تبدیل واحدها، کمیت‌های برداری، حرکت‌های «مستقیم، قائم، دویعدی، دایره‌ای»، قوانین نیوتن و حل مسائل ساده
۳	بیوشیمی	مفاهیم، مقدمات شیمی آلی، تفاوت بیوشیمی با شیمی آلی، رابطه اکسیداسیون و احیاء مواد در بدن، طبقه‌بندی ترکیبات بدن، اکسیداسیون «کربوهیدرات‌ها، چربی‌ها و اسیدهای آمینه»

محتوای دروس تخصصی به شرح جدول ۶-۸ است.

جدول ۶-۸. سرفصل و محتوای دروس تخصصی مقطع کاردانی تربیت بدنی دانشگاه فنی و حرفه‌ای

ردیف	درس	سرفصل‌ها
۱	آناتومی انسان	مفاهیم تشریح بدن، موقعیت اندام‌ها، آناتومی سلول، بافت‌های عضلانی و اسکلتی، انواع مفاصل، انواع حفره‌های بدن، طبقه‌بندی عضلات
۲	برنامه‌ریزی تمرین	مفاهیم، دستگاه‌های سوخت‌وساز، اصول تمرین، آزمون‌های آمادگی جسمانی، متغیرهای تمرینی مانند «حجم، شدت و تکرار»، تمرینات قلبی-تنفسی، تمرینات قدرتی، دوره تمرین، کار با دستگاه ورزشی
۳	حرکات اصلاحی	آشنایی با تجهیزات و نرم‌افزارهای حرکات اصلاحی، روش‌های اندازه‌گیری قامت و اندام، ارزیابی ساختار بدنی اسکلتی و عضلانی، تمرینات اصلاحی و تقویتی
۴	حرکت‌شناسی	سطوح و محورهای حرکتی، انواع حرکت و عضلات، انواع حرکت و مفاصل، حرکات ستون فقرات، تحلیل عضلانی در مهارت‌ها، آناتومی سطحی، سطوح و محورهای حرکتی
۵	روش‌های آموزش در ورزش	مفاهیم، روش آموزش ورزش در «مهدکودک، پارک، ایستگاه شهرداری، کانون دانش‌آموزی و مدارس»
۶	فیزیولوژی ورزشی	دستگاه‌های تولید انرژی، بازسازی منابع انرژی، سازوکار انقباض عضلانی، خستگی عضلانی، سازوکار دستگاه‌های «قلبی، ریوی و عصبی» در ورزش، اثرات محیطی «گرما، سرما و ارتفاع» بر فعالیت بدنی
۷	یادگیری حرکتی	مفاهیم، طبقه‌بندی مهارت‌ها، تمرین، روش‌های تمرین، ارزشیابی پیشرفت و زمان‌بندی
۸	اندازه‌گیری و ارزشیابی ورزشی	مفاهیم، آزمون‌های ورزشی در حوزه‌های «سلامت، استعدادیابی، هنجاریابی و مهارت‌های ورزشی» همراه با اجرای میدانی، فرایند ارزشیابی در ورزش و تربیت بدنی
۹	زبان فنی	واژگان و اصطلاحات مرتبط با حیطه‌های چهارگانه ورزش، واژگان و اصطلاحات ورزش‌ها، درک متون خارجی در حیطه ورزش، برقراری ارتباط در محیط‌های ورزشی بین‌المللی
۱۰	کارآفرینی	مفاهیم، نوآفرینی، کسب‌وکارهای نوپا با رویکرد ورزشی، راه‌اندازی استارت‌آپ ورزشی، آشنایی با مراکز «رشد، شتاب‌دهنده، پارک علم و فناوری»، انواع کارآفرینی «فردمحور، سازمان محور، شبکه اجتماعی و...»
۱۱	کاربرد نرم‌افزارهای تخصصی ورزشی	مفاهیم، کاربرد نرم‌افزارهای سه‌گانه «ورود، اکسل و پاورپوینت»، اینترنت و موتورهای جستجو در ارتباط با ورزش، شبکه‌های اجتماعی و پیام‌رسان، نرم‌افزارهای «تحلیل حرکت، استعدادیابی و مدیریت باشگاه»
۱۲	حفظ و نگهداری اماکن و تجهیزات	مفاهیم، انواع اماکن ورزشی و استانداردها، اصول نگهداری اماکن، انواع تجهیزات ورزشی و استانداردها، اصول نگهداری تجهیزات ورزشی

۱۳	تهیه و کاربرد وسایل و تجهیزات	انواع پوشش‌های «دیوار، کف و سقف»، فرایند ساخت انواع پوشش‌ها، انواع توپ و مواد تشکیل‌دهنده آن‌ها، مراحل ساخت پوشش و توپ به صورت فیلم
۱۴	ورزش کودکان	مفاهیم، الگوی صحیح مهارت‌های پایه، اصول ایمنی و آماده‌سازی فضاها، انواع بازی‌ها و لوازم موردنیاز با تأکید بر مهارت‌های «جابه‌جایی، دستکاری، کنترل بدن»، طراحی و اجرای بازی‌ها
۱۵	ورزش در آب	مفاهیم، انواع محیط‌های آبی، اصول ایمنی، کاربرد انواع وسایل برای ورزش در آب، مهارت‌ها و حرکات بدون وسیله، انواع تمرینات، ورزش‌های نوین در آب، رویکردهای درمانی یا آب‌درمانی
۱۶	ماساژ ورزشی	مفاهیم، لوازم ماساژ، انواع ماساژ با رویکرد ورزشی، تکنیک‌های دست در ماساژ، وضعیت استقرار ماسور و ماساژگیرنده، ماساژ «قبل، حین و بعد مسابقه»
۱۷	نجات غریق	اجرای مهارت‌های شنای کراول و قورباغه، فنون نجات غریق، توانایی به‌کارگیری وسایل نجات‌غریق بدون ورود به آب، کمک‌های اولیه و احیای غریق، کنترل و ثبت اطلاعات فنی استخر، نکات کاربردی
۱۸	شنا	آموزش و تمرینات شناهای «کراول سینه، پشت، پروانه و قورباغه»، آموزش استارت و برگشت‌ها، بازی‌های درون آب، اصول آموزش شنا به مبتدی، روش‌های اصلاح اشتباهات چهارشنا، قوانین مربوط به شنا
۱۹	کبدی	مفاهیم، نفس‌گیری، انواع «گارد، پست‌ها، حرکات، تاکتیک‌ها»، نحوه بازی، تجهیزات، قوانین و مقررات
۲۰	تمرینات با وزنه	اهداف کار با وزنه، اصول ایمنی، انواع وزنه، برنامه‌ریزی تمرینی، انواع قدرت و استقامت و راه‌های بهبود آن‌ها، اجرای تمرینات، تمرینات کششی، دستگاه‌های بدن‌سازی، اندازه‌گیری قدرت و استقامت
۲۱	تغذیه ورزشی	مفاهیم، نقش «کربوهیدرات‌ها، چربی‌ها، پروتئین‌ها، مواد معدنی، ویتامین‌ها، آب و الکترولیت‌ها» در فعالیت ورزشی، تعریف و محاسبه متابولیسم پایه، کنترل وزن، تنظیم برنامه غذایی «قبل، حین و بعد از مسابقه»
۲۲	کارآموزی	فلسفه کارورزی در سازمان‌ها، کارورزی در یک رشته بر اساس شیوه‌نامه اجرایی، ارائه گزارش نهایی

محتوای دروس اختیاری به شرح جدول ۶-۹ است.

#### جدول ۶-۹. سرفصل و محتوای دروس اختیاری مقطع کاردانی تربیت‌بدنی دانشگاه فنی و حرفه‌ای

ردیف	درس	سرفصل‌ها
۱	قایقرانی	مفاهیم، انواع قایقرانی، تجهیزات، فنون پایه، نشستن سوار و پیاده شدن قایق، پاروکشی، قوانین و مقررات
۲	گلف	مفاهیم، انواع تجهیزات و کاربرد آن‌ها، فنون، مکان‌یابی، قوانین و مقررات
۳	اسکواش	مفاهیم، تجهیزات، مهارت‌ها و فنون، قوانین و مقررات
۴	شطرنج	مفاهیم، تجهیزات، انواع مهره‌ها، نحوه حرکت مهره‌ها، انواع تکنیک‌ها، قوانین و مقررات
۵	اصول سرپرستی	قوانین کار، خدمات بیمه، تشکیلات ورزشی، تهیه فرم‌های آماری، گزارش‌های اداری، صورتجلسه، آیین‌نامه‌ها و مقررات حقوقی، سرپرستی «تیم‌ها، اماکن، مسابقات، رویدادها و جلسات»
۶	خبرنگاری ورزشی	ادبیات در خبر، خبرنگاری مقدماتی، مصاحبه، گزارش‌نویسی، خلاصه‌نویسی، اخلاق و حقوق رسانه
۷	روان‌شناسی ورزشی	مفاهیم، سلامت روان، مهارت‌های روانی، خوشنوت، پرخاشگری، استعدادیابی از بعد روانی

#### ۶-۶-۲. مقطع کارشناسی ناپیوسته تربیت‌بدنی دانشگاه فنی و حرفه‌ای: این مقطع در دو گرایش «مدیریت و برنامه-

ریزی تربیت‌بدنی» و «مربیگری» دانشجو می‌پذیرد.

۶-۶-۲-۱. گرایش مدیریت و برنامه‌ریزی تربیت‌بدنی: تأکید این دوره بر دروس مدیریتی است که در دوره کاردانی، سهم کمتری داشته‌اند. انتظار می‌رود دانش‌آموختگان این مقطع با دانش «مدیریت ورزش» بیشتر آشنا شوند و با کمک «مبانی نظری مدیریت ورزشی، فناوری‌ها و انواع علوم مرتبط» توانایی لازم برای فعالیت‌های «مدیریت امور ورزشی» پیدا کنند. پس از این دوره دانش‌آموختگان باید از توانایی‌هایی چون «اجرای امور مدیریتی، برگزاری اردوهای ورزشی،

هدایت کاروان‌های ورزشی، نظارت و ارزشیابی واحدهای ورزشی» برخوردار شوند. دوره کارشناسی ناپیوسته «مدیریت و برنامه‌ریزی در تربیت‌بدنی و ورزش» در دو سال تحصیلی و مشتمل بر چهار نیمسال و گذراندن ۷۰ واحد درسی در سه گروه درسی «عمومی با ۹ واحد»، «پایه با ۱۶ واحد» و «تخصصی با ۴۵ واحد» به شرح جدول ۶-۱۰ خواهد بود.

جدول ۶-۱۰. انواع گروه‌های درسی مقطع کارشناسی ناپیوسته گرایش مدیریت تربیت‌بدنی دانشگاه فنی و حرفه‌ای

ردیف	گروه درسی	انواع درس‌ها
۱	عمومی	«معارف اسلامی ۲»، «انقلاب اسلامی و ریشه‌های آن»، «تاریخ اسلام»، «متون اسلامی» و «تنظیم خانواده»
۲	پایه	«اصول و فلسفه تربیت‌بدنی»، «مدیریت عمومی»، «تاریخ تربیت‌بدنی ایران»، «کاربرد آمار توصیفی در مدیریت»، «مبانی مدیریت رفتار سازمانی»، «روابط عمومی و بین‌المللی»، «کاربرد کامپیوتر در مدیریت ۱ و ۲»
۳	تخصصی	«مدیریت فضاها و اماکن ورزشی»، «مبانی روان‌شناسی ورزشی»، «مدیریت مسابقات و اردوهای ورزشی»، «حقوق ورزشی»، «شیوه‌های بازیابی و مشارکت بخش خصوصی در ورزش»، «سرپرستی و مدیریت اردوها و کاروان‌های ورزشی»، «مبانی مدیریت سازمان‌دهی و برنامه‌ریزی ورزشی»، «مدیریت ورزش‌های هوای آزاد»، «زبان تخصصی ۱ و ۲»، «ساختار و ضوابط انواع سازمان‌های ورزشی»، «نظارت و ارزشیابی در مدیریت تربیت‌بدنی»، «شنا ۱ و ۲»، «دوومیدانی ۱ و ۲»، «ژیمناستیک ۱ و ۲»، «فوتبال»، «هندبال»، «کشتی»

محتوا و سرفصل‌های دروس گروه پایه مقطع کارشناسی ناپیوسته گرایش مدیریت تربیت‌بدنی در جدول ۶-۱۱ ارائه شده است.

جدول ۶-۱۱. سرفصل و محتوای دروس پایه مقطع کارشناسی ناپیوسته گرایش مدیریت تربیت‌بدنی دانشگاه فنی و حرفه‌ای

ردیف	درس	سرفصل‌ها
۱	اصول و فلسفه تربیت‌بدنی	«تربیت‌بدنی و ورزش از دیدگاه مکاتب فلسفی»، «واژه‌شناسی و طبقه‌بندی فعالیت‌های بدنی»، «کاربردهای فعالیت‌های بدنی»، «فعالیت‌های بدنی از دیدگاه علوم مختلف»، «حرفه تربیت‌بدنی و ورزش با نقش نیروهای متخصص»، «مبانی فعالیت‌های بدنی آموزشگاهی، دانشگاهی، باشگاهی و ملی»
۲	مدیریت عمومی	اصول و مبانی «برنامه‌ریزی، سازمان‌دهی، کارگزی، نظارت، بودجه‌نویسی، ارتباطات و روابط عمومی» و نظریه‌های مهم سازمان و مدیریت
۳	تاریخ تربیت‌بدنی	ورزش ایران در «عهد باستان، قبل از اسلام، بعد از اسلام، دوران جدید» و دورنمای ورزش ایران
۴	مبانی مدیریت رفتار سازمانی	«تفاوت بین مدیریت و رهبری»، «سه شایستگی و مهارت مدیر»، «انگیزه و رفتار»، «نظریه انتظار»، «نیازمآزلو»، «تحقیقات هاتورن»، «نظریه X و Y مک‌گریگور»، «غنا و وسعت شغل»، «بهسازی نیروی انسانی»، «انضباط سازنده»، «ارتباط سازنده»، «برنامه‌ریزی و اجرای تغییر»، «پایگاه‌های قدرت و کاربرد آن‌ها در تربیت‌بدنی و ورزش»
۵	آمار توصیفی در مدیریت	«نحوه تدوین جداول توزیع در موضوعات مدیریتی»، «محاسبه شاخص‌های گرایش مرکزی و پراکنندگی در موضوعات مدیریتی»، «نحوه ترسیم انواع نمودار و جدول آماری برای موضوعات مدیریتی»، «نحوه محاسبه ضریب همبستگی در موضوعات مدیریتی» و «روش‌های آمار توصیفی و مسائل مدیریت ورزش»
۶	کاربرد کامپیوتر ۱	«مبانی کامپیوتر»، «سخت‌افزار»، «سیستم‌عامل»، «نرم‌افزارهای کاربردی»، «تمرین روی موضوع مدیریتی»
۷	روابط عمومی و بین‌المللی	«فرایند ارتباط»، «کانال‌های انتقال پیام»، «ارتباط سازمانی»، «ارتباط بین‌المللی و ابزار آن»، «اهداف روابط عمومی در ورزش»، «روش‌های تبلیغ و مخاطب آن»، «سازمان‌دهی روابط عمومی»، «وسایل ارتباط جمعی و کاربرد آن‌ها برای ورزش» و «اصول روابط عمومی در تربیت‌بدنی و ورزش»
۸	کاربرد کامپیوتر ۲	«بازیابی سخت‌افزار»، «نرم‌افزارهای کاربردی در ورزش»، «SPSS»، «نرم‌افزار گرافیکی»، «تمرین»

محتوا و سرفصل‌های دروس گروه تخصصی مقطع کارشناسی ناپیوسته گرایش مدیریت تربیت‌بدنی در جدول ۶-۱۲ ارائه شده است.

جدول ۶-۱۲. سرفصل و محتوای دروس تخصصی مقطع کارشناسی ناپیوسته گرایش مدیریت تربیت‌بدنی دانشگاه فنی و حرفه‌ای

ردیف	درس	سرفصل‌ها
۱	مدیریت فضاها و اماکن ورزشی	«انواع اماکن ورزشی»، «اماکن ورزش‌های آبی و اداره آن‌ها»، «سالن‌های ورزشی چندمنظوره»، «نحوه انتخاب محل ایجاد اماکن ورزشی»، «ابعاد و مشخصات اماکن ورزشی»، «بهداشت، ایمنی و امنیت اماکن ورزشی»، «نیازهای اردویی و خوابگاهی اماکن ورزشی» و «مبانی تأسیس و مدیریت اماکن و باشگاه ورزشی»
۲	مبانی روان‌شناسی ورزشی	«مبانی نظری شخصیت»، «گروه‌های رسمی و غیررسمی»، «نظریه‌های انگیزش»، «مقدمات مدیریت رفتار سازمانی»، «روش‌های ارتباطی»، «عوامل اجتماعی»، «نظریه سیستم‌ها» و «پژوهش مرتبط»
۳	مدیریت مسابقات و اردوهای ورزشی	«مبانی مسابقات مختلف ورزشی»، «انواع جدول‌ها»، «رده‌بندی مسابقات انفرادی، دونفره و تیمی»، «تغذیه و خوابگاه اردویی»، «فعالیت‌های فرهنگی و تفریحی اردویی»، «جامعه‌شناسی و روان‌شناسی زندگی اردویی»
۴	حقوق ورزشی	«قوانین، اساسنامه‌ها و ضوابط ورزش»، «جرم‌شناسی ورزشکاران و تماشاچیان مسابقات»، «ایمنی، انتظامات و حراست مکان‌های ورزشی»، «قوانین نقل و انتقال بازیکنان» و «قوانین و مقررات مالی کشور»
۵	بازاریابی و مشارکت بخش خصوصی در ورزش	«اصول بازاریابی ورزشی»، «انواع منابع غیردولتی برای توسعه ورزش»، «روش‌های تشویق منابع غیردولتی برای مشارکت در ورزش»، «مبانی مشارکت بخش خصوصی در ورزش»، «روش‌های کسب درآمد غیردولتی در ورزش»، «نقش باشگاه و ورزشکار در اقتصاد ورزش»، «کاربرد خدمات داوطلبانه در ورزش»
۶	مدیریت اردوها و کاروان‌ها	«ضوابط اعزام کاروان‌های ورزشی به مسابقات داخلی و خارجی»، «نیازهای تجهیزاتی، رفاهی، امنیتی، سلامت، بهداشتی، نیروی انسانی و تفریحی در اردوها و کاروان‌ها»، «انواع مسابقات و گردهم‌آیی داخلی و بین‌المللی و ضوابط آن‌ها»، «مسائل اجتماعی و روانی شرکت‌کنندگان»، «جدول‌بندی‌ها»، «مسئولیت‌ها»
۷	مبانی مدیریت ورزش	«انواع سازمان‌های اجتماعی در ورزش»، «نظریه‌های مدیریت و کاربرد آن‌ها در ورزش»، «روش‌های برنامه‌ریزی ورزشی»، «سازمان‌دهی ورزشی»، «تقسیم‌کار و طبقه‌بندی مشاغل در ورزش»، «مبانی تصمیم‌گیری و تصمیم‌سازی ورزشی» و «دینامیک گروه»
۸	مدیریت ورزش‌های هوای آزاد	«انواع ورزش‌های هوای آزاد»، «موارد ایمنی»، «امکانات و ظرفیت‌های لازم»، «ورزش صبحگاهی و مدیریت آن»، «مدیریت راه‌اندازی اجتماعات بزرگ ورزشی»، «اصول جهت‌یابی در طبیعت»
۹	زبان تخصصی ۱	«خواندن، درک، ترجمه و درک شنیداری متون خارجی منتخب تا سطح متوسط»
۱۰	زبان تخصصی ۲	«خواندن، درک، ترجمه و درک شنیداری متون مدیریت ورزشی» و «ترجمه از فارسی به انگلیسی متون»
۱۱	ساختار و ضوابط انواع سازمان ورزشی	ساختار و قانون «وزارت ورزش و جوانان ایران»، «فدراسیون‌های ورزشی»، «وزارت آموزش و پرورش»، «نیروهای مسلح»، «باشگاهی»، «کارگری»، «دانشگاهی»، «کمیته ملی المپیک و کمیته بین‌المللی المپیک»، «فدراسیون‌های بین‌المللی ورزش»
۱۲	نظارت و ارزشیابی در مدیریت ورزش	«مفاهیم»، «مبانی اندازه‌گیری و ارزشیابی ورزشی»، «انواع متغیر قابل اندازه‌گیری در ورزش»، «ابزارهای اندازه‌گیری کمی و کیفی در ورزش»، «نمره‌گذاری و ارزشیابی عملکردها»، «گزارش‌نویسی از نظارت مدیریتی»، «اصول نگارش و ویرایش»
۱۳	شنا ۱	«انواع غوطه‌وری و سرخوردن»، «انواع بازی در آب کم‌عمق»، «مقدمات شنای پهلو، کراول پشت و قورباغه»
۱۴	شنا ۲	«تمرینات اختصاصی گرم‌کردن»، «مقدمات شنای قورباغه، کراول سینه و پشت»، «مقررات اجرای مسابقات»
۱۵	دوومیدانی ۱	«دویدن‌های طولانی جاگینگ»، «دوهای ۳۰۰۰، ۵۰۰۰ و ۱۰۰۰۰ متر»، «مقدمات پرش طول و ارتفاع»
۱۶	دوومیدانی ۲	«دوهای ۲۰۰، ۴۰۰، ۸۰۰، ۱۵۰۰ متر»، «دوی ۳۰۰۰ متر با مانع» و «مقدمات پرش سه‌گام و با نیزه»
۱۷	دوومیدانی ۳	«دوهای ۱۰۰، ۱۱۰، ۴۰۰ با مانع» و «مقدمات «پرتاب وزنه، دیسک، نیزه و چکش»
۱۸	ژیمناستیک ۱	«شش اسباب»، «تمرینات کششی بدن، وزنه و سوئدی»، «حرکات موزون، زمینی، پارالل و بارفیکس»

۱۹	ژیمناستیک ۲	«آمادگی و نرمش تخصصی»، «حرکات زمینی، پارالل، بارفیکس مقدماتی و متوسط» و «اصول ایمنی»
۲۰	فوتبال	«انواع پاس، دریافت، شوت و استوپ»، «کار با سر، شانه و بدن»، «تاکتیک‌های پایه»، «مقررات بازی»
۲۱	هندبال	«تجهیزات و مقررات»، «انواع پاس، دریافت، شوت، فرار و ضد حمله» و «تاکتیک‌های پایه»
۲۲	کشتی	«انواع گارد، زیرگیری، فنون پایه دفاع و حمله، بدل کاری در آزاد»، «مقدمات فرنگی و قوانین پایه»

**۶-۲-۲-۶-۲. گرایش مربیگری ورزش:** هدف از تأسیس دوره «کارشناسی ناپیوسته مربیگری ورزش»، تربیت مربیان و متخصصان متعدد و کارشناس در رشته‌های ورزشی است. امید می‌رود دانش‌آموختگان این گرایش بتوانند «هدایت و رهبری تیم»، «آموزش مهارت» و «بدن‌سازی» برای حداقل یک رشته ورزشی تخصصی انفرادی و یک رشته تخصصی گروهی را انجام دهند. اهمیت این دوره با توجه به ارزش «آموزش ورزشی مؤثر افراد در سنین مختلف»، «کسب مقام‌های قهرمانی در میادین ورزشی داخلی و بین‌المللی»، «تقویت بنیه ورزشی قهرمانی در سطوح نوجوانان، جوانان و بزرگسالان» و «پرورش استعدادها» است. به همین دلیل محتوای دوره به‌دنبال ایجاد «مهارت لازم در یک رشته انفرادی و یک رشته گروهی»، «توانایی آموزش مهارت‌های ورزشی با اصول تدریس»، «تشخیص آسیب‌های ورزشی و توانایی انجام کمک‌های اولیه»، «هدایت و رهبری انواع تیم‌ها در مسابقات» و «توانایی افزایش آمادگی جسمانی و بدن‌سازی تخصصی در رشته مربوطه» است. دانش‌آموختگان آن می‌توانند به‌عنوان «مربی تیم‌های ورزشی در مسابقات»، «مربی یا کمک‌مربی در کانون‌ها و باشگاه‌های ورزشی»، «مربی بدن‌ساز تیم‌های ورزشی» و «مسئول برگزاری مسابقات ورزشی» فعالیت کنند. حداکثر طول این دوره ۲/۵ سال و با گذراندن واحدهایی در گروه‌های درسی «عمومی ۸ واحد»، «پایه ۹ واحد»، «اصلی ۲۰ واحد»، «تخصصی ۳۰ واحد»، و «اختیاری ۲ واحد» و جمعاً به میزان ۶۹ واحد درسی به شرح جدول ۶-۱۳ است.

جدول ۶-۱۳. انواع گروه‌های درسی مقطع کارشناسی ناپیوسته گرایش مربیگری ورزش دانشگاه فنی و حرفه‌ای

ردیف	گروه درسی	انواع درس‌ها
۱	عمومی	«معارف اسلامی ۲»، «انقلاب اسلامی و ریشه‌های آن»، «تاریخ اسلام»، «متون اسلامی»
۲	پایه	«آمار»، «آناتومی و فیزیولوژی انسانی»، «فیزیک»، «بیوشیمی»
۳	اصلی	«رشد و تکامل حرکتی»، «یادگیری و اجرای حرکتی»، «آسیب‌های ورزشی ۲»، «سنجش و اندازه‌گیری ورزشی ۲»، «تغذیه در ورزش»، «مدیریت سازمان‌های ورزشی»، «بهداشت ورزشی»، «حقوق ورزشی»، «مدیریت و طرز اجرای مسابقات» و «حرکت‌شناسی ورزشی»
۴	تخصصی	«روان‌شناسی مربیگری ورزشی»، «فیزیولوژی ورزشی ۲»، «کاربرد نرم‌افزارهای رایانه‌ای در ورزش»، «تمرینات با وزنه»، «ورزش تخصصی انفرادی ۱، ۲ و ۳»، «ورزش تخصصی گروهی ۱، ۲ و ۳»، «تمرین مربیگری انفرادی»، «تمرین مربیگری گروهی یا اجتماعی» «زبان تخصصی»، «علم تمرین»، «بیومکانیک ورزشی»
۵	اختیاری	«بازی‌های پرورشی و بومی-محلی»، «تاریخ تربیت بدنی»، «تربیت بدنی و ورزش معلولین»، «آزمایشگاه تربیت بدنی» و «فیزیوتراپی»

دانشجویان ملزم به گذران یک درس به میزان ۲ واحد درسی از میان دروس اختیاری معرفی شده هستند. محتوا و سرفصل‌های دروس گروه پایه مقطع کارشناسی ناپیوسته گرایش مربیگری ورزش در جدول ۶-۱۴ ارائه شده است.

## جدول ۶-۱۴. سرفصل و محتوای دروس پایه مقطع کارشناسی ناپیوسته گرایش مربیگری ورزشی دانشگاه فنی و حرفه‌ای

ردیف	درس	سرفصل‌ها
۱	آمار	آمار توصیفی، جداول و نمودارهای فراوانی، شاخص‌های گرایش به مرکز و پراکندگی، ضریب همبستگی
۲	فیزیولوژی انسانی	آناتومی، ساختار «استخوانی، مفاصل، عضلانی، عصبی، گردش خون، تنفس، گوارش، ادرار و غدد»
۳	فیزیک	کمیت‌ها، دستگاه‌های اندازه‌گیری، بردارها، انواع حرکت، قوانین نیوتن، نیرو، وزن، جرم، اصطکاک، کار و انرژی، انرژی جنبشی و پتانسیل، ضربه، اندازه حرکت، گشتاور نیرو، حرکت دورانی، قوانین سیالات
۴	بیوشیمی	مفاهیم، ترکیبات انسان، آب، عناصر سلول، قند، چربی، پروتئین، آنزیم، بیوانرژی و اکسیداسیون بیولوژیک

محتوا و سرفصل‌های دروس گروه اصلی مقطع کارشناسی ناپیوسته گرایش مربیگری ورزش در جدول ۶-۱۵ ارائه شده است.

## جدول ۶-۱۵. سرفصل و محتوای دروس اصلی مقطع کارشناسی ناپیوسته گرایش مربیگری ورزشی دانشگاه فنی و حرفه‌ای

ردیف	درس	سرفصل‌ها
۱	رشد و تکامل حرکتی	مفاهیم، نظریه‌های رفتارگرایی، بالیدگی، عوامل ژنتیکی و محیطی در رشد جسمانی، عوامل فیزیکی و مکانیکی در رشد حرکتی، حرکات «بازتابی، کلیشه‌ای، پایه»، الگوهای «جابه‌جایی، پرتابی، دریافت و انتقال وزن»، تغییرات «سرعت، قدرت، چابکی، انعطاف‌پذیری، استقامت عضلانی و قلبی - تنفسی مدارس»
۲	یادگیری و اجرای حرکتی	مفاهیم، انواع مهارت‌ها، نقش دستگاه‌های عصبی و حسی در حرکات، عوامل مؤثر در اجرای مهارت‌ها، عوامل مؤثر در یادگیری مهارت‌ها، انواع تمرین، بازخورد، ارزشیابی از یادگیری، تفاوت‌های فردی
۳	آسیب‌های ورزشی ۲	شناسایی «بافت، مفصل و استخوان درگیر در ورزش»، «صدمات عضلانی-وتیری، استخوانی و مفصلی در ورزش تخصصی»، «روش‌های بازیافت در دوران نقاهت»، «ابزار و وسایل پیشگیری در ورزش تخصصی»
۴	سنجش و اندازه‌گیری ورزشی ۲	مفاهیم، اصول اندازه‌گیری و سنجش در ورزش، روش‌های آماری مناسب، مواد قابل اندازه‌گیری، روش اندازه‌گیری قابلیت‌های جسمانی و حرکتی، «تهیه آزمون‌ها»، «نمره دادن»، «اعتباریابی آزمون‌ها»
۵	تغذیه در ورزش	مفاهیم، انرژی غذا، منابع انرژی، ارزش مواد خوراکی، سوخت و ساز پایه بدن، تعادل انرژی، کنترل وزن، اندازه‌گیری ارزش حرارتی مواد غذایی، گوارش غذاها و آنزیم‌ها، نقش «کربوهیدرات، چربی، پروتئین، ویتامین، مواد معدنی، آب و الکترولیت» در ورزش، تهیه برنامه غذایی «قبل، حین و پس از فعالیت ورزشی»
۶	مدیریت سازمان‌های ورزشی	مفاهیم، سازمان‌های ورزشی داخلی و بین‌المللی، برنامه‌ریزی فعالیت‌های ورزشی، سازمان‌دهی فعالیت‌های ورزشی، مدیریت «جلسات، شوراها، اداری، مالی، اردوها، اماکن» در ورزش، ارزشیابی عملکرد سازمان‌ها
۷	بهداشت ورزشی	بهداشت «عمومی، فردی، جسمانی، روانی، البسه، تجهیزات و اماکن ورزشی»، پیشگیری از بیماری‌ها در محیط ورزش، بررسی اثر «دارو، مواد مخدر، الکل و دخانیات» بر ورزشکاران
۸	حقوق ورزشی	مفاهیم، مسئولیت‌های قانونی در ورزش، مسئولیت جزایی و مدنی در ورزش، نقش مقررات، خطرات احتمالی، توصیه‌های ایمنی برای اماکن از دیدگاه حقوق ورزشی، مسئولیت داوران، بیمه حوادث ورزشی
۹	مدیریت طرز اجرای مسابقات	هدف مسابقات، برنامه‌ریزی، نحوه اجرای مسابقات در نهادها و سازمان‌ها، شرح وظایف عوامل اجرایی، نهادهای برگزارکننده مسابقات، انواع مسابقات داخلی و خارجی، جدول مسابقات، اجرای مسابقات
۱۰	حرکت‌شناسی ورزشی	مفاهیم، سطوح و محورهای حرکتی، انواع مفاصل با زوایا و حرکات آن، ساختمان عضلات و حرکات آن، تجزیه و تحلیل حرکات و مهارت‌های ورزشی، اصول مکانیکی حرکات بدن

محتوا و سرفصل‌های دروس گروه تخصصی مقطع کارشناسی ناپیوسته گرایش مربیگری ورزش در جدول ۶-۱۶ ارائه شده است.

جدول ۶-۱۶. سرفصل و محتوای دروس تخصصی مقطع کارشناسی ناپیوسته گرایش مربیگری ورزشی دانشگاه فنی و حرفه‌ای

ردیف	درس	سرفصل‌ها
۱	روانشناسی مربیگری	مفاهیم، کاربرد روانشناسی ورزشی برای مربیان، مهارت‌های روانی مورد نیاز ورزشکاران، هدف‌گذاری، کنترل انگیزتگی، مهار استرس، اعتماد به نفس، تمرکز، نقدپذیری، مدارا با آسیب‌دیدگی، ارزشیابی روانی
۲	فیزیولوژی ورزشی ۲	سیستم‌های انرژی و نقش آن‌ها در شرایط مختلف استراحت و فعالیت، بازیافت منابع انرژی، دفع اسیدلاکتیک در کاهش تمرین، کار دستگاه قلب و عروق در زمان ورزش
۳	کاربرد نرم‌افزارهای رایانه‌ای در ورزش	نرم‌افزار و کاربرد آن در ورزش، نحوه کار با نرم‌افزار هنجار، کار با نرم‌افزارهای «SPSS»، ثبت نتایج مسابقات ورزشی، اندازه‌گیری درصد چربی بدن، ترکیب بدنی، آمادگی جسمانی و تمرینی
۴	تمرینات با وزنه	اهداف تمرین، اصول ایمنی، انواع وزنه، انواع تمرینات «قدرتی، استقامتی و کششی»، دستگاه‌های بدن‌سازی، آزمون‌های اندازه‌گیری قدرت و استقامت
۵	تخصصی انفرادی ۱	مفاهیم، بدن‌سازی تخصصی، سیستم انرژی غالب، روش‌های آموزش، تمرین فنون، قوانین و مقررات،
۶	تخصصی انفرادی ۲	مرور فنون، انواع فنون در رشته، تمرین‌های فنون پیشرفته، انواع تاکتیک‌ها، قوانین و مقررات، بهبود رکورد
۷	تخصصی انفرادی ۳	مفاهیم، بدن‌سازی تخصصی، سیستم انرژی غالب، مرور فن، اجرای تاکتیک‌ها، قوانین و مقررات، بهبود کار
۸	تخصصی گروهی ۱	مفاهیم، بدن‌سازی، تاکتیک پیشرفته، تمرین تاکتیک‌ها، نحوه مربیگری، آماده‌سازی برای مسابقه، داوری
۹	تخصصی گروهی ۲	مرور فن و تاکتیک، اجرای قوانین و مقررات، بدن‌سازی تیمی، انجام تمرینات وظیفه‌ای
۱۰	تخصصی گروهی ۳	ارتقاء فنون و تاکتیک‌ها، تجزیه و تحلیل مسابقات ورزشی، تمرینات رفع نقاط ضعف، کوچینگ
۱۱	تمرین مربیگری انفرادی	تعیین هدف یک دوره و هر جلسه تمرین، تعیین تمرین مربوط به هر مهارت، قوانین گرم‌وسرد کردن متناسب با رشته ورزشی، قوانین ورزش مربوط، اجرا و کنترل بر اساس محورهای مورد اشاره
۱۲	تمرین مربیگری گروهی	تعیین هدف یک دوره و هر جلسه تمرین، تعیین تمرین مربوط به هر مهارت، قوانین گرم‌وسرد کردن متناسب با رشته ورزشی، قوانین ورزش مربوط، اجرا و کنترل بر اساس محورهای مورد اشاره
۱۳	زبان تخصصی	خواندن و درک متون زبان تخصصی در رشته‌های مختلف ورزشی با تأکید بر ورزش‌های تخصصی
۱۴	علم تمرین	سیستم‌های انرژی و روش انتخاب آن‌ها در ورزش‌ها، اصول تمرین «اضافه بار، افزایش تدریجی، گرم و سرد کردن»، انواع تمرینات «تناوبی، تداومی، فارتلک، پلیومتریک»، تمرینات قبل و بعد از فصل، تیپر
۱۵	بیومکانیک ورزشی	مفاهیم، انواع حرکت، بردارها، حرکات «پرتابی و زاویه‌ای»، جنبش‌شناسی خطی و زاویه‌ای، قوانین نیوتن، اصطکاک، ضربه‌ها، کار، توان، انرژی، اهرم‌ها، تعادل در حرکات ورزشی، مکانیک سیالات در ورزش

محتوا و سرفصل‌های دروس گروه اختیاری مقطع کارشناسی ناپیوسته گرایش مربیگری ورزش در جدول ۶-۱۷

ارائه شده است.



جدول ۶-۱۷. سرفصل و محتوای دروس اختیاری مقطع کارشناسی ناپیوسته گرایش مربیگری ورزشی دانشگاه فنی و حرفه‌ای

ردیف	درس	سرفصل‌ها
۱	بازی‌های پرورشی و بومی-محلّی	مفاهیم، نقش بازی در «شکوفایی شخصیت کودک، آمادگی جسمانی و مهارتی کودک»، بازی و فرهنگ، اجرای انواع بازی‌های پرورشی و بومی-محلّی، بازی و مهارت‌های اردویی و گردش علمی، شیرین‌کاری
۲	تاریخ تربیت‌بدنی	مفاهیم، تاریخ ورزش در دوران «باستان، قیل و بعد از اسلام، قرون وسطی، معاصر و جدید» در ایران و جهان، تاریخ المپیک باستان و نوین
۳	تربیت‌بدنی و ورزش معلولین	مفاهیم، آثار «فیزیولوژیکی، روانی، اجتماعی و فعالیت‌بدنی» برای معلولین، انواع معلولیت‌ها و ورزش‌های ویژه آن‌ها، تجهیزات مرتبط، سازمان‌ها و تشکیلات ملی و بین‌المللی، قوانین و مقررات، برگزاری مسابقات
۴	آزمایشگاه تربیت‌بدنی	ابزارهای «کالپیر، کولیس، متر، ترازو، مترونوم، نوارگردان، دوچرخه ثابت»، آزمون‌های «قابلیت‌های جسمانی و حرکتی، روانی، حرکات اصلاحی، سنجش و اندازه‌گیری ورزشی، بیومکانیک، حرکت‌شناسی»
۵	فیزیوتراپی	انواع بیماری‌های مرتبط با فیزیوتراپی، روش‌های فیزیوتراپی مانند «الکتروتراپی، آب‌درمانی، گرم‌درمانی، سرمادرمانی، ماساژ»، نحوه استفاده از وسایل ساده در فیزیوتراپی و اتاق آمادگی جسمانی

### ۶-۲-۳. انواع دانشگاه‌های سراسری پذیرنده کارشناسی ناپیوسته

در جدول ۶-۱۸ انواع دانشگاه‌های سراسری پذیرای دانشجوی کارشناسی ناپیوسته با گرایش، ظرفیت و نوع پذیرش آن مشخص شده است.

جدول ۶-۱۸. انواع دانشگاه‌های سراسری پذیرنده کارشناسی ناپیوسته

ردیف	نام دانشگاه	رشته	ردیف	نام دانشگاه	رشته
۱	دانشگاه الزهرا	تربیت‌بدنی	۸	آموزشکده فنی دختران مشهد	مربیگری ورزشی
۲	دانشگاه فنی شریعتی	تربیت‌بدنی	۹	آموزشکده فنی دختران کرمان	مربیگری ورزشی
۳	دانشکده فنی تبریز شماره ۱	تربیت‌بدنی	۱۰	آموزشکده فنی پسران علی‌آباد	مربیگری ورزشی
۴	مؤسسه غیرانتفاعی رسام کرج	تربیت‌بدنی	۱۱	آموزشکده فنی پسران محمودآباد	علوم ورزشی
۵	مؤسسه غیرانتفاعی المهدی مهر	تربیت‌بدنی	۱۲	مؤسسه غیرانتفاعی شمس	علوم ورزشی
۶	دانشکده فنی امام علی (ع)	تربیت‌بدنی	۱۳	مؤسسه غیرانتفاعی علامه قزوینی	علوم ورزشی
۷	دانشگاه غیرانتفاعی مشهد	علوم ورزشی	۱۴	آموزشکده فنی پسران کرمان	مربیگری ورزشی

### ۶-۷. تربیت‌بدنی در دانشگاه جامع علمی-کاربردی

دانشگاه جامع علمی-کاربردی نیز در دو مقطع «کاردانی و کارشناسی تربیت‌بدنی» و با رویکردی مهارتی به تربیت افراد می‌پردازد.

۶-۷-۱. رشته‌های کاردانی تربیت‌بدنی در دانشگاه جامع علمی-کاربردی: رشته‌های کاردانی این دانشگاه در ذیل چهار شاخه «کاردانی فنی صنعت»، «کاردانی حرفه‌ای فرهنگ و هنر»، «کاردانی فنی و حرفه‌ای کشاورزی» و «کاردانی حرفه‌ای مدیریت و خدمات اجتماعی» ساماندهی می‌شود. رشته‌های مربوط به تربیت‌بدنی در ذیل شاخه «مدیریت و خدمات اجتماعی» و به شرح جدول ۶-۱۹ هستند.

جدول ۶-۱۹. انواع رشته‌های کاردانی تربیت بدنی در دانشگاه جامع علمی-کاربردی

ردیف	رشته	ردیف	رشته
۱	مربیگری پایه سوارکاری	۲۰	مربیگری پایه شنا
۲	تربیت مربی پایه والیبال معلولین	۲۱	مربیگری پایه غواصی
۳	مربیگری پایه فوتبال	۲۲	مربیگری پایه فوتسال
۴	مربیگری پایه شطرنج	۲۳	مربیگری پایه کاراته
۵	مربیگری ورزش معلولین	۲۴	مربیگری پایه کوه‌پیمایی و کوه‌نوردی
۶	مربیگری پایه چوگان	۲۵	مربیگری پایه واترپلو
۷	مربیگری پایه تیراندازی	۲۶	مربیگری پایه تیراندازی با کمان
۸	تربیت مربی پایه دوومیدانی معلولین	۲۷	مربیگری پایه ورزش رزم ملی ایران
۹	مربیگری پایه ورزش پهلوانی و زورخانه‌ای	۲۸	مربیگری پایه تکواندو
۱۰	مربیگری پایه آمادگی جسمانی	۲۹	مدیریت کسب‌وکار ورزشی
۱۱	مربیگری پایه هندبال	۳۰	مربیگری پایه پرورش‌اندام
۱۲	مربیگری پایه اسکواش	۳۱	مربیگری پایه والیبال
۱۳	مربیگری پایه بوکس	۳۲	مربیگری پایه وزنه‌برداری
۱۴	مربیگری پایه جودو	۳۳	مربیگری پایه بسکتبال
۱۵	مربیگری پایه دوومیدانی	۳۴	مربیگری ورزش سالمندان
۱۶	مربیگری پایه دوچرخه‌سواری	۳۵	خبرنگاری ورزشی
۱۷	مربیگری پایه راگبی	۳۶	تربیت مربی پایه اسکیت
۱۸	مربیگری پایه ژیمناستیک	۳۷	مربیگری پایه کانگ فوتوآ
۱۹	مربیگری پایه سنگ‌نوردی و صعودهای ورزشی		

دوره‌های مربیگری پایه شامل چهار نوع گروه درسی «عمومی حدود ۱۰ واحد»، «پایه حدود ۱۲ واحد»، «اصلی حدود ۲۴ واحد» و «تخصصی حدود ۲۶ واحد» و جمعاً ۷۲ واحد به شرح جدول ۶-۱۸ هستند. در برنامه‌های دوره‌های مربیگری این دانشگاه بیشتر دروس گروه‌های «عمومی، پایه و اصلی» به هم شباهت دارند و برخی تغییرات در سطح محدودی دیده می‌شود. اما در گروه دروس تخصصی، هر درس با توجه به رشته پیش‌بینی شده است و به همین دلیل تغییرات آن بیشتر و متنوع‌تر است. در اغلب این رشته‌ها حدود نیمی از دروس «نظری» و نیم دیگر و در مواردی بیشتر «عملی» و با تأکید بر ویژگی مهارت‌آموزی هستند.

جدول ۶-۲۰. انواع گروه‌های درسی مقطع کاردانی مربیگری‌های تخصصی دانشگاه جامع علمی-کاربردی

ردیف	گروه درسی	انواع درس‌ها
۱	عمومی	فارسی، معارف اسلامی، اخلاق و تربیت اسلامی، زبان خارجی، تربیت بدنی، جمعیت و تنظیم خانواده
۲	پایه	آناتومی انسانی، فیزیولوژی انسانی، روان‌شناسی عمومی، فیزیک، جامعه‌شناسی عمومی، آمار توصیفی و کامپیوتر
۳	اصلی	زبان تخصصی، رشد و تکامل حرکتی، کمک‌های اولیه و بهداشت ورزشی، مبانی مدیریت ورزشی، حقوق ورزشی، اصول مربیگری، سنجش و اندازه‌گیری، اصول تغذیه، مبانی آمادگی جسمانی عمومی، آسیب‌شناسی ورزشی، فیزیولوژی ورزشی، آزمایشگاه علوم ورزشی، اصول و مبانی بیمه در ورزش، اصول برگزاری مسابقات
۴	تخصصی	«تاریخچه و فلسفه...»، «اصول و مبانی...»، «شناخت و اصول حرکات...»، «قوانین و مقررات...»، «آمادگی جسمانی تخصصی...»، «برنامه‌ریزی تمرین...»، «مراحل آموزش تکنیک‌های...»، «آموزش... برای کودکان و نوجوانان»، «اصول و مبانی داوری...»، «آشنایی با رشته‌های تخصصی...»، «آشنایی با مکمل‌های غذایی و مواد نبروزا»، «اصول نمایش تخصصی...»، «برگزاری رویدادهای ویژه...»، «مقدمات پزشکی ورزشی...»، «شناخت حرکات...»، «آموزش مهارت‌های...»

محتوای دروس عمومی مقطع کاردانی تربیت بدنی انواع مربیگری در دانشگاه جامع علمی-کاربردی به شرح جدول

۶-۲۱ هستند.

جدول ۶-۲۱. سرفصل و محتوای دروس عمومی مقطع کاردانی تربیت بدنی انواع مربیگری در دانشگاه جامع علمی-کاربردی

ردیف	درس	سرفصل‌ها
۱	فارسی	نویسندگی، ارزش و نقش نویسنده در جامعه، اقدامات لازم برای نویسندگی، مشخصات یک نوشته و یک نویسنده خوب، رسم‌الخط یا شیوه املا فارسی، نشانه‌گذاری، یادداشت‌برداری ضمن مطالعه، گزارش نویسی، خلاصه‌نویسی، آشنایی با مراجع و منابع و نحوه استفاده از آن‌ها، مقاله‌نویسی و داستان‌گویی
۲	معارف اسلامی	نیاز انسان به مکتب یا دین با رویکرد خداشناسی، آشنایی با برهان‌های صدیقین و حرکت جوهری، نظم و هدف‌داری جهان، فطرت و عرفان، توحید و آثار آن، بی‌نیازی خداوند، علل شرک، شبهات منکرین خدا و عدالت او و پاسخ به آن‌ها
۳	اخلاق و تربیت اسلامی	تقوی به عنوان هدف تربیتی، تعلیم حکمت، پرورش روح عدالت‌خواهی، تکامل انسان به عنوان هدف تربیتی، پرورش نیروی تفکر، تلفیق علم و عمل، روش‌های تربیتی اسلام، امر به معروف و نهی از منکر، تعریف علم اخلاق، مبانی اخلاق در اسلام، نیت در رفتار اخلاقی، آزادی اراده در انسان، فضایل و رذایل اخلاقی در اسلام
۴	زبان خارجی انگلیسی	کسب مهارت در خواندن و درک مفاهیم متون خارجی برای آماده‌سازی فراگرفتن متون نیمه تخصصی، کسب مهارت در خواندن و درک متون تخصصی مربوطه، نحوه استفاده از فرهنگ‌ها، نگارش رئوس مطالب، خلاصه‌نویسی، سریع-خوانی، ترجمه متون نیمه تخصصی به فارسی، آشنایی با واژگان معمول و پرکاربرد
۵	تربیت بدنی	آشنایی با مبانی عمومی تربیت بدنی و اجرای عملی فعالیت‌های لازم برای آمادگی جسمانی عمومی

محتوای دروس پایه مقطع کاردانی تربیت بدنی انواع مربیگری در دانشگاه جامع علمی-کاربردی به شرح جدول

۶-۲۲ هستند.

جدول ۶-۲۲. سرفصل و محتوای دروس پایه مقطع کاردانی انواع مربیگری در دانشگاه جامع علمی-کاربردی

ردیف	درس	سرفصل‌ها
۱	آناتومی انسانی	مفاهیم، ساختارهای «بافت استخوانی، مفاصل و عضلات»، دستگاه‌های «گردش خون، تنفس، عصبی، گوارش و غدد» و اندام‌های دفع ادرار
۲	فیزیولوژی انسانی	شناخت فیزیولوژی «سلول، بافت‌های عضلانی و استخوانی»، شناخت فیزیولوژی دستگاه‌های «عصبی، گردش خون، تنفس و گوارش» و شناخت فیزیولوژی غدد درون‌ریز و برون‌ریز
۳	روان‌شناسی عمومی	مفاهیم، تاریخچه، مطالعه رفتار، انگیزه، تحولات و مکاتب روان‌شناسی، وراثت و محیط، دستگاه اعصاب و کارکردهای دستگاه عصبی، تفاوت‌های فردی، هوش و یادگیری
۴	فیزیک	مفاهیم، بردارها، سیستماتیک (حرکت در یک بعد و حرکت در صفحه)، دینامیک ذره‌ای (قوانین نیوتن، کار و انرژی و محاسبه اصطکاک)، ضربه (برخوردهای الاستیک و غیرالاستیک، تغییرات جرم و سرعت، جرم و انرژی)، دوران (سرعت و شتاب زاویه‌ای، دوران با شتاب زاویه‌ای متغیر، دوران با شتاب زاویه‌ای ثابت، اینرسی و...)، ثقل (قانون ثقل عمومی، جرم ثقلی و جرم اینرسی، میدان ثقلی و ...)
۵	آمار توصیفی	مفاهیم و مقیاس‌های اندازه‌گیری، جامعه، پارامتر، نمونه و آمار، آمار پارامتریک و ناپارامتریک، مقیاس‌های اندازه‌گیری، متغیرهای پیوسته و گسسته، جداول توزیع فراوانی، اندازه‌های تغییرپذیری، منحنی‌های آماری و ضریب همبستگی
۶	مبانی کامپیوتر	ساختمان داخلی و تاریخچه کامپیوتر، سیستم‌های عددی در کامپیوتر، سیستم‌های کدگذاری، دستگاه‌های ورودی و خروجی کامپیوتر، ذخیره اطلاعات در کامپیوتر، برنامه کاربردی و نرم‌افزار کامپیوتر، ویروس‌های کامپیوتری، سیستم‌های عامل
۷	جامعه‌شناسی عمومی	تعاریف، روش‌های پژوهش، جایگاه جامعه‌شناسی در علوم انسانی، کاربرد، تاریخچه، مکاتب، دیدگاه اسلام، اجتماع و نابرابری‌ها
۸	مستندسازی	مفاهیم، ثبت و نگهداری، تهیه خروجی مناسب از داده‌های مستند، جمع‌آوری اطلاعات، اصول و مراحل گزارش‌نویسی، انواع گزارش و سبک‌های گزارش‌نویسی، مدیریت‌دانش، اصول بایگانی، ابزارهای مستندسازی
۹	اخلاق حرفه‌ای	مفاهیم، جایگاه کار در اسلام، مسئولیت اخلاقی، مدیریت اموال عمومی، صفات اخلاقی کارکنان مانند نظم و انضباط کاری، از اخلاق کار تا اخلاق حرفه‌ای، ارتباط بهره‌وری با رعایت اخلاق حرفه‌ای در سازمان
۱۰	اصول سرپرستی	مفاهیم، ارتباط مؤثر، مسئولیت و اختیار، هدایت و کنترل، انگیزش کارکنان، بهبود شرایط محیط کار
۱۱	فنون مذاکره	مفاهیم، اصول مذاکره، مراحل مذاکره، تکنیک‌های مذاکره، توافق و تفاهم
۱۲	تحلیل هزینه و منفعت	مفاهیم حسابداری «دارایی، بدهی، سرمایه، درآمد، هزینه، رابطه سود و زیان، استهلاک، نقطه سر به سر»، مفاهیم اقتصادی «برنامه‌ریزی بهای تمام‌شده، بهایابی، مهندسی ارزش، قیمت‌گذاری و روش‌های قیمت‌گذاری»، مفاهیم تحلیل منفعت «بهره، ارزش زمانی پول، نرخ بازگشت سرمایه، تعادل، تصمیم‌گیری سرمایه»
۱۳	کارآفرینی	مفاهیم، اصول و ویژگی کارآفرینان، خلاقیت و نوآوری، مدیریت کسب‌وکارهای کوچک، طرح تجاری
۱۴	کاربرد فناوری اطلاعات و ..	مفاهیم، فناوری اطلاعات، اینترنت، ویندوز، ورد، پاورپوینت، امنیت اطلاعات
۱۵	کنترل پروژه	مفاهیم، «مدیریت، برنامه‌ریزی، زمان‌بندی و منابع پروژه»، کنترل هزینه، استانداردها، نرم‌افزار کنترل پروژه
۱۶	گزارش‌نویسی	مفاهیم، برنامه‌ریزی، تعیین ساختار گزارش، طرح و ترکیب گزارش، ادبیات گزارش
۱۷	مدیریت کسب‌وکار و بهره‌وری	مفاهیم، فعالیت‌های کسب‌وکار، سود، اجرای مدل کسب‌وکار، ارزش‌گذاری و تأمین مالی یک مدل کسب‌وکار، فرایند طراحی مدل کسب‌وکار، استراتژی‌های بهره‌وری، اندازه‌گیری بهره‌وری، مدیریت بهره‌وری
۱۸	مدیریت منابع انسانی	نظریه‌های مدیریت منابع انسانی، ابعاد و ساختارهای مدیریت منابع انسانی، برنامه‌ریزی و ارزیابی نیروی انسانی، استخدام و بهسازی عملکرد نیروی انسانی
۱۹	مسئله‌یابی	مفاهیم، مهارت‌های حل مسئله، فرایند تصمیم‌گیری، تکنیک‌های کمی و کیفی کاربردی تصمیم‌گیری

محتوای دروس اصلی مقطع کاردانی تربیت بدنی انواع مربیگری در دانشگاه جامع علمی-کاربردی به شرح جدول ۶-۲۳ هستند.

جدول ۶-۲۳. سرفصل و محتوای دروس اصلی مقطع کاردانی انواع مربیگری در دانشگاه جامع علمی-کاربردی

ردیف	درس	سرفصل‌ها
۱	زبان تخصصی	آشنایی با واژه‌ها و اصطلاحات فنی رشته ورزشی تخصصی، آشنایی با واژه‌ها و اصطلاحات داوری و مقررات رشته تخصصی، تمرین مکالمه واژه‌ها و اصطلاحات فنی جهت حضور در صحنه‌های بین‌المللی
۲	رشد و تکامل حرکتی	بررسی مراحل مختلف «رشد و توسعه حرکتی قبل از تولد»، «رشد و توسعه مهارت‌های حرکتی از لحظه تولد به بعد»، «توسعه و تکامل حرکت‌های پایه مانند خزیدن، ایستادن، راه رفتن، دویدن، پریدن، پرتاب کردن، گرفتن و ضربه زدن با دست‌وپا»، «تفاوت‌های جنسی زن و مرد»، «توسعه حرکتی در رشته تخصصی»
۳	کمک‌های اولیه پزشکی	مفاهیم، علائم حیاتی، اختلالات تنفسی و روش‌های مختلف تنفس مصنوعی، اختلالات گردش خون و راه‌های مواجهه، خفگی‌ها، مسمومیت‌ها، سوختگی‌ها، شوک، غش، صرع، شکستگی، دررفتگی، گرفتگی عضلات، روش حمل مصدومین، وسایل کمک‌های اولیه
۴	مبانی مدیریت ورزشی	آشنایی با «مفاهیم و کلیات سازمان و مدیریت»، «سازمان‌های ورزشی داخلی و بین‌المللی»، «مفاهیم برنامه‌ریزی، سازمان‌دهی، بودجه‌بندی و امثال آن در تربیت بدنی»، «مدیریت و نحوه اداره جلسات و شوراهای تربیت بدنی و ورزش»، «مدیریت اماکن و تأسیسات ورزشی»، «مدیریت اردوهای ورزشی»، «ارزشیابی مدیریت سازمان‌های ورزشی»
۵	حقوق ورزشی	مفاهیم، ورزش و جایگاه آن در قانون، ورزش و جایگاه آن به‌عنوان پدیده مدنی در حقوق مدنی، کلیات حقوق ورزشی، مسئولیت اشخاص در ورزش، مسئولیت ادارات و نهادها در ورزش، مسئولیت‌های جزائی در ورزش
۶	اصول مربیگری	مفاهیم، نقش‌ها، شیوه‌ها، سبک‌ها، فرایندها، مهارت‌های لازم، شخصیت‌های لازم، ارتباط مؤثر، انواع فلسفه‌های مربیگری، روان‌شناسی مربیگری، روش‌های ارزشیابی، اصول برنامه‌ریزی و کوچینگ
۷	سنجش و اندازه‌گیری	بررسی مفاهیم آزمون، اندازه‌گیری و ارزشیابی در ورزش، شناخت مواد قابل اندازه‌گیری در ورزش، آزمون‌ها و نحوه اجرای آن‌ها در تربیت بدنی، نحوه نمره دادن در ورزش، تهیه نرم، مطالعه شاخص‌های آماری، آشنایی با مفاهیم «روایی، پایایی و عینیت» در آزمون‌های ورزشی
۸	اصول تغذیه	سیستم سوخت‌وساز و متابولیسم بدن انسان، آشنایی با ارزش متابولیکی مواد غذایی، محاسبه نیازهای متابولیکی ورزشکاران رشته‌های مختلف، برنامه غذایی ورزشکاران در رشته تخصصی، وعده‌های غذایی در «قبل، حین و بعد از مسابقه»، مکمل‌های غذایی، تنظیم برنامه غذایی
۹	آسیب‌شناسی ورزشی	مروری بر آناتومی بدن انسان، آشنایی با آسیب‌های وارده بر واحد عضلانی-وتری، آشنایی با کبودی و خون‌مردگی، کوفتگی، شکستگی استخوان یا شبیه شکستگی، کشیدگی‌ها، دررفتگی، مراقبت‌های کلی، تأثیر عوامل مختلف در نگهداری بدن، اختلالات ساختاری، حرکات اصلاحی
۱۰	فیزیولوژی ورزش	مفاهیم، تأمین انرژی در فعالیت‌ها، مطالعه دستگاه‌های بدن در زمان ورزش، مطالعه بافت‌ها در هنگام ورزش مانند تئوری‌های انقباض عضلانی و انواع تارهای عضلانی در ورزش، مطالعه غدد در فعالیت بدنی، مطالعه عوامل محیطی و دما در عملکرد فیزیولوژیکی
۱۱	آزمایشگاه علوم ورزشی	شناخت وسایل و روش اندازه‌گیری مانند «ترازو، قدسنج، دینامومتر تردمیل، دوچرخه ارگومتر و امثال آن»، آشنایی با طرز کار دستگاه‌های بدن‌سازی، اندازه‌گیری چربی زیرپوست، آشنایی با تست‌های پزشکی ورزشی، اندازه‌های آنتروپومتریک یا پیکرسنجی با دستگاه تحلیل ترکیب بدنی
۱۲	مبانی بیمه در ورزش	مفاهیم، عوامل فنی بیمه مانند ریسک و احتمالات آن، مدیریت ریسک، حقوق بیمه، اصول بیمه، قرارداد بیمه، انواع بیمه‌های اجتماعی و بازرگانی و بیمه‌های ورزشکاران و اماکن ورزشی
۱۳	برگزاری مسابقه	مفاهیم، برنامه‌ریزی، ارتباطات و تبلیغات، برگزاری، قوانین و مقررات و تدوین جدول
۱۴	پزشکی ایرانی	مفاهیم، طبایع، آشنایی با اعضای بدن، نشانه‌های بدنی، تغذیه، ماساژ

۱۵	پزشکی ورزشی	مفاهیم، ملاحظات با توجه به سن و جنس، بیماری‌های خاص، کارایی و افزایش مقاومت، ضایعات و مرگ در ورزش، پزشکی سفر
۱۶	بیومکانیک ورزشی	مفاهیم، صفحات حرکتی و محورها، انواع حرکت در ورزش، مرکز ثقل در ورزش، اصطکاک و بردارها در ورزش، انواع ضربه و بازتاب‌ها در ورزش، قوانین نیوتن در ورزش، تعامل بدن با محیط و ابزارها در ورزش

در دانشگاه جامع علمی-کاربردی دو رشته غیر از مریبگری بنام‌های «مدیریت کسب‌وکار ورزشی» و «خبرنگاری ورزشی» به شرح جدول ۶-۲۴ وجود دارند که درس‌های «پایه، اصلی و تخصصی» متفاوت از رشته‌های مریبگری دارند.

#### جدول ۶-۲۴. سرفصل و محتوای گروه‌های مختلف درسی رشته‌های مقطع کاردانی کسب‌وکار و خبرنگاری ورزشی

ردیف	رشته	درس تخصصی
۱	مدیریت کسب‌وکار ورزشی	<b>الف) پایه:</b> «آمار»، «اخلاق حرفه‌ای»، «اصول حسابداری»، «اصول علم اقتصاد»، «خدمات الکترونیک»، «کاربرد فناوری اطلاعات و ارتباطات»، «کارورزی ۱ و ۲»، «کسب‌وکار از منظر اسلام»، «مهارت‌ها و قوانین کسب‌وکار»
		<b>ب) اصلی:</b> «قانون نظام صنفی و آیین‌نامه‌های اجرایی»، «قوانین و مقررات ایمنی و بهداشتی در واحدهای صنفی»، «قوانین و مقررات عمومی»، «مبانی سازمان و مدیریت»، «مشتری‌مداری»، «مقررات استاندارد و کنترل کیفیت»
		<b>ج) تخصصی:</b> مبانی زنجیره تأمین، برنامه‌ریزی و طراحی کسب‌وکار ورزشی، پروژه، خرید و فروش الکترونیکی، زبان تخصصی، سرپرستی باشگاه‌ها و اماکن ورزشی، طراحی و چیدمان فروشگاه، فنون فروش تولیدات و خدمات ورزشی، «مدیریت بازاریابی و تبلیغات ورزشی»، «نقش جایگاه‌های واحدهای کوچک و متوسط ورزشی»
۲	خبرنگاری ورزشی	<b>الف) پایه:</b> «اخلاق حرفه‌ای»، «خبرنویسی ورزشی»، «کارآفرینی»، «کاربرد فناوری اطلاعات و ارتباطات»، «کارورزی ۱ و ۲»، «مستندسازی»، «وبلاگ‌نویسی»
		<b>ب) اصلی:</b> «آمار و سنجش مقدماتی»، «ارتباطات انسانی»، «جامعه‌شناسی ارتباطات»، «رسانه‌شناسی»، «روان‌شناسی عمومی»، «کارگاه تحریر رایانه»، «مبانی حقوق ورزشی»
		<b>ج) تخصصی:</b> «آرشیو خبری»، «آشنایی با رشته‌های ورزشی»، «آشنایی با سازمان‌ها و فدراسیون‌های ورزشی»، «آشنایی با فیلمبرداری»، «ارتباط تصویری»، «اصول و فنون تبلیغات ورزشی»، «اصول و فنون مصاحبه»، «خبرنگار چندرسانه‌ای»، «عکاسی خبری»، «متون تخصصی»، «مخاطب‌شناسی»، «مقاله و گزارش‌نویسی ورزشی»، «نظرسنجی»، «ورزش و رسانه»، «ویراستاری و صفحه‌آرایی»

همچنین درس‌هایی با عناوین «کاربینی، کارآموزی» به‌عنوان درس محیطی بر اجرای عملی و کارآموزی در حین کار تأکید دارند.

۶-۷-۲. رشته‌های کارشناسی ناپیوسته تربیت‌بدنی در دانشگاه جامع علمی-کاربردی: رشته‌های کارشناسی ناپیوسته تربیت‌بدنی در دانشگاه جامع علمی-کاربردی ذیل شاخه «مدیریت و خدمات اجتماعی» هستند؛ به‌استثنای رشته خبرنگاری ورزشی که برخلاف کاردانی آن در ذیل شاخه «فرهنگ و هنر» قرار گرفته است. انواع کارشناسی‌های ناپیوسته دانشگاه جامع علمی-کاربردی در جدول ۶-۲۵ معرفی شده است.

جدول ۶-۲۵. انواع رشته‌های کارشناسی ناپیوسته تربیت بدنی در دانشگاه جامع علمی-کاربردی

ردیف	رشته	ردیف	رشته
۱	مربیگری تکواندو	۷	مدیریت امور فرهنگی - ورزشی
۲	ماساژور ورزشی و کایروپراکتیک	۸	گویندگی و مجری گری ورزشی
۳	حقوق ورزشی	۹	مربیگری آمادگی جسمانی
۴	روان‌شناسی ورزشی	۱۰	داوری فوتبال
۵	تغذیه ورزشی	۱۱	خبرنگاری - ورزشی (ذیل شاخه فرهنگ و هنر)
۶	مدیریت اماکن ورزشی		

در این رشته‌ها هر یک از گروه‌های درسی مربوطه دارای درس‌هایی به شرح جدول ۶-۲۶ هستند.

جدول ۶-۲۶. سرفصل و محتوای گروه‌های درسی هر یک از رشته‌های کارشناسی ناپیوسته دانشگاه جامع علمی-کاربردی

ردیف	رشته	درس تخصصی
۱	کارشناسی حرفه‌ای مربیگری تکواندو	<b>الف) جبرانی:</b> «آناتومی انسانی»، «اصول مربیگری و علم تمرین»، «فیزیولوژی کاربردی»، «مدیریت و سازمان‌های ورزشی»، «یادگیری حرکتی»
		<b>ب) پایه:</b> «آمادگی جسمانی عمومی»، «استعدادیابی»، «بهداشت ورزشی»، «بیوشیمی»، «بیومکانیک ورزشی»، «حرکت-شناسی»، «روان‌شناسی کار»، «روان‌شناسی ورزشی»، «فناوری اطلاعات در تکواندو»، «فیزیولوژی ورزشی»، «کار با دستگاه‌های آزمایشگاه علوم ورزشی»، «کارورزی ۱ و ۲»، «مبانی اقتصادی، اجتماعی، فرهنگی ورزش»، «مدیریت منابع انسانی»، «مهارت‌های مسئله‌یابی و تصمیم‌گیری»
		<b>ج) اصلی:</b> «آسیب‌شناسی تکواندو»، «آمادگی جسمانی تخصصی»، «بازتوانی یا ریکاوری»، «تغذیه ورزش تکواندو»، «زبان تخصصی»، «سنجش‌واندازه‌گیری در تربیت بدنی ۲»، «طراحی و برنامه‌ریزی تمرینی»
		<b>د) تخصصی:</b> «اصول پالچاگی و کاربرد آن در مبارزه»، «پومسه فرم‌های ۱۲ و ۱۱»، «پومسه فرم‌های ۱۰ و ۹»، «تجزیه و تحلیل آناتومیکی حرکات تکواندو»، «تجزیه و تحلیل فنی مسابقات یا آنالیز»، «شناخت و اصول حرکات تکواندو»، «قوانین و مقررات و نحوه برگزاری مسابقات»، «کیوروگی یا مبارزه در تکواندو»، «مدیریت مسابقات تکواندو»، «هان مادانگ یا نمایش»
۲	ماساژور ورزشی و کایروپراکتیک	<b>الف) جبرانی:</b> «آمادگی جسمانی»، «آناتومی عمومی»، «روان‌شناسی ورزشی»، «فارماکولوژی»، «فیزیولوژی انسانی»، «کارآفرینی»، «کاربرد فناوری اطلاعات و ارتباطات»، «کمک‌های اولیه»، «مقدمات حرکت‌شناسی»
		<b>ب) پایه:</b> «آناتومی انسانی ۱ یا سروگردن و تنه»، «آناتومی انسانی ۲ یا اندام فوقانی و تحتانی»، «تحلیل هزینه-و منفعت»، «فیزیولوژی ورزشی»، «کارورزی ۱ و ۲»، «مدیریت کسب‌وکار و بهره‌وری»، «مهارت‌های مسئله‌یابی و تصمیم‌گیری»
		<b>ج) اصلی:</b> «آشنایی با بیماری‌ها ۱ و ۲»، «آناتومی سطحی ۱ و ۲»، «اصول و مبانی ماساژ»، «تغذیه ورزشی»، «حرکات اصلاحی»، «حرکت‌درمانی ۱ و ۲»، «حرکت‌شناسی ۱ یا سر، گردن و تنه»، «حرکت‌شناسی ۲ یا اندام فوقانی و تحتانی»
		<b>د) تخصصی:</b> «آروماتراپی»، «آسیب‌شناسی ورزشی»، «آشنایی با کایروپراکتیک ورزشی»، «بیومکانیک»، «کانال‌های انرژی یا مریدین‌ها و نادیاها»، «ماساژ بازتاب»، «ماساژ تایلندی»، «ماساژ شیاتو یا طب فشاری»، «ماساژ کلاسیک»، «ماساژ گروه‌های خاص»، «ماساژ ورزشی»
۳	الف) جبرانی: «ادله اثبات دعوی»، «اموال و مالکیت»، «کارآفرینی»، «کاربرد فناوری اطلاعات و ارتباطات»، «کلیات حقوق تجارت»، «کلیات حقوق جزای عمومی»، «کلیات حقوق مدنی»، «متون فقه»	

	<p>ب) پایه: «اصول و فنون مذاکره»، «روانشناسی کار»، «کارورزی ۱ و ۲»، «کلیات حقوق اداری»، «کلیات حقوق جزای اختصاصی»، «متون حقوقی به انگلیسی»، «مهارت‌های مسئله‌یابی و تصمیم‌گیری»</p> <p>ج) اصلی: «آیین دادرسی کیفری ۱ و ۲»، «آیین دادرسی مدنی ۱ و ۲»، «بررسی قوانین فدراسیون بسکتبال یا فوتبال یا کاراته یا والیبال به صورت اختیاری»، «حقوق اساسی ۱ و ۲»، «حقوق بین‌الملل خصوصی ۱ و ۲»، «حقوق بین‌الملل عمومی ۱ و ۲»، «حقوق جزای اختصاصی ۳»، «حقوق جزای عمومی ۳»، «حقوق مدنی ۳»، «حقوق مدنی ۶»، «حقوق مدنی ۷»، «حقوق مدنی ۸»، «قواعد فقه»، «نحوه ارائه درخواست حقوقی»</p> <p>د) تخصصی: «آراء داوری و تصمیمات دادگاه‌ها در حقوق ورزشی»، «آیین دادرسی در کمیته‌های انضباطی»، «تحلیل اسناد حقوق ورزشی»، «عقود معین»، «قراردادهای مالی و ورزشی»، «قوانین بین‌المللی حقوق ورزش»، «قوانین داخلی حقوق ورزش»، «مسئولیت‌های حقوقی ناشی از عملیات ورزش»، «مسئولیت‌های قانونی مدیران در عملیات ورزشی»، «نحوه ارائه شکایات ورزشی»</p>	<p>کارشناسی حرفه‌ای حقوق ورزشی</p>	
۴	<p>الف) جبرانی: «آناتومی عمومی»، «جامعه‌شناسی عمومی»، «روانشناسی عمومی»، «فیزیولوژی عمومی»، «کارآفرینی»، «کاربرد فناوری اطلاعات و ارتباطات»</p> <p>ب) پایه: «آمار و روش تحقیق»، «اصول و فنون مذاکره»، «روانشناسی کار»، «کارورزی ۱ و ۲»، «نور آناتومی»</p> <p>ج) اصلی: «آزمون‌های روان‌شناختی»، «آمادگی روانی»، «انواع یادگیری»، «رفتار سازمانی»، «روانشناسی شخصیت»، «کار گروهی»، «مهارت‌های ارتباطی»، «مهارت مسئله‌یابی و تصمیم‌گیری»، «مهارت‌های هدف‌گزینی»</p> <p>د) تخصصی: «اختلالات خلقی در ورزش»، «اختلالات خوردن در ورزش»، «انگیزش در ورزش»، «تصویرسازی ذهنی و حرکتی»، «روانشناسی مثبت‌گرا»، «فشارهای روانی در ورزش»، «فنون مصاحبه و مشاوره»، «مهارت‌های توجه»، «مهارت‌های رهبری در ورزش»، «نحوه برخورد و حل بحران‌های روانی در ورزش»، «هیجان‌های مثبت و منفی ورزش»</p>	<p>کارشناسی حرفه‌ای روانشناسی ورزشی</p>	
۵	<p>الف) جبرانی: «آناتومی عمومی»، «بیوشیمی عمومی»، «جامعه‌شناسی عمومی»، «روش‌های مشاوره تغذیه»، «زبان عمومی»، «شیمی عمومی»، «فارماکولوژی»، «فیزیولوژی انسانی»، «کارآفرینی»، «کاربرد فناوری اطلاعات و ارتباطات»</p> <p>ب) پایه: «اصول و فنون مذاکره»، «بررسی وضع تغذیه»، «روانشناسی عمومی»، «روانشناسی کار»، «روانشناسی ورزشی»، «فیزیولوژی ورزشی»، «کارورزی ۱ و ۲»، «مدیریت کسب‌وکار و بهره‌وری»</p> <p>ج) اصلی: «انفورماتیک و زبان بین‌المللی»، «بهداشت و مسمومیت غذایی»، «ترکیب بدنی و کنترل وزن»، «تغذیه اساسی»، «تغذیه سنتی»، «تغذیه ورزشی ۱»، «سنجش و اندازه‌گیری»، «فارماکولوژی عمومی»</p> <p>د) تخصصی: «پیکرسنجی ورزشی»، «تغذیه ورزشی ۲»، «تنظیم برنامه غذایی ورزشی»، «تنظیم برنامه غذایی ورزشی استقامتی»، «تنظیم برنامه غذایی ورزشی سرعتی»، «تنظیم برنامه غذایی ورزشی قدرتی»، «رژیم‌درمانی ورزشی ۱»، «رژیم‌درمانی ورزشی ۲»، «زبان تخصصی»، «سمینار»، «شناخت سازمان‌ها و نهادهای داخل و بین‌المللی تغذیه ورزشی»، «محاسبه انرژی در تغذیه ورزشی»، «مکمل‌ها و دوپینگ»</p>	<p>تغذیه ورزشی</p>	
۶	<p>الف) جبرانی: «آمار مقدماتی»، «آناتومی انسانی»، «اصول حسابداری»، «حرکات اصلاحی»، «روانشناسی عمومی»، «کارآفرینی»، «کاربرد فناوری اطلاعات و ارتباطات»، «کلیات حقوق»، «کلیات علم اقتصاد»، «مبانی جامعه‌شناسی»</p> <p>ب) پایه: «آمار و کاربرد آن در مدیریت»، «اصول و فنون مذاکره»، «تاریخ ورزش ایران و جهان»، «روانشناسی کار»، «کارورزی ۱ و ۲»، «مبانی سازمان و مدیریت»، «مدیریت منابع انسانی»، «مهارت مسئله‌یابی و تصمیم‌گیری»</p> <p>ج) اصلی: «آشنایی با اماکن و تجهیزات ورزشی»، «آشنایی با رشته‌های ورزشی»، «حسابداری مدیریت»، «کاربرد فناوری اطلاعات و ارتباطات در مدیریت اماکن»، «حقوق قراردادهای»، «روش تحقیق»، «زبان تخصصی»، «سازمان و تشکیلات وزارت ورزش و فدراسیون‌های ورزشی»، «قوانین و مقررات عمومی»، «کمک‌های اولیه»، «مدیریت استراتژیک»، «مدیریت رفتار سازمانی»</p>	<p>کارشناسی حرفه‌ای مدیریت اماکن ورزشی</p>	



<p>(د) <b>تخصصی:</b> «ارزیابی طرح‌های سرمایه‌گذاری ورزشی»، «اصول ساخت ورزشگاه‌ها»، «ایمنی و بهداشتی واحدهای ورزشی»، «برنامه‌ریزی تعمیر و نگهداری تجهیزات ورزشی»، «برنامه‌ریزی تعمیرات نگهداری تأسیسات و ابنیه ورزشی»، «کارگاه بودجه‌بندی»، «کسب‌وکار ورزشی»، «مدیریت اماکن ورزشی»، «مدیریت بورس»، «مدیریت رویدادها و تشریفات ورزشی»، «مدیریت مشارکت‌ها و هواداران»</p>		
<p>(الف) <b>جبرانی:</b> «آمار مقدماتی»، «آناتومی انسانی»، «اصول حسابداری»، «حرکات اصلاحی»، «روان‌شناسی عمومی»، «کارآفرینی»، «کاربرد فناوری اطلاعات و ارتباطات»، «کلیات حقوق»، «کلیات علم اقتصاد»، «مبانی جامعه‌شناسی»  <b>ب) پایه:</b> «اصول و فنون مذاکره»، «تاریخ ورزش ایران و جهان»، «روان‌شناسی کار»، «سواد هنری و رسانه‌ای»، «کارورزی ۱ و ۲»، «مبانی سازمان و مدیریت»، «مدیریت منابع انسانی»، «مهارت‌های مسئله‌یابی و تصمیم‌گیری»  <b>ج) اصلی:</b> «آشنایی با رشته‌های ورزشی»، «آشنایی با مراکز و سازمان‌های فرهنگی-ورزشی»، «جامعه‌شناسی فرهنگی-ورزشی»، «روش تحقیق»، «قوانین و مقررات عمومی»، «کاربرد وسائل سمعی بصری»، «کمک‌های اولیه»، «مدیریت استراتژیک»، «مدیریت اسلامی»، «مدیریت فناوری اطلاعات و ارتباطات در فرهنگ و ورزش»</p>	<p>کارشناسی حرفه‌ای مدیریت امور فرهنگی-ورزشی</p>	<p>۷</p>
<p>(د) <b>تخصصی:</b> «اقتصاد فرهنگی ورزشی»، «برنامه‌ریزی اوقات فراغت»، «حقوق فرهنگی و ورزشی»، «دولت و برنامه‌ریزی فرهنگی-ورزشی»، «رفتارشناسی فرهنگی-ورزشی»، «روابط بین‌الملل فرهنگی-ورزشی»، «زبان تخصصی»، «طراحی دکور و غرفه‌آرایی»، «کارگاه ارتباط تصویری»، «مدیریت بازاریابی فرهنگی ورزشی»، «مدیریت بورس»، «مدیریت تشریفات، رویدادها و جشنواره‌های فرهنگی-ورزشی»، «مدیریت فرهنگی-ورزشی»</p>		
<p>(الف) <b>جبرانی:</b> «آناتومی عمومی»، «ارتباطات غیرکلامی»، «اصول آراستگی»، «حرکات اصلاحی ورزشی»، «فن بیان»، «کارآفرینی»، «کاربرد فناوری اطلاعات و ارتباطات»، «مبانی ارتباط جمعی»  <b>ب) پایه:</b> «آیین‌نگارش و دستور زبان فارسی»، «اصول و فنون مذاکره»، «شناخت فرهنگ اقوام ایران»، «شناخت فرهنگ ملل»، «کاربرد نظم و نثر»، «کارورزی ۱ و ۲»، «مدیریت مراکز و سازمان‌های هنری»، «مهارت‌های مسئله‌یابی و تصمیم‌گیری»  <b>ج) اصلی:</b> «بازیگری در رسانه»، «تمرکز لحظه‌ای و بداهه‌پردازی»، «جامعه‌شناسی رسانه»، «زبان معیار»، «سرایش و تربیت شنوایی رسانه»، «شخصیت‌شناسی»، «کاربرد کوتاه نوشته‌ها در روش تحقیق»، «مهارت‌های سخنوری»، «نگارش برای رسانه»</p>	<p>گویندگی و مجری‌گری ورزشی</p>	<p>۸</p>
<p>(د) <b>تخصصی:</b> «ارتباط تصویری و تولید»، «برنامه‌سازی رسانه ورزشی»، «صدابرداری و صداگذاری رسانه»، «گویندگی در رادیو تلویزیون»، «گویندگی رسانه ورزشی»، «گویندگی مستند و تبلیغات»، «مجری‌گری رسانه ورزشی»، «مدیریت تولید رسانه»</p>		
<p>(الف) <b>جبرانی:</b> «اصول برگزاری مسابقات»، «اصول و مبانی آمادگی جسمانی»، «پزشکی ورزشی»، «کارآفرینی»، «کاربرد فناوری اطلاعات و ارتباطات»  <b>ب) پایه:</b> «آناتومی حرکتی»، «بیوشیمی»، «رشد و یادگیری حرکتی»، «روان‌شناسی کار»، «فیزیولوژی ورزشی»، «کاربرد رایانه در ورزش»، «کارورزی ۱ و ۲»، «مدیریت کسب‌وکار و بهره‌وری»، «مهارت‌های مسئله‌یابی و تصمیم‌گیری»  <b>ج) اصلی:</b> «آسیب‌شناسی ورزشی»، «آمار مقدماتی»، «بیومکانیک ورزشی پیشرفته»، «تغذیه ورزشی»، «حرکات ورزشی اصلاحی»، «دوومیدانی»، «روان‌شناسی تربیتی»، «روان‌شناسی ورزشی»، «ژیمناستیک»، «فیزیولوژی ورزشی پیشرفته»، «مدیریت مسابقات و سازمان‌های ورزشی»، «یادگیری حرکتی»  <b>د) تخصصی:</b> «آزمون‌های آمادگی جسمانی»، «آمادگی جسمانی تخصصی»، «آمادگی جسمانی سلامت»، «آمادگی جسمانی مهارتی»، «استعدادیابی ورزشی»، «برنامه‌ریزی تمرینات استقامتی»، «برنامه‌ریزی تمرینات مقاومتی»، «زبان تخصصی»، «کار با دستگاه‌های بدن‌سازی»، «مکمل‌های ورزشی و دوپینگ»</p>	<p>مربی‌گری آمادگی جسمانی</p>	<p>۹</p>

کارشناسی حرفه‌ای داوری فوتبال	۱۰	<p><b>الف) جبرانی:</b> «آناتومی انسانی»، «روان‌شناسی عمومی»، «کارآفرینی»، «کاربرد فناوری اطلاعات و ارتباطات»، «کلیات حقوق»، «مبانی جامعه‌شناسی»</p> <p><b>ب) پایه:</b> «اصول و فنون مذاکره»، «حرکات اصلاحی»، «روان‌شناسی کار»، «روان‌شناسی ورزشی»، «کارورزی ۱ و ۲»، «کمک‌های اولیه»، «مهارت‌های مسئله‌یابی و تصمیم‌گیری»</p> <p><b>ج) اصلی:</b> «آسیب‌های محیطی در ورزش»، «اصول و مبانی داوری فوتبال»، «بهداشت ورزشی»، «تغذیه ورزشی»، «تمرینات آماده‌سازی داوران»، «سازمان و تشکیلات کمیته داوران»، «قوانین بازی فوتبال ۱ و ۲»، «مکالمات روزمره انگلیسی ۱ و ۲»</p> <p><b>د) تخصصی:</b> «آسیب‌شناسی ورزشی»، «آنالیز داوری و نظارت بر داوری مسابقات»، «انجام عملی قضاوت داوری در زمین»، «انجام کار عملی داوران ذخیره در زمین»، «انجام کار عملی کمک‌داوری در زمین»، «تمرینات داوری در زمین بدون مسابقه»، «تمرینات کمک‌داوری در زمین بدون مسابقه»، «روان‌شناسی در داوری فوتبال»، «ساختار و اساسنامه فیفا»، «قوانین بین‌المللی فوتسال و فوتبال ساحلی»، «مباحث ویژه قوانین فوتبال»، «مدیریت بحران ورزشی»، «مکاتبه تخصصی زبان انگلیسی»، «مکالمات انگلیسی تخصصی داوری»، «وظایف داور ذخیره»</p>
خبرنگاری - ورزشی	۱۱	<p><b>الف) جبرانی:</b> «اصول خبرنگاری»، «افکار عمومی»، «تهیه گزارش»، «کارآفرینی»، «کاربرد فناوری اطلاعات و ارتباطات»، «کاربرد مصاحبه در خبر»</p> <p><b>ب) پایه:</b> «اصول و فنون مذاکره»، «اقدام پژوهی»، «کارورزی ۱ و ۲»، «مدیریت مراکز و سازمان‌های فرهنگی»، «مدیریت منابع انسانی»، «نظریه‌های ارتباط جمعی»، «هنر و رسانه»</p> <p><b>ج) اصلی:</b> «پوشش خبری»، «تحلیل محتوای پیام‌های ارتباطی»، «زبان تخصصی»، «سواد رسانه‌ای»، «شبکه‌های اجتماعی»، «شیوه‌های اقناع و تبلیغ»، «شیوه‌های تأثیر بر افکار عمومی»، «شیوه‌های جستجو در سایت‌های خبری»</p> <p><b>د) تخصصی:</b> «آشنایی با انواع ورزش‌ها»، «ارتباطات بین‌الملل»، «تصویربرداری ورزشی»، «جامعه‌شناسی ورزشی»، «حقوق ورزشی»، «روزنامه‌نگاری نوین»، «سازمان‌های ورزشی»، «شیوه‌های جستجو در سایت‌های خبری»، «کارگاه خبرنگاری ورزشی»، «کارگاه خبرنگاری بحران»، «کارگاه نقد اخبار ورزشی»، «مدیریت رسانه»، «نرم‌افزارهای رسانه-ای»</p>

### ۶-۸. تربیت بدنی در دانشگاه فرهنگیان

دانشگاه فرهنگیان از طریق کنکور سراسری دانشجویان می‌پذیرد. دانشجویان پذیرفته شده در این دانشگاه فرهنگیان در کارشناسی «آموزش تربیت بدنی» تحصیل می‌کنند و به‌عنوان معلم تربیت بدنی در آموزش و پرورش مورد استفاده قرار می‌گیرند. گروه‌های درسی این رشته در دانشگاه فرهنگیان بر دروس تربیتی تأکید دارد و شامل «معارف اسلامی ۱۶ واحد»، «عمومی نه واحد»، «تربیت اسلامی ۱۷ واحد»، «تربیتی ۱۸ واحد»، «تخصصی تربیتی ۲۱ واحد»، و «تخصصی ۵۱ واحد» به شرح جدول ۶-۲۷ هستند.

جدول ۶-۲۷. انواع گروه‌های درسی مقطع کارشناسی آموزش تربیت‌بدنی دانشگاه فرهنگیان

ردیف	گروه درسی	انواع درس‌ها
۱	معارف اسلامی	«آیین زندگی»، «اندیشه اسلامی ۱»، «اندیشه اسلامی ۲»، «دانش خانواده و جمعیت»، «انقلاب اسلامی ایران»، «تاریخ تحلیلی صدر اسلام»، «تفسیر موضوعی قرآن» و «تاریخ فرهنگ و تمدن اسلامی»
۲	عمومی	«فارسی» «نگارش خلاق»، «زبان انگلیسی»، «سلامت، بهداشت و صیانت از محیط‌زیست»، «نگارش علمی»
۳	تربیت اسلامی	«سیره تربیتی پیامبر و اهل بیت با توجه به مراحل وساحت‌های تربیت»، «نظام تربیتی اسلام بر اساس قرآن و روایات معصومین»، «فلسفه تربیت در ج.ا.ا.»، «فلسفه تربیت رسمی و عمومی در ج.ا.ا.»، «اسناد، قوانین و سازمان آموزش و پرورش در ج.ا.ا.»، «اخلاق حرفه‌ای معلم»، «نقش اجتماعی معلم از دیدگاه اسلام»
۴	تربیتی	«روان‌شناسی تربیتی»، «اصول و روش‌های راهنمایی و مشاوره»، «نظریه‌های یادگیری و آموزش»، «کاربرد هنر در آموزش»، «اصول و روش‌های تدریس»، «مدیریت آموزشی»، «ارزشیابی از یادگیری»، «کاربرد زبان در تربیت»، «آموزش و پرورش تطبیقی با تأکید بر دوره‌های تحصیلی» و «جامعه‌شناسی تربیتی با تأکید بر تربیت‌بدنی»
۵	تخصصی تربیتی	«پژوهش و توسعه حرفه‌ای ۱: پژوهش‌های روایی»، «برنامه‌ریزی درسی در آموزش تربیت‌بدنی»، «کارورزی ۱»، «آموزش والیبال»، «الگوها و روش‌های تدریس در آموزش تربیت‌بدنی»، «آموزش ژیمناستیک»، «طراحی آموزشی در آموزش تربیت‌بدنی»، «کارورزی ۲»، «سنجش و اندازه‌گیری و آزمون‌سازی در آموزش تربیت‌بدنی»، «پژوهش و توسعه حرفه‌ای ۲: کنش پژوهی»، «کارورزی ۳»، «آموزش بسکتبال»، «علم تمرین»، «پژوهش و توسعه حرفه‌ای ۳: درس پژوهی»، «کارورزی ۴»، «آموزش هندبال»، «کارنامه علمی یا پروژه»
۶	تخصصی	«اصول و مبانی تربیت‌بدنی»، «آناتومی انسان»، «ریاضیات پایه و مقدمات آمار در تربیت‌بدنی»، «آمادگی جسمانی ۱»، «تاریخ اندیشه‌ها و اندیشمندان تربیت‌بدنی در اسلام و ایران»، «فیزیولوژی انسان»، «دوومیدانی ۱»، «آسیب‌شناسی ورزشی»، «دختران: آمادگی جسمانی ۲/ پسران: کشتی»، «تنیس روی میز»، «فیزیولوژی ورزش»، «شنا»، «پسران: فوتبال / دختران: ابروییک»، «دوومیدانی ۲»، «ژیمناستیک»، «حرکت‌شناسی و مقدمات بیومکانیک»، «والیبال»، «انتخابی نظری»، «یادگیری و کنترل حرکتی»، «تغذیه ورزشی و کنترل وزن»، «بسکتبال»، «بدمیتون»، «فوتسال»، «هندبال»، «زبان تخصصی»، «انتخابی نظری»، «انتخابی عملی»، «مدیریت رویدادهای ورزشی»، «حرکات اصلاحی»، «انتخابی عملی» و «طناب‌بازی»

اخذ بیش از سه درس عملی در هر ترم ممنوع بوده و در شرایط خاص با نظر استاد راهنما امکان پذیر است. اخذ بیش از دو درس عملی در برنامه روزانه «دانشجو معلمان» ممنوع است. دروس انتخابی عملی بر اساس امکانات و فضاهای موجود و نظر گروه آموزشی ارائه می‌شود.

#### ۶-۶۹. دوره‌های کاردانی و کارشناسی ناپیوسته و کارشناسی پیوسته در دیگر دانشگاه‌ها

دوره‌های کاردانی تربیت‌بدنی و علوم ورزشی علاوه بر دانشگاه‌های مورد اشاره در واحدهای سماء دانشگاه آزاد اسلامی نیز برگزار می‌شود. اغلب این واحدها بدون کنکور دانشجو جذب می‌کنند.

#### ۶-۹-۱. دوره کارشناسی ناپیوسته تربیت دبیر تربیت‌بدنی

در برخی دانشگاه‌های کشور دوره کارشناسی ناپیوسته تربیت‌بدنی و علوم ورزشی برگزار می‌شود. این دوره مصوب سال ۱۳۷۷ و با تأکید بر تربیت دبیران متخصص و متعهد در رشته تربیت‌بدنی و علوم ورزشی است که از طریق توسعه دانش‌های نظری، نگرش‌ها و پرورش مهارت‌های عملی قادر به آموزش تربیت‌بدنی و مهارت‌های ورزشی در دوره‌های تحصیلی آموزش و پرورش باشند. کسانی که دوره تربیت دبیر تربیت‌بدنی و علوم ورزشی را به پایان می‌رسانند، دبیر

تربیت بدنی نامیده می‌شوند و قادر به تدریس و آموزش درس تربیت بدنی در مدارس «ابتدایی، متوسطه اول و متوسطه دوم» و «انجام امور کارشناسی در ادارات و مراکز آموزش و پرورش» خواهند بود. از دانش‌آموختگان این دوره توقع می‌رود که ضمن آشنایی با رشته‌های ورزشی رایج و مقررات آن‌ها، بتوانند آن‌ها را به دانش‌آموزان آموزش دهند و نگرش آن‌ها را نسبت به ارزش‌های تربیت بدنی و تأثیر آن بر پرورش ابعاد شناختی و عاطفی افزایش دهند. طول دوره کارشناسی ناپیوسته تربیت دبیر در ادامه دوره کاردانی، دو سال است. در این دوره دوساله تعداد ۷۰ واحد شامل «هفت واحد عمومی»، «نه واحد تربیتی»، «۴ واحد پایه، اصلی و تخصصی مشترک خواهران و برادران»، «شش واحد تخصصی متفاوت برای خواهران و برادران» و «شش واحد انتخابی» به شرح جدول ۶-۲۸ است.

جدول ۶-۲۸. انواع گروه‌های درسی مقطع کارشناسی ناپیوسته تربیت دبیر تربیت بدنی

ردیف	گروه درسی	انواع درس‌ها
۱	عمومی	«تاریخ اسلام»، «متون اسلامی: آموزش زبان عربی» و «زبان خارجی»
۲	تربیتی	«اصول و فلسفه آموزش و پرورش»، «مبانی برنامه‌ریزی درسی»، «سازمان و مدیریت در آموزش و پرورش»، «روش تحقیق در علوم تربیتی»
۳	پایه، اصلی و تخصصی مشترک	«فیزیک»، «مبانی تربیت بدنی ۱»، «تاریخ تربیت بدنی»، «تغذیه و ورزش»، «آسیب‌شناسی ورزشی»، «رشد و تکامل حرکتی»، «فیزیولوژی ورزشی ۱»، «یادگیری حرکتی»، «مدیریت سازمان‌های ورزشی»، «مدیریت و طرز اجرای مسابقات»، «متون خارجی تخصصی»، «حرکت‌شناسی ورزشی»، «تربیت بدنی و ورزش معلولین»، «مقدمات بیومکانیک ورزشی»، «روان‌شناسی ورزشی»، «روش تدریس تربیت بدنی در مدارس متوسطه»، «سنجش و اندازه‌گیری در تربیت بدنی ۱»، «ژیمناستیک ۱»، «والیبال ۱»، «بسکتبال ۱»، «هندبال ۱»
۴	تخصصی برادران	«بدمیتون ۱»، «فوتبال ۱» و «کشتی ۱»
۵	تخصصی خواهران	«هندبال ۲»، «تنیس روی میز ۲» و «بدمیتون ۲»
۶	انتخابی	«علم تمرین»، «ورزش تخصصی انفرادی یا گروهی»، «حقوق ورزشی»، «شطرنج» و «بازی‌های پرورشی و بومی-محلی»

از مجموع دروس انتخابی، دانشجوی موظف است شش واحد را با موفقیت بگذراند. محتوا و سرفصل انواع دروس معرفی شده برای دوره کارشناسی ناپیوسته تربیت دبیر تربیت بدنی به شرح جدول ۶-۲۹ است.

جدول ۶-۲۹. سرفصل و محتوای دروس مقطع کارشناسی ناپیوسته تربیت دبیر تربیت بدنی

ردیف	درس	سرفصل‌ها
۱	فیزیک	مباحث «نیرو، گشتاور، دینامیک، انرژی و سیالات» در ورزش
۲	مبانی تربیت بدنی	مفاهیم، ماهیت و قلمرو تربیت بدنی و ورزش، مبانی تاریخی و فلسفی تربیت بدنی، مبانی علمی تربیت بدنی در زمینه‌های «فیزیولوژی، مدیریت، بیومکانیک، روان‌شناسی، رفتار حرکتی»
۳	تاریخ تربیت بدنی	مفاهیم، تاریخ تربیت بدنی و ورزش در دوران «باستان، قبل از اسلام، بعد از اسلام، قرون وسطی، معاصر و جدید»، تاریخ المپیک باستان و نوین
۴	تغذیه و ورزش	نقش تغذیه در ورزش با تأکید بر «نیازهای غذایی، کربوهیدرات‌ها، چربی‌ها، پروتئین‌ها، مایعات، ویتامین و املاح معدنی»، تغذیه و تمرین‌های ورزشی «تغذیه قبل، حین و پس از مسابقه»، تغذیه کنترل وزن و سلامت
۵	آسیب‌شناسی ورزشی	«عضلات، تاندون‌ها و مفاصل»، «صدمات ورزشی عضلانی-وتری، استخوانی، مفصلی و رباطی»، «صدمات خاص در هر رشته ورزشی»، «پیشگیری و درمان صدمات ورزشی»

۶	رشد و تکامل حرکتی	مفاهیم، نظریه‌های رشد حرکتی، مراحل رشد جسمانی، مراحل رشد حرکتی، فعالیت بدنی و تغییرات فیزیولوژیکی در طول رشد
۷	فیزیولوژی ورزش ۲	مفاهیم، «عصب، عضله و غدد درون‌ریز در ورزش»، اثر عوامل محیطی در ورزش، دهیدراتاسیون و ورزش، ارتفاع و تمرین‌های ورزشی، گرما و ورزش، دوران قبل از بلوغ و ورزش، بازگشت به حالت اولیه
۸	یادگیری حرکتی	موقعیت «عملیات، پردازش اطلاعات، درون‌داد، تصمیم‌گیری، برون‌داد، بازخورد»، طبقه‌بندی مهارت‌ها، تمرین و روش‌های تمرینی، ارزشیابی پیشرفت، زمان‌بندی «درونی، بیرونی، زمان عکس‌العمل و زمان حرکت»
۹	مدیریت سازمان‌های ورزشی	مفاهیم، سازمان‌های ورزشی داخلی و بین‌المللی، برنامه‌ریزی فعالیت‌های ورزشی و فوق‌برنامه در مدارس، سازمان‌دهی فعالیت‌های ورزشی، مدیریت «نیروهای مجرب، داوطلبین، جلسات، شوراها، اداری، مالی، اردوها، فوق-برنامه، اماکن، تأسیسات، ارزشیابی عملکرد»
۱۰	مدیریت طرز اجرای مسابقات	شیوه‌های برنامه‌ریزی مسابقات، سازمان‌دهی مسابقات، شرح وظایف واحدها، ارزیابی مسابقات، خبرنگاری، جدول-نویسی مسابقات، مقررات مسابقات
۱۱	زبان تخصصی	واژه‌ها و متون «فیزیولوژی، بیومکانیک، حرکت‌شناسی، رفتار حرکتی، مدیریت و روان‌شناسی» در ورزش
۱۲	حرکت‌شناسی	سطوح و محورهای فرضی بدن، وضعیت «عضلات، مفاصل، حرکات و مهارت‌ها در ورزش»، تحلیل حرکت
۱۳	تربیت بدنی و ورزش معلولین	«آثار فیزیولوژیکی، روانی، اجتماعی فعالیت بدنی برای معلولین»، «تاریخ ورزش معلولین»، «سازمان‌ها و تشکیلات ملی و بین‌المللی ورزش معلولین»، «قوانین و مقررات» و «برگزاری مسابقات»
۱۴	بیومکانیک	مفاهیم، صفحات حرکتی، اهرم‌ها، مرکز ثقل، انواع حرکت در ورزش، اصطکاک، ضربه، قوانین نیوتن
۱۵	روان‌شناسی ورزشی	مفاهیم، «انگیزش، تصویرسازی ذهنی، تنظیم نیروی روانی، فشارهای روانی، مهارت‌های توجه و اعتماد به نفس» در ورزش
۱۶	روش تدریس تربیت بدنی در متوسطه دوم	هدف‌های آموزشی با تأکید بر تربیت بدنی، ویژگی‌های دانش‌آموزان دوره دبیرستان، برنامه‌ریزی، تندرستی و بهداشت، یادگیری مبتنی بر ویژگی‌ها، آموزش «آمادگی جسمانی، دوومیدانی، فوتبال، والیبال و تنیس روی میز»
۱۷	سنجش و اندازه‌گیری	مفاهیم، ارزشیابی در آموزش و پرورش و تربیت بدنی، ارزشیابی حیطه‌های سه‌گانه با تأکید بر جنبه روانی-حرکتی، روش‌های اندازه‌گیری یادگیری شامل «مشاهده، مصاحبه، آزمون‌کتبی یا شفاهی یا عملی و انواع ابزارها»، «طراحی آزمون یا امتحان و سؤالات»، ابزارهای سنجش ترکیب بدنی، سنجش مهارت‌های ورزشی
۱۸	آمار استنباطی	«آمار مقدماتی با تأکید بر نقاط و مرتبه‌های درصدی»، «ارتباط با قابلیت‌های جسمانی»، «ضریب همبستگی»، «آزمون تی استودنت»، «طرز تهیه نورم‌های ورزشی»، «اجرا و تهیه نورم‌های ورزشی کلاسی»
۱۹	ژیمناستیک ۲	«آثار فیزیولوژیکی، روانی و اجتماعی ژیمناستیک»، «فنون»، «آموزش فنون»، «آزمون‌ها»، «برگزاری مسابقه»
۲۰	والیبال ۲	«آثار فیزیولوژیکی، روانی و اجتماعی والیبال»، «فنون، تاکتیک‌ها و آموزش آن‌ها»، «آزمون‌ها»، «برگزاری مسابقه»
۲۱	بسکتبال ۲	«آثار فیزیولوژیکی، روانی و اجتماعی بسکتبال»، «فنون، تاکتیک‌ها و آموزش آن‌ها»، «آزمون‌ها»، «برگزاری مسابقه»
۲۲	هندبال ۱	مفاهیم، اصول ایمنی و بهداشتی، فنون، تاکتیک‌ها، مقررات
۲۳	بدمینتون ۱	مفاهیم، اصول ایمنی و بهداشتی، فنون، تاکتیک‌ها، مقررات
۲۴	فوتبال ۲	«آثار فیزیولوژیکی، روانی و اجتماعی فوتبال»، «فنون، تاکتیک‌ها و آموزش آن‌ها»، «آزمون‌ها»، «برگزاری مسابقه»
۲۵	کشتی ۲	«آثار فیزیولوژیکی، روانی و اجتماعی کشتی»، «فنون و آموزش آن‌ها»، «آزمون‌ها»، «قوانین بیومکانیکی»، «برگزاری مسابقه»
۲۶	هندبال ۲	«آثار فیزیولوژیکی، روانی و اجتماعی هندبال»، «فنون، تاکتیک‌ها و آموزش آن‌ها»، «آزمون‌ها»، «برگزاری مسابقه»
۲۷	تنیس روی میز ۲	«آثار فیزیولوژیکی، روانی و اجتماعی تنیس روی میز»، «فنون و آموزش آن‌ها»، «آزمون‌ها»، «برگزاری مسابقه»
۲۸	بدمینتون ۲	«آثار فیزیولوژیکی، روانی و اجتماعی بدمینتون»، «فنون و آموزش آن‌ها»، «آزمون‌ها»، «برگزاری مسابقه»
۲۹	علم تمرین	«اصول حاکم بر علم تمرین»، «اجزاء و عناصر تمرین»، «تمرین آمادگی عضلانی، انرژی، عملکرد ورزشی»

۳۰	ورزش تخصصی	بدن‌سازی تخصصی، تاکتیک‌های پیشرفته، اجرای تمرین‌های مختلف، نحوه مربیگری، آماده‌سازی ورزشکاران برای مسابقات، داوری در رشته مربوطه
۳۱	حقوق ورزشی	مفاهیم، ورزش از دیدگاه قانون، مسئولیت کیفری ورزشی، اختیارات مربیان و معلمان در تنبیه ورزشکاران، قانون مجازات خودداری‌کنندگان از کمک به مصدومین ورزشی و مسئولیت مدنی
۳۲	شطرنج	مفاهیم، تجهیزات، مهره‌ها و حرکت آن‌ها، فنون و تاکتیک دفاع و حمله، مقررات
۳۳	بازی‌های پرورشی و بومی-محلی	مفاهیم، بازی از دیدگاه‌های مختلف، نقش بازی در «شخصیت، آمادگی جسمانی و مهارت کودک»، بازی و فرهنگ، اجرای انواع بازی‌های پرورشی بومی و محلی، بازی‌های اردویی، گردش علمی و شیرین‌کاری

### ۶-۹-۲. کارشناسی رشته علوم ورزشی در دانشگاه‌های مختلف

برنامه کارشناسی علوم ورزشی مصوب تاریخ ۱۳۹۵/۱۰/۱۱ است که از این تاریخ جایگزین برنامه‌های درسی دوره کارشناسی علوم ورزشی با دو گرایش «علوم زیستی ورزش» و «علوم انسانی ورزش» و همچنین دوره‌های کارشناسی مربیگری ورزش با دو گرایش «مربیگری فعالیت بدنی و تندرستی» و «مربیگری ورزش» شد. عنوان «علوم ورزشی» با توجه به جامعیت جایگزین دیگر عناوین شد تا بیان بهتر و روشنی از محتوای آن به جامعه ارائه شود. در حقیقت رشته علوم ورزشی از جمله نظام‌های علمی است که موضوع حرکت را محور اصلی خود قرار داده و با این محوریت به آموزش و پرورش در رابطه با ابعاد وجودی انسان در زمینه‌های «جسمانی، زیستی، علوم مهندسی، روان‌شناختی، جامعه-شناختی و امثال آن» می‌پردازد. هدف از این دوره تربیت افرادی کارآمد است که با نوآوری در زمینه‌های مختلف «آموزشی، پژوهشی، برنامه‌ریزی و اجرا، راهنمایی و نظارت در پیشرفت و گسترش مرزهای دانش در رشته علوم ورزشی گام‌های مؤثری بردارند. امید می‌رود که دانش‌آموختگان این دوره با «اصول، مبانی و دانش عمومی در علوم ورزشی»، «توانایی ارتقای آمادگی جسمانی عمومی»، «آموزش مهارت‌های حرکتی اصلی در رشته‌های ورزشی پایه و تخصصی» و «آمادگی برای ورود به دوره‌های تخصصی دانشگاهی و غیردانشگاهی متناسب با نیاز بازار کار» به شرح جدول ۶-۳۰ آشنا شوند.

#### جدول ۶-۳۰. حوزه‌های توانمندسازی دانشجویان کارشناسی پیوسته علوم ورزشی

ردیف	سرفصل‌ها
۱	کارشناسی عمومی ورزش در زمینه‌های «طراحی، ارزیابی و نظارت تمرین و فعالیت ورزشی با اهداف ورزش همگانی»
۲	داشتن دانش عمومی در حوزه‌های گوناگون علوم ورزشی برای ورود به دوره‌های تخصصی مربیگری، معلمی، باشگاه‌داری، مهارت‌های رسانه‌ای و امثال آن
۳	کارشناس عمومی ورزش در سازمان‌ها و نهادهای دولتی و غیردولتی در زمینه مشاوره ورزشی، مدیریت ورزشی و برگزاری رویدادهای ورزش تفریحی

طول دوره کارشناسی چهار سال و حداقل هفت نیمسال تحصیلی با ۱۶ هفته آموزشی برای هر نیمسال و ۱۶ ساعت برای هر واحد نظری و ۳۲ ساعت برای هر واحد عملی است. تعداد کل واحدهای درسی این دوره ۱۳۰ واحد شامل «عمومی ۲۰ واحد»، «پایه ۳۶ واحد»، «تخصصی ۷۱ واحد» و «انتخابی ۱۲ واحد» به شرح جدول ۶-۳۱ است. لازم به توضیح است که از ۳۶ واحد دروس پایه، ۱۶ واحد نظری و ۱۰ واحد عملی است. از ۷۱ واحد دروس



تخصصی، ۳۸ واحد نظری و ۳۴ واحد عملی است. از ۱۲ واحد دروس انتخابی نیز شش واحد نظری و ۶ واحد عملی است.

جدول ۶-۳۱. انواع گروه‌های درسی مقطع کارشناسی پیوسته علوم ورزشی

ردیف	گروه درسی	انواع درس‌ها
۱	عمومی <sup>۱</sup>	الف) مبانی نظری اسلامی شامل دروس «اندیشه اسلامی ۱: مبدأ و معاد»، «اندیشه اسلامی ۲: نبوت و معاد»، «انسان در اسلام»، «حقوق اجتماعی و سیاسی در اسلام»، ب) اخلاق اسلامی شامل دروس «فلسفه اخلاق: با تأکید بر مباحث تربیتی»، «اخلاق اسلامی: مبانی و مفاهیم»، «اخلاق خانواده»، «آئین زندگی: اخلاق کاربردی»، «عرفان عملی اسلامی»، ج) انقلاب اسلامی شامل دروس «انقلاب اسلامی ایران»، «آشنایی با قانون اساسی ج.ا.ا.»، «اندیشه سیاسی امام خمینی»، د) تاریخ و تمدن اسلامی شامل دروس «تاریخ فرهنگ و تمدن اسلامی»، «تاریخ تحلیلی صدر اسلام»، «تاریخ امامت»، ه) آشنایی با منابع اسلامی شامل دروس «تفسیر موضوعی قرآن»، «تفسیر موضوعی نهج البلاغه»، و) زبان فارسی، ز) زبان انگلیسی، ح) دانش خانواده و جمعیت
۲	پایه	«مبانی و فلسفه تربیت بدنی و ورزش»، «متون خارجی در علوم ورزشی»، «آمار و ریاضی در علوم ورزشی»، «ایمنی و بهداشت فردی در ورزش»، «آناتومی انسان»، «فیزیولوژی انسان»، «مقدمات مکانیک حرکت انسان»، «مبانی مدیریت»، «آمادگی جسمانی ۱ و ۲»، «شنا ۱»، «دوومیدانی ۱»، «ژیمناستیک ۱»
۳	تخصصی	«فیزیولوژی ورزشی»، «فعالیت بدنی و تندرستی»، «سنجش و اندازه‌گیری در علوم ورزشی»، «حرکت‌شناسی ورزشی»، «آسیب‌شناسی ورزشی»، «حرکات اصلاحی»، «تاریخ تربیت بدنی و ورزش»، «ارشد حرکتی»، «یادگیری حرکتی»، «مقدمات روان‌شناسی ورزشی»، «مبانی استعدادیابی ورزشی»، «مقدمات جامعه‌شناسی ورزشی»، «تغذیه ورزشی و کنترل وزن»، «اصول برنامه‌ریزی آموزش تربیت بدنی»، «مدیریت اماکن و رویدادهای ورزشی»، «مبانی کارآفرینی و اشتغال‌زایی ورزشی»، «مقدمات بیومکانیک ورزشی»، «اصول و روش‌شناسی تمرین»، «مدیریت اوقات فراغت و ورزش‌های تفریحی»، «دوومیدانی ۲»، «ژیمناستیک ۲»، «شنا ۲»، «فوتبال/فوتسال ۱»، «والیبال ۱»، «بسکتبال ۱»، «هندبال ۱»، «تنیس روی میز ۱»، «بدمینتون ۱»، «کشتی ۱/پسران»، «فعالیت موزون ۱/دختران»، «ورزش‌ها و بازی‌های بومی و سنتی»، «ورزش‌های رزمی ۲»، «ورزش‌های جسمی-ذهنی ۳»، «ورزش‌های آبی ۴»، «کارورزی ورزش‌های پایه»، «کارورزی ورزش‌های انفرادی» و «کارورزی ورزش‌های گروهی»
۴	انتخابی	«فعالیت رسانه‌ای در ورزش»، «مقدمات بازاریابی در ورزش»، «تربیت‌بدنی در مدارس»، «اصول و روش مربیگری»، «ورزش معلولین»، «اصول و فنون مشاوره و راهنمایی در ورزش»، «مدیریت سازمان‌های ورزشی»، «فیزیولوژی تمرین»، «تحلیل تدریس تربیت بدنی»، «آنترپوومتری حرکتی»، «روش تحقیق در علوم ورزشی»، «حقوق و اخلاق در ورزش»، «متون خارجی در مبانی علوم زیستی ورزش»، «متون خارجی در مبانی علوم انسانی ورزش»، «فیزیولوژی ورزش کودکان»، «آزمایشگاه علوم ورزشی»، «اختلالات رشد و یادگیری در ورزش»، «فناوری در ورزش»، «بیومکانیک آسیب‌های ورزشی»، «اصول برنامه‌نویسی کامپیوتری در ورزش»، «فعالیت موزون ۱ پسران»، «فوتبال/فوتسال ۲»، «فوتبال/فوتسال تخصصی»، «والیبال ۲»، «والیبال تخصصی»، «بسکتبال ۲»، «بسکتبال تخصصی»، «هندبال ۲»، «هندبال تخصصی»، «تنیس روی میز ۲»، «تنیس روی میز تخصصی»، «بدمینتون ۲»، «بدمینتون تخصصی»، «کشتی ۲/پسران»، «فعالیت موزون ۲»، «کار با

۱. از دروس «مبانی نظری اسلام» دو درس به ارزش چهار واحد و از دروس «اخلاق اسلامی» یک درس به ارزش دو واحد، و از دروس «انقلاب اسلامی» یک درس به ارزش دو واحد و از دروس «تاریخ تمدن اسلامی» یک درس به ارزش دو واحد و از دروس «آشنایی با منابع اسلامی» یک درس به ارزش دو واحد انتخاب می‌شود.

۲. یکی از ورزش‌های رزمی «جو دو، کاراته، تکواندو، موی‌تای، ووشو یا دیگر موارد مشابه»

۳. یکی از ورزش‌های جسمی-ذهنی «پيلاتس، یوگا، تای‌چی، بادی بالانس و یا دیگر موارد مشابه»

۴. یکی از ورزش‌های آبی «واترپلو، نجات‌غریق، قایقرانی، شیرجه و دیگر موارد مشابه»

دستگاه‌های ورزشی، ژیمناستیک تخصصی، «شنا تخصصی»، «کشتی تخصصی»، «دوومیدانی تخصصی»، «جودو»، «کاراته»، «تکواندو»، «موی‌تای»، «ووشو»، «پلاتس»، «یوگا»، «تای‌چی»، «واترپلو»، «نجات غریق»، «قایقرانی»، «شیرجه»، «تنیس»، «کوهنوردی»، «اسکی»، «تیر و کمان»، «تیراندازی»، «اسکیت»، «کراس‌فیت»، «ورزش‌های تفریحی آبی»، «دوچرخه‌سواری»، «هاکی»، «وزنه‌برداری»، «شطرنج»، «سپک‌تاکرا»، «باله»، «کبدی»، «شمشیربازی»، «ورزش‌های ساحلی»، «اسکواش»، «تمرین در آب»، «ماساژ ورزشی»، «اسب‌سواری»، «گلف»، «سافتبال»، «بیس‌بال»، «سنگ‌نوردی»، «ورزش‌های نوین»، «بوکس»		
--	--	--

محتوا و سرفصل انواع دروس پایه معرفی شده برای دوره کارشناسی پیوسته علوم ورزشی به شرح جدول ۶-۳۲

است.

جدول ۶-۳۲. سرفصل و محتوای دروس پایه مقطع کارشناسی پیوسته علوم ورزشی

ردیف	درس	سرفصل‌ها
۱	مبانی و فلسفه تربیت بدنی و ورزش	«مفاهیم، اهداف، ارزش‌شناسی در حوزه ورزش و تربیت بدنی»، «نقش تربیت بدنی و ورزش در سلامت جسمی»، «مبانی اجتماعی، فرهنگی، سیاسی، اقتصادی در ورزش و تربیت بدنی»، «دیدگاه فلسفی»، «اصول و فلسفه تربیت بدنی از دیدگاه مکاتب مختلف»
۲	متون خارجی ورزشی	یادگیری تلفظ و معنای اصطلاحات متداول در «علوم زیستی ورزش، علوم انسانی ورزش، رویدادهای ورزشی، رشته‌های مختلف ورزشی، سازمان‌های ورزشی»، «یادگیری چگونگی ترجمه متون تخصصی»
۳	آمار و ریاضی در ورزش	«معادلات جبری ساده، متغیر مستقل و تابع و نحوه ترسیم آن‌ها»، «توابع ساده ریاضی و مثلثاتی»، «مشتق»، «انتگرال»، «نرم‌افزارهای کاربردی آماری»، «آمار توصیفی: شاخص‌های گرایش مرکزی و پراکندگی»، «مقدمات آمار استنباطی»، «کاربرد اکسل برای آمار توصیفی»
۴	ایمنی و بهداشت فردی	«استانداردهای ایمنی اماکن، تجهیزات و وسایل ورزشی»، «ایمنی افراد در حین ورزش»، «بهداشت فردی در ورزش»، «بهداشت محیط ورزشی»، «کمک‌های اولیه»، «ارزیابی مصدومین و تعیین اولویت‌ها»، «مواجهه مناسب در برخورد با زخم، سوختگی، گرم‌زدگی، سرمازدگی، مسمومیت»
۵	آناتومی انسان	مفاهیم، ساختار «اسکلت استخوان، مفاصل، عضلات، قلب، عروق، شش و عصب»، «آنتروپومتری و مکانیک عضلات»
۶	فیزیولوژی انسان	«مقدمات فیزیولوژی و مبانی شیمیایی حیات»، «فیزیولوژی سلول»، «عملکرد دستگاه‌های عضلانی، گردش خون، تنفس، غدد درون‌ریز، عصبی، گوارش، لنفاوی، ترشح ادرار و الکتروولت‌ها»
۷	مقدمات مکانیک حرکت انسان	«بردارها و کمیت برداری»، «سینماتیک موقعیت، جابه‌جایی و شتاب»، «حرکت با سرعت ثابت، شتاب ثابت و سقوط آزاد»، «حرکت پرتابی در ورزش»، «نیروها و قانون دوم نیوتن»، «قانون بقای اندازه حرکت خطی، ضربه و کاربرد آن در ورزش»، «کاروانرژی»، «مرکز جرم، تعادل و پایداری در ورزش»، «حرکت دورانی و گشتاور»
۸	مبانی مدیریت	«نظریه‌های سازمان و مدیریت»، «تصمیم‌گیری و فرایند آن»، «برنامه‌ریزی»، «سازمان‌دهی»، «رهبری»، «ارتباطات»، «فرهنگ سازمانی» و «مدیریت منابع انسانی»
۹	آمادگی جسمانی ۱	مفاهیم، «گرم و سردکردن برای شروع و خاتمه تمرین»، «انواع تمرین، پایش و ارزیابی آمادگی هوازی، استقامت عضلانی و انعطاف‌پذیری»، «حرکات ساده و پایه برای هماهنگی عصبی-عضلانی»
۱۰	آمادگی جسمانی ۲	«تمرین مقاومتی»، «انواع تمرین، پایش و ارزیابی قدرت عضلانی، استقامت بی‌هوازی، سرعت و چابکی»
۱۱	شنا	«مقررات، ایمنی و بهداشت استخر»، «مهارت‌های آب، شناوری، سرخوردن، کرال سینه، کرال پشت، پای دوچرخه، استارت و برگشت ساده در کرال سینه و پشت»
۱۲	دوومیدانی ۱	«حرکات پایه ABC»، «مهارت‌های استارت، دویدن، تنظیم ریتم دویدن استقامت و نیمه استقامت، تکنیک تعویض چوب در دوهای امدادی، عبور از مانع، پرش طول، پرتاب‌وزنه، پرش ارتفاع»
۱۳	ژیمناستیک ۱	مفاهیم، «تجهیزات و انواع رشته‌ها»، «مهارت‌های غلت، بالانس دودست و سه‌پایه، چرخ‌وفلک، پرش خرک، بارفیکس، پارالل، حرکات زمینی ساده»



محتوا و سرفصل انواع دروس اصلی معرفی شده برای دوره کارشناسی پیوسته علوم ورزشی به شرح جدول ۶-۳۳ است.

جدول ۶-۳۳. سرفصل و محتوای دروس اصلی مقطع کارشناسی پیوسته علوم ورزشی

ردیف	درس	سرفصل‌ها
۱	فیزیولوژی ورزشی	«مفاهیم»، «پاسخ و سازگاری ساختاری و سوخت‌وساز عضلانی به ورزش مقاومتی، هوازی و بی‌هوازی»، «پاسخ و سازگاری کنترل هورمونی و عصبی عملکرد عضلانی در ورزش»، «پاسخ و سازگاری عملکرد قلبی و تنفسی به ورزش» و «پاسخ و سازگاری فیزیولوژیکی در فعالیت‌های ورزشی در هوای گرم»
۲	فعالیت بدنی و تندرستی	مفاهیم، «پیشگیری و بهبود بیماری‌های قلبی و عروقی با ورزش»، «پیشگیری و بهبود چاقی، استرس روانی، دیابت، بیماری تنفسی، اختلالات سالمندی و سرطان با ورزش»
۳	سنجش و اندازه‌گیری	مفاهیم، اندازه‌گیری معیار در علوم ورزشی، مواد قابل اندازه‌گیری، ویژگی ابزار و آزمون، ابزارهای متداول، نحوه اجرا و امتیازدهی در آزمون‌های «آمادگی جسمانی، مهارت‌های ورزشی و امثال آن»، «آزمون نرم»
۴	حرکت‌شناسی	آناتومی عملکردی، حرکت در اندام‌های فوقانی و تحتانی، ستون مهره‌ها، گردن، کمربند لگنی، «عضلات درگیر در حرکات»، «حرکت‌شناسی راه رفتن و دویدن»
۵	آسیب‌شناسی ورزشی	مفاهیم، انواع آسیب‌های «شکستگی، دررفتگی، استخوانی، خون‌مردگی، کبودی، عضلانی، تاندونی، وتری، آرتريت-ها»، «انواع آسیب‌های اندام طرفی، ستون فقرات، کشاله‌ران، اندام تحتانی»، «بافت نرم»، «پیشگیری»
۶	حرکات اصلاحی	مفاهیم «تعادل، مرکز ثقل، خط کشش ثقل، سیستم حسی، کنترل تعادل، حفظ تعادل»، «وضعیت بدنی و تأثیر خط کشش ثقل از مفاصل بدن و تغییرات رشدی»، «ناهنجاری‌های ستون فقرات، اندام طرفی و اندام تحتانی» «ارزیابی ایستا و پویا»، «راه رفتن ناهنجار»، «اصول اولیه برنامه حرکت اصلاحی»
۷	تاریخ تربیت بدنی و ورزش	«انواع تاریخ و کلیات»، «تربیت بدنی در دوران باستان و جدید»، «ریشه ورزش و بازی»، «تاریخچه ورزش و بازی»، «تاریخچه جشنواره‌ها و رویدادهای ورزشی»، «تاریخ تربیت بدنی و ورزش در ایران»
۸	رشد حرکتی	«عوامل مؤثر بر رشد در قبل و بعد از تولد»، «رشد جسمانی در طول عمر»، «رشد حرکات بازتابی و ابتدایی»، «مراحل رشد مهارت‌های بنیادی»، «رشد ادراکی و حرکتی»، «نظریه‌های رشد حرکتی»، «رشد عملکرد حرکتی و حرکات تخصصی»، «رشد حرکتی سالمندی»، «تفاوت جنسیتی در رشد حرکتی»، «برنامه‌ریزی رشد حرکتی»
۹	یادگیری حرکتی	مفاهیم، انواع مهارت‌های حرکتی، مراحل یادگیری حرکتی، انواع سنجش حرکت و پیشرفت اجرا، عوامل مؤثر در اجرا، کمیت و کیفیت تمرین، بازخورد برای یادگیری، انواع تمرین برای یادگیری، اصول یادگیری حرکتی
۱۰	روان‌شناسی ورزشی	«کلیات»، «حیطه‌های مطالعه»، «وظایف و ویژگی‌های روان‌شناسان ورزش»، «سلامت روانی و فعالیت بدنی»، «کاربرد روان‌شناسی برای ورزشکاران، مربیان و داوران»، «شخصیت و ورزش»، «انگیزش در ورزش»، «مهارت‌های روانی»، «خشونت و پرخاشگری در ورزش: ورزشکاران و تماشاچیان»
۱۱	استعدادیابی ورزشی	«مفاهیم و ضرورت»، «ویژگی‌های جسمانی، روانی، عاطفی، ادراکی و شناختی در استعدادیابی»، «عوامل مؤثر در پرورش ورزشکار با استعداد»، «انواع نظام‌های استعدادیابی»، «استعدادیابی در ورزش‌های منتخب»
۱۲	جامعه‌شناسی ورزشی	«نظریه‌ها»، «اجتماع و جامعه‌پذیری در ورزش»، «فرهنگ، سیاست، اقتصاد، جنسیت، خشونت، انحرافات، قومیت، نژاد، رسانه‌ها، اوباشگری و بهداشت در ورزش»
۱۳	تغذیه ورزشی و کنترل وزن	«ساختمان دستگاه گوارش و فرایند هضم و جذب غذا»، «درشت مغذی‌ها و ریزمغذی‌ها»، «کنترل وزن با فعالیت و رژیم غذایی»، «عوامل مؤثر در انرژی دریافتی و مصرفی»، «ارزیابی انرژی مصرفی و دریافتی»، «روش‌های متداول در ارزیابی ترکیب بدن، اضافه‌وزن و چاقی»
۱۴	اصول برنامه‌ریزی آموزش تربیت بدنی	«مفاهیم و کلیات»، «ساخت و ارزیابی برنامه تربیت بدنی»، «آموزش برای دانش‌آموزان»، «الگوهای برنامه‌ریزی»، «رویکرد مهارتی»، «آموزش چالش‌زا در تربیت بدنی»، «آموزش خارج از کلاس»، «آموزش بازی برای یادگیری»، «آموزش ورزش، تجارب ورزشی خلاق»، «مسائل فرهنگی»، «آموزش آمادگی جسمانی»

۱۵	مدیریت اماکن و رویدادهای ورزشی	«تاریخچه اماکن و فضاهای ورزشی»، «مکان یابی برای ساخت»، «ملاحظات محیطی، ساختی و بافتی»، «مراحل اجرایی پروژه‌های ورزشی»، «نگهداری، تعمیر و بهره‌برداری»، «ایمن‌سازی»، «برنامه‌ریزی و سازمان‌دهی رویدادهای ورزشی»، «شیوه‌های اطلاع‌رسانی»، «مقررات رویدادهای ورزشی»، «مدیریت کاروان‌های اعزامی»، «مدیریت بلیت-فروشی»، «جداول مسابقات ورزشی»
۱۶	کارآفرینی و اشتغال ورزشی	«مفاهیم»، «نظریه‌ها»، «موانع و انگیزه‌ها»، «ویژگی‌های کارآفرینان ورزشی»، «کارآفرینان سازمان‌ها و بازارهای ورزشی»، «اهداف کسب‌وکارها در ورزش»، «فنون کارآفرینی»، «انواع مشاغل ورزشی»، «بازار کار و استخدام در ورزش از نگاه ملی و بین‌المللی»
۱۷	بیومکانیک ورزشی	«بیومکانیک و کاربرد آن در ورزش»، «ابزارها و روش‌های رایج در بیومکانیک»، «جنبه‌های کینماتیک دو بعدی»، «پارامترهای بیومکانیکی اندام‌های بدن»، «نیرو و اندازه‌گیری آن در مفاصل»، «تجزیه و تحلیل راه رفتن»، «عملکرد عضلانی و الکترومیوگرافی»، «خواص مکانیکی بافت‌های بیولوژیکی»
۱۸	اصول و روش-شناسی تمرین	«مفاهیم و اهداف تمرین»، «سیستم‌های مختلف طبقه‌بندی ورزش‌ها»، «متغیرهای تمرینی و چگونگی اندازه‌گیری و ثبت آن‌ها»، «توانایی‌های زیست حرکتی و اهمیت آن‌ها در ورزش‌های مختلف»، «روش‌های تمرین هوازی، بی-هوازی و مقاومتی، سرعتی، چابکی، چالاکي، انعطاف‌پذیری»، «طراحی یک جلسه و یک دوره تمرین»
۱۹	مدیریت اوقات فراغت و ورزش‌های تفریحی	«تعاریف اوقات فراغت، تفریح، بازی، مسابقه، ورزش و کار»، «ارتباط بین اوقات فراغت، تفریح و ورزش»، «هرم مدیریت ورزش و بخش‌های پنج‌گانه ورزش‌های تفریحی»، «تفریحات فعال و ماجراجویانه در فضاهای آزاد»، «تاریخچه، نظریه‌ها و اهمیت فردی و اجتماعی»، «صنعت و مدیریت اوقات فراغت»، «سازمان‌های مرتبط با اوقات فراغت و ورزش‌های تفریحی: دولتی، خصوصی و عمومی»
۲۰	دوومیدانی ۲	مهارت‌های «پرش سه‌گام، پر تاب دیسک، پر تاب وزنه، پرش طول، پر تاب نیزه، پر تاب چکش»
۲۱	ژیمناستیک ۲	مهارت‌های «پشتک، نیم پشتک، وارو، نیم‌وارو»، «تاب‌های مقدماتی و برنامه ساده روی اسباب‌بازی پسران»، «ژیمناستیک هنری و حرکات مقدماتی روی چوب موازنه/ برای دختران»
۲۲	شنا ۲	«مرور مهارت‌های پایه»، «مهارت‌های شناهای قورباغه، پروانه، برگشت ساده در قورباغه و پروانه»، «مقررات»
۲۳	فوتبال/فوتسال ۱	«مهارت‌های مقدماتی: روپایی، روی سر و...»، «مهارت‌های پاس ساده، کنترل ساده توپ، حمل توپ، دریبل ساده، ضربه کوتاه و بلند، شوت ساده، دروازه‌بانی»، «مهارت‌های پایه در قالب بازی»
۲۴	والیبال ۱	«تمرینات آشنایی با توپ»، «مهارت‌های پنجه، ساعد، جاگیری، پاس، آبشار، سرویس»، «مقررات»
۲۵	بسکتبال ۱	«تمرینات آشنایی با توپ»، «مهارت‌های کار با توپ، پاس، دریبل، شوت ثابت، لی‌آب، جاگیری، دفاع و حمله»، «مقررات»
۲۶	هندبال ۱	«تمرینات آشنایی با توپ»، «مهارت‌های کار با توپ، پاس، دریبل، شوت، دفاع و حمله»
۲۷	تنیس روی میز ۱	«مهارت‌های گرفتن راکت، حرکات مقدماتی بازی با توپ و راکت، سرویس»، «فورهند و بک‌هند ساده با لوپ و پیچ زیرورو»، «ضربات مرزی یا دراپ‌شات»، «مقررات»
۲۸	بدمینتون ۱	«تاریخچه و تجهیزات»، «مهارت‌های نحوه گرفتن راکت، ضربه ساده به توپ، ضربه تاس، سرویس، ضربه دراپو، ضربه دراپ»، «انواع حرکت در زمین»، «مقررات»
۲۹	کشتی ۱	«تاریخچه و مقررات»، «مهارت‌های گارد، زیرگیری، پیش‌انداز، میانکوب، لنگ، دست‌تو، بارانداز درخاک، فتیله‌پیچ، فن کمر، کنده یک‌چاک»
۳۰	فعالیت موزون ۱	«انواع ایروبیک»، «ضرب‌آهنگ در فعالیت موزون»، «انواع حرکات گام»، «طراحی حرکتی»، «انواع ایروبیک ژیمناستیک»
۳۱	ورزش‌ها و بازی‌های بومی و سنتی	بازی‌ها و ورزش‌های بومی و محلی استان «مازندران، گیلان، خراسان، کرمانشاه، سیستان و بلوچستان، خوزستان، لرستان، تهران، آذربایجان شرقی و غربی و سایر مناطق کشور»
۳۲	ورزش‌های رزمی	تاریخچه، قوانین و مهارت‌های اصلی یکی از رشته‌های هنرهای رزمی

۳۳	ورزش‌های جسمی-ذهنی	یکی از دروس پيلاتس، یوگا یا امثال آن بر اساس جدول دروس انتخابی
۳۴	ورزش‌های آبی	یکی از دروس واترپلو، نجات‌غریق و امثال آن بر اساس جدول دروس انتخابی
۳۵	کارورزی ورزش‌های پایه	«اصول و مبانی آموزش دروس عملی»، «روش‌های کلاس‌داری و تدریس»، «چگونگی نوشتن طرح درس»، «نوشتن و اجرای طرح درس ۶ جلسه‌ای برای دوومیدانی، شنا و ژیمناستیک»
۳۶	کارورزی ورزش‌های انفرادی	«چگونگی نوشتن طرح درس و برنامه تمرین انفرادی»، «نوشتن و اجرای ۶ جلسه طرح درس در سه واحد درسی ورزشی شامل واحد تربیت‌بدنی عمومی و جلسات تمرینی تیم‌های ورزشی دانشگاه: مجموعاً ۱۸ جلسه»
۳۷	کارورزی ورزش‌های گروهی	نوشتن و اجرای ۶ جلسه طرح درس در سه واحد درسی ورزشی شامل واحد ورزش گروهی دانشجویان غیرعلوم ورزشی و جلسات تمرینی تیم‌های ورزشی دانشگاه: مجموعاً ۱۸ جلسه»

محتوا و سرفصل انواع دروس انتخابی معرفی شده برای دوره کارشناسی پیوسته علوم ورزشی به شرح جدول ۶-۳۴ است.

جدول ۶-۳۴. سرفصل و محتوای دروس انتخابی مقطع کارشناسی پیوسته علوم ورزشی

ردیف	درس	سرفصل‌ها
۱	فعالیت رسانه‌ای در ورزش	«اهمیت نقش رسانه‌ای در ورزش»، «ورزش‌های رسانه‌ای»، «رسانه‌های ورزشی»، «گزارش‌نویسی و خبرنگاری ورزشی»، «اصول اجرا در برنامه‌های ورزشی»، «حقوق و اخلاق رسانه»، «نقش رسانه‌ها در توسعه ورزش»، «نحوه سیاست‌گذاری در رسانه‌ها»
۲	بازاریابی ورزشی	«مفاهیم»، «فرایند برنامه‌ریزی بازاریابی ورزشی»، «آمیخته بازاریابی»، «مدل‌های بازاریابی ورزش»، «انواع بازاریابی»، «نظریه‌ها»، «بازاریابی ورزشی در سازمان‌های دولتی و خصوصی ورزشی»
۳	تربیت‌بدنی در مدارس	«مبانی و اهداف برنامه‌ریزی»، «گذشته، حال و آینده»، «رویکردهای ملی و بین‌المللی»، «مدل‌ها و الگوهای تدریس»، «فرایندهای طراحی برنامه»، «شناخت یادگیرنده»، «سازمان‌دهی کلاس»، «اجرای برنامه در پیش‌دبستانی، دبستان، متوسطه»، «ارزشیابی درس تربیت‌بدنی در مقاطع مختلف»، «اصول ایمنی» و «ملاحظات اخلاقی»
۴	اصول و روش مربیگری	«فلسفه و اهداف مربیگری»، «سبک‌های مربیگری»، «اخلاق»، «مربیگری در گروه‌های سنی»، «مهارت‌ها»، «ایجاد انگیزه»، «ارتباط مؤثر»، «ورزش انفرادی و تیمی»، «مدیریت خطر»
۵	ورزش معلولین	«تعریف معلولیت و دسته‌بندی معلولان»، «علل بروز معلولیت و اهمیت ورزش برای معلولین»، «تاریخچه»، «اصول پزشکی»، «اهداف عمومی و اختصاصی»، «کلاس‌بندی معلولان بینایی، فلج مغزی، نقص عضو، قطع عضو، نخاعی، ذهنی و روانی»
۶	اصول و فنون مشاوره و راهنمایی در ورزش	«شناخت ورزشکار»، «فلسفه و تاریخ راهنمایی و مشاوره در ورزش»، «نقش مشاوره و راهنمایی در ورزش»، «تعریف و اصول راهنمایی ورزشی»، «اهداف راهنمایی در ورزش»، «خدمات و انواع راهنمایی: رشد فردی، شغلی، رویکرد گروهی»، «تعریف مشاوره ورزشی»، «تفاوت راهنمایی با مشاوره»، «انواع مشاوره ورزشی: فردی، گروهی، شغلی، خانوادگی»
۷	مدیریت سازمان‌های ورزشی	«مفاهیم مدیریت و سازمان»، «سازمان‌های ورزشی داخلی و بین‌المللی»، «ویژگی‌های سازمان‌های ورزشی موفق»، «برنامه‌ریزی در سازمان‌های ورزشی»، «فرایند کنترل، مدیریت بودجه و امور مالی در ورزش»، «مدیریت جلسات، شوراهای منابع انسانی در ورزش»، «انواع سازمان‌های ورزشی و نمودار سازمانی»، «نحوه اعزام»
۸	فیزیولوژی تمرین	«اصول فیزیولوژی تمرین»، «فیزیولوژی فعالیت‌های گرم‌کردن، سردکردن، استقامت‌هوازی، قدرتی، توانی-سرعتی، انعطاف‌پذیری و ریکاوری»

۹	تحلیل تدریس تربیت بدنی	«مفاهیم و اهداف»، «تحلیل غیررسمی در تربیت بدنی»، «تحلیل رفتار دانش آموز و معلم»، «تحلیل داده‌های پیشرفت دانش آموز»، «تحلیل تعامل معلم و دانش آموز»، «تحلیل روش خودآموزی»، «تحلیل تربیت بدنی توسط دانش آموزان»، «ارزیابی تطابق بین طرح‌ها و واقعیت‌ها»، «ارزیابی صلاحیت معلم از نظر دانش آموز»
۱۰	آنترپومتری حرکتی	«ترکیب بدنی، تناسب و رشد»، «سلامتی و عملکرد»، «نشانه‌های اختصاصی آنترپومتریک و تعریف اندازه‌گیری»، «جنبه‌های گونیا متری حرکت»، «ارزیابی پوسچر»، «انعطاف پذیری»، «ارزیابی فعالیت‌ها و عملکرد جسمانی»، «روش‌های میدانی ارزیابی فعالیت‌های جسمانی و تعادل انرژی»، «آنترپومتری و تصویر بدنی»، «روش‌های ایستا در کین-آنترپومتری و فیزیولوژی تمرین»
۱۱	روش تحقیق در علوم ورزشی	«مفاهیم بنیادی و دسته‌بندی‌ها»، «طرح‌ریزی تحقیق»، «روش‌های تحقیق»، «اجزا و فرایند تحقیق»، «نمونه‌گیری»، «جمع‌آوری و تجزیه و تحلیل داده‌ها»، «ساختار گزارش نویسی تحقیقات»، «شیوه‌های انتشار نتایج تحقیق»، «مسائل اخلاقی در تحقیق»
۱۲	حقوق و اخلاق در ورزش	«آشنایی با سازمان‌های حقوقی در ورزش»، «قوانین فنی حاکم بر ورزش‌های ملی و بین‌المللی»، «مبانی حق مالکیت فکری در ورزش»، «مسئولیت‌های حقوقی ورزشکاران، داوران، مربیان، مدیران و مربیان»، «مسئولیت‌های کیفری در ورزش»، «مسائل حقوقی ایمنی محیط و تجهیزات ورزشی»، «قواعد عمومی قراردادهای ورزشی»، «فساد در ورزش و انواع آن»، «اخلاق فردی و مسئولیت سازمانی در ورزش»، «اخلاق حرفه‌ای و مسئولیت اجتماعی در امور ورزش»، «دوپینگ از منظر حقوق ورزش»
۱۳	متون خارجی در مبانی علوم زیستی ورزش	واژه‌ها و متون تخصصی زبان انگلیسی در حیطه «فیزیولوژی ورزش، حرکات اصلاحی و درمانی، آسیب‌شناسی ورزشی، علوم تندرستی و بهداشتی، بیومکانیک ورزشی، رشد حرکتی، یادگیری و کنترل حرکتی»
۱۴	متون خارجی در مبانی علوم انسانی ورزش	تلفظ، معنا، ترجمه اصطلاحات و متون متداول در «اصول و فلسفه تربیت بدنی و ورزش، جامعه‌شناسی ورزش، مدیریت رویدادهای ورزشی، رسانه‌های ورزشی، روان‌شناسی ورزشی، بازاریابی ورزشی، حقوق ورزشی»
۱۵	فیزیولوژی ورزشی برای کودکان	«تعادل فیزیولوژیکی بین عوامل رشدی و بلوغ با آمادگی جسمانی»، «ویژگی‌های سوخت‌وسازی»، «توسعه توان هوازی»، «پاسخ و سازگاری قلبی-تنفسی به ورزش»، «توسعه توان و آمادگی بی‌هوازی»، «پاسخ و سازگاری تمرین مقاومتی»، «تنظیم حرارت در ورزش»، «تکامل سیستم عصبی و حرکتی»
۱۶	آزمایشگاه در علوم ورزشی	«اهداف و قوانین»، «آزمون‌های: دینامومتری، توان افقی، توان عمودی، توان هوازی، ضربان قلب، فشارخون، حجم ریوی، دامنه حرکتی، ترکیب بدنی، تعادل ایستا و پویا، توانایی ادراکی-حرکتی، ناهنجاری‌های قامتی»
۱۷	اختلالات رشد و یادگیری و ورزش	«مفاهیم»، «شیوع و سبب‌شناسی و طبقه‌بندی اختلالات و رفتار ناهنجار»، «نظریه‌ها»، «نشانه‌شناسی»، «دشواری‌های حرکتی در کودکان و نوجوانان»، «اختلالات بالینی، حرکتی، درخودمانده، غیرارادی و کنترل قامت»، «عصب روان‌شناختی ناتوانی‌های یادگیری حرکتی»، «نقص‌های فرایندی»، «آزمون‌ها»، «مداخله مثبت»
۱۸	فناوری در ورزش	«برنامه‌ریزی و توسعه فناوری»، «تأثیر علم و فناوری بر عملکرد ورزشکاران و سازمان‌ها»، «نظریه‌ها، کاربردها، خطرات و اخلاق»، «نرم‌افزارها و فناوری‌های نوین در ورزش»
۱۹	بیومکانیک آسیب ورزشی	«مفاهیم بیومکانیک آسیب بدنی»، «مکانیک مواد»، «ساختمان استخوان و ویژگی‌های بیومکانیکی آن»، «مکانیک مفصل و عضله»، «بیومکانیک تنه، اندام فوقانی و اندام تحتانی»
۲۰	اصول برنامه‌نویسی کامپیوتری در ورزش	«ساختار کامپیوتر و کاربرد آن»، «الگوریتم به‌عنوان روند منطقی برخورد با مسائل و یافتن راه‌حل»، «فلوچارت برای حل مسائل ساده»، «محیط برنامه‌نویسی، متغیرها و عبارات ساده»، «شکل‌های مختلف ورودی داده‌ها و خروجی اطلاعات»، «پیاپی‌سازی تصمیمات شرطی»، «پیاپی‌سازی حلقه‌های تکرار»، «توابع و نحوه نوشتن توابع دلخواه»، «نمونه‌های کاربردی برای حل مسائل ورزشی»
۲۱	فعالیت موزون ۱ پسران	«انواع ایروبیک»، «ضرب‌آهنگ در فعالیت موزون»، «اجرا و آموزش انواع حرکات گام»، «چگونگی طراحی حرکتی در فعالیت موزون»، «مبانی و انواع ایروبیک ژیمناستیک»

۲۲	فوتبال/فوتسال ۲	«مهارت‌های مقدماتی ترکیبی: رویایی، روی سر، روی زانو و...»، «فنون پیشرفته پاس با سروسینه»، «فنون پیشرفته دریبل، کنترل توپ و شوت» و «سیستم‌های بازی»
۲۳	فوتبال/فوتسال تخصصی	«تقویت دریبل، پاس و ضربه»، «تاکتیک‌های پیشرفته دفاع و حمله»، «تمرین دروازه‌بانی و ضربات ایستگاهی در وضعیت‌های مختلف»، «اصول بازی خوانی و تحلیل بازی»
۲۴	والیبال ۲	«مهارت‌های انواع پاس روی تور، آبشار سرعتی، سرویس موجی، آرایش در دریافت سرویس، جاگیری و توپ‌گیری، سیستم‌های دفاع و حمله»
۲۵	والیبال تخصصی	«مهارت‌های فنون پیشرفته سرویس پرشی، آبشار از عقب زمین، شیرجه»، «تمرینات ترکیبی حمله»، «پوشش مدافعين روی تور و دریافت توپ‌های برگشتی»، «طراحی برنامه یک جلسه و یک فصل»، «تحلیل بازی»
۲۶	بسکتبال ۲	«مهارت‌های فنون گول زدن، پرش‌ها، تغییر مسیرها، سد و چرخش، پاس، شوت، دریبل، دفاع من‌تومن»، «تاکتیک‌های دفاع منطقه‌ای، حمله تیم، ضد حمله، بازی سه نفره و دونفره»، «اعلام داور»
۲۷	بسکتبال تخصصی	«مهارت‌های پیشرفته در پاس، شوت و دریبل»، «اصول بازی پیشرفته دو و سه نفره: انواع پاس، سد کردن، چرخش و...»، «حمله و دفاع نامتقارن»، «انواع آرایش دفاع و حمله تیمی»، «اصول مربیگری و تحلیل بازی»
۲۸	هندبال ۲	«سیستم‌های دفاع ترکیبی، حمله گروهی»، «انواع روش‌های حمله به دفاع، پرتاب آزاد و دروازه‌بانی»
۲۹	هندبال تخصصی	«نیازسنجی فیزیولوژیکی و زیست حرکتی»، «تمرینات پرفشار برای مهارت‌های پایه و دروازه‌بانی»، «تمرینات ترکیبی برای توسعه سرعت و توان»، «انواع سیستم‌های دفاع ترکیبی» و «بازی خوانی و مربیگری در هندبال»
۳۰	تنیس روی میز ۲	«مهارت‌های ضربات کات‌دار با جلوی راکت و پشت راکت، دفاع در برابر آبشار، انواع ضربه، سرویس، برگرداندن سرویس»، «تاکتیک‌های متداول» و «برگزاری مسابقات تنیس روی میز»
۳۱	تنیس روی میز تخصصی	«تمرینات ترکیبی برای انواع ضربه‌ها، تاکتیک‌های دفاعی و حمله»، «روش‌های بازی خوانی و تحلیل مسابقه»، «مربیگری تنیس روی میز»
۳۲	بدمیتون ۲	«مهارت‌های سرویس پشت راکت کوتاه و تیز، نحوه ایستادن و حرکت در جهات مختلف، ضربه دراب کج، ضربه اسمش، انواع حرکت و ضربات کلیدی»، «قوانین و مقررات در انواع بازی»
۳۳	بدمیتون تخصصی	«تمرینات ترکیبی تک‌به‌تک برای ضربات تاس، دراب و آندره‌ند دراب، اسمش و تاکتیک دفاع و حمله»، «تمرینات ترکیبی دوه‌تک برای ضربات اسمش، آندره‌ند و آندره‌ند دراب»، «تمرینات ترکیبی سه‌به‌تک برای تاکتیک دفاعی با ضربات نت و آندر هند»، «تحلیل بازی»
۳۴	کشتی ۲ پسران	«مهارت‌های خیمه، کنده، سگک، رودست بالادست، کول‌انداز، پیچ‌پیچک، سالتو»، «بدل‌کاری»، «برگزاری مسابقه»
۳۵	فعالیت موزون ۲	«مهارت‌های ۴ ضربه و ۸ ضربه ثابت و متغیر»، «زنجیره‌های حرکتی پیشرفته»، «قوانین و مقررات ایروبیک ژیمناستیک»، «بلوک‌سازی و برنامه‌سازی در ایروبیک ژیمناستیک»، «هماهنگی موزیک با برنامه در ایروبیک ژیمناستیک»، «مهارت‌های ساده از هر گروه حرکتی A, B, C و D»
۳۶	کار با دستگاه‌های ورزشی	«تمرین با دستگاه‌های انواع تمرین مقاومتی ساده، اسمیت، هیدرولیکی و مقاومت متغیر»، «تمرین با دستگاه‌های ایزوکتیک، اسکی فضایی، انواع نوارگردان، چرخ کارسنج و دیگر موارد مشابه»
۳۷	ژیمناستیک تخصصی	«مهارت‌های زمینی نیمه پیشرفته: انواع غلت، پشتک، نیم پشتک، وارو و نیم‌وارو»، «برنامه‌های ساده روی پارالل، بارفیکس، دارحلقه، چوب موازنه، خوک، خرک حلقه»، «سیستم امتیازگذاری روی حرکات»
۳۸	شنا تخصصی	«مهارت ۴ شنا، استارت، برگشت سالتو»، «انواع برنامه تمرین تداومی، تناوبی، هیپوکسی»، «برگزاری مسابقه»
۳۹	کشتی تخصصی	«تاکتیک‌های حمله، دفاع و مدیریت مسابقه»، «تحلیل مسابقه»، «بدن‌سازی تخصصی»، «طراحی برنامه تمرین یک جلسه و یک فصل»، «آزمون‌های تخصصی در کشتی»، «ملاحظات کنترل وزن»
۴۰	دوومیدانی تخصصی	«مهارت‌های پرش بانیزه، پیاده‌روی، چرخش در پرتاب وزنه»، «تمرینات مواد ترکیبی هفتگانه در دختران و ده‌گانه در پسران»
۴۱	جو دو	«تاریخچه و مقررات»، «انواع گارد و استقرار»، «فنون پایه»
۴۲	کاراته	«تاریخچه و مقررات و سبک‌ها»، «مهارت‌های دست‌وپا، روش‌های حمله، دفاع و مبارزه»، «نمایش یا کاتا»

۴۳	تکواندو	«تاریخچه، مقررات»، «فنون اصلی، دفاع در ضربات پا، فنون حمله، دفاع و مبارزه»
۴۴	موی‌تای	«تاریخچه، مقررات، تجهیزات»، «فنون ضربات و دفاع با دست‌وپا، فنون حمله، دفاع و مبارزه»
۴۵	ووشو	«تاریخچه، مقررات، سبک‌های تالو و سان‌شو»، «فنون دست‌وپا و انواع فنون در دو سبک مورد اشاره»
۴۶	پيلاتس	«تاریخچه، کاربرد سلامتی، آمادگی و بیماری»، «حرکات تعادلی، کنترلی، قدرتی، کنترولوژی هماهنگی جسم با ذهن و روح»، «طراحی برنامه‌های پيلاتس با اهداف مختلف»
۴۷	یوگا	«تاریخچه، اهمیت، انواع»، «انواع روش‌های کنترل ذهن یا مراقبه»، «حرکات یوگا»، «کنترولوژی یا هماهنگی جسم با ذهن و روح»، «طراحی برنامه‌های یوگا با اهداف مختلف»
۴۸	تای‌چی	«تاریخچه، اهمیت و انواع»، «حرکات تای‌چی»، «کنترولوژی یا هماهنگی جسم با ذهن و روح»، «طراحی برنامه‌های تای‌چی با اهداف مختلف»
۴۹	واترپلو	«حرکات مقدماتی و شناوری، حمل توپ، انواع پاس، انواع دریافت، انواع شوت، دروازه‌بانی»، «سیستم‌های دفاع و حمله»، «مقررات»
۵۰	نجات غریق	«تاریخچه، تجهیزات، قوانین»، «شنای پشت، پهلو و قوس‌زدن در عمق»، «حمل شناگر خسته»، «روش‌های ورود به آب و نزدیک شدن به غریق»، «روش‌های حمل غریق و بیرون آوردن از آب»، «روش حیات‌بخشی»
۵۱	قایقرانی	«تاریخچه، مقررات، انواع رشته و تجهیزات»، «تقویت توانمندی‌های لازم»، «فنون پایه، مسیر پارو و ضربه»
۵۲	شیرجه	«تاریخچه، انواع شیرجه، تجهیزات، مقررات، اصول ایمنی»، «حرکات مقدماتی خارج از آب، ورود با پا یا سر به آب»، «شیرجه ساده، با پیچ، پشتک، فرشته»
۵۳	تیس	«تاریخچه، تجهیزات و مقررات»، «نحوه گرفتن راکت، چگونگی استقرار، ضربه‌های فوره‌ند و بک‌هند و پیچشی و تیز، سرویس ساده»
۵۴	کوهنوردی	«اصول، تجهیزات، انواع کوهنوردی، اصول ایمنی، کمک‌های اولیه»، «فنون گام‌برداری در کوهستان، حرکت در جنگل، رودخانه و غار»، «اصول هدایت و سرپرستی گروه کوهنوردی»
۵۵	اسکی	«تاریخچه، تجهیزات، اصول ایمنی و مقررات»، «اصول استقرار، حفظ تعادل، حرکات مقدماتی راه‌رفتن، حرکت مستقیم و پیچ ساده با چوب اسکی»
۵۶	تیر و کمان	«تاریخچه، انواع رشته، تجهیزات، اصول ایمنی و مقررات»، «نحوه استقرار بدن و نگهداری کمان»، «انتخاب کمان با توجه به وضعیت نیروی فرد»، «چگونگی رها کردن تیر»، «تیراندازی در شته ریکرو و کامپوند»
۵۷	تیراندازی	«تاریخچه، تجهیزات، انواع رشته، مقررات و اصول ایمنی»، «انواع حالت‌گیری ایستاده، به‌زانو، درازکش با تفنگ و تپانچه»، «مراحل مختلف تیراندازی بدون شلیک و با شلیک»
۵۸	اسکیت	«تاریخچه، انواع رشته، تجهیزات، وضعیت آمادگی و اصول ایمنی»، «حرکات آشناسازی، حرکات خطی به جلو و عقب، حرکات هماهنگی و تعادلی، حرکات زیک‌زاک، حرکات چرخشی و ترکیبی»
۵۹	کراس‌فیت	«تاریخچه و تجهیزات»، «انواع تمرینات»، «طراحی برنامه‌های ترکیبی قدرتی، سرعتی و استقامتی به‌صورت مداری بین ۴ تا ۱۰ ایستگاه»، «طراحی برنامه‌های کراس‌فیت متداول: باربارا، مورف و جکی»
۶۰	ورزش‌های تفریحی آبی	«انواع و اهمیت»، «مهارت‌های قایقرانی تفریحی پارویی، پدالی و موتوری»، «فنون ماهیگیری، اسکی روی آب، جت-اسکی، موج‌سواری و غواصی»
۶۱	دوچرخه‌سواری	«تاریخچه، تجهیزات، انواع رشته، مقررات»، «انواع: انفرادی، تایم‌تریل، چندمرحله‌ای»، «استقرار روی دوچرخه و راندن مستقیم، راندن دوچرخه در پیچ‌ها، استارت، توقف و مسابقات جاده»
۶۲	هاکی	«تاریخچه، تجهیزات، مقررات، انواع رشته»، «اصول استقرار، جاگیری، حرکات مقدماتی با چوب و توپ، انواع ضربه، حمل توپ، دریبل، دروازه‌بانی، سیستم‌های دفاع و حمله»
۶۳	وزنه‌برداری	«تاریخچه، تجهیزات، اصول ایمنی و مقررات»، «حرکات دوضرب و یک‌ضرب»، «تمرینات تقویتی»
۶۴	شطرنج	«تاریخچه، تجهیزات و مقررات»، «حرکت مهره‌ها، انواع مسابقه، ثبت حرکت، روش‌های شروع، حمله و دفاع»
۶۵	سبک‌تاکرا	«تاریخچه، تجهیزات و مقررات»، «انواع: ساحلی، دبل‌راگا، تیمی، هوپ‌تکرا»، «انواع ضربات و تاکتیک‌ها»

«تاریخچه و مقررات»، «حرکات مقدماتی هماهنگی و تعادلی، حرکات پایه» و «طراحی برنامه»	باله	۶۶
«تاریخچه و مقررات»، «نفس‌گیری و اجرای آهنگ کبدی»، «حرکات پایه و فنون حمله و دفاع»	کبدی	۶۷
«تاریخچه، تجهیزات و مقررات»، «انواع: فلوره، ایه و سابو»، «فنون ضربه، حمله و دفاع ساده و مرکب»	شمشیربازی	۶۸
«تاریخچه و مقررات مربوط به فوتبال ساحلی، والیبال ساحلی، هندبال ساحلی و کبدی ساحلی»	ورزش‌های ساحلی	۶۹
«تاریخچه، تجهیزات و مقررات»، «گرفتن راکت و استقرار در زمین»، «انواع ضربه‌های فوروارد، بک‌هند، والی، تراپ، لاب»، «انواع سرویس» و «انواع ضربات دیواری»	اسکواش	۷۰
«تاریخچه و اهداف»، «انواع تمرین آمادگی، درمانی و توان‌بخشی»، «حرکات در کم‌عمق و عمیق»	تمرین در آب	۷۱
«تاریخچه و ضرورت»، «فنون پایه و انواع روش بیداری عضله، بازسازی یا ریکاوری یا اختصاصی ورزش‌ها»	ماساژ ورزشی	۷۲
«تاریخچه، تجهیزات، اصول ایمنی، انواع رشته و مقررات»، «اصول پایه در اسب‌سواری»، «حرکات مقدماتی: سوارشدن، استقرار، شروع، توقف و پیاده شدن»، «حرکات ساده با اسب: روبه جلو، عقب و چرخشی»	اسب‌سواری	۷۳
«تاریخچه، تجهیزات، مقررات»، «نحوه استقرار، نحوه گرفتن چوب گلف، حرکات مقدماتی، ضربات کوتاه و بلند و هدف‌گزینی»	گلف	۷۴
«تاریخچه، تجهیزات و مقررات»، «استقرار در زمین، گرفتن چوب یا بت و زدن ضربه با آن، پرتاب توپ توسط پیجر، حرکت بازیکنان و تاکتیک‌های مسابقه»	سافتبال	۷۵
«تاریخچه، تجهیزات و مقررات»، «استقرار در زمین، گرفتن چوب یا بت و زدن ضربه با آن، پرتاب توپ توسط پیجر، حرکت بازیکنان و تاکتیک‌های مسابقه»	بیس‌بال	۷۶
«تاریخچه، تجهیزات، مقررات و اصول ایمنی»، «انواع رشته»، «آشناسازی و حرکات مقدماتی و پایه»	سنگ‌نوردی	۷۷
«تاریخچه، تجهیزات و مقررات ورزش موردنظر»، «مهارت‌های پایه در ورزش موردنظر»	ورزش‌های نوین	۷۸
«تاریخچه، مقررات و اصول ایمنی»، «حرکات مقدماتی و رقص پا، انواع ضربات دست، گارد، دفاع و مبارزه»	بوکس	۷۹

برخی از مهم‌ترین دانشکده‌های تربیت‌بدنی برگزارکننده دوره کارشناسی علوم ورزشی در جدول ۶-۳۵ معرفی شده

است.

جدول ۶-۳۵. انواع مقاطع رشته تربیت بدنی در دانشگاه‌های سراسری دولتی کشور

ردیف	نام دانشگاه	ردیف	نام دانشگاه
۱	تهران	۱۴	صنعتی امیرکبیر
۲	خوارزمی	۱۵	گیلان
۳	تربیت مدرس	۱۶	حکیم سبزواری
۴	شهید بهشتی	۱۷	شهید رجایی
۵	علامه طباطبائی	۱۸	الزهرا (دختران)
۶	رازی کرمانشاه	۱۹	ارومیه
۷	سندج	۲۰	تبریز
۸	چمران اهواز	۲۱	صنعتی شاهرود
۹	باهنر کرمان	۲۲	پوعلی سینای همدان
۱۰	فردوسی مشهد	۲۳	دانشگاه پیام‌نور (مراکز مختلف)
۱۱	اصفهان	۲۴	دانشگاه آزاد اسلامی (مراکز مختلف)
۱۲	بیرجند	۲۵	دانشگاه‌های غیرانتفاعی (مراکز مختلف)
۱۳	مازندران		

## ۶-۱۰. رشته‌های کارشناسی ارشد تربیت بدنی و علوم ورزشی در دانشگاه‌های ایران

بر اساس دفترچه ثبت نام کنکور کارشناسی ارشد سال ۱۳۹۸، در رشته «علوم ورزشی» یا «تربیت بدنی» در گرایش‌هایی به شرح جدول ۶-۳۶ در دانشگاه‌های مختلف کشور، دانشجو پذیرفته می‌شود. داوطلبان گرایش‌های مختلف این رشته باید در آزمون کارشناسی ارشد مجموعه علوم ورزشی شرکت و با توجه به ضرایب دروس امتحانی کنکور کارشناسی ارشد علوم ورزشی، خود را برای آزمون آماده کنند. هر یک از گرایش‌ها در هر مواد آزمون دارای ضریب اختصاصی هستند و رتبه داوطلب برای هر یک از گرایش‌ها با توجه به این ضرایب تعیین می‌شود. پس از اعلام نتایج اولیه در سایت سازمان سنجش، داوطلبان فرصت دارند با توجه به اطلاعات درج شده در کارنامه اولیه آزمون کارشناسی ارشد و نیز بر اساس ظرفیت پذیرش هر یک از دانشگاه‌ها، نسبت به انتخاب رشته آزمون کارشناسی ارشد اقدام کنند.

جدول ۶-۳۶. انواع رشته و گرایش‌های مقطع کارشناسی ارشد علوم ورزشی

ردیف	رشته	گرایش‌ها
۱	مدیریت ورزشی	۱) مدیریت بازاریابی در ورزش
		۲) مدیریت اماکن و تأسیسات ورزشی
		۳) مدیریت اوقات فراغت و ورزش‌های تفریحی
		۴) مدیریت رسانه‌های ورزشی
		۵) مدیریت راهبردی در سازمان‌های ورزشی
		۶) مدیریت رویدادهای ورزشی
۲	فیزیولوژی ورزشی	۱) فیزیولوژی فعالیت بدنی و تندرستی
		۲) فیزیولوژی ورزشی کاربردی



۳	فیزیولوژی فعالیت ورزشی محض	۳	رفتار حرکتی
۴	فیزیولوژی فعالیت ورزشی بالینی		
۵	تغذیه ورزش		
۱	رشد حرکتی		
۲	یادگیری و کنترل حرکتی		
۳	آموزش تربیت بدنی	۴	آسیب شناسی ورزشی و حرکات اصلاحی
۱	حرکات اصلاحی		
۲	امدادگر ورزشی		
۳	تربیت بدنی ویژه	۵	بیومکانیک ورزشی
	بیومکانیک ورزشی		

دانشگاه‌های پذیرنده و ظرفیت پذیرش در هر یک از گرایش‌های کارشناسی ارشد رشته علوم ورزشی متفاوت است که در دفترچه انتخاب رشته آزمون کارشناسی ارشد سراسری اعلام می‌شود. با توجه به رویکردهای تخصصی رشته و گرایش‌ها در این مقطع، هر یک از گرایش‌ها، دروس مربوطه و سرفصل‌های آن در فصول آتی معرفی خواهند شد.

آزمون «کارشناسی ارشد تربیت بدنی با گرایش‌های مختلف» در کنکور سراسری بر اساس دروس امتحانی به شرح جدول ۶-۳۷ است که در هر گرایش ضریب خاص خود را دارند.

جدول ۶-۳۷. دروس امتحانی آزمون سراسری کارشناسی ارشد تربیت بدنی با گرایش‌های مختلف

ردیف	درس امتحانی	ردیف	درس امتحانی
۱	زبان عمومی و تخصصی (انگلیسی)	۵	رشد و یادگیری حرکتی
۲	فیزیولوژی و تغذیه ورزش	۶	حرکات اصلاحی و آسیب شناسی ورزشی
۳	آمار، سنجش و اندازه‌گیری در تربیت بدنی	۷	مدیریت سازمان‌ها و مسابقات ورزشی
۴	حرکت شناسی و بیومکانیک ورزشی		

ضریب هر درس برای هر رشته و گرایش آن در جدول ۶-۳۸ ارائه شده است.

جدول ۶-۳۸. ضریب هر درس برای رشته‌ها و گرایش‌ها و منابع امتحانی کارشناسی ارشد تربیت بدنی و علوم ورزشی

رشته	گرایش	کد ضریب	ضرایب دروس امتحانی به ترتیب دروس (از راست به چپ)						
			۷	۶	۵	۴	۳	۲	۱
۱) فیزیولوژی ورزشی	۱) فیزیولوژی فعالیت بدنی و تندرستی	۲							
	۲) فیزیولوژی ورزشی کاربردی								
	۳) فیزیولوژی فعالیت ورزشی محض		۱	۱	۱	۱	۲	۴	۲
	۴) فیزیولوژی فعالیت ورزشی بالینی								
	۵) تغذیه ورزش								
۲) بیومکانیک ورزشی	-	۳	۱	۱	۱	۴	۲	۱	۲
۳) رفتار حرکتی	۱) رشد حرکتی	۱							
	۲) یادگیری و کنترل حرکتی								
	۳) آموزش تربیت بدنی		۱	۱	۴	۱	۲	۱	۲
۴) آسیب شناسی ورزشی و حرکات اصلاحی	۱) حرکات اصلاحی	۴							
	۲) امدادگر ورزشی		۱	۴	۱	۱	۲	۱	۲
	۳) تربیت بدنی ویژه								
۵) مدیریت ورزشی	۱) مدیریت بازاریابی در ورزش	۵							
	۲) مدیریت اماکن و تاسیسات ورزشی								
	۳) مدیریت اوقات فراغت ورزش‌های تفریحی								
	۴) مدیریت راهبردی در سازمان‌های ورزشی		۴	۱	۱	۱	۲	۱	۲
	۵) مدیریت رسانه‌های ورزشی								
	۶) مدیریت رویدادهای ورزشی								

دانشگاه پیام‌نور، علاوه بر جذب دانشگاه از طریق کنکور سراسری به روش فراگیر هم در بسیاری از گرایش‌های فوق پذیرش دانشجو دارد. در این روش عناوین امتحانی آزمون ورودی دانشگاه بر مبنای دروس نیمسال اول رشته و گرایش منتخب است. در واقع در صورت پذیرش دانشجو هر یک از نمرات قبولی در درس امتحانی موردپذیرش دانشگاه است. به عبارت دیگر تعدادهای درس‌های قبولی به عنوان درس‌های گذرانده شده تلقی شده و نیاز به خواندن و گذراندن مجدد آن‌ها نیست.

فراخوان برای ثبت‌نام و شرکت در آزمون‌های کنکور سراسری و فراگیر دانشگاه پیام‌نور از طریق سایت سازمان سنجش یا «sanjesh.org» اعلام و ثبت‌نام از طریق آن صورت می‌گیرد.

### ۶-۱۱. رشته‌های دکتری تربیت‌بدنی و علوم ورزشی در دانشگاه‌های ایران

مقطع دکتری علوم ورزشی در پنج رشته اصلی «فیزیولوژی ورزشی»، «بیومکانیک ورزشی»، «رفتار حرکتی و روان-شناسی»، «آسیب‌شناسی ورزشی و حرکات اصلاحی» و «مدیریت ورزشی» برگزار می‌شود. البته دو رشته «رفتار حرکتی» و «روان‌شناسی ورزشی» مستقل هستند اما منابع آزمون یکسانی دارند.

بر اساس قانون «سنجش و پذیرش دانشجو در دوره‌های تحصیلات تکمیلی در دانشگاه‌ها و مراکز آموزش عالی» مصوب ۱۸ اسفند ۹۴ مجلس شورای اسلامی، سنجش و پذیرش دانشجو در مقطع دکتری یا «Ph.D» برحسب هر یک از شیوه‌های «آموزشی - پژوهشی» و «پژوهش محور» به شرح جدول ۶-۳۹ انجام می‌شود. شیوه «آموزشی - پژوهشی» دارای دوره‌های آموزشی و پس از طی آن اجرای رساله دکتری است. اما شیوه پژوهش محور با تأکید بر پروژه پژوهشی اجرا می‌شود.

جدول ۶-۳۹. محورهای سنجش و پذیرش در دوره دکتری

ردیف	نوع دکتری	امتیاز هر یک از محورهای سنجش
۱	آموزشی-پژوهشی	الف) آزمون متمرکز یا همان آزمون کتبی به میزان ۵۰ درصد ب) سوابق آموزشی، پژوهشی و فناوری به میزان ۲۰ درصد (قابل ارائه در روز مصاحبه) ج) مصاحبه علمی و سنجش عملی به میزان ۳۰ درصد
۲	پژوهش محور	الف) آزمون متمرکز یا همان آزمون کتبی به میزان ۳۰ درصد ب) سوابق آموزشی، پژوهشی و فناوری به میزان ۲۰ درصد (قابل ارائه در روز مصاحبه) ج) مصاحبه علمی و بخش عملی به میزان ۳۰ درصد د) تهیه طرحواره به میزان ۲۰ درصد

اجرای مرحله اول یا «آزمون متمرکز یا کتبی» توسط «سازمان سنجش آموزش کشور» و امتیاز مربوط به «سوابق آموزشی، پژوهشی و فناوری» و «مصاحبه علمی» توسط دانشگاه‌ها و مراکز آموزش عالی پذیرنده دانشجو انجام می‌شود. بر اساس مصوبه شورای سنجش و پذیرش دانشجو در دوره‌های تحصیلات تکمیلی مواد آزمون متمرکز یا کتبی دکتری در سال ۱۳۹۹ به شرح جدول ۶-۴۰ تعیین شد.



جدول ۶-۴۰. مواد آزمون کتبی دوره دکتری علوم ورزشی در سال ۱۳۹۹

ردیف	مواد و ضریب
۱	آزمون زبان انگلیسی یا تخصص با ضریب (۱)
۲	آزمون استعداد تحصیلی با ضریب (۱)
۳	آزمون دروس تخصصی در سطح کارشناسی یا کارشناسی ارشد با ضریب (۴)

سنجش و پذیرش برای تمام دوره‌ها شامل «روزانه، نوبت دوم یا شبانه، پژوهش‌محور، پردیس‌های خودگردان، پیام‌نور، مؤسسات غیرانتفاعی، دانشگاه آزاد اسلامی» خواهد بود. بر اساس دفترچه راهنمای سال ۱۳۹۹ دانش‌آموختگان رشته و تمامی گرایش‌های علوم ورزشی فرصت شرکت در هریک از گرایش‌های موردعلاقه خود را خواهند داشت. عناوین دروس امتحانی تخصصی آزمون کتبی انواع گرایش‌های علوم ورزشی در دروس سطح کارشناسی شامل «آمار، سنجش و اندازه‌گیری در تربیت بدنی» و برای دروس سطح کارشناسی ارشد به شرح جدول ۶-۴۱ هستند.

جدول ۶-۴۱. عناوین دروس امتحانی تخصصی سطح کارشناسی ارشد در آزمون دوره دکتری گرایش‌های مختلف علوم ورزشی

ردیف	گرایش علوم ورزشی	عناوین درسی
۱	مدیریت ورزشی	«مدیریت رویدادها»، «مدیریت اماکن و تأسیسات ورزشی»، «اصول و مبانی مدیریت سازمان‌های ورزشی»، «بازاریابی ورزشی»
۲	فیزیولوژی ورزشی	«فیزیولوژی ورزشی پیشرفته»، «بیوشیمی و متابولیسم ورزشی»
۳	آسیب‌شناسی ورزشی	«حرکات اصلاحی پیشرفته» و «آسیب‌شناسی ورزشی پیشرفته»
۴	رفتار حرکتی و روان‌شناسی ورزشی	«رشد جسمانی حرکتی»، «کنترل و یادگیری حرکتی» و «روان‌شناسی ورزشی»
۵	بیومکانیک ورزشی	«بیومکانیک ورزشی پیشرفته» و «حرکت‌شناسی ورزشی پیشرفته»

نمرات دو بخش دیگر یعنی «سوابق آموزشی، پژوهشی و فناوری» و «مصاحبه علمی و سنجش علمی» اغلب بر اساس محورهای مشخص و البته متأثر از الگوهای هر دانشگاه تعیین می‌شود. در جدول ۶-۴۲ مهم‌ترین محورها و امتیازهای حدودی برای «سوابق آموزشی، پژوهشی و فناوری» با اختصاص ۲۰ درصد از نمره کل معرفی می‌شود.

جدول ۶-۴۲. الگویی از نحوه محاسبه امتیازات سوابق آموزشی، پژوهشی و فناوری

ردیف	نوع فعالیت	نحوه ارزیابی	سقف	امتیاز
۱	الف) مقالات علمی - پژوهشی مرتبط با رشته ب) گواهی ثبت اختراع مورد تأیید سازمان پژوهش‌های علمی و صنعتی ایران ج) برگزیدگی در جشنواره‌های علمی معتبر	هر مقاله حائز شرایط آیین‌نامه ارتقای اعضای علمی حداکثر ۴ نمره	۲۰	
		هر گواهی ثبت اختراع مورد تأیید حداکثر ۳ نمره		
		برگزیدگی در جشنواره‌های خوارزمی و فارابی هر مورد حداکثر ۲ نمره		
۲	مقالات علمی-ترویجی مرتبط با رشته	هر مقاله حداکثر ۰/۵ نمره	۲	
۳	مقالات چاپ‌شده در کنفرانس‌های معتبر	«مقاله کامل چاپ‌شده» حداکثر ۰/۵ نمره»	۲	
		«چکیده مقاله چاپ‌شده» حداکثر ۰/۲۵ نمره»		
۴	تألیف یا ترجمه کتاب مرتبط با رشته	هر کتاب نشر دانشگاه‌ها و ناشرین معتبر حداکثر ۵ نمره	۲۰	
		هر کتاب مربوط به سایر ناشرین معتبر حداکثر ۲ نمره	۵	
۵	معدل و کیفیت دانشگاه محل تحصیل	دانشگاه دولتی در هر مقطع با معدل ۱۷ به بالا حداکثر ۲ نمره و بین ۱۵ تا ۱۷ حداکثر ۱ نمره	۴	
		سایر دانشگاه‌ها با معدل ۱۸ به بالا در هر مقطع ۲ نمره		
۶	برگزیدگان المپیادهای علمی-دانشجویی	برای سه نفر اول المپیادهای برگزارشده توسط سازمان سنجش آموزش کشور به میزان ۱ نمره	۲۰	
۷	مدرک زبان معتبر	از مراکز و دانشگاه‌های معتبر به تناسب از ۱ تا ۸ نمره	۸	
		جمع کل	۲۰	

امتیازدهی در بخش «مصاحبه علمی و سنجش علمی» وابسته به مقتضیات رشته و گرایش خواهد بود و ۳۰ درصد از نمره کل آزمون را به خود اختصاص می‌دهد. برخی از سؤال‌های ارزیابی‌کننده متقاضی در جلسات مصاحبه شامل مواردی به شرح جدول ۶-۴۳ هستند.

جدول ۶-۴۳. نمونه سؤالاتی از جلسات بخش مصاحبه علمی و سنجش علمی آزمون دکتری علوم ورزشی

ردیف	نمونه سؤالات مصاحبه
۱	رشته و گرایش خود را به زبان ساده معرفی کنید؟ برای اطمینان از شناخت اولیه از رشته و گرایش
۲	هدف شما از تحصیل در دوره دکتری چیست؟ برای اطمینان از هدفمند بودن و با برنامه بودن برای تحصیل در دکتری
۳	قصد دارید روی چه چالش یا مسئله‌ای در دکتری کار کنید؟ اطمینان از مسئله‌محوری برای تحصیل در دکتری
۴	آخرین کتاب‌ها و مقالات که در رشته تخصصی یا درباره مسئله مورد نظر خوانده‌اید، کدام‌اند؟ اطمینان از جستجوگر و پژوهشگر بودن متقاضی
۵	سؤالاتی درباره روش‌های پژوهش برای اطمینان از توانایی پژوهشی متقاضی
۶	سؤالاتی از دروس تخصصی مربوطه برای اطمینان از سواد شناختی لازم از حوزه‌های تخصصی
۷	درخواست ترجمه یک پاراگراف از متن انگلیسی برای اطمینان از آشنایی متقاضی با زبان انگلیسی یا زبان دوم مرتبط با کار علمی
۸	درخواست ارائه یک تحلیل از رشته و مسائل روز درباره رشته برای اطمینان از توانایی تحلیلی متقاضی

با توجه به تخصصی بودن رشته‌های مورد اشاره، توضیحات تفصیلی درباره دروس و سرفصل‌های مربوط به هر رشته در فصل تخصصی مربوطه توضیح داده خواهد شد.

## ۱۲-۶. دوره‌های MBA و DBA

دوره‌های معرفی شده مربوط به سطوح «کارشناسی ارشد و دکتری» در زمینه «کسب‌وکار» و در حوزه‌های تخصصی مختلف از جمله ورزش است. کلیات این دوره‌ها در جدول ۶-۴۴ معرفی شده است.

جدول ۶-۴۴. معرفی کلی از دوره‌های MBA و DBA

ردیف	عنوان دوره	توضیح
۱	MBA	مخفف عبارت Master of Business Administration یا «کارشناس ارشد مدیریت حرفه‌ای کسب‌وکار» با تأکید بر کاربرد مفاهیم علمی در انواع حوزه‌های «کسب‌وکار تخصصی» است.
۲	DBA	مخفف عبارت Doctorate of Business Administration یا «دکترای مدیریت حرفه‌ای کسب‌وکار» و با هدف استفاده کاربردی از «علم روز مدیریت برای ارتقا و توسعه کسب‌وکار» در حوزه‌های تخصصی است.

در مجموع هدف اصلی این دوره‌ها تبدیل دانش صرف مدیریتی به مهارت کاربردی و اجرایی مدیریت در انواع حوزه‌های «کسب‌وکار» است. به همین دلیل برخی از این دوره‌ها با عناوین تخصصی‌تری مانند «MBA و DBA» در ورزش برگزار می‌شود. اغلب این دوره‌ها توسط دانشگاه‌ها و مؤسسات آموزشی و در خارج از ضوابط جذب دانشجوی و کنکور و به‌طور آزاد برگزار می‌شوند. زمان این دوره‌ها اغلب کوتاه‌تر و بهره‌ورانه‌تر از دوره‌های رسمی دانشگاهی در این مقاطع است. برای نمونه دوره‌های MBA از شش ماه تا یکسال و دوره‌های DBA از یکسال تا دوسال برگزار می‌شوند. به همین دلیل برای شرکت‌کنندگان این دوره‌ها اغلب از عنوان «دانش‌پذیر» به جای «دانشجو» استفاده می‌شود. باید دقت کرد مدارک این دوره‌ها اغلب به‌عنوان «کارشناس ارشد یا دکتری» در استخدام‌های رسمی یا ارتقای مرتبه‌ها به‌ویژه در مراکز دولتی به‌راحتی پذیرفته نمی‌شود. بنابراین کسانی که برای شرکت در این دوره‌ها هدف استخدام یا ارتقاء مرتبه در سازمان‌های دولتی حتی غیردولتی را دنبال می‌کنند، پیش از ورود لازم است که استعلامی در این خصوص داشته باشند. اما برای بسیاری از کسب‌وکارهای آزاد و خصوصی و به‌ویژه مدیران در عمل، که تغییرات بخش در محیط کار را به‌جای استخدام دنبال می‌کنند، به‌نظر می‌رسد این دوره‌ها نتایج کاربردی‌تر و بهره‌ورانه‌تری در پی داشته باشد. زیرا «دانش‌پذیران» این دوره‌ها باید با استفاده از دانش مدیریت درصدد حل مسائل و برطرف کردن چالش‌های مدیریتی واقعی بر آیند. دوره MBA تأکید بر «مدیریت کاربردی» برای کسانی است که می‌خواهند از علم مدیریت برای بهبود شرایط کسب‌وکار خود و یا ارائه مشاوره و خدمات مدیریتی به دیگر کسب‌وکارها استفاده کنند. در دوره DBA و سطحی بالاتر اغلب اهدافی به شرح جدول ۶-۴۵ دنبال می‌شود.

جدول ۶-۴۵. برخی از مهم‌ترین اهداف برگزاری دوره‌های DBA

ردیف	اهداف
۱	کسب دانش و اطلاعات تخصصی به‌روز در حوزه‌های نوین مدیریت و کسب‌وکار
۲	کسب مهارت اجرایی در حوزه‌های مدیریتی شامل: مدیریت استراتژیک، مدیریت فروش، کارآفرینی و ...
۳	کسب بینش و نگرش عمیق در حوزه کسب‌وکار جهت راه‌اندازی کسب‌وکار جدید و یا توسعه و گسترش کسب‌وکارهای موجود
۴	پروژه‌های اساتید برجسته که بتوانند در رشته‌های مدیریتی علی‌الخصوص MBA مشغول به فعالیت علمی شوند

هرچند سرفصل‌های هر دوره با توجه به حوزه تخصصی می‌تواند تغییراتی داشته باشد اما از مهم‌ترین درس‌های این دوره‌ها می‌توان به مواردی به شرح جدول ۶-۶ اشاره کرد.

جدول ۶-۶. برخی از سرفصل‌های مهم در دوره‌های MBA و DBA

ردیف	عنوان دوره	سرفصل‌ها
۱	MBA	«شناخت مبانی سازمان و مدیریت»، «اصول بازاریابی»، «رهبری و مهارت‌های رفتاری و ارتباطی»، «مدیریت منابع انسانی»، «حسابداری برای مدیران»، «رهبری یا حاکمیت شرکی و مسئولیت‌های اجتماعی»، «مدیریت مالی و بودجه-ریزی بنگاه‌ها»، «مهارت اصول و فنون مذاکره»، «آشنایی با مدیریت پروژه»، «اصول سازمان‌دهی و طراحی ساختار»، «برنامه‌ریزی استراتژیک»، «مدیریت تحول سازمانی»، «تفکر استراتژیک» و «تدوین طرح کسب‌وکار»
۲	DBA	«مدیریت منابع انسانی و رفتار سازمانی پیشرفته»، «اخلاقیت، نوآوری، کارآفرینی و ایجاد بنگاه‌های موفق»، «روش تحقیق پیشرفته در کسب‌وکار»، «مدیریت مالی پیشرفته و حسابداری مدیران»، «سمینار تخصصی با تأکید بر برندسازی مدیران»، «سمینار تخصصی با تأکید بر مذاکره موفق»، «مهارت‌های رهبری، مدیریت عملکرد و مربیگری کسب‌وکار»، «مدیریت سرمایه‌گذاری، بورس و اوراق بهادار»، «آینده‌پژوهی و مدیریت راهبردی پیشرفته»، «مدیریت بازاریابی و استراتژی‌های پیشرفته بازاریابی»، «سمینار تخصصی با تأکید بر حقوق تجارت»، «سمینار تخصصی با تأکید بر تجارت الکترونیک»، «مدیریت استراتژیک پیشرفته»، «کاربردهای فناوری اطلاعات در مدیریت»، «مدیریت زنجیره تأمین»، «مدیریت ریسک و تحلیل مدل‌های مالی»، «سمینار تخصصی با تأکید بر قوانین کار، بیمه، مالیات و قراردادهای»، «سمینار تخصصی با تأکید بر مدیریت ارتباط با مشتریان»، «سمینار تخصصی با تأکید بر نرم‌افزارهای مدیریت و کسب‌وکار»، «آیین نگارش پروژه پژوهش محور» و «ارائه و بررسی پروژه پژوهش محور»

از دیگر ویژگی‌های این دوره‌ها در آن است که پروژه‌های پژوهشی پایانی و معادل «پایان‌نامه در کارشناسی ارشد» یا «رساله در دوره دکتری» باید به نحوی باشد که «حل مسئله» یا «ارتقای» یک «چالش یا فرایند» در «کسب‌وکاری مشخص» کمک کند. این فرایند دغدغه‌های «دانش‌پذیر» برای چاپ مقاله در نشریات معتبر را به سوی «حل مسئله» به شکلی قابل دفاع از مشکلات یا فرایندهای کسب‌وکار هدایت می‌کند.

### ۶-۱۳. انواع مهارت‌آموزشی در دانشگاه‌ها

اشتغال به معنای به‌کارگیری منطقی نیروهای متخصص کارآمد در مشاغل تخصصی و تطبیق آن‌ها با موقعیت‌های تخصصی سازمانی به‌نحوی که به‌کارگیری آن‌ها موجب دستیابی به اهداف سازمان شود. «مهارت‌آموزی» به‌عنوان یکی از ارکان اصلی توسعه کارآفرینی و ارتباط با صنعت برای دانشجویان است که به چهار سطح به شرح جدول ۶-۷ تقسیم می‌شود<sup>۱</sup>. دارا بودن مهارت یکی از مهم‌ترین توانمندی‌های موردنیاز برای احراز هر شغل ورزشی است و دانشگاه باید علم را با عمل همراه سازد و بستر لازم برای کسب مهارت‌های موردنیاز دانشجویان را در طول دوران تحصیل فراهم آورد.

۱. بر اساس کتابچه مروری بر وضعیت دوره‌های مهارت‌افزایی در دانشگاه‌ها و مراکز آموزش، دفتر ارتباط با صنعت و وزارت عتف (علوم، تحقیقات و فناوری)



جدول ۶-۴۷. انواع مهارت‌آموزی در دانشگاه‌ها

ردیف	مهارت	توضیح
۱	تخصصی دانشگاهی	مهارت‌هایی که دانشجویان هنگام تحصیل و در کنار دروس نظری فرامی‌گیرند تا زمینه استفاده بهتر و عملی‌تر از مفروضات فراگرفته فراهم شود. شامل رشته‌های دانشگاهی در شش شاخه «فنی-مهندسی»، «علوم پایه»، «کشاورزی»، «علوم انسانی»، «فرهنگ و هنر» و «فناوری‌های نوین و راهبردی»
۲	عمومی	به دانشجویان و دانش‌آموختگان کمک می‌کند تا بتوانند در یک محیط کار واقعی و به‌عنوان فردی مؤثر و مفید مسئولیت‌های محوله را سازمان‌دهی و اجرا کنند. از جمله «کارآفرینی، مدیریت کسب‌وکار، خلاقیت و نوآوری در محیط کار، برنامه‌ریزی و اجرای پروژه، مدیریت زمان، مدیریت اطلاعات، مدیریت دانش، بازاریابی و کنترل کیفیت، آشنایی با قوانین کار و تأمین اجتماعی و مقررات مالی، اصول گزارش‌نویسی و شیوه‌نامه نگاری اداری، مسئله‌یابی و حل مسئله در محیط کار»
۳	فنی و حرفه‌ای	مهارت‌های حرفه‌ای که دانشجویان حین تحصیل فرامی‌گیرند ولی به‌طور مستقیم به رشته آن‌ها ارتباط نداشته ولی می‌تواند جهت کسب موقعیت شغلی در جامعه و یا انجام فعالیت‌های بین‌رشته‌ای در صورت ضرورت کمک کند. این مهارت‌ها اغلب در چهار سطح طبقه‌بندی می‌شود. سطح یک به وظایف ساده و معمولی، سطح دو به کار با ماشین‌آلات یا لوازم الکترونیکی و توان سرویس و تعمیرات اشاره دارد. در سطح سوم اجرای وظایف پیچیده فنی و عملی و در سطح چهارم حل مسائل پیچیده، تصمیم‌گیری و خلاقیت بر اساس دانش نظری و عملی موردتوجه قرار می‌گیرد.
۴	شخصی	دانشجویان در راستای توسعه فردی، کسب مهارت‌های زندگی و سایر توانمندی‌های اجتماعی کسب می‌کنند. از جمله این موارد می‌توان به «اخلاق حرفه‌ای، مهارت‌های زندگی، آسیب‌های اجتماعی، روابط عمومی، تفکر انتقادی، کار تیمی، زبان خارجی و توسعه فردی» اشاره کرد.

### خلاصه

برای ورود به دنیای تخصصی علوم ورزشی باید در زمینه مورد نظر، تحصیل و کسب تجربه داشت. امروزه از «آموزش‌وپرورش» تا «آموزش‌وپرورش» در مقاطع مختلف، فرصت در زمینه علوم ورزشی و انواع گرایش‌های تخصصی در آن ایجاد شده است. در این فصل بر معرفی رشته‌های علوم ورزشی از دوران آموزش‌وپرورش تا آموزش عالی در مقاطع مختلف و چگونگی ورود به هر یک از این مقاطع پرداخته شد.

### فعالیت‌هایی برای یادگیری

- سرفصل‌های درسی هر یک از مقاطع علوم ورزشی را مرور کنید و علاقه خود را براساس درس‌های مورد پوشش اولویت‌بندی کنید.
- بر اساس اولویت‌های مشخص شده با چند متخصص تربیت‌بدنی حائز شرایط درباره اولویت‌های خود گفتگو کنید و نظر آن‌ها را جویا شوید. جمع‌بندی نظرات را در قالب یک نقد تحلیلی درباره علایق خود بنویسید.

# مدیریت ورزشی

۷

هدف کلی: آشنایی با رشته مدیریت ورزشی

اهداف فصل:

- آشنایی با مبانی شکل گیری رشته مدیریت ورزشی
- آشنایی با انواع گرایش های تخصصی در کارشناسی ارشد مدیریت ورزشی
- آشنایی با دکترای مدیریت ورزشی



## مقدمه

رشته علوم ورزشی خود از گرایش‌های متعددی تهیه شده است که یکی از آن‌ها «مدیریت ورزشی» است. با گسترش دانش مدیریت در ورزش، رشته مدیریت ورزشی با گرایش‌های تخصصی متعددی شکل گرفت. در این فصل به انواع گرایش‌های تخصصی در رشته «مدیریت ورزشی» و زمینه کار در آن‌ها پرداخته می‌شود.

## ۷-۱. مبانی شکل‌گیری گرایش تخصصی مدیریت ورزشی

رشد و توسعه هر سازمان ورزشی تا حد زیادی وابسته به «کیفیت، مهارت و شایستگی» مدیران و کارکنان آن است. در دنیای امروز مدیرانی موفق خواهند شد که خود را با دانش و ابزار مرتبط مجهز و به‌روز کنند. به همین دلیل دوره‌های تخصصی تربیت «مدیریت ورزشی» به ضرورتی جهانی تبدیل شده است. آمارهای رسمی متعددی در دهه‌های اخیر بر لزوم افزایش سطح تحصیلات کارکنان سازمان‌های ورزشی ایران، به‌ویژه «وزارت ورزش و جوانان» فعلی و «سازمان تربیت‌بدنی» سابق صحنه گذاشته‌اند. در میان رشته و گرایش‌های علوم ورزشی، «مدیریت ورزشی» محور اصلی وظایف سازمان‌های ورزشی مانند وزارت ورزش و جوانان را در بر می‌گیرد؛ زیرا وظایف این نوع سازمان‌ها بیشتر «سیاست‌گذاری، نظارت و حمایت» است. امروزه مدیریت در همه سطوح «فنی، فرهنگی، اجرایی، حرفه‌ای و اجتماعی» نقش خاص خود را دارد. از سوی دیگر رشد و تحولات علمی و تجربی در عرصه مدیریت ورزشی، ضرورت حضور مدیران ورزش در دوره‌های «بازآموزی و تکمیلی» را برجسته کرده است.

تاریخچه مدیریت ورزش را می‌توان به دوران باستان و شروع بازی‌های المپیک و حتی پیش از آن نسبت داد. مفهوم مدیریت ورزشی از زمان سازمان‌دهی رقابت‌های ورزشی، موسیقی و حتی نمایش‌های خشونت‌بار گلادیاتورها با جانوران شکل می‌گیرد. این مفهوم از دوران باستان تا امروز تحولات زیادی داشته است. مدیریت ورزش به‌عنوان یکی از شاخه‌های علم مدیریت، باگذشت تاریخ و تحول زندگی بشر متحول شده است. سازمان‌های ورزشی در طی ۱۵۰ سال گذشته توسعه قابل توجهی یافته‌اند و هنوز هم در حال توسعه هستند. امروزه، ورزش به صنعت بسیار پیچیده‌ای تبدیل شده است که از «اصول قانونی، حوزه‌های کسب‌وکار و روش‌های مدیریتی پیشرفته‌ای» پیروی می‌کند. ساختار مدیریت ورزش در طول چند دهه و در پاسخ به تغییرات وسیع و سریع اجتماعی تغییرات توسعه‌ای فراوانی داشته است. این تغییرات توسعه‌ای نیاز به مدیران متخصص و خلاق را برای مدیریت سازمان‌های ورزشی افزایش داده است. تغییرات دنیای ورزش و امور وابسته یا اثرگذار به آن، تاحدی است که به‌دشواری بتوان یک ساختار ثابت سازمانی را برای مدت طولانی در نظر گرفت. شروع بازی‌های المپیک نوین در سال ۱۸۹۶ میلادی توسط «پی‌یر دو کوبرتن»، تحول بزرگی در عرصه مدیریت ورزش بود. با شروع بازی‌های المپیک نوین، کمیته بین‌المللی المپیک و در پی آن آکادمی بین‌المللی المپیک شکل گرفت. اولین بازی‌های المپیک مدرن نه روز طول کشید و ۳۱۱ ورزشکار از ۱۳ ملیت در آن حضور داشتند. ورزشکاران همگی آماتور بودند و بیشتر آن‌ها دانشجویان یا ورزشکاران باشگاهی بودند و در آن زمان هنوز مفهوم تیم‌های ملی مطرح نشده بود (مستر آلکسیس، ۲۰۰۹). اما امروزه در المپیک‌ها بیش از ده‌هزار ورزشکار در چندین رشته شرکت می‌کنند و یک «رویداد بسیار بزرگ و عظیم» یا «ابر رویداد» را شکل می‌دهند که به

مدیریت بسیار پیچیده و تخصصی نیاز دارد. با افزایش ضرورت تربیت مدیران متخصص برای ورزش، «مدیریت ورزش» به‌عنوان رشته و تخصص دانشگاهی از سال ۱۹۶۶ میلادی از دانشگاه اوهایو و در مقطع کارشناسی آغاز شد (پارکز، آرکی زنگر و کوارترمن، ۱۳۸۲). امروزه از مدیریت ورزشی به‌عنوان یک رشته با گرایش‌های تخصصی متعدد یاد می‌شود. پیشتازی مدیریت ورزشی در غرب باعث شد تا بسیاری از بازی‌های ساختاریافته بومی در نقاط مختلف جهان تبدیل به ورزش‌های نوین شده و با اسامی کشورهای پیشتاز در این زمینه ثبت و به دنیا معرفی شوند. این موضوع نشان می‌دهد که دانشجویان علوم ورزشی و به‌ویژه مدیریت ورزشی با عمق بخشیدن به مطالعات خود در حوزه‌های «تاریخ، فلسفه، سیاست، بازاریابی و ارتباطات» می‌توانند روش‌های مؤثرتری را برای رشد ورزش‌های ملی بیابند.

#### ۷-۲. تحولات رشته دانشگاهی مدیریت ورزشی در ایران

رشته «مدیریت ورزشی» جایگاه مهمی در توسعه ورزش جهان دارد. تربیت مدیران و متخصصان کارآمد در حوزه «مدیریت ورزشی» وظیفه مهمی است که بر عهده دانشگاه‌های جهان گذاشته شده است و در این بین دانشگاه‌های ایران نیز سهم مهمی از تولید علم و تربیت متخصصان حوزه «مدیریت ورزشی» را بر عهده دارند.

رشته «مدیریت ورزشی» در نظام دانشگاهی تحولات زیادی داشته است. در دوره‌ای رشته تربیت بدنی تنها در مقطع دکتری به گرایش‌های متعددی از جمله «مدیریت ورزشی» ختم می‌شد. اما پس از چندی در مقطع کارشناسی ارشد نیز گرایش «مدیریت ورزشی» به وجود آمد. حضور گسترده دانشجویان و درک نیاز به وجود متخصصان مدیریت ورزشی باعث شد که گرایش «مدیریت ورزشی» به دوره کارشناسی نیز راه یابد. نیاز به تخصص‌گرایی با توجه به شرایط بازار کار و نیازهای جامعه باعث شد تا در مقطع کارشناسی ارشد، مدیریت ورزشی به‌عنوان یک رشته به گرایش‌های تخصصی متعددی مانند «مدیریت رسانه‌های ورزشی»، «مدیریت بازاریابی ورزشی»، «مدیریت راهبردی در ورزش»، «مدیریت تأسیسات و اماکن ورزشی»، «مدیریت رویدادهای ورزشی» و «مدیریت اوقات فراغت و فعالیت‌های تفریحی» تقسیم شده و عده زیادی از دانشجویان در این حوزه‌ها به‌طور تخصصی تحصیل کنند. در این راستا و در مقطع دکتری نیز این رشته به سه گرایش «مدیریت بازاریابی و رسانه‌های ورزشی»، «مدیریت راهبردی و رویدادهای ورزشی»، «مدیریت اوقات فراغت و فعالیت‌های ورزشی» تقسیم شد و در چندین دوره دانشجویانی با این گرایش‌ها تربیت شدند. در ادامه راه در مقطع کارشناسی گرایش‌ها دوباره تجمیع شده و در یک مرحله به «علوم زیستی» و «علوم انسانی» و در مرحله بعد دوباره به‌عنوان «رشته علوم ورزشی» تبدیل شد. از سوی دیگر به دلیل وجود برخی مشکلات در گرایش‌های مقطع دکتری، در نهایت گرایش‌های دوره دکتری تجمیع و دوباره با عنوان عمومی «مدیریت ورزشی» ارائه شد. در مرحله دیگر صحبت‌هایی مبنی بر کاهش گرایش‌های مقطع کارشناسی ارشد از شش گرایش به گرایش‌های محدودتری مطرح شده است. به نظر می‌رسد این تحولات تا رسیدن به یک الگوی مفید و مؤثر در تربیت دانشجویان کارآمد و متناسب با نیازهای بازار کار ادامه داشته باشد. اما نکته مهم این است که دانشجویان علاقه‌مند به رشته «مدیریت ورزشی» باید از دوره کاردانی و کارشناسی با انتخاب تخصصی مدیریت ورزشی و گرایش اختصاصی

در آن حوزه حتی در رشته عمومی تربیت بدنی، همه دروس را با رویکرد تخصصی مدیریت ورزشی دنبال کنند. به این معنا که از همه دروس و علوم برای متخصص و ماهر شدن خود در یک تخصص ویژه در «مدیریت ورزشی» بهره بگیرند تا بتوانند خود را برای بازار کار و دستیابی به شرایط احراز کسب مشاغل تخصصی یا توانایی کارآفرینی آماده کنند.

رشته «مدیریت ورزشی» شامل مجموعه یافته‌های علمی در حوزه مدیریت و سازمان است. در این رشته دانشجویان پس از فراگرفتن دانش مدیریت و کسب تجارب مدیریت، متخصصین ارزنده‌ای خواهند شد که می‌توانند نقش مهمی در اداره امور سازمان‌های ورزشی ایفا کنند.

### ۷-۳. دوره کارشناسی ارشد مدیریت ورزشی و گرایش‌های آن در ایران

سیر تحول و تغییرات گرایش مدیریت ورزشی در ایران را می‌توان در جدول ۷-۱ مرور کرد.

جدول ۷-۱. سیر تغییر عنوان رشته و گرایش دوره کارشناسی ارشد مدیریت ورزشی در ۳۰ سال گذشته

ردیف	زمان	عنوان رشته و گرایش	دروس اصلی مدیریت ورزشی
۱	۱۳۶۸	تربیت بدنی	«مدیریت و برنامه‌ریزی در تربیت بدنی»، «فلسفه تربیت بدنی»
۲	۱۳۸۲	تربیت بدنی - گرایش مدیریت ورزشی	«اصول و مبانی مدیریت در سازمان‌های ورزشی»، «مدیریت اوقات فراغت و ورزش‌های تفریحی»، «مدیریت رفتار سازمانی در ورزش»، «مدیریت اداری و مالی»، «مدیریت اماکن و تجهیزات ورزشی»، «مدیریت بازاریابی در ورزش»، «سمینار در مدیریت ورزشی»، «کارورزی در سازمان‌های ورزشی»
۳	۱۳۸۴	تربیت بدنی با دو گرایش مدیریت: الف) مدیریت ورزش قهرمانی ب) مدیریت ورزش همگانی	الف) «مدیریت نیروی انسانی و کاربرد آن در ورزش قهرمانی»، «اصول و مبانی مدیریت»، «برنامه‌ریزی و مدیریت ورزش قهرمانی»، «مدیریت منابع مالی در ورزش قهرمانی»، «مبانی آمادگی جسمانی و علم تمرین در ورزش قهرمانی»، «مدیریت سیستم‌های اطلاعات در ورزش قهرمانی»، «جنبه‌های حقوقی ورزش قهرمانی»، «پیشگیری و صدمات و آسیب‌های ورزشی»، «سمینار در ورزش قهرمانی»، «پایان‌نامه» ب) «بازی‌های سنتی، بومی و محلی»، «مبانی آمادگی جسمانی در ورزش همگانی»، «اوقات فراغت و تفریحات سالم»، «مطالعه تطبیقی ورزش همگانی»، «برنامه‌ریزی توسعه ورزش همگانی»، «سمینار در ورزش همگانی»، «مدیریت اماکن و تأسیسات ورزش همگانی»، «مدیریت نیروی انسانی در ورزش»، «کارورزی در ورزش همگانی»، «سیر تحولات ورزش همگانی در کشورهای جهان»، «پایان‌نامه»
۴	۱۳۹۰	مدیریت ورزشی با شش گرایش: الف) بازاریابی در ورزش ب) اماکن و تأسیسات ورزشی ج) اوقات فراغت و ورزش‌های تفریحی د) مدیریت راهبردی در سازمان‌های ورزشی ه) رسانه‌های ورزشی و) رویدادهای ورزشی	الف) بازاریابی: «اصول و مبانی بازاریابی ورزشی»، «برنامه‌ریزی استراتژیک در بازاریابی ورزشی»، «مدیریت بازاریابی جهانی»، «سمینار در بازاریابی ورزشی»، «نظریه‌های سازمان و مدیریت»، «مدیریت برند و بلیت‌فروشی در سازمان‌های ورزشی» ب) اماکن: «مدیریت طراحی و نگهداری اماکن و تجهیزات ورزشی»، «مدیریت روابط عمومی و بین‌الملل در ورزش»، «مدیریت توسعه، تجهیز و نگهداری اردوگاه‌ها و اماکن ورزشی تفریحی»، «مدیریت ایمنی در اماکن ورزشی»، «مدیریت امنیت در اماکن ورزشی» ج) تفریحات: «مدیریت اوقات فراغت و ورزش‌های تفریحی»، «مدیریت منابع انسانی در اوقات فراغت»، «مدیریت اردوها و رویدادهای همگانی و تفریحی»، «گردشگری ورزشی»، «نظریه‌ها و مبانی اوقات فراغت»، «جامعه‌شناسی اوقات فراغت»

د) راهبردی: «مدیریت عملکرد در سازمان‌های ورزشی»، «سمینار در مدیریت استراتژیک ورزش»، «برنامه‌ریزی استراتژیک»، «نظارت و ارزشیابی در سازمان‌های ورزشی»، «مدیریت بازاریابی در ورزش»، «مدیریت اداری و مالی در ورزش»، «نظریه‌های سازمان و مدیریت»			
ه) رسانه: «حقوق ورزشی و حقوق رسانه»، «آیین‌نگارش زبان فارسی»، «نظریه‌ها و مبانی ارتباط جمعی»، «جامعه‌شناسی رسانه و تبلیغات ورزشی»، «خبرنگاری و روزنامه‌نگاری ورزشی»، «ارتباط‌شناسی»، «نظریه‌های سازمان و مدیریت»			
و) رویداد: «مدیریت راهبردی رویدادهای بزرگ ورزشی»، «مدیریت روابط عمومی و بین‌الملل در ورزش»، «مدیریت امنیت و ایمنی در مسابقات ورزشی»، «آشنایی با سازمان‌های بین‌المللی در ورزش»، «مدیریت بازاریابی در رویدادهای ورزشی»، «سمینار در مدیریت رویدادهای ورزشی»			

هدف دوره کارشناسی ارشد مدیریت ورزشی، تربیت مدیران و کارشناسان ماهر برای اداره امور سازمان‌ها و نهادهای ورزشی کشور است. هدف دیگر این دوره آموزش و تربیت نیروی انسانی متخصصی است که با ادامه تحصیل در دوره دکتری موجب تقویت کادر هیئت علمی در سطح دانشگاه‌ها و مراکز آموزش عالی می‌شوند. دانشجویان دوره کارشناسی ارشد رشته مدیریت ورزشی در گرایش‌های موجود، ضمن آشنایی با اصول و مفاهیم مدیریت در ورزش، در حوزه‌های مختلف تخصصی مربوطه، کارشناسان ارشد ماهر برای اداره بخش‌های ورزشی کشور خواهند بود (گروه علوم اجتماعی شورای برنامه‌ریزی آموزش عالی وزارت عتف، ۱۳۹۰). از دانش‌آموختگان این مقطع انتظار می‌رود تا به توانمندی‌های «تحقیق، آموزش، ارائه مشاوره به سازمان‌های ورزشی» و «مدیریت و اجرای امور اداری در سازمان‌های ورزشی» دست یابند و وظایفی عمومی به شرح جدول ۷-۲ را انجام دهند. در هر یک از گرایش‌های تخصصی، وظایف اختصاصی تری موردنظر خواهد بود که در قسمت معرفی گرایش مربوطه ارائه خواهد شد.

#### جدول ۷-۲. مهم‌ترین وظایف قابل اجرا توسط دانش‌آموختگان کارشناسی ارشد مدیریت ورزشی

ردیف	وظایف
۱	تدریس دروس مدیریت ورزشی در دوره‌های کاردانی و کارشناسی رشته‌های مختلف تربیت بدنی و علوم ورزشی
۲	تدریس در کارگاه‌های آموزشی ویژه مدیران سازمان‌های ورزشی، کارشناسان و فعالان جامعه ورزش کشور
۳	اداره امور و کارشناسی سازمان‌های ورزشی دولتی و خصوصی
۴	اداره امور کانون‌ها و باشگاه‌های ورزشی
۵	اداره امور و کارشناسی اماکن ورزشی

طول این دوره دو سال است و دروس آن اغلب نظری و پژوهشی هستند. طول هر نیمسال تحصیلی ۱۷ هفته و مدت هر واحد نظری ۱۶ ساعت و هر واحد عملی ۳۲ ساعت است. دانشجویان ورودی در صورت داشتن مدرک «کارشناسی علوم ورزشی» در این دوره جمعاً ۳۲ واحد شامل دروس «شش واحد پایه»، «۱۴ واحد تخصصی»، «شش واحد انتخابی» و «شش واحد پایان‌نامه» خواهند گذراند. افراد با مدرک کارشناسی غیرمرتبط یا موارد خاص با نظر گروه آموزشی مربوطه و تصویب شورای تحصیلات تکمیلی دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی، تا سقف ۱۲ واحد اضافه بر ۳۲ واحد مورد اشاره خواهند داشت. همچنین دانشجویان موظف به گذراندن دروس «زبان تخصصی»، و

«کاربرد رایانه در ورزش» هرکدام به ارزش دو واحد و بدون احتساب در جمع واحدهای گذرانده شده هستند. لازم به توضیح است که همه دروس این دوره به جز پایان نامه به صورت دو واحدی خواهند بود. دروس پایه به میزان شش واحد برای کلیه گرایش‌ها شامل درس‌های «روش تحقیق در مدیریت ورزشی»، «تحلیل آماری و کاربرد نرم‌افزارهای آماری در ورزش» و «اصول و مبانی مدیریت» با سرفصل‌هایی به شرح جدول ۷-۳ هستند.

جدول ۷-۳. سرفصل و محتوای دروس پایه مشترک در شش گرایش مقطع کارشناسی ارشد مدیریت ورزشی

ردیف	درس	سرفصل‌ها
۱	روش تحقیق در مدیریت ورزشی	«مقدمات»، «فرایند پژوهش»، «طرح‌های تجربی»، «اندازه‌گیری متغیرها»، «روش‌های گردآوری داده‌ها»، «روش‌های نمونه‌گیری»، «تحلیل و تفسیر داده‌ها»، «تهیه و تدوین گزارش پژوهش»، «انتشار نتایج پژوهش»
۲	تحلیل آماری و کاربرد نرم‌افزارهای آماری در ورزش	«مقدمات آمار و تحلیل آماری»، «اندازه‌گیری»، «طبقه‌بندی داده‌ها»، «نمایش داده‌ها»، «اندازه‌گیری شاخص‌های پیشرفت»، «اندازه‌گیری تغییرات پیشرفت»، «اندازه‌گیری پیشرفت نسبی»، «اندازه‌گیری روابط»، «آشنایی با آمار استنباطی»، «انتخاب آزمون آماری مناسب»، «کاربرد SPSS»
۳	اصول و مبانی مدیریت	«سیر تحول مدیریت»، «نظریه‌ها»، «مفاهیم مدیریت، سازمان، برنامه‌ریزی، سازمان‌دهی، هدایت و کنترل»، «سیستم‌های مدیریت»، «برنامه‌ریزی رهبری، انگیزش و ارتباطات»

«درس شش واحدی پایان‌نامه» نیز یک پروژه پژوهشی در حوزه تخصصی مربوطه است که دانشجویان بعد از گذراندن موفقیت‌آمیز ۲۶ واحد (علاوه بر دروس جبرانی احتمالی) قابل اخذ خواهد بود. ضمن اینکه برخی دانشگاه‌ها که مجوز برگزاری دوره‌های آموزش محور داشته باشند، به جای شش واحد پایان‌نامه از دروس نظری جایگزین مشخص شده استفاده خواهند کرد. باین حال مهم‌ترین تفاوت بین گرایش‌ها «دروس تخصصی و انتخابی» به شرح جدول ۷-۴ هستند.

جدول ۷-۴. دروس «تخصصی» و «انتخابی» برای گرایش‌های کارشناسی ارشد مدیریت ورزشی

ردیف	گرایش	درس‌ها
۱	مدیریت بازاریابی ورزشی	الف) تخصصی: «اصول و مبانی بازاریابی ورزشی»، «برنامه‌ریزی استراتژیک در بازاریابی ورزشی»، «مدیریت بازاریابی جهانی»، «سمینار در بازاریابی ورزشی»، «نظریه‌های سازمان و مدیریت»، «کارورزی در بازاریابی ورزشی»، «مدیریت برند و بلیت‌فروشی در سازمان‌های ورزشی»
		ب) انتخابی: «اخلاق در ورزش»، «مدیریت روابط عمومی بین‌المللی در ورزش»، «مدیریت رفتار سازمانی»، «اصول-مبانی فلسفه تربیت‌بدنی»، «نقش حمایت‌کنندگان و شرکا در بازاریابی» و «مدیریت بازاریابی در سازمان‌های ورزشی المپیک»
۲	مدیریت اماکن و تأسیسات ورزشی	الف) تخصصی: «مدیریت طراحی و نگهداری اماکن و تجهیزات ورزشی»، «مدیریت روابط عمومی و بین‌الملل در ورزش»، «مدیریت توسعه، تجهیز و نگهداری اردوگاه‌ها و اماکن ورزشی تفریحی»، «سمینار در مدیریت اماکن و...»، «مدیریت ایمنی در اماکن ورزشی»، «مدیریت امنیت در اماکن ورزشی»، «نظریه‌های سازمان و مدیریت»
		الف) انتخابی: «آشنایی با مجموعه‌ها و استادبوم‌های بزرگ ملی و بین‌المللی»، «برنامه‌ریزی تأسیسات و اماکن و تجهیزات ورزشی»، «مدیریت رفتار سازمانی»، «مدیریت بازاریابی در ورزش»، «آشنایی با استانداردهای وسایل و تجهیزات رشته‌های ورزشی»، «مدیریت نظارت و ارزیابی اماکن و تأسیسات ورزشی»
۳	مدیریت اوقات فراغت و	الف) تخصصی: «مدیریت اوقات فراغت و ورزش‌های تفریحی»، «مدیریت منابع انسانی در اوقات فراغت»، «مدیریت اردوها و رویدادهای همگانی و تفریحی»، «گردشگری ورزشی»، «نظریه‌ها و مبانی اوقات فراغت»، «جامعه-شناسی اوقات فراغت»، «نظریه‌های سازمان و مدیریت»

	ورزش‌های تفریحی	(ب) انتخابی: «مدیریت پارک‌ها و اماکن تفریحی»، «اوقات فراغت و محیط‌زیست»، «مدیریت بازاریابی در اوقات فراغت و ورزش‌های تفریحی»، «مدیریت اماکن تفریحی و فراغتی»، «مبانی حقوق ورزشی»، «مدیریت مالی و اداری در ورزش»
۴	مدیریت راهبردی در سازمان‌های ورزشی	(الف) تخصصی: «مدیریت عملکرد در سازمان‌های ورزشی»، «سمینار در مدیریت استراتژیک ورزش»، «برنامه‌ریزی استراتژیک»، «نظارت و ارزشیابی در سازمان‌های ورزشی»، «مدیریت بازاریابی در ورزش»، «مدیریت مالی و اداری در ورزش»، «نظریه‌های سازمان و مدیریت»
	ورزشی	(ب) انتخابی: «مدیریت منابع انسانی در ورزش»، «کاربرد مدیریت کیفیت در ورزش»، «یادگیری سازمانی و مدیریت دانش در ورزش»، «مدیریت فناوری اطلاعات در ورزش»، «مدیریت رفتار سازمانی»، «مدیریت روابط عمومی و بین‌المللی در ورزش»
۵	مدیریت رسانه‌های ورزشی	(الف) تخصصی: «حقوق ورزشی و حقوق رسانه»، «آیین‌نگارش زبان فارسی»، «نظریه‌ها و مبانی ارتباط جمعی»، «جامعه‌شناسی رسانه و تبلیغات ورزشی»، «خبرنگاری و روزنامه‌نگاری ورزشی»، «ارتباط‌شناسی»، «نظریه‌های سازمان و مدیریت»
		(ب) انتخابی: «مدیریت مالی و اداری در ورزش»، «سمینار در مدیریت رسانه‌های ورزشی»، «مدیریت رفتار سازمانی»، «مدیریت روابط عمومی و بین‌المللی در ورزش»، «مدیریت بازاریابی ورزشی»، «مدیریت رسانه و تبلیغات بازرگانی در ورزش»
۶	مدیریت رویدادهای ورزشی	(الف) تخصصی: «مدیریت راهبردی رویدادهای بزرگ ورزشی»، «مدیریت روابط عمومی و بین‌المللی در ورزش»، «مدیریت امنیت و ایمنی در مسابقات ورزشی»، «آشنایی با سازمان‌های بین‌المللی در ورزش»، «مدیریت بازاریابی در رویدادهای ورزشی»، «سمینار در مدیریت رویدادهای ورزشی»، «نظریه‌های سازمان و مدیریت»
		(ب) انتخابی: «آشنایی با مجموعه‌ها و استادیوم‌های بزرگ ملی و بین‌المللی»، «مدیریت رفتار سازمانی»، «مدیریت مالی و اداری در ورزش»، «مدیریت پایدار در ورزش»، «مدیریت نظارت و ارزیابی رویدادهای ورزشی»، «مدیریت منابع انسانی: داوطلبان»

#### ۷-۴. کارشناسی ارشد مدیریت ورزشی با گرایش مدیریت بازاریابی ورزشی

مهم‌ترین توانایی‌های تخصصی مورد انتظار از دانش‌آموختگان این گرایش در جدول ۷-۵ معرفی شده است. جدول ۷-۵. مهم‌ترین وظایف قابل اجرا توسط دانش‌آموختگان کارشناسی ارشد گرایش مدیریت بازاریابی ورزشی

ردیف	وظایف
۱	انجام خدمات مشاوره‌ای در مؤسسات و شرکت‌های بازاریابی ورزشی
۲	توانایی برنامه‌ریزی در زمینه بازاریابی رویدادهای بزرگ ورزشی
۳	توانایی مدیریت مؤسسات و شرکت‌های بازاریابی ورزشی
۴	انجام خدمات بازاریابی ورزشی در باشگاه‌های لیگ‌های برتر

دروس تخصصی و سرفصل‌های اصلی آن در گرایش مدیریت بازاریابی ورزشی در جدول ۷-۶ معرفی شده است.



جدول ۷-۶. سرفصل و محتوای دروس تخصصی گرایش مدیریت بازاریابی ورزشی

ردیف	درس	سرفصل‌ها
۱	اصول و مبانی بازاریابی ورزشی	«اصول و مبانی»، «ترکیب، سیستم اطلاعات، مدیریت تولیدات و خدمات، رفتار مصرف‌کننده، تجارت الکترونیک و مدیریت فروش در بازاریابی ورزشی»، «بازاریابی بین‌المللی و جهانی در ورزش»
۲	برنامه‌ریزی استراتژیک در بازاریابی	«چرخه تغییر استراتژی و گام‌های کلیدی آن»، «فرایند برنامه‌ریزی استراتژیک، ارزیابی محیط، شناسایی مسائل و موضوعات استراتژیک، تدوین و تصویب برنامه‌های استراتژیک، نحوه اجرای موفقیت‌آمیز برنامه‌ها، بازبینی و بازاریابی مجدد برنامه‌ها، مدیریت فرآیند و آغاز برنامه‌ریزی استراتژیک»
۳	مدیریت بازاریابی جهانی	«مفاهیم»، «محیط‌های اقتصادی، سیاسی، قانونی، و نظارتی در بازاریابی جهانی ورزشی»، «شناخت بازارها و خریداران جهانی ورزش»، «نظام‌های اطلاعات و تحقیقات»، «تعیین بازارهای هدف و تثبیت موقعیت»، «راهبردها، قیمت‌گذاری، توزیع و تبلیغ در بازارهای جهانی ورزش»
۴	سمینار در مدیریت بازاریابی ورزشی	«ارائه کنفرانس»، «بحث درباره آخرین دستاوردهای علمی بازاریابی ورزشی»، «بحث پیرامون چگونگی تدوین یک طرح پژوهشی، تدوین و ارائه گزارش پژوهش علمی»، «نقد و بررسی پایان‌های مرتبط»
۵	نظریه‌های سازمان و مدیریت	«شکل‌گیری نظریه‌های مدیریت»، «طبقه‌بندی تئوری‌های مدیریت»، «نظریه‌های مدیریت علمی، بوروکراسی، مدیریت اداری، روابط انسانی، مدیریت سیستم، مدیریت اقتضایی، مدیریت رفتار فردی و گروهی»، «نظریه‌های نوین مدیریت»، «نظریه‌های دانشمندان مسلمان در زمینه مدیریت»
۶	کارورزی در بازاریابی ورزشی (عملی/نظری)	«شناسایی رسالت، اهداف و وظایف سازمان‌های ورزشی»، «آشنایی با حمایت‌کنندگان مالی ورزشی»، «کار در یکی از سازمان‌های ورزشی فعال در امر بازاریابی ورزشی یا شرکت‌های بازاریابی ورزشی»
۷	مدیریت برند و بلیت-فروشی در ورزش	«نشان‌گذاری، وفاداری به برند، استادیوم‌های ورزشی، موفقیت، سنت، تحویل محصول، بازیکن ستاره، هواداران، تداعی برند و کیفیت خدمات، سهم برند در دارایی‌های نامشهود، پژوهش روی برند»

دروس انتخابی و سرفصل‌های اصلی آن در گرایش مدیریت بازاریابی ورزشی در جدول ۷-۷ معرفی شده است.

جدول ۷-۷. سرفصل و محتوای دروس انتخابی گرایش مدیریت بازاریابی ورزشی

ردیف	درس	سرفصل‌ها
۱	اخلاق در ورزش	«بازی جوانمردانه، ورزشکار خوب بودن»، «روحیه ورزشکاری به‌عنوان یک مقوله اخلاقی»، «حریفان، رقیبان و هم‌آوران: دیالکتیک ورزش»، «ورزش و سلطه مردان»، «برابری جنسیتی و نابرابری»، «فلسفه غربی و اخلاق کاربردی»، «اخلاق اجتماعی و اسلامی در ورزش»، «حقوق معلولیت»
۲	مدیریت روابط عمومی و بین‌المللی در ورزش	«مبانی ارتباطات»، «مفاهیم روابط عمومی و روابط بین‌الملل»، «نحوه کار با رسانه‌های دیداری، شنیداری و نوشتاری»، «تولید مواد تبلیغاتی»، «طراحی و ایجاد سایت»، «نقش رسانه در توسعه ورزش»، «روابط بین‌الملل در ورزش»، «آشنایی با سازمان‌ها و فدراسیون‌های بین‌المللی»، «آشنایی با مقررات و قوانین بین‌المللی در ورزش»، «آشنایی با حقوق رسانه در ورزش»
۳	مدیریت رفتار سازمانی	«تئوری‌ها و مهارت‌های رهبری»، «انگیزش، تنش‌زدایی، نیروی انسانی، مدیریت کار و عملکرد، اثربخشی، تشخیص محیط»
۴	اصول، مبانی و فلسفه تربیت بدنی	«ماهیت، قلمرو، نقش اجتماعی-تربیتی ورزش»، «مبانی روان‌شناسی، جامعه‌شناسی»، «تمهیدات حرفه‌ای و شغلی»، «رهبری و سازمان‌های حرفه‌ای»، «فرهنگ مسابقات و رویدادها»، «چالش‌های پیش رو»
۵	نقش حمایت‌کنندگان و شرکای ورزشی در بازاریابی	«مفاهیم اسپانسرشیپ و پارتنر»، «مشتریان بازاریابی ورزشی»، «تجزیه و تحلیل رفتارهای مشتری»، «بخش‌بندی بازار»، «ترکیب بازاریابی ورزشی»، «نقش رسانه‌های الکترونیکی در بازاریابی ورزشی»، «قواعد بازاریابی ورزشی»، «حامیان مالی مشهور جهانی در ورزش»

۶	مدیریت بازاریابی در سازمان‌های ورزشی المپیک	«آشنایی با سازمان‌های ورزشی المپیک»، «تئوری‌ها و مدل‌های بازاریابی ورزشی»، «سیستم‌های اطلاعات بازاریابی ورزشی»، «نقش حمایت‌کنندگان مالی - شرکاء در بازی‌های المپیک جام جهانی فوتبال»، «حق پخش تلویزیونی»، «مدیریت بازاریابی جهانی ورزشی»، «پژوهش بازاریابی در المپیک»
---	---	---

### ۷-۵. کارشناسی ارشد مدیریت ورزشی با گرایش مدیریت اماکن و تأسیسات ورزشی

مهم‌ترین توانایی‌های تخصصی مورد انتظار از دانش‌آموختگان این گرایش در جدول ۷-۸ معرفی شده است.

جدول ۷-۸. مهم‌ترین وظایف قابل اجرا توسط دانش‌آموختگان کارشناسی ارشد گرایش مدیریت اماکن و تأسیسات ورزشی

ردیف	وظایف
۱	برنامه‌ریزی برای احداث، بازسازی و نگهداری اماکن و تأسیسات ورزشی
۲	برگزاری کارگاه‌های آموزشی مدیریت اماکن و تأسیسات ورزشی
۳	مدیریت اماکن و ورزشگاه‌ها و انواع باشگاه‌های ورزشی
۴	مدیریت در کلیه اماکن و تأسیسات ورزشی متعلق به «وزارت ورزش و جوانان» و ادارات تابعه
۵	مشاوره به مدیران مجموعه‌های ورزشی

دروس تخصصی و سرفصل‌های اصلی آن در گرایش مدیریت اماکن و تأسیسات ورزشی در جدول ۷-۹ معرفی شده است.

### جدول ۷-۹. سرفصل و محتوای دروس تخصصی گرایش مدیریت اماکن و تأسیسات ورزشی

ردیف	درس	سرفصل‌ها
۱	مدیریت طراحی و نگهداری اماکن و تجهیزات ورزشی	«عوامل مؤثر در طراحی اماکن و فضاهای ورزشی»، «مکان‌یابی پروژه‌های ورزشی»، «اصول اخلاق حرفه‌ای»، «چگونگی اجرای پروژه‌های ورزشی»، «نحوه گزینش مشاور معماری و ساخت، پیمانکاران، شرایط عقد قرارداد»، «عناصر و جزئیات مقاوم‌سازی ساختمان ورزشی»، «تعمیر، نگهداری و بهره‌برداری، ایمن‌سازی، اندازه و ابعاد زمین‌های ورزشی، نظارت و کنترل با انواع چک‌لیست‌ها»
۲	مدیریت روابط عمومی و بین‌المللی در ورزش	«مبانی ارتباطات»، «مفاهیم روابط عمومی و روابط بین‌الملل»، «نحوه کار با رسانه‌های دیداری، شنیداری و نوشتاری»، «تولید مواد تبلیغاتی»، «طراحی و ایجاد سایت»، «نقش رسانه در توسعه ورزش»، «روابط بین‌الملل در ورزش»، «آشنایی با سازمان‌ها و فدراسیون‌های بین‌المللی»، «آشنایی با مقررات و قوانین بین‌المللی در ورزش»، «آشنایی با حقوق رسانه در ورزش»
۳	مدیریت توسعه، تجهیز، نگهداری اردوگاه‌ها و اماکن ورزشی-تفریحی	«کاربری فضاهای ورزشی در طرح جامع شهرسازی»، «نحوه توسعه طراحی و مدیریت اردوگاه‌ها و اماکن و تفریحی-ورزشی»، «نیازهای مختلف اردوگاه‌ها و اماکن»، «بازسازی و نوسازی اماکن»، «ملاحظات ساختی-بافتی، اقتصادی و اجرایی در توسعه و تجهیز»، «مدیریت حفظ و نگهداری از وسایل و تجهیزات اردوگاه‌ها و اماکن»، «طراحی چک‌لیست تجهیز و نگهداری از وسایل»
۴	سمینار در مدیریت اماکن و تأسیسات ورزشی	«نحوه انتخاب یک موضوع پژوهشی»، «ارائه کنفرانس و بحث درباره آخرین دستاوردهای علمی مدیریت اماکن و تأسیسات ورزشی»، «بحث پیرامون چگونگی تدوین یک طرح پژوهشی، تدوین و ارائه گزارش پژوهش علمی»، «نقد و بررسی پایان‌های مرتبط»
۵	مدیریت ایمنی در اماکن ورزشی	«اصول ایمنی در طراحی، ساخت، نحوه استفاده»، «استانداردها، شاخص‌های بهداشتی»، «مدیریت خطر»، «قوانین، مقررات و دستورالعمل‌های حفظ ایمنی»، «روش‌های پیشگیری و کنترل حوادث»، «نحوه مدیریت و کنترل جمعیت»، «کمک‌رسانی در حوادث»، «اصول ایمنی جایگاه تماشاگران»، «اصول ایمنی در ساخت راهروها و معابر عمومی ورزشگاه‌ها»



۶	مدیریت امنیت در اماکن ورزشی	«مدیریت راهبردی ریسک در اماکن ورزشی»، «مدیریت نیروی انسانی در ورزش»، «مدیریت ساختارها و تأسیسات و اجرا»، «مسیرهای رفت و آمد عمومی و رفت و آمد»، «جایگاه‌های تماشاگران»، «سیستم‌های ارتباطی و کنترل دوربین ورزشگاه‌ها»، «امنیت خدمات الکتریکی، الکترونیکی و مکانیکی»، «کمک‌های اولیه ویژه تماشاگران»، «مدیریت ایمنی»
۷	نظریه‌های سازمان و مدیریت	«شکل‌گیری نظریه‌های مدیریت»، «طبقه‌بندی تئوری‌های مدیریت»، «نظریه‌های مدیریت علمی، بوروکراسی، مدیریت اداری، روابط انسانی، مدیریت سیستم، مدیریت اقتضایی، مدیریت رفتار فردی و گروهی»، «نظریه-های نوین مدیریت»، «نظریه‌های دانشمندان مسلمان در زمینه مدیریت»

دروس انتخابی و سرفصل‌های اصلی آن در گرایش مدیریت اماکن و تأسیسات ورزشی در جدول ۷-۱۰ معرفی شده

است.

#### جدول ۷-۱۰. سرفصل و محتوای دروس انتخابی گرایش مدیریت اماکن و تأسیسات ورزشی

ردیف	درس	سرفصل‌ها
۱	آشنایی با مجموعه‌ها و استادبوم‌های بزرگ ملی و بین‌المللی	«طراحی جامع استادبوم‌های بزرگ»، «عوامل خارجی در اطراف استادبوم»، «تدابیر امنیتی و ضد تروریستی»، «استفاده چندمنظوره»، «مدیریت و کنترل جمعیت»، «پیش‌بینی لازم برای معلولین»، «میدان دید تماشاگران در جایگاه‌ها»، «رفت و آمد در داخل استادبوم»، «خدمات تماشاگران و رسانه‌ها»، «استادبوم و تورسیم»، «آشنایی با استادبوم‌های المپیک»
۲	برنامه‌ریزی تأسیسات، اماکن و تجهیزات ورزشی	«مدیریت بهره‌برداری از اماکن ورزشی»، «فرایند برنامه‌ریزی، طراحی و ساخت تأسیسات و اماکن و تجهیزات»، «مدیریت منابع انسانی، مالی، بهره‌برداری»، «مسائل قانونی برای مالکان و مدیران اماکن»، «برنامه-ریزی امنیتی»، «مدیریت عملکرد»
۳	مدیریت رفتار سازمانی	«تئوری‌ها و مهارت‌های رهبری»، «انگیزش، تنش‌زدایی، نیروی انسانی، مدیریت کار و عملکرد، اثربخشی، تشخیص محیط»
۴	مدیریت بازاریابی ورزشی	«مفاهیم»، «تحقیقات بازاریابی و ایجاد طرح بازاریابی ورزشی»، «آمیخته بازاریابی ورزشی و عوامل مؤثر در آن»، «شیوه‌های درآمدزایی»، «روش‌های قیمت‌گذاری و تبلیغات»، «بازاریابی باشگاه‌ها، لیگ‌ها و گردشگری ورزشی»
۵	آشنایی با استانداردهای وسایل و تجهیزات رشته‌های ورزشی	«وسایل و تجهیزات رشته‌های تویی، راکتی، پایه، زمستانی، دوچرخه‌سواری، قایقرانی، سوارکاری، کوهنوردی، کشتی، بوکس، ووشو، جودو، تکواندو، کاراته، وزنه‌برداری»، «مدیریت حفظ و نگهداری وسایل و تجهیزات ورزشی»، «اندازه‌های اماکن ورزشی بر اساس استاندارد»
۶	مدیریت نظارت و ارزیابی اماکن و تأسیسات ورزشی	«مفاهیم»، «مراحل تدوین برنامه نظارت، کنترل و ارزیابی اماکن»، «عملیات نظارت»، «فرایند نظارت بر استخرها»، «فرایند نظارت و ارزیابی فنی-ورزشی از مراحل ساخت پروژه‌ها»، «نحوه تهیه چک‌لیست وسایل و تجهیزات ورزشی»، «انواع چک‌لیست نگهداری و تعمیر اماکن و وسایل»، «تحلیل داده‌ها»

#### ۷-۶. کارشناسی ارشد مدیریت ورزشی با گرایش مدیریت اوقات فراغت و ورزش‌های تفریحی

مهم‌ترین توانایی‌های تخصصی مورد انتظار از دانش‌آموختگان این گرایش در جدول ۷-۱۱ معرفی شده است.

جدول ۷-۱۱. مهم ترین وظایف قابل اجرا توسط دانش آموختگان کارشناسی ارشد گرایش مدیریت اوقات فراغت و ورزش های تفریحی

ردیف	وظایف
۱	انجام خدمات مشاوره‌ای به مراکز ورزشی و تفریحات سالم
۲	توانایی اجرا و هدایت برنامه‌های اوقات فراغت و تفریحات سالم ورزشی
۳	توانایی مدیریت پارک‌های تفریحی و مراکز ورزشی متعلق به شهرداری‌ها
۴	توانایی تدریس در کارگاه‌های آموزشی (عملی و نظری) اوقات فراغت و ورزش های تفریحی
۵	توانایی کارشناسی و مدیریت در فدراسیون ورزش های همگانی
۶	انجام خدمات مشاوره‌ای در کلیه سازمان‌ها و مؤسساتی که به‌نوعی در زمینه اوقات فراغت و ورزش های تفریحی فعالیت دارند.

دروس تخصصی و سرفصل‌های اصلی آن در گرایش مدیریت اوقات فراغت و ورزش های تفریحی در جدول

۷-۱۲ معرفی شده است.

جدول ۷-۱۲. سرفصل و محتوای دروس تخصصی گرایش مدیریت اوقات فراغت و ورزش های تفریحی

ردیف	درس	سرفصل‌ها
۱	مدیریت اوقات فراغت و ورزش های تفریحی	«مفاهیم، تاریخچه»، «اوقات فراغت، تفریح، سرگرمی و ورزش سازمان‌یافته»، «فعالیت‌های اوقات فراغت»، «شرکت‌کنندگان و نیازها»، «برنامه‌ریزی و تدارک»، «اجزاء برنامه»، «صنعت اوقات فراغت»، «مدیریت شهری، ورزش شهروندی و اوقات فراغت»، «تحقیقات اوقات فراغت»، «ساختارها»
۲	مدیریت منابع انسانی در اوقات فراغت	«نقش مدیر برای مدیریت و رهبری منابع انسانی»، «برنامه‌ریزی مدیریت منابع انسانی»، «ارتباطات انسانی و حل تعارضات»، «هماهنگی شرکت‌کنندگان»، «آموزش و توسعه منابع انسانی»، «سلامتی و ایمنی کارکنان»، «طراحی سازمانی»، «مدیریت تنوع» و «ویژگی‌های سازمان‌های ورزشی با تأکید بر مدیریت منابع انسانی»
۳	مدیریت اردوها و رویدادهای همگانی و تفریحی	«مفاهیم اردو و کمپینگ»، «فعالیت ورزشی در محیط‌های بسته و باز»، «اجزاء برنامه اوقات فراغت در اردوها»، «تصمیم‌گیری‌های عملیاتی در اردوها»، «مدیریت تیم‌های ورزشی در اردوها»، «ایمنی در اردو»، «اقامت در طبیعت»، «اوقات فراغت، ورزش و ملاحظات زیست‌محیطی»، «مهارت‌های عملی در اردو و آشنایی با اردوگاه‌ها و کمپ‌های ایران»
۴	گردشگری ورزشی	«مقدمه‌ای بر گردشگری ورزش، تجارت، تفریحات و گردشگری ورزشی»، «رویدادهای بزرگ ورزشی و گردشگری»، «ورزش‌های بومی و گردشگری»، «انواع گردشگری ورزشی»، «صنعت، بازاریابی، اقتصاد، اکوتوریسم و توسعه گردشگری ورزشی»، «ارزشیابی»، «رویکردهای نوین و آینده گردشگری»
۵	نظریه‌ها و مبانی اوقات فراغت	«مدل‌های مدیریتی»، «اصول و مبانی مدیریت اوقات فراغت»، «مدیریت سازمانی و رویدادها»، «اصول برنامه‌ریزی»، «سازمان‌دهی رویدادهای مهم»، «نظارت و ارزیابی برنامه‌های اوقات فراغت»
۶	جامعه‌شناسی اوقات فراغت	«کلیات جامعه‌شناسی، فرهنگ و اخلاق در اوقات فراغت»، «پدیده تربیت‌بدنی و ورزش در جامعه‌شناسی»، «ساختار اجتماعی و تربیت‌بدنی و ورزش»، «نقش تربیت‌بدنی و ورزش در توسعه و تحکیم روابط اجتماعی»، «دیدگاه‌ها و نظریه‌های جامعه‌شناختی»، «ورزش و رسانه‌ها»، «اوقات فراغت، فعالیت‌های ورزشی و جامعه»، «دگرگونی‌های اجتماعی و فرهنگی»
۷	نظریه‌های سازمان و مدیریت	«شکل‌گیری نظریه‌های مدیریت»، «طبقه‌بندی تئوری‌های مدیریت»، «نظریه‌های مدیریت علمی، بوروکراسی، مدیریت اداری، روابط انسانی، مدیریت سیستم، مدیریت اقتضایی، مدیریت رفتار فردی و گروهی»، «نظریه‌های نوین مدیریت»، «نظریه‌های دانشمندان مسلمان در زمینه مدیریت»

دروس انتخابی و سرفصل‌های اصلی آن در گرایش مدیریت اوقات فراغت و ورزش های تفریحی در

جدول ۷-۱۳ معرفی شده است.

جدول ۷-۱۳. سرفصل و محتوای دروس انتخابی گرایش مدیریت اوقات فراغت و ورزش های تفریحی

ردیف	درس	سرفصل ها
۱	مدیریت پارک ها و مکان های تفریحی	«نقش ها و وظایف یک مدیر اماکن ورزشی»، «پارک ها، فضاهای تفریحی و نواحی حفاظت شده»، «امکانات، تجهیزات و اندازه ها در ورزش های آبی»، «طراحی فضاهای تفریحی برای اقشار ویژه: بانوان، سالمندان، معلولان و کودکان»، «مدیریت مکان های ورزشی-برنامه ریزی زمانی»، «دسترسی، ایمنی، کنترل و امنیت»، «مدیریت نواحی تحت حمایت و پارک ها»، «نوگرایی در اماکن ورزشی»، «نظارت بر مدیریت پارک ها»
۲	اوقات فراغت و محیط زیست	«مفاهیم بنیادی و موضوعات مرتبط با ورزش و محیط زیست»، «ارتباط ورزش و محیط زیست»، «سیاست ها و اقدامات زیست محیطی کمیته بین المللی المپیک»، «نظریات محیطی»، «دستورالعمل ورزش و محیط - زیست»، «پیشنهاد های زیست محیطی»، «استرس های محیطی و فعالیت های ورزشی»، «طراحی فعالیت های ورزشی در جهت حمایت از محیط زیست»
۳	مدیریت بازاریابی در اوقات فراغت و ورزش- های تفریحی	«اقتصاد در صنعت ورزش»، «ورزش و مسائل مرتبط با بودجه»، «بازارهای ورزشی»، «مدیریت در ورزش و اقتصاد»، «تحلیل هزینه-سود در ورزش»، «قوانین اوقات فراغت در بخش های بازرگانی»، «پول در ورزش»، «تلویزیون و نقش آن در توسعه ورزش»، «تبلیغات در اوقات فراغت و تفریح»
۴	مدیریت اماکن تفریحی و فراغتی	«مدیریت خدمات و سرویس ها در اوقات فراغت»، «برنامه ریزی برای مسابقات، فعالیت ها، امکانات و خدمات»، «مدیریت خطرات و ایمنی»، «حفظ و نگهداری و مدیریت تأسیسات رویدادهای ورزشی»، «مدیریت اماکن ورزشی آبی»، «طرح ریزی اوقات فراغت و امکانات و خدمات»، «ارزیابی اماکن و نیازها»، «نوگرایی در اماکن ورزشی»
۵	مبانی حقوق ورزشی	«ورزش در قانون اساسی ج.ا.ا»، «قانون حوادث ناشی از ورزش و بیمه های ورزشی»، «مبانی مسئولیت جزایی قواعد عمومی حقوق جزا»، «اصول حقوقی برای مدیران و مسئولیت های جزایی مدیران ورزشی»، «اقدامات حقوقی، احتیاطی و حمایتی قبل و پس از وقوع سوانح ورزشی»، «صدمات شرکت کنندگان در فعالیت های ورزشی»، «مسئولیت ناشی از امکانات، عرضه کالا، مسئولیت محض و مسئولیت تضمین کالا»، «محاسبه و جبران خسارت کارکنان»
۶	مدیریت مالی و اداری در ورزش	الف) منابع انسانی: برنامه ریزی، استخدام، ارزشیابی، آموزش، نگهداری، حقوق، مزایا، رفاه، ایمنی و ... ب) مالی: طبقه بندی عملیاتی اعتبار، امور، فصل، برنامه، فعالیت، طرح، طبقه بندی سازمانی، دستگاه، اصول بودجه و روش های تنظیم و سیکل و اجرا و نظارت بر بودجه، حسابداری و اقتصاد

۷-۷. کارشناسی ارشد مدیریت ورزشی با گرایش مدیریت راهبردی در سازمان های ورزشی

مهم ترین توانایی های تخصصی مورد انتظار از دانش آموختگان این گرایش در جدول ۷-۱۴ معرفی شده است.

جدول ۷-۱۴. مهم ترین وظایف قابل اجرا توسط دانش آموختگان کارشناسی ارشد گرایش مدیریت راهبردی در سازمان های ورزشی

ردیف	وظایف
۱	انجام مسئولیت های دبیر، نایب رئیس و هر یک از اعضای هیئت رئیسه فدراسیون های ورزشی
۲	ریاست در کلیه هیئت های ورزشی استان های کشور
۳	انجام خدمات مشاوره ای در باشگاه ها و سازمان های ورزشی
۴	برگزاری کارگاه های آموزشی برای سازمان های ورزشی
۵	عضویت در شوراهای راهبردی طرح های جامع ورزشی

دروس تخصصی و سرفصل های اصلی آن در گرایش مدیریت راهبردی در سازمان های ورزشی در جدول ۷-۱۵

معرفی شده است.

جدول ۷-۱۵. سرفصل و محتوای دروس تخصصی گرایش مدیریت راهبردی در سازمان‌های ورزشی

ردیف	درس	سرفصل‌ها
۱	مدیریت عملکرد در سازمان‌های ورزشی	«مفاهیم»، «فرایند مدیریت عملکرد»، «برنامه‌ریزی، اندازه‌گیری و رتبه‌بندی عملکرد»، «آموزش و ارزیابی مدیریت عملکرد»، «کارت امتیازی متوازن»، «مدل‌های مدیریت عملکرد و مهارت‌های لازم»
۲	سمینار در مدیریت استراتژیک ورزش	«نحوه انتخاب یک موضوع پژوهشی»، «ارائه کنفرانس و بحث درباره آخرین روش‌های مدیریت راهبردی»، «بحث پیرامون چگونگی تدوین برنامه‌های استراتژیک»، «نقد برنامه‌های استراتژیک»
۳	برنامه‌ریزی استراتژیک	«مبانی و مکاتب مدیریت استراتژیک»، «فرایند مدیریت و برنامه‌ریزی استراتژیک»، «مدل‌های برنامه‌ریزی استراتژیک»، «انواع استراتژی سازمانی»، «موانع استراتژی‌های سازمانی»، «از استراتژی تا عمل»
۴	نظارت و ارزشیابی در سازمان ورزشی	«مبانی نظارت و ارزشیابی»، «جایگاه و اهمیت ارزیابی و نظارت در سازمان»، «فرایند و روش‌های ارزیابی»، «شاخص‌ها و استانداردها»، «ارزیابی پیش‌نگر و ۳۶۰ درجه»، «مرتبط کردن پاداش‌ها با عملکرد»، «نحوه ارزیابی بهره‌وری امکانات و تجهیزات ورزشی»، «شیوه ارزشیابی منابع انسانی»
۵	مدیریت بازاریابی ورزشی	«مفاهیم»، «تحقیقات بازاریابی و ایجاد طرح بازاریابی ورزشی»، «آمیخته بازاریابی ورزشی و عوامل مؤثر در آن»، «شیوه‌های درآمدزایی»، «روش‌های قیمت‌گذاری و تبلیغات»، «بازاریابی باشگاه‌ها، لیگ‌ها و گردشگری ورزشی»
۶	مدیریت مالی و اداری در ورزش	الف) منابع انسانی: برنامه‌ریزی، استخدام، ارزشیابی، آموزش، نگهداری، حقوق، مزایا، رفاه، ایمنی و ... ب) مالی: طبقه‌بندی عملیاتی اعتبار، امور، فصل، برنامه، فعالیت، طرح، طبقه‌بندی سازمانی، دستگاه، اصول بودجه و روش‌های تنظیم و سیکل و اجرا و نظارت بر بودجه، حسابداری و اقتصاد
۷	نظریه‌های سازمان و مدیریت	«شکل‌گیری نظریه‌های مدیریت»، «طبقه‌بندی تئوری‌های مدیریت»، «نظریه‌های مدیریت علمی، بوروکراسی، مدیریت اداری، روابط انسانی، مدیریت سیستم، مدیریت اقتضایی، مدیریت رفتار فردی و گروهی»، «نظریه‌های نوین مدیریت»، «نظریه‌های دانشمندان مسلمان در زمینه مدیریت»

دروس انتخابی و سرفصل‌های اصلی آن در گرایش مدیریت راهبردی در سازمان‌های ورزشی در جدول ۷-۱۶ معرفی شده است.

جدول ۷-۱۶. سرفصل و محتوای دروس انتخابی گرایش مدیریت راهبردی در سازمان‌های ورزشی

ردیف	درس	سرفصل‌ها
۱	مدیریت منابع انسانی در ورزش	«مدیریت استراتژیک منابع انسانی»، «ویژگی‌های خاص سازمان‌های ورزشی از دیدگاه مدیریت منابع انسانی»، «جذب، آموزش و توانمندسازی کارکنان و داوطلبان»، «عدالت سازمانی و بهره‌وری منابع انسانی»، «مدیریت تنوع»، «ارزشیابی منابع انسانی»
۲	کاربرد مدیریت کیفیت در ورزش	«مفاهیم»، «اصول مدیریت کیفیت»، «مشتری‌مداری و رضایت مشتری»، «تاریخچه مدل‌های کیفیت و انواع و کاربرد آن‌ها در سازمان‌های ورزشی»، «گسترش عملکرد کیفیت»
۳	یادگیری سازمانی و مدیریت دانش در ورزش	«مدیریت دانایی، دانش و اطلاعات»، «طبقه‌بندی دانش در سازمان»، «تفکر و نگرش سیستمی»، «مدل‌های مدیریت دانش»، «راهبردهای مدیریت دانش»، «موانع تسری دانش»، «کاربرد مدیریت دانش» در سازمان‌های ورزشی
۴	مدیریت فناوری اطلاعات در ورزش	«مبانی و اهمیت مدیریت اطلاعات در ورزش»، «نظام‌های راهبردی اطلاعات ورزشی»، «فناوری اطلاعات و تصمیم‌گیری در سازمان»، «الگوهای فردی و سازمانی تصمیم‌گیری»، «آشنایی با نرم‌افزارهای مدیریت اطلاعات در ورزش»، «هوش مصنوعی»، «نرم‌افزارهای آنالیز در ورزش»
۵	مدیریت رفتار سازمانی	«تئوری‌ها و مهارت‌های رهبری»، «انگیزش، تنش‌زدایی، نیروی انسانی، مدیریت کار و عملکرد، اثربخشی، تشخیص محیط»

۶	مدیریت روابط عمومی و بین‌المللی در ورزش	«مبانی ارتباطات»، «مفاهیم روابط عمومی و روابط بین‌الملل»، «نحوه کار با رسانه‌های دیداری، شنیداری و نوشتاری»، «تولید مواد تبلیغاتی»، «طراحی و ایجاد سایت»، «نقش رسانه در توسعه ورزش»، «روابط بین‌الملل در ورزش»، «آشنایی با سازمان‌ها و فدراسیون‌های بین‌المللی»، «آشنایی با مقررات و قوانین بین‌المللی در ورزش»، «آشنایی با حقوق رسانه در ورزش»
---	---	---

#### ۷-۸. کارشناسی ارشد مدیریت ورزشی با گرایش مدیریت رسانه‌های ورزشی

مهم‌ترین توانایی‌های تخصصی مورد انتظار از دانش‌آموختگان این گرایش در جدول ۷-۱۷ معرفی شده است.

جدول ۷-۱۷. مهم‌ترین وظایف قابل اجرا توسط دانش‌آموختگان کارشناسی ارشد گرایش مدیریت رسانه‌های ورزشی

ردیف	وظایف
۱	توانایی عضویت در هیئت تحریریه رسانه‌های ورزشی
۲	انجام امور کارشناسی و تحلیل موضوعات ورزشی-فرهنگی
۳	توانایی انجام مسئولیت‌ها و وظایف مدیرمسئول و سردبیری رسانه‌های ورزشی
۴	انجام خدمات مشاوره‌ای در زمینه مطبوعات و رسانه‌های ورزشی برای مدیران ارشد سازمان‌های ورزشی
۵	توانایی پذیرش مسئولیت روابط عمومی و بین‌الملل سازمان‌های ورزشی
۶	توانایی تدریس در کارگاه‌های آموزشی در زمینه رسانه‌های ورزشی

دروس تخصصی و سرفصل‌های اصلی آن در گرایش مدیریت رسانه‌های ورزشی در جدول ۷-۱۸ معرفی شده

است.

#### جدول ۷-۱۸. سرفصل و محتوای دروس تخصصی گرایش مدیریت رسانه‌های ورزشی

ردیف	درس	سرفصل‌ها
۱	حقوق ورزشی و حقوق رسانه	«مفاهیم، تعاریف و طبقه‌بندی حقوقی-حقوق ارتباطات جمعی»، «سیر آزادی و سانسور مطبوعات»، «وضع حقوقی تأسیس و اداره ارتباط جمعی»، «خبرگزاری‌های داخلی، بین‌المللی، مطبوعات، مؤسسات مطبوعاتی»، «رادیوتلوویزیون»، «وضع حقوقی حرفه روزنامه‌نگاری- استقلال حرفه‌ای روزنامه‌نگاری» و «حق مالکیت معنوی اثر»
۲	آئین‌نگارش زبان فارسی	«زبان معیار»، «گونه‌های زبان»، «آشنایی با زبان مصطلح»، «اعلام و تلفظ صحیح»، «غلط‌های مجاز و غیرمجاز»، «سره‌گویی»، «اصطلاحات واژگان محلی، مهجور و غیر خارجی و کاربرد آن‌ها»، «استفاده از ترجمه در زبان و میزان مجاز به‌کارگیری واژگان خارجی»، «اعلام خارجی و قواعد ناظر بر استفاده از آن در زبان فارسی»، «گونه‌های زبانی و توزیع جغرافیایی»، «زبان محاوره و ادبی»
۳	نظریه‌ها و مبانی ارتباط جمعی	«کلیات نظریه‌های ارتباط جمعی و اهمیت آن‌ها»، «سیر پیشرفت نظریه‌های ارتباط جمعی»، «اهمیت مطالعات ارتباطی انتقادی در دنیای امروز به‌ویژه کشورهای جهان سوم»، «سیری در نخستین مطالعات ارتباطی غیرمنظم در کشورهای غربی»، «مطالعات ارتباطی تجربی، انتقادی»، «ارتباط جمعی در اسلام»، «مبانی ارتباط جمعی در ورزش»
۴	جامعه‌شناسی رسانه و تبلیغات ورزشی	«پیام و چگونگی نفوذ آن در مخاطبان»، «شیوه‌های مختلف ترغیب و اقناع»، «انواع تبلیغ و تبلیغات ورزشی»، «روش‌های عملی و تجربی تبلیغ»، «روان‌شناسی پیام‌های تبلیغاتی»، «کاربرد و هدف تبلیغ»، «امکانات و محدودیت‌های تبلیغ»، «تأثیر تبلیغ بر مخاطبان»، «افکار عمومی و تبلیغ»
۵	خبرنگاری و رونامه-نگاری ورزشی	«خبرنگار، خبرنگاری، فرایند خبر از رویداد تا مخاطبان، انواع لید، سبک‌های خبرنگاری، تیتر، مصاحبه، تهیه و تنظیم خبر، ویراستاری و مدیریت خبر»
۶	ارتباط‌شناسی	«ارتباطات، مدل‌های ساده ارتباط انسانی، اصول حاکم بر ارتباط انسانی در ورزش»، «گوش دادن، شنیدن، زبان، نماد، ارتباطات غیرکلامی»، «وسایل ارتباط جمعی ورزشی»، «تحولات تاریخی مطبوعات ورزشی»،

		«وضع و مسائل ارتباط جمعی از گذشته تا حال»، «رویه‌های اداره مطبوعات، سینما، رادیو تلویزیون در حوزه ورزش»، «فعالیت‌های ارتباطی و انتشاراتی و تبلیغاتی»
۷	نظریه‌های سازمان و مدیریت	«شکل‌گیری نظریه‌های مدیریت»، «طبقه‌بندی تئوری‌های مدیریت»، «نظریه‌های مدیریت علمی، بوروکراسی، مدیریت اداری، روابط انسانی، مدیریت سیستم، مدیریت اقتضایی، مدیریت رفتار فردی و گروهی»، «نظریه‌های نوین مدیریت»، «نظریه‌های دانشمندان مسلمان در زمینه مدیریت»

دروس انتخابی و سرفصل‌های اصلی آن در گرایش مدیریت رسانه‌های ورزشی در جدول ۷-۱۹ معرفی شده است.

#### جدول ۷-۱۹. سرفصل و محتوای دروس انتخابی گرایش مدیریت رسانه‌های ورزشی

ردیف	درس	سرفصل‌ها
۱	مدیریت مالی و اداری در ورزش	الف) منابع انسانی: برنامه‌ریزی، استخدام، ارزشیابی، آموزش، نگهداری، حقوق، مزایا، رفاه، ایمنی و ... ب) مالی: طبقه‌بندی عملیاتی اعتبار، امور، فصل، برنامه، فعالیت، طرح، طبقه‌بندی سازمانی، دستگاه، اصول بودجه و روش‌های تنظیم و سیکل و اجرا و نظارت بر بودجه، حسابداری و اقتصاد
۲	سمینار در مدیریت رسانه‌های ورزشی	«نحوه انتخاب یک موضوع پژوهشی»، «ارائه کنفرانس و بحث درباره آخرین دستاوردهای مدیریت رسانه‌های ورزشی»، «بحث پیرامون چگونگی تدوین گزارش پژوهش علمی»، «نقد پایان‌نامه مرتبط»
۳	مدیریت رفتار سازمانی	«تئوری‌ها و مهارت‌های رهبری»، «انگیزش، تنش‌زدایی، نیروی انسانی، مدیریت کار و عملکرد، اثربخشی، تشخیص محیط»
۴	مدیریت روابط عمومی و بین‌المللی در ورزش	«مبانی ارتباطات»، «مفاهیم روابط عمومی و روابط بین‌الملل»، «نحوه کار با رسانه‌های دیداری، شنیداری و نوشتاری»، «تولید مواد تبلیغاتی»، «طراحی و ایجاد سایت»، «نقش رسانه در توسعه ورزش»، «روابط بین‌الملل در ورزش»، «آشنایی با سازمان‌ها و فدراسیون‌های بین‌المللی»، «آشنایی با مقررات و قوانین بین‌المللی در ورزش»، «آشنایی با حقوق رسانه در ورزش»
۵	مدیریت بازاریابی ورزشی	«مفاهیم»، «تحقیقات بازاریابی و ایجاد طرح بازاریابی ورزشی»، «آمیخته بازاریابی ورزشی و عوامل مؤثر در آن»، «شیوه‌های درآمدزایی»، «روش‌های قیمت‌گذاری و تبلیغات»، «بازاریابی باشگاه‌ها، لیگ‌ها و گردشگری ورزشی»
۶	مدیریت رسانه و تبلیغات بازرگانی در ورزش	«تاریخچه و ضرورت تبلیغات»، «تبلیغات بازرگانی در جهان امروز»، «اهداف تبلیغات بازرگانی: آگاه کردن، ایجاد، ترجیح و متقاعدسازی»، «رفتار مصرف‌کننده و عوامل مؤثر بر آن»، «متقاعدسازی و ترغیب»، «مدل مدیریت POSDCORB و تبلیغات»، «بودجه تبلیغات»، «آمیخته ترویج»

#### ۷-۹. کارشناسی ارشد مدیریت ورزشی با گرایش مدیریت رویدادهای ورزشی

مهم‌ترین توانایی‌های تخصصی مورد انتظار از دانش‌آموختگان این گرایش در جدول ۷-۲۰ معرفی شده است.

## جدول ۷-۲۰. مهم ترین وظایف قابل اجرا توسط دانش آموختگان کارشناسی ارشد گرایش مدیریت رویدادهای ورزشی

ردیف	وظایف
۱	مدیریت و برگزاری رویدادها و مسابقات ورزشی داخلی
۲	خدمات مشاوره‌ای در زمینه‌های گوناگون برگزاری رویدادهای ورزشی
۳	توانایی انجام مسئولیت‌های بخش‌های مختلف رویدادهای بین‌المللی ورزشی در داخل کشور
۴	مدیریت کمیته‌های اجرایی و مسابقات فدراسیون‌های ورزشی کشور
۵	برگزاری کارگاه‌های آموزشی در زمینه رویدادهای ورزشی برای سازمان‌ها، فدراسیون‌ها و هیئت‌های ورزشی کشور

دروس تخصصی و سرفصل‌های اصلی آن در گرایش مدیریت رویدادهای ورزشی در جدول ۷-۲۱ معرفی شده است.

## جدول ۷-۲۱. سرفصل و محتوای دروس تخصصی گرایش مدیریت رویدادهای ورزشی

ردیف	درس	سرفصل‌ها
۱	مدیریت راهبردی رویدادهای بزرگ ورزشی	«صنعت رویدادهای ورزشی»، «ارائه پیشنهاد داوطلب میزبانی بازی‌های المپیک، آسیایی و جام‌های جهانی»، «برنامه‌ریزی رویدادهای بزرگ ورزشی»، «سازمان برگزارکننده رویدادهای بزرگ ورزشی»، «سازمان‌دهی و عملیات اجرایی»، اثرات رویدادهای ورزشی در حوزه‌های اقتصادی، اجتماعی، سیاسی، فرهنگی و عمرانی»، «برنامه‌ریزی بودجه، امور مالی، نظارت، کنترل و ارزیابی»، «گزارش پایان رویداد»
۲	مدیریت روابط عمومی و بین‌المللی در ورزش	«مبانی ارتباطات»، «مفاهیم روابط عمومی و روابط بین‌الملل»، «نحوه کار با رسانه‌های دیداری، شنیداری و نوشتاری»، «تولید مواد تبلیغاتی»، «طراحی و ایجاد سایت»، «نقش رسانه در توسعه ورزش»، «روابط بین‌الملل در ورزش»، «آشنایی با سازمان‌ها و فدراسیون‌های بین‌المللی»، «آشنایی با مقررات و قوانین بین‌المللی در ورزش»، «آشنایی با حقوق رسانه در ورزش»
۳	مدیریت امنیت و ایمنی در مسابقات ورزشی	«مفاهیم»، «جمعیت‌شناسی و نحوه سازمان‌دهی در استادیوم‌ها»، «برنامه‌ریزی مدیریت امنیت و ایمنی در رویدادها»، «وظایف حقوقی مدیران رویدادها»، «قوانین و مقررات ایمنی و امنیتی در رویدادها»، «مدیریت امنیت حمل‌ونقل شرکت‌کنندگان»، «سازمان‌دهی و اجرای عملیات امنیتی در مسابقات»، «ایمنی اماکن و وسایل در رویدادهای ورزشی»
۴	آشنایی با سازمان‌های بین‌المللی در ورزش	«مدیریت، سازمان، فدراسیون، کنفدراسیون»، «سطوح سازمان‌های بین‌المللی در منطقه، قاره و جهان»، «نحوه تأسیس کمیته بین‌المللی المپیک و مأموریت‌ها و وظایف اصلی آن»، «فرایند تأسیس یک سازمان بین‌المللی در ورزش»، «فدراسیون‌های بین‌المللی ورزشی غیرالمپیکی»، «انجمن کمیته‌های ملی المپیک»، «شورای المپیک آسیا»، «سازمان ورزشی پان‌آمریکن و سایر سازمان‌های المپیکی قاره‌ای»، «کنفدراسیون‌های قاره‌ای»
۵	مدیریت بازاریابی در رویدادهای ورزشی	«رفتارشناسی مصرف‌کنندگان رویدادهای ورزشی»، «انگیزه‌های مصرف‌کنندگان»، «فعالیت‌های بازاریابی»، «لیگ‌ها و ساختارهای بازاریابی»، «صاحبان رویدادهای ورزشی و قراردادها»، «حقوق پخش تلویزیونی رویدادها»، «اقتصاد میزبانان بازی‌های المپیک»، «بازاریابی در بازی‌های المپیک، قاره‌ای و جام جهانی فوتبال»
۶	سمینار در مدیریت رویدادهای ورزشی	«نحوه انتخاب یک موضوع پژوهشی»، «ارائه کنفرانس و بحث درباره آخرین دستاوردهای مدیریت رویداد-های ورزشی»، «بحث پیرامون چگونگی تدوین گزارش پژوهش علمی»، «نقد پایان‌نامه مرتبط»
۷	نظریه‌های سازمان و مدیریت	«شکل‌گیری نظریه‌های مدیریت»، «طبقه‌بندی تئوری‌های مدیریت»، «نظریه‌های مدیریت علمی، بوروکراسی، مدیریت اداری، روابط انسانی، مدیریت سیستم، مدیریت اقتضایی، مدیریت رفتار فردی و گروهی»، «نظریه-های نوین مدیریت»، «نظریه‌های دانشمندان مسلمان در زمینه مدیریت»

دروس انتخابی و سرفصل‌های اصلی آن در گرایش مدیریت رویدادهای ورزشی در جدول ۷-۲۲ معرفی شده است.

جدول ۷-۲۲. سرفصل و محتوای دروس انتخابی گرایش مدیریت رویدادهای ورزشی

ردیف	درس	سرفصل‌ها
۱	آشنایی با مجموعه‌ها و استادیوم‌های بزرگ ملی و بین‌المللی	«طراحی جامع استادیوم‌های بزرگ»، «عوامل خارجی در اطراف استادیوم»، «تدابیر امنیتی و ضد تروریستی»، «استفاده چندمنظوره»، «مدیریت و کنترل جمعیت»، «پیش‌بینی لازم برای معلولین»، «میدان دید تماشاگران در جایگاه‌ها»، «رفت‌وآمد در داخل استادیوم»، «خدمات تماشاگران و رسانه‌ها»، «استادیوم و توریسم»، «آشنایی با استادیوم‌های المپیک»
۲	مدیریت رفتار سازمانی	«تنوری‌ها و مهارت‌های رهبری»، «انگیزش، تنش‌زدایی، نیروی انسانی، مدیریت کار و عملکرد، اثربخشی، تشخیص محیط»
۳	مدیریت مالی و اداری در ورزش	الف) منابع انسانی: برنامه‌ریزی، استخدام، ارزشیابی، آموزش، نگهداری، حقوق، مزایا، رفاه، ایمنی و ... ب) مالی: طبقه‌بندی عملیاتی اعتبار، امور، فصل، برنامه، فعالیت، طرح، طبقه‌بندی سازمانی، دستگاه، اصول بودجه و روش‌های تنظیم و سیکل و اجرا و نظارت بر بودجه، حسابداری و اقتصاد
۴	مدیریت پایدار در ورزش	«آثار ورزش بر محیط‌زیست»، «تهدیدات درازمدت و جهانی برای ورزش»، «درک اثرات محیط‌زیست ناسالم بر ورزش»، «آماده‌سازی سازمان برای ایجاد تغییرات مثبت»، «نمایش چهره‌ای پایدار از یک مسابقه یا رویداد»، «مروری بر مطالعات موردی»، «طراحی، ساخت و کارکرد پایدار»، «فعالیت‌های مجموعه‌های ورزشی برای پایداری محیط»، «راهبردها و عملکردهای خدمات برای حفظ محیط‌زیست مراکز ورزشی»، «مدیریت تخریب، جمع‌آوری زباله و ضایعات مراکز ورزشی»، «سازمان ورزشی پایدار»
۵	مدیریت نظارت و ارزیابی رویدادهای ورزشی	«اصول و مفاهیم»، «شش سیگما در رویدادها»، «تدوین و طراحی یک برنامه نظارت و ارزیابی برای رویدادهای ورزشی»، «نظارت بر برنامه‌ریزی عملیاتی»، «نظارت بر امور فنی رویدادهای ورزشی»، «نظارت بر اجرای برنامه‌های پشتیبانی رویدادها»، «نظارت بر برنامه‌ریزی رشد و ارتقاء رویدادها»، «نحوه تکمیل فرم-های نظارت و ارزیابی»، «تحلیل نتایج ارزیابی»
۶	مدیریت منابع انسانی (داوطلبان)	«مدیریت منابع انسانی در سازمان‌های ورزشی»، «عملیات منابع انسانی: تأمین، جذب، حفظ، ارزیابی»، «مدیریت تنوع در محل کار»، «مدیریت داوطلبان در بازی‌های المپیک و قاره‌ای»، «مدیریت تغییر و منابع انسانی»، «مهارت‌های انسانی و مدیریتی»، «مدیریت استراتژیک منابع انسانی»، «طراحی و اجرای استراتژیک منابع انسانی»

#### ۷-۱۰. دکترای مدیریت ورزشی

دکترای مدیریت ورزشی در ایران با عنوان «مدیریت و برنامه‌ریزی در تربیت بدنی و علوم ورزشی» و پس از بازنگری با عنوان «مدیریت ورزشی» در سال ۱۳۸۴ مصوب شد. محتوای رشته مدیریت ورزشی بار دیگر در سال ۱۳۹۳ مورد بازنگری قرار گرفت و این بار با سه‌گرایش و تغییرات حدود ۴۰ درصدی به شرح جدول ۷-۲۳ مورد تصویب قرار گرفت (کمیته علوم ورزشی، ۱۳۹۳). کمتر از دو سال از اجرای رویکرد جدید؛ بار دیگر و قبل از اتمام دوره پنج‌ساله برای این‌گونه برنامه‌ها که در ابلاغ برنامه نیز به آن اشاره می‌شود، بار دیگر و با مصوبه‌ای جدید در سال ۱۳۹۵ به‌عنوان «مدیریت ورزشی» و با رویکرد عمومی بازگشت.



جدول ۷-۲۳. جدول گرایش‌های مصوب دکترای رشته مدیریت ورزشی در سال ۱۳۸۴ و تغییرات آن در سال ۱۳۹۳

مدیریت ورزشی با سه گرایش (سال ۱۳۹۳)			مدیریت ورزشی (سال ۱۳۸۴)	ردیف
مدیریت بازاریابی و رسانه‌های ورزشی	مدیریت راهبردی در سازمان‌ها و رویدادهای ورزشی	اوقات فراغت و ورزش‌های تفریحی	عمومی	
سیستم‌های اطلاعاتی مدیران سازمان‌های ورزشی	سیستم‌های اطلاعاتی مدیران سازمان‌های ورزشی	سیستم‌های اطلاعاتی مدیران سازمان‌های ورزشی	نظام‌های اطلاعات مدیریت در ورزش	۱
گردشگری ورزشی	گردشگری ورزشی	گردشگری ورزشی	ورزش و جهانگردی و جهانی شدن	۲
مدیریت منابع انسانی در ورزش	مدیریت منابع انسانی در ورزش	مدیریت منابع انسانی در ورزش	مدیریت راهبردی در منابع انسانی	۳
سمینار در مدیریت بازاریابی و رسانه‌های ورزشی	سمینار در مدیریت راهبردی در سازمان‌ها و رویدادهای ورزشی	سمینار در مدیریت اوقات فراغت	سمینار در موضوع رساله	۴
-	برنامه‌ریزی استراتژیک پیشرفته	مدیریت راهبردی در اوقات فراغت	برنامه‌ریزی راهبردی در ورزش	۵
مدیریت کیفیت پیشرفته	مدیریت کیفیت پیشرفته	نظارت و ارزشیابی عملکرد در مدیریت اوقات فراغت	مدیریت کیفیت در ورزش	۶
نظارت و ارزشیابی عملکرد در مدیریت ورزشی	سیستم‌های کنترل استراتژیک	-	نظارت و کنترل در تربیت بدنی و ورزش	۷
بازاریابی در رسانه‌های ورزشی	بازاریابی ورزشی	-	بازاریابی در صنعت ورزش	۸
مدیریت فروش و رفتار مصرف‌کننده ورزشی	-	-	مدیریت فروش و رفتار مصرف‌کننده	۹
-	-	اصول و فلسفه تربیت بدنی و علوم ورزشی	مبانی تاریخی و فلسفی ورزش	۱۰
-	مدیریت پروژه در ورزش	-	مدیریت پروژه	۱۱
مدیریت پیشرفته در ورزش	مدیریت پیشرفته در ورزش	مدیریت پیشرفته در ورزش	-	۱۲
مسائل حقوقی و اخلاقی در مدیریت ورزشی	مسائل حقوقی و اخلاقی در مدیریت ورزشی	مسائل حقوقی و اخلاقی در مدیریت ورزشی	-	۱۳
مدیریت مالی و اداری در ورزش	مدیریت مالی و اداری در ورزش	مدیریت مالی و اداری در ورزش	-	۱۴
حمایت در ورزش	آشنایی با نحوه برگزاری بازی‌های المپیک و قاره‌ای	مدیریت اردوها و رویدادهای ورزشی	-	۱۵
حمایت در ورزش	استراتژی در عمل	تحولات جهانی و اوقات فراغت	-	۱۶
مدیریت باشگاه ورزشی	مدیریت توسعه اماکن و تجهیزات ورزشی	-	-	۱۷

۱۸	-	-	مدیریت بحران در اماکن و رویدادهای ورزشی	ترویج روابط عمومی در ورزش
۱۹	-	-	-	ارتباطات در ورزش
۲۰	برنامه‌ریزی آموزشی و درسی تربیت بدنی و ورزش	-	-	-
۲۱	بهره‌وری در سازمان‌های ورزشی	-	-	-
۲۲	تجزیه و تحلیل سیستم و کاربرد آن در ورزش	-	-	-

در مجموع با وجود اینکه بازنگری و اصلاح سال ۱۳۹۳ حاصل یک پروژه پژوهشی در پژوهشگاه تربیت بدنی و علوم ورزشی بود اما به اظهار برخی از اعضای کمیته علوم ورزشی گروه علوم اجتماعی شورای عالی برنامه‌ریزی، به دلیل رویکرد وزارت عتف مبنی بر جمع‌بندی گرایش‌های دوره دکتری، با بازنگری مجدد، گرایش‌های مقطع دکتری برداشته شد و بار دیگر مقطع دکتری مدیریت ورزشی با رویکرد عمومی و بدون گرایش در سال ۱۳۹۵ مورد تصویب قرار گرفت.

از ویژگی‌های برنامه مصوب جدید وجود ۳۴ درس انتخابی، به منظور افزایش قدرت انتخاب دانشجویان و دانشگاه برای ایجاد گرایش‌های ذی‌ربط در رشته مدیریت ورزشی جدید است. علی‌رغم این رویکرد مثبت اما به نظر می‌رسد اجرای آن در عمل ناممکن باشد. دلیل اصلی این امر آن است که در اغلب دانشگاه‌ها دروس انتخابی بر اساس تخصص اساتید و نه رویکرد انتخابی دانشجویان برگزیده و ارائه می‌شود. از سوی دیگر حتی اگر رویکرد انتخابی دانشجویان مورد توجه قرار گیرد، بسیار بعید به نظر می‌رسد که سه تا پنج دانشجوی دکتری رشته مدیریت ورزشی، همگی با یک رویکرد تخصصی یکسان باشند و این امر جداسازی و برگزاری کلاس‌های بعضاً یک‌نفره را در اغلب دانشگاه‌ها ناممکن می‌کند! حتی در این زمینه به سختی بتوان دانشکده‌هایی با همسویی تخصصی اساتید در یک گرایش مدیریت ورزشی را شناسایی کرد که دانشجویان با انتخاب آن دانشکده بر اساس رویکرد تخصصی خود به هم‌افزایی در آموزش و یادگیری و انجام پروژه‌های پژوهشی و توانمندی لازم دست یابند. با این حال باید منتظر بود و پس از پنج سال و ارزیابی نتایج حاصل از این تصمیم، قضاوت نهایی را انجام داد. در برنامه مصوب اخیر تأکید شده است که این برنامه از سال تحصیلی ۱۳۹۶-۱۳۹۷ آغاز و پس از پنج سال نیازمند بازنگری است، نکته‌ای که در برنامه قبلی مورد توجه قرار نگرفت! برنامه جدید توسط اکثر همان افرادی مورد نقد و بازنگری گرفت که در یک پژوهش ملی به ضرورت ایجاد گرایش در مقطع دکتری رسیده بودند و قبل از اتمام مهلت بازنگری و بررسی عمیق به رویکرد گذشته بازگشتند. در مجموع باید پس از دوره پنج‌ساله به بررسی مجدد این تغییر پرداخت و اگر خروجی این تغییرات که همانا دانشجویان دانش‌آموخته این دوره‌ها هستند، تفاوت معنی‌داری از نظر پیشرفت و اثربخشی در اهداف آموزشی دوره داشتند، می‌توان گفت این تغییر مطلوب بوده است و در غیر این صورت باید در انتظار تغییرات اثربخش و مبتنی بر تجارب گذشته بود. مقطع دکتری رشته مدیریت ورزشی که در ادامه مقطع کارشناسی ارشد برنامه‌ریزی و اجرا می‌شود، هدفش تربیت متخصصان و پژوهشگران در حوزه مدیریت ورزش برای بخش‌های گوناگون صنعت ورزش است. مقطع دکتری مدیریت ورزشی نیز مانند کارشناسی ارشد، حوزه‌های گوناگونی از جمله «بازاریابی و رسانه‌های ورزشی»،

«مدیریت اوقات فراغت و ورزش‌های تفریحی» و از جمله آن‌ها را در بر دارد. در این مقطع دانشجویان با ورود به این دوره به‌عنوان دانشجوی دکتری مدیریت ورزش، امکان کار عملی در حوزه‌های تعیین‌شده را دارند و می‌توانند دروس مختلفی را با توجه به ضرورت‌های صنعت ورزش بیاموزند و در کنار آن با انجام پژوهش در حوزه موردعلاقه خود به تخصصی مشخص در حوزه مدیریت ورزش دست یابند. هدف دوره دکترای تخصصی مدیریت ورزش، تربیت و تأمین متخصصانی با قدرت تفکر انتقادی و تجزیه و تحلیل مسائل و توانا در امر پژوهش، تدریس و آموزش و ارائه مشاوره‌های تخصصی در صنعت ورزش است. دانشجویان در این دوره، مدیریت در صنعت ورزش را با توجه به توسعه کارآفرینی و کسب و کار، اقتصاد ورزش و بازاریابی محصولات، ارتباطات در حوزه‌های مختلف ورزش «تربیتی، تفریحی، قهرمانی و حرفه‌ای»، مورد پژوهش و تجزیه و تحلیل قرار می‌دهند تا تولدایی بومی‌سازی و بهره‌برداری از دستاوردهای علمی در توسعه صنعت ورزش را کسب کنند. از دانش‌آموختگان دوره دکتری مدیریت ورزشی توقع می‌رود که به دو نوع توانایی‌های «عمومی و تخصصی» به شرح جدول ۷-۲۴ دست یابند.

جدول ۷-۲۴. توانایی مورد انتظار از دانش‌آموختگان مقطع دکتری رشته مدیریت ورزشی

ردیف	توانایی اصلی	توانایی‌های اجرایی
۱	عمومی	الف) تدریس و آموزش مباحث مرتبط با صنعت ورزش در دوره‌های کارشناسی، کارشناسی ارشد، دکتری مدیریت ورزشی مراکز آموزشی و سازمان‌های گوناگون ورزشی
		ب) انجام تحقیقات بنیادی، توسعه‌ای و کاربردی در صنعت ورزش
۲	تخصصی	الف) مدیریت و رهبری سازمان‌های ورزشی کشور
		ب) ارائه مشاوره‌های تخصصی به مدیران و متصدیان سازمان‌های ورزشی کشور
		ج) هدایت و راهنمایی پروژه‌های تحقیقاتی دانشجویان، مراکز تحقیقاتی، سازمان‌های ورزشی کشور و جهان

طول دوره دکتری چهار سال است و دروس این دوره اغلب جنبه نظری و پژوهش دارند. طول هر نیمسال تحصیلی ۱۶ هفته آموزشی و مدت هر واحد نظری ۱۶ ساعت است. تعداد کل واحدهای درسی دوره دکترای رشته مدیریت ورزشی، ۳۶ واحد شامل «دروس تخصصی ۱۰ واحد»، «دروس انتخابی ۸ واحد» و «رساله ۱۸ واحد» به شرح جدول ۷-۲۵ است. دانشجویانی که در دوره کارشناسی ارشد، تعداد واحدهای لازم درسی مربوطه را نگذرانده باشند یا از سایر رشته‌ها قصد تحصیل در این رشته را داشته باشند، با پیشنهاد مدیرگروه و تصویب گروه آموزشی و تأیید تحصیلات تکمیلی دانشکده موظف هستند واحدهای درسی کمبود خود را تا سقف ۱۲ واحد از بین دروس دوره کارشناسی ارشد رشته مدیریت ورزشی انتخاب و با موفقیت بگذرانند (کمیته علوم ورزشی، ۱۳۹۵).

جدول ۷-۲۵. دروس تخصصی و انتخابی مقطع دکتری رشته مدیریت ورزشی

ردیف	گروه درسی	درس‌ها
۱	تخصصی	«روش تحقیق کیفی در مدیریت ورزشی»، «مدیریت پیشرفته در ورزش»، «مدیریت بازاریابی در صنعت ورزش»، «مدیریت اوقات فراغت و ورزش»، «مدیریت رویدادهای ورزشی ملی و بین‌المللی»
۲	انتخابی	«خصوصی سازی و برون‌سپاری در ورزش»، «ورزش و جهانی شدن»، «اخلاق در ورزش»، «مدیریت ارتباطات در صنعت ورزش»، «مدیریت منابع انسانی در سازمان‌های ورزشی»، «مدیریت داوطلبان در ورزش»، «مدیریت بحران در ورزش»، «مدیریت اماکن و تجهیزات ورزشی»، «مدیریت روابط عمومی و بین‌المللی در سازمان‌های ورزشی»، «مدیریت عملکرد در سازمان‌های ورزشی»، «رفتار سازمانی در ورزش»، «تکنیک‌ها و مدل‌های ارزیابی»، «مدیریت اداری و مالی در ورزش»، «چهار درس»

«مدیریت بازاریابی در اوقات فراغت ورزش»، «حمایت و سرمایه‌گذاری در ورزش»، «بازاریابی جهانی در ورزش»، «مدیریت تبلیغات در ورزش»، «شیوه‌های تحلیل اقتصادی در ورزش»، «رسانه‌های دیجیتال و بازاریابی در ورزش»، «مدیریت سازمان‌های مردم‌نهاد در ورزش»، «ارتباطات جهانی در ورزش»، «تحلیل جامعه‌شناسی و فرهنگی در ورزش»، «مدیریت برند و برندسازی»، «مدیریت گردشگری ورزشی»، «مدیریت اردوها و ورزش‌های تفریحی در هوای آزاد»، «مدیریت ورزش در سازمان‌های آموزشی»، «مدیریت پروژه‌های ورزشی»، «سیاست و ورزش»، «تاریخ تحلیلی ورزش ایران و جهان»، «مسائل حقوقی و اخلاقی در ورزش»، «تحلیل رفتار مصرف‌کننده در ورزش»، «سمینار در مدیریت ورزشی»، «مطالعه هدایت‌شده»		
---	--	--

در انتهای دروس معرفی شده در برنامه‌دروسی مصوب، در قالب تبصره اشاره شده است که «استاد راهنما می‌تواند حداکثر چهار واحد درسی از بین دروس مصوب دیگر رشته‌ها و گروه‌های آموزشی در آن دانشگاه یا مؤسسات آموزشی دیگر، پس از کسب مجوزهای لازم از دانشگاه به دانشجو ارائه کند».

سرفصل‌ها و محتوای تعیین‌شده برای دروس تخصصی مقطع دکتری مدیریت ورزشی در جدول ۷-۲۶ معرفی شده است.

جدول ۷-۲۶. سرفصل و محتوای دروس تخصصی مقطع دکتری مدیریت ورزشی

ردیف	درس	سرفصل‌ها
۱	روش تحقیق کیفی در مدیریت ورزشی	«انواع پژوهش‌های کیفی و ترکیبی»، «پارادایم‌های تحقیق: اثبات‌گرایی، ساختارگرایی، انتقادی و تفسیرگرایی»، «شرایط استفاده از انواع تحقیق کیفی، کمی و ترکیبی در ورزش»، «ابزارهای تحقیق کیفی و روایی و پایایی آن‌ها»، «شیوه‌های جمع‌آوری داده‌ها در تحقیق کیفی»، «نمونه‌گیری در تحقیق کیفی»، «روش تحلیل داده کیفی»، «آشنایی با نرم‌افزارهای تحلیل داده کیفی»
۲	مدیریت پیشرفته در ورزش	«شناخت ماهیت سازمان‌ها در ورزش»، «نقد و بررسی تئوری‌های پیشرفته مدیریت در جهان فرامدرن»، «نظریه آشوب و نظریه پیچیدگی در سازمان‌های ورزشی»، «سازمان‌های مردم‌نهاد در ورزش»، «سازمان‌های مجازی در ورزش»، «مدیریت تغییر در سازمان‌های ورزشی»، «مدیریت دولتی و خصوصی در ورزش»، «مدیریت بحران و ریسک در سازمان‌های ورزشی»
۳	مدیریت بازاریابی در صنعت ورزش	«نقد و بررسی نظریه‌ها و مدل‌های بازاریابی ورزشی»، «مدیریت آمیخته بازاریابی در ورزش»، «مدیریت خرده‌فروشی و درک رفتار مصرف‌کننده در ورزش»، «مدیریت ارتباطات و سیستم‌های اطلاعاتی در بازاریابی ورزشی»، «مدیریت محصولات ورزشی و بازاریابی جهانی در ورزش»، «مدیریت خرید و فروش در ورزش»، «مدیریت زنجیره تأمین در ورزش»، «مدیریت تبلیغات تجاری و تجارت الکترونیک و کسب‌وکار الکترونیک در ورزش»
۴	مدیریت اوقات فراغت و ورزش	«نقد و بررسی نظریه‌ها و مدل‌های اوقات فراغت و ورزش‌های تفریحی»، «بازار جهانی صنعت اوقات فراغت و ورزش‌های تفریحی»، «نقش سیاست، فرهنگ، اقتصاد و جامعه در برنامه‌ریزی اوقات فراغت و ورزش‌های تفریحی»، «بخش تجاری، اوقات فراغت و ورزش‌های تفریحی»، «نقش ارتباطات جمعی در صنعت اوقات فراغت و ورزش‌های تفریحی»، «بررسی تطبیقی اوقات فراغت و ورزش‌های تفریحی در ایران و جهان»، «چالش‌های اوقات فراغت در ایران و جهان»، «آینده صنعت اوقات فراغت و ورزش‌های تفریحی در ایران و جهان»
۵	مدیریت رویدادهای ورزشی ملی و بین‌المللی	«آشنایی با جنبش المپیک و بازی‌های المپیک تابستانی، زمستانی و جوانان»، «آشنایی با کمیته بین‌المللی المپیک و کمیته برگزاری بازی‌ها»، «آثار اجتماعی، فرهنگی، اقتصادی و سیاسی المپیک»، «مدیریت و ساختار اداری، منابع انسانی و مالی جام جهانی»، «آثار اجتماعی، فرهنگی، اقتصادی و سیاسی جام جهانی»، «آشنایی با مدیریت رویدادهای بزرگ جهانی و بین‌المللی رشته‌های مختلف ورزشی»، «مدیریت رویدادهای محلی، منطقه‌ای و ملی»، «نقد و بررسی رویدادهای ملی و جهانی و کشورهای اسلامی»

سرفصل‌ها و محتوای تعیین شده برای دروس انتخابی مقطع دکتری مدیریت ورزشی در جدول ۷-۲۷ معرفی شده است. از این فهرست تنها چهار درس به میزان هشت واحد برای دوره انتخاب خواهد شد.

جدول ۷-۲۷. سرفصل و محتوای دروس انتخابی مقطع دکتری مدیریت ورزشی

ردیف	درس	سرفصل‌ها
۱	خصوصی سازی و برون- سپاری در ورزش	«مفاهیم خصوصی سازی»، «تفاوت‌های بخش دولتی، عمومی و خصوصی»، «خصوصی سازی در ورزش»، «نتایج خصوصی سازی در ایران و جهان با محوریت حوزه صنعت ورزش»، «آثار خصوصی سازی بر اقتصاد کشور با محوریت حوزه صنعت ورزش»، «الزامات حقوقی و قانونی در خصوصی سازی در ورزش»، «چالش‌های خصوصی سازی و تحلیل وضعیت آن در ورزش ایران»
۲	ورزش و جهانی شدن	«مفهوم دهکده جهانی و فرهنگ ورزش در مرزهای ملی و جهانی»، «نشانه‌ها و نمادها و حوزه‌های جهانی شدن در ورزش»، «مفاهیم اقتصادی و اجتماعی جهانی شدن در ورزش»، «شهروندان جهانی در ورزش»، «تجارت جهانی، بازاریابی و تبلیغات جهانی در ورزش»، «ارتباطات جهانی در ورزش»، «پیامدها و حاکمیت جهانی در ورزش»، «تحلیل چالش‌های سیاسی اقتصادی و فرهنگی بر جهانی شدن ورزش ایران»
۳	اخلاق در ورزش	«نقد و بررسی نظریه‌ها و مدل‌های اخلاقی در ورزش»، «اخلاق در پژوهش‌های عملی در حوزه ورزش»، «اخلاق در رسانه‌های ورزشی»، «اخلاق حرفه‌ای و فرهنگ در ورزش»، «بازی جوانمردانه یا عادلانه در ورزش»، «اخلاق در ورزش حرفه‌ای و فساد در ورزش»، «اخلاق در مالکیت فکری و مشاوره‌های ورزشی»، «تحلیل وضعیت اخلاقی ورزش در ایران و جهان»
۴	مدیریت ارتباطات در صنعت ورزش	«نقد و بررسی نتایج مطالعات و پژوهش‌های مدیریت ارتباطات در ورزش»، «تاریخچه مدیریت نقد و بررسی مدل‌ها و نظریه‌های ارتباطات در ورزش»، «آثار اجتماعی، فرهنگی، اقتصادی و سیاسی مدیریت ارتباطات در ورزش»، «رسانه‌های اجتماعی، ارتباطات و تبلیغات اثربخش در ورزش»، «ورزش و رسانه‌های جمعی و تبلیغات محیطی»، «چاپ و انتشار در ارتباطات ورزشی و رسانه‌های نوین»، «روابط عمومی و بحران در ارتباطات ورزشی»، «قوانین و مقررات در مدیریت ارتباطات ورزشی»
۵	مدیریت منابع انسانی در سازمان‌های ورزشی	«دیدگاه‌های جامعه‌شناسی، فلسفی و روان‌شناسی در مدیریت منابع انسانی در ورزش»، «نقد و بررسی نظریه‌ها و مدل‌های مدیریت منابع انسانی در ورزش»، «مبانی و فرایند مدیریت استراتژیک در مدیریت منابع انسانی در ورزش»، «استراتژی‌ها در برنامه‌ریزی انسانی، کارگزینی، استخدام و به‌کارگماری در سازمان‌های ورزشی»، «داوطلب و داوطلب‌گرایی در ورزش»، «حرفه‌ای‌ها و حرفه‌ای‌گری در ورزش»، «بررسی تطبیقی مدیریت منابع انسانی در سازمان‌های ورزشی ملی و جهانی»، «تأثیر سیستم اطلاعاتی در تصمیم‌گیری منابع انسانی در سازمان‌های ورزشی»
۶	مدیریت داوطلبان در ورزش	«مفاهیم داوطلبی و خدمت داوطلبانه»، «نقد و بررسی نظریه‌ها و مدل‌های مدیریت داوطلبان در ورزش»، «فلسفه و اهمیت نهضت داوطلبی در ورزش»، «سازمان‌های ورزشی داوطلب»، «کارکردها و فرایند مدیریت داوطلبان در ورزش»، «مسائل حقوقی داوطلبان ورزشی»، «تحلیل وضعیت مدیریت داوطلبان در ایران و جهان»
۷	مدیریت بحران در ورزش	«مفاهیم بحران»، «انواع بحران در سازمان‌ها و رویدادهای ورزشی»، «تفاوت ریسک با بحران در ورزش»، «مدیریت ریسک در رویدادهای ورزشی»، «شناسایی ریسک‌ها و بحران‌ها در ورزش»، «روش‌های مواجهه با بحران‌های خارجی»، «راه‌های خروج از بحران»
۸	مدیریت اماکن و تجهیزات ورزشی	«نیازسنجی برای ساخت اماکن ورزشی»، «اصول و الزامات طراحی برای ساخت فضاهای ورزشی»، «مدیریت امنیت، ایمنی، بهداشت در اماکن ورزشی»، «امکانات و تجهیزات اماکن ورزشی: آبی، سالن‌های ورزشی، اماکن ورزشی روباز»، «مدیریت انبار و جایگاه تماشاچیان در اماکن ورزشی»، «اماکن ورزشی و معلولین، کودکان و بانوان»، «مدیریت جمعیت در اماکن ورزشی»، «قوانین و حقوق مدیریت اماکن ورزشی»

۹	مدیریت روابط عمومی و بین‌المللی در سازمان‌های ورزشی	«مفهوم روابط عمومی و مدل‌ها و نظریه‌های آن در ورزش»، «مخاطبان روابط عمومی و بازاریابی ورزشی»، «ارتباطات رسانه‌ای در وظایف روابط عمومی ورزشی»، «مفهوم سواد رسانه‌ای و خبرنگاری و گزارش‌نویسی در ورزش»، «ویژگی‌های کارکنان روابط عمومی در سازمان‌های ورزشی»، «روابط بین‌الملل در ورزش و سیستم‌های رسانه‌ای جهانی»، «تجزیه و تحلیل وضعیت ارتباطات رسانه‌ای در ورزش ایران»
۱۰	مدیریت عملکرد در سازمان‌های ورزشی	«مبانی مدیریت عملکرد و تعالی سازمانی»، «طراحی و استقرار سیستم‌های مدیریت عملکرد»، «مفهوم مدیریت عملکرد استراتژیک، گروهی و انفرادی»، «مدل‌های ارزیابی عملکرد در سازمان‌های ورزشی»، «روش‌های تدوین شاخص‌های عملکرد»، «طراحی هرم عملکرد و آسیب‌شناسی عملکرد»، «استفاده از داشبورد عملکرد و چراغ‌راهنما»
۱۱	رفتار سازمانی در ورزش	«نقد و بررسی نظریه‌ها و مدل‌های رفتار سازمانی در ورزش»، «معنویت در محیط کار و رفتار شهروندی سازمانی»، «سرمایه انسانی در ورزش»، «هوش عاطفی و چرخه زیستی در ورزش»، «مدیریت رفتار سیاسی و فرهنگ سازمانی در ورزش»، «مدیریت اخلاقیت و نوآوری در ورزش»، «توسعه مهارت برقراری ارتباط و یادگیری در سازمان‌های ورزشی»، «تحلیل وضعیت مدیریت رفتار سازمانی در ورزش ایران و جهان»
۱۲	تکنیک‌ها و مدل‌های ارزیابی	«مفاهیم ارزیابی عملکرد»، «شاخص‌ها و سیستم‌های ارزیابی عملکرد»، «روش‌های رتبه‌بندی عملکرد و بازخور ۳۶۰ درجه»، «مدل‌های تعالی سازمانی و کارت امتیازی متوازن»، «جایزه ملی کیفیت ایران»، «روش‌های ارزیابی ریسک در پروژه‌ها»، «ابزارهای کنترل کیفیت آماری و تحلیل پوششی داده‌ها»، «روش‌های تصمیم‌گیری چند متغیره»
۱۳	مدیریت اداری و مالی در ورزش	«مفاهیم منابع انسانی در ورزش»، «فرایند اجتماعی کردن و تحلیل شغل در ورزش»، «ارزیابی عملکرد و فرایند آموزش»، «فرایند برنامه‌ریزی نیروی انسانی»، «نحوه تنظیم انواع قراردادهای»، «ارتباط فرایند بودجه‌نویسی با فرایند مدیریت و حسابداری»، «ارتباط بودجه و مسائل مالی با اقتصاد ورزش»، «گردش بودجه، طبقه‌بندی بودجه و روش‌های تنظیم بودجه»
۱۴	مدیریت بازاریابی در اوقات فراغت و ورزش	«نقد و بررسی نظریه‌ها، فلسفه‌ها و مدل‌های بازاریابی در اوقات فراغت»، «آشنایی با مفاهیم اقتصادی در بازاریابی اوقات فراغت»، «تبلیغات، ارتباطات و حمایت مالی در بازاریابی اوقات فراغت و ورزش»، «شیوه‌های بازاریابی در اوقات فراغت و ورزش»، «نقش مالکیت معنوی در بازاریابی اوقات فراغت و ورزش»، «تحلیل وضعیت بازاریابی در اوقات فراغت و ورزش ایران»
۱۵	حمایت و سرمایه‌گذاری در ورزش	«نقد و بررسی مدل‌ها و نظریه‌های حمایت در ورزش»، «اصول و انواع حمایت در ورزش»، «مدیریت مالی و فرایند عقد قراردادهای حمایت در ورزش»، «مدیریت برند و حمایت مالی»، «حمایت از افراد و سازمان‌ها و جایگاه اجتماعی حامیان»، «نحوه ارزیابی حمایت در ورزش»، «قانون، نقش فرهنگ و رشد فناوری در حمایت از ورزش»، «بررسی تطبیقی وضعیت حمایت از ورزش ایران و جهان»، «تحلیل شرایط موجود حمایت در ورزش ایران و نقش آن در توسعه ورزش کشور»
۱۶	بازار جهانی در ورزش	«مفاهیم»، «رویدادهای بزرگ ورزشی و بازاریابی جهانی در ورزش»، «قوانین و حقوق بازاریابی جهانی در ورزش»، «محیط فرهنگی، سیاسی و اقتصادی بازاریابی جهانی در ورزش»، «ارتباطات رسانه‌ای و تبلیغات در بازاریابی جهانی در ورزش»، «چالش‌های بازاریابی جهانی در ورزش»، «استراتژی‌های ورود به بازار جهانی در ورزش»، «تجارت الکترونیک جهانی در ورزش»
۱۷	مدیریت تبلیغات در ورزش	«تاریخچه تبلیغات در ایران و جهان»، «اهداف تبلیغات در ورزش»، «جامعه‌شناسی و فرهنگ تبلیغات در ورزش»، «رسانه‌ها و تکنیک‌های تبلیغات ورزشی»، «تبلیغات و جنسیت و صحنه‌گذاری چهره‌های ورزشی در ایران و جهان»، «کجروی‌ها و انحرافات در تبلیغات ورزشی»، «تبلیغات پنهان و بازاریابی ورزشی»، «تبلیغات الکترونیک و محیطی در ورزش»
۱۸	شیوه‌های تحلیل اقتصادی در ورزش	«مفاهیم»، «شاخص‌های اقتصادی و نقش ورزش در توسعه آن»، «اقتصاد ورزش و تئوری مصرف در اقتصاد ورزش»، «عرضه و تقاضا در ورزش»، «مفهوم بازار و انواع آن در ورزش»، «انواع نظام‌های اقتصادی و نظام

	اقتصاد ایران»، «رسانه‌ها و جنبه‌های اقتصادی در ورزش»، «بازارهای نامطلوب و عوامل عدم مطلوبیت بازار در ورزش»	
۱۹	رسانه‌های دیجیتال و بازاریابی در ورزش	«مفهوم رسانه دیجیتال در ورزش»، «هنر بازاریابی دیجیتال و انواع رسانه‌های دیجیتال و نقش آن‌ها در بازاریابی ورزشی»، «مبانی ارتباطات، بازاریابی و رسانه‌های اجتماعی در ورزش»، «اثر رسانه‌های اجتماعی بر مردم و هواداران ورزش و سازمان‌های ورزشی»، «بازاریابی محتوا و اینترنتی در ورزش»، «بازاریابی موبایل و ایمیلی و ابزارهای بازاریابی دیجیتال در ورزش»، «کپی‌رایت و ارزیابی بازاریابی از طریق رسانه‌های دیجیتال در ورزش»
۲۰	مدیریت سازمان‌های مردم‌نهاد در ورزش	«مفهوم سازمان مردم‌نهاد»، «ابعاد مدیریت سازمان‌های مردم‌نهاد»، «الزامات قانونی و حقوقی در مدیریت سازمان‌های مردم‌نهاد»، «اهمیت اجتماعی - فرهنگی، اقتصادی و سیاسی سازمان‌های مردم‌نهاد»، «چالش‌های سازمان‌های مردم‌نهاد در ورزش»، «نمونه‌های موفق سازمان‌های مردم‌نهاد در ورزش»
۲۱	ارتباطات جهانی در ورزش	«نقش ماهواره در ارتباطات جهانی در ورزش»، «نقش شبکه‌های اجتماعی در ارتباطات جهانی در ورزش»، «تبلیغات جهانی در ورزش»، «نظریه‌های نوین در ارتباطات جهانی»، «سیستم‌های رسانه‌ای»، «ارتباطات بین-الملل و جهانی در ورزش»، «ورزش کشورهای اسلامی و ارتباطات بین‌الملل و جهانی در ورزش»، «قدرت و ارتباطات بین‌المللی و جهانی در ورزش»، «فرهنگ جهانی و ارتباطات بین‌المللی و جهانی در ورزش»
۲۲	تحلیل جامعه‌شناسی و فرهنگی در ورزش	«جامعه‌شناسی و اصول و نظریه‌های مهم آن»، «نهادهای اجتماعی و جامعه‌پذیری در ورزش: خانواده، مدرسه، دانشگاه، سازمان و امثال آن»، «تأثیرگذاری و سازگاری‌های اجتماعی در ورزش: اقتصاد، مذهب، سیاست، سلامت، انحرافات و امثال آن»، «کارکردهای اجتماعی ورزش در گروه‌های ویژه: معلولین، سالمندان، بیماران خاص و امثال آن»، «جامعه‌شناسی و مسائل فرهنگی ورزش زنان»، «ورزش و ارتباطات فرهنگی و اجتماعی»، «توسعه فرهنگ ورزشی و ورزش فرهنگی»، «تحلیل تحقیقات جامعه‌شناسی و فرهنگی ورزش و جامعه پسامدرن»
۲۳	مدیریت برند و برندسازی	«آشنایی با نظریه‌ها، فلسفه‌ها و مدل‌های برند»، «آشنایی با مفاهیم برند و طراحی لوگو و شمار برند»، «رویکرد هویتی و اقتصادی به برند»، «ارتباطات و رسانه‌ها در مدیریت برند»، «ارزش ویژه برند»، «فرایند برندسازی»، «نقش مالکیت معنوی در برند ایران»، «تحلیل وضعیت مدیریت برندهای ورزشی در ایران»
۲۴	مدیریت گردشگری ورزشی	«نقد و بررسی نظریه‌ها و مدل‌های گردشگری ورزشی»، «مطالعه تطبیقی گردشگری ورزشی در ایران و جهان»، «آشنایی با نحوه مدیریت رویدادهای گردشگری ورزشی»، «اکوتوریسم در ایران و جهان»، «اقلیم - شناسی ایران و برنامه‌ریزی گردشگری ورزشی در اقلیم‌های متفاوت»، «مدیریت اماکن گردشگری ورزشی در ایران»، «بازاریابی تورهای گردشگری ورزشی»، «قوانین و حقوق گردشگری ورزشی»
۲۵	مدیریت اردوها و ورزش‌های تفریحی در هوای آزاد	«مفاهیم کلی در مدیریت رویدادهای ورزشی»، «انواع رویدادها در ورزش»، «برنامه‌ریزی اردوهای ورزشی در هوای آزاد»، «ارتباطات و اداره و اجرای رویدادهای ورزشی در هوای آزاد»، «مدیریت کمپینگ و اردوهای ورزشی»، «رویدادهای ورزشی و حفظ منابع طبیعی»، «بازاریابی و تبلیغات در رویدادهای ورزشی در هوای آزاد»
۲۶	مدیریت ورزش در سازمان‌های آموزشی	«مفهوم سازمان‌های آموزشی و انواع آن»، «مدیریت ورزش در دانشگاه‌ها»، «مدیریت ورزش آموزشی، تفریحی و قهرمانی در مراکز آموزشی»، «چالش‌های ورزش در مراکز آموزشی»، «مقایسه ورزش مراکز آموزشی در ایران و جهان»، «تحلیل وضعیت ورزش در مراکز آموزشی ایران»
۲۸	مدیریت پروژه‌های ورزشی	«تعریف و تاریخچه مدیریت پروژه»، «فرایندهای مدیریت پروژه سازمانی در ورزش»، «برنامه‌ریزی پروژه‌های ورزشی»، «کنترل و ارزیابی پروژه‌های ورزشی»، «برنامه‌ریزی منابع انسانی در پروژه‌های ورزشی»، «بررسی موردی پروژه‌های سازمان‌های ورزشی»، «MSP در سازمان‌های ورزشی»
۲۹	سیاست و ورزش	«مفاهیم سیاست در ورزش»، «حاکمیت و حکومت و سازمان‌های سیاست‌گذار در ورزش»، «ورزش و جهانی‌شدن و دیپلماسی ورزشی»، «فدراسیون‌های ورزشی و سیستم‌های ملی و بین‌المللی»، «سیاست ورزش

		قهرمانی، حرفه‌ای و لیگ‌های ورزشی»، «نفوذ شهرنشینی بر شرکت مردم در ورزش»، «سیاست، نژادها، قومیت‌ها و جنسیت‌ها در ورزش»، «سیاست‌های عمومی و دوپینگ و توسعه بازارهای ورزش جهانی»
۳۰	تاریخ تحلیلی ورزش ایران و جهان	«ورزش در ایران باستان»، «قهرمان و اسطوره در تاریخ ورزش ایران و جهان»، «اتفاقات تاریخی و منحصربه‌فرد در ورزش ایران و جهان»، «عوامل اثرگذار بر رشد ورزش ایران و جهان»، «تحلیل اتفاقات در تاریخ ورزش و نتایج آن»، «منشأ پیدایش رشته‌های ورزشی در ایران»، «تحلیل وضعیت موجود ورزش و مقایسه آن با اتفاقات مشابه در گذشته ورزش در ایران و جهان»، «نقد و بررسی تاریخ ورزش»
۳۱	مسائل حقوقی و اخلاقی در ورزش	«تحلیل مبانی حقوقی در مدیریت ورزشی از دیدگاه اسلام و غرب»، «سازمان‌های بین‌المللی ورزشی از نگاه حقوق ورزشی: ساختار، وظایف و اختیارات»، «ورزش از منظر حقوق بشر»، «بررسی تفصیلی اساسنامه‌های ورزشی و آیین‌نامه‌های انضباطی و نحوه اعمال آن‌ها»، «حکمت یا داوری در مناقشات ورزشی»، «تحلیل حقوقی امور منابع انسانی سازمان‌ها و رویدادهای ورزشی: مربیان، ورزشکاران، داوران، تماشاگران، هیئت‌های اجرایی رویدادها»، «تحلیل حقوقی امور بازاریابی و حامیان مالی در ورزش»، «تحلیل حقوقی امور مالکیت معنوی و رسانه‌ای ورزش»
۳۲	تحلیل رفتار مصرف‌کننده در ورزش	«نقد و بررسی نظریه‌ها و مدل‌های رفتار مصرف‌کننده در ورزش»، «بخش‌بندی مصرف‌کنندگان در ورزش»، «نقش فرهنگ در رفتار مصرف‌کنندگان در ورزش»، «ابعاد روان‌شناختی رفتار مصرف‌کنندگان در ورزش»، «نقش ارتباطات در جذب مشتریان در ورزش»، «انواع رابطه مشتریان با ورزش»، «وفاداری و رضایت مشتریان در ورزش»، «تحلیل وضعیت موجود رفتار مصرف‌کننده در ایران»
۳۳	مدیریت راهبردی پیشرفته در ورزش	«مفاهیم، اصطلاحات، رویکردها و الگوهای مدیریت ورزشی»، «مدل‌های مدیریت راهبردی»، «مضمون‌بندی استراتژی‌های سازمانی SWOT، مشخص کردن گزینه‌ها و بدیل‌ها، انتخاب و اجرا»، «متغیرهای راهبردی سازمانی»، «روش‌های تحلیل محیط درون و برون سازمانی»، «تکنیک‌های ارزیابی ذی‌نفعان»، روش‌های اولویت‌بندی استراتژی‌ها»، «ابزارهای اجرا و ارزیابی استراتژی و برنامه‌ها»
۳۴	سمینار در مدیریت ورزشی	«ارائه کنفرانس و بحث و تبادل نظر در زمینه آخرین دستاوردهای علمی در حوزه مدیریت ورزشی»، «بحث و تبادل نظر پیرامون چگونگی تدوین گزارش پژوهش علمی: پایان‌نامه، مقاله و طرح پژوهشی»، «بحث و تبادل نظر پیرامون چگونگی ارائه گزارش علمی در همایش‌ها و جلسات دفاعیه پایان‌نامه»، «آشنایی با انواع و نحوه استفاده از ابزارهای مورد استفاده در ارائه گزارش علمی»، «نقد و بررسی پایان‌نامه‌ها، مقالات داخلی و خارجی حوزه مدیریت ورزشی»، «تهیه پروپوزال‌های علمی در مدیریت ورزش»
۳۵	مطالعات هدایت‌شده	استاد راهنما با توجه به حیطه یا موضوع انتخابی رساله دانشجویی، او را به صورت منظم در خصوص جمع‌آوری پیشینه تحقیق، مبانی نظری، مرور نظام‌مند مطالعات گذشته، آماده‌سازی ابزار جمع‌آوری داده‌ها و امثال آن راهنمایی می‌کند. دانشجوی موظف است هر هفته یک‌بار گزارش مربوط به تکالیف توافق‌شده با استاد راهنما را ارائه کند.

#### ۷-۱۱. انواع گرایش‌های رشته مدیریت ورزشی در ده دانشگاه برتر مدیریت ورزشی جهان

رشته مدیریت ورزشی به‌عنوان یک حوزه منحصربه‌فرد مطالعاتی مطرح است که در آن تربیت مدیران ورزشی باکیفیت بالا مورد توجه و تأکید قرار دارد. با توجه به رشد سریع دوره‌های تحصیلی مدیریت ورزشی و فرصت‌های موجود و در حال ظهور برای فارغ‌التحصیلان این رشته، ضرورت بررسی مستمر این دوره‌های آموزشی افزایش یافته است. دانشگاه‌ها باید علاوه بر وظایف آموزشی و پژوهشی به رویکردهای کارآفرینی و نوآوری هم توجه داشته باشند. در دهه‌های اخیر فضای حرفه‌ای مدیریت ورزش از دانشجویان می‌خواهد که از طریق کسب آموزش باکیفیت و میزان





قابل توجهی از تجربه قبل از ورود به نیروی کار، آمادگی خود را برای مطالبات صنایع ورزشی فراهم کنند. تاریخچه ظهور رشته مدیریت ورزشی را می‌توان در جدول ۷-۲۸ مرور کرد (عرب‌نرمی و خلیلیان، ۱۳۹۸).

جدول ۷-۲۸. تاریخچه شکل‌گیری رشته مدیریت ورزشی

ردیف	تاریخچه
۱	آغاز برنامه آموزشی مدیریت ورزشی در سال ۱۹۶۶ میلادی مصادف با ۱۳۴۵ خورشیدی در دانشگاه اوهایو آمریکا
۲	معرفی رشته جدید مدیریت ورزشی توسط انجمن مدیریت ورزشی آمریکای شمالی در دهه ۱۹۸۰ میلادی یا شصت خورشیدی
۳	برخورداری بیش از ۱۶۶ دانشگاه و کالج آمریکایی از رشته مدیریت ورزشی با ۳۹ برنامه در سال ۲۰۰۳ میلادی یا ۱۳۸۲ خورشیدی
۴	افزایش سه برابری و رسیدن به بیش از ۴۷۳ دانشگاه و کالج و ۷۹ برنامه در سال ۲۰۱۵ میلادی یا ۱۳۹۴ خورشیدی

هرچند اغلب گزارش‌ها بر اساس آمار منتشرشده از «انجمن مدیریت ورزشی آمریکای شمالی یا NASSM» است اما این پیشرفت در اغلب کشورهای جهان قابل مشاهده است. برای نمونه در کشور چین بیش از ۲۰ مؤسسه آموزشی در سال ۲۰۱۵ در رشته «مدیریت ورزشی» فعال بوده‌اند. این اعداد مؤید این مطلب است که رشد آموزش مدیریت ورزشی قابل توجه است. این حوزه نسبتاً جوان به پژوهش‌های بیشتری درباره «کیفیت آموزشی، برنامه‌درسی و موارد مشابه به آن» نیاز دارد. عرب‌نرمی و خلیلیان (۱۳۹۸) با توجه به اینکه دوره مدیریت ورزشی با گرایش‌های مختلف در مقطع کارشناسی ارشد برگزار می‌شود، به بررسی و مقایسه برنامه‌درسی رشته مدیریت ورزشی در مقطع کارشناسی ارشد در ایران و دانشگاه‌های منتخب پرداختند. در این پژوهش دانشگاه‌های برتر برگزارکننده دوره کارشناسی ارشد مدیریت ورزشی بر اساس رتبه‌بندی وبومتریک<sup>۱</sup> در سال ۲۰۱۸ به شرح جدول ۷-۲۹ انتخاب شدند.

جدول ۷-۲۹. دانشگاه‌های منتخب برگزارکننده دوره کارشناسی ارشد مدیریت ورزشی سطح جهان بر اساس وبومتریک

ردیف	کشور	دانشگاه	رتبه
۱	ایالات متحده (فلوریدا)	University of Florida	۳۲
۲	ایالات متحده (کانزاس)	University of Kansas	۱۳۸
۳	ایالات متحده (واشنگتن)	Georgetown University	۱۲۵
۴	ایالات متحده (ماساچوست)	Northeastern University	۲۴۰
۵	ایالات متحده (واشنگتن)	Washington State University	۱۷۰
۶	ایالات متحده (ایندیانا)	University of Southern Indiana	۲۴۸۲
۷	ایالات متحده (اوهایو)	OHIO University	۵۴۳
۸	ایالات متحده (می‌سی‌سی‌پی)	The University of Southern Mississippi	۸۲۰
۹	انگلستان (منچستر)	Manchester University	۵۱۸۲

۱. «وبومتریک یا Webometric» یک سایت رتبه‌بندی دانشگاه‌های جهان بر اساس وب‌سایت اینترنتی دانشگاه‌ها است. شاخص‌های وبومتریک میزان توجه مؤسسات و دانشگاه‌ها را به نشر اینترنتی نشان می‌دهد. به عبارت دیگر هدف اصلی این رتبه‌بندی حمایت از طرح‌های دسترسی آزاد به منظور افزایش انتقال علم و دانش تولیدشده توسط دانشگاه‌ها به کل جامعه است. بنابراین هدف از این رتبه‌بندی ارزیابی طراحی وب‌سایت‌ها و میزان بازدید آن‌ها نیست و در واقع رتبه مناسب برای یک دانشگاه تنها در صورتی امکان‌پذیر است که حضور آن دانشگاه در فضای مجازی، آینه‌ای تمام‌نما از دانشگاه در فضای واقعی باشد. البته برخی دانشگاه‌های باکیفیت آموزشی بالا ممکن است به دلیل عدم تمایل به سیاست‌های انتشار اینترنتی، در این نوع رتبه‌بندی جایگاه مورد انتظار را به دست نیاورند. از دیگر اهداف این رتبه‌بندی، ارزیابی جهانی دانشگاه‌ها است و بدین منظور تلاش شده است تا مؤسسات و دانشگاه‌های معتبر در همه کشورهای دنیا (توسعه‌یافته و در حال توسعه) ارزیابی شوند.

۳۵۵۶	Bucks New University	انگلستان	۱۰
۱۱۳۹	Leeds Beckett University	انگلستان	۱۱
۱۵۲۹	Adelphi University	ایالات متحده (نیویورک)	۱۲
۲۱۷	Virginia Commonwealth University	ایالات متحده (ویرجینیا)	۱۳
۱۵۴۱	Gonzaca University	ایالات متحده (واشنگتن)	۱۴
۵۲۴۰	Fresno Pacific University	ایالات متحده (کالیفرنیا)	۱۵
۱۷۴۹	Ondokuz Mayıs	ترکیه	۱۶

جدول ۷-۳۰ عناوین دروس در ایران و دانشگاه‌های منتخب را نشان می‌دهد (عرب‌نرمی و خلیلیان، ۱۳۹۸).

جدول ۷-۳۰. عناوین درسی مدیریت ورزشی در ایران و دانشگاه‌های مورد مطالعه به صورت مقایسه‌ای

ردیف	دانشگاهها	دانشگاه فلوریدا	دانشگاه کانزاس	دانشگاه جرج تاون	دانشگاه نورت ایسترن	دانشگاه آلاباما واشنگتن	دانشگاه آیدهاوا ای جی بی	دانشگاه آهایو	دانشگاه میچسپر	دانشگاه باکینگهام شهر	دانشگاه لیدر بکت	دانشگاه می‌سی‌سی‌پی	دانشگاه آلفی	دانشگاه ویرجینیا	دانشگاه گونزاکا	دانشگاه فرسنو	اوندوکوز مایس	ایران
۱	بازاریابی ورزشی، تبلیغات ورزشی و...	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
۲	حمایت مالی در ورزش و...			*						*			*					*
۳	فروش در ورزش، فروش بلیت و...			*			*								*			*
۴	حقوق ورزشی، قراردادهای و مذاکرات و...	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
۵	مدیریت مالی و اقتصادی و بازرگانی در ورزش و...	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
۶	اخلاق ورزشی، اخلاق در صنعت ورزش و...	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
۷	ارتباطات، رسانه، روابط عمومی و بین‌الملل در ورزش	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
۸	مدیریت رویداد ورزشی، توسعه رویدادهای ورزشی و...	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
۹	مدیریت اوقات فراغت و تفریحات، گردشگری ورزشی	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
۱۰	مدیریت، تجهیز، نگهداری و ایمنی اماکن ورزشی	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
۱۱	برنامه‌ریزی استراتژیک ورزشی					*			*	*				*				*
۱۲	مدیریت، سازمان و نظریه‌های سازمان و مدیریت	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
۱۳	کسب‌وکار در ورزش	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
۱۴	روش تحقیق	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
۱۵	کارورزی، تمرین در مدیریت ورزشی	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
۱۶	جامعه‌شناسی ورزشی	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
۱۷	مدیریت منابع انسانی و داوطلبان در ورزش	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
۱۸	تاریخ ورزشی					*				*								*

*	*			*	*	*	*			*					پروژه تحقیقاتی، مطالعه مستقل و تحقیقی و پایان‌نامه	۱۹
		*		*		*						*			مدیریت حرفه‌ای در ورزش	۲۰
*	*				*								*		رفتار سازمانی در ورزش، روان‌شناسی ورزشی	۲۱
*	*								*						کارآفرینی	۲۲
*					*			*							سیاست و ورزش، سیاست و حکومت ورزشی	۲۳
*	*		*	*					*	*	*				موضوعات ویژه در مدیریت ورزشی	۲۴

مقایسه ایران با دانشگاه‌های مورد مطالعه همپوشانی قابل توجهی در عناوین درسی بازاریابی، مدیریت رویداد، ارتباطات، حقوق، اخلاق و رسانه نشان می‌دهد. تفاوت‌های بارزی در تأکید بر عناوین درسی مدیریت اماکن و تسهیلات ورزشی، مدیریت اوقات فراغت و مدیریت راهبردی در ورزش بین ایران و بسیاری از دانشگاه‌های منتخب وجود دارد. همچنین عناوین درسی در هر گرایش نیز می‌بایست با توانمندی‌های مورد انتظار در آن گرایش مطابقت داشته باشد. با این توضیحات بحث از ایجاد انواع گرایش در مقطع کارشناسی ارشد و ارائه عناوین درسی بر اساس متناسب با گرایش‌ها برای دستیابی دانشجویان و دانش‌آموختگان به توانایی‌های مورد انتظار از ضروریات در حوزه علوم ورزشی است. در ایران گرایش یا رشته مدیریت ورزشی در مقطع «کارشناسی» وجود ندارد و دانشجویان علاقه‌مند به مدیریت ورزشی تحصیل در این گرایش را از مقطع کارشناسی ارشد آغاز می‌کنند و به‌منظور کسب پایه دانشی لازم، دروس متنوعی از مدیریت را در ترم‌های اول مقطع کارشناسی ارشد می‌گذرانند؛ یعنی باید در یک فرصت چهار ترمی، دانش کلی از «مدیریت و مدیریت ورزش» را کسب کنند و در گرایش تخصصی انتخاب‌شده (یکی از شش گرایش) نیز به ارائه سمینار و پروژه تحقیقاتی بپردازند. با این توجیه امکان کسب توانمندی‌های مورد انتظار در این بازه زمانی برای هر یک از دوره‌ها قابل نقد و بررسی بیشتر است. در این زمینه این سؤال مطرح است که «آیا گذراندن هفت عنوان درس تخصصی و سه عنوان درس اختیاری به همراه پایان‌نامه منجر به کسب توانمندی‌های مورد انتظار در هر گرایش خواهد شد؟» (عرب‌نرمی و خلیلیان، ۱۳۹۸).

تطبیق عناوین درسی نشان می‌دهد که برنامه آموزشی مدیریت ورزشی دارای بیشترین تنوع عناوین درس و بیشترین تنوع گرایش در زمینه «مدیریت ورزشی» نسبت به دانشگاه‌های منتخب است. رشته مدیریت ورزشی دارای حدود ۶۰ عنوان در شش گرایش است که تنوع بالاتری نسبت به هریک از دانشگاه‌های منتخب دارد. آموزش مدیریت ورزشی به‌صورت عمومی دارای مزایا و معایبی است. از جمله مزایای آن امکان نظارت بر برنامه‌های درسی مدیریت ورزشی است و از مهم‌ترین معایب آن عدم توانایی تغییر و تطبیق با تحولات به‌روز مدیریت ورزش در سطح جهان است. تغییر برنامه‌درسی در ایران یک فرایند زمان‌بر بوده و نیاز به مصوبات لازم دارد. همچنین امکان مشارکت و ارائه نظرات در آن محدود است. پژوهش‌های متعددی در ایران بر همسو نبودن سرفصل‌ها با نیازهای جامعه و در مواردی ضعف تخصصی اساتید اشاره دارند (عرب‌نرمی و خلیلیان، ۱۳۹۸).

## ۷-۱۲. مفاهیم پایه در مدیریت ورزشی

در مدیریت ورزشی مفاهیم کاربردی متعددی وجود دارد که برخی از مهم‌ترین آن‌ها برای ورود به مباحث مدیریت در جدول ۷-۳۱ ارائه شده است.

جدول ۷-۳۱. مفاهیم پایه و کاربردی در رشته مدیریت ورزشی

ردیف	مفهوم	توضیح
۱	مدیریت ورزشی	شامل وظایف: «برنامه‌ریزی»، «سازمان‌دهی»، «به‌کارگیری نیروی انسانی»، «هدایت و رهبری»، «نظارت و کنترل» در سازمان ورزشی
۲	برنامه‌ریزی	شامل دو نوع راهبردی و عملیاتی
۳	برنامه‌ریزی راهبردی	برنامه‌ریزی با اهداف بلندمدت مانند چشم‌انداز، بیانیه مأموریت، راهبردها و اهداف کلی
۴	برنامه‌ریزی عملیاتی	برنامه‌ریزی در دوره‌های کوتاه‌مدت برای رسیدن به اهداف بلندمدت
۵	چشم‌انداز	اهداف بلندمدت در بلندترین دوره زمانی یا افق هدف سازمانی
۶	بیانیه مأموریت	رسالت سازمانی یا مأموریت اصلی سازمان ورزشی
۷	راهبردها	یا استراتژی با تأکید بر مسیر هدایت‌کننده اقدامات در جهت اهداف سازمانی
۸	اهداف کلی	اهداف در دوره‌های زمانی کوتاه‌تر از چشم‌انداز که با تحقق آن‌ها در نهایت چشم‌انداز محقق می‌شود.
۹	اهداف عملیاتی	اهداف عینی و در دوره زمانی کوتاه که میزان حصول به آن قابل اندازه‌گیری است.
۱۰	سازمان	هر محیطی که بیش از دو نفر برای اهداف مشترکی در آن فعالیت کنند.
۱۱	اثربخشی	میزان دستیابی به هدف سازمانی
۱۲	کارایی	میزان هزینه و وقت صرف شده کمتر برای رسیدن به هدف سازمانی
۱۳	بهره‌وری	میزان ستاده نسبت به نهاده از مجموعه منابع مدیریت ورزشی
۱۴	منابع مدیریت	شامل منابع: «انسانی، مالی، فیزیکی و اطلاعاتی»
۱۵	منابع انسانی	شامل نیروی انسانی با توانایی‌های لازم برای رسیدن به اهداف سازمانی
۱۶	منابع مالی	شامل پول و شرایط مالی برای رسیدن به اهداف سازمانی
۱۷	منابع فیزیکی	شامل انواع امکانات ساختمانی، تجهیزات و امکانات اداری برای رسیدن به اهداف سازمانی
۱۸	منابع اطلاعاتی	شامل انواع داده‌ها، اطلاعات و دانش برای رسیدن به اهداف سازمانی
۱۹	سبک‌های رهبری	شامل انواع اقتدارگرا یا آمرانه، آمرانه قبول‌اندنی، مشارکتی و تفویضی
۲۰	سازمان‌دهی	تعیین ساختار روابط منابع انسانی با سلسله‌مراتب و وظایف مشخص برای رسیدن به اهداف
۲۱	کارگزینی	گزینش، جذب، کاربرد، نگهداری و توانمندسازی نیروی انسانی در جهت اهداف سازمانی
۲۲	هدایت‌ور رهبری	انگیزش و هدایت کارکنان بر اساس ساختار و در جهت رسیدن به اهداف سازمانی
۲۳	ارزیابی	شامل پیش از اجرا، حین اجرا و پس از اجرا برای اطمینان از حصول به اهداف سازمانی
۲۴	مهارت‌های مدیریتی	شامل مهارت‌های ادراکی، انسانی و عملیاتی
۲۵	مهارت ادراکی مدیر	توانایی در شناخت کلی از برنامه‌های سازمان، مجموعه فعالیت‌ها و روابط حاکم بر سازمان
۲۶	مهارت‌های انسانی	توانایی برقراری ارتباط با دیگر کارکنان در واحدهای بالادست و زبردست
۲۷	مهارت عملیاتی	توانایی هدایت فعالیت‌های تخصصی و فنی
۲۸	سطوح مدیریت	ارشد، میانی و عملیاتی
۲۹	مدیریت ارشد	یا مدیران عالی با مسئولیت در سطوح بالای سازمان و تعیین راهبردها
۳۰	مدیریت میانی	با مسئولیت ارتباط مدیران ارشد و مدیران عملیاتی سازمان
۳۱	مدیریت عملیاتی	مدیران خط اجرا و عملیات تخصصی سازمان

۳۲	ارزیابی SWOT	بررسی و شناسایی نقاط قوت S، ضعف W، فرصت O و تهدید T
۳۳	نظارت عملکرد	سنجش و اصلاح عملکرد یک سازمان برای به اطمینان از کسب اهداف سازمانی
۳۴	حکمرانی در ورزش	شامل مفهوم هدایت، کنترل و قانون‌گذاری و شامل سطوح محلی، ملی و بین‌المللی
۳۵	هم‌افزایی	همکاری مجزای چند عامل به طوری که اثر کلی آن‌ها از جمع اثرات عوامل مستقل بیشتر باشد.

### خلاصه

در علوم ورزشی گرایش «مدیریت ورزشی»، خود دارای گرایش‌های متعدد تخصصی تری است. در ایران به جز برخی رشته‌های تخصصی در دانشگاه‌های جامع علمی-کابردی و سپس فنی حرفه‌ای و مقاطع ناپیوسته، در سایر دانشگاه و در مقطع کارشناسی پیوسته، گرایش «مدیریت ورزشی» وجود ندارد. اما در مقطع کارشناسی ارشد شش گرایش «راهبردی، بازاریابی، رسانه، اماکن، اوقات فراغت و رویداد» وجود دارد. در مقطع دکتری به شکل عمومی و با عنوان دکترای مدیریت ورزشی مطرح می‌شود و دانشجوی دکتری باید با مطالعات هدایت‌شده و به‌ویژه رساله دکتری تخصص اصلی خود در «مدیریت ورزشی» را مشخص کند.

### فعالیت‌هایی برای یادگیری

- درباره انواع گرایش‌های مدیریت ورزشی مطالعه کنید و آن‌ها را با توجه به علائق خود اولویت‌بندی کنید.
- با چند متخصص مدیریت ورزشی اولویت‌های خود را با توجه به شرایط و ظرفیت‌ها به شور بگذارید و جمع‌بندی خود را به صورت یک مقاله نقد و تحلیلی درباره گرایش‌ها بنویسید.

# فیزیولوژی ورزش

۸

هدف کلی: آشنایی با رشته فیزیولوژی ورزش

اهداف یادگیری:

- آشنایی با مبانی شکل‌گیری رشته فیزیولوژی ورزش
- آشنایی با انواع گرایش‌های تخصصی کارشناسی ارشد فیزیولوژی ورزش
- آشنایی با دکترای فیزیولوژی ورزشی

## مقدمه

رشته فیزیولوژی ورزشی به تعامل بین فعالیت بدنی، فعالیت ورزشی و واکنش‌های فیزیولوژیایی بدن می‌پردازد. در این فصل به معرفی این رشته دانشگاهی پرداخته می‌شود.

## ۸-۱. مبانی شکل‌گیری رشته فیزیولوژی ورزشی

رشته فیزیولوژی ورزشی، قدمتی در حدود یک قرن در سطح بین‌المللی دارد، از زمان تدریس فیزیولوژی در دانشکده‌های پزشکی، این گرایش نیز مطرح بوده است. در ادامه دانشکده‌های تربیت‌بدنی نیز فیزیولوژی ورزش را به‌عنوان یک گرایش از رشته تربیت‌بدنی در مقاطع کارشناسی، کارشناسی‌ارشد و دکتری راه‌اندازی کردند. امروز در ایران در مقطع کارشناسی‌ارشد رشته فیزیولوژی ورزش در گرایش‌های مختلف و در مقطع دکتری با عنوان کلی فیزیولوژی ورزش دانشجو تربیت می‌شود.

رشته فیزیولوژی ورزشی، یک علم بین‌رشته‌ای است که فعالیت بدنی، فعالیت ورزشی و واکنش‌های فیزیولوژیکی بدن را در شرایط «فعالیت، استراحت، بیماری و سلامت»، «پاسخ‌های حادومزمن» و «سازگاری‌های سیستم‌های مختلف بدن به فعالیت ورزشی» را مورد مطالعه و تحقیق قرار می‌دهد. این علم، با یافته‌های جدید در فیزیولوژی «قلب و عروق»، «تنفس»، «غدد»، «سیستم اسکلتی-عضلانی» و «تعادل بین آن‌ها» هم سروکار دارد. «ایمنی‌شناسی ورزش»، «روان‌شناسی ورزش» و «بیوشیمی» نیز از پیوست‌های لاینفک این رشته هستند. فیزیولوژی ورزشی اعمال بدن موجودات زنده به‌ویژه انسان را در فعالیت مطالعه می‌کند. سلول‌ها و بافت‌های بدن موجودات زنده با یکدیگر در ارتباط هستند. فعالیت‌های بدنی در هنگام ورزش روی این ارتباط اثر می‌گذارد. این اثر با توجه به «شرایط زمانی، مکانی، محیطی، سنی، جنسی و نژادی» قابل‌تغییر است. رشته «فیزیولوژی ورزشی» ضمن پوشش بحث‌های مورد اشاره به‌طور کلی بر تعامل بین «فعالیت بدنی»، «فعالیت‌های ورزشی و تمرین» و «پاسخ فیزیولوژیک بدن به آن‌ها» می‌پردازد. استفاده از اصول و یافته‌های فیزیولوژی فعالیت ورزشی می‌تواند به بهبود «روش زندگی»، «کارآمدتر شدن ورزشکاران در صحنه‌های ورزشی» و «مقاومت و غلبه بر بیماری‌ها» کمک کند (کمپته علوم ورزشی، ۱۳۹۰).

## ۸-۲. دوره کارشناسی‌ارشد فیزیولوژی ورزشی و گرایش‌های آن در ایران

سیر تحول و تغییرات گرایش فیزیولوژی ورزشی در ایران را می‌توان در جدول ۸-۱ مرور کرد.

جدول ۸-۱. سیر تغییر عنوان رشته و گرایش دوره کارشناسی ارشد فیزیولوژی ورزشی در ۳۰ سال گذشته در ایران

ردیف	زمان	عنوان رشته و گرایش	دروس اصلی فیزیولوژی ورزشی
۱	۱۳۶۸	تربیت بدنی و علوم ورزشی	«آناتومی انسانی»، «فیزیولوژی انسانی»، «بیوشیمی»، «فیزیولوژی ورزشی»
۲	۱۳۸۲	تربیت بدنی - گرایش فیزیولوژی ورزشی	«آناتومی انسان»، «فیزیولوژی انسان ۱ و ۲»، «فیزیولوژی ورزشی»، «فیزیولوژی ورزشی کاربردی»، «تغذیه و ورزش»، «علم تمرین»، «سمینار»، «فیزیولوژی ورزشی دوران رشد»
۳	۱۳۹۰	فیزیولوژی ورزشی با ۵ گرایش: الف) فیزیولوژی فعالیت بدنی و تندرستی ب) فیزیولوژی ورزشی کاربردی ج) فیزیولوژی فعالیت ورزشی محض د) فیزیولوژی فعالیت ورزشی بالینی ه) تغذیه ورزش	الف) «اپیدمیولوژی فعالیت بدنی و تندرستی»، «سمینار پژوهشی فعالیت بدنی و تندرستی»، «فیزیولوژی فعالیت بدنی و تندرستی»، «فیزیولوژی فعالیت بدنی کودکان و نوجوانان»، «آزمون، تجویز و نظارت بر آمادگی بدنی»، «تغذیه و کنترل وزن ویژه تندرستی»، «مقدمه‌ای بر ارزیابی و برنامه‌ریزی فعالیت بدنی» ب) اصول برنامه‌ریزی تمرین و فعالیت ورزشی، «تغذیه ورزشی پیشرفته»، «متابولیسم فعالیت ورزشی و تمرین»، «سمینار پژوهشی تمرین ورزشی»، «برنامه‌ریزی پیشرفته ویژه قدرت و استقامت»، «موضوعات پیشرفته در فیزیولوژی ورزشی»، «تکنیک‌های آزمایشگاهی در تمرین و فعالیت ورزشی» ج) «سمینار در فیزیولوژی فعالیت ورزشی»، «آناتومی ویژه فعالیت ورزشی»، «فیزیولوژی ورزشی پیشرفته»، «تکنیک‌های آزمایشگاهی پیشرفته فعالیت ورزشی»، «بیوشیمی و متابولیسم فعالیت ورزشی»، «فیزیولوژی ورزشی کودکان و نوجوانان»، «فیزیولوژی ورزشی کاربردی» د) «فیزیولوژی ورزشی ویژه گروه‌های خاص»، «سمینار پژوهشی در فیزیولوژی ورزش بالینی»، «آزمون و تجویز فعالیت ورزشی در بیماری‌ها»، «ابعاد روانی سلامتی بخش فعالیت ورزشی»، «چاقی پیشرفته و کنترل وزن»، «بیوانرژتیک فعالیت ورزشی»، «بازتوانی قلبی، عروقی و تنفسی با فعالیت ورزشی» ه) «بیوشیمی ویژه تغذیه ورزشی»، «تغذیه انسانی»، «اصول تغذیه در فعالیت ورزشی و تمرین»، «سمینار پژوهشی در تغذیه ورزشی»، «مواد ارگوتیک در ورزش‌ها»، «بیوانرژتیک ورزشی»، «ارزیابی و طراحی رژیم غذایی»

هدف از تأسیس دوره کارشناسی ارشد رشته فیزیولوژی ورزشی عبارت است از پرورش افراد سرآمد و متخصص در حوزه فیزیولوژی ورزشی تا بتوانند به آموزش، برنامه‌ریزی، اجرا و راهنمایی و تحلیل مشکلات و پژوهش در این رشته بپردازند و با تولید یافته‌های جدید علمی در گسترش هر چه بیشتر مبانی فیزیولوژی ورزشی و توسعه مرزهای دانش در حوزه مورد اشاره نائل شوند. از دانش‌آموختگان هر یک از پنج گرایش فیزیولوژی ورزشی توقع می‌رود که به یک مجموعه توانایی‌های عمومی و تخصصی دست یابند. توانایی‌های عمومی مربوط به تمامی گرایش‌ها و به شرح جدول ۸-۲ خواهند بود و توانایی‌های تخصصی مربوط به هر گرایش است که در ذیل همان گرایش معرفی خواهد شد.

جدول ۸-۲. توانایی‌های عمومی مورد انتظار از دانش‌آموختگان انواع گرایش‌های کارشناسی ارشد فیزیولوژی ورزشی

ردیف	توانایی
۱	برنامه‌ریزی برای بهره‌گیری از یافته‌های علوم فیزیولوژی ورزشی در موقعیت‌های واقعی
۲	تحلیل وضعیت‌های مربوط به مسائل حوزه فیزیولوژی فعالیت ورزشی
۳	توانایی تحقیق و به‌کارگیری یافته‌ها در فرایند تدریس/یادگیری
۴	انجام پژوهش در گرایش‌های تخصصی خود و همکاری در امور پژوهشی سایر گرایش‌های رشته فیزیولوژی ورزش
۵	تدریس دروس مربوط به گرایش تخصصی خود در دوره‌های کاردانی و کارشناسی رشته‌های گوناگون علوم ورزشی



طول دوره در هر یک از گرایش‌ها دو سال و دروس آن اغلب جنبه نظری و پژوهشی دارد. طول هر نیمسال ۱۶ هفته آموزش و مدت هر واحد نظری ۱۶ ساعت و درس عملی آزمایشگاهی ۳۲ ساعت است. تعداد کل واحدهای درسی در هر گرایش ۳۲ واحد درس شامل «شش واحد دروس پایه»، «۱۴ واحد دروس تخصصی»، «شش واحد دروس انتخابی» و «شش واحد پایان‌نامه» است. دانشجویانی که در دوره کارشناسی، تعداد واحدهای لازم درسی را نگذرانده باشند یا از سایر رشته‌ها آمده باشند، باید واحدهای درسی کمبود خود را بین هشت تا ۱۲ واحد با نظر مدیرگروه بگذرانند. دست‌کم چهار واحد از دروس جبرانی باید از میان دروس علمی دوره کارشناسی انتخاب شود. دانشجویان دو درس «رایانه پیشرفته» و «زبان تخصصی» را نیز می‌گذرانند اما سرجمع جزو دروس محاسبه نخواهد شد. دروس پایه به میزان شش واحد برای کلیه گرایش‌ها شامل درس‌های «روش تحقیق در علوم ورزشی»، «آمار زیستی ویژه فعالیت ورزشی» و «فیزیولوژی انسان پیشرفته ویژه فعالیت ورزشی» با سرفصل‌هایی به شرح جدول ۸-۳ هستند.

جدول ۸-۳. سرفصل و محتوای دروس پایه مشترک در ۵ گرایش مقطع کارشناسی ارشد فیزیولوژی ورزشی

ردیف	درس	سرفصل‌ها
۱	روش تحقیق در علوم ورزشی	«هدف از تحقیق و انواع تحقیق»، «انواع منابع و متون تحقیقی در علوم ورزشی و نحوه استفاده از آن‌ها»، «اهداف پیشینه تحقیق و چگونگی جمع‌آوری پیشینه»، «فرضیه، هدف و سؤال تحقیق»، «روش‌های نمونه‌گیری»، «انواع متغیرها و نحوه کنترل آن‌ها در تحقیق»، «طرح تحقیق و انواع آن در علوم ورزشی»، «اعتبار، روانی و توان تحقیق»، «اصول نوشتار پروپوزال تحقیق در علوم ورزشی»، «مسائل اخلاقی و اصول علمی در تحقیق»
۲	آمار زیستی ویژه فعالیت ورزشی	«اندازه‌های مرکزی و پراکندگی»، «منحنی نرمال و نحوه محاسبه Z و T»، «همبستگی و نحوه انجام آن در SPSS»، «آزمون t زوجی یا وابسته و t غیروابسته در SPSS»، «آزمون آماری آنالیز واریانس یک‌سویه در SPSS»، «آزمون آماری آنالیز واریانس مکرر در SPSS»، «آزمون آماری آنالیز واریانس ترکیبی در SPSS»، «آنالیز واریانس مشترک یا ANCOVA در SPSS»، «آزمون‌های آماری ناپارامتریک ویلکسون و من‌ویتنی در SPSS»، «آزمون‌های آماری ناپارامتریک کراسکال والیسی و فریدمن در SPSS»
۳	فیزیولوژی انسان پیشرفته ویژه فعالیت ورزشی	«مفاهیم فیزیولوژیایی»، «سلول، بافت‌های بدن و عملکرد فیزیولوژیایی آن‌ها»، «دستگاه قلب و گردش خون»، «فیزیولوژی ریه و تنفس»، «نوروفیزیولوژی»، «عملکرد فیزیولوژیایی مغز»، «فیزیولوژی نخاع شوکی و دستگاه عصبی محیطی»، «فیزیولوژی مقایسه‌ای عضلات اسکلتی و صاف»، «فیزیولوژی دستگاه معده‌ای-روده‌ای»، «دستگاه غدد درون‌ریز»، «دستگاه تولیدمثل»، «دستگاه کلیوی، مایعات بدن و دفع»

«درس شش واحدی پایان‌نامه» نیز یک پروژه پژوهشی در حوزه تخصصی مربوطه است که دانشجویان بعد از گذراندن موفقیت‌آمیز ۲۶ واحد (علاوه بر دروس جبرانی احتمالی) قابل اخذ خواهد بود. ضمن اینکه برخی دانشگاه‌ها که مجوز برگزاری دوره‌های آموزش محور داشته باشند، به‌جای شش واحد پایان‌نامه از دروس نظری جایگزین مشخص شده استفاده خواهند کرد. با این حال مهم‌ترین تفاوت بین گرایش‌ها «دروس تخصصی و انتخابی» به شرح جدول ۸-۴ هستند.

جدول ۸-۴. دروس «تخصصی» و «انتخابی» برای گرایش‌های کارشناسی ارشد فیزیولوژی ورزشی

ردیف	گرایش	درس‌ها
۱	فیزیولوژی فعالیت بدنی و تندرستی	<b>الف) تخصصی:</b> «اپیدمیولوژی فعالیت بدنی و تندرستی»، «سمینار پژوهشی فعالیت بدنی و تندرستی»، «فیزیولوژی فعالیت بدنی و تندرستی»، «فیزیولوژی فعالیت بدنی کودکان و نوجوانان»، «آزمون، تجویز و نظارت بر آمادگی بدنی»، «تغذیه و کنترل وزن ویژه تندرستی»، «مقدمه‌ای بر ارزیابی و برنامه‌ریزی فعالیت بدنی»
		<b>ب) انتخابی:</b> «اصول طراحی و برنامه‌ریزی فعالیت بدنی»، «تکنیک‌های میدانی و آزمایشگاهی پیشرفته»، «استرس محیطی در فیزیولوژی فعالیت بدنی»، «فعالیت بدنی و پیشگیری از بیماری‌های مزمن و ناتوانی‌ها»، «فیزیولوژی فعالیت بدنی زنان و سالمندان و افراد خاص» و «ابعاد روانی فعالیت بدنی»
۲	فیزیولوژی ورزشی کاربردی	<b>الف) تخصصی:</b> «اصول برنامه‌ریزی تمرین و فعالیت ورزشی»، «تغذیه ورزشی پیشرفته»، «متابولیسم فعالیت ورزشی و تمرین»، «سمینار پژوهشی - تمرین ورزشی»، «برنامه‌ریزی پیشرفته ویژه قدرت و استقامت»، «موضوعات پیشرفته در فیزیولوژی ورزشی»، «تکنیک‌های آزمایشگاهی در تمرین و فعالیت ورزشی»
		<b>الف) انتخابی:</b> «ملاحظات ارتوپدیک و بیومکانیک در تمرین‌های ورزشی»، «روان‌شناسی فعالیت ورزشی و تمرین»، «استفاده و سوءاستفاده از داروها»، «تکنیک‌های آزمایشگاهی پیشرفته»، «استرس محیطی در تمرین و فعالیت ورزشی»، «بدن‌سازی ویژه رشته‌های ورزشی»
۳	فیزیولوژی فعالیت محض	<b>الف) تخصصی:</b> «سمینار در فیزیولوژی فعالیت ورزشی»، «آناتومی ویژه فعالیت ورزشی»، «فیزیولوژی ورزشی پیشرفته»، «تکنیک‌های آزمایشگاهی پیشرفته فعالیت ورزشی»، «بیوشیمی و متابولیسم فعالیت ورزشی»، «فیزیولوژی ورزشی کودکان و نوجوانان»، «فیزیولوژی ورزشی کاربردی»
		<b>ب) انتخابی:</b> «فیزیولوژی ورزشی بالینی»، «ابعاد روانی فعالیت ورزشی»، «تغذیه ورزشی پیشرفته»، «تأثیر عوامل محیطی بر فعالیت ورزشی»، «ایمونولوژی فعالیت ورزشی»، «بیوانرژتیک فعالیت ورزشی»
۴	فیزیولوژی فعالیت بالینی	<b>الف) تخصصی:</b> «فیزیولوژی ورزشی ویژه گروه‌های خاص»، «سمینار پژوهشی در فیزیولوژی ورزش بالینی»، «آزمون و تجویز فعالیت ورزشی در بیماری‌ها»، «ابعاد روانی سلامتی بخش فعالیت ورزشی»، «چاقی پیشرفته و کنترل وزن»، «بیوانرژتیک فعالیت ورزشی»، «بازتوانی قلبی، عروقی و تنفسی با فعالیت ورزشی»
		<b>ب) انتخابی:</b> «استرس محیطی در فیزیولوژی ورزشی بالینی»، «آزمون و تفسیر آمادگی بدنی بیماران»، «داروشناسی و علوم ورزشی»، «تغذیه ورزشی کاربردی در سبک زندگی»، «بیماری‌های متابولیکی و فعالیت ورزشی»، «فیزیولوژی ورزشی کودکان و نوجوانان»
۵	تغذیه ورزش	<b>الف) تخصصی:</b> «بیوشیمی ویژه تغذیه ورزشی»، «تغذیه انسانی»، «اصول تغذیه در فعالیت ورزشی و تمرین»، «سمینار پژوهشی در تغذیه ورزشی»، «مواد ارگوتیک در ورزش‌ها»، «بیوانرژتیک ورزشی»، «ارزیابی و طراحی رژیم غذایی»
		<b>ب) انتخابی:</b> «فیزیولوژی فعالیت ورزشی پیشرفته»، «روش‌های آزمایشگاهی تغذیه ورزشی»، «فعالیت ورزشی، تغذیه و سیستم ایمنی»، «روان‌شناسی در تغذیه ورزشی»، «دوپینگ و داروشناسی ورزشی»، «تغذیه و کنترل وزن ویژه ورزشکاران»

گذراندن سه درس از دروس انتخابی با توجه به داشتن استاد و امکانات دانشکده یا گروه، بنا بر تشخیص گروه الزامی است.

### ۸-۳. کارشناسی ارشد فیزیولوژی ورزشی با گرایش فیزیولوژی فعالیت بدنی و تندرستی

مهم‌ترین توانایی‌های تخصصی مورد انتظار از دانش‌آموختگان این گرایش در جدول ۸-۵ معرفی شده است.

جدول ۸-۵. مهم ترین وظایف قابل اجرا توسط دانش‌آموختگان کارشناسی ارشد گرایش فیزیولوژی فعالیت بدنی و تندرستی

ردیف	وظایف
۱	ارائه مشاوره و راهنمایی به آحاد مردم برای پرداختن به فعالیت‌های بدنی روزانه منظم
۲	استفاده از آزمون‌های میدانی و آزمایشگاهی متناسب برای سنجش آمادگی بدنی اقشار مختلف
۳	توانایی ارائه راهکارهای مناسب برای سنجش آمادگی بدنی اقشار مختلف
۴	توانایی ارائه راهکارهای مناسب برای شرکت فردی و اجتماعی آحاد مختلف در فعالیت‌های بدنی
۵	توانایی برنامه‌ریزی و تجویز فعالیت‌های بدنی مناسب متناسب با سنین گوناگون و جنس
۶	انجام خدمات مشاوره‌ای در حوزه فعالیت بدنی و تندرستی در مراکز عمومی (مانند پارک‌ها) و باشگاه‌های عمومی و خصوصی

دروس تخصصی و سرفصل‌های اصلی آن در گرایش فیزیولوژی فعالیت بدنی و تندرستی در جدول ۸-۶ معرفی شده است.

جدول ۸-۶. سرفصل و محتوای دروس تخصصی گرایش فیزیولوژی فعالیت بدنی و تندرستی

ردیف	درس	سرفصل‌ها
۱	اپیدمیولوژی <sup>۱</sup> فعالیت بدنی و تندرستی	«مفاهیم و روش‌ها»، «فعالیت بدنی و مرگ‌ومیر ناشی از بیماری‌ها»، «تأثیر فعالیت بدنی بر مرگ‌ومیر ناشی از بیماری عروق کرونری و همه انواع مرگ‌ومیرهای دیگر»، «بررسی نقش ژنتیک در پاسخ‌های فردی به فعالیت بدنی»، «طراحی مطالعات اپیدمیولوژیکی فعالیت بدنی، تندرستی و بهداشت»، «فعالیت بدنی، آمادگی جسمانی و به تأخیر انداختن مرگ‌ومیرها»، «بررسی روش‌های ارتقای فعالیت بدنی و کاهش مرگ‌ومیر و ناتوانی‌ها»، «تأثیر فعالیت بدنی بر عوامل خطرزای بیماری‌های مزمن قلبی و عروقی، بیماری‌های ریوی، دیابت، سندروم متابولیکی، سرطان و امثال آن»، «کهن‌سالی، فعالیت بدنی درمانی و بهداشت عمومی»، «فعالیت بدنی و ملاحظات خاص»، «تأثیر فعالیت بدنی بر میزان بهداشت و سلامتی روحی و روانی»، تأثیر پذیرش و حفظ سبک زندگی فعال بر پیشگیری از بیماری‌ها»
۲	سمینار پژوهشی فعالیت بدنی و تندرستی	«آشنایی با روش‌های نوین ارزیابی فعالیت بدنی و بررسی مقالات مروری در این زمینه»، «بررسی موضوعات جدید در زمینه فعالیت بدنی و تندرستی و ورزش همگانی»، «آشنایی با نکات مهم در تنظیم طرح پژوهش»، «تهیه و تنظیم یک پروپوزال»
۳	فیزیولوژی فعالیت بدنی و تندرستی	«فعالیت بدنی، تندرستی و پیشگیری از بیماری‌ها»، «پاسخ‌ها و سازگاری دستگاه سوخت‌وسازی به فعالیت بدنی و پیشگیری از بیماری‌های متابولیکی مانند دیابت و چاقی»، «پاسخ دستگاه غدد درون‌ریز، فعالیت بدنی و تندرستی»، «پاسخ‌ها و سازگاری دستگاه قلبی و عروقی به فعالیت بدنی، عوامل خطرزای قلبی و عروقی و فعالیت بدنی و پیشگیری از بیماری‌های قلبی و عروقی»، «پاسخ‌ها و سازگاری‌های دستگاه عضلانی و اسکلتی به فعالیت بدنی و پیشگیری از بیماری‌های عضلانی-اسکلتی»، «پاسخ‌ها و سازگاری‌های دستگاه عصبی به فعالیت بدنی و پیشگیری از بیماری‌های روحی و روانی»، «پاسخ و سازگاری دستگاه ایمنی به فعالیت بدنی و پیشگیری از بیماری‌های ایمنولوژیکی»، «اصول فعالیت بدنی در محیط‌های خاص مانند کم‌فشار، پرفشار، آلودگی هوا، گرم، سرد و کم‌جاذبه»، «تغذیه ویژه فعالیت بدنی و تندرستی»، «اصول طراحی فعالیت بدنی به منظور تندرستی و پیشگیری از بیماری‌ها»
۴	فیزیولوژی بدنی کودکان و نوجوانان	«اهمیت اندازه بدنی در فعالیت‌های بدنی»، «تأثیر رشد، فعالیت بدنی و تغذیه بر بلوغ و آمادگی بدنی»، «مطالعات طولی هنگام رشد و فعالیت بدنی»، «پاسخ‌های متابولیکی کودکان به فعالیت‌های ورزشی»، «آمادگی هوازی»، «پاسخ‌های قلبی و عروقی و تهویه‌ای کودکان به فعالیت ورزشی»، «حرکت ورزشی فاقد حمل وزن و انرژی موردنیاز»، «فعالیت‌های انفجاری کوتاه‌مدت و آمادگی بی‌هوازی»، «عوامل مؤثر بر

۱. همه‌گیرشناسی که در آن وسعت، انتشار و نوع بیماری‌ها و آسیب‌ها در جامعه و گروه‌های انسانی و عوامل مؤثر بر آن‌ها مورد توجه قرار می‌گیرد.

	گسترش قدرت عضلانی»، «پاسخ‌ها به تمرین بدنی»، «تنظیم دما، گرما و عدم تحمل فعالیت بدنی»، دستگاه عصبی مرکزی و آمادگی فیزیولوژیایی»	
۵	آزمون، تجویز و نظارت بر آمادگی بدنی	«آشنایی با مفاهیم آزمون، فعالیت بدنی، فعالیت ورزشی و تمرین، همچنین اجزای آمادگی و مزایای آن»، «اصول اساسی آزمون و ملاحظات مهم در سنجش میزان فعالیت بدنی و ورزشی و انتخاب آزمون‌ها»، «نحوه انجام غربالگری و سطح‌بندی خطر پیش از آزمون و طرز استفاده از ابزارهای غربالگری و تفسیر نتایج مربوطه»، «اصول اساسی تجویز فعالیت بدنی و ورزشی و شیوه‌های تعیین بار کار هنگام فعالیت‌های مختلف»، «آزمون‌های مربوط به آمادگی قلبی-تنفسی و نحوه تجویز فعالیت برای بهبود آن با استفاده از ابزارهای ورزشی مختلف»، «آزمون‌های مربوط به انعطاف‌پذیری و سنجش ترکیب بدنی و نحوه تجویز فعالیت برای بهبود این عوامل»، «آشنایی با مفاهیم کم‌وزنی، اضافه‌وزن، چاقی، وزن مطلوب، وزن ایدئال و چگونگی تجویز فعالیت بدنی برای دستیابی به وزن مطلوب و ایدئال»
۶	تغذیه و کنترل وزن ویژه تندرستی	«نیازمندی‌های تغذیه‌ای ویژه سلامت و تندرستی یا اساس و پایه تغذیه سالم»، «استفاده از شاخص‌های سلامتی در کنترل وزن و دستیابی به وزن و درصد چربی ایدئال»، «آشنایی با رژیم‌های غذایی توصیه‌شده ملی و بین‌المللی با هدف حفظ سلامتی: بررسی رژیم غذایی کشورهای پیشرفته»، «ملاحظات تغذیه‌ای رژیم سبزیجات و آشنایی با نمونه‌های رایج آن»، «آشنایی با روش‌های تعیین انرژی متابولیسم پایه: استراحت، فعالیت، ترموژنیک غذا و کل انرژی بدن»، «آشنایی با علائم بالینی و کمبود تغذیه‌ای» «میزان و وسعت کاهش وزن»، «عوامل تعیین‌کننده وزن: میانجی‌های عصبی، پپتیدهای روده‌ای، هورمون‌ها و...»
۷	مقدمه‌ای بر ارزیابی و برنامه‌ریزی فعالیت بدنی	«اصول، مبانی و اهمیت فعالیت بدنی در تندرستی و بیماری‌های مزمن متابولیکی و عصبی-عضلانی»، «روش‌های طبقه‌بندی افراد از نظر تندرستی و فعالیت بدنی»، «پرسشنامه‌های فعالیت بدنی و تندرستی»، «اصول ارزیابی و برنامه‌ریزی فعالیت بدنی»، «مفاهیم نظری در ارزیابی و برنامه‌ریزی آمادگی قلبی-تنفسی با اهداف تندرستی»، «مفاهیم نظری در روش‌های ارزیابی و برنامه‌ریزی قدرت و استقامت عضلانی با اهداف تندرستی»، «روش‌های ارزیابی ترکیب بدنی و برنامه‌ریزی جهت کنترل وزن و ترکیب بدن»، «روش‌های ارزیابی و برنامه‌ریزی انعطاف‌پذیری»، «روش‌های برنامه‌ریزی فعالیت بدنی ترکیبی با اهداف تندرستی»، «مراکز و مؤسسات اطلاع‌رسانی و پژوهشی بین‌المللی در خصوص ارزیابی و برنامه‌ریزی فعالیت بدنی و تندرستی»

دروس انتخابی و سرفصل‌های اصلی آن در گرایش فیزیولوژی فعالیت بدنی و تندرستی در جدول ۸-۷

معرفی شده است.

#### جدول ۸-۷. سرفصل و محتوای دروس انتخابی گرایش فیزیولوژی فعالیت بدنی و تندرستی

ردیف	درس	سرفصل‌ها
۱	اصول طراحی و برنامه‌ریزی فعالیت بدنی	«مبانی و مفاهیم فعالیت بدنی، تندرستی، آمادگی و شادابی»، «اصول فعالیت بدنی با اهداف تندرستی و آمادگی»، «ماهیت فیزیولوژیکی و جسمانی انواع فعالیت بدنی»، «روش‌های تعدیل رفتار زندگی با اهداف تندرستی و آمادگی»، «روش‌های طبقه‌بندی انواع فعالیت بدنی»، «روش‌های توسعه برنامه شخصی برای بهبود فعالیت بدنی»، «دستورالعمل آزمون‌های فعالیت بدنی»، «دستورالعمل تجویز برنامه‌های فعالیت بدنی با اهداف تندرستی و آمادگی»
۲	تکنیک‌های میدانی و آزمایشگاهی پیشرفته	«روش‌های آزمایشگاهی تعیین فشار فعالیت بدنی: ضربان قلب، درک تلاش، فشارخون، دمای پوستی و مرکزی، نوار قلب و اکسیژن مصرفی»، «روش‌های آزمایشگاهی و برآوردی میزان انرژی مصرفی در فعالیت‌های بدنی متداول»، «آزمون‌های میدانی زیربیشینه و بیشینه تعیین آمادگی قلبی-تنفسی اقلار مختلف»، «آزمون‌های آزمایشگاهی زیربیشینه و بیشینه تعیین آمادگی قلبی-تنفسی اقلار مختلف»، «آزمون‌های تعیین قدرت و استقامت عضلانی»، «آزمون‌های آزمایشگاهی تعیین قدرت و استقامت عضلانی»، «آزمون‌های

<p>پیکرسنجی و آزمایشگاهی تعیین ترکیب بدن»، «روش‌های میدانی و تعیین انعطاف‌پذیری و دامنه حرکتی مفاصل»، «روش‌های آزمایشگاهی تعیین انعطاف‌پذیری و دامنه حرکتی مفاصل»، «روش‌های میدانی و آزمایشگاهی تعیین آمادگی حرکتی: سرعت، توان، چابکی، تعادل و هماهنگی»</p>	
<p>«مفاهیم اساسی تنظیم دما، استرس گرمایی و تأثیر آن بر ظرفیت انجام فعالیت بدنی»، «قرارگرفتن در محیط سرد و غوطه‌وری در آب سرد و پاسخ‌های فیزیولوژیک به آن و تأثیر آن بر ظرفیت فعالیت بدنی»، «فعالیت بدنی در محیط کم‌فشار و پاسخ‌های فیزیولوژیک ناشی از آن»، «فعالیت بدنی در محیط‌های کم‌فشار و پرفشار و سازگاری‌های فیزیولوژیک ناشی از آن»، «فیزیولوژی فعالیت بدنی در محیط‌های کنترل‌شده آزمایشگاهی»، «آلودگی هوا و تأثیر آن بر ظرفیت فعالیت ورزشی و تمرین و مضرات آن»، «ریتیم‌های کرونوبیولوژیک و تأثیر آن بر ظرفیت تمرین و فعالیت ورزشی»، «کوه‌پیمایی و دگرگونی‌های فیزیولوژیک ناشی از آن در اقلیم مختلف»</p>	<p>۳ استرس محیطی در فیزیولوژی فعالیت بدنی</p>
<p>«اصول تجویز فعالیت بدنی به منظور پیشگیری از بیماری‌های مزمن»، «فعالیت بدنی و پیشگیری از اختلالات مربوط به سندروم متابولیکی: مقاومت به انسولین، دیابت نوع ۲، اختلال در چربی خون، پرفشارخونی و چاقی»، «فعالیت بدنی و پیشگیری از بیماری‌های قلبی و ریوی: بیماری انسداد ریوی مزمن، بیماری عروق کرونر قلب، نارسایی قلبی مزمن، لنگش متناوب»، «فعالیت بدنی و پیشگیری از بیماری‌های عضلانی، استخوانی و مفصلی: استئوآرتریت، زوماتوئید آرتریت، استئوپروز، سندروم خستگی مزمن»، «فعالیت بدنی و پیشگیری از سایر بیماری‌های مزمن: سرطان، افسردگی، آسم، دیابت نوع ۱»</p>	<p>۴ فعالیت بدنی و پیشگیری از بیماری‌های مزمن و ناتوانی‌ها</p>
<p>«مفاهیم: افزایش و حفظ فعالیت بدنی/شدت نسبی در مقابل شدت مطلق فعالیت بدنی»، «فیزیولوژی سالمندان: تأثیر ورزشی و فعالیت بدنی در افراد سالمند»، «تجویز فعالیت ورزشی در افراد سالمند»، «زنان فعال: ملاحظات ویژه زنان فعال/سندروم پیش‌قاعدگی و دیس منوره/زنان یائسه شده»، «تجویز فعالیت ورزشی ویژه زنان: خطوط راهنمای فعالیت بدنی ویژه زنان حامله، زنان یائسه شده و...»، «چاقی»، «کودکان و فعالیت ورزشی: رشد و تکامل ظرفیت‌های ورزشی»، «تجویز فعالیت ورزشی ویژه بیماران دیابتی»</p>	<p>۵ فیزیولوژی فعالیت بدنی زنان و سالمندان و افراد خاص</p>
<p>«مفاهیم روان‌شناسی فعالیت بدنی»، «فعالیت بدنی و بهداشت روانی: اثر فعالیت بدنی بر اضطراب، استرس، حالات خلقی، عواطف، عزت‌نفس، کیفیت خواب و تصویر بدنی»، «کاربرد فعالیت ورزشی در روان‌درمانی: برای درمان سوء‌مصرف مواد، افسردگی، دشواری‌های خواب، سندروم پیش‌قاعدگی، توانبخشی بعد از تروما، بازتوانی پس از بیماری»، «سازوکارهای اثر روانی فعالیت بدنی: آشنایی با تئوری‌ها و مدل‌های اثربخشی روانی فعالیت جسمانی مانند مطالعه نظریه‌های کاتکولامین‌ها، اندروفین‌ها، نظریه افزایش دما، نظریه انحراف توجه و فراغت و نظریه تسلط بر مهارت»، «مطالعه عوامل مؤثر بر مشارکت در فعالیت جسمانی: نظریه‌های اجتماعی-شخصیتی، شخصیت و بوم‌شناختی»، «معرفی اصول مداخلات روانی در فعالیت ورزشی»</p>	<p>۶ ابعاد روانی فعالیت بدنی</p>

#### ۸-۴. کارشناسی ارشد فیزیولوژی ورزشی با گرایش فیزیولوژی ورزشی کاربردی

مهم‌ترین توانایی‌های تخصصی مورد انتظار از دانش‌آموختگان این گرایش در جدول ۸-۸ معرفی شده است.

جدول ۸-۸. مهم‌ترین وظایف قابل اجرا توسط دانش‌آموختگان کارشناسی ارشد گرایش فیزیولوژی ورزشی کاربردی

ردیف	وظایف
۱	کمک به امر استعدادیابی ورزشکاران از منظر فیزیولوژی ورزش و آمادگی بدنی
۲	تحلیل نقاط قوت و ضعف آمادگی بدنی ورزشکاران در رویدادهای ورزشی
۳	برنامه‌ریزی و اجرای برنامه‌های آماده‌سازی و بدن‌سازی در رشته‌های ورزشی گوناگون
۴	توانایی اجرای آزمون‌های میدانی و آزمایشگاهی و تفسیر نتایج آن‌ها
۵	انجام خدمات مشاوره‌ای به سرپرستان، مدیران و مربیان باشگاه‌های ورزشی برای گسترش عملکرد ورزشکاران

دروس تخصصی و سرفصل‌های اصلی آن در گرایش فیزیولوژی ورزشی کاربردی در جدول ۸-۹ معرفی شده است.

جدول ۸-۹. سرفصل و محتوای دروس تخصصی گرایش فیزیولوژی ورزشی کاربردی

ردیف	درس	سرفصل‌ها
۱	اصول برنامه‌ریزی تمرین و فعالیت ورزشی	«مفاهیم و مبانی تمرین و فعالیت ورزشی»، «اصول تمرین در فعالیت ورزشی»، «متغیرهای تمرین در فعالیت ورزشی»، «مبانی طراحی تمرین در فعالیت ورزشی»، «فرایند بازگشت به حالت اولیه و روش‌های بهبود آن»، «انواع چرخه‌های تمرینی»، «انواع زمان‌بندی قابلیت‌های زیست حرکتی»، «روش‌های تمرین در بهبود آمادگی عضلانی-عصبی: قدرت، استقامت، توان، سرعت، انعطاف‌پذیری، هماهنگی، چابکی و تعادل»، «آشنایی با روش‌های تمرین در بهبود آمادگی بیوانرژی: توان هوازی و توان بی‌هوازی»، «آشنایی با اثر عوامل محیطی بر عملکردهای ورزشی»
۲	تغذیه ورزشی پیشرفته	«تغذیه و دستگاه ایمنی ورزشکاران»، «میانجی‌های عصبی و خستگی در سیستم عصبی-مرکزی»، «تغذیه ویژه ورزشکاران خاص: کودکان، سالمندان، زنان، دیابتی‌ها»، «تغذیه، تمرینات ورزشی، فشار اکسایشی و رادیکال‌های آزاد»، «استراتژی تغذیه‌ای در افزایش اکسیداسیون چربی‌ها در تمرینات ورزشی»، «دستورات تغذیه‌ای و پزشکی برای ورزشکاران مسافر»، «تغذیه ورزشکاران استقامتی و فوق استقامتی»، «تغذیه ورزشکاران قدرتی و توانی»، «تغذیه ورزشکاران ورزش‌های تیمی»، «سازگاری با رژیم غذایی پرکربوهیدرات، پرچربی و پرپروتئین»، «مکمل‌های غذایی مؤثر در بهبود عملکرد ورزشکاران رشته‌های مختلف ورزشی»، «استراتژی تغذیه‌ای کاهش پروتئولیز بافت‌های فعال در تمرینات ورزشی»
۳	متابولیسم فعالیت ورزشی و تمرین	«ساختار و نقش پورین نوکلئوتیدها هنگام فعالیت ورزشی»، «انرژی‌زاهای زیستی: فسفات‌های پرانرژی»، «متابولیسم کربوهیدرات، چربی و اسیدهای آمینه هنگام فعالیت ورزشی»، «پاسخ‌های متابولیکی هنگام فعالیت ورزشی شدید و طولانی»، «سازگاری‌های متابولیکی به تمرین ورزشی»، «نقش و پاسخ رادیکال‌های آزاد هنگام فعالیت ورزشی»، «هورمون‌ها ابزار پایش تمرین»، شاخص‌های هماتولوژیک، ایمونولوژیک و تعادل آب و الکترولیت‌ها در ورزش قهرمانی»
۴	سمینار پژوهشی تمرین ورزشی	«مرور مطالعات پژوهشی در موضوعات جدید تمرین ورزشی»، «نقد مقالات و گزارش‌های علمی در موضوعات تمرین ورزشی»، «مرور پیشینه در یکی از موضوعات تمرین ورزشی به منظور یافتن موضوع پژوهشی و نگارش طرح تحقیق بر مبنای آن»
۵	برنامه‌ریزی پیشرفته ویژه قدرت و استقامت	«مبانی و اصول تمرینات قدرتی»، «سازگاری‌های عصبی-عضلانی، هورمونی و متابولیکی در تمرینات قدرتی»، «روش‌های مختلف تمرین قدرتی: برحسب وسیله، نوع انقباض، سیستم‌های تمرینی و اهداف تمرین»، «انواع دوره‌بندی تمرین قدرتی»، «برنامه‌ریزی تمرین قدرتی ویژه در ورزش‌های مختلف»، «طراحی تمرین قدرتی در گروه‌های خاص: افراد جوان، بیماری‌های خاص و افراد مسن»، «مبانی و اصول تمرینات استقامتی»، «سازگاری‌های قلبی-تنفسی و متابولیکی در تمرینات استقامتی»، «روش‌های مختلف تمرین استقامتی: برحسب فشار فیزیولوژیکی و تغییر ریتم»، «برنامه‌ریزی تمرین استقامت ویژه در ورزش‌های مختلف»، «انواع دوره‌بندی تمرین استقامتی»، «سازگاری‌های مثبت و منفی تمرین هم‌زمان: استقامتی و قدرتی»
۶	موضوعات پیشرفته در فیزیولوژی ورزشی	«سازگاری‌های ساختاری و عملکردی قلب و عروق نسبت به انواع تمرینات ورزشی»، «پاسخ‌های حاد و سازگاری‌های غدد درون‌ریز و برون‌ریز به انواع تمرینات ورزشی»، «آشنایی با نحوه اثربخشی فشار تمرین بر شاخص‌های هماتولوژیکی و تعیین سازگاری»، «سازگاری‌های ساختاری و عملکردی تنفسی نسبت به انواع تمرینات ورزشی»، «تغییرات و سازگاری‌های انواع تارهای عضلانی، سیناپس‌ها و محل اتصال عصبی-عضلانی بر اثر انواع فعالیت‌های ورزشی»، «مطالعه تحریک الکتریکی، بی‌حرکتی، عدم استفاده، بی‌وزنی و

سایر مدل‌های افزایش و کاهش فعالیت بر دستگاه عصبی-عضلانی»، «تغییرات و سازگاری‌های نواحی مختلف دستگاه عصبی مرکزی بر اثر انواع فعالیت‌های ورزشی»، «پاسخ‌های فیزیولوژیکی به خستگی و بیش‌تمرینی در ورزشکاران رشته‌های مختلف ورزشی»		
«ابزار و وسایل آزمایشگاهی»، «شاخص‌های آنروپومتری و نحوه ارزیابی آن‌ها»، «برآورد و محاسبه توان هوازی و ظرفیت کار جسمانی با استفاده از ابزار آزمایشگاهی و میدانی»، «برآورد و محاسبه توان بی‌هوازی با استفاده از آزمون‌های وینگیت و مارگاری و اندازه‌گیری لاکتات خون»، «نمونه‌گیری خون و تعیین تغییرات حجم و هماتوکریت خون هنگام اجرای فعالیت‌های ورزشی»، «آشنایی و نحوه کار با جوندگان آزمایشگاهی»، «بافت‌برداری و جراحی حیوانات آزمایشگاهی»	۷	تکنیک‌های آزمایشگاهی در تمرین و فعالیت ورزشی

دروس انتخابی و سرفصل‌های اصلی آن در گرایش فیزیولوژی ورزشی کاربردی در جدول ۸-۱۰ معرفی شده است.

### جدول ۸-۱۰. سرفصل و محتوای دروس انتخابی گرایش فیزیولوژی ورزشی کاربردی

سرفصل‌ها	درس	ردیف
«کینماتیک حرکت: تشریح انواع حرکت، صفحات حرکتی، محاسبه زوایای مفصلی، سرعت و شتاب زاویه-ای»، «کینتیک حرکت: نیروهای نیوتونی، نمودار جسم آزاد، اینرسی، گشتاور نیرو در حرکات زاویه‌ای مفاصل و بیان اصول تعادل»، «آنروپومتری: تشریح اندازه‌های بدن، دانسیته اندام‌ها و محاسبه مرکز ثقل اندام‌ها بر اساس جدول آنروپومتری»، «کارمکانیکی، کار داخلی و خارجی، کار مثبت و منفی، انرژی و توان»، «کارایی حرکت و محاسبه آن و عوامل مکانیکی مؤثر در ناکارایی حرکت»، «مکانیک عضله: مکانیک تولید نیرو در عضلات، رابطه طول و نیرو، رابطه توان و سرعت، تعامل عضله و تاندون در تولید نیرو»، «سیکل کشش و انقباض و نقش زاویه کشش در تولید نیرو»، «الکترومایوگرافی، تشریح ماهیت سیگنال آن»، «رابطه الکتروکاردیوگرام با متغیرهای بیومکانیک در انقباض‌های مختلف عضلانی»، «تأثیر برخی اورتزهای مفاصل مچ پا و زانو بر متغیرهای بیومکانیک هنگام حرکت»	ملاحظات ارتوپدیک و بیومکانیک در تمرین‌های ورزشی	۱
«مفاهیم روان‌شناسی فعالیت‌های جسمانی»، «شناسایی عوامل فردی و اجتماعی تعیین‌کننده در مشارکت در فعالیت جسمانی و تمرین و عوامل مانع پایبندی به تمرین: مطالعه نظریه‌های اجتماعی-شناختی، شخصیت، بوم‌شناختی»، «فواید و پیامدهای روان‌شناختی فعالیت‌های جسمانی و نقش تمرین در بهداشت روانی: افسردگی، اضطراب، استرس، تغییرات خلق و عواطف، عزت‌نفس، خودپنداره و کارکردهای شناختی انسان»، «نظریه‌های مطرح در تعیین سازوکار تأثیر روانی فعالیت‌های جسمانی شامل نظریه‌های: هورمونی، فیزیکی و روانی»، «کاربرد روان‌شناسی در راهبردهای تجویز تمرین برای افراد و گروه‌های متفاوت و بررسی سازوکارهای تشویق عموم به مشارکت در فعالیت‌های ورزشی سلامت‌بخش»، «آشنایی با ابعاد روان‌شناختی تمرین‌زدگی و اعتیاد به ورزش»	روان‌شناسی فعالیت ورزشی و تمرین	۲
«تعریف دارو، توسعه داروهای جدید و هدف مصرف آن‌ها»، «مسمومیت دارویی و قوانین مرتبط و مسائل اخلاقی مرتبط با مصرف آن‌ها در ورزش»، «استفاده و سوءاستفاده از داروها در ورزش، دیدگاه‌های تاریخی، تعریف دوپینگ و فهرست داروهای ممنوعه IOC»، «علت مصرف داروها در ورزش و کنترل مصرف آن‌ها در ورزشکاران نخبه»، «داروهای مقلد سمپاتیک و آنتاگونیست‌های آن»، «داروهای محرک سیستم عصبی مرکزی»، «داروهای ضدالتهابی و آسیب‌های ورزشی»، «الک و داروهای ضد اضطراب در ورزش»، «استروئیدهای آنابولیک و هورمون‌های پپتیدی»	استفاده و سوءاستفاده از داروها	۳
«روش‌های آزمایشگاهی تعیین فشار فعالیت ورزشی: ECG، لاکتات، فشارخون، اکسیژن مصرفی»، «آشنایی با روش‌های تعیین فشار عضلانی در فعالیت‌های ورزشی متداول از طریق الکتروفیزیولوژی یا الکترومیوگرافی»، «روش‌های آزمایشگاهی تعیین انرژی مصرفی در فعالیت‌های ورزشی»، «روش‌های	تکنیک‌های آزمایشگاهی پیشرفته	۴

	آزمایشگاهی تعیین قدرت عضلانی»، «روش‌های آزمایشگاهی ارزیابی عملکرد تنفسی یا اپیرومتری هنگام فعالیت ورزشی»، «روش‌های آزمایشگاهی ارزیابی ترکیب و تیپ بدن»، «روش‌های آزمایشگاهی ارزیابی انعطاف پذیری و دامنه حرکتی»	
۵	استرس محیطی در تمرین و فعالیت بدنی	«مفاهیم اساسی تنظیم دما، استرس گرمایی و تأثیر آن بر ظرفیت انجام فعالیت بدنی»، «قرارگرفتن در محیط سرد و غوطه‌وری در آب سرد و پاسخ‌های فیزیولوژیک به آن و تأثیر آن بر ظرفیت فعالیت بدنی»، «غواصی و فعالیت ورزشی در محیط کم‌فشار و پاسخ‌های فیزیولوژیک ناشی از آن»، «فعالیت بدنی در ارتفاع متوسط و سازگاری‌های فیزیولوژیک ناشی از آن»، «کوهنوردی و فیزیولوژی فعالیت ورزشی در ارتفاع زیاد»، «آلودگی هوا و تأثیر آن بر ظرفیت فعالیت ورزشی و تمرین و مضرات آن»، «ریت‌های کرونوبیولوژیک و تأثیر آن بر ظرفیت تمرین و فعالیت ورزشی»
۶	بدن‌سازی ویژه رشته‌های ورزشی	«روش‌های تعیین نیازهای بدنی و فیزیولوژیکی رشته‌های مختلف ورزشی»، «روش‌های افزایش انواع قدرت، استقامت، سرعت، چابکی، هماهنگی، انعطاف‌پذیری در ورزش‌های مختلف»، «روش‌های اوج آمادگی ورزشکاران: Peaking»، «روش‌های بازیافت ورزشکاران: Recovery»، «برنامه‌ریزی کوتاه و بلندمدت بدن‌سازی در ورزش»، «آزمون‌های آمادگی ورزشی و هنجارهای آن»

#### ۸-۵. کارشناسی ارشد فیزیولوژی ورزشی با گرایش فیزیولوژی فعالیت ورزشی محض

مهم‌ترین توانایی‌های تخصصی مورد انتظار از دانش‌آموختگان این گرایش در جدول ۸-۱۱ معرفی شده است.

جدول ۸-۱۱. مهم‌ترین وظایف قابل اجرا توسط دانش‌آموختگان کارشناسی ارشد گرایش فیزیولوژی فعالیت ورزشی محض

ردیف	وظایف
۱	تدریس اصول فیزیولوژی بدنی در دوره‌های مربیگری فدراسیون‌ها و سازمان‌های ورزشی
۲	همکاری در تحلیل فیزیولوژیکی رویدادهای ورزشی
۳	استفاده از آزمون‌های فیزیولوژی فعالیت ورزشی برای سنجش توانایی‌های بدنی
۴	توانایی همکاری در برنامه‌استعدادیابی ورزشی
۵	ارائه مشاوره و راهنمایی به مربیان رشته‌های مختلف ورزشی

دروس تخصصی و سرفصل‌های اصلی آن در گرایش فیزیولوژی فعالیت ورزشی محض در جدول ۸-۱۲

معرفی شده است.

#### جدول ۸-۱۲. سرفصل و محتوای دروس تخصصی گرایش فیزیولوژی فعالیت ورزشی محض

ردیف	درس	سرفصل‌ها
۱	سمینار در فیزیولوژی ورزشی	«مرور مطالعات پژوهشی در موضوعات جدید فیزیولوژی ورزشی»، «نقد مقالات و گزارش‌های علمی در موضوعات فیزیولوژی فعالیت ورزشی»، «مرور پیشینه در یکی از موضوعات فیزیولوژی فعالیت ورزشی به منظور یافتن موضوع پژوهشی و نگارش طرح پژوهش بر مبنای آن»
۲	آناتومی ویژه فعالیت ورزشی	«سیستم‌های حرکتی فعال و غیرفعال بدن»، «میکروآناتومی دستگاه‌های ارتباطی بدن شامل: الف) دستگاه حرکتی: استخوان، مفاصل و عضلات، ب) دستگاه عصبی: اعصاب مغزی-نخاعی، اندام‌های حسی مخصوص، ج) دستگاه تغذیه‌ای: گوارش، ادراری، تنفس و گردش خون»، «میکرو آناتومی دستگاه استخوانی و بافت‌های همبند و کارکرد آن‌ها در ارتباط با انواع فعالیت بدنی»، «میکرو آناتومی عضلات اسکلتی، قلبی و صاف بدن و تغییرات رزرناسیون آن‌ها متعاقب اجرای انواع فعالیت بدنی»، «دسته‌بندی عضلات لایه‌های مختلف تنه و تشریح کارکرد آن‌ها به ویژه عضلات تنفسی هنگام فعالیت‌های ورزشی»، «میکروآناتومی مדיاستن و قلب و همچنین داربست لیفی قلب و دستگاه‌های تحریکی هدایتی قلب»، «میکروآناتومی دستگاه



		تنفسی و نسل‌های مختلف راه‌های هوایی به‌ویژه در ارتباط با تبادلات گازی هنگام ورزش و فعالیت بدنی»، «میکروآناتومی بافت عصبی و تغییرات دژنراسیون و رژنراسیون آن متعاقب اجرای انواع فعالیت ورزشی»، «میکروآناتومی انواع عروق خونی و انشعابات آن از قلب تا اندام‌های مختلف تنه»، «میکروآناتومی دستگاه گوارش و اندام و غدد مرتبط با آن در تعامل با فعالیت بدنی»، «میکروآناتومی غدد درون‌ریز و برون‌ریز و مواد مترشحه از آن‌ها هنگام فعالیت بدنی و متعاقب آن»
۳	فیزیولوژی ورزشی پیشرفته	«سازگاری‌های ساختاری و عملکردی قلب و عروق نسبت به انواع تمرینات ورزشی»، «پاسخ‌های حاد و سازگاری‌های غدد درون‌ریز و برون‌ریز به انواع تمرینات ورزشی»، «آشنایی با نحوه اثربخشی فشار تمرین بر شاخص‌های هماتولوژیکی و تعیین سازگاری»، «سازگاری‌های ساختاری و عملکردی تنفسی نسبت به انواع تمرینات ورزشی»، «تغییرات و سازگاری‌های انواع تارهای عضلانی، سیناپس‌ها و محل اتصال عصبی-عضلانی بر اثر انواع فعالیت‌های ورزشی»، «مطالعه تحریک الکتریکی، بی‌حرکتی، عدم استفاده، بی‌وزنی و سایر مدل‌های افزایش و کاهش فعالیت بر دستگاه عصبی-عضلانی»، «تغییرات و سازگاری‌های نواحی مختلف دستگاه عصبی مرکزی بر اثر انواع فعالیت‌های ورزشی»، «پاسخ‌های فیزیولوژیکی به خستگی و بیش‌تمرینی در ورزشکاران رشته‌های مختلف ورزشی»
۴	تکنیک‌های آزمایشگاهی پیشرفته فعالیت ورزشی	«روش‌های آزمایشگاهی تعیین فشار فعالیت ورزشی: ECG، لاکتات، فشارخون، اکسیژن مصرفی»، «آشنایی با روش‌های تعیین فشار عضلانی در فعالیت‌های ورزشی متداول از طریق الکتروفیزیولوژی با الکترومیوگرافی»، «روش‌های آزمایشگاهی تعیین انرژی مصرفی در فعالیت‌های ورزشی»، «روش‌های آزمایشگاهی تعیین قدرت عضلانی»، «روش‌های آزمایشگاهی ارزیابی عملکرد تنفسی یا ایپرومتری هنگام فعالیت ورزشی»، «روش‌های آزمایشگاهی ارزیابی ترکیب و تیپ بدن»، «روش‌های آزمایشگاهی ارزیابی انعطاف‌پذیری و دامنه حرکتی»
۵	بیوشیمی و متابولیسم فعالیت ورزشی	«ساختار و نقش پورین نوکلئوتیدها هنگام فعالیت ورزشی»، «انرژی‌زاهای زیستی: فسفات‌های پرانرژی»، «متابولیسم کربوهیدرات، چربی و اسیدهای آمینه هنگام فعالیت ورزشی»، «پاسخ‌های متابولیکی هنگام فعالیت ورزشی شدید و طولانی»، «نقش و پاسخ رادیکال‌های آزاد هنگام فعالیت ورزشی»
۶	فیزیولوژی فعالیت ورزش کودکان و نوجوانان	«اهمیت اندازه بدنی در فعالیت‌های بدنی»، «تأثیر رشد، فعالیت بدنی و تغذیه بر بلوغ و آمادگی بدنی»، «پاسخ‌های متابولیکی کودکان به فعالیت‌های ورزشی»، «آمادگی هوازی»، «پاسخ‌های قلبی و عروقی و تهریه‌ای کودکان به فعالیت ورزشی»، «حرکت ورزشی فاقد حمل وزن و انرژی موردنیاز»، «فعالیت‌های انفجاری کوتاه‌مدت و آمادگی بی‌هوازی»، «عوامل مؤثر بر گسترش قدرت عضلانی»، «پاسخ‌ها به تمرین بدنی»، «تنظیم دما، گرما و عدم تحمل فعالیت بدنی»، «دستگاه عصبی مرکزی و آمادگی فیزیولوژیایی»
۷	فیزیولوژی ورزشی کاربردی	«کلیات و مفاهیم فیزیولوژی ورزشی کاربردی»، «سیستم‌های انرژی و کاربرد آن در تمرین ورزش‌های گوناگون»، «مفاهیم اصلی کاربرد فیزیولوژی ورزشی در: «فوتبال»، «ورزش‌های آبی»، «ورزش‌های توانی»، «انفجاری و قدرتی»، «ورزش والیبال»، «ورزش هندبال»، «ورزش‌های راکتی»، «دوهای سرعتی، استقامتی و فوق استقامتی»، «ورزش‌های دوچرخه‌سواری»، «آشنایی با آزمون‌های ورزشی رشته‌های ورزشی»

دروس انتخابی و سرفصل‌های اصلی آن در گرایش فیزیولوژی فعالیت ورزشی محض در جدول ۸-۱۳ معرفی شده است.

#### جدول ۸-۱۳. سرفصل و محتوای دروس انتخابی گرایش فیزیولوژی فعالیت ورزشی محض

ردیف	درس	سرفصل‌ها
۱	فیزیولوژی ورزشی بالینی	«مبانی نظری علل و فرایند ایجاد انواع بیماری‌ها در افراد با شرایط سنی مختلف و دسته‌بندی انواع بیماری‌ها»، تجویز انواع تمرینات ورزشی در: «بیماران قلبی-عروقی و نحوه اثربخشی تمرینات ورزشی در پیشگیری و درمان این بیماری‌ها»، «بیماران تنفسی و آلرژیک و نحوه اثربخشی تمرینات ورزشی در

<p>پیشگیری و درمان این بیماری‌ها»، «بیماران مبتلا به انواع دیابت و نحوه اثربخشی تمرینات ورزشی در پیشگیری و درمان این بیماری‌ها»، «بیماران مبتلا به آلزایمر، پارکینسون و نحوه اثربخشی تمرینات ورزشی در پیشگیری و درمان این بیماری‌ها»، «بیماران مبتلا به سوء گوارش و رفلاکس معده و نحوه اثربخشی تمرینات ورزشی در پیشگیری و درمان این بیماری‌ها»، «بیماران مبتلا به ایدز و مشکلات خونی از قبیل هموفیلی، تالاسمی و آنمی و نحوه اثربخشی تمرینات ورزشی در پیشگیری و درمان این بیماری‌ها»، «بیماران مبتلا به نارسایی کلیوی، پروتئین اوری و خون‌ادراری و نحوه اثربخشی تمرینات ورزشی در پیشگیری و درمان این بیماری‌ها»، «بیماران مبتلا به مشکلات استخوان و مفاصل از قبیل پوکی استخوان و آرتروز و نحوه اثربخشی تمرینات ورزشی در پیشگیری و درمان این بیماری‌ها»</p>	
<p>۲ ابعاد روانی فعالیت ورزشی</p> <p>«مفاهیم روان‌شناسی فعالیت بدنی»، «فعالیت بدنی و بهداشت روانی: اثر فعالیت بدنی بر خودپنداره، افسردگی، اضطراب، استرس، حالات خلقی، عواطف، عزت‌نفس و کارکردهای شناختی»، «آشنایی با تئوری-ها و مدل‌های سازوکارهای تأثیر روانی فعالیت بدنی: مطالعه نظریه‌های هورمونی، فیزیکی و روانی»، «شناخت عوامل محیطی و شخصی، تسهیل‌کننده پایبندی به تمرین ورزشی و موانع شرکت در ورزش و مطالعه نظریه‌های اجتماعی-شناختی، شخصیت و بوم‌شناختی»، «آشنایی با ویژگی‌های فعالیت ورزشی-شدت، مدت، تناوب- و آثار و فواید روانی متفاوت آن‌ها»، «راهبردهای افزایش انگیزش برای مشارکت در فعالیت‌های ورزشی»، «راهبردها و اصول تجویز تمرین برای افراد و گروه‌های مختلف»، «آشنایی با ابعاد روانی تمرین‌زدگی و اعتیاد به ورزش»</p>	
<p>۳ تغذیه ورزشی پیشرفته</p> <p>«سوخت‌وساز مواد غذایی در تمرین‌های ورزشی»، «تغذیه و دستگاه ایمنی ورزشکاران»، «میانجی‌های عصبی و خستگی در سیستم عصبی مرکزی»، «تغذیه ویژه ورزشکاران خاص: کودکان، سالمندان، زنان، دیابتی‌ها»، «تغذیه، تمرینات ورزشی، فشار اکسایشی و رادیکال‌های آزاد»، «استراتژی تغذیه‌ای در افزایش اکسیداسیون چربی‌ها در تمرینات ورزشی»، «دستورات تغذیه‌ای و پزشکی برای ورزشکاران مسافر»، «سازگاری با رژیم غذایی پرکربوهیدرات، پرچربی و پرپروتئین»، «مکمل‌های غذایی مؤثر در بهبود عملکرد ورزشکاران رشته-های مختلف ورزشی»، «استراتژی تغذیه‌ای کاهش پروتئولیز بافت‌های فعال در تمرینات ورزشی»</p>	
<p>۴ تأثیر عوامل محیطی بر فعالیت ورزشی</p> <p>«سازگاری با محیط‌های فشارآفرین: واکنش بدن به فشار»، «گرما و رطوبت: فعالیت بدنی و گرما، پرگرمایی و کم‌گرمایی»، «فشارآفرین‌های سرمایی: انجام فعالیت ورزشی و قرارگرفتن در معرض هوای سرد»، «غواصی، فشار و حجم گازی: غواصی به روش حبس‌نفس و اجرای فعالیت بدنی»، «ارتفاع، محیط کم‌فشار زمین: مزایا و معایب تمرین در ارتفاع، سازگاری با ارتفاع»، «آلاینده‌ها، فشارآفرین محیطی نوین: آلودگی هوا و اجرای فعالیت بدنی»، «واکنش بدن به یون‌های هوا: یون‌های هوا و عملکرد بدن»، «اختلالات چرخه زیستی: کم‌خوابی/تندرستی و عملکرد ورزشی»، «نحوه مقابله با فشارآفرین‌های محیطی: فعالیت ورزشی و جایگزین مایعات»</p>	
<p>۵ ایمنولوژی فعالیت ورزشی</p> <p>«مبانی نظری ورزش و ایمنولوژی»، «مطالعه اثر تعاملی انواع فعالیت بدنی و مقاومت در برابر بیماری‌های عفونی»، «فعالیت ورزشی کوتاه‌مدت و عملکرد ایمنی هومورال، اثر ورزش‌های کوتاه‌مدت و بلندمدت بر اجزای ایمنی هومورال»، «اثر فعالیت ورزشی کوتاه‌مدت بر عوامل محلول سیستم ایمنی، اثر ورزش‌های بلندمدت بر عوامل محلول سیستم ایمنی»، «مطالعه پاسخ‌های ایمنی در شرایط خاص: سلول‌های سرطانی، بیماری ایدز، افراد سالمند، قرارگیری در فضا و غیره»، «مطالعه اثر تعاملی فعالیت ورزشی و سایتوکاین‌ها و سلول‌های سینوتوکسیک»، «عملکرد سیستم ایمنی بدن هنگام فعالیت ورزشی در: محیط‌های سرد و گرم، ارتفاع، کم‌جاذبه یا دارای آلودگی هوا»</p>	
<p>۶ بیوانرژتیک ورزشی</p> <p>«مبانی بیوانرژتیک ورزشی: با تأکید بر تبدیل انرژی هنگام تمرین و ورزش»، «متابولیسم درشت‌مغذی‌ها هنگام فعالیت تمرین و ورزش: کربوهیدرات‌ها، چربی‌ها، پروتئین و اسیدهای آمینه»، «تنظیم متابولیسم انرژی و نقش ریزمغذی‌ها در آن: با تأکید بر تنظیم متابولیسم مواد هنگام ورزش»، «کاربرد بیوانرژتیک در تمرین و</p>	

ورزش و روش های سنجش آن: راهبرد آزمایشگاهی، میدانی و شاخص های ذهنی»، «هزینه انرژی هنگام تمرین و ورزش: با تأکید بر محاسبات متابولیکی»، «سازگاری های گلیکولیتیکی و میتوکندریایی با تمرین های ورزشی»، «تأثیر سن و جنس بر متابولیسم انرژی»، «میزان متابولیسم پایه و تأثیر گرمایی مواد غذایی: با تأکید بر تأثیر تمرینات ورزشی بر میزان متابولیک بازال»، «اثر مواد مغذی و دارویی منتخب: افدرین، کافئین، کاتکولامین ها بر بیوانرژیژیک تمرینات ورزشی»	
--	--

### ۸-۶. کارشناسی ارشد فیزیولوژی ورزشی با گرایش فیزیولوژی ورزشی بالینی

مهم ترین توانایی های تخصصی مورد انتظار از دانش آموختگان این گرایش در جدول ۸-۱۴ معرفی شده است.

جدول ۸-۱۴. مهم ترین وظایف قابل اجرا توسط دانش آموختگان کارشناسی ارشد گرایش فیزیولوژی ورزشی بالینی

ردیف	وظایف
۱	ارائه مشاوره و راهنمایی در مراکز بالینی برای اجرای برنامه های ورزشی بازتوانی
۲	انجام آزمون های فعالیت ورزشی گوناگون در مراکز بالینی تحت نظارت پزشک
۳	توانایی برنامه ریزی و تجویز فعالیت ورزشی برای بیماران خاص با نظارت پزشک مربوطه
۴	توانایی تفسیر نتایج آزمون ورزشی در مراکز بالینی و ارائه آن به پزشکان
۵	مشارکت در کارهای گروهی برنامه ریزی فعالیت ورزشی در مراکز بالینی

دروس تخصصی و سرفصل های اصلی آن در گرایش فیزیولوژی ورزشی بالینی در جدول ۸-۱۵ معرفی شده

است.

### جدول ۸-۱۵. سرفصل و محتوای دروس تخصصی گرایش فیزیولوژی ورزشی بالینی

ردیف	درس	سرفصل ها
۱	فیزیولوژی ورزشی ویژه گروه های خاص	«راهبردهای افزایش و کاهش فعالیت بدنی بر فعالیت ورزشی»، «اضافه وزن، چاقی و فعالیت ورزشی»، «بیماری های متابولیکی: با تأکید بر انواع دیابت و فعالیت ورزشی»، «بیماری قلبی و تأثیر فعالیت ورزشی بر عملکرد قلبی»، «بیماری ریوی و تأثیر فعالیت ورزشی بر عملکرد ریوی»، «بیماری ریوی و تأثیر فعالیت ورزشی بر عملکرد ریوی»، «انواع آرتریت و فعالیت های بدنی و ورزشی»، «بهداشت استخوان و فعالیت های ورزشی»، «اختلالات عصبی، عضلانی، آسیب های نخاع شوکی و فعالیت های بدنی»، «فیزیولوژی ورزشی افراد سالمند، فیزیولوژی ورزشی زنان»، «فیزیولوژی ورزشی کودکان»، «آزمون و تجویز فعالیت ورزشی»
۲	سمینار پژوهشی در فیزیولوژی ورزشی بالینی	«موضوع یابی و نحوه مطالعه پایان نامه ها و مقالات علمی برای تهیه موضوع مناسب»، «مطالعه و نقد و بررسی پایان نامه های مربوط»، «آشنایی با اصول گزارش نویسی مقالات کامل و خلاصه مقالات»، «آشنایی با اصول ارائه خلاصه کوتاه و بلند در کنفرانس های داخل و خارجی و نحوه ارائه آن/سخنرانی/پوستر»، «بحث و تبادل نظر درباره آخرین دستاوردهای پژوهشی در حوزه فیزیولوژی ورزشی بالینی»، «انجام پروژه های علمی از سوی دانشجویان در هر یک از موارد قبل»
۳	آزمون و تجویز فعالیت ورزشی در بیماری ها	«اصول اصلی تجویز فعالیت ورزشی: چهار متغیر اصل: FITT»، «استفاده از معادله سوخت و سازی ACSM»، «تجویز فعالیت ورزشی ویژه آمادگی قلبی و عروقی»، «تجویز فعالیت ورزشی ویژه افزایش انعطاف پذیری و قدرت عضلانی»، «تجویز فعالیت ورزشی ویژه بیماران قلبی و عروقی: سکنه قلبی، نارسایی احتقانی قلب، ضربان سازها، پیوند قلب، پرفشارخونی، بیماری عروق کرونر قلب، نارسایی قلبی مزمن، لنگش متناوب، بیماری شریان محیطی»، «تجویز فعالیت ورزشی ویژه اختلالات مربوط به سندرم متابولیکی: مقاومت به انسولین، دیابت نوع ۲، اختلال در چربی خون، پرفشارخونی و چاقی»، «تجویز فعالیت ورزشی ویژه بیماری های عضلانی، استخوانی و مفصلی: استئوآرتریت، روماتوئید آرتریت، استئوپروز، سندرم

<p>خستگی مزمن»، «تجویز فعالیت ورزشی ویژه بیماری‌های ریوی: بیماری انسداد ریوی مزمن، آسم»، «تجویز فعالیت ورزشی ویژه موارد خاص: سالمندان، بارداری و کودکان»، «تجویز فعالیت ورزشی ویژه بیماران روحی و روانی مانند افسردگی و امثال آن»، «تجویز فعالیت ورزشی ویژه بیماری‌های مزمن مانند سرطان‌ها»</p>		
<p>«مفاهیم روان‌شناسی فعالیت بدنی»، «فعالیت بدنی و بهداشت روانی: اثر فعالیت بدنی بر خودپنداره، افسردگی، اضطراب، استرس، حالات خلقی، عواطف، عزت نفس، کیفیت خواب، تصویر ذهنی و کارکردهای شناختی»، «کاربرد تمرین ورزشی در روان‌درمانی: تجویز تمرین برای درمان، سوء مصرف مواد، افسردگی، دشواری خواب، سندروم پیش‌قاعدگی، توانبخشی بعد از تروما، بازتوانی پس از بیماری»، «سازوکارهای اثر روانی تمرین: آشنایی با تئوری و مدل اثربخشی روانی تمرین جسمانی؛ مطالعه نظریه کاتکولامین‌ها، اندروفین‌ها، نظریه افزایش دما، نظریه انحراف توجه و فراغت و نظریه تسلط بر مهارت»، «مطالعه عوامل مؤثر بر مشارکت در فعالیت بدنی: نظریه‌های اجتماعی-شناختی، شخصیت و بوم‌شناختی»، «معرفی اصول مداخلات روانی در تمرین ورزشی»</p>	<p>ابعاد روانی سلامتی بخش فعالیت ورزشی</p>	<p>۴</p>
<p>«آشنایی با انواع چاقی و دلایل بروز آن»، «استفاده از داده‌های میدانی و آزمایشگاهی در تشخیص میزان چاقی»، «اختلالات متابولیکی و تغذیه بالینی»، «شیوه‌های کاهش وزن با تأکید بر ورزش و رژیم غذایی»، «مدیریت وزن، کاهش سریع یا تدریجی وزن»، «آشنایی با عوارض ناشی از نوسان وزن: کاهش و افزایش در مراحل مختلف زمانی»، «چاقی به‌عنوان معلولیت و زمینه‌ساز ابتلا به بیماری‌های خطرناک و مرگ‌آور»، «جنسیت و چاقی: تفاوت در چاقی مردان و زنان با تأکید بر عوامل مؤثر آنزیمی و هورمونی»، «آشنایی با عوامل تنظیم‌کننده انرژی دریافتی و وزن بدن: میانجی‌های عصبی مغز، پپتیدها، هورمون‌ها و...»، «اهداف و راه‌های درمان چاقی»، «مدیریت تغذیه‌ای اطفال و کودکان چاق»</p>	<p>چاقی پیشرفته و کنترل وزن</p>	<p>۵</p>
<p>«مبانی بیوانرژتیک ورزشی: با تأکید بر تبدیل انرژی در ورزش و فعالیت‌های بدنی»، «متابولیسم درشت-مغذی‌ها هنگام فعالیت ورزشی: کربوهیدرات‌ها، چربی‌ها، پروتئین و اسیدهای آمینه»، «تنظیم متابولیسم انرژی: با تأکید بر تنظیم متابولیسم مواد هنگام ورزش»، «سنجش متابولیسم انرژی: راهبردی آزمایشگاهی، میدانی و شاخص‌های ذهنی»، «هزینه انرژی فعالیت بدنی و رشته‌های ورزشی: با تأکید بر محاسبات متابولیکی»، «سازگاری‌های متابولیکی با تمرین‌های ورزشی»، «تأثیر سن و جنس بر متابولیسم»، «میزان متابولیسم پایه: با تأکید بر تأثیر فعالیت ورزشی بر میزان متابولیک بازال»، «تأثیر گرمایی مواد غذایی: با تأکید بر تعامل بین فعالیت‌های بدنی و تأثیر گرمایی غذایی»، «مواد مغذی و دارویی منتخب: لپتین/اندروفین/کافئین»</p>	<p>بیوانرژتیک فعالیت ورزشی</p>	<p>۶</p>
<p>«بررسی فیزیولوژیکی دستگاه قلبی-عروقی و تنفسی در فرد تندرست در مقایسه با بیمار قلبی»، «بررسی عوامل خطرزای بیماری قلبی-عروقی و تنفسی و روش‌های پیشگیری و تعدیل عوامل خطرزا با فعالیت ورزشی»، «آشنایی با فرایند عملی برنامه ورزشی برای انواع بیماران قلبی-عروقی و تنفسی در مراکز بازتوانی، بیماران مبتلا به سکتة قلبی، نارسایی احتقانی قلب، بیماران قلبی استفاده‌کننده از ضربان‌ساز، بیماران با پیوند قلب، بیماران پرفشارخونی، بیماران عروق کرونر قلب، نارسایی قلبی مزمن، لنگش متناوب، بیماری شریان محیطی و...»، «اقدامات اولیه درمانی نظیر الکتروکاردیوگرافی، آنژیوگرافی، عکسبرداری، اکوکاردیوگرافی، تست ورزش، درمان دارویی، بعد از بروز یا تشخیص بیماری قلبی و انواع گوناگون درمان‌های مداخله‌ای غیر از فعالیت ورزشی مانند: PCI, CABG، استنت گذاری، بالون‌زدن و غیره»، «آشنایی با مراحل مختلف بازتوانی قلبی-عروقی از فاز یک تا چهار بعد از عمل‌های جراحی و مداخلات درمانی در انواع گوناگون بیماران قلبی»، «طبقه‌بندی بیماران قلبی با توجه به ظرفیت توانایی عملکردی بر اساس طبقه‌بندی انجمن قلب نیویورک به‌منظور شروع برنامه بازتوانی قلبی-عروقی»، «داروها و اثرات فیزیولوژیکی آن‌ها هنگام فعالیت ورزشی در انواع گوناگون بیماران قلبی-عروقی و تنفسی»، «بررسی و</p>	<p>بازتوانی قلبی-عروقی و تنفس با فعالیت ورزشی</p>	<p>۷</p>

<p>ارزیابی های اولیه بیماران قبل از انجام برنامه بازتوانی قلبی»، «بررسی پاسخ های گوناگون بیماران قلبی - وعروقی، هنگام فعالیت ورزشی با وبدون مصرف داروها»، «آشنایی با مراحل تعدیل عوامل خطرزا مانند تعدیل ودرمان اختلالات روحی وروانی، اختلالات در چربی های خون و ... از طریق ارائه برنامه های آموزشی و پیشگیرانه روان شناختی و تغذیه ای و فعالیت ورزشی»، «بررسی مشکلات و اختلالات جسمانی و روحی و روانی بعد از عمل مانند زخم های ایجاد شده بعد از برداشتن رگ در پاها و دست ها در بیماران CABG. بروز افسردگی و اضطراب و ملاحظه آن ها هنگام برنامه فعالیت ورزشی»، «معرفی به مراکز بازتوانی قلبی - عروقی و تنفسی برای کار با بیماران به صورت عملی: بررسی ۲۰ تا ۵۰ مورد»</p>		
--	--	--

دروس انتخابی و سرفصل های اصلی آن در گرایش فیزیولوژی ورزشی بالینی در جدول ۸-۱۶ معرفی شده است.

جدول ۸-۱۶. سرفصل و محتوای دروس انتخابی گرایش فیزیولوژی ورزشی بالینی

سرفصل ها	درس	ردیف
<p>«مفاهیم اساسی تنظیم دما، استرس گرمایی و تأثیر آن بر پاسخ های فیزیولوژیکی دستگاه های مختلف بدن و ظرفیت انجام فعالیت ورزشی و تمرین»، «تأثیر تغییرات شرایط آب و هوایی: تغییرات دما، استرس های گرمایی-سرمایی، رطوبت محیط، ارتفاع، فشار هوا و امثال آن بر پاسخ های فیزیولوژیکی دستگاه های مختلف بدن بیماران در حالت استراحت و فعالیت ورزشی»، «تأثیر فعالیت بدنی در محیط های خاص پرفشار و کم فشار بر عملکرد فیزیولوژیکی قلب، عروق و تنفسی بیماران»، «آلودگی هوا و تأثیر آن بر ظرفیت فعالیت ورزشی و تمرین در افراد سالم و بیمار»، «ریتم های کرونوبیولوژیک و تأثیر آن بر ظرفیت تمرین و فعالیت ورزشی افراد تندرست و بیمار»، «بررسی تأثیر استرس های محیطی و اجتماعی مانند شلوغی و ترافیک بر ظرفیت عملکرد ورزشی بیماران»، «بررسی شرایط محیطی مناسب برای انجام فعالیت بدنی هنگام بیماری از نظر دما، فشار، رطوبت و میزان آلودگی هوا»</p>	<p>استرس محیطی در فیزیولوژی ورزشی بالینی</p>	۱
<p>«بررسی پاسخ های فیزیولوژیکی-همودینامیکی سیستم های قلبی وعروقی-ریوی به فعالیت ورزشی پیش رونده در افراد سالم»، «بررسی و ارزیابی اولیه بیماران قبل از انجام آزمون Risk Stratification»، «بررسی پروتکل های گوناگون آزمون ورزشی ویژه بیماران»، «تفسیر آزمون های ورزشی و بررسی کاربردهای آزمون ورزشی: تشخیص و تجویز ورزش»، «پاسخ های طبیعی و غیرطبیعی الکتروکاردیوگرام بیماران به آزمون ورزشی»، «آزمون های آزمایشگاهی به منظور بررسی وضعیت عوامل آمادگی جسمانی بیماران»، «آزمون ورزشی و دیگر روش های تعیین میزان خطر بیماران: تصویربرداری اتمی، استرس اکوکاردیوگرافی»، «نقش آنالیز گازهای تنفسی و آزمون ورزشی قلبی وریوی در تجویز برنامه ورزشی»، «آزمون های ارزیابی آمادگی جسمانی بیماران»، «آزمون ورزشی در بیماری های گوناگون: قلبی-عروقی، ریوی، چاق، آسم و امثال آن قبل و بعد از مداخلات جراحی و دارویی»، «آزمون های ورزشی در گروه های خاص بیماران: کودکان، زنان و افراد کهن سال»، «جنبه های اخلاقی و قانونی آزمون ورزشی»، «بخش عملی بررسی مطالعات موردی واقعی در مراکز با کمک استاد مربوطه: دست کم ۵۰ مورد»</p>	<p>آزمون و تفسیر آمادگی بدنی بیماران</p>	۲
<p>موضوعات عمومی در رابطه با تجویز و مصرف داروها در بیماری های مختلف وابسته به کم- تحرکی»، «ملاحظات تجویز ورزش برای بیماران تحت درمان داروهای ویژه»، آشنایی با تأثیر داروها بر: «پارامترهای مهم قلبی وعروقی و تنفسی»، «دستگاه عصبی»، «دستگاه قلبی وعروقی: بتابلاکرها، ادرار آورها، داروهای ضد فشارخون»، «دستگاه معدی-روده ای و ادراری»، «دستگاه غدد</p>	<p>داروشناسی و علوم ورزشی</p>	۳

		درون ریز»، دستگاه ایمنی» و «کاهش وزن» در هنگام استراحت، فعالیت و آزمون ورزشی، «تأثیر مصرف عامل‌های متابولیکی: کراتین، آهن و اریتروپویتین، عامل‌های ضد چربی، مکمل‌های تغذیه‌ای، در بیماران و در نظر گرفتن آن‌ها هنگام تجویز و آزمون ورزشی»، «آشنایی با تأثیر داروهای عمومی مانند کافئین و اتانول بر عملکرد سیستم‌های مختلف بدن هنگام استراحت، فعالیت و آزمون ورزشی»
۴	تغذیه ورزشی کاربردی در سبک زندگی	«ارزش انرژی مواد غذایی و فعالیت بدنی و ضرورت ایجاد تعادل بین آن‌ها»، «نقش وظایف کربوهیدرات‌ها در فعالیت‌های شدید، متوسط و طولانی»، «چربی‌ها و فعالیت ورزشی»، «رابطه سوخت‌وساز اسیدهای آمینه با فعالیت ورزشی»، «اثرات تغذیه بر سنتز پروتئین»، «تغذیه برای جمعیت خاص ورزشکاران: کودکان، نوجوانان، زنان و سالمندان»، «دستورات تغذیه‌ای برای تمرین در محیط‌های مختلف: گرم، سرد، ارتفاع و...»، «مکمل‌های غذایی مؤثر در زندگی فعال افراد»، «ملاحظات تغذیه برای ورزشکاران دیابتی، قلبی، عروقی، آسمی و امثال آن»
۵	بیماری‌های متابولیکی و فعالیت ورزشی	«فعالیت بدنی و ورزشی و بیماری‌های مزمن»، «مبانی بیوشیمیایی آسیب‌های عضلانی و فعالیت ورزشی: با تأکید بر آنزیم‌ها و هورمون‌ها»، «ویژگی‌های متابولیکی ایسکمی و انفارکتوس قلبی و فعالیت ورزشی»، «اتیولوژی بیوشیمیایی انواع دیابت و فعالیت ورزشی»، «ویژگی‌های متابولیکی اضافه‌وزن، چاقی و کنترل آن‌ها با فعالیت ورزشی»، «استئوپروز و فعالیت ورزشی»، «اختلالات هماتولوژیکال و فعالیت ورزشی»، «مبانی بیوشیمیایی خستگی، فراخستگی و بیش‌تمرین و روش‌های کنترل آن‌ها»، «اختلالات متابولیکی ناشی از سوءاستفاده از مکمل‌ها و داروها»، «برنامه‌ریزی تمرین‌های ورزشی ویژه اختلالات متابولیکی»، «اختلالات متابولیکی وابسته به هیجان‌ات ورزش»
۶	فیزیولوژی فعالیت ورزشی کودکان و نوجوانان	«اهمیت اندازه بدنی در فعالیت‌های بدنی»، «رشد و فعالیت ورزشی»، «تأثیر بلوغ بر آمادگی بدنی»، «پاسخ‌های متابولیکی کودکان به فعالیت‌های ورزشی»، «آمادگی هوازی»، «پاسخ‌های قلبی-عروقی و تهویه‌ای کودکان به فعالیت ورزشی»، «حرکت ورزشی فاقد حمل وزن و انرژی مورد نیاز»، «فعالیت‌های انفجاری کوتاه‌مدت و آمادگی بی‌هوازی»، «عوامل مؤثر بر گسترش قدرت عضلانی»، «پاسخ‌ها به تمرین بدنی»، «تنظیم دما، گرما و عدم تحمل فعالیت بدنی»، دستگاه عصبی مرکزی و آمادگی فیزیولوژیایی»

#### ۷-۸. کارشناسی ارشد فیزیولوژی ورزشی با گرایش تغذیه ورزشی

مهم‌ترین توانایی‌های تخصصی مورد انتظار از دانش‌آموختگان این گرایش در جدول ۸-۱۷ معرفی شده است.

جدول ۸-۱۷. مهم‌ترین وظایف قابل اجرا توسط دانش‌آموختگان کارشناسی ارشد گرایش تغذیه ورزشی

ردیف	وظایف
۱	تدریس دروس ویژه در دوره‌های ورزشی سازمان‌ها و فدراسیون‌های ورزشی
۲	ارزیابی و تحلیل نیازهای تغذیه‌ای ورزشکاران رشته‌های مختلف
۳	طراحی رژیم غذایی برای ورزشکاران در دوره‌های مختلف آمادگی و فصل مسابقه و ...
۴	آشنایی با شیوه‌های علمی تغذیه‌ای افزایش و کاهش وزن در رشته‌های وزنی
۵	آشنایی با مکمل‌های غذایی و مواد ارگوژنیک و اصول علمی استفاده از آن‌ها در رشته‌های مختلف ورزشی در سطوح حرفه‌ای

دروس تخصصی و سرفصل‌های اصلی آن در گرایش «تغذیه ورزشی» در جدول ۸-۱۸ معرفی شده است.

جدول ۸-۱۸. سرفصل و محتوای دروس تخصصی گرایش تغذیه ورزشی

ردیف	درس	سرفصل‌ها
۱	بیوشیمی ویژه تغذیه ورزشی	«فرایندهای متابولیکی: اکسیداسیون و احیا»، «مبانی بیوشیمیایی کربوهیدرات‌ها و تعامل آن با فعالیت ورزشی»، «اصول بیوشیمی چربی‌ها و چگونگی تأثیر چربی‌ها در عملکرد ورزشی»، «مبانی بیوشیمیایی پروتئین‌ها، ویتامین‌ها، املاح معدنی در ارتباط با تغذیه ورزشی»، «ویژگی‌های هورمونی در ارتباط با تغذیه ورزشی»، «نقش درشت مغذی‌ها و ریزمغذی‌ها در ارتباط با عملکرد ایمنی هنگام استراحت و فعالیت ورزشی»
۲	تغذیه انسانی	«متابولیسم انرژی انسان»، «اجزای اصلی رژیم غذایی و نیازمندی‌های انرژی بدن انسان»، «نقش تغذیه در سیستم‌های نظام‌یافته بیولوژیکی بدن شامل: تنظیم درون‌سلولی و تنظیم متابولیکی»، «تغذیه در دوران مختلف زندگی: از جنینی تا سالمندی»، «تأثیر متقابل مواد مغذی، هورمون‌ها و سایتوکین‌ها»، «سوءتغذیه، کم‌غذایی و لاغری»، «پر خوری، چاقی و اختلالات متابولیکی»، «عدم تحمل و آلرژی نسبت به مواد غذایی»، «نیازهای تغذیه‌ای و ارزیابی آن طی مراحل مختلف زندگی»
۳	اصول تغذیه در فعالیت ورزشی و تمرین	«منابع غذایی برای ورزشکاران»، «جنبه‌های تغذیه‌ای درشت‌مغذی‌ها و ریزمغذی‌ها در ورزش»، «جنبه‌های کم‌آبی و تأمین آب و مایعات در ورزش»، «استراتژی تغذیه‌ای برای سیستم‌های ویژه انرژی در رشته‌های مختلف ورزشی»، «عوامل مؤثر در نیازمندی‌های تغذیه‌ای ورزشکاران: سن، جنسیت، ترکیب بدن، مسافت»، «تغذیه کاربردی ویژه رشته‌های انفرادی و تیمی»، «جنبه‌های تغذیه‌ای اجرای مطلوب: تغذیه قبل و بعد از فعالیت ورزشی»، «جنبه‌های تغذیه‌ای ویژه دوره بازیافت»، «مکمل‌های غذایی مؤثر در بهبود عملکرد ورزشکاران»
۴	سمینار پژوهشی در تغذیه ورزشی	«بررسی پژوهش‌های جدید در زمینه تغذیه ورزشی و بحث درباره جدیدترین یافته‌های تغذیه ورزشی بر اساس مقالات مروری»، «آشنایی با اصول ارائه خلاصه کوتاه‌و بلند در کنفرانس‌های داخل و خارج و نحوه ارائه آن: سخنرانی/پوستر»، «موضوع‌یابی و نحوه مطالعه پایان‌نامه‌ها و مقالات علمی برای تهیه موضوع مناسب»، «آشنایی با نکات مهم تنظیم طرح پژوهش»، «تهیه و تنظیم طرح پژوهش یا پروپوزال»
۵	بیوانرژتیک فعالیت ورزشی	«مبانی بیوانرژتیک ورزشی: با تأکید بر تبدیل انرژی در ورزش و فعالیت‌های بدنی»، «متابولیسم درشت‌مغذی‌ها هنگام فعالیت ورزشی: کربوهیدرات‌ها، چربی‌ها، پروتئین و اسیدهای آمینه»، «تنظیم متابولیسم انرژی: با تأکید بر تنظیم متابولیسم مواد هنگام ورزش»، «سنجش متابولیسم انرژی: راهبردی آزمایشگاهی، میدانی و شاخص‌های ذهنی»، «همینه انرژی فعالیت بدنی و رشته‌های ورزشی: با تأکید بر محاسبات متابولیکی»، «سازگاری‌های متابولیکی با تمرین‌های ورزشی»، «تأثیر سن و جنس بر متابولیسم»، «میزان متابولیسم پایه: با تأکید بر تأثیر فعالیت ورزشی بر میزان متابولیک بازال»، «تأثیر گرمایی مواد غذایی: با تأکید بر تعامل بین فعالیت‌های بدنی و تأثیر گرمایی غذایی»، «مواد مغذی و دارویی منتخب: لپتین/اندروفین/کافئین»
۶	ارزیابی و طراحی رژیم غذایی	«بررسی وضعیت تغذیه و دریافت مواد غذایی»، «کاربرد داده‌های میدانی و آزمایشگاهی در ارزیابی وضعیت تغذیه»، «آشنایی با پرسشنامه‌ها، یادآمدها و نرم‌افزار ارزیابی وضعیت تغذیه»، «ارزش انرژی مواد غذایی و فعالیت بدنی»، «تنظیم و طراحی رژیم غذایی»، «جدول غربالگری و ارزیابی

<p>تغذیه در دوره‌های سنی مختلف»، «ارزیابی آنترپومتریک یا پیکرسنجی برای محاسبه ترکیب بدن و نیازهای انرژی»، «تعیین نیازهای تغذیه‌ای با استفاده از راهنمای انرژی»، «جنبه‌های فرهنگی برنامه‌ریزی رژیم غذایی: توجه به عوامل اجتماعی و مذهبی»، «مراقبت و مشاوره تغذیه‌ای: کاهش وزن، کاهش قند خون و افزایش فشارخون»</p>	
<p>«سازگاری‌های ساختاری و عملکردی قلب و عروق نسبت به انواع تمرینات ورزشی»، «پاسخ‌های کوتاه‌مدت و سازگاری‌های غدد درون‌ریز و برون‌ریز به انواع تمرینات ورزشی»، «آشنایی با نحوه اثربخشی فشار تمرین بر شاخص‌های هماتولوژیکی و تعیین سازگاری»، «سازگاری‌های ساختاری و عملکردی تنفسی نسبت به انواع تمرینات ورزشی»، «تغییرات و سازگاری‌های دستگاه‌های مختلف بدن به محیط‌های مختلف ورزشی شامل: محیط‌های با آلودگی هوا، کم‌جاذبه، سرد، گرم، کم‌فشار و پرفشار»، «تغییرات و سازگاری‌های انواع تارهای عضلانی متعاقب فعالیت‌های ورزشی»، «تغییرات و سازگاری‌های سیناپس‌ها و محل اتصال عصبی-عضلانی بر اثر انواع فعالیت‌های ورزشی»، «تغییرات و سازگاری‌های نواحی مختلف دستگاه عصبی مرکزی بر اثر انواع فعالیت‌های ورزشی»، «پاسخ‌های فیزیولوژیکی به خستگی و بیش-تمرینی در ورزشکاران رشته-های مختلف ورزشی»</p>	<p>۷ فیزیولوژی ورزشی پیشرفته</p>

دروس انتخابی و سرفصل‌های اصلی آن در گرایش تغذیه ورزشی در جدول ۸-۱۹ معرفی شده است.

#### جدول ۸-۱۹. سرفصل و محتوای دروس انتخابی گرایش تغذیه ورزشی

سرفصل‌ها	درس	ردیف
<p>«ارزیابی ترکیب بدن و تفسیر آن»، «آشنایی با روش‌های ارزیابی تراکم استخوان»، «نحوه تجزیه و تحلیل رژیم غذایی ورزشکاران و برآورد میزان کالری و نیازهای تغذیه‌ای ویژه آنان با توجه به رشته ورزشی»، «روش-های اندازه‌گیری و برآورد هزینه انرژی استراحتی و فعالیت ورزشی»، «شیوه‌های ارزیابی میزان آب بدن و آگاهی از وضعیت هیدراسیون، دهیدراسیون و...»، «آشنایی با نحوه خون‌گیری از محل‌های مختلف: نوک انگشت، گوش، ورید بازویی و...»، «کانتز زدن و جداسازی سرم و نگهداری نمونه‌ها»، «آزمون‌های عملکردی قدرت، استقامت و سرعت»</p>	<p>روش‌های آزمایشگاهی تغذیه ورزشی</p>	۱
<p>«مفاهیم مواد ارگوژنیک، ارگولیتیک، دوپینگ، پارادوپینگ»، «قوانین بین‌المللی درخصوص استفاده از مواد نیروزا و نحوه کنترل دوپینگ توسط آژانس جهانی ضد دوپینگ»، «دسته‌بندی مواد ارگوژنیک و نیروزی مورد استفاده توسط ورزشکاران رشته‌های مختلف ورزشی و اثرات آن‌ها»، «نحوه اثربخشی و سازوکارهای اثر انواع مواد ارگوژنیک»، «اثرات کوتاه‌مدت مواد ارگوژنیک بر عملکرد ورزشی و اثرات طولانی‌مدت آن‌ها بر سازگاری‌های تمرینی»، «محدودیت‌ها و عوارض جانبی استفاده از مواد ارگوژنیک»، «مواد نیروزی غیرمجاز و عوارض استفاده از آن‌ها در ورزش‌ها»</p>	<p>مواد ارگوژنیک در ورزش‌ها</p>	۲
<p>«فعالیت بدنی و مقاومت در برابر بیماری‌های عفونی»، «فعالیت بدنی و گلبول‌های سفید، سایتوکاین‌ها، سلول‌های سمی»، «کاربرد بالینی پاسخ سیستم ایمنی به فعالیت بدنی و ورزش»، «کربوهیدرات و پاسخ سیستم ایمنی به فعالیت ورزشی»، «چربی، فعالیت بدنی و سیستم ایمنی»، «پروتئین، فعالیت بدنی و سیستم ایمنی»، «ویتامین‌ها، مواد معدنی و ایمنی‌شناسی ورزشی»</p>	<p>فعالیت ورزشی، تغذیه و سیستم ایمنی</p>	۳
<p>«تأثیر مواد مغذی مختلف بر سنتز نوروترانسمیترهای مؤثر بر خلق و خوی ورزشکاران»، «ارتباط تغذیه و کمبود مواد مغذی، خستگی و بی‌خوابی در ورزشکاران»، «تأثیر تغذیه و کمبود مواد مغذی بر استرس و انگیزتگی و اضطراب در ورزشکاران»، «بررسی عوامل روانی مؤثر پراشتهایی، بی‌اشتهایی و پرخوری دیگر</p>	<p>روان‌شناسی در تغذیه ورزشی</p>	۴



		اختلالات تغذیه‌ای ورزشکاران»، «جنبه‌های روانی تغذیه و رژیم غذایی و عوامل روانی مؤثر بر پیروی از رژیم غذایی یا شکست آن»، «علل روانی گرایش به مکمل‌ها و مواد نیروزا در ورزشکاران»
۵	دوپینگ و داروشناسی ورزشی	«تاریخچه دسته‌بندی انواع دوپینگ و پارادوپینگ»، «قوانین بین‌المللی در خصوص استفاده از مواد نیروزا و نحوه کنترل دوپینگ توسط آژانس جهانی ضد دوپینگ»، «تعریف و طبقه‌بندی داروهای مورد استفاده توسط ورزشکاران رشته‌های مختلف ورزشی و اثرات آن‌ها»، «با نحوه اثربخشی انواع داروهای محرک، استروئیدهای آنابولیک، دیورتیک، مهارکننده‌های بتا، ضد درد مخدر و غیره»، «متابولیسم انواع داروها و مواد نیروزا در ورزش»، «اثرات مثبت و عوارض جانبی استفاده از انواع داروها در ورزش»، «موارد استفاده و سوء استفاده از داروها در ورزش»، «دسته‌بندی مکمل‌های نیروزای مجاز در ورزش»، «نحوه آزمایش انواع دوپینگ در ورزش و موضوعات مرتبط»
۶	تغذیه و کنترل وزن ویژه ورزشکاران	«اصلاح رژیم غذایی و فعالیت ورزشی»، «شویه‌های کاهش وزن ورزشکاران و عوارض ناشی از برخی روش‌های نامطلوب»، «مکمل‌های غذایی مؤثر در کاهش و افزایش وزن ورزشکاران»، «اختلالات تغذیه‌ای ورزشکاران: نکات قابل توجه درباره وزن پائین و بالای برخی از ورزشکاران»، «کنترل وزن و مدیریت انرژی در جلسات تمرینی و مسابقات ورزشی»، «عوامل تنظیم‌کننده کنترل وزن ورزشکاران: میانجی‌های عصبی، پپتیدهای روده‌ای، هورمون و ...»، «ترکیب بدن مطلوب ورزشکاران رشته‌های مختلف»، «آب‌دایی و آبرسانی بدن ورزشکاران»، «نیازهای رژیمی ورزشکاران خواستار توده عضلانی»

#### ۸-۸. دوره دکتری فیزیولوژی ورزشی

هدف از دوره دکتری «رشته فیزیولوژی ورزشی»، تربیت دانش پژوهان نخبه با توانایی «آموزش، پژوهش، برنامه‌ریزی، اجرا، راهنمایی و تحلیل مشکلات و پژوهش» است. از دانش‌آموختگان دوره «دکتری فیزیولوژی ورزشی» توقع می‌رود که به دو نوع توانایی‌های «عمومی و تخصصی» به شرح جدول ۸-۲۰ دست یابند (کمیته علوم ورزشی، ۱۳۹۵ ب).

#### جدول ۸-۲۰. توانایی مورد انتظار از دانش‌آموختگان مقطع دکتری رشته فیزیولوژی ورزشی

ردیف	توانایی اصلی	توانایی‌های اجرایی
۱	عمومی	الف) پژوهش و به‌کارگیری یافته‌ها در فرایند تدریس دروس مربوط
		ب) انجام پژوهش‌های کاربردی در گرایش تخصصی خود و همکاری در امور پژوهشی سایر حوزه‌های رشته فیزیولوژی ورزشی
		ج) تدریس درس مربوط به گرایش تخصصی خود در دوره کارشناسی و کارشناسی‌ارشد رشته‌های گوناگون علوم ورزشی
		د) سرپرستی و هدایت پروژه‌های ملی و منطقه‌ای کاربردی در حوزه اپیدمیولوژی فیزیولوژی ورزشی
۲	تخصصی	الف) انجام خدمات مشاوره‌ای به مراکز بالینی برای اجرای برنامه‌های فعالیت ورزشی، پیشگیری و کنترل بیماری‌های عضلانی
		ب) اجرا و هدایت برنامه‌های فعالیت ورزشی ویژه افزایش قدرت و استقامت عضلانی ورزشکاران نخبه
		ج) برنامه‌ریزی و اجرای آزمون‌های میدانی و آزمایشگاهی درباره موضوعات فیزیولوژی ورزشی
		د) برنامه‌ریزی و اجرای کلینیک‌های ورزشی در حوزه موضوعات فیزیولوژی ورزشی
		ه) هدایت و مشاوره رساله‌های دکتری در حوزه‌های مربوطه به فیزیولوژی ورزشی
		و) همکاری مؤثر و کارآمد با مراکز توان‌بخشی قلبی-عروقی برای برنامه‌ریزی، کنترل برنامه‌های ورزشی بازتوانی
		ز) انجام خدمات مشاوره‌ای در کلینیک‌های ورزشی، کنترل بیماری‌های قلبی، عروقی و تنفسی

ح) سرپرستی و کنترل بخش ورزشی پروژه‌های ملی مربوط به بیماری‌های قلبی، عروقی و تنفسی		
ط) شناسایی، برنامه‌ریزی و اجرای آزمون‌های میدانی و آزمایشگاهی قلبی، عروقی و تحلیل آن‌ها		
ی) ارائه مشاوره و راهنمایی در مراکز بالینی برای اجرای برنامه‌های فعالیت ورزشی بازتوانی ویژه بیماری‌های سوخت‌وسازی		
ک) برنامه‌ریزی و هدایت آزمون‌های ورزشی و تفسیر نتایج آن‌ها در مراکز فیزیولوژی ورزشی		
ل) هدایت و مشاوره رساله دکتری در حوزه مربوط به بیوانرژتیک ورزشی		
م) هدایت و سرپرستی پروژه‌های ملی مربوط به اپیدمیولوژی اضافه‌وزن و چاقی در سطح کشور		
ن) طراحی، برنامه‌ریزی و نظارت بر شیوه‌های علمی تغذیه‌ای افزایش و کاهش وزن		

طول دوره دکتری چهار سال است و دروس این دوره اغلب جنبه نظری و پژوهش دارند. طول هر نیمسال تحصیلی ۱۶ هفته آموزشی و مدت هر واحد نظری ۱۶ ساعت است. تعداد کل واحدهای درسی دوره دکترای رشته فیزیولوژی ورزشی، ۳۶ واحد شامل «دروس تخصصی هشت واحد»، «دروس انتخابی ۱۰ واحد» و «رساله ۱۸ واحد» به شرح جدول ۸-۲۱ است. دانشجویانی که در دوره کارشناسی ارشد، تعداد واحدهای لازم درسی مربوطه را نگذرانده باشند یا از سایر رشته‌ها قصد تحصیل در این رشته را داشته باشند، با پیشنهاد مدیرگروه و تصویب گروه آموزشی و تأیید تحصیلات تکمیلی دانشکده موظف هستند واحدهای درسی کمبود خود را تا سقف ۱۲ واحد از بین دروس دوره کارشناسی ارشد رشته مدیریت ورزشی انتخاب و با موفقیت بگذرانند (کمیته علوم ورزشی، ۱۳۹۵، ب).

#### جدول ۸-۲۱. دروس تخصصی و انتخابی مقطع دکتری رشته مدیریت ورزشی

ردیف	گروه درسی	درس‌ها
۱	تخصصی	«روش پژوهش پیشرفته در فیزیولوژی ورزشی»، «روش‌های آماری پیشرفته در فیزیولوژی ورزشی»، «سازگاری‌های سلولی و مولکولی با فعالیت ورزشی»، «بیوشیمی ورزشی پیشرفته»، «فیزیولوژی ورزشی پیشرفته»
۲	انتخابی (۳۴ درس و امکان انتخاب ۵ درس)	«آزمایشگاه فیزیولوژی ورزشی کاربردی»، «آزمایشگاه سلولی-مولکولی ورزشی»، «سازگاری‌های سوخت‌وسازی با فعالیت ورزشی»، «سازگاری‌های هورمونی با فعالیت ورزشی»، «فعالیت ورزشی و اختلالات سوخت‌وسازی»، «ژنتیک و فعالیت ورزشی»، «سازگاری‌های عصبی-عضلانی با فعالیت ورزشی»، «فعالیت ورزشی»، «سازگاری‌های عصبی-عضلانی»، «فعالیت ورزشی و اختلالات عصبی-عضلانی»، «فعالیت ورزشی»، «سازگاری‌های قلبی-عروقی با فعالیت ورزشی»، «سازگاری‌های تنفسی با فعالیت ورزشی»، «فعالیت ورزشی و اختلالات قلبی-عروقی و تنفسی»، «سازگاری‌های ایمنی با فعالیت ورزشی»، «فعالیت ورزشی و اختلالات ایمنولوژیکی و سرطان»، «تغذیه ورزشی پیشرفته»، «داروها و مکمل‌ها در فعالیت ورزشی»، «فیزیولوژی ورزشی ویژه گروه‌های خاص»، «فیزیولوژی ورزشی کاربردی»، «فعالیت ورزشی و استرس محیطی»، «سمینار در فیزیولوژی ورزشی»، «مطالعات هدایت‌شده»

در انتهای دروس معرفی‌شده در برنامه‌درسی مصوب، در قالب تبصره اشاره‌شده است که «استاد راهنما می‌تواند حداکثر چهار واحد درسی از بین دروس مصوب دیگر رشته‌ها و گروه‌های آموزشی در آن دانشگاه یا مؤسسات آموزشی دیگر، پس از کسب مجوزهای لازم از دانشگاه به دانشجو ارائه نماید».

سرفصل‌ها و محتوای تعیین‌شده برای دروس تخصصی مقطع دکتری فیزیولوژی ورزشی در جدول ۸-۲۲ معرفی‌شده است (کمیته علوم ورزشی، ۱۳۹۵، ب).

جدول ۸-۲۲. سرفصل و محتوای دروس تخصصی مقطع دکترای فیزیولوژی ورزشی

ردیف	درس	سرفصل‌ها
۱	روش پژوهش پیشرفته در فیزیولوژی ورزشی	«طراحی و اجرای یک پژوهش از ابتدا تا انتها: چگونگی انجام مراحل پژوهش»، «متغیرهای پژوهش و کنترل آزمایشگاهی آن‌ها در پژوهش فیزیولوژیایی»، «اصول طراحی پروتکل فعالیت ورزشی و تمرین: طول دوره، زمان اندازه‌گیری‌ها، فاصله اندازه‌گیری‌ها، تعداد گروه‌ها و ... در پژوهش فیزیولوژیایی با توجه به نوع پژوهش»، «توان آماری و اندازه اثر در پژوهش و نحوه محاسبه آن‌ها»، «اصول نوشتار مقالات علمی - پژوهشی نحوه چاپ مقاله در مجلات علمی»، «اصول نوشتار پروپوزال‌های پژوهشی»، «مسائل اخلاقی و علمی وابسته به اجرا و انتشار پژوهش»
۲	روش‌های آماری پیشرفته در فیزیولوژی ورزشی	«آزمون‌های نرمالیتی و نحوه نرمال‌سازی داده‌های غیرنرمال»، «آنالیز واریانس مکرر: ANOVA»، «آنالیز واریانس مکرر ANOVA دوطرفه»، «آنالیز واریانس مکرر با عامل بین‌گروهی»، «آنالیز واریانس مشترک ANCOVA»، «آمار ناپارامتریک و کاربرد آن در پژوهش‌های فیزیولوژیایی»، «رگرسیون ساده و چندگانه»
۳	سازگاری‌های سلولی و مولکولی با فعالیت ورزشی	«درآمدی بر فیزیولوژی ورزشی سلولی، مولکولی»، «ژنتیک، فعالیت ورزشی و بیان ژن»، «انتقال پیام و سازگاری با فعالیت ورزشی»، «سازگاری مولکولی با فعالیت ورزشی استقامتی، پلاستیسته تار عضلانی و تنظیم هیپرتروفی عضله اسکلتی»، «ژنتیک و ورزش استقامتی، توده عضلانی و قدرت»، «نوروساینس مولکولی و فعالیت ورزشی، تنظیم فعالیت ورزشی عملکرد شناختی»، «فعالیت ورزشی و تنظیم عملکرد ایمنی: اتوفازی، آپوپتوز، پاسخ‌های التهابی»، «فعالیت ورزشی و تنظیم تولید ادیوپکاین و مایوکاین»، «فعالیت ورزشی و تنظیم بیولوژی بافت استخوان و غضروف و میکرو RNAs غضروف»، «تنظیم نوسازی میتوکندریایی، فعالیت ورزشی و سلول‌های بنیادی»، «سازوکارهای مولکولی تغییرات ناشی از تمرین در ساختار عملکرد عروقی عضله اسکلتی، قلبی و مغز»، «مولکول‌ها، سالمندی و فعالیت ورزشی»
۴	بیوشیمی ورزشی پیشرفته	«کلیات و مبانی بیوشیمیایی ورزشی: تعاریف، شباهت‌ها و تفاوت‌ها با متابولیسم فعالیت ورزشی»، «مفاهیم اصلی در بیوشیمی اسیدهای آمینه و پروتئین‌ها و فعالیت ورزشی»، «ترکیبات نیتروژن‌دار غیرپروتئینی میانجی‌های متابولیکی و فعالیت ورزشی»، «ترکیبات نیتروژن‌دار / نوکلئوزید / نوکلئوتید و فعالیت‌های ورزشی»، «کبد، اندام اصلی درگیر در تنظیم بیوشیمی ورزشی»، «ترکیبات هیدرات‌های کربنی و فعالیت ورزشی»، «ترکیبات لیپیدی و چربی فعالیت‌های ورزشی»، «بیوانرژی و اکسایش بیوانرژی با تأکید بر زنجیره تنفسی و فسفردار شدن اکسایشی»، «بیوشیمی مایعات بدن و تعامل آن با فعالیت ورزشی»، «هورمون‌ها، آنزیم‌ها، ابزار تنظیم انرژی در فعالیت‌های ورزشی»، «دستگاه‌های طیف‌بینی نوری و کاربرد آن‌ها در سنجش شاخص‌های بیوشیمیایی فعالیت ورزشی»
۵	فیزیولوژی ورزشی پیشرفته	پاسخ‌های انواع دستگاه‌های بدن به فعالیت ورزشی و تمرین شامل «دستگاه عصبی»، «دستگاه اسکلتی - مفصلی»، «دستگاه عضلانی»، «دستگاه تنفسی»، «دستگاه قلبی - عروقی»، «دستگاه گوارش»، «دستگاه‌های سوخت‌وسازی»، «بیوژنز میتوکندریایی ناشی از تمرینان گوناگون ورزشی»، «دستگاه غدد درون‌ریز»، «دستگاه ایمنی»، «دستگاه کلیوی»

سرفصل‌ها و محتوای تعیین‌شده برای دروس انتخابی مقطع دکترای فیزیولوژی ورزشی در جدول ۸-۲۳

معرفی شده است. از این فهرست تنها چهار درس به میزان هشت واحد برای دوره انتخاب خواهد شد.

جدول ۸-۲۳. سرفصل و محتوای دروس انتخابی مقطع دکترای فیزیولوژی ورزشی

ردیف	درس	سرفصل‌ها
۱	آزمایشگاه فیزیولوژی ورزشی کاربردی	«روش‌های سنجش پیشرفته عملکردهای قلبی، تنفسی، عضلانی و پیکرسنجی برای افراد عادی، ورزشکاران حرفه‌ای و افراد خاص»، روش‌های آزمایشگاهی سنجش فشار ورزشی: اکسیژن مصرفی، گازهای تنفسی و

	<p>کسر اکسیژن»، «اسپیرومتری: سنجش عملکرد ریوی شامل حجم‌ها و ظرفیت‌ها»، «سنجش فشارخون: روش - های گوناگون سنجش فشارخون شامل روش‌های سمعی، لمسی و نوسانی»، «سنجش لاکتات خون»، «اصول ثبت و تفسیر نوار قلب ECG»، «اکوکاردیوگرافی: ثبت و تفسیر»، «روش‌های پیشرفته آنترپومتری و ترکیب بدنی»، «آزمون‌های نوین آمادگی جسمانی: قلبی-تنفسی، قدرت، انعطاف‌پذیری، چابکی، سرعت و توان»، «آزمون‌های ورزشی افراد خاص: بیماران دیابتی، بیماران قلبی-تنفسی، کودکان، سالمندان و بیماران کلیوی»، «آزمون‌های ورزشی ورزشکاران حرفه‌ای: توان‌هوایی، توان‌غیرهوایی و...»</p>	
۲	<p>آزمایشگاه سلولی ملکولی ورزشی</p> <p>«نمونه‌گیری خون، گانترزدن، جداسازی سرم، روش‌های جداسازی و نگهداری نمونه‌ها»، «روش‌های تحلیل خون: همولیز، شمارش سلول‌های خونی، هماتوکریت، تعیین میزان اوره خون»، «مطالعات ترکیب ادراک: اوره، پروتئین و رنگ»، «بیوپسی انسانی»، «بافت‌برداری، جراحی، بیپوشی، بی‌حسی و امور آزمایشگاهی اولیه جوندگان»، «روش‌های مطالعه سلولی: رنگ‌آمیزی، تهیه برش، مونتاز، شمارش سلولی، سنجش ابعاد سلولی»، «روش‌های کلونینگ، برش-اتصال آنزیم‌های محدودکننده و تعیین توالی DNA»، «روش‌های استخراج DNA, RNA و پروتئین از سلول‌های انسانی»، «روش‌های بررسی و مطالعه PCR: DNA, الکتروفورز، ساترن بلانینگ، DNA Chips, Microarrays»، «روش‌های بررسی و مطالعه پروتئین: الکتروفورز، وسترن بلانینگ، الایزا»</p>	
۳	<p>سازگاری‌های سوخت- وسازی با فعالیت ورزشی</p> <p>«مرور سوخت‌وساز فعالیت ورزشی: ترمودینامیک، بیوانرژتیک و سوخت‌وساز»، «فعالیت ورزشی و تنظیم سوخت‌وساز کربوهیدرات»، «سوخت‌وساز کربوهیدرات عضله اسکلتی هنگام فعالیت ورزشی»، «فعالیت ورزشی و تنظیم سوخت‌وساز لیپید»، «سوخت‌وساز لیپید عضله اسکلتی هنگام فعالیت ورزشی»، «فعالیت ورزشی و تنظیم سوخت‌وساز پروتئین و اسیدهای آمینه»، «سوخت‌وساز بی‌هوایی هنگام فعالیت ورزشی»، «فعالیت ورزشی و تنظیم سوخت‌وساز بافت آدیپوز با تأکید بر فراخوانی لیپید هنگام فعالیت ورزشی»، «فعالیت ورزشی و تنظیم سوخت‌وساز کبدی با تأکید بر سوخت‌وساز کبد هنگام فعالیت ورزشی»، «فعالیت ورزشی، انتقال و انتقال دهنده‌های لاکتات هنگام فعالیت ورزشی»، «عوامل سوخت‌وسازی در خستگی»، «سازگاری با نوسازی و اکسایش سوبسترا بر اثر تمرین‌های استقامتی»</p>	
۴	<p>سازگاری‌های هورمونی با فعالیت ورزشی</p> <p>«مبانی سازوکارهای غدد درون‌ریز، هورمون‌ها و دستگاه عصبی اتونومیک»، «اپوئیدهای درون‌ریز: نقش فعالیت‌ها و تمرین‌های ورزشی»، «تأثیر فعالیت‌ها و تمرین‌های ورزشی بر محور هیپوتالاموسی-هیپوفیزی-فوق کلیوی»، «تأثیر فعالیت‌ها و تمرین‌های ورزشی و عملکرد تیروئید»، «تأثیر فعالیت‌ها و تمرین‌های ورزشی بر دستگاه تولید مثل مردان و زنان: تأثیر هورمون‌های جنسی بر عملکرد ورزشی»، «نقش غدد درون‌ریز و پاسخ‌های هورمونی در سوخت‌وساز مواد سه‌گانه»، «تعادل انرژی و کنترل وزن: کنترل هورمونی مصرف و هزینه انرژی»، «تنظیم هورمونی هومئوستاز مایعات و الکترولیت‌ها هنگام و پس از فعالیت ورزشی»، «غدد درون‌ریز و دستگاه عصبی در کنترل اشتها: نقش فعالیت و تمرین ورزشی بر پاسخ‌های عصبی و هورمونی»، «پاسخ غدد درون‌ریز به بیش‌تمرینی»</p>	
۵	<p>فعالیت ورزشی و اختلالات سوخت‌وسازی</p> <p>«اختلال متابولیسم مواد: پروتئین، چربی، کربوهیدرات»، «تأثیر فعالیت ورزشی بر متابولیسم مواد»، «رفتارهای کم‌تحرک و خطرهای متابولیکی»، «سندروم متابولیکی»، «تمرین‌های ورزشی و رژیم‌های غذایی در کنترل اختلالات متابولیکی»، «استرس اکسایشی، التهاب و تأثیر ضدالتهابی فعالیت ورزشی بر اختلالات متابولیکی»، «تغییرات محیطی، فعالیت ورزشی و اختلالات متابولیکی»، «خستگی و بیش‌تمرینی و راهبردهای پیشگیری و کنترل آن»، «چاقی، اتیولوژی و نقش فعالیت ورزشی و رژیم غذایی در پیشگیری و کنترل آن»، «آثار متابولیکی انواع گوناگون تمرین‌ها و فعالیت ورزشی در تنظیم و کنترل بیماری‌های متابولیکی»</p>	
۶	<p>ژنتیک و فعالیت ورزشی</p> <p>«علم ژنتیک در انسان با تأکید بر فوتوتایپ پیچیده عملکرد ورزشی»، «اپیدمولوژیک ژنتیک و فعالیت ورزشی با تأکید بر مطالعات دوقلوها و خانواده‌ها در عملکرد ورزشی»، «تعیین‌کننده‌های ژنتیکی عملکرد ورزشی: ژن‌ها، عملکرد استقامتی و قدرتی و توانی و پاسخ به تمرین»، «ژن‌ها، فعالیت ورزشی و سوخت‌ساز مواد</p>	

سه‌گانه: چربی، پروتئین و کربوهیدرات»، «ژنتیک و تعیین توانایی‌های ورزشی»، «ژن‌ها و مستعدشدن به آسیب‌های ورزشی با تأکید بر آسیب‌های بافت‌های نرم عضله اسکلتی»، «ژنتیک فنوتایپ وابسته به فعالیت ورزشی عضلات اسکلتی»، «آزمون‌های ژنتیکی ویژه عملکرد ورزشی»، «ژن‌ها و استعدادیابی در ورزش»، «دوپینگ ژن و عملکرد فعالیت‌های ورزشی»، «ژنتیک، مسائل اخلاقی و اجتماعی ورزش»	
«تغییرات ساختاری، عملکردی و سوخت‌وسازی عضله قلبی هنگام فعالیت ورزشی»، «تغییرات ساختاری و عملکردی عروق در طی فعالیت ورزشی»، «تغییرات ساختاری و عملکردی در رئولوژی هنگام فعالیت ورزشی»، «بازتوانی قلبی-عروقی در گروه‌های گوناگون»، «همودینامیک قلبی-عروقی در گروه‌های گوناگون»، «همودینامیک قلبی-عروقی هنگام اجرای انواع فعالیت‌های ورزشی»، «تغییرات الکتروکاردیوگرافی و اکوکاردیوگرافی در گروه‌های گوناگون»، «آزمون‌گیری ورزشی و خطرهای بالقوه فعالیت ورزشی در گروه‌های گوناگون»	۷ سازگاری‌های قلبی-عروقی به فعالیت ورزشی
«شکل‌پذیری یا پلاستیسیته بافت عصبی و عضلانی با فعالیت ورزشی»، «سازگاری‌های متابولیکی در بافت عصبی: نورونز، سیناپتونز، آنژیونز»، «سازگاری در انتقال آکسوپلاسمی و سرعت هدایت عصبی با فعالیت ورزشی»، «نقش عوامل نوروتروفیکی در سازگاری‌های عصبی عضلانی»، «سازگاری در خستگی عصبی-عضلانی با فعالیت ورزشی»، «سازگاری‌های عصبی-عضلانی به انواع مدل‌های تمرینی: استقامتی، مقاومتی و سرعتی»، «تغییرات عصبی-عضلانی به بی‌تمرینی و بی‌حرکتی»، «سازگاری‌های عصبی-عضلانی به فعالیت ورزشی در شرایط ویژه: بی‌وزنی، هیپوکسی، سطوح ناپایدار و...»، «سازگاری در برنامه حرکتی: کاهش دوجانبه، انتقال عرضی، مرحله پیش‌آماده‌سازی، تمرین ذهنی»، «ملاحظات ویژه در کارآمدسازی فعالیت ورزشی: توانمندسازی پس‌فعالی، نیروگاهی پس‌فعالی، لرزش عضلانی»	۸ سازگاری‌های عصبی-عضلانی با فعالیت ورزشی
«فعالیت ورزشی و بیماری‌های ضعف عضلانی: سارکونی، دوشن، بیکر، دیستروفی، مایوپاتی، مک‌آردل»، «فعالیت ورزشی و نوروپاتی»، «بیماری‌های پیوندگاه عصبی-عضلانی و فعالیت ورزشی»، «بیماری‌های ام‌اس و ای‌ال‌اس و فعالیت ورزشی»، «بیماری‌های آلزایمر و فعالیت ورزشی»، «بیماری پارکینسون و فعالیت ورزشی»، «سکته مغزی و فعالیت ورزشی»، «بیماری افسردگی و فعالیت ورزشی»، «بیماری اختلال خواب و فعالیت ورزشی»	۹ فعالیت ورزشی و اختلالات عصبی-عضلانی
«مفهوم و سنجش خستگی در ورزش»، «نقش تخلیه منابع انرژی در خستگی ورزشی»، «اسیدوز سوخت-وسازی و خستگی در ورزش»، «عوامل آب‌زدایی و پرگرمایی در خستگی ورزشی»، «نقش املاح معدنی پتاسیم و کلسیم در خستگی ورزشی»، «خستگی مرکزی و تنظیم مرکزی عملکرد ورزشی»، «عوامل مؤثر در به‌وجود آمدن دلایل خستگی در فعالیت‌های ورزشی»، «پیوستگی یا جدایی خستگی مرکزی و خستگی محیطی در ورزش»، «آینده‌پژوهشی در خستگی ورزشی و فعالیت ورزشی»	۱۰ خستگی و فعالیت ورزشی
«تغییرات ساختاری و عملکردی دستگاه تنفسی در طی فعالیت ورزشی»، «دستگاه تنفسی و الگوهای پاسخ آن به تحریکات محیطی»، «متابولیسم دستگاه تنفسی هنگام تمرین‌های ورزشی»، «پاسخ دستگاه تنفسی به انواع تمرین‌های ورزشی»، «سازگاری‌های ریوی و الگوهای تنفسی به تمرین‌های ورزشی»، «تعامل دستگاه قلبی-عروقی تنفسی هنگام تمرین‌های ورزشی»، «پاسخ و سازگاری‌های تنفسی به تمرین‌های ورزشی در محیط‌های گوناگون»، «پرتهوویه‌ای و هیپرینه هنگام فعالیت ورزشی سنگین و طولانی‌مدت»، «نارسایی‌های تنفسی و بازتوانی بیماران گروه‌های گوناگون»	۱۱ سازگاری‌های تنفسی با فعالیت ورزشی
«مبانی نظری بیماری‌های ساختاری و عملکردی قلبی، عروقی و تنفسی در افراد گوناگون»، «فعالیت بدنی و بیماری‌های ساختاری و عملکردی قلبی، عروقی و تنفسی»، «فعالیت بدنی و الکتروفیزیولوژی قلب و بی-نظمی‌های قلبی در بیماران»، «تغییرات الکتروکاردیوگرافی و اختلالات هدایتی و ریتمی قلب در ورزشکاران»، «سندروم مارفان و دیگر اختلالات شکنندگی عروقی هنگام فعالیت ورزشی»، «مرگ ناگهانی و سایر تظاهرات قلبی-عروقی ناشی از ضربه به قفسه سینه در فعالیت ورزشی»، «تمرین برای بیماران مبتلا به	۱۲ فعالیت ورزشی و اختلالات قلبی-عروقی و تنفسی

	<p>نارسایی قلبی مزمن و بیماران پیوند قلب»، «تمرین برای پیشگیری از مشکلات قلبی-عروقی و نارسایی های تنفسی»، «فعالیت ورزشی کودکان پس از جراحی بیماری های مادرزادی قلبی - عروقی»، «عملکرد قلبی - عروقی تنفسی افراد سالمند در هنگام فعالیت ورزشی»، «عوامل خطر قلبی-عروقی سوخت و ساز در هنگام فعالیت ورزشی»، «ارزیابی و توانبخشی بیماران مبتلا به حوادث قلبی-عروقی و تنفسی»</p>		
۱۳	<p>سازگاری های ایمنی با فعالیت ورزشی</p> <p>«آشنایی با دستگاه ایمنی بدن»، «ورزش حاد و عملکرد ایمنی ذاتی: سازوکارهای تغییر در عملکرد ایمنی سازشی به ورزش حاد»، «سازگاری های ایمنی ذاتی و سازشی با تمرین ورزشی»، «فراخستگی، بیش تمرینی و عملکرد ایمنی»، «ورزش و سایتوکاین ها»، «ورزش، تغذیه و عملکرد ایمنی»، «ورزش، محیط و عملکرد ایمنی»</p>		
۱۴	<p>فعالیت های ورزشی، اختلالات ایمنولوژیکی و سرطان</p> <p>«آشنایی با اختلالات ایمنی و سرطان»، «فعالیت های ورزشی و التهاب»، «فعالیت های ورزشی و پیشگیری از اختلالات ایمنی و سرطان؛ سازوکارهای اثر»، «فعالیت های ورزشی به عنوان دارو: سازوکارهای تأثیر فعالیت های ورزشی در کمک به بهبود اختلالات ایمنی و سرطان»، «فعالیت های ورزشی و بازتوانی اختلالات ایمنی و سرطان: سازوکارهای اثر»</p>		
۱۵	<p>تغذیه ورزشی پیشرفته</p> <p>«اصول و مبانی تغذیه»، «آب رسانی در ورزشکاران»، «مواد معدنی، ویتامین ها و عملکرد ورزشی»، «سنجش انرژی دریافتی و مصرفی»، «تغذیه و دستگاه ایمنی بدن»، «تغذیه ورزشی ویژه رشته های توانی-قدرتی»، «تغذیه ورزشی ویژه رشته های وزنی»، «تغذیه ورزشی ویژه رشته های تیمی»، «تغذیه ورزشی ویژه تناسب اندام»، «ایمنی غذا برای ورزشکاران»، «تعاملات بین داروهای نیروزا، تغذیه و عملکرد ورزشی»</p>		
۱۶	<p>داروها و مکمل ها در فعالیت ورزشی</p> <p>«داروها و مکمل های ورزشی و دست بندی آن ها»، «دوپینگ و مواد ممنوعه»، «داروها و مکمل های ورزشی ویژه رشته های: استقامتی، توانی-قدرتی، وزنی، تیمی، تناسب اندام»، «ایمنی مکمل های غذایی برای ورزشکاران»</p>		
۱۷	<p>فیزیولوژی ورزشی ویژه گروه های خاص</p> <p>«پاسخ ها و سازگاری های فیزیولوژیکی افراد چاق و دیابتی به تمرین و فعالیت ورزشی»، «تجویز تمرین ها و فعالیت های ورزشی مناسب برای افراد چاق و دیابتی»، «پاسخ ها و سازگاری های فیزیولوژیکی افراد مبتلا به آرتروز و کمردرد به تمرین و فعالیت ورزشی»، «فیزیولوژی سالمندی و پاسخ ها و سازگاری های فیزیولوژیکی سالمندان به تمرین و فعالیت ورزشی»، «تجویز تمرین ها و فعالیت های ورزشی مناسب برای افراد سالمند»، «پاسخ ها و سازگاری های فیزیولوژیکی افراد مبتلا به پوکی استخوان»، «پاسخ ها و سازگاری های فیزیولوژیکی زنان به تمرین و فعالیت ورزشی»، «تجویز تمرین ها و فعالیت های ورزشی مناسب زنان در شرایط خاص: آمنوره، بارداری، یائسگی و ...»، «پاسخ ها و سازگاری های فیزیولوژیکی کودکان به تمرین و فعالیت ورزشی»، «تجویز تمرین ها و فعالیت های ورزشی مناسب کودکان»</p>		
۱۸	<p>فیزیولوژی ورزشی کاربردی</p> <p>«فیزیولوژی تمرین های ورزشی: هوازی، بی هوازی، مقاومتی و روش های نوین تمرینی»، «فیزیولوژی بیش-تمرینی: خستگی، فراخستگی و بیش تمرینی»، «فیزیولوژی اوج رسی و کاهش بار تمرین»، «فیزیولوژی بی-تمرینی»، «فیزیولوژی ریکاوری، فیزیولوژی آزمون های ورزشی، ترکیب بدنی و کنترل وزن، کاربرد فعالیت های ورزشی در شرایط بالینی»، «فیزیولوژی ورزش های تیمی، میدانی، زمی، آبی و راکتی»</p>		
۱۹	<p>فعالیت ورزشی و استرس محیطی</p> <p>«استرس های محیطی»، «پاسخ ها و سازگاری های فیزیولوژیکی به فعالیت ورزشی در: محیط گرم، محیط سرد، ارتفاع و شرایط هایپوکسی، محیط های آلوده، محیط های پرفشار و کم فشار»</p>		
۲۰	<p>سمینار در فیزیولوژی ورزشی</p> <p>«مطالعه تازه های فیزیولوژی ورزش و وابسته به موضوع رساله»، «نقد شکلی و محتوایی رساله های علمی وابسته به حوزه های مربوط در رشته فیزیولوژی ورزشی»، «نقد شکلی و محتوایی: رساله ها و مقالات علمی وابسته به حوزه های مربوط در رشته فیزیولوژی ورزشی»، «آشنایی با ساختارهای علمی نگارش مقاله های علمی و رساله با توجه به روش های منبع دهی مختلف»</p>		

«تدوین پیشینه پژوهشی در موضوع موردنظر استاد راهنما در راستای رساله»، «یافتن شکاف‌های علمی در موضوع مرتبط با رساله»، «آموزش روش‌های خاص آزمایشگاهی احتمالی موردنیاز رساله»، «آموزش یا تقویت دانش دانشجویان در یک موضوع علمی خاص مرتبط با رساله»	مطالعه هدایت‌شده	۲۱
--	------------------	----

### خلاصه

در علوم ورزشی گرایش «فیزیولوژی ورزشی»، خود دارای گرایش‌های متعدد تخصصی تری است. در ایران به جز برخی رشته‌های تخصصی در دانشگاه‌های جامع علمی-کابردی و سپس فنی حرفه‌ای و مقاطع ناپیوسته، در سایر دانشگاه و در مقطع کارشناسی پیوسته، گرایش «فیزیولوژی ورزشی» وجود ندارد. اما در مقطع کارشناسی ارشد پنج گرایش «تندرستی، کاربرد، محض، بالینی و تغذیه» وجود دارد. در مقطع دکتری نیز «فیزیولوژی ورزشی» به شکل عمومی مطرح می‌شود و دانشجوی دکتری باید با مطالعات هدایت‌شده و به‌ویژه رساله دکتری تخصص اصلی خود در فیزیولوژی ورزشی را مشخص کند.

### فعالیت‌هایی برای یادگیری

- درباره انواع گرایش‌های فیزیولوژی ورزشی مطالعه کنید و آن‌ها را با توجه به علائق خود اولویت‌بندی کنید.
- با چند متخصص فیزیولوژی ورزشی اولویت‌های خود را با توجه به شرایط و ظرفیت‌ها به شور بگذارید و جمع‌بندی خود را به صورت یک مقاله نقد و تحلیلی درباره گرایش‌ها بنویسید.

# آسیب شناسی ورزشی

هدف کلی: آشنایی با رشته آسیب شناسی ورزشی

اهداف یاد:

- آشنایی با مبانی شکل گیری رشته آسیب شناسی ورزشی
- آشنایی با انواع گرایش های تخصصی در کارشناسی ارشد آسیب شناسی ورزشی
- آشنایی با دکترای آسیب شناسی ورزشی



## مقدمه

رشته آسیب‌شناسی ورزشی بر مجموعه یافته‌های علمی در حوزه‌های آسیب‌شناسی ورزشی، حرکات اصلاحی، پیشگیری و بازتوانی آسیب‌های ورزشی، تربیت‌بدنی ویژه و ورزش معلولین تأکید دارد. در این فصل به معرفی این رشته دانشگاهی پرداخته می‌شود.

## ۹-۱. مبانی شکل‌گیری رشته آسیب‌شناسی ورزشی

رشد و گسترش چشمگیر کارکردهای علمی ورزش و آشکار شدن هرچه بیشتر نقش فعالیت‌های جسمانی در ارتقای تندرستی اقبال مختلف جامعه، پیشگیری از ناهنجاری‌های بدنی، آشنایی با آسیب‌های ورزشی و نحوه پیشگیری از آن‌ها، افزایش توانمندی‌های مردم مبتلا به ناهنجاری‌های بدنی، آشنایی با آسیب‌های ورزشی و نحوه پیگیری از آن‌ها، افزایش توانمندی‌های مردم مبتلا به ناهنجاری‌های وضعیتی از طریق شرکت در فعالیت‌های جسمانی و ورزشی، آشنایی با جنبه‌های بهداشتی ورزش در سطوح مختلف جامعه، نوتوانی ورزشی و افزایش توانمندی‌های معلولین از طریق شرکت در فعالیت‌های ورزشی جملگی بیانگر ضرورت ایجاد دوره کارشناسی ارشد رشته آسیب‌شناسی ورزشی و حرکات اصلاحی است. رشته آسیب‌شناسی ورزشی با توجه به وجود برخی آسیب‌های رایج در ورزش و لزوم پیشگیری از آن‌ها در ابعاد مختلف ورزشی ظهور یافت. به‌مرور دامنه این دانش علاوه بر شناخت آسیب‌ها در ورزش به حرکات اصلاحی، پیشگیری و بازتوانی آسیب‌های ورزشی، تربیت‌بدنی ویژه و ورزش معلولین توسعه یافت. تا جائیکه در حدود چند دهه است که به‌عنوان یک رشته از رشته‌های علوم ورزشی شناخته می‌شود. در ایران نیز این رشته در مقطع کارشناسی ارشد در سه گرایش و در دکترا با عنوان کلی آسیب‌شناسی ورزشی دانشجو پذیرش می‌شود.

## ۹-۲. دوره کارشناسی ارشد آسیب‌شناسی ورزشی و گرایش‌های آن در ایران

هدف از تأسیس دوره کارشناسی ارشد رشته آسیب‌شناسی ورزشی و حرکات اصلاحی، تربیت افراد علاقه‌مند و متخصص است تا بتوانند با آموزش و پژوهش، برنامه‌ریزی، راهنمایی و مشاوره، مربیگری و ارائه خدمات ورزشی به افراد تحت پوشش خود در ارتقای سلامت جسمی و روانی و نیز بهبود فعالیت‌های حرکتی و ورزشی آنان تلاش کنند. این افراد دربرگیرنده گستره‌ای از مبتلایان به ناهنجاری‌های جسمی و حرکتی هستند که به‌درجاتی از هنجارهای تندرستی جامعه فاصله دارند. همچنین افراد شرکت‌کننده در فعالیت‌های بدنی، ورزشی، تفریحی و رقابتی در معرض خطر آسیب‌دیدگی ورزشی، کم‌توانان جسمی، ذهنی و رفتاری با درجات پائین‌تر از هنجارهای تندرستی جامعه از جمله «کم-توان، بیمار و معلول» را در بر می‌گیرند. از دانش‌آموختگان هر یک از سه گرایش «آسیب‌شناسی ورزشی» توقع می‌رود که به یک مجموعه توانایی‌های عمومی و تخصصی دست یابند. توانایی‌های عمومی مربوط به تمامی گرایش‌ها و به شرح جدول ۹-۱ خواهند بود و توانایی‌های تخصصی مربوط به هر گرایش است که در ذیل همان گرایش معرفی خواهد شد (کمیته علوم ورزشی، ۱۳۹۰).

جدول ۹-۱. توانایی‌های عمومی مورد انتظار از دانش‌آموختگان انواع گرایش‌های کارشناسی ارشد آسیب‌شناسی ورزشی

ردیف	توانایی
۱	برنامه‌ریزی برای بهره‌گیری از یافته‌های علوم آسیب‌شناسی ورزشی در موقعیت‌های واقعی
۲	تحلیل وضعیت‌های مربوط به مسائل حوزه آسیب‌شناسی ورزشی و حرکات اصلاحی
۳	توانایی تحقیق و به‌کارگیری یافته‌ها در فرایند تدریس/یادگیری
۴	انجام پژوهش در گرایش‌های تخصصی خود و همکاری در امور پژوهشی سایر گرایش‌های رشته آسیب‌شناسی ورزشی و حرکات اصلاحی
۵	تدریس دروس مربوط به گرایش تخصصی خود در دوره‌های کاردانی و کارشناسی رشته‌های گوناگون علوم ورزشی و حرکتی

طول دوره در هر یک از گرایش‌ها دو سال و دروس آن اغلب جنبه نظری و پژوهشی دارد. طول هر نیمسال ۱۷ هفته آموزش و مدت هر واحد نظری ۱۶ ساعت و درس عملی آزمایشگاهی ۳۲ ساعت است. تعداد کل واحدهای درسی در هر گرایش ۳۲ واحد درس شامل «شش واحد دروس پایه»، «۱۴ واحد دروس تخصصی»، «شش واحد دروس انتخابی» و «شش واحد پایان‌نامه» است. دانشجویانی که در دوره کارشناسی، تعداد واحدهای لازم درسی را نگذرانده باشند یا از سایر رشته‌ها آمده باشند، باید واحدهای درسی کمبود خود را بین هشت تا ۱۲ واحد با نظر مدیر گروه بگذرانند. دست‌کم چهار واحد از دروس جبرانی باید از میان دروس علمی دوره کارشناسی انتخاب شود. دانشجویان دو درس «رایانه پیشرفته» و «زبان تخصصی» را نیز می‌گذرانند اما سرجمع جزو دروس محاسبه نخواهد شد. دروس پایه به میزان شش واحد برای کلیه گرایش‌ها شامل درس‌های «روش تحقیق در علوم ورزشی»، «آمار زیستی پیشرفته در علوم ورزشی» و «فیزیولوژی پیشرفته دستگاه اعصاب مرکزی» با سرفصل‌هایی به شرح جدول ۹-۲ هستند.

جدول ۹-۲. سرفصل و محتوای دروس پایه مشترک در سه گرایش مقطع کارشناسی ارشد آسیب‌شناسی ورزشی

ردیف	درس	سرفصل‌ها
۱	روش تحقیق در علوم ورزشی	«توانایی تعریف مسئله تحقیق»، «طرح تحقیق و انواع آن در علوم ورزشی»، «اصول نگارش پروپوزال»، «چگونگی بررسی و تفسیر پیشینه»، «فرضیه، هدف و سؤال تحقیق»، «روش‌های نمونه‌گیری»، «انواع متغیرها و نحوه کنترل آن‌ها در تحقیق «چگونگی به‌کارگیری طرح‌های تحقیقاتی»، «چگونگی سازمان‌دهی، تجزیه و تحلیل و ارائه داده‌ها»، «مفاهیم آماری در تحقیق»، «اخلاق در تحقیق»
۲	آمار زیستی پیشرفته در علوم ورزشی	«مروری بر آمار توصیفی: تعاریف آماری و مفاهیم اندازه‌گیری، شاخص‌های گرایش مرکزی و پراکندگی»، «گردآوری و سازمان‌دهی داده‌های تک متغیره و دومتغیره»، «اندازه‌گیری شاخص‌های پیشرفت»، «اندازه‌گیری تغییرات پیشرفت»، «انتخاب آزمون آماری مناسب»، «تخمین آماری و آزمون فرض‌ها»، «تجزیه و تحلیل روابط برای داده‌های کمی، رتبه‌ای و اسمی»، «آمار استنباطی: روش‌های نمونه‌گیری، خطای نمونه‌گیری، توزیع t، ANOVA، MANOVA، رگرسیون خطی ساده و آزمون‌های غیرپارامتریک معادل»، «نرم‌افزارهای آماری مناسب رایانه‌ای SPSS، EXCEL»
۳	فیزیولوژی دستگاه اعصاب مرکزی	«معرفی و سازمان‌دهی دستگاه عصبی: دستگاه عصبی مرکزی و محیطی و ساختارهای اصلی آن»، «گیرنده‌های حسی و مکانیسم‌های پایه عمل آن‌ها، حس‌های پیکری، حس‌های مکانیکی، حس‌های درد و حس‌های حرارتی»، «اعمال حرکتی نخاع و رفکلس نخاعی»، «آشنایی با مسیرهای عصبی»، «اعمال

حرکتی تنه مغزی و عقده‌های قاعده‌ای مغز»، «تشکیلات مشبک، دستگاه‌های دهلیزی و تعادل»، «مغز و اعمال آن»، «آشنایی با مهم‌ترین بیماری‌های دستگاه عصبی»، «آشنایی با مهم‌ترین آسیب‌های دستگاه عصبی در طب ورزشی»		
--	--	--

«درس شش واحدی پایان‌نامه» نیز یک پروژه پژوهشی در حوزه تخصصی مربوطه است که دانشجویان بعد از گذراندن موفقیت‌آمیز ۲۶ واحد (علاوه بر دروس جبرانی احتمالی) قابل اخذ خواهد بود. ضمن اینکه برخی دانشگاه‌ها که مجوز برگزاری دوره‌های آموزش محور داشته باشند، به جای شش واحد پایان‌نامه از دروس نظری جایگزین مشخص شده استفاده خواهند کرد. باین حال مهم‌ترین تفاوت بین گرایش‌ها «دروس تخصصی و انتخابی» به شرح جدول ۹-۳ هستند.

جدول ۹-۳. دروس «تخصصی» و «انتخابی» برای گرایش‌های کارشناسی ارشد آسیب‌شناسی ورزشی

ردیف	گرایش	درس‌ها
۱	حرکات اصلاحی	الف) تخصصی: «پاتوکیزیولوژی دستگاه عصبی-عضلانی»، «حرکات اصلاحی پیشرفته»، «آزمایشگاه حرکات اصلاحی»، «سمینار در حرکات اصلاحی»، «امدادگر ورزشی پیشرفته»، «حرکت‌شناسی پیشرفته»، «اصول برنامه‌ریزی تمرینات اصلاحی»
		ب) انتخابی: «بازتوانی پیشرفته آسیب‌های ورزشی»، «ورزش معلولین پیشرفته»، «کارورزی»، «ارگونومی ورزشی»، «مسائل معاصر در حرکات اصلاحی»، «ماساژ ورزشی»
۲	امدادگر ورزشی	الف) تخصصی: حرکات اصلاحی در پیشگیری از آسیب‌های ورزشی»، «پاتومکانیک آسیب‌های ورزشی»، «بازتوانی پیشرفته آسیب‌های ورزشی»، «سمینار در امدادگر ورزشی»، «آزمایشگاه در امدادگر ورزشی: آزمون‌ها و اندازه‌گیری-های پیشرفته»، «امدادگری ورزشی پیشرفته»، «ارزیابی و مدیریت پیشرفته آسیب‌های ورزشی»
		الف) انتخابی: «مسائل معاصر در امدادگر ورزشی»، «حرکت‌شناسی پیشرفته»، «ماساژ ورزشی»، «ورزش معلولین پیشرفته»، «کارورزی ۱ و ۲»
۳	تربیت‌بدنی ویژه	الف) تخصصی: «سمینار در تربیت‌بدنی ویژه»، «بیماری‌های عصبی-عضلانی»، «آزمایشگاه: ارزیابی جسمی و حرکتی معلولین»، «ورزش معلولین جسمی»، «ورزش معلولین حسی و ذهنی»، «بازتوانی معلولین جسمی»، «آمدگی جسمانی معلولین»
		ب) انتخابی: «حرکت‌شناسی پیشرفته»، «ماساژ ورزشی»، «تمرین درمانی»، «اصول توانبخشی و فیزیوتراپی»، «کارورزی ۱ و ۲»

گذراندن سه درس از دروس انتخابی با توجه به داشتن استاد و امکانات دانشکده یا گروه، بنا بر تشخیص گروه الزامی است.

### ۹-۳. کارشناسی ارشد آسیب‌شناسی ورزشی با گرایش حرکات اصلاحی

مهم‌ترین توانایی‌های تخصصی مورد انتظار از دانش‌آموختگان این گرایش در جدول ۹-۴ معرفی شده است.

جدول ۹-۴. مهم‌ترین وظایف قابل اجرا توسط دانش‌آموختگان کارشناسی ارشد گرایش حرکات اصلاحی

ردیف	وظایف
۱	توانایی ارائه راهکارهای مناسب برای پیشگیری، اصلاح و جلوگیری از پیشرفت ناهنجاری‌های وضعیتی در آحاد مردم
۲	استفاده از آزمون‌های میدانی و آزمایشگاهی متناسب برای سنجش وضعیت بدنی اقشار مختلف و تشخیص ناهنجاری‌های وضعیتی
۳	توانایی برنامه‌ریزی و تجویز حرکات اصلاحی مناسب متناسب با سن و جنس
۴	انجام خدمات مشاوره‌ای در حوزه حرکات اصلاحی در مدارس، ادارات، کارخانه‌ها و باشگاه‌های عمومی و خصوصی
۵	راهنمایی، مشاوره و برنامه‌ریزی برای آشنایی مربیان و ورزشکاران به اصول علمی و تکنیک‌های ساده در کنترل آسیب‌های ورزشی ناشی از ناهنجاری‌های وضعیتی

دروس تخصصی و سرفصل‌های اصلی آن در گرایش حرکات اصلاحی در جدول ۹-۵ معرفی شده است.

جدول ۹-۵. سرفصل و محتوای دروس تخصصی گرایش حرکات اصلاحی

ردیف	درس	سرفصل‌ها
۱	پاتوکینزیولوژی دستگاه عصبی	«مفاهیم و اصول تعادل سیستم حرکتی»، «کنترل پوسچر و وضعیت بدنی»، «سیکل کشش-کوتاه شونده‌گی در عملکرد عضلانی»، «سندروم‌های سیستم حرکتی در: ستون فقرات، اندام فوقانی، اندام تحتانی»، «سندروم‌های اختلال حرکتی در ایمبالانس‌های تنه و کمر»، «بیماری‌ها و اختلالات عضلانی»، «اختلالات رشدی اسکلتی-عضلانی»، «پاتوکینزیولوژی استرس‌های تکراری در بافت‌های نرم و سخت»، «آسیب‌های اعصاب محیطی در ورزش»، «آسیب و ترمیم بافت‌های پیوندی»
۲	حرکات اصلاحی پیشرفته	«مفاهیم و سابقه ورزش درمانی»، «سیستم‌های تعادل بدن و وضعیت بدنی»، «ملاحظات رشدی در وضعیت بدنی»، «اصول ارزیابی وضعیت بدنی»، «مطالعه علائم، علل و عوارض ناشی از ناهنجاری‌های جسمانی در اندام فوقانی و تحتانی»، «ناهنجاری‌های مرتبط با نشستن و ناهنجاری‌های لگن»، «مدیریت و طراحی برنامه تمرینی حرکات اصلاحی»
۳	آزمایشگاه حرکات اصلاحی	«وسایل و آزمون‌های اندازه‌گیری: دامنه حرکتی، قدرت عضله، تعادل»، «دستگاه تجزیه و تحلیل حرکت»، «دستگاه الکترومیوگرافی و نحوه تحلیل داده‌های آن»، «روش‌های اندازه‌گیری ناهنجاری‌های وضعیتی: حالت ایستاده در تنه‌وگردن، اندام تحتانی، حالت نشسته و حالت راه رفتن»
۴	سمینار در حرکات اصلاحی	«کشف جدیدترین سؤالات و اطلاعات مطرح در حرکات اصلاحی»، «مرور و بحث و بررسی پیرامون پژوهش‌های جدید حرکات اصلاحی»، «دسته‌بندی داده‌ها و اطلاعات، ذخیره اطلاعات و داده‌ها در حرکات اصلاحی»، «چگونگی تهیه انواع گزارش‌های علمی و ارائه آن در سمینارهای تخصصی»، «نقد مقالات و گزارش‌های علمی»
۵	امدادگر ورزشی پیشرفته	«تشخیص و مدیریت آسیب‌های ورزشی»، «مطالعات همه‌گیرشناسی در آسیب‌های ورزشی»، «آسیب‌های ورزشی: پا، مچ، ساق، زانو، ران، لگن، شانه، آرنج، مچ دست، انگشتان، ستون فقرات ناحیه کمری، ناحیه سینه‌ای، شکمی، ستون فقرات ناحیه گردنی»، «تمرین درمانی اندام تحتانی»، «آسیب‌های ورزشی خاص ورزشکارهای کودک، نوجوان و سالمندان»، «روش‌های ارائه کمک به مصدومان هنگام فعالیت ورزشی»

۶	حرکت‌شناسی پیشرفته	«مبانی آناتومی حرکت: عضلات، مفاصل، استخوان‌ها»، «مفاهیم پایه حرکت‌شناسی»، «اصول بیومکانیک»، «تحلیل حرکات سر، تنه، دست‌ها، اندام‌تحتانی، کمربند لگنی، کمربند شانه‌ای، راه-رفتن و مهارت‌های ورزشی»
۷	اصول برنامه‌ریزی تمرینات اصلاحی	«ارزیابی اختلال‌های حرکتی»، «اصول، مبانی و اهمیت برنامه‌ریزی تمرینات اصلاحی»، «مکانیک بافت‌های استخوانی، پیوندی و عضلات اسکلتی و سازگاری‌های آن‌ها»، «استراتژی‌های حرکات اصلاحی»، «اصول ارزیابی در برنامه‌ریزی فعالیت بدنی»، «برنامه‌های تمرینی کوتاه، میان-وبلندمدت تمرینی»، «دستورالعمل‌های تجویز برنامه تمرینی»، «مراکز و مؤسسات اطلاع‌رسانی و پژوهشی بین‌المللی در خصوص ارزیابی و برنامه‌ریزی تمرینی»

دروس انتخابی و سرفصل‌های اصلی آن در گرایش حرکات اصلاحی در جدول ۹-۶ معرفی شده است.

#### جدول ۹-۶. سرفصل و محتوای دروس انتخابی گرایش حرکات اصلاحی

ردیف	درس	سرفصل‌ها
۱	بازتوانی پیشرفته آسیب‌های ورزشی	«مدیریت آسیب‌های ورزشی حاد»، «اصول روان‌شناختی در بازتوانی ورزشی»، «ملاحظات تغذیه در اجرا و بازتوانی ورزشی»، «مفاهیم بیومکانیکی در بازتوانی ورزشی»، «اصول بازتوانی ورزشی»، «شیوه‌های مختلف بازتوانی ورزشی»، «برنامه‌ریزی عملی تمرینی و چگونگی طراحی برنامه تمرین‌درمانی برای بخش‌های آسیب‌دیده بدن»، «تکنیک‌های درمان‌های دستی: انژری عضلانی و ماساژ»
۲	ورزش معلولین پیشرفته	«اهداف و اهمیت ورزش معلولین»، «دستگاه حرکت بدن»، «ارزیابی و طبقه‌بندی معلولین»، «مهم-ترین مشکلات جسمانی و روانی معلولین»، «انواع وسایل کمکی: ویلچر، اورتزها و پروتزها»، «مشکلات و موانع تردد ساختمانی»، «سازگاری با اجتماع در معلولین»، «آشنایی با سازمان‌های ورزشی معلولین و نحوه برگزاری مسابقات ورزشی»
۳	کارورزی	حضور عملی دانشجویان در مبادین و مراکز مختلف ورزشی، تمرینی و اصلاحی کودکان، نوجوانان، جوانان، بزرگسالان در ورزشکاران رشته‌های مختلف ورزشی با نظارت استاد راهنما برای کسب تجربه و مهارت در کار با آنان
۴	ارگونومی ورزشی	«مفاهیم»، «ملاحظات محیطی هنگام فعالیت بدنی»، «ملاحظات ارگونومی در رقابت‌های ورزشی، جمعیت‌های خاص، ورزشکاران ناتوان»، «اصول طراحی تجهیزات ورزشی»، «تکنیک‌های تحلیلی در طراحی تجهیزات ورزشی»، «مطالعات ارگونومی در ورزش»
۵	مسائل معاصر در حرکات اصلاحی	بررسی مطالعات اخیر مرتبط با «ناهنجاری‌های وضعیتی ورزشکاران، کودکان و نوجوانان در دوران رشد، شغل‌های گوناگون، سالمندان»، «طراحی و برنامه‌ریزی تمرینات اصلاحی»، «برنامه‌ها و تمرینات اصلاحی در اصلاح ناهنجاری‌های وضعیتی»، «آسیب‌های ورزشی و ناهنجاری‌های وضعیتی»، «پروتکل‌های اصلاحی در پیشگیری از آسیب‌های ورزشی»
۶	ماساژ ورزشی	«تاریخچه»، «فیزیولوژی ماساژ»، «ملاحظات مربوط به تجهیزات، محیط، اصول بهداشتی و ایمنی در ماساژ»، «تقسیم‌بندی حرکات ماساژ سوندی»، «تکنیک‌های ماساژ شرقی»، «تکنیک‌های ماساژ کلینیکی»، «طراحی یک برنامه ماساژ»، «ملاحظات ماساژ در کودکان، افراد باردار و گروه‌های خاص»، «کاربرد ماساژ در بازتوانی ورزشی»

#### ۹-۴. کارشناسی ارشد آسیب‌شناسی با گرایش امدادگر ورزشی

مهم‌ترین توانایی‌های تخصصی مورد انتظار از دانش‌آموختگان این گرایش در جدول ۹-۷ معرفی شده است.

جدول ۹-۷. مهم‌ترین وظایف قابل اجرا توسط دانش‌آموختگان کارشناسی ارشد گرایش امدادگر ورزشی

ردیف	وظایف
۱	توانایی پیشگیری، تشخیص، مدیریت بالینی و بازتوانی آسیب‌های اسکلتی عضلانی ورزشکاران
۲	ارائه خدمات تخصصی در دبیرستان‌ها، دانشگاه‌ها، تیم‌های حرفه‌ای ورزشی، بیمارستان‌ها، کلینیک‌های بازتوانی و مؤسسات صنعتی
۳	عضوی از تیم مراقبت‌های بهداشتی فارغ‌التحصیل امدادگر ورزشی تحت نظر یک پزشک و با همکاری دیگر اعضای تیم پزشکی (مراقبت‌های بهداشتی)، مدیران، مربیان و خانواده‌ها
۴	راهنمایی، مشاوره و برنامه‌ریزی برای آشنایی مربیان و ورزشکاران به اصول علمی و تکنیک‌های ساده در کنترل آسیب‌های ورزشی و پیشگیری از وقوع آن‌ها

دروس تخصصی و سرفصل‌های اصلی آن در گرایش امدادگر ورزشی در جدول ۹-۸ معرفی شده است.

جدول ۹-۸. سرفصل و محتوای دروس تخصصی گرایش امدادگر ورزشی

ردیف	درس	سرفصل‌ها
۱	حرکات اصلاحی در پیشگیری از آسیب‌های ورزشی	«مروری بر حرکت انسان»، «اختلالات حرکتی»، «روش‌های ارزیابی اختلالات حرکتی در انسان»، «روش‌های ارزیابی وضعیت بدنی ایستا، حرکت انسان، دامنه حرکتی و قدرت»، «تکنیک‌های تمرینی: مهارت، افزایش طول، فعال‌سازی و یکپارچه‌سازی»، «استراتژی‌های تمرینات اصلاحی برای اختلالات پا و مچ‌پا، زانو، کمر، لگن، ران، شانه، آرنج، مچ‌دست و ستون فقرات گردنی»
۲	پاتومکانیک آسیب‌های ورزشی	«بیومکانیک بافت‌های استخوانی، پیوندی و عضلات اسکلتی و سازگاری‌های آن‌ها»، «بیومکانیک مفاصل»، «آسیب‌شناسی آسیب‌های: تاندونی-عضلانی، اسکلتی و عصبی در ورزش»، «اصول بیومکانیکی دستگاه اسکلتی عضلانی»، «مکانیک و پاتومکانیک آسیب‌های ورزشی در اندام فوقانی، تحتانی، تنه و ستون فقرات»
۳	بازتوانی پیشرفته آسیب‌های ورزشی	«مدیریت آسیب‌های ورزشی حاد»، «اصول روان‌شناختی در بازتوانی ورزشی»، «ملاحظات تغذیه در اجرا و بازتوانی ورزشی»، «مفاهیم بیومکانیکی در بازتوانی ورزشی»، «اصول بازتوانی ورزشی»، «شیوه‌های مختلف بازتوانی ورزشی»، «برنامه‌ریزی عملی تمرینی و چگونگی طراحی برنامه تمرین درمانی برای بخش‌های آسیب‌دیده بدن»، «تکنیک‌های درمان‌های دستی: انرژي عضلانی و ماساژ»
۴	سمینار در امدادگر ورزشی	«کشف جدیدترین سؤالات و اطلاعات مطرح در امدادگر ورزشی»، «مرور و بحث‌وبررسی پیرامون پژوهش‌های جدید امدادگر ورزشی، آسیب‌های ورزشی و نوتوانی ورزشی»، «دسته‌بندی داده‌ها و اطلاعات، ذخیره اطلاعات و داده‌ها در امدادگر ورزشی»، «چگونگی تهیه انواع گزارش‌های علمی و ارائه آن در سمینارهای تخصصی»، «نقد مقالات و گزارش‌های علمی»
۵	آزمایشگاه در امدادگر ورزشی (آزمون و اندازه‌گیری پیشرفته)	«وسایل و آزمون‌های اندازه‌گیری: دامنه حرکتی، قدرت عضله، تعادل»، «دستگاه تجزیه و تحلیل حرکت و صفحه نیروسنج»، «آزمون‌های عملکردی حرکت بدن»، «دستگاه الکترومیوگرافی و نحوه تحلیل داده‌های آن»، «روش‌های آزمون و ارزیابی: سر، ستون فقرات، اندام فوقانی و تحتانی»، «بانداژ»

و مراقبت از بخش‌های مختلف بدن هنگام آسیب ورزشی»، «ساخت و نحوه کاربرد وسایل کمکی اورتز و پروتز»		
«تشخیص و مدیریت آسیب‌های ورزشی»، «مطالعات همه‌گیرشناسی در آسیب‌های ورزشی»، «آسیب‌های ورزشی: پا، مچ، ساق، زانو، ران، لگن، شانه، آرنج، مچ‌دست، انگشتان، ستون فقرات ناحیه کمری، ناحیه سینه‌ای، شکمی، ستون فقرات ناحیه گردنی»، «تمرین‌درمانی اندام‌تحتانی»، «آسیب‌های ورزشی خاص ورزشکارهای کودک، نوجوان و سالمندان»، «روش‌های ارائه کمک به مصدومان هنگام فعالیت ورزشی»	امدادگر ورزشی پیشرفته	۶
«همه‌گیرشناسی آسیب‌های ورزشی در رشته‌های مختلف ورزشی»، «مطالعات و روش‌های مدیریت آسیب‌های ورزشی»، «شیوه‌های ارزیابی و غربالگری ورزشکاران آسیب‌دیده»، «پاتوفیزیولوژی آسیب‌های اسکلتی عضلانی»، «رویکرد سیستماتیک پیشگیری از آسیب‌های ورزشی»، «چگونگی طراحی و مدیریت برنامه پیشگیری از آسیب در تیم‌های ورزشی»، «مدیریت و پیشگیری از آسیب‌های ورزشی حاد و مزمن»	ارزیابی و مدیریت پیشرفته آسیب‌های ورزشی	۷

دروس انتخابی و سرفصل‌های اصلی آن در گرایش امدادگر ورزشی در جدول ۹-۹ معرفی شده است.

#### جدول ۹-۹. سرفصل و محتوای دروس انتخابی گرایش امدادگر ورزشی

سرفصل‌ها	درس	ردیف
«تعریف، تقسیم‌بندی و اپیدمیولوژی آسیب‌های»، «عوامل و مکانیسم‌های مؤثر بر آسیب ورزشی و استراتژی‌های پیشگیری و تعدیل‌سازی عوامل بیرونی اثرگذار بر آسیب ورزشی»، «جنبه‌های روان‌شناختی آسیب‌های ورزشی و متغیرهای شخصیتی و روان‌شناختی»، «فرایندهای فیزیولوژیک و پاتومکانیکی آسیب‌های ورزشی»، «آسیب‌های اندام‌های بدن در ورزش»، «آسیب‌های ورزشی در گروه‌های خاص»، «اصول ارزیابی و معاینات بدنی ورزشکاران آسیب‌دیده»، «اصول طراحی کمک‌های اولیه در آسیب‌های ورزشی»، «بازتوانی آسیب‌های ورزشی»	مسائل معاصر در امدادگر ورزشی	۱
«مبانی آناتومی حرکت: عضلات، مفاصل، استخوان‌ها»، «مفاهیم پایه حرکت‌شناسی»، «اصول بیومکانیک»، «تحلیل حرکات سر، تنه، دست‌ها، اندام‌تحتانی، کمر بند لگنی، کمر بندشانه‌ای، راه رفتن و مهارت‌های ورزشی»	حرکت‌شناسی پیشرفته	۲
«تاریخچه»، «فیزیولوژی ماساژ»، «ملاحظات مربوط به تجهیزات، محیط، اصول بهداشتی و ایمنی در ماساژ»، «تقسیم‌بندی حرکات ماساژ سوئدی»، «تکنیک‌های ماساژ شرقی»، «تکنیک‌های ماساژ کلینیکی»، «طراحی یک برنامه ماساژ»، «ملاحظات ماساژ در کودکان، افراد باردار و گروه‌های خاص»، «کاربرد ماساژ در بازتوانی ورزشی»	ماساژ ورزشی	۳
«اهداف و اهمیت ورزش معلولین»، «دستگاه حرکت بدن»، «ارزیابی و طبقه‌بندی معلولین»، «مهم‌ترین مشکلات جسمانی و روانی معلولین»، «انواع وسایل کمکی: ویلچر، اورتزها و پروتزها»، «مشکلات و موانع تردد ساختمانی»، «سازگاری با اجتماع در معلولین»، «آشنایی با سازمان‌های ورزشی معلولین و نحوه برگزاری مسابقات ورزشی»	ورزش معلولین پیشرفته	۴
«تیپ کردن یا Taping مچ‌دست، دست، شست‌دست و مچ‌پا»، «استفاده از باند کشی برای شانه، زانو، ران، کشاله و مچ پا»، «فرایند ثبت و ذخیره‌سازی اطلاعات و پیشینه آسیب‌های ورزشکارها»، «آماده کردن کیسه یخ و استفاده از آن»، «نظارت و استفاده بهینه از محیط‌های تمرینی»، «آماده کردن»	کارورزی ۱	۵

کیسه‌های گرمایی و مربوط و استفاده از آن‌ها»، تشخیص اقلام ضروری برای کیف امدادگر ورزشی و چگونگی استفاده صحیح از هر یک از آن‌ها»، «آشنایی با فرایندها و قوانین مربوط به مکان‌ها و سالن‌های تمرین»		
«حضور عملی دانشجویان در میداين و مراکز مختلف ورزشی، تمرینی، درمانی و توانبخشی ورزشکاران رشته‌های مختلف ورزشی با نظارت استاد راهنما جهت کسب تجربه و مهارت در کار با ورزشکاران آسیب‌دیده»، «توانایی استفاده از تجهیزات تمرینی و بازتوانی: تردمیل، دوچرخه ثابت، تخته‌های تعادل، بیودکس و ماشین‌های تمرین با وزنه و ...»	کارورزی ۲	۶

### ۵-۹. کارشناسی ارشد آسیب‌شناسی ورزشی با گرایش تربیت‌بدنی ویژه

مهم‌ترین توانایی‌های تخصصی مورد انتظار از دانش‌آموختگان این گرایش در جدول ۹-۱۰ معرفی شده است.

جدول ۹-۱۰. مهم‌ترین وظایف قابل اجرا توسط دانش‌آموختگان کارشناسی ارشد گرایش تربیت‌بدنی ویژه

ردیف	وظایف
۱	تدریس دروس کارگاهی، نظری و عملی در حیطه‌های مرتبط با معلولین جسمی-حرکتی در سطح مراکز آموزشی و پژوهشی و خدماتی-حمایتی، نگهداری، معلولین، خانواده‌ها و سایر نهادهای متولی جامعه چون آموزش و پرورش، دانشگاه‌ها، فدراسیون‌های ورزش معلولین و مراکز توانبخشی و بهزیستی
۲	مدیریت، راهنمایی، مشاوره و برنامه‌ریزی در زمینه تجویز، توصیه و اجرای فعالیت حرکتی و ورزشی متناسب با نیازهای ویژه افراد تحت پوشش
۳	مربوبگری رشته‌های ورزش معلولین و نیز ارائه خدمات ورزشی به افراد ویژه

دروس تخصصی و سرفصل‌های اصلی آن در گرایش تربیت‌بدنی ویژه در جدول ۹-۱۱ معرفی شده است.

جدول ۹-۱۱. سرفصل و محتوای دروس تخصصی گرایش تربیت‌بدنی ویژه

ردیف	درس	سرفصل‌ها
۱	سمینار در تربیت‌بدنی ویژه	«کشف جدیدترین سؤالات و اطلاعات مطرح در تربیت‌بدنی ویژه»، «بحث و بررسی پیرامون پژوهش‌های جدید تربیت‌بدنی ویژه»، «دسته‌بندی داده‌ها و اطلاعات، ذخیره اطلاعات و داده‌ها در تربیت‌بدنی ویژه»، «چگونگی تهیه انواع گزارش‌های علمی و ارائه آن در سمینارهای تخصصی»
۲	بیماری‌های عصبی-عضلانی	«همه‌گیرشناسی بیماری‌های عصبی-عضلانی»، «بیماری‌های نخاع، سلول‌های شاخ قدامی و ریشه‌های عصبی»، «بیماری‌های اعصاب محیطی»، «سندرم‌های اعصاب محیطی در اندام فوقانی، تنه، اندام تحتانی»، «بیماری‌های اتصال عصبی-عضلانی»، «بیماری‌های عضلات»
۳	آزمایشگاه (ارزیابی جسمی و حرکتی معلولین)	«ملزومات اندازه‌گیری افراد معلول»، «ملاحظات اخلاقی در ارزیابی‌های بدنی و حرکتی افراد معلول»، «ویژگی‌های یک ابزار و آزمون اندازه‌گیری مناسب»، «تعدیل ابزارهای اندازه‌گیری برای افراد معلول»، «آزمون‌های ارزیابی ویژگی‌های جسمی، مهارت‌های حرکتی، آمادگی جسمانی، وضعیت بدنی و راه رفتن در افراد معلول»
۴	ورزش معلولین جسمی	«تاریخچه ورزش معلولین جسمی»، «ساختار و سازمان‌های ورزش معلولین»، «فعالیت‌های بدنی و عضلانی معلولین جسمی»، «تأثیرات فیزیولوژیک ورزش بر معلولین قطع عضو»، «ورزش معلولین:



	فلج مغزی، قطع عضو و فلج نخاعی»، «مریگری و آموزش ورزشکاران معلول جسمی»، تجهیزات ورزشی خاص معلولین جسمی»	
۵	ورزش معلولین حسی و ذهنی	«تاریخچه ورزش معلولین حسی و ذهنی»، «ساختار و سازمان‌های ورزش معلولین»، «فعالیت‌های بدنی و عضلانی معلولین حسی و ذهنی»، «تأثیرات فیزیولوژیک ورزش بر معلولین حسی و ذهنی»، «ورزش معلولین: ذهنی، رفتاری، اُتیسیم، دارای نقص بینایی و شنوایی»، «مریگری و آموزش ورزشکاران معلول حسی و ذهنی»، تجهیزات ورزشی خاص معلولین حسی و ذهنی»
۶	بازتوانی معلولین جسمی	«اهداف بازتوانی در معلولین جسمی»، «ویژگی‌های فیزیولوژیک و ساختاری انواع معلولیت‌های جسمی»، «اصول بازتوانی در معلولین جسمی»، «اصول بازتوانی معلولین مبتنی بر جامعه»، «فنون و روش‌های ارزیابی معلولین»، «روش‌های بازتوانی معلولین نخاعی»، «روش‌های بازتوانی معلولین جسمی شدید»، «مدل‌های بازتوانی معلولین جسمی»
۷	آمادگی جسمانی معلولین	«آمادگی جسمانی مرتبط با سلامت در افراد ویژه»، «اصول برنامه‌ریزی تمرینی برای افراد ویژه»، «ملاحظات بیومکانیکی معلولین قطع عضو اندام تحتانی و اندام فوقانی»، «آزمون‌های آمادگی جسمانی افراد ویژه»، «تمرینات هوازی و بی‌هوازی»، «تغییرات فیزیولوژیک ناشی از تمرین»، «پروتکل‌های مختلف تمرینی»، «مشکلات ویژه معلولین در هنگام تمرین»

دروس انتخابی و سرفصل‌های اصلی آن در گرایش تربیت‌بدنی ویژه در جدول ۹-۱۲ معرفی شده است.

#### جدول ۹-۱۲. سرفصل و محتوای دروس انتخابی گرایش تربیت‌بدنی ویژه

ردیف	درس	سرفصل‌ها
۱	حرکت‌شناسی پیشرفته	«مبانی آناتومی حرکت: عضلات، مفاصل، استخوان‌ها»، «مفاهیم پایه حرکت‌شناسی»، «اصول بیومکانیک»، «تحلیل حرکات سر، تنه، دست‌ها، اندام تحتانی، کمربندلگنی، کمربندشانه‌ای، راه رفتن و مهارت‌های ورزشی»
۲	ماساژ ورزشی	«تاریخچه»، «فیزیولوژی ماساژ»، «ملاحظات مربوط به تجهیزات، محیط، اصول بهداشتی و ایمنی در ماساژ»، «تقسیم‌بندی حرکات ماساژ سوئدی»، «تکنیک‌های ماساژ شرقی»، «تکنیک‌های ماساژ کلینیکی»، «طراحی یک برنامه ماساژ»، «ملاحظات ماساژ در کودکان، افراد باردار و گروه‌های خاص»، «کاربرد ماساژ در بازتوانی ورزشی»
۳	تمرین درمانی	«تعریف و اهداف تمرین درمانی»، «تکنیک‌ها و پارامترهای تمرین درمانی: دامنه حرکتی، انعطاف-پذیری، قدرت و استقامت عضلانی، حس عمقی، پلئومتریک، تمرینات عملکردی و ویژه»، «اصول تمرین درمانی در آب»، «ملاحظات سنی در تمرین درمانی»، «ملاحظات و اصول تمرین درمانی در اندام فوقانی، تنه، اندام تحتانی»، «ملاحظات و اصول تمرین با معلولین جسمی»، «اصول تمرین-درمانی در بازتوانی معلولین جسمی»
۴	اصول توانبخشی و فیزیوتراپی	«تاریخچه و سیر تطور فیزیوتراپی»، «اورترها و پروترها و چگونگی به‌کارگیری آن‌ها»، «ملاحظات بیومکانیکی در استفاده از اورترها و پروترها»، «الکتروتراپی در توانبخشی و فیزیوتراپی معلولین»، «مکانوتراپی: ویلچر، واکر، پارالل، تمرینات با وزنه، راه رفتن و امثال آن در توانبخشی و فیزیوتراپی معلولین»، «هیدروتراپی و اصول مربوط به آن در توانبخشی و فیزیوتراپی معلولین»، «ملاحظات خاص افراد معلول در طراحی و انجام برنامه‌های توانبخشی»، «روش‌های بازتوانی معلولین جسمی»

«دستگاه‌های ارائه‌دهنده خدمات به معلولین»، «استراتژی‌های لازم برای موفقیت در ارائه خدمات به معلولین»، «توانایی ارزیابی سازگاری‌های میان معلول و سطح فعالیت معلول»، «ارزیابی‌های عملکردی فرد معلول که به سازگاری معلول منجر می‌شود»، «ارزیابی‌های آمادگی جسمانی و حرکتی فرد معلول»، «مربیگری ورزشی معلولین»، «حضور عملی دانشجویان در مراکز مختلف ورزشی معلولین با نظارت استاد راهنما، جهت کسب تجربه و مهارت در کار با معلولین و مشکلات مختلف جسمی، ذهنی و حسی»	کارورزی ۱	۵
حضور عملی دانشجویان در مراکز مختلف درمانی و نگهداری معلولین با نظارت استاد راهنما جهت کسب تجربه و مهارت در کار با معلولین با مشکلات مختلف جسمی و ذهنی	کارورزی ۲	۶

### ۶-۹. دوره دکتری آسیب‌شناسی و حرکات اصلاحی

هدف رشته آسیب‌شناسی ورزشی و حرکات اصلاحی تربیت متخصصانی است که به سطحی از دانایی و توانایی دست یابند که در راستای اهداف و استراتژی‌های پیشگیرانه قادر به شناسایی، کاهش و حذف عوامل خطرزا و بروز آسیب‌های ورزشی ورزشکاران در دوره‌های مختلف باشند. آن‌ها باید بتوانند روند بازگشت ورزشکاران آسیب‌دیده به فعالیت اولیه را تسهیل کنند و همچنین قادر به غربالگری، شناسایی، آموزش، بهبود و اصلاح ضعف‌ها و ناراستی‌های عضلانی-اسکلتی با منشأ غیرمرضی و ناشی از فقر و عادات نامناسب حرکتی باشند. آموزش و ترویج عادات حرکتی صحیح از طریق ارائه حرکات، بازی‌ها و ورزش‌های تعدیل‌یافته اصلاحی از مهارت‌های این متخصصان خواهد بود. همچنین متخصصان مذکور بر اساس آموزش‌ها و مهارت‌های کسب‌شده، قادر خواهند بود تا در حیطه معلولین و افراد با نیازمندی‌های خاص جسمی، ذهنی و رفتاری، از طریق ورزش و فعالیت‌های حرکتی روند اجتماعی شدن آنان را تسهیل کنند و با آموزش و ارائه خدمات ورزشی و فعالیت حرکتی به ارتقا زندگی آنان کمک و عوارض ناشی از معلولیت را کاهش دهند. «متخصصان تربیت‌بدنی و ورزش‌سازگاران» این رشته با هدف طراحی و تعدیل فعالیت‌های حرکتی برای معلولین و نیازمندان ویژه، تربیت و فارغ‌التحصیل شده و پاسخگوی نیازهای آموزشی و پژوهشی و خدماتی معین خواهند بود. بنابراین هدف از تأسیس دوره دکتری رشته آسیب‌شناسی ورزشی و حرکات اصلاحی عبارت از «تربیت دانش‌پژوهان نخبه در حوزه آسیب‌شناسی ورزشی و حرکات اصلاحی» است تا بتوانند با آموزش، پژوهش، برنامه‌ریزی، راهنمایی و تحلیل مشکلات و ارائه خدمات متناسب، به جامعه هدف کمک کنند. از دانش‌آموختگان این مقطع انتظار می‌رود به توانایی‌هایی به شرح جدول ۹-۱۳ دست یابند (کارگروه تخصصی علوم ورزشی، ۱۳۹۶).

جدول ۹-۱۳. توانایی مورد انتظار از دانش‌آموختگان مقطع دکتری رشته آسیب‌شناسی ورزشی و حرکات اصلاحی

ردیف	توانایی اصلی	توانایی‌های اجرایی
۱	عمومی	الف) پژوهش و به‌کارگیری یافته‌ها در فرایند تدریس دروس مربوط ب) تدریس درس مربوط به گرایش تخصصی خود در دوره کارشناسی و کارشناسی‌ارشد رشته‌های گوناگون علوم ورزشی

<p>ج) هدایت و انجام پروژه‌های تحقیقی بنیادی و کاربردی ملی و بین‌المللی، برگزاری دوره‌های آموزش کوتاه‌مدت و کارگاهی در حیطه‌های آسیب‌شناسی ورزشی، حرکات اصلاحی، تربیت‌بدنی و ورزش - سازگاران</p>	
<p>الف) ارائه خدمات آموزشی و پژوهشی به فراگیران دانشگاه‌ها و مؤسسات متقاضی</p>	<p>۲</p>
<p>ب) ارائه خدمات به کانون‌های اصلاحی، باشگاه‌ها و مراکز تندرستی و مشاوره‌ای برای پیشگیری، ارتقاء و بهبود سلامت از طریق فعالیت‌های حرکتی و ورزشی</p>	
<p>ج) توانایی طراحی و اجرای برنامه‌های غربالگری قامت و ضعف الگوهای حرکتی برای گروه‌های انبوه و متمرکز جامعه چون دانش‌آموزان، دانشجویان، کارگران، کارمندان و غیره</p>	
<p>د) توانایی طراحی و اجرای پروتکل‌های حرکات و بازی‌های اصلاحی برای آموزش وضعیت صحیح بدن و الگوهای حرکتی مطلوب آن</p>	
<p>ه) توانایی و اجرای پروتکل‌های حرکات و بازی‌های اصلاحی برای پیشگیری از ابتلا به انواع ضعف‌ها و ناراستی‌های عضلانی-اسکلتی و الگوهای حرکتی نامناسب و ارائه حرکات، بازی‌ها و ورزش‌های متناسب برای بهبود این‌گونه ضعف‌ها</p>	
<p>و) توانایی مطالعه و شناسایی عوامل خطر منجر به آسیب در ورزشکاران و برنامه‌ریزی برای حذف و رفع عوامل مربوطه</p>	
<p>ز) توانایی همکاری با تیم توانبخشی برای بازگرداندن ورزشکاران مصدوم به سطح فعالیت اولیه ورزشی</p>	
<p>ح) توانایی طراحی و اجرای برنامه ارتقای سلامت گروه‌های با نیازهای ویژه چون کم‌توانان، افراد با معلولیت، سالمندان و غیره از طریق فعالیت‌های حرکتی، بازی‌ها و ورزش‌های سازگاران</p>	
<p>ط) توانایی ارائه خدمات به‌عنوان معلم، مربی ورزش و تندرستی برای گروه‌های خاص و با نیازهای ویژه و همکاری با نهادهای متولی چون آموزش و پرورش، سازمان بهزیستی، هیئت‌ها و فدراسیون‌های ورزشی مربوطه، باشگاه‌ها و مراکز تندرستی</p>	
<p>ی) توانایی ارائه خدمات آموزشی، پژوهشی در مؤسسات آموزشی و پژوهشی و مراکز سازمان‌های واجد- شرایط متقاضی اعم از آموزش و پرورش، وزارت علوم، تحقیقات و فناوری، هیئت‌ها و فدراسیون‌های ورزشی و غیره در مواردی چون هدایت پروژه‌های تحقیقاتی و آزمایشگاهی، تدریس، برگزاری کارگاه‌ها و دوره‌های آموزشی در حیطه تخصصی حرکات اصلاحی، آسیب‌شناسی ورزشی، تربیت‌بدنی و ورزش - سازگاران</p>	

طول دوره دکتری چهار سال است و دروس این دوره اغلب جنبه نظری و پژوهش دارند. طول هر نیمسال تحصیلی ۱۶ هفته آموزشی و مدت هر واحد نظری ۱۶ ساعت است. تعداد کل واحدهای درسی دوره دکتری رشته آسیب‌شناسی ورزشی و حرکات اصلاحی، ۳۶ واحد شامل «دروس تخصصی ۱۰ واحد»، «دروس انتخابی هشت واحد» و «رساله ۱۸ واحد» به شرح جدول ۹-۱۴ است. دانشجویانی که در دوره کارشناسی ارشد، تعداد واحدهای لازم درسی مربوطه را نگذرانده باشند یا از سایر رشته‌ها قصد تحصیل در این رشته را داشته باشند، با پیشنهاد مدیر گروه و تصویب گروه آموزشی و تأیید تحصیلات تکمیلی دانشکده موظف هستند واحدهای درسی کمبود خود را تا سقف ۱۲ واحد از بین دروس دوره کارشناسی ارشد رشته مدیریت ورزشی انتخاب و با موفقیت بگذرانند (کارگروه تخصصی علوم ورزشی، ۱۳۹۶).

جدول ۹-۱۴. دروس تخصصی و انتخابی مقطع دکتری رشته مدیریت ورزشی

ردیف	گروه درسی	درس‌ها
۱	تخصصی	«کینزیوپاتولوژی دستگاه عصبی-عضلانی پیشرفته»، «تجویز تمرین با نیازهای ویژه»، «روش‌های پژوهشی پیشرفته در علوم ورزشی»، «ارزیابی سیستم حرکتی»، «حرکت‌شناسی کاربردی پیشرفته»
۲	انتخابی (۲۱ درس و امکان انتخاب ۴ درس)	«حرکات اصلاحی پیشرفته اندام فوقانی»، «حرکات اصلاحی پیشرفته اندام تحتانی»، «مطالعه معاصر در پیشگیری از آسیب‌های ورزشی»، «غربالگری حرکات عملکردی»، «امدادگری ورزشی»، «همه‌گیرشناسی آسیب‌های ورزشی»، «استراتژی‌های پیشگیری از آسیب‌های ورزشی»، «آسیب‌شناسی ورزشی پیشرفته اندام فوقانی»، «آسیب‌شناسی ورزشی پیشرفته اندام تحتانی»، «فعالیت بدنی و اختلالات جسمی پیشرفته ۱ و ۲»، «فعالیت بدنی و اختلالات ذهنی و رفتاری پیشرفته»، «تربیت بدنی و ورزش سازگارانه»، «آزمایشگاه تخصصی»، «مطالعه هدایت‌شده»، «پاتومکانیک دستگاه عضلانی-اسکلتی»، «سمینار»، «کارورزی»، «تمرین در آب»، «ماساژ ورزشی»، «بازگشت به ورزش پس از آسیب‌های ورزشی»، «روش‌های آماری پیشرفته»

در انتهای دروس معرفی شده در برنامه درسی مصوب، در قالب تبصره اشاره شده است که «استاد راهنما می‌تواند حداکثر چهار واحد درسی از بین دروس مصوب دیگر رشته‌ها و گروه‌های آموزشی در آن دانشگاه یا مؤسسات آموزشی دیگر، پس از کسب مجوزهای لازم از دانشگاه به دانشجو ارائه کند».

سرفصل‌ها و محتوای تعیین شده برای دروس تخصصی مقطع دکتری آسیب‌شناسی ورزشی و حرکات اصلاحی در جدول ۹-۱۵ معرفی شده است (کارگروه تخصصی علوم ورزشی، ۱۳۹۶).

جدول ۹-۱۵. سرفصل و محتوای دروس تخصصی مقطع دکتری آسیب‌شناسی ورزشی و حرکات اصلاحی

ردیف	درس	سرفصل‌ها
۱	کینزیوپاتولوژی دستگاه عصبی-عضلانی پیشرفته	«مفاهیم پاتوکینزیولوژی و کینزیوپاتولوژی»، «مدل‌های مختلف اختلال حرکتی»، «مفاهیم و اصول تعادل سیستم حرکتی»، «سندروم‌های سیستم حرکتی در: ستون فقرات، اندام فوقانی، اندام تحتانی، ایمبالانس‌های تنه و کمر»، «پاتوکینزیولوژی استرس‌های تکراری در بافت‌های نرم‌وسخت»، «کینزیوپاتولوژی شایع در ورزش»، «ارزیابی اصول تمرینی و حرکات اصلاحی ویژه سندروم‌های سیستم حرکتی»
۲	تجویز تمرین در افراد با نیازهای ویژه	«مفاهیم و طبقه‌بندی در طراحی و تجویز تمرین در گروه‌های با نیازهای ویژه»، «برنامه‌ریزی علمی تمرینی و چگونگی طراحی برنامه تمرینی و ورزشی برای اختلالات عضلانی-اسکلتی بدن»، «اصول تمرین درمانی در گروه‌های با نیازهای ویژه»، «کاربرد تمرینات ورزشی به تفکیک اختلالات و آسیب‌های نواحی مختلف بدن»، «اصول تجویز تمرینات: دامنه حرکتی، کششی، تحرک‌پذیری، مقاومتی، هوازی، تعادلی، حسی-حرکتی و حس عمقی، آب‌درمانی»، «تکنیک‌های درمانی دستی: انرژی عضلانی، ماساژ و امثال آن»
۳	روش‌های پژوهشی پیشرفته در علوم ورزشی	«اصول و ویژگی‌های تحقیقات کمی در آسیب‌شناسی ورزشی و حرکات اصلاحی»، «اصول داوری گزارشات علمی»، «اصول نوشتار پروپوزال تحقیق»، «متغیرهای تحقیق و کنترل آزمایشگاهی»، «اصول نوشتار مقالات علمی-پژوهشی و ISI»، «مسائل اخلاقی و عملی وابسته به اجرا و انتشار پژوهش»، «اصول و ویژگی‌های تحقیقات کیفی در آسیب‌شناسی ورزشی و حرکات اصلاحی»، «اصول و نحوه چاپ مقالات در نشریات بین‌المللی و داخلی»

۴	ارزیابی سیستم حرکتی	«اصول بنیادی ارزیابی سیستم حرکتی»، «ارزیابی اختلال‌های عضلانی در وضعیت ایستا»، «ارزیابی عملکرد و الگوهای حرکتی در حرکات روزانه»، «ارزیابی اختلالات عصبی-عضلانی»، «ارزیابی دامنه حرکتی و انعطاف‌پذیری»، «ارزیابی قدرت و استقامت عضلانی»، «ارزیابی آزمون‌های عضلانی-اسکلتی و عصبی»، «ارزیابی تعادل و هماهنگی‌های عصبی-عضلانی»
۵	حرکت‌شناسی کاربردی پیشرفته	«تجزیه و تحلیل بیومکانیکی استخوان، عضلات، غضروف، تاندون و لیگامانت»، «تحلیل عملکرد عضلات و مفاصل و استخوان‌ها در: اجرای مهارت‌های ورزشی، فعالیت‌های حرکتی روزانه، تجویز تمرینات، آسیب‌های ورزشکاران، اختلالات عضلانی-اسکلتی»، «نیروهای وارده و پاتومکانیک فعالیت عضلانی در: کمر بندشانه، لگن، اندام فوقانی و اندام تحتانی»

سرفصل‌ها و محتوای تعیین‌شده برای دروس انتخابی مقطع دکتری آسیب‌شناسی ورزشی و حرکات اصلاحی در جدول ۹-۱۶ معرفی شده است. از این فهرست تنها چهار درس به میزان هشت واحد برای دوره انتخاب خواهد شد.

#### جدول ۹-۱۶. سرفصل و محتوای دروس انتخابی مقطع دکتری آسیب‌شناسی ورزشی و حرکات اصلاحی

ردیف	درس	سرفصل‌ها
۱	حرکات اصلاحی پیشرفته اندام فوقانی	«مکانیسم‌های کنترل تعادل در بدن و نظریه‌ها و رویکردهای اخیر در رابطه باثبات در سیستم‌های حرکتی بدنی»، «علائم، علل و عوارض ناشی از ناراستایی و ناهنجاری‌های اندام فوقانی و تنه در صفحات: فرونتال، ساجیتال و عرضی»، «وضعیت‌های جبرانی اندام فوقانی و تنه در سازگاری‌های با ورزش مختلف»، «طراحی و مدیریت برنامه تمرینی حرکات اصلاحی مرتبط با اندام فوقانی و تنه»، «پروتکل‌های اصلاحی وابسته به اندام فوقانی و تنه»
۲	حرکات اصلاحی پیشرفته اندام تحتانی	«مکانیسم‌های کنترل تعادل در بدن و نظریه‌ها و رویکردهای اخیر در رابطه باثبات در سیستم‌های حرکتی بدنی: نظریه پنجابی، نظریه فرلینگ، نظریه میر، رویکرد جاندا و رویکرد سهرمن و...»، «راستای طبیعی اندام و مفاصل بدن»، «علائم، علل و عوارض ناشی از ناراستایی و ناهنجاری‌های اندام تحتانی و لگن در صفحات: فرونتال، ساجیتال و عرضی»، «وضعیت‌های جبرانی اندام تحتانی و لگن در سازگاری‌های با ورزش مختلف»، «طراحی و مدیریت برنامه تمرینی حرکات اصلاحی مرتبط با اندام تحتانی و لگن»، «پروتکل‌های اصلاحی وابسته به اندام تحتانی و لگن»
۳	مطالعات معاصر در پیشگیری از آسیب- های ورزشی	«برنامه‌های مراکز بین‌المللی و سازمان‌های پیشگیری از آسیب»، «یافته‌های تکنولوژی در پیشگیری از آسیب‌های ورزشی و بازگشت به ورزش»، «یافته‌های معاصر فیزیولوژیک، مکانیک و پاتومکانیک در پیشگیری از آسیب‌های ورزشی و بازگشت به ورزش»، «یافته‌های معاصر روان‌شناختی در پیشگیری از آسیب‌های ورزشی و بازگشت به ورزش»، «اهمیت مطالعات همه-گیرشناسی در پیشگیری از آسیب‌های ورزشی و بازگشت به ورزش»، «اهمیت مطالعات همه-گیرشناسی در پیشگیری از آسیب‌های ورزشی و بازگشت به ورزش»، یافته‌های معاصر جامعه-شناختی و فرهنگ در پیشگیری از آسیب‌های ورزشی و بازگشت به ورزش»، «خطر بروز آسیب‌ها در ورزش‌های جدید و هیجانی»
۴	غربالگری حرکات عملکردی	«اصول بنیادی و جنبه‌های اصلی ارزیابی راستای بدن طبیعی»، «ارزیابی و غربالگری استاتیک اختلالات وضعیتی: اندام تحتانی، فوقانی، ستون فقرات، تنه، سروگردن»، «ارزیابی و غربالگری داینامیک اختلالات وضعیتی: اندام تحتانی، فوقانی، ستون فقرات، تنه، سروگردن»، «ارزیابی و غربالگری اختلالات عملکردی راه‌رفتن»

۵	امدادگری ورزشی	«تشخیص و مدیریت آسیب‌ها در میادین ورزشی»، «همه‌گیرشناسی و عوامل خطرزا در آسیب‌های ورزشی»، «ارزیابی آسیب‌های ورزشی نواحی مختلف در: اندام فوقانی، تحتانی، سرگردن، ستون فقرات و تنه»، «ارزیابی آسیب‌های ورزشی خاص در ورزشکاران کودک، نوجوان و سالمند»، «روش‌های ارائه کمک به مصدومان در میادین ورزشی هنگام فعالیت ورزشی»، «روش‌های بازبازی کنترل‌های عضلانی، دامنه حرکتی، قدرت و استقامت عضلانی و تعادل قبل از بازگشت به فعالیت»
۶	همه‌گیرشناسی آسیب‌های ورزشی	«اهمیت و ضرورت پیشگیری از آسیب‌های ورزشی»، «مطالعات همه‌گیرشناسی و مهم‌ترین شاخص‌های آن»، «عوامل خطرزای داخلی و خارجی در آسیب‌های ورزشی»، «پروتکل‌های پیشگیری از آسیب‌های ورزشی نواحی مختلف: اندام فوقانی، اندام تحتانی، گردن، ستون فقرات و تنه»، «استراتژی‌های حرکات اصلاحی در پیشگیری از آسیب‌های ورزشی»
۷	استراتژی‌های پیشگیری از آسیب‌های ورزشی	«شناخت الگوهای عملی و نظری برای روند پیشگیری از آسیب‌های ورزشی»، «استراتژی‌های پیشگیرانه با بیشترین احتمال کاهش آسیب اندام‌ها در ورزشکاران»، «استراتژی‌های پیشگیرانه در آسیب‌های مفاصل، عضلات، رباط، استخوان و لیگامنت‌ها در ورزشکاران»، «استراتژی‌های وضعیت بدنی و قامت در پیشگیری از آسیب‌های ورزشی»، «استراتژی‌های پیشگیرانه آسیب‌های ورزشی در ورزشکاران: دوومیدانی، وزنه‌برداری، راکتی، والیبال، بسکتبال، هندبال، ژیمناستیک، رزمی، فوتبال، فوتسال، المپیک و پارالمپیک»
۸	آسیب‌شناسی ورزشی پیشرفته اندام فوقانی	«تشخیص و مدیریت پیشگیری از آسیب‌های ورزشی»، «علل، علائم و مکانیسم و عوامل خطرزا، آسیب‌های ورزشی در: اندام فوقانی، اندام ستون فقرات، تنه، سرگردن»، «ارزیابی عملکرد حرکتی در حیطه بازبازی آسیب شامل: اندام فوقانی، ستون فقرات، تنه، سرگردن»، «طراحی پروتکل‌های تمرینی بازبازی عملکرد حرکتی برای اندام فوقانی، ستون فقرات، تنه، سرگردن»
۹	آسیب‌شناسی ورزشی پیشرفته اندام تحتانی	«تشخیص و مدیریت پیشگیری از آسیب‌های ورزشی»، «علل، علائم و مکانیسم و عوامل خطرزا، آسیب‌های ورزشی در: اندام تحتانی، اندام لگن»، «ارزیابی عملکرد حرکتی در حیطه بازبازی آسیب شامل: اندام تحتانی، اندام لگن»، «طراحی پروتکل‌های تمرینی بازبازی عملکرد حرکتی برای اندام تحتانی و اکمر بند لگنی با رویکرد بهبود و ارتقاء کنترل پاسچر»
۱۰	فعالیت بدنی و اختلالات جسمی پیشرفته ۱	«تاریخچه ورزش معلولین مغزی، نخاعی و قطع عضو»، «ساختار و سازمان‌های ورزش معلولین مغزی، نخاعی و قطع عضو»، «فعالیت بدنی و عضلانی معلولین مغزی، نخاعی و قطع عضو»، «تأثیرات فیزیولوژیک ورزش بر معلولین مغزی، نخاعی و قطع عضو»، «کلاسبندی معلولین مغزی، نخاعی و قطع عضو»، «ارزیابی آمادگی جسمانی و اختلالات پاسچر معلولین مغزی، نخاعی و قطع عضو»، «ملاحظات بیومکانیکی معلولین مغزی، نخاعی و قطع عضو»، «اصول پیشرفته برنامه‌ریزی تفریحی - ورزشی معلولین مغزی، نخاعی و قطع عضو»، «اصول مربیگری و روش‌های آموزش ورزشکاران معلول مغزی، نخاعی و قطع عضو»، «طراحی پروتکل‌های مختلف تفریحی معلولین مغزی، نخاعی و قطع عضو»
۱۱	فعالیت بدنی و اختلالات جسمی پیشرفته ۲	«تاریخچه، سازمان‌ها و تأثیرات فیزیولوژیک ورزش معلولین حسی»، «ساختار سازمان‌های ورزش معلولین حسی»، «فعالیت بدنی و عضلانی معلولین حسی»، «تأثیرات فیزیولوژیک ورزش در معلولین حسی»، «ارزاشته‌های ورزشی خاص معلولین حسی»، «کلاس بندی معلولین حسی»، «ارزیابی آمادگی جسمانی و اختلالات پاسچر معلولین حسی»

		«حسی»، «ملاحظات بیومکانیکی معلولین حسی»، «اصول پیشرفته برنامه‌ریزی تمرین معلولین حسی»، «اصول مربیگری و روش‌های آموزش ورزشکاران حسی»، «طراحی پروتکل‌های مختلف تمرین معلولین حسی»
۱۲	فعالیت بدنی و اختلالات ذهنی و رفتاری پیشرفته	«تاریخچه ورزش معلولین ذهنی و رفتاری»، «ساختار و سازمان‌های ورزش معلولین ذهنی و رفتاری»، «فعالیت‌های بدنی و عضلانی معلولین ذهنی و رفتاری»، «تأثیرات فیزیولوژیک ورزش بر معلولین ذهنی و رفتاری»، «رشته‌های ورزشی خاص معلولین ذهنی و رفتاری»، «کلاس‌بندی معلولین ذهنی و رفتاری»، «ارزیابی آمادگی جسمانی و اختلالات پاسچر معلولین ذهنی و رفتاری»، «اصول پیشرفته برنامه‌ریزی تمرین معلولین ذهنی و رفتاری»، «اصول مربیگری و روش‌های آموزش ورزشکاران معلول ذهنی و رفتاری»، «طراحی پروتکل‌های مختلف تمرین معلولین ذهنی و رفتاری»
۱۳	تربیت‌بدنی و ورزش سازگاران	«مفاهیم بنیادی در تربیت‌بدنی سازگاران»، «استراتژی‌های آموزشی در تربیت‌بدنی سازگاران»، «ملاحظات رشد حرکتی و ادراکی-حرکتی در افراد با نیازهای ویژه»، «برنامه‌های آموزشی انفرادی و گروهی برای افراد با نیازهای ویژه»، «سازمان‌دهی و مدیریت برنامه آموزشی و خدماتی برای افراد با نیازهای ویژه»، «سنجش‌ارزیابی برنامه‌های حرکتی برای افراد با نیازهای ویژه»، «فعالیت-های بدنی و آمادگی جسمانی برای افراد با نیازهای ویژه»، «ورزش‌های تیمی و انفرادی برای افراد با نیازهای ویژه»
۱۴	آزمایشگاه تخصصی	«چگونگی شناخت و تعیین ویژگی‌های اندازه‌گیری در حیطه آسیب‌شناسی ورزشی و حرکات اصلاحی»، «طرز کار وسایل اندازه‌گیری صفحه نیرو، آنالیز حرکت، تعادل‌سنج و وسایل مشابه در وضعیت‌های مختلف ایستا و پویا»، «مطالعه طرزکار وسایل اندازه‌گیری Iskinetic و EMG و دیگر موارد مشابه در وضعیت مختلف ایستا و پویا»، «آزمون‌های ارزیابی عملکردی عضلانی و عصبی»، «ملاحظات ویژه در اندازه‌گیری گروه‌های خاص»، «روش‌های آنالیز داده‌های خروجی برخی تجهیزات مانند صفحه نیرو، آنالیز حرکت، تعادل‌سنج، EMG و امثال آن»، «چگونگی همکاری در پروژه‌های تحقیقاتی که شامل طرح سؤال، مطالعه، آزمون فرضیه‌ها، پردازش اطلاعات، تهیه و ارائه گزارش مطالعه آزمایشگاهی است»
۱۵	مطالعه هدایت‌شده	پس‌ازانتخاب موضوع و پروپوزال پژوهشی، استاد راهنمای کار پژوهشی بنا به ضرورت و اطلاع و آشنایی دانشجو با برخی جدیدترین اطلاعات در موضوع مشخصی، دانشجو تحت هدایت استاد راهنما، مطالعات را انجام و هفتگی گزارش لازم را حضوراً به استاد راهنما ارائه می‌دهد.
۱۶	پاتومکانیک دستگاه عضلانی-اسکلتی	«اصول بیومکانیک»، «مکانیک و پاتومکانیک: لیگامان، عضلات، مفاصل، ناهنجاری‌های وضعیتی در کمربند لگنی، ران، زانو و ساق‌پا، مچ‌پا، پا، تنه و ستون فقرات»، «پاتومکانیک و حرکات جبرانی زنجیره حرکتی ناشی از: ناهنجاری‌های وضعیتی در ورزش‌های برخوردی و غیربرخوردی و وسایل و تجهیزات ورزشی»
۱۷	سمینار	«بحث درباره تازه‌های آسیب‌شناسی ورزشی و حرکات اصلاحی وابسته به موضوع رساله»، «نقد شکلی و محتوایی رساله‌های علمی وابسته به حوزه‌های مربوط در رشته آسیب‌شناسی ورزشی و حرکات اصلاحی»، «نقد شکلی و محتوایی مقالات علمی وابسته به حوزه‌های مربوط در رشته آسیب‌شناسی ورزشی و حرکات اصلاحی»، «آشنایی با ساختارهای علمی نگارش مقاله‌های علمی و رساله با توجه به روش‌های منبع‌دهی مختلف»

۱۸	کارورزی	طراحی و انجام پروژه‌های تحقیقاتی میدانی توسط دانشجو در راستای رساله دکتری تحت راهنمایی استاد راهنما»
۱۹	تمرین در آب	«مفاهیم بنیادی تمرین در آب»، «انواع مختلف تمرینات در آب شامل تمرینات: کششی، تعادلی، مقاومتی و تقویتی عضلات ثابت‌دهنده مرکزی»، «خطوط راهنمای تجویز تمرین در آب برای مدیریت اختلالات وضعیتی، ساختاری ستون فقرات، سر، گردن، اندام فوقانی و اندام تحتانی»، «اصول تمرین در آب در گروه‌های خاص: بیماران، معلولین و سالمندان»، «اصول تمرین در آب برای بازسازی بعد از آسیب‌های ورزشی»
۲۰	ماساژ ورزشی	«تعریف و کاربردهای ماساژ ورزشی»، «آشنایی با روش‌ها و مهارت‌های پایه ماساژ ورزشی»، «ماساژ ورزشی در مسابقات ورزشی»، «ماساژ ورزشی در ریکاوری به حالت اولیه پس از تمرینات»، «آشنایی با طراحی یک برنامه ماساژ برای معلولین جسمانی»، «آشنایی با ملاحظات ماساژ در کودکان، افراد باردار و گروه‌های خاص»، «کاربرد ماساژ در بازیابی معلولین جسمی»، «کاربرد ماساژ ورزشی در بازیابی آسیب‌های ورزشی»
۲۱	بازگشت به ورزش پس از آسیب‌های ورزشی	«روش‌های غربالگری بازیکنان آسیب‌دیده»، «روش‌های ارزیابی ورزشکاران قبل و بعد از آسیب در رشته‌های مختلف ورزشی»، «آزمون‌های عملکردی عمومی و اختصاصی و آزمون‌های پایه مهارتی رشته ورزشی»، «بسته تمرینی توانبخشی و بازگشت به ورزش در آسیب‌های: ران، زانو، مچ‌پا، ستون فقرات کمری یا کمر و گردن و بالاخره شانه»، «فرایند کنترل ورزشکار در بازگشت به ورزش»، «آشنایی با معیارهای بازگشت به ورزش»
۲۲	روش‌های آماری پیشرفته	«آزمون‌های نرمالیتی و نحوه نرمال‌سازی داده‌های غیرنرمال»، «آنالیز واریانس مکرر ANOVA»، «آنالیز واریانس مکرر ANOVA دو طرفه»، «آنالیز واریانس مکرر با عامل بین‌گروهی»، «آنالیز واریانس مشترک ANCOVA»، «آمار ناپارامتریک و کاربرد آن در پژوهش‌های آسیب‌های ورزشی و حرکات اصلاحی»، «رگرسیون ساده و چندگانه»

### خلاصه

در علوم ورزشی گرایش «آسیب‌شناسی و حرکات اصلاحی»، خود دارای گرایش‌های متعدد تخصصی تری است. در ایران به جز برخی رشته‌های تخصصی در دانشگاه‌های جامع علمی-کاربردی و سپس فنی حرفه‌ای و مقاطع ناپیوسته، در سایر دانشگاه و در مقطع کارشناسی پیوسته، گرایش «آسیب‌شناسی و حرکات اصلاحی» وجود ندارد. اما در مقطع کارشناسی ارشد سه گرایش «حرکات اصلاحی، امدادگر ورزشی و تربیت‌بدنی ویژه» وجود دارد. در مقطع دکتری نیز «آسیب‌شناسی و حرکات اصلاحی» به شکل عمومی مطرح می‌شود و دانشجوی دکتری باید با مطالعات هدایت‌شده و به‌ویژه رساله دکتری تخصص اصلی خود در «آسیب‌شناسی و حرکات اصلاحی» را مشخص کند.



**فعالیت‌هایی برای یادگیری**

- درباره انواع گرایش‌های آسیب‌شناسی و حرکات اصلاحی مطالعه کنید و آن‌ها را با توجه به علائق خود اولویت‌بندی کنید.
- با چند متخصص آسیب‌شناسی و حرکات اصلاحی اولویت‌های خود را با توجه به شرایط و ظرفیت‌ها به شور بگذارید و جمع‌بندی خود را به صورت یک مقاله نقد و تحلیلی درباره گرایش‌ها بنویسید.

# رفتار حرکتی

۱۰

هدف کلی: آشنایی با رشته رفتار حرکتی

اهداف فصل:

- آشنایی با مبانی شکل‌گیری رشته رفتار حرکتی
- آشنایی با انواع گرایش‌های کارشناسی‌ارشد رفتار حرکتی
- آشنایی با دوره دکترای رشته رفتار حرکتی

## مقدمه

رشته رفتار حرکتی بر رشد حرکتی، یادگیری و کنترل حرکتی و آموزش تربیت بدنی تأکید دارد. در این فصل به معرفی این رشته دانشگاهی پرداخته می‌شود.

## ۱-۱۰. مبانی شکل‌گیری رشته رفتار حرکتی

این رشته ریشه در مبانی زیست‌شناختی و روان‌شناختی حرکات انسان دارد. بنابراین در عمل از زمان شروع مطالعات این حوزه در رشته‌های مختلف می‌توان به تاریخ آن اشاره کرد. اما با رویکردهای تخصصی و به‌عنوان یک رشته مستقل، تاریخچه نسبتاً جدیدی دارد. گستردگی دانش بشری در زمینه تربیت بدنی و علوم ورزشی و به‌کارگیری اصول آموزش و پرورش به‌عنوان موضوع اصلی گرایش رفتار حرکتی، ایجاد گرایش‌های تخصصی‌تر در این حوزه را اجتناب‌ناپذیر کرده است.

## ۱-۲. دوره کارشناسی ارشد رفتار حرکتی و گرایش‌های آن در ایران

هدف از تأسیس دوره کارشناسی ارشد رشته رفتار حرکتی، تربیت افراد متبحر در رفتار حرکتی است تا بتوانند با نوآوری در زمینه‌های علمی به آموزش، برنامه‌ریزی، اجرا، راهنمایی، تحلیل مشکلات و پژوهش در این شاخه از علم بپردازند و مداخله مؤثری در محیط‌های علمی و حرفه‌ای داشته باشند. از دانش‌آموختگان هر یک از سه گرایش رفتار حرکتی توقع می‌رود که به یک مجموعه توانایی‌های عمومی و تخصصی دست یابند. توانایی‌های عمومی مربوط به تمامی گرایش‌ها و به شرح جدول ۱-۱۰ خواهند بود و توانایی‌های تخصصی مربوط به هر گرایش است که در ذیل همان گرایش معرفی خواهد شد (کمیته برنامه‌ریزی علوم ورزشی، ۱۳۹۰).

## جدول ۱-۱۰. توانایی‌های عمومی مورد انتظار از دانش‌آموختگان انواع گرایش‌های کارشناسی ارشد رفتار حرکتی

ردیف	توانایی
۱	برنامه‌ریزی برای بهره‌گیری از یافته‌های علوم رفتار حرکتی در موقعیت‌های واقعی
۲	تحلیل وضعیت‌های مربوط به مسائل حوزه رفتار حرکتی
۳	توانایی تحقیق و به‌کارگیری یافته‌ها در فرایند تدریس/ یادگیری
۴	انجام پژوهش در گرایش‌های تخصصی خود و همکاری در امور پژوهشی سایر گرایش‌های رشته رفتار حرکتی
۵	تدریس دروس مربوط به گرایش تخصصی خود در دوره‌های کاردانی و کارشناسی رشته‌های گوناگون علوم ورزشی

طول دوره در هر یک از گرایش‌ها دو سال و دروس آن اغلب جنبه نظری و پژوهشی دارد. طول هر نیمسال ۱۶ هفته آموزش و مدت هر واحد نظری ۱۶ ساعت و درس عملی آزمایشگاهی ۳۲ ساعت است. تعداد کل واحدهای درسی در هر گرایش ۳۲ واحد درس شامل «شش واحد درس پایه»، «۱۴ واحد درس تخصصی»، «شش واحد درس انتخابی» و «شش واحد پایان‌نامه» است. دانشجویانی که در دوره کارشناسی، تعداد واحدهای لازم درسی را نگذرانده باشند یا از سایر رشته‌ها آمده باشند، باید واحدهای درسی کمبود خود را بین هشت تا ۱۲ واحد با نظر مدیر گروه بگذرانند. دانشجویان دو درس «رایانه پیشرفته» و «زبان تخصصی» را می‌گذرانند اما جزو جمع دروس محاسبه نخواهد

شد. دروس پایه به میزان شش واحد برای کلیه گرایش‌ها شامل درس‌های «روش‌های آماری»، «روش و طرح‌های تحقیق در علوم رفتار حرکتی» و «مبانی عملکرد انسان» با سرفصل‌هایی به شرح جدول ۱۰-۲ هستند.

جدول ۱۰-۲. سرفصل و محتوای دروس پایه مشترک در سه گرایش مقطع کارشناسی ارشد رفتار حرکتی

ردیف	درس	سرفصل‌ها
۱	روش‌های آماری	«مفاهیم پایه در آمار استنباطی: مقیاس‌ها و متغیرها»، «سنجش روابط بین متغیرها: انواع همبستگی، رگرسیون دو و چند متغیره»، «تحلیل واریانس یک‌راهه، دوره‌ها و آزمون‌های تعقیبی واریانس»، «تحلیل واریانس با اندازه‌های تکراری»، «تحلیل عاملی متغیر»، «روش‌های آماری پیشرفته شامل: تحلیل-کوواریانس، تحلیل عاملی و تحلیل خوشه‌ای»، «روش‌های آماری ناپارامتریک شامل: آزمون‌های خي دو، ضریب همبستگی اسپیرمن، یومونینتی، ویلکاکسون و کروسکال‌والیس»
۲	روش و طرح‌های تحقیق در رفتار حرکتی	«ماهیت پژوهش»، «فرایند طراحی پژوهش شامل: تدوین پروپوزال، مسائل اخلاقی، حقوقی و روابط انسانی در پژوهش و بررسی پیشینه پژوهش»، «رویکردهای روش‌شناختی: انتخاب نمونه، جمع‌آوری اطلاعات، تعیین روایی و پایایی ابزار و روش‌های آماری»، «انواع طرح‌های پژوهشی کمی: توصیفی، علی-مقایسه‌ای، همبستگی و تجربی همراه با روایی درونی و بیرونی طرح‌ها»، «انواع طرح‌های پژوهش کیفی: موردی، اقدام‌پژوهی، قوم‌نگاری، پدیدارشناسی، گروه‌کانونی، تحلیل محتوا و نظریه برخاسته از داده‌ها»
۳	مبانی عملکرد انسان	«نقش دستگاه عصبی مرکزی و محیطی در عملکرد انسان»، «شناخت روان»، «ابعاد وجود انسان از دیدگاه علوم: زیست‌شناختی، روان‌شناختی و اجتماعی»، «ابعاد وجود انسان از دیدگاه فلسفی»، «تعریف نفس/خود، تحول خود و قوای خود»، «رابطه نفس و بدن از دیدگاه‌های مختلف»

«درس شش واحدی پایان‌نامه» نیز یک پروژه پژوهشی در حوزه تخصصی مربوطه است که دانشجویان بعد از گذراندن موفقیت‌آمیز ۲۶ واحد (علاوه بر دروس جبرانی احتمالی) قابل اخذ خواهد بود. ضمن اینکه برخی دانشگاه‌ها که مجوز برگزاری دوره‌های آموزش محور داشته باشند، به جای شش واحد پایان‌نامه از دروس نظری جایگزین مشخص شده استفاده خواهند کرد. با این حال مهم‌ترین تفاوت بین گرایش‌ها «دروس تخصصی و انتخابی» به شرح جدول ۱۰-۳ هستند.

جدول ۱۰-۳. دروس «تخصصی» و «انتخابی» برای گرایش‌های کارشناسی ارشد رفتار حرکتی

ردیف	گرایش	درس‌ها
۱	رشد حرکتی	الف) تخصصی: «رشد جسمانی»، «رشد حرکتی در طول عمر»، «تربیت بدنی رشدی»، «عوامل مؤثر بر رشد حرکتی»، «ارزیابی رشد حرکتی»، «سمینار رشد حرکتی»، «کنترل حرکتی»
		ب) انتخابی: «روان‌شناسی ورزشی»، «اختلالات رشد و یادگیری حرکتی»، «آزمایشگاه رفتار حرکتی»، «اصول و فلسفه تربیت بدنی و ورزش»، «روان‌شناسی تحولی»، «فعالیت ورزشی و بیماری‌های خاص»
۲	یادگیری و کنترل حرکتی	الف) تخصصی: «اکتساب مهارت‌های حرکتی»، «کنترل حرکتی»، «یادگیری حرکتی پیشرفته»، «اندازه‌گیری حرکات انسان»، «سمینار در کنترل حرکتی»، «سمینار در یادگیری حرکتی»، «رشد حرکتی در طول عمر»
		الف) انتخابی: «روان‌شناسی شناختی»، «بیومکانیک حرکات انسان»، «آزمایشگاه رفتار حرکتی»، «روان‌شناسی ورزشی»، «اصول و فلسفه تربیت بدنی و ورزش»، «اختلالات یادگیری حرکتی»

آموزش تربیت بدنی	۳	الف) تخصصی: «نظریه‌های آموزش تربیت بدنی»، «اصول و روش‌های آموزش اثربخش در تربیت بدنی»، «روان‌شناسی آموزش تربیت بدنی»، «تدوین برنامه‌درسی تربیت بدنی»، «ارزشیابی آموزشی»، «سمینار آموزش تربیت بدنی»، «رشدحرکتی در طول عمر»
		ب) انتخابی: «یادگیری حرکتی پیشرفته»، «کارورزی»، «اصول و فلسفه تربیت بدنی و ورزش»، «آزمایشگاه رفتارحرکتی»، «روان‌شناسی ورزشی»، «فعالیت بدنی و آموزش تندرستی»

گذراندن سه درس از دروس انتخابی با توجه به داشتن استاد و امکانات دانشکده یا گروه، بنا بر تشخیص گروه الزامی است.

### ۱۰-۳. کارشناسی ارشد رفتارحرکتی با گرایش رشدحرکتی

مهم‌ترین توانایی‌های تخصصی مورد انتظار از دانش‌آموختگان این گرایش در جدول ۱۰-۴ معرفی شده است.

جدول ۱۰-۴. مهم‌ترین وظایف قابل اجرا توسط دانش‌آموختگان کارشناسی ارشد گرایش رشدحرکتی

ردیف	وظایف
۱	تحلیل وضعیت‌های مربوط به مسائل مربوط به رشدحرکتی کودکان و نوجوانان
۲	تحلیل حرکات انسان در طول رشد و ارزیابی آن‌ها نسبت به رفتار هنجار
۳	ارائه مشاوره و راهنمایی به آحاد مردم در فعالیت‌های بدنی مناسب رشدی در طول عمر جهت ارتقاء یادگیری مهارت‌های حرکتی»
۴	استفاده از آزمون‌های میدانی و آزمایشگاهی متناسب برای سنجش رشد حرکت اقلشار مختلف
۵	توانایی برنامه‌ریزی و تجویز فعالیت‌های بدنی رشدی متناسب با سنین گوناگون و جنس
۶	انجام خدمات مشاوره‌ای در حوزه رشدحرکتی در مراکز عمومی مانند پارک‌ها و باشگاه‌های عمومی و خصوصی
۷	کمک به امر استعدادیابی ورزشکاران از منظر رشد و رفتارحرکتی

دروس تخصصی و سرفصل‌های اصلی آن در گرایش رشدحرکتی در جدول ۱۰-۵ معرفی شده است.

جدول ۱۰-۵. سرفصل و محتوای دروس تخصصی گرایش رشدحرکتی

ردیف	درس	سرفصل‌ها
۱	رشد جسمانی	«کلیات رشد جسمانی»، «نمو و رشد کارکردی قبل از تولد»، «نمو قبل و پس از تولد»، «نمو پیکری، جنه، ترکیب بدنی»، «نمو استخوان، عضله و بافت چربی»، «رشد کارکردی: قلب، ریه و خون»، «بالیدگی زیست‌شناختی»
۲	رشدحرکتی در طول عمر	«کلیات رشدحرکتی»، «عوامل مؤثر بر رشدحرکتی»، «رشد جسمانی در طول عمر»، «رشد حرکات بنیادی: راه رفتن، دویدن، پریدن، پرتاب کردن، گرفتن، ضربه زدن با دست و پا»، «ورزش جوانان»، «حرکت در بزرگسالی»، «رشد ادراکی-حرکتی»، «رشد عملکرد حرکتی: قدرت، سرعت، استقامت، انعطاف پذیری»، «ارزشیابی رشدحرکتی»
۳	تربیت بدنی رشدی	«کلیات»، «یادگیرنده: تربیت بدنی رشدی، کسب مهارت حرکتی، فعالیت بدنی و افزایش آمادگی»، «یادگیری شناختی، عاطفی کودکان ناتوان»، «معلم: آموزش مؤثر، تسهیل یادگیری، سبک‌های آموزش»، «برنامه رشدی»، «موضوع مهارتی»، «عرضه‌های محتوی: بازی‌های رشدی، حرکات موزون و ژیمناستیک رشدی»، «کرانه‌های برنامه: پرورش کودک فعال، متفکر و باحساس»

۴	عوامل مؤثر بر رشد حرکتی	«کلیات»، «قواعد وراثتی و هورمونی نمو، بالیدگی و عملکرد»، «انرژی و نیازمندی‌های تغذیه‌ای»، «فعالیت بدنی و مصرف انرژی»، «تأثیر تحریکات و محرومیت در رشد حرکتی»، «عوامل اثرگذار و خطرزا بر نمو، بالیدگی و فعالیت بدنی»، «تأثیر محدودیت‌های روان‌شناختی، جامعه‌شناختی و فرهنگی»، «تأثیر آب‌وهوا، اقلیم، ارتفاع و آلودگی هوا»، «تأثیر خود فرد/شخص بر رشد حرکتی»
۵	ارزیابی رشد حرکتی	«موضوعات اساسی در رشد حرکتی»، «سطوح سنجش مهارت حرکتی: حرکات مقدماتی، بنیادی، اختصاصی و ورزشی»، «سنجش رشد و عملکرد حرکتی»، «سنجش آمادگی جسمانی»، «سنجش رشد ادراکی-حرکتی»، «اندازه‌گیری‌های روان‌شناختی در کودکی و نوجوانی»، «آزمون‌های غربالی»، «گزارش آزمون نوباوه، الگوهای پایه و کارآمدی حرکتی»
۶	سمینار رشد حرکتی	«بررسی نقادانه مقاله‌های روزآمد و مجله‌های معتبر علمی مواد درسی گرایش رشد حرکتی»، «ارائه سخنرانی درباره موضوع موردعلاقه»
۷	کنترل حرکتی	«نظریه‌های کنترل حرکتی»، «اساس عصبی-حرکتی کنترل حرکتی»، «مشارکت‌های حسی در کنترل حرکتی»، «نقش لامسه، بینایی و حس عمقی در کنترل حرکتی»، «مشارکت‌های مرکزی در کنترل حرکتی»، «ویژگی‌های عملکرد و کنترل حرکتی مهارت‌های پیچیده»، «اصول سرعت و دقت»، «هماهنگی»، «آمادگی حرکت»، «توجه و حافظه»، «توجه به‌عنوان منبع ظرفیت محدود»، «مؤلفه‌های حافظه، فراموشی و راهبردها»

دروس انتخابی و سرفصل‌های اصلی آن در گرایش رشد حرکتی در جدول ۱۰-۶ معرفی شده است.

#### جدول ۱۰-۶. سرفصل و محتوای دروس انتخابی گرایش رشد حرکتی

ردیف	درس	سرفصل‌ها
۱	روان‌شناسی ورزشی	«مقدمه و تمرین روان‌شناسی ورزشی»، «افراد شرکت‌کننده در ورزش: شخصیت و ورزش، انگیزندگی، استرس و اضطراب»، «محیط ورزش و تمرین»، «فرایندهای گروهی»، «بهبود عملکرد»، «ارتقاء سلامت و بهزیستی روانی»، «تسهیل رشد روانی»
۲	اختلالات رشد و یادگیری حرکتی	«تعارف، ویژگی‌ها، میزان شیوع اختلالات یادگیری»، «تاریخچه اختلالات یادگیری»، «دوگروه اصلی نظریه‌پردازان: نظریه ادراکی، حرکتی و نظریه زبان»، «کودکان با دشواری‌های حرکتی و غیرحرکتی»، «مسائل علمی در زمینه اختلالات یادگیری حرکتی»، «روش‌های مختلف کمک به کودکان دارای اختلال»، «استفاده از آزمون‌های ارزیابی اختلال حرکتی»، «مطالعات موردی در زمینه اختلالات حرکتی»، «مطالعات موردی در زمینه اختلالات رشد و یادگیری»
۳	آزمایشگاه رفتار حرکتی	«مبانی نظری و تاریخچه»، «اصول روش آزمایش در رفتار حرکتی»، «انواع مشاهده و مشکلات آن»، «سنجش، اجرا و یادگیری»، «ارزیابی کمی و کیفی رشد حرکتی در گروه‌های سنی مختلف»، «آشنایی با ابزار و آزمون‌های یادگیری، کنترل حرکتی و روان‌شناسی ورزش»، «آشنایی با پرسشنامه‌های حیطة رفتار حرکتی»، «آگاهی از چگونگی نگهداری و مراقبت از وسایل»، «مشکلات کاربرد روش آزمایشی در حیطة رفتار حرکتی»
۴	اصول و فلسفه تربیت بدنی و ورزش	«کلیات، تعریف، مؤلفه‌ها و انواع فلسفه و فلسفه تربیت بدنی و استدلال‌های فلسفی»، «ماهیت و ضرورت تربیت بدنی و ورزش»، «مکتب تربیتی: ایدئالیسم، رئالیسم، پراگماتیسم، اگزیستانسیالیسم و اسلام»، «رابطه بدن و روح: دوگانه‌گرایی و کل‌گرایی»، «ماهیت جامعه‌شناختی تربیت بدنی و

		ورزش»، «اهداف تربیت بدنی و ورزش»، «اخلاق ورزشی»، «ارزش‌شناسی تربیت بدنی و ورزش»، «تدوین فلسفه شخصی»
۵	روان‌شناسی رشد	«آگاهی‌های رشد انسان در طول عمر»، «نظریه‌های رشد انسان»، «ژنتیک، محیط و رشد»، «رشد، قبل و پس از تولد»، «سلامتی و رشد جسمانی»، «موضوعات رشد ادراکی در طول عمر»، «رشد شناختی در طول عمر»، «جنس و نقش جنسیت»
۶	فعالیت ورزشی و بیماری‌های خاص	«عناوین پایه در تربیت بدنی تطبیقی»، «سازمان‌دهی برنامه و مدیریت»، «راهنمای آموزش برای افراد با نیازهای خاص»، «حرکات موزون و هماهنگ»، «ورزش‌های آبی برای افراد با نیازهای خاص»، «ورزش‌های تیمی برای افراد با نیازهای خاص»، «تمرین برای افراد مبتلا به دیابت شیرین»، «ورزش و فعالیت‌های انفرادی، دونفره و پرخطر»، «فعالیت‌های ورزشی زمستانی برای افراد با نیازهای خاص»، «ارتقاء عملکرد ورزشی با ویلچر»

#### ۱۰-۴. کارشناسی‌ارشد رفتار حرکتی با گرایش یادگیری و کنترل حرکتی

مهم‌ترین توانایی‌های تخصصی مورد انتظار از دانش‌آموختگان این گرایش در جدول ۱۰-۷ معرفی شده است. جدول ۱۰-۷. مهم‌ترین وظایف قابل اجرا توسط دانش‌آموختگان کارشناسی‌ارشد گرایش یادگیری و کنترل حرکتی

ردیف	وظایف
۱	تحلیل و ارزیابی وضعیت‌های مربوط به یادگیری و اجرای مهارت‌های حرکتی در تمام گروه‌های سنی
۲	به‌کارگیری نظریه‌ها و اصول یادگیری در شرایط و موقعیت‌های ویژه
۳	بررسی و ارزیابی اثر اطلاعات حسی و محدودیت‌های تکلیف بر عملکرد و یادگیری حرکتی
۴	برنامه‌ریزی و مداخله مناسب در شرایط و جمعیت‌های خاص
۵	کمک به امر استعدادیابی ورزشکاران از منظر یادگیری و کنترل حرکتی
۶	تحلیل نقاط قوت و ضعف اجرای مهارت‌های ورزشکاران در رویدادهای ورزشی
۷	برنامه‌ریزی و اجرای برنامه‌های مهارت‌آموزی در رشته‌های ورزشی گوناگون
۸	انجام خدمات مشاوره‌ای به سرپرستان، مدیران و مربیان باشگاه‌های ورزشی برای گسترش عملکرد ورزشکاران

دروس تخصصی و سرفصل‌های اصلی آن در گرایش یادگیری و کنترل حرکتی در جدول ۱۰-۸ معرفی شده است.

#### جدول ۱۰-۸. سرفصل و محتوای دروس تخصصی گرایش یادگیری و کنترل حرکتی

ردیف	درس	سرفصل‌ها
۱	اکتساب مهارت‌های حرکتی	«نظریه‌ها»، «محدودیت‌های جسمانی هماهنگی»، «رویکرد مبتنی بر حل مسئله در اکتساب مهارت»، «تصمیم‌گیری و پردازش اطلاعات»، «سازمان‌دهی تمرین»، «تمرین عمدی، عملکرد ماهرانه و خبرگی»، «استفاده از انواع راهنمایی»، «بازخورد در اکتساب مهارت»، «رویکرد مبتنی بر محدودیت: مطالعات موردی»
۲	کنترل حرکتی	«نظریه‌ها»، «اساس عصبی-حرکتی کنترل حرکتی»، «مشارکت‌های حسی در کنترل حرکتی»، «نقش لامسه، بینایی و حس عمقی در کنترل حرکتی»، «ویژگی‌های عملکرد و کنترل حرکتی مهارت‌های پیچیده»، «اصول سرعت و دقت»، «هماهنگی»، «آمادگی حرکتی»، «توجه و حافظه»، «توجه به‌عنوان منبع ظرفیت محدود»، «مؤلفه‌های حافظه، فراموشی و راهبردها»

۳	یادگیری حرکتی پیشرفته	«مقدمه‌ای بر یادگیری حرکتی»، «تفاوت‌های فردی»، «اندازه‌گیری عملکرد و یادگیری حرکتی»، «توجه و عملکرد»، «نظریه‌های رایج یادگیری حرکتی»، «مراحل یادگیری»، «انتقال یادگیری»، «توزیع و تغییرپذیری تمرین»، «بازخورد افزوده»
۴	اندازه‌گیری حرکات انسان	«مفاهیم در آزمون و سنجش»، «کاربرد فناوری در سنجش»، «روش‌های اثربخش در ارزیابی و سنجش»، «نظریه‌ها»، «آزمون نرم مرجع و ملاک مرجع»، «روایی و پایایی هنجار مرجع و ملاک مرجع»، «ارزیابی آمادگی جسمانی و فعالیت بدنی در طول عمر»، «ارزیابی مهارت‌های ورزشی و توانایی‌های حرکتی»، «سنجش و ارزیابی اندازه‌های روان‌شناختی در ورزش و تمرین»، «ارزیابی مبتنی بر عملکرد»
۵	سمینار کنترل حرکتی	«بررسی نقادانه مقاله‌های روزآمد و مجله‌های معتبر علمی مواد درسی گرایش کنترل حرکتی»، «ارائه مقاله درباره موضوعات کنترل حرکتی»
۶	سمینار یادگیری حرکتی	«بررسی نقادانه مقاله‌های روزآمد و مجله‌های معتبر علمی مواد درسی گرایش یادگیری حرکتی»، «ارائه مقاله درباره موضوعات یادگیری حرکتی»
۷	رشد حرکتی در طول عمر	«کلیات رشد حرکتی»، «عوامل مؤثر بر رشد حرکتی»، «رشد جسمانی در طول عمر»، «رشد حرکات بنیادی: راه رفتن، دویدن، پریدن، پرتاب کردن، گرفتن، ضربه زدن با دست و پا»، «ورزش جوانان»، «حرکت در بزرگسالی»، «رشد ادراکی-حرکتی»، «رشد عملکرد حرکتی: قدرت، سرعت، استقامت، انعطاف‌پذیری»، «ارزیابی رشد حرکتی»

دروس انتخابی و سرفصل‌های اصلی آن در گرایش یادگیری و کنترل حرکتی در جدول ۹-۱۰ معرفی شده است.

#### جدول ۹-۱۰. سرفصل و محتوای دروس انتخابی گرایش یادگیری و کنترل حرکتی

ردیف	درس	سرفصل‌ها
۱	روان‌شناسی شناختی	«تاریخچه و تعریف»، «بنیادهای فکری در رویکرد شناختی و تفاوت و اشتراک آن با سایر رویکردها»، «مدل‌های پردازش اطلاعات»، «حافظه: ساختارها و فرایندها»، «راهبردهای حل مسئله»، «اثر فرایندهای شناختی بر رفتار حرکتی»، «هشیاری و سطح متفاوت آن»
۲	بیومکانیک حرکات انسان	«مفاهیم»، «نیرو، گشتاور»، «حل مسائل با نمودار بدن آزاد»، «مرکز ثقل/جاذبه»، «خواص کشسانی و شکل‌پذیری مواد»، «ویژگی‌های بیولوژیکی بافت»، «سیستم‌های عضلانی و عصبی»، «کینماتیک خطی / کینماتیک زاویه‌ای»، «کینتیک خطی / کینتیک زاویه‌ای»
۳	آزمایشگاه رفتار حرکتی	«مبانی نظری و تاریخچه»، «اصول روش آزمایش در رفتار حرکتی»، «انواع مشاهده و مشکلات آن»، «سنجش، اجرا و یادگیری»، «ارزیابی کمی و کیفی رشد حرکتی در گروه‌های سنی مختلف»، «آشنایی با ابزار و آزمون‌های یادگیری، کنترل حرکتی و روان‌شناسی ورزش»، «آشنایی با پرسشنامه‌های حیطه رفتار حرکتی»، «آگاهی از چگونگی نگهداری و مراقبت از وسایل»، «مشکلات کاربرد روش آزمایشی در حیطه رفتار حرکتی»
۴	روان‌شناسی ورزشی	«مقدمه و تمرین روان‌شناسی ورزشی»، «افراد شرکت‌کننده در ورزش: شخصیت و ورزش، انگیزندگی، استرس و اضطراب»، «محیط ورزش و تمرین»، «فرایندهای گروهی»، «بهبود عملکرد»، «ارتقاء سلامت و بهزیستی روانی»، «تسهیل رشد روانی»
۵	اصول فلسفه تربیت بدنی و ورزش	«کلیات، تعریف، مؤلفه‌ها و انواع فلسفه و فلسفه تربیت بدنی و استدلال‌های فلسفی»، «ماهیت- ضرورت تربیت بدنی و ورزش»، «مکتب تربیتی: ایدئالیسم، رئالیسم، پراگماتیسم، اگزستانسیالیسم»



		و اسلام»، «رابطه بدن و روح: دوگانه‌گرایی و کل‌گرایی»، «ماهیت جامعه‌شناختی تربیت‌بدنی و ورزش»، «اهداف تربیت‌بدنی و ورزش»، «اخلاق ورزشی»، «ارزش‌شناسی تربیت‌بدنی و ورزش»، «تدوین فلسفه شخصی»
۶	اختلالات رشد و یادگیری حرکتی	«تعاریف، ویژگی‌ها، میزان شیوع اختلالات یادگیری»، «تاریخچه اختلالات یادگیری»، «دوگروه اصلی نظریه‌پردازان: نظریه ادراکی، حرکتی و نظریه زبان»، «کودکان با دشواری‌های حرکتی و غیر حرکتی»، «مسائل علمی در زمینه اختلالات یادگیری حرکتی»، «روش‌های مختلف کمک به کودکان دارای اختلال»، «استفاده از آزمون‌های ارزیابی اختلال حرکتی»، «مطالعات موردی در زمینه اختلالات حرکتی»، «مطالعات موردی در زمینه اختلالات رشد و یادگیری»

### ۱۰-۵. کارشناسی‌ارشد رفتار حرکتی با گرایش آموزش تربیت‌بدنی

مهم‌ترین توانایی‌های تخصصی مورد انتظار از دانش‌آموختگان این گرایش در جدول ۱۰-۱۰ معرفی شده است.

جدول ۱۰-۱۰. مهم‌ترین وظایف قابل اجرا توسط دانش‌آموختگان کارشناسی‌ارشد گرایش آموزش تربیت‌بدنی

ردیف	وظایف
۱	تحلیل و ارزیابی وضعیت‌های مربوط به آموزش و تدریس مهارت‌های حرکتی در تمام گروه‌های سنی
۲	تحقیق و به‌کارگیری یافته‌ها در فرایند تدریس/یادگیری
۳	آموزش اثربخش مهارت‌های حرکتی و ورزشی در مدارس و مراکز ورزشی
۴	انجام خدمات مشاوره‌ای به سرپرستان، مدیران و معلمان برای توسعه و بهبود برنامه‌های درسی تربیت‌بدنی و آموزشی در مدارس و مراکز ورزشی

دروس تخصصی و سرفصل‌های اصلی آن در گرایش آموزش تربیت‌بدنی در جدول ۱۰-۱۱ معرفی شده است.

جدول ۱۰-۱۱. سرفصل و محتوای دروس تخصصی گرایش آموزش تربیت‌بدنی

ردیف	درس	سرفصل‌ها
۱	نظریه‌های آموزش تربیت‌بدنی	«نظریه‌های آموزش: رفتارگرایی، سازه‌نگاری، پیازه، یادگیری بر اساس مغز، کنترل انگیزش، یادگیری شناخت، اجتماعی، نظریه کودکی اولیه»، «نظریه‌های یادگیری: محرک-پاسخ یا ارتباطی، شرطی عامل، شناختی، شهودی، گشتالت، مشاهده‌ای، پردازش اطلاعات و امثال آن»، «نظریه‌ها و مدل‌های روان‌شناختی، عصبی و محاسباتی یادگیری حرکتی: حافظه بسته آدامز، طرح‌واره اشمیت»، «نظریه و مدل‌های سیستم‌های پویا، بوم‌شناختی»، «مقایسه نظریه‌ها و نقاط قوت و ضعف هر نظریه»، «کاربرد نظریه‌ها در آموزش مهارت‌ها»
۲	اصول و روش‌های آموزش اثربخش در تربیت‌بدنی	«برنامه‌ریزی برای آموزش اثربخش»، «ایجاد و توسعه محیط یادگیری ایمن و مثبت در تربیت‌بدنی»، «روش‌ها و رویکردهای آموزش در تربیت‌بدنی»، «انگیزش شاگردان در تربیت‌بدنی»، «بدرفتاری‌های شاگردان و پاسخ‌های معلمان در کلاس‌های تربیت‌بدنی»، «سنجش یادگیری و پیشرفت و ثبت گزارش تربیت‌بدنی»، «نیازهای خاص آموزشی»، «تفکر و تصمیم‌گیری معلم تربیت‌بدنی»، «دانش‌آموزان با استعداد در تربیت‌بدنی»، «رهبری در تربیت‌بدنی»، «محتوای تربیت‌بدنی مدارس»

۳	روانشناسی آموزش تربیت بدنی	«ارتقاء سلامتی و آمادگی در طول عمر»، «ایجاد جو انگیزشی مثبت در تربیت بدنی و چگونگی اندازه‌گیری آن»، «هدف‌گزینی در تربیت بدنی»، «ارتقاء مهارت‌های اجتماعی برای زندگی»، «یادگیری اجتماعی و هیجانی در تربیت بدنی»، «توسعه گروهی در کلاس‌های تربیت بدنی»، «ارتقاء خودپنداره و مهارت‌های شناختی»، «ارتقاء خودپنداره و مهارت‌های شناختی»، «ارتقاء مهارت‌های حرکتی برای زندگی»، «ارتقاء مهارت‌های حرکتی برای کودکان و نوجوانان مدرسه»، «کنترل بینایی-حرکتی اکتساب مهارت»
۴	تدوین برنامه درسی تربیت بدنی	«تعریف برنامه درسی»، «نظریه‌های برنامه درسی»، «استانداردهای تربیت بدنی»، «طراحی برنامه درسی تربیت بدنی»، «مدل‌های برنامه درسی تربیت بدنی»، «اجرای برنامه درسی تربیت بدنی»، «اصول آموزش تربیت بدنی متناسب رشدی»، «سنجش و ارزیابی برنامه درسی تربیت بدنی»، «ابزار ارزیابی برنامه درسی تربیت بدنی»، «حفظ پویایی برنامه درسی»
۵	ارزشیابی آموزشی در تربیت بدنی	«مفاهیم»، «نظریه»، «فرایند آموزش-یادگیری و ارزشیابی در تربیت بدنی»، «ارزشیابی در تربیت بدنی: رویکردها، کاربرد، ابزار و تکنیک‌ها»، «بافت اجتماعی و فرهنگی ارزشیابی آموزشی در تربیت بدنی»، «ویژگی‌های یک آزمون خوب در تربیت بدنی»، «طراحی، آماده‌سازی و استانداردسازی آزمون»، «انواع آزمون‌ها در تربیت بدنی»، «ارزشیابی دانش‌آموزان، کارکنان و برنامه در تربیت بدنی»، «چالش‌های قدیم و جدید ارزشیابی در مدارس در تربیت بدنی»
۶	سمینار آموزش تربیت بدنی	«بررسی نقادانه مقاله‌های روزآمد و مجله‌های معتبر علمی مواد درسی گرایش آموزش تربیت بدنی»، «ارائه مقاله درباره موضوعات آموزش تربیت بدنی»
۷	رشد حرکتی در طول عمر	«کلیات رشد حرکتی»، «عوامل مؤثر بر رشد حرکتی»، «رشد جسمانی در طول عمر»، «رشد حرکات بنیادی: راه رفتن، دویدن، پریدن، پرتاب کردن، گرفتن، ضربه زدن با دست و پا»، «ورزش جوانان»، «حرکت در بزرگسالی»، «رشد ادراکی-حرکتی»، «رشد عملکرد حرکتی: قدرت، سرعت، استقامت، انعطاف‌پذیری»، «ارزیابی رشد حرکتی»

دروس انتخابی و سرفصل‌های اصلی آن در گرایش آموزش تربیت بدنی در جدول ۱۰-۱۲ معرفی شده است.

#### جدول ۱۰-۱۲. سرفصل و محتوای دروس انتخابی گرایش آموزش تربیت بدنی

ردیف	درس	سرفصل‌ها
۱	یادگیری حرکتی پیشرفته	«مقدمه‌ای بر یادگیری حرکتی»، «تفاوت‌های فردی»، «اندازه‌گیری عملکرد و یادگیری حرکتی»، «توجه و عملکرد»، «نظریه‌های رایج یادگیری حرکتی»، «مراحل یادگیری»، «انتقال یادگیری»، «توزیع و تغییرپذیری تمرین»، «بازخورد افزوده»
۲	کارورزی	«مشاهده و تحلیل محیط آموزشی و افراد تحت تعلیم»، «برنامه‌ریزی و تنظیم طرح درس با مشورت استاد راهنما»، «گزارش منظم مشاهدات و کارآموزش»، «تجربه نقش معلم یا مربی»، «کاربرد روش‌های علمی آموزش به صورت هدایت‌شده»، «ارتباط و بحث با استاد راهنما در تمام مراحل»، «خودسنجی»
۳	اصول و فلسفه تربیت بدنی و ورزش	«کلیات، تعریف، مؤلفه‌ها و انواع فلسفه و فلسفه تربیت بدنی و استدلال‌های فلسفی»، «ماهیت-ضرورت تربیت بدنی و ورزش»، «مکتب تربیتی: ایدئالیسم، رئالیسم، پراگماتیسم، اگزیستانسیالیسم و اسلام»، «رابطه بدن و روح: دوگانه‌گرایی و کل‌گرایی»، «ماهیت جامعه‌شناختی تربیت بدنی و

	ورزش»، «اهداف تربیت بدنی و ورزش»، «اخلاق ورزشی»، «ارزش‌شناسی تربیت بدنی و ورزش»، «تدوین فلسفه شخصی»	
۴	آزمایشگاه رفتار حرکتی	«مبانی نظری و تاریخیچه»، «اصول روش آزمایش در رفتار حرکتی»، «انواع مشاهده و مشکلات آن»، «سنجش، اجرا و یادگیری»، «ارزیابی کمی و کیفی رشد حرکتی در گروه‌های سنی مختلف»، «آشنایی با ابزار و آزمون‌های یادگیری، کنترل حرکتی و روان‌شناسی ورزش»، «آشنایی با پرسشنامه‌های حیطه رفتار حرکتی»، «آگاهی از چگونگی نگهداری و مراقبت از وسایل»، «مشکلات کاربرد روش آزمایشی در حیطه رفتار حرکتی»
۵	روان‌شناسی ورزشی	«مقدمه و تمرین روان‌شناسی ورزشی»، «افراد شرکت‌کننده در ورزش: شخصیت و ورزش، انگیزندگی، استرس و اضطراب»، «محیط ورزش و تمرین»، «فرایندهای گروهی»، «بهبود عملکرد»، «ارتقاء سلامت و بهزیستی روانی»، «تسهیل رشد روانی»
۶	فعالیت بدنی و آموزش تندرستی	«آموزش مبانی فعالیت بدنی، آمادگی جسمانی و تندرستی»، «عوامل اجتماعی اثرگذار بر تندرستی»، «اصول تغییر و اصلاح رفتار برای افزایش تندرستی»، «آموزش فعالیت بدنی و تندرستی در مدارس»، «مسائل مربوط به آموزش، ارزیابی و گزارش تربیت بدنی و تندرستی»، «ملاحظات فضای مربوط به تمرینات خطرناک»، «دستورالعمل‌های ورزش برای آمادگی جسمانی و تندرستی»، «دستورالعمل فعالیت بدنی برای: اطفال، کودکان، سالمندان، پیشگیری از چاقی و بیماری‌های قلب، زنان باردار و بیماری‌های مختلف»، «کنترل استرس»، «اعتیاد»

### ۱۰-۶. دوره دکتری رفتار حرکتی

برنامه رشته رفتار حرکتی دوره دکتری برای تربیت متخصصانی است که بتوانند با نوآوری در زمینه‌های علمی به آموزش، برنامه‌ریزی، اجرا، راهنمایی، تحلیل مشکلات و پژوهش در این شاخه از علم بپردازند و به‌طور مؤثر در محیط‌های علمی و حرفه‌ای عمل کنند. از دانش‌آموختگان این مقطع انتظار می‌رود به توانایی‌هایی به شرح جدول ۱۰-۱۳ دست یابند (کارگروه تخصصی علوم ورزشی، ۱۳۹۶).

جدول ۱۰-۱۳. توانایی مورد انتظار از دانش‌آموختگان مقطع دکتری رشته رفتار حرکتی

ردیف	توانایی اصلی	توانایی‌های اجرایی
۱	عمومی	الف) تحلیل وضعیت‌های مربوط به مسائل رفتار حرکتی
		ب) تحقیق و به‌کارگیری یافته‌ها در تدریس و یادگیری
		ج) توانایی تدریس دروس تخصصی رفتار حرکتی در مقاطع مختلف تحصیلی
		د) توانایی سرپرستی پایان‌نامه‌ها و پژوهش‌های مرتبط با رفتار حرکتی
۲	تخصصی	الف) تحلیل و ارزیابی حرکت انسان به‌منظور کمک به ارتقاء عملکرد حرکتی
		ب) تحلیل رشد حرکتی در طول عمر و تدوین و اجرای برنامه‌های مداخله‌ای مناسب برای رشد
		ج) به‌کارگیری اصول و نظریه‌های یادگیری برای کمک به آموزش بهتر مهارت‌های حرکتی و ورزشی
		د) به‌کارگیری اصول و نظریه‌های کنترل حرکتی برای کمک به کنترل حسی-حرکتی، هماهنگی و کنترل قامت در سنین مختلف

طول دوره دکتری چهار سال است و دروس این دوره اغلب جنبه نظری و پژوهش دارند. طول هر نیمسال تحصیلی ۱۶ هفته آموزشی و مدت هر واحد نظری ۱۶ ساعت است. تعداد کل واحدهای درسی دوره دکترای رشته رفتار حرکتی، ۳۶ واحد شامل «دروس تخصصی هشت واحد»، «دروس انتخابی ۱۰ واحد» و «رساله ۱۸ واحد» به شرح جدول ۱۰-۱۴ است. دانشجویانی که در دوره کارشناسی ارشد، تعداد واحدهای لازم درسی مربوطه را نگذرانده باشند یا از سایر رشته‌ها قصد تحصیل در این رشته را داشته باشند، با پیشنهاد مدیر گروه و تصویب گروه آموزشی و تأیید تحصیلات تکمیلی دانشکده موظف هستند واحدهای درسی کمبود خود را تا سقف ۱۲ واحد از بین دروس دوره کارشناسی ارشد رشته رفتار حرکتی انتخاب و با موفقیت بگذرانند (کارگروه تخصصی علوم ورزشی، ۱۳۹۶).

جدول ۱۰-۱۴. دروس تخصصی و انتخابی مقطع دکتری رشته رفتار حرکتی

ردیف	گروه درسی	درس‌ها
۱	تخصصی	«روش‌های پژوهش پیشرفته در رفتار حرکتی»، «روش‌های آماری پیشرفته در رفتار حرکتی»، «رشد حرکتی پیشرفته»، «یادگیری حرکتی پیشرفته»، «کنترل حرکتی پیشرفته»
۲	انتخابی (۱۵ درس و امکان انتخاب ۵ درس)	«آزمایشگاه رفتار حرکتی»، «تحلیل نظریه‌های رشد حرکتی»، «رشد جسمانی پیشرفته»، «مبانی عصب‌شناسی حرکت انسان»، «ادراک و حرکت»، «تحلیل نظریه‌های یادگیری و کنترل حرکتی»، «تحلیل مکانیکی حرکات انسان»، «قیود و هماهنگی در کنترل حرکتی»، «آموزش و یادگیری در تربیت بدنی»، «رشد و یادگیری حرکتی برای گروه‌های خاص»، «جنبه‌های روانی اجتماعی فعالیت بدنی»، «ارزیابی رشد حرکتی پیشرفته»، «مطالعه هدایت‌شده»، «سمینار»، «روان‌شناسی ورزشی کاربردی»

در انتهای دروس معرفی شده در برنامه درسی مصوب، در قالب تبصره اشاره شده است که «استاد راهنما می‌تواند حداکثر چهار واحد درسی از بین دروس مصوب دیگر رشته‌ها و گروه‌های آموزشی در آن دانشگاه یا مؤسسات آموزشی دیگر، پس از کسب مجوزهای لازم از دانشگاه به دانشجوی ارائه نماید».

سرفصل‌ها و محتوای تعیین شده برای دروس تخصصی مقطع دکتری رفتار حرکتی در جدول ۱۰-۱۵ معرفی شده است (کارگروه تخصصی علوم ورزشی، ۱۳۹۶).

جدول ۱۰-۱۵. سرفصل و محتوای دروس تخصصی مقطع دکترای رفتار حرکتی

ردیف	درس	سرفصل‌ها
۱	روش‌های پژوهش پیشرفته	«موضوعات معرفت‌شناختی»، «نمونه‌گیری»، «عوامل اثرگذار بر اعتبار بیرونی و درونی تحقیق»، «طرح‌های تحقیق رشدی»، «طرح‌های تحقیق آزمایشی»، «طرح و رویکردهای پژوهش کیفی»، «پژوهش ارزیابی»، «کنترل کیفیت در پژوهش»، «فرا تحلیل»، «اصول نگارش پروپوزال‌های پژوهشی»، «تدوین مقاله»، «مسائل اخلاقی و عملی وابسته به اجرا و انتشار پژوهش»
۲	روش‌های آماری پیشرفته در رفتار حرکتی	«تحلیل واریانس چندراهه»، «تحلیل کوواریانس»، «تحلیل واریانس چندمتغیری»، «تحلیل واریانس با اندازه‌های تکراری»، «رگرسیون چندگانه»، «تحلیل عاملی»، «مدل‌یابی معادله ساختاری»، «انتخاب روش آماری، تحلیل و تفسیر داده‌ها»
۳	رشد حرکتی پیشرفته	«کلیات»، «رشد دستگاه: عصبی، حسی»، «رشد شناختی-حرکتی»، «رشد ادراکی-حرکتی و خود ادراکی»، «رشد اجتماعی-حرکتی»، «نقش ادراک و عمل در رشد»، «مروری بر رشد حرکات

		ابتدایی، بنیادی، راه رفتن، دویدن، پریدن، پرتاب کردن، گرفتن، ضربه زدن با دست و پا، «ورزش - جوانان، حرکت در بزرگسالی و سالمندی»، «محدودیت‌های اجتماعی، فرهنگی، روان‌شناختی در رشد حرکتی»
۴	یادگیری حرکتی پیشرفته	«مقدمه و تاریخچه»، «نظریه‌های یادگیری حرکتی»، «توجه، پیش‌بینی، حافظه و فراموشی»، «شرایط تمرین»، «تغییرپذیری تمرین و تداخل زمینه‌ای»، «فرایند یادگیری»، «یادگیری مشاهده‌ای»، «یادگیری پنهان و آشکار»، «تدارک بازخورد برای یادگیری»، «یادداری و انتقال»
۵	کنترل حرکتی پیشرفته	«مفاهیم و نظریه‌ها»، «اندازه‌گیری کارکردها در کنترل حرکت: کینماتیک، کینتیک، نوروفیزیولوژیک»، «اساس مغز-رفتار»، «فیزیولوژی عصبی حرکات ارادی و غیرارادی»، «کنترل-بینایی حرکت»، «آسیب‌شناسی حرکت»، «روش‌های محاسباتی هماهنگی حرکات تک و چندمفصلی»، «مکانیزم‌های کنترلی حرکات کارکردی»، «هماهنگی از دیدگاه‌های مختلف»، «مجادلات جاری در تحقیقات علوم اعصاب حرکت»

سرفصل‌ها و محتوای تعیین شده برای دروس انتخابی مقطع دکتری رفتار حرکتی در جدول ۱۰-۱۶ معرفی شده است. از این فهرست تنها چهار درس به میزان ۱۰ واحد برای دوره انتخاب خواهد شد.

#### جدول ۱۰-۱۶. سرفصل و محتوای دروس انتخابی مقطع دکتری رفتار حرکتی

ردیف	درس	سرفصل‌ها
۱	آزمایشگاه رفتار حرکتی	«مبانی نظری و تاریخچه استفاده از ابزارهای آزمایشگاهی»، «اصول روش آزمایش در رفتار حرکتی»، «ابزارهای اندازه‌گیری کمی و کیفی در رفتار حرکتی»، «سنجش، اجرا و یادگیری»، «ارزیابی کمی و کیفی رشد حرکتی در گروه‌های سنی مختلف»، «آشنایی با ابزار و آزمون‌های رشد حرکتی، یادگیری و کنترل حرکتی، روان‌شناسی ورزش»، «معرفی ابزارهای جدید رفتار حرکتی»، «معرفی آزمون‌های رشدی مناسب با گروه‌های سنی مختلف و گروه‌های خاص»، «آشنایی با پرسشنامه‌های حیطه رفتار حرکتی»، «مشکلات کاربرد روش آزمایشی در حیطه رفتار حرکتی»
۲	تحلیل نظریه‌های رشد حرکتی	«بنیان‌های نظری رشد حرکتی»، «الگوهای فکری و تبدیل آن‌ها به رویکردهای رشد حرکتی»، «نقد و بررسی و بنیان‌ها»، «نظریه‌های سنتی رشد حرکتی»، «دیدگاه‌های بالیدگی ادراکی-حرکتی و توصیفی»، «دیدگاه‌های شناختی و پردازش اطلاعات»، «دیدگاه‌های بوم‌شناختی»، «نقد و بررسی نظریه‌های رشد حرکتی»، «نقد و بررسی مدل‌های رشد حرکتی»
۳	رشد جسمانی پیشرفته	«کلیات رشد جسمانی»، «مروری در نمو طول عمر: پیکری، جثه، ترکیب بدنی، استخوان، عضله و بافت چربی»، «فرایندهای بیولوژیکی رشد جسمانی»، «رشد جسمانی و سلامت»، «سلامت و آگاهی-بدنی»، «بالیدگی زیست‌شناختی: تغییرات در طول نوجوانی و بالیدگی»، «عوامل خطرزا در طول نمو و بزرگسالی»، «رشد حرکتی، حسی و ادراکی»، «ورزشکار جوان»، «روند عمومی نمو، بالیدگی و عملکرد»
۴	مبانی عصب‌شناسی حرکت انسان	«آناتومی کارکردی سیستم عصبی مرکزی»، «واحد‌های حرکتی»، «سیستم عصبی-عضلانی»، «دلالت-های کنترل حرکت»، «سیستم حسی حرکتی»، «مسائل کنترل حرکت»، «درجات آزادی»، «مغز و رفتار»، «یادگیری و حافظه»، «آسیب‌شناسی دستگاه عصبی»
۵	ادراک و حرکت	«احساس و ادراک و تمایز آن‌ها»، «ادراک بینایی و ادراک شنوایی»، «ادراک حرکت: پدیده فای»، «ادراک مستقیم و حرکت: نظریه گیبسون»، «فرایندهای ادراکی: بازشناسی، مکان‌یابی و نیت»

	ادراکی»، «انواع خطاهای ادراکی»، «نقش شناخت در عمل»، «راهبردهای جستجوی بصری در فعالیت»	
۶	تحلیل نظریه‌های یادگیری و کنترل حرکتی	«مروری بر نظریه‌های قدیم یادگیری و کنترل حرکتی»، «نظریه‌ها و مدل‌های پردازش اطلاعات و نقد آن‌ها»، «نظریه حلقه‌بسته: محدودیت‌ها و شواهد متناقض»، «نظریه طرحواره: اشکال مهارت خاص یا برجسته»، «دیدگاه‌های شناختی»، «نظریه‌های روان‌شناسی بوم‌شناختی»، «نظریه نظام‌های پویا و نقد آن‌ها»، «دیدگاه سلسله‌مراتبی»
۷	تحلیل مکانیکی حرکات انسان	«کلیات»، «تحلیل حرکات»، «ارزیابی و تفسیر حرکات»، «بیومکانیک و ارتباط آن با فیزیولوژی و آناتومی»، «پردازش علامت»، «کینماتیک»، «کیتیک»، «تن سنجی»، «بیومکانیک عضله و مفصل»، «ترکیب حرکات انسان»، «بیومکانیک همکوشی حرکات انسان»
۸	قیود و هماهنگی در کنترل حرکتی	«اکتساب مهارت و دیدگاه مبتنی بر قیود»، «قیود جسمانی هماهنگی: سیستم‌های پویا»، «قیود اطلاعاتی در هماهنگی: نظریه بوم‌شناختی»، «بازتعریف یادگیری مبتنی بر قیود»، «درک اکتساب پویایی مهارت»، «تفاوت‌های فردی»، «سازمان‌دهی تمرین برای بهینه‌سازی یادگیری»، «به‌کارگیری راهنمایی کلامی»، «یادگیری مشاهده‌ای به‌عنوان جستجوی هدایت‌شده»، «به‌کارگیری دیدگاه مبتنی بر قیود: مطالعات موردی»
۹	آموزش یادگیری در تربیت بدنی	«یادگیری و عوامل اثرگذار بر یادگیری»، «یادگیری آموزش تربیت‌بدنی»، «برنامه‌ریزی و طراحی تجربیات و تکلیف یادگیری»، «توجه به نیازهای شاگردان مختلف برای یادگیری»، «یادگیری و محدودیت‌های اجتماعی جنس در ورزش و تربیت‌بدنی»، «یادگیری و تربیت‌بدنی افراد معلول»، «استفاده از برنامه آموزشی برای افزایش یادگیری در تربیت‌بدنی»، «نگرش، شناخت و انگیزش شاگردان در کلاس‌های تربیت‌بدنی»، «توسعه و حفظ محیط یادگیری»، «ارزیابی فرایند آموزش و یادگیری»، «تربیت‌بدنی مربوط به سلامتی و آموزش ورزش در تربیت‌بدنی»، «یادگیری حرفه‌ای برای معلمان تربیت‌بدنی»
۱۰	رشد و یادگیری حرکتی برای گروه‌های خاص	«آشنایی با گروه‌های خاص»، «رفتار حرکتی در افراد با نیازهای خاص»، «مداخلات در تحقیقات رفتار حرکتی در آموزش ویژه»، «انتخاب و اجرای آزمون‌های رفتار حرکتی در گروه‌های خاص»، «مراحل مداخله در رفتار حرکتی افراد با نیازهای خاص»، «ابزارها، روش‌ها و پروتکل‌های پژوهشی در رفتار حرکتی و کاربرد آن‌ها در آموزش ویژه»، «قیود محیطی، فردی و تکلیف در یادگیری و کنترل حرکتی افراد با ناتوانی‌های مختلف»، «تدوین و ارزیابی برنامه‌های متناسب با رشد و یادگیری در افراد با ناتوانی‌های مختلف»، «ملاحظات اخلاقی و روان‌شناختی در آموزش مهارت‌ها به افراد با نیازهای خاص»
۱۱	جنبه‌های روانی- اجتماعی فعالیت بدنی	«فعالیت بدنی و حالات روانی در طول عمر»، «ورزش و رشد شخصیت»، «رشد عزت‌نفس و فعالیت»، «انگیزه و فعالیت بدنی»، «سازگاری روانی با ورزش»، «اثر فعالیت حرکتی بر سازگاری و پذیرش اجتماعی»، «تسهیل اجتماعی»، «نگرش و تمرین»
۱۲	ارزیابی رشد حرکتی پیشرفته	«موضوعات اساسی در سنجش رشد حرکتی»، «انتخاب ابزار سنجش مناسب: روابی، پایایی اندازه-گیری، عینیت، هنجار و امثال آن»، «انتخاب و اجرای آزمون‌ها: شناسایی نوع تصمیم، شناسایی مشارکت بی‌نظیر کودک، شناسایی ابعاد تربیت‌بدنی و امثال آن»، «مروری بر سطوح سنجش مهارت حرکتی: حرکات مقدماتی، بنیادی، اختصاصی و ورزشی، سنجش رشد و عملکرد حرکتی، سنجش

		آمادگی جسمانی، سنجش رشد ادراکی - حرکتی»، «سنجش رفتار و کارآمدی اجتماعی بازی»، «سنجش کودک با رفتارهای چالشی»، «کارآمدی اجتماعی، خودانگاره، نگرش»، «اندازه‌گیری‌های روان‌شناختی در کودکی و نوجوانی»، «آزمون‌های غربالی، گزارش آزمون نوباوه، الگوهای پایه و کارآمدی حرکتی»، «تفسیر داده‌های سنجشی و تصمیم‌سازی»
۱۳	مطالعات هدایت‌شده	«تدوین پیشینه پژوهشی در موضوع مورد نظر استاد راهنما در راستای رساله»، «یافتن شکاف‌های علمی در موضوع مرتبط با رساله»، «آموزش روش‌های خاص آزمایشگاهی احتمالی مورد نیاز رساله»، «آموزش با تقویت دانش دانشجویان در یک موضوع علمی خاص مرتبط با رساله»
۱۴	سمینار	«بررسی نقادانه مقاله‌های روزآمد و مجله‌های معتبر علمی مواد درسی رشد حرکتی»، «بررسی نقادانه مقاله‌های روزآمد و مجله‌های معتبر علمی مواد درسی یادگیری حرکتی»، «بررسی نقادانه مقاله‌های روزآمد و مجله‌های معتبر علمی مواد درسی کنترل حرکتی»، «ارائه سخنرانی درباره موضوع موردعلاقه»، «ارائه چالش‌های موجود در حوزه علمی، اجتماعی و کاربردی»
۱۵	روان‌شناسی ورزشی کاربردی	«اهداف و حیطه‌های فعالیت روان‌شناسی ورزش»، «انگیزش در ورزش و فعالیت بدنی»، «هدف-گزینی و تأثیر آن در ارتقاء عملکرد ورزشی»، «ارتباط استرس، اضطراب و انگیزش با عملکرد ورزشی»، «مهارت‌های ذهنی و عملکرد ورزشی»، «تعامل جنس، سن و فرهنگ با رفتار و عملکرد در تیم‌های ورزشی»، «کاربرد روان‌شناسی در ورزش‌های تیمی»، «نظریه‌های روان‌شناختی تبیین-کننده شرکت در فعالیت بدنی و ورزش»، «جنبه‌های روان‌شناختی آسیب‌های ورزشی»، «ملاحظات اخلاقی در روان‌شناسی ورزشی»

### خلاصه

در علوم ورزشی گرایش «رفتار حرکتی»، خود دارای گرایش‌های متعدد تخصصی‌تری است. در ایران به‌جز برخی رشته‌های تخصصی در دانشگاه‌های جامع علمی-کاربردی و سپس فنی حرفه‌ای و مقاطع ناپیوسته، در سایر دانشگاه و در مقطع کارشناسی پیوسته، گرایش «رفتار حرکتی» وجود ندارد. اما در مقطع کارشناسی ارشد سه گرایش «رشد حرکتی، یادگیری و کنترل حرکتی و آموزش تربیت بدنی» وجود دارد. در مقطع دکتری نیز «رفتار حرکتی» به شکل عمومی مطرح می‌شود و دانشجوی دکتری باید با مطالعات هدایت‌شده و به‌ویژه رساله دکتری تخصص اصلی خود در «رفتار حرکتی» را مشخص کند.

### فعالیت‌هایی برای یادگیری

- درباره انواع گرایش‌های رفتار حرکتی مطالعه کنید و آن‌ها را با توجه به علایق خود اولویت‌بندی کنید.
- با چند متخصص رفتار حرکتی اولویت‌های خود را با توجه به شرایط و ظرفیت‌ها به شور بگذارید و جمع‌بندی خود را به‌صورت یک مقاله نقد و تحلیلی درباره گرایش‌ها بنویسید.

# روان شناسے ورزشے

هدف کلی: آشنایی با رشته روان شناسی ورزشی

اهداف فصل:

- آشنایی با مبانی شکل گیری رشته روان شناسی
- آشنایی با دوره کارشناسی ارشد رشته روان شناسی ورزشی
- آشنایی با دوره دکتری رشته روان شناسی ورزشی



## مقدمه

رشته روان‌شناسی ورزشی به مطالعه رفتار و فرایندهای ذهنی در ورزش تأکید دارد. در این فصل به معرفی این رشته دانشگاهی پرداخته می‌شود.

## ۱-۱۱. مبانی شکل‌گیری رشته روان‌شناسی ورزشی

روان‌شناسی ورزشی، مطالعه عوامل ذهنی و روانی است که مشارکت در ورزش، تمرین و فعالیت بدنی را تحت تأثیر قرار می‌دهند یا به وسیله آن‌ها تحت تأثیر قرار می‌گیرند. رشته روان‌شناسی ورزشی یک تخصص علمی و دانشگاهی در مجموعه علوم ورزشی است. این تخصص عوامل روانی تأثیرگذار و تأثیرپذیر از فعالیت بدنی، تمرین و ورزش را مطالعه می‌کند و آن‌ها را برای افزایش سلامت روانی و بهتر کردن عملکرد فرد و تیم به کار می‌برد. این رشته از سویی به کاربرد اصول و یافته‌های روان‌شناسی در ورزش می‌پردازد و از سوی دیگر به بهتر شدن کارایی ورزشکاران از طریق آموزش مهارت‌های روانی نظر دارد. این علم از دستاوردهای سایر حوزه‌های علمی بهره گرفته و نتایج آن را در زمینه‌های آموزشی و پژوهشی مورداستفاده قرار می‌دهد. این رشته همان‌طور که در فصول قبل اشاره شد در ایران در مقطع کارشناسی ناپیوسته دانشگاه جامع علمی-کاربردی و مقاطع کارشناسی‌ارشد و دکتری دانشگاه‌های مختلف دانشجوی می‌پذیرد.

## ۱-۱۱-۲. دوره کارشناسی‌ارشد روان‌شناسی ورزشی در ایران

هدف از تأسیس دوره کارشناسی‌ارشد رشته روان‌شناسی ورزشی، تربیت افراد متعهد و متخصص در روان‌شناسی ورزشی است تا بتوانند به پژوهش، آموزش، برنامه‌ریزی، راهنمایی و تحلیل مشکلات در این شاخه از علم بپردازند و با نوآوری در زمینه‌های علمی و پژوهشی در پیشرفت و گسترش مرزهای دانش گام بردارند. از دانش‌آموختگان کارشناسی‌ارشد رشته روان‌شناسی ورزشی انتظار می‌رود که به یک مجموعه توانایی‌هایی به شرح جدول ۱-۱۱ دست یابند (کمیته برنامه‌ریزی علوم ورزشی، ۱۳۹۳).

## جدول ۱-۱۱. توانایی‌های عمومی مورد انتظار از دانش‌آموختگان انواع گرایش‌های کارشناسی‌ارشد روان‌شناسی ورزشی

ردیف	توانایی
۱	ارائه مشاوره و راهنمایی روان‌شناختی به معلمان تربیت‌بدنی، ورزشکاران و مربیان ورزش
۲	آموزش مهارت‌های ذهنی به مربیان و ورزشکاران
۳	استفاده از آزمون‌های روان‌شناسی برای سنجش مهارت‌های ذهنی ورزشکاران
۴	همکاری در طراحی و انجام تحقیقات روان‌شناسی ورزشی به منظور شناخت شیوه‌های افزایش مهارت‌های روانی
۵	همکاری در تحلیل روان‌شناختی رویدادهای ورزشی
۶	همکاری در طراحی و انجام تحقیقات روان‌شناسی ورزشی به منظور شناخت ویژگی‌های روانی ورزشکاران و اثرات روان‌شناختی فعالیت‌های ورزشی
۷	کمک به امر استعدادیابی ورزشکاران از بعد روان‌شناسی

طول دوره دو سال، طول هر نیمسال ۱۶ هفته آموزش و مدت هر واحد نظری ۱۶ ساعت و درس عملی آزمایشگاهی ۳۲ ساعت است. تعداد کل واحدهای درسی ۳۲ واحد درس شامل «۲۰ واحد دروس تخصصی»، «شش واحد دروس انتخابی» و «شش واحد پایان‌نامه» است. دانشجویانی که در دوره کارشناسی، تعداد واحدهای لازم درسی را نگذرانده باشند یا از سایر رشته‌ها آمده باشند، باید واحدهای درسی کمبود خود را بین هشت تا ۱۲ واحد با نظر مدیرگروه بگذرانند. دانشجویان دو درس «رایانه پیشرفته» و «زبان تخصصی» را می‌گذرانند اما جزو جمع دروس محاسبه نخواهد شد. «درس شش واحدی پایان‌نامه» نیز یک پروژه پژوهشی در حوزه تخصصی مربوطه است که دانشجویان بعد از گذراندن موفقیت‌آمیز ۲۶ واحد (علاوه بر دروس جبرانی احتمالی) قابل اخذ خواهد بود. ضمن اینکه برخی دانشگاه‌ها که مجوز برگزاری دوره‌های آموزش محور داشته باشند، به جای شش واحد پایان‌نامه از دروس نظری جایگزین مشخص شده استفاده خواهند کرد. باین حال «دروس تخصصی و انتخابی» در دو مورد رایج و اختصاصی دانشگاه تهران به شرح جدول ۱۱-۲ معرفی شده‌اند.

جدول ۱۱-۲. دروس «تخصصی» و «انتخابی» کارشناسی ارشد رشته روان‌شناسی ورزشی

ردیف	نوع	درس‌ها
۱	مصوب ۹۳ رایج	الف) تخصصی: «روش‌های آماری در روان‌شناسی ورزشی»، «روش‌های تحقیق در روان‌شناسی ورزشی»، «نظریه‌های مشاوره و روان‌درمانی»، «اصول روان‌شناسی ورزشی»، «روان‌شناسی و عملکرد ورزشی»، «مسائل بالینی در روان‌شناسی ورزشی»، «روان‌سنجی در ورزش»، «سمینار در روان‌شناسی ورزشی»، «روان‌شناسی رشد پیشرفته»، «کارورزی»
		ب) انتخابی: «عصب‌شناسی روانی»، «اخلاق و ملاحظات حرفه‌ای در روان‌شناسی ورزشی»، «روان‌شناسی شخصیت در ورزش»، «ملاحظات روان‌شناختی ورزش کودکان و نوجوانان»، «سلامت روانی ورزش»، «روان‌شناسی اجتماعی در ورزش»، «روان‌شناسی در منابع اسلامی»
۲	مصوب ۹۶ دانشگاه تهران	الف) تخصصی: «روش‌های آماری در روان‌شناسی ورزشی»، «روش‌های تحقیق در روان‌شناسی ورزشی»، «نوروساینس و حرکت»، «اصول روان‌شناسی ورزشی»، «استرس و عملکرد ورزشی»، «روان‌شناسی توانبخشی و آسیب‌های ورزشی»
		ب) انتخابی: «آزمون‌های کاربردی در روان‌شناسی ورزشی»، «سمینار در روان‌شناسی ورزشی»، «کارورزی»، «روان‌شناسی ورزشی برای مربیان»، «اخلاق و ملاحظات حرفه‌ای در روان‌شناسی ورزشی»، «روان‌شناسی شخصیت در ورزش»، «ملاحظات روان‌شناسی ورزش در کودکان و نوجوانان»، «سلامت روانی و ورزش»

در دوره رایج گذراندن سه درس از دروس انتخابی با توجه به داشتن استاد و امکانات دانشکده یا گروه، بنا بر تشخیص گروه الزامی است.

### ۱۱-۳. کارشناسی ارشد روان‌شناسی ورزشی با الگوی رایج (مصوب ۱۳۹۳)

دروس تخصصی و سرفصل‌های آن در جدول ۱۱-۳ معرفی شده است (کمیته علوم ورزشی، ۱۳۹۳).

جدول ۱۱-۳. سرفصل و محتوای دروس تخصصی کارشناسی ارشد روان‌شناسی ورزشی مصوب ۱۳۹۳

ردیف	درس	سرفصل‌ها
۱	روش‌های آماری در روان‌شناسی ورزشی	«مفاهیم اندازه‌گیری، انواع مقیاس‌ها، انواع جدول، نمایش داده‌ها، اندازه‌گیری شاخص‌ها و تغییرات پیشرفت، شاخص‌های گرایش مرکزی، منحنی طبیعی، انحراف معیار، واریانس، اندازه‌گیری پیشرفت نسبی، درصدها، نمره‌ها، نمره‌های معیار مانند زد، سیگما، هال و تی»، «اندازه‌گیری روابط: ضریب همبستگی پیرسن، اسپیرمن و کندال»، «آماراستنباطی: انواع نمونه‌گیری، تدوین و آزمون فرضیه، معنی‌داری آماری، خطای نوع اول و

	دوم، انواع متغیرها، پیش فرض‌های آزمون‌های استنباطی، آمار پارامتریک و ناپارامتریک»، «انتخاب آزمون آماری مناسب: رگرسیون خطی و پیش‌بینی، مقایسه میانگین‌ها با استفاده از آزمون‌های تی و اف، آزمون‌های تعقیبی»، «آزمون ناپارامتریک»	
۲	«مفاهیم اولیه تحقیق در روان‌شناسی ورزشی، روش‌های علمی و غیرعلمی، استدلال قیاسی و استقرایی، تحقیق بنیادی و کاربردی، روایی درونی و بیرونی، متغیرهای مستقل و وابسته»، «اخلاق در تحقیقات روان‌شناسی ورزشی: دستورالعمل‌ها، رضایت آگاهانه، محرمانه بودن، حریم خصوصی، رفتار شایسته، آگاهی از نتایج، کمیته اخلاق و شورای داوری»، «مفاهیم اندازه‌گیری: روایی، پایایی، خطای اندازه‌گیری، کنترل عوامل تهدیدکننده»، «طرح‌های آزمایشی حقیقی، نیمه و شبه‌آزمایشی»، «طرح‌های توصیفی همبستگی و پیمایشی»، «روش‌های تحقیق کیفی: مطالعات موردی، گروه‌های متمرکز، گروه اسمی، تحلیل محتوا»، «کنترل کیفی: درونی و بیرونی، سنجش کیفیت تحقیق، تفسیر و تلخیص تحقیق، کاربرد تحقیق»، «نگارش تحقیق: منابع قابل‌استفاده، نگارش پیشنهادیه تحقیق، محتوای فصول پایان‌نامه، نکات مربوط به نگارش خوب و خطاهای نگارش»	روش‌های تحقیق در روان‌شناسی ورزشی
۳	«تعریف، ماهیت و لزوم مشاوره و روان‌درمانی»، «نظریه‌ها و شیوه‌های مربوط به مشاوره و روان‌درمانی: مهارت‌های پایه»، «نظریه‌های درمان روان‌کاوی: روان‌کاوی کلاسیک، روان‌کاوی جدید، کاربرد روان‌کاوی در ورزش»، «نظریه تحلیل تبدیلی، نظریه درمان مراجع-محوری، نظریه درمان‌های وجودی، نظریه درمان عقلانی-عاطفی، نظریه رفتاردرمانی، نظریه شناخت‌درمانی، نظریه گشتالت‌درمانی، نظریه واقعیت‌درمانی، کاربرد نظریه‌ها در ورزش»، «گروه‌درمانی، زوج‌درمانی و خانواده‌درمانی، درمان چندوجهی»، «موضوعات رایج در مشاوره و روان‌درمانی»	نظریه‌های مشاوره و روان‌درمانی
۴	«کلیات»، «بررسی‌های شخصیت، انگیزش و توجه در ورزش»، «انگیختگی، استرس و اضطراب در ورزش»، «روان‌شناسی اجتماعی ورزشی: خشونت، تسهیل اجتماعی، همبستگی تیمی، رهبری و ارتباطات در ورزش»، «روان‌شناسی تمرین و فعالیت‌های بدنی، فعالیت جسمانی و ارتقاء سلامت، پایبندی به ورزش»، «تندرستی و بهزیستی ورزشکاران: واحوردگی، روان‌شناسی آسیب‌دیدگی در ورزش، تحولات زندگی ورزشی و بازنشستگی ورزشکاران، روان‌شناسی سوء مصرف مواد و دوپینگ در ورزش»، «آشنایی با مهارت‌های ذهنی: ویژگی‌های عملکرد مالی، هدف‌گزینی، تنظیم انگیزتگی، تصویرسازی، کنترل تمرکز و اعتمادبه‌نفس»	اصول روان‌شناسی ورزشی
۵	«عوامل روانی مؤثر در عملکرد ورزشی»، «نقش هدف‌گزینی در عملکرد عالی و روش‌های هدف‌گزینی مؤثر»، «رابطه انگیزتگی و عملکرد و روش‌های تعدیل آن برای عملکرد مطلوب»، «سازوکارهای تصویرسازی و کاربرد آن در ارتقاء عملکرد»، «روش‌های شناختی افزایش اعتمادبه‌نفس»، «تمرکز و روش‌های هدایت آن برای عملکرد بهینه»، «مراحل و شیوه‌های برنامه‌ریزی و اجرای برنامه‌های آمادگی روانی»، «مداخلات روانی برای تندرستی و بهزیستی ورزشکاران: سوء استفاده از مواد، واحوردگی و تمرین‌زدگی، آسیب‌دیدگی، تحولات زندگی ورزشی، شرکت‌کنندگان در فعالیت‌های جسمانی سلامت‌بخش»، «سازوکارهای افزایش همبستگی تیمی»	روان‌شناسی و عملکرد ورزشی
۶	«تعریف روان‌شناسی بالینی، حرفه‌های مرتبط با سلامت روانی، تخصص‌های روان‌شناسی بالینی، تاریخچه و مباحث فعلی روان‌شناسی بالینی در ورزش، تاریخچه حوزه در ایران و خارج، مدل‌های آموزش، فعالیت حرفه‌ای، مسائل و معیارهای اخلاقی»، «تعریف رفتار نابهنجار، رفتارهای نابهنجار رایج در ورزش، نشانه‌ها و علائم شاخص اختلالات روانی، نظام‌های طبقه‌بندی، علل رفتار نابهنجار و اختلالات روانی»، «مصاحبه بالینی: انواع مصاحبه از نظر هدف، گزارش روان‌پزشکی، انواع مصاحبه از نظر ساختار، اصول مصاحبه بالینی، انواع مصاحبه رایج در ورزش»، «سنجش بالینی، انواع مصاحبه رایج در ورزش»، «سنجش هوش، سنجش شخصیت، سنجش رفتاری، سنجش‌های رایج در ورزش»، «قضاوت بالینی: فرایند و دقت، بهبود قضاوت و تفسیر، ارتباط، گزارش بالینی»، «استرس و شیوه‌های مقابله: نشانه‌های استرس، رویکردهای	مسائل بالینی در روان‌شناسی ورزشی

		موجود در استرس، روش‌های رویارویی و همبسته‌های آن، منابع استرس در ورزش»، «ورزش حرفه‌ای و بهداشت روانی: ماهیت ورزش حرفه‌ای، سندروم تمرین مفرط، آسیب‌دیدگی و پیامدهای آن، بازنشستگی و پیامدهای آن»، «اختلالات شایع در ورزشکاران حرفه‌ای: اختلالات اضطرابی، اختلالات خلقی، اختلالات خوردن، اختلالات شخصیت، سوءاستفاده از مواد، اختلالات کنترل تکانه یا قمار مرضی، اختلالات روان‌تنی، سایر اختلالات»
۷	روان‌سنجی در ورزش	«تاریخچه آزمون‌های روانی و انواع آزمون‌های روان‌شناسی در ورزش»، «شناخت آزمون‌های روانی رایج در ورزش و آزمون‌های ویژه روان‌شناسی ورزشی»، «واحدهای اندازه‌گیری، ثبات و خطای معیار اندازه‌گیری»، «خصوصیات آماری سؤالات و آزمون‌ها و نحوه نمره‌گذاری آزمون‌های رایج در روان‌شناسی ورزشی»، «تمرین اجرای آزمون‌های رایج در روان‌شناسی ورزشی»، «کاربرد و نحوه امتیازدهی آزمون‌های مهارت‌های روانی»، «نکات اساسی در تحلیل آزمون‌های روان‌شناسی ورزشی»
۸	سمینار در روان‌شناسی ورزشی	«بازبینی و مرور تحقیقات معاصر در زمینه روان‌شناسی ورزشی»، «بررسی و مطالعه سیر تحول مسائل موردتوجه در روان‌شناسی ورزشی»
۹	روان‌شناسی رشد پیشرفته	«نظریه و پژوهش در رشد انسان»، «مبانی رشد: مبانی زیستی-محیطی، رشد پیش‌از تولد، تولد و نوزادی»، «نوباوگی و نوپایی: دو سال اول زندگی، رشد جسمانی و شناختی و هیجانی و اجتماعی در این دوران»، «اوایل کودکی: ۲ تا ۶ سالگی با تأکید بر رشد جسمانی، شناختی، هیجانی و اجتماعی»، «اواسط کودکی: ۶ تا ۱۱ سالگی با تأکید بر انواع رده‌ها»، «نوجوانی: انتقال به بزرگسالی با تأکید بر انواع رده‌ها»، «اوایل بزرگسالی: یا جوانی با تأکید بر انواع رده‌ها»، «میان‌سالی: ۴۰ تا ۶۰ سال با تأکید بر انواع رده‌ها»، «کهن‌سالی: ۶۰ به بالا با تأکید بر انواع رده‌ها»، «پایان زندگی: مرگ، مردن و داغ‌دیدگی»
۱۰	کارورزی	«دانشجو تحت نظر استاد راهنما میزان ۱۲۸ ساعت مفید به ارائه مشاوره روان‌شناختی می‌پردازد. این کارورزی تحت ضوابط کارورزی‌های رایج در روان‌شناسی و مشاوره انجام می‌شود»، «در مرحله اول، دانشجو در کنار استاد، در جلسات مشاوره شرکت می‌کند و پس از مشاوره یادداشت‌های خود را با استاد به بحث می‌گذارد»، «در مرحله بعدی، دانشجو به تنهایی مشاوره می‌کند. پیش از مشاوره دانشجو چارچوب پیشنهادی ساختار مشاوره و پس‌از آن گزارش خود را به استاد تقدیم می‌کند.»

دروس انتخابی و سرفصل‌های اصلی آن در جدول ۱۱-۴ معرفی شده است.

#### جدول ۱۱-۴. سرفصل و محتوای دروس انتخابی کارشناسی‌ارشد روان‌شناسی ورزشی مصوب ۱۳۹۳

ردیف	درس	سرفصل‌ها
۱	عصب‌شناسی روانی	«درآمدی بر سیستم عصبی»، «واحدها و ارتباطات سیستم عصبی»، «سازمان سیستم عصبی مرکزی و محیطی»، «آناتومی و فیزیولوژی عصبی هیجان»، «عصب‌شناسی یادگیری حرکتی»، «سیستم عصبی و شخصیت»، «پایه‌های عصبی انگیزندگی، استرس و اضطراب»، «عصب‌شناسی افسردگی»، «پایه‌های عصبی پرخاشگری»، «مسیرهای عصبی درد و روحیه مقاومت»
۲	اخلاق و ملاحظات حرفه‌ای در روان‌شناسی ورزشی	«مقدمه، ضرورت ضوابط اخلاقی و حرفه‌ای برای روان‌شناسی ورزشی و منابع دینی، قانونی و عرفی آن»، «ملاحظات اخلاقی در حکمت اسلامی و ایرانی»، «نقش‌ها، وظایف و هدف‌های حرفه‌ای روان‌شناسی ورزشی»، «ساختارها و سازمان‌های رشته روان‌شناسی ورزشی و نظام‌های اعتباردهی»، «معیارهای قانونی و اخلاقی حرفه در مشاوره، آموزش و پژوهش»، «اصول پایه: شایستگی حرفه‌ای، صداقت، مسئولیت حرفه‌ای و علمی، احترام به حقوق و حفظ حرمت مردم، اهمیت دادن به تندرستی دیگران، مسئولیت اجتماعی»، «معیارهای اخلاقی عمومی مانند ارتباطات علمی و حرفه‌ای، توجه به تفاوت‌های فردی، سوءاستفاده، تفاوت‌های فرهنگی، تضاد و تعارض، تضاد نقش‌ها و ارتباطات چندگانه و دستمزد»

۳	روانشناسی شخصیت در ورزش	«مقدمه و تعاریف شخصیت و سابقه مطالعه شخصیت و تفاوت‌های فردی در ورزش»، «نظریه‌های شخصیت: رویکرد روان‌پویشی یا روان‌کاوی، رویکرد یادگیری اجتماعی، رویکرد انسان‌گرا و رویکرد صفات»، «ارزیابی و سنجش شخصیت و ویژگی‌های آزمون‌های پرکاربرد»، «سنجش شخصیت در ورزش: آزمون‌های ویژه ورزشکاران»، «خودپنداره، عزت‌نفس، خودباوری خویش‌جسمانی و بررسی آن‌ها در ورزش»، «شخصیت و عملکرد ورزشی: نقش شرکت در ورزش و شخصیت، شخصیت ورزشی و میزان مهارت، شخصیت زنان ورزشکار»، «نقش مشارکت ورزش در رشد شخصیت»
۴	ملاحظات روان‌شناختی ورزش کودکان و نوجوانان	«انگیزش مشارکت ورزشی و پایبندی به ورزش در دوران کودکی و نوجوانی»، «فرایند انتخاب رشته ورزشی در دوران کودکی و نوجوانی»، «مشارکت ورزشی و رشد دوران کودکی و نوجوانی»، «ظرفیت توجه و فرایندهای حافظه و ورزش در دوران کودکی و نوجوانی»، «رشد شناختی و مشارکت ورزشی»، «رشد اجتماعی و مشارکت ورزشی»، «رشد اجتماعی و مشارکت ورزشی در کودکان و نوجوانان»، «رشد روانی - و حرکتی و مشارکت ورزشی کودکان و نوجوانان»، «شخصیت و ورزش در دوران کودکی و نوجوانی»، «دختران و رشد اجتماعی در ورزش»، تأثیر مربی بر رشد اجتماعی»
۵	سلامت روانی و ورزش	«سلامت روانی»، «فعالیت بدنی و ورزش»، «منافع روان‌شناختی فعالیت بدنی»، «تأثیرات ورزش در رشد شخصیت و سازگاری اجتماعی»، «ورزش و سلامت روانی زنان، معلولان»، «سلامت روانی کودکان و نوجوانان و ورزش»، «ورزش و سلامت روانی سالخورده‌گان»، «ورزش و درمان اختلالات روانی»، «فعالیت بدنی و مشکلات بهداشت روانی»
۶	روانشناسی اجتماعی در ورزش	«اجتماعی شدن از طریق ورزش»، «روابط در ورزش»، «رهبری مربی و پویایی‌های گروه»، «جو انگیزشی»، «فرایندهای اجتماعی و شناختی کلیدی در ورزش»، «ورزشکار در محیط‌های ورزشی وسیع‌تر»، «پرخاشگری در ورزش»
۷	روانشناسی در منابع اسلامی	«روح و نفس و تفاوت آن‌ها»، «رابطه روح و نفس با عقل و قلب»، «رابطه روان و جسم»، نظرات کندی، ابن سینا، فارابی، خواجه نصیر طوسی، ملاصدرا، شهاب‌الدین سهروردی، غزالی و ابن عربی درباره نفس»، «مقایسه کلی موارد گفته شده در روان‌شناسی جدید و قدیم با اسلام»

#### ۱۱-۴. کارشناسی ارشد روان‌شناسی ورزشی مصوب دانشگاه تهران ۱۳۹۶

دروس تخصصی و سرفصل‌های اصلی آن در جدول ۱۱-۵ معرفی شده است (کارگروه تخصصی علوم ورزشی، ۱۳۹۶).

#### جدول ۱۱-۵. سرفصل و محتوای دروس تخصصی روان‌شناسی ورزشی (مصوب ۱۳۹۶ دانشگاه تهران)

ردیف	درس	سرفصل‌ها
۱	روش‌های آماری در روان‌شناسی ورزشی	«مفاهیم اندازه‌گیری، انواع مقیاس‌ها، انواع جدول، نمایش داده‌ها، اندازه‌گیری شاخص‌ها و تغییرات پیشرفت، شاخص‌های گرایش مرکزی، منحنی طبیعی، انحراف معیار، واریانس، اندازه‌گیری پیشرفت نسبی، درصدها، نمره‌ها، نمره‌های معیار مانند زد، سیگما، هال و تی»، «اندازه‌گیری روابط: ضریب همبستگی پیرسن، اسپیرمن و کندال»، «آماراستنباطی: انواع نمونه‌گیری، تدوین و آزمون فرضیه، معنی‌داری آماری، خطای نوع اول و دوم، انواع متغیرها، پیش‌فرض‌های آزمون‌های استنباطی، آمار پارامتریک و ناپارامتریک»، «انتخاب آزمون آماری مناسب: رگرسیون خطی و پیش‌بینی، مقایسه میانگین‌ها با استفاده از آزمون‌های تی و اف، آزمون‌های تعقیبی»، «آزمون ناپارامتریک»
۲	روش‌های تحقیق در روان‌شناسی ورزشی	«مفاهیم اولیه تحقیق در روان‌شناسی ورزشی، روش‌های علمی و غیرعلمی، استدلال قیاسی و استقرایی، تحقیق بنیادی و کاربردی، روایی درونی و بیرونی، متغیرهای مستقل و وابسته»، «اخلاق در تحقیقات

	روان‌شناسی ورزشی: دستورالعمل‌ها، رضایت آگاهانه، محرمانه بودن، حریم خصوصی، رفتار شایسته، آگاهی از نتایج، کمیته اخلاق و شورای داوری»، «مفاهیم اندازه‌گیری: روایی، پایایی، خطای اندازه‌گیری، کنترل عوامل تهدیدکننده»، «طرح‌های آزمایشی حقیقی، نیمه و شبه‌آزمایشی»، «طرح‌های توصیفی همبستگی و پیمایشی»، «روش‌های تحقیق کیفی: مطالعات موردی، گروه‌های متمرکز، گروه اسمی، تحلیل محتوا»، «کنترل کیفی: درونی و بیرونی، سنجش کیفیت تحقیق، تفسیر و تلخیص تحقیق، کاربرد تحقیق»، «نگارش تحقیق: منابع قابل‌استفاده، نگارش پیشنهادیه تحقیق، محتوای فصول پایان‌نامه، نکات مربوط به نگارش خوب و خطاهای نگارش»	
۳	نوروساینس و حرکت	«عوامل تأثیرگذار بر برنامه‌ریزی حرکتی: اثرات نورون‌های مرتبط با تصمیم‌گیری و تصمیم‌گیری اقتصادی در حرکت»، «بررسی چگونگی تأثیر سیستم اسکلتی-عضلانی بر کارکرد حرکات مفاصل چندگانه»، «تمرکز بر واحدهای حرکتی مجزا و کاهش خستگی ناشی از انقباضات ایجادشده توسط تحریکات عصبی-عضلانی»، «بررسی یادگیری و کنترل حرکتی، درک مکانیزم‌های درگیر در یادگیری مهارت‌های حرکتی و تناسب انتقال بین حرکات»
۴	اصول روان‌شناسی ورزشی	«کلیات»، «بررسی‌های شخصیت، انگیزش و توجه در ورزش»، «انگیختگی، استرس و اضطراب در ورزش»، «روان‌شناسی اجتماعی ورزشی: خشونت، تسهیل اجتماعی، همبستگی تیمی، رهبری و ارتباطات در ورزش»، «روان‌شناسی تمرین و فعالیت‌های بدنی، فعالیت جسمانی و ارتقاء سلامت، پایبندی به ورزش»، «تندرستی و بهزیستی ورزشکاران: واخوردگی، روان‌شناسی آسیب‌دیدگی در ورزش، تحولات زندگی ورزشی و بازنشستگی ورزشکاران، روان‌شناسی سوء‌مصرف مواد و دوپینگ در ورزش»، «آشنایی با مهارت‌های ذهنی: ویژگی‌های عملکرد مالی، هدف‌گزینی، تنظیم انگیزتگی، تصویرسازی، کنترل تمرکز و اعتمادبه‌نفس»
۵	استرس و عملکرد ورزشی	«تفاوت‌های مرتبط با استرس‌زاهای ورزشی روانی-اجتماعی و محیطی و ریسک فاکتورهای سلامت شایع در گروه‌های اجتماعی و فرهنگ مختلف»، «پاسخ‌های روان‌شناختی و زیست‌شناختی به استرس‌زاهای مزمن تجربه‌شده توسط گروه‌های مختلف اجتماعی و فرهنگی»، «مداخلات رفتاری و شناختی برای تعدیل استرس و ارتقا سلامت»، «اثرات استرس‌زاهای محیطی بر کارکرد سیستم عصبی خودمختار و پس‌از آن تغییرپذیری ضربان قلب افراد در حالت پایه و تحت استرس»، «کنترل کارکرد سیستم عصبی خودمختار و تغییرپذیری ضربان قلب به‌واسطه ابزار ایوفیدبک به‌منظور کنترل آثار مخرب استرس»، «ارتقاء مؤلفه‌های زمان و فرکانس از تغییرپذیری ضربان قلب به‌منظور پیشگیری از افت عملکرد ورزشی تحت شرایط استرس‌زاهای محیطی»، «بررسی پارامترهای فیزیولوژیک، روان‌شناختی، اجتماعی و محیطی مرتبط با استرس»، «تأکید بر ارتقاء راهکارهای فردی مدیریت استرس»
۶	روان‌شناسی توان‌بخشی و آسیب‌های ورزشی	«مفاهیم»، «عوامل شناختی اثرگذار بر آسیب‌های ورزشی»، «پاسخ روانی به آسیب‌های ورزشی»، «پایبندی ورزشکار به فرایند توان‌بخشی و جنبه‌های روانی آن»، «مداخلات روان‌شناختی در روان‌شناسی آسیب‌های ورزشی»، «استفاده از مدل‌های روان‌شناختی و مهارت‌های مشاوره در توان‌بخشی و آسیب‌های ورزشی»

دروس انتخابی و سرفصل‌های اصلی آن در جدول ۱۱-۶ معرفی شده است.

#### جدول ۱۱-۶. سرفصل و محتوای دروس انتخابی روان‌شناسی ورزشی (مصوب ۱۳۹۶ دانشگاه تهران)

ردیف	درس	سرفصل‌ها
۱	آزمون‌های کاربردی در روان‌شناسی ورزشی	«تاریخچه و انواع آزمون‌های مهارت ذهنی در روان‌شناسی ورزشی»، «تقسیم‌بندی آزمون روانی از دیدگاه-های مختلف»، «شناخت آزمون روانی رایج در ورزش و شرایط تمرین و مسابقه»، «شناخت واحدهای اندازه‌گیری، اعتبار، روایی، سنجش، خطای اندازه‌گیری و هنجارها»، «خصوصیات سؤالات آماری آزمون‌ها و هنجارها برای سنجش روان‌شناختی عملکرد ورزشی»، «تمرین اجرای آزمون‌های رایج در روان‌شناسی»

		ورزشی در شرایط تمرین و مسابقه»، «نکات اساسی در امتیازدهی و تحلیل آزمون‌های رایج در روان‌شناسی ورزشی»
۲	سمینار در روان‌شناسی ورزشی	«بازبینی و مرور تحقیقات معاصر در زمینه روان‌شناسی ورزشی»، «بررسی و مطالعه سیر تحول مسائل موردتوجه در روان‌شناسی ورزشی»
۳	روان‌شناسی شناختی در ورزش	«مفاهیم و مبانی روان‌شناسی شناختی در ورزش»، «مرور یافته‌های جدید درباره حافظه، توجه، فرایندهای اساسی در شناخت دیداری، ادراک حرکت، بازشناسی اشیاء و چهره در فعالیت‌های ورزشی»، «مرور یافته‌های جدید درباره حافظه، توجه، فرایندهای اساسی در شناخت دیداری، ادراک حرکت، بازشناسی اشیاء و چهره در فعالیت‌های ورزشی»، «مرور یافته‌های جدید در تفکر، استدلال، حل مسئله، قضاوت، تصمیم‌گیری در محیط رقابتی و فعالیت ورزشی»، «بررسی تعامل فعالیت ورزشی و شناخت در افراد مبتلا به بیماری‌هایی مانند اختلال بیش‌فعالی، پارکینسون، آلزایمر، دیابت و امثال آن»
۴	کارورزی	«دانشجو تحت نظر استاد راهنما میزان ۱۲۸ ساعت مفید به ارائه مشاوره روان‌شناختی می‌پردازد. این کارورزی تحت ضوابط کارورزی‌های رایج در روان‌شناسی و مشاوره انجام می‌شود»، «در مرحله اول، دانشجو در کنار استاد، در جلسات مشاوره شرکت می‌کند و پس از مشاوره یادداشت‌های خود را با استاد به بحث می‌گذارد»، «در مرحله بعدی، دانشجو به‌تنهایی مشاوره می‌کند. پیش از مشاوره دانشجو چارچوب پیشنهادی ساختار مشاوره و پس‌از آن گزارش خود را به استاد تقدیم می‌کند.»
۵	روان‌شناسی ورزشی برای مربیان	«مربیگری و فلسفه آن»، «نقش مربی و فرایندهای مربیگری ورزشی»، «مهارت‌های روانی برای مربیگری»، «اصول تمرین ذهنی برای مربیان»، «مهارت‌های رهبری»، «توسعه مهارت‌های ارتباطی برای مربیگری»، «پتانسیل و نقش مربی در آموزش مهارت‌های روانی به ورزشکاران»، «ارزیابی روانی شاگرد»، «چالش‌های همکاری با مربیان ورزشی»
۶	اخلاق و ملاحظات حرفه‌ای در روان‌شناسی ورزشی	«مقدمه، ضرورت ضوابط اخلاقی و حرفه‌ای برای روان‌شناسی ورزشی و منابع دینی، قانونی و عرفی آن»، «ملاحظات اخلاقی در حکمت اسلامی و ایرانی»، «نقش‌ها، وظایف و هدف‌های حرفه‌ای روان‌شناسی ورزشی»، «ساختارها و سازمان‌های رشته روان‌شناسی ورزشی و نظام‌های اعتباردهی»، «معیارهای قانونی و اخلاقی حرفه در مشاوره، آموزش و پژوهش»، «اصول پایه: شایستگی حرفه‌ای، صداقت، مسئولیت حرفه‌ای و علمی، احترام به حقوق و حفظ حرمت مردم، اهمیت دادن به تندرستی دیگران، مسئولیت اجتماعی»، «معیارهای اخلاقی عمومی مانند ارتباطات علمی و حرفه‌ای، توجه به تفاوت‌های فردی، سوءاستفاده، تفاوت‌های فرهنگی، تضاد و تعارض، تضاد نقش‌ها و ارتباطات چندگانه و دستمزد»
۷	روان‌شناسی شخصیت در ورزش	«مقدمه و تعاریف شخصیت و سابقه مطالعه شخصیت و تفاوت‌های فردی در ورزش»، «نظریه‌های شخصیت: رویکرد روان‌پویشی یا روان‌کاوی، رویکرد یادگیری اجتماعی، رویکرد انسان‌گرا و رویکرد صفات»، «ارزیابی و سنجش شخصیت و ویژگی‌های آزمون‌های پرکاربرد»، «سنجش شخصیت در ورزش: آزمون‌های ویژه ورزشکاران»، «خودپنداره، عزت‌نفس، خودباوری خویشتن جسمانی و بررسی آن‌ها در ورزش»، «شخصیت و عملکرد ورزشی: نقش شرکت در ورزش و شخصیت، شخصیت ورزشی و میزان مهارت، شخصیت زنان ورزشکار»، «نقش مشارکت ورزش در رشد شخصیت»
۸	ملاحظات روان‌شناختی ورزش کودکان و نوجوانان	«انگیزش مشارکت ورزشی و پایبندی به ورزش در دوران کودکی و نوجوانی»، «فرایند انتخاب رشته ورزشی در دوران کودکی و نوجوانی»، «مشارکت ورزشی و رشد دوران کودکی و نوجوانی»، «ظرفیت توجه و فرایندهای حافظه و ورزش در دوران کودکی و نوجوانی»، «رشد شناختی و مشارکت ورزشی»، «رشد اجتماعی و مشارکت ورزشی»، «رشد اجتماعی و مشارکت ورزشی در کودکان و نوجوانان»، «رشد روانی و حرکتی و مشارکت ورزشی کودکان و نوجوانان»، «شخصیت و ورزش در دوران کودکی و نوجوانی»، «دختران و رشد اجتماعی در ورزش»، «تأثیر مربی بر رشد اجتماعی»

۹	سلامت روانی و ورزش	«سلامت روانی»، «فعالیت بدنی و ورزش»، «منافع روان‌شناختی فعالیت بدنی»، «تأثیرات ورزش در رشد شخصیت و سازگاری اجتماعی»، «ورزش و سلامت روانی زنان و معلولان»، «سلامت روانی کودکان و نوجوانان با ورزش»، «ورزش و سلامت روانی سالخوردگان»، «ورزش و درمان اختلالات روانی»، «فعالیت بدنی و مشکلات بهداشت روانی»
---	--------------------	--

### ۱۱-۵. دوره دکتری روان‌شناسی ورزشی

دوره دکتری روان‌شناسی ورزش با دو گرایش «روان‌شناسی بالینی ورزش» و «روان‌شناسی تربیتی ورزش» برگزار می‌شود. گرایش روان‌شناسی بالینی ورزش، به درمان عوارض روانی و بهتر شدن کارایی ورزشکاران از طریق آموزش مهارت‌های روانی تأکید دارد. گرایش روان‌شناسی تربیتی ورزش، به زیربنای روان‌شناختی ورزش و فعالیت بدنی و موضوع مهم سلامت روانی از طریق ورزش می‌پردازد. هدف از تأسیس دوره دکتری تخصصی روان‌شناسی ورزشی تربیت افراد متعهد و متخصص در روان‌شناسی ورزشی است تا بتوانند به پژوهش، آموزش، برنامه‌ریزی، راهنمایی و تحلیل مشکلات در این شاخه از علم بپردازند و با نوآوری در زمینه‌های علمی و پژوهشی در پیشرفت و گسترش مرزهای دانش گام بردارند. از دانش‌آموختگان هر یک از دو گرایش این مقطع انتظار می‌رود به توانایی‌هایی به شرح جدول ۱۱-۷ دست یابند (کمیته علوم ورزشی، ۱۳۹۳).

#### جدول ۱۱-۷. توانایی مورد انتظار از دانش‌آموختگان مقطع دکتری رشته روان‌شناسی ورزش در دو گرایش

ردیف	گرایش	توانایی‌های مورد انتظار
۱	روان‌شناسی بالینی ورزش	الف) مراقبت و درمان عوارض یا بیماری‌های روانی محتمل در محیط ورزش
		ب) طراحی و انجام تحقیقات روان‌شناسی ورزشی به منظور شناخت شیوه‌های افزایش مهارت‌های روانی
		ج) ارائه مشاوره و راهنمایی به قهرمانان و مربیان رشته‌های مختلف ورزشی
		د) آموزش روان‌شناسی ورزشی در دوره‌های دانشگاهی
		ه) تحلیل روان‌شناختی رویدادهای ورزشی
۲	روان‌شناسی تربیتی ورزش	الف) طراحی و انجام تحقیقات روان‌شناسی ورزشی به منظور شناخت ویژگی‌های روانی ورزشکاران و اثرات روان‌شناختی فعالیت‌های ورزشی
		ب) ارائه مشاوره و راهنمایی به معلمان تربیت بدنی، مربیان ورزش و ورزشکاران
		ج) آموزش روان‌شناسی ورزشی در دوره‌های دانشگاهی
		د) برنامه‌ریزی برای بهره‌گیری از یافته‌های علوم تربیتی در موقعیت‌های ورزشی
		ه) تحلیل روان‌شناختی فعالیت‌های ورزشی

طول دوره دکتری چهار سال است و دروس این دوره اغلب جنبه نظری و پژوهش دارند. طول هر نیمسال تحصیلی ۱۶ هفته آموزشی و مدت هر واحد نظری ۱۶ ساعت است. تعداد کل واحدهای درسی دوره دکترای رشته آسیب‌شناسی ورزشی و حرکات اصلاحی، ۳۶ واحد شامل «دروس پایه شش واحد»، «دروس تخصصی ۱۰ واحد»، «دروس انتخابی دو واحد» و «رساله ۱۸ واحد» به شرح جدول ۱۱-۸ است. لازم به توضیح است که دروس پایه برای هر دو گرایش یکسان است. دانشجویانی که در دوره کارشناسی ارشد، تعداد واحدهای لازم درسی مربوطه را نگذرانده باشند یا از سایر رشته‌ها قصد تحصیل در این رشته را داشته باشند، با پیشنهاد مدیر گروه و تصویب گروه آموزشی و تأیید





تحصیلات تکمیلی دانشکده موظف هستند واحدهای درسی کمبود خود را تا سقف هشت واحد از بین دروس دوره کارشناسی ارشد رشته رفتار حرکتی انتخاب و با موفقیت بگذرانند (کمیته علوم ورزشی، ۱۳۹۳).

#### جدول ۱۱-۸. دروس پایه، تخصصی و انتخابی مقطع دکتری رشته روان‌شناسی ورزش در دو گرایش

ردیف	گروه درسی	درس‌ها
۱	پایه	«آمار پیشرفته و روش‌های تحقیق در روان‌شناسی ورزشی»، «روان‌شناسی افتراقی»، «روان‌شناسی شناختی پیشرفته در ورزش»
۲	تخصصی	الف) گرایش روان‌شناسی تربیتی ورزش: «سلامت روانی و ورزش»، «روان‌شناسی ورزشی پیشرفته»، «تمرین مهارت-های مشاوره در ورزش همگانی و قهرمانی»، «اخلاق و ملاحظات حرفه‌ای در روان‌شناسی ورزشی»، «سمینار در روان‌شناسی ورزشی» ب) گرایش روان‌شناسی بالینی ورزش: «آسیب‌شناس روانی در ورزش قهرمانی و حرفه‌ای»، «فنون مصاحبه تشخیصی در ورزش»، «درمان رفتاری-شناختی در ورزش»، «کاربرد نظریه‌های روان‌درمانی در ورزش»، «کارورزی»
۳	انتخابی	الف) گرایش روان‌شناسی تربیتی ورزش: «جنبه‌های روانی-اجتماعی ورزش رقابتی کودکان و جوانان»، «روان‌سنجی پیشرفته در ورزش»، «بهداشت روانی از دیدگاه اسلام» ب) گرایش روان‌شناسی بالینی ورزش: «گروه‌درمانی در ورزش»، «روان‌شناسی ورزشی پیشرفته»، «بهداشت روانی از دیدگاه اسلام»

سرفصل‌های دروس پایه دو گرایش «روان‌شناسی تربیتی ورزش» و «روان‌شناسی بالینی ورزش» در جدول ۱۱-۹

ارائه شده است.

#### جدول ۱۱-۹. سرفصل و محتوای دروس پایه مقطع دکتری روان‌شناسی ورزشی در دو گرایش

ردیف	درس	سرفصل‌ها
۱	آمار پیشرفته و روش‌های تحقیق در روان‌شناسی ورزشی	«توان آماری و اندازه اثر»، «منطق پایه آنالیز واریانس»، «تحلیل عاملی واریانس»، «مدل خطی عمومی»، «آمار ناپارامتریک»، «طرح‌های همبستگی»، «طرح‌های آزمایشی»، «رویکردهای تحقیق کیفی»، «سنت‌های پژوهش کیفی»، «پژوهش تاریخی»، «پژوهش ارزشیابی»، «پژوهش ضمن عمل» در روان‌شناسی ورزشی
۲	روان‌شناسی افتراقی	«مرور نظریه‌های متفاوت تبیین‌کننده کیفیت شکل‌گیری شخصیت انسان»، «دیدگاه‌های حاصل از تاریخ و فرهنگ درباره شخصیت انسان و تفاوت‌های فردی»، «روش‌های رایج برای مطالعه و سنجش شخصیت انسان»، «زیربنای زیستی تفاوت‌های فردی»، «زیربنای اجتماعی-فرهنگی تفاوت‌های فردی»، «تفاوت‌های فردی در ظاهر، عملکرد و سلامتی»، «نظریه‌ها، مفاهیم و موارد مربوط به توانایی‌های شناختی»، «توانایی‌های ویژه استثنایی شناختی»، «نظریه‌ها، مفاهیم و موارد مربوط به شخصیت»، «مشکلات و اختلالات شخصیت»، «تفاوت‌های فردی در طول زندگی»
۳	روان‌شناسی شناختی پیشرفته در ورزش	«شناخت و رویکردهای رایج در شناخت انسان»، «مرور یافته‌های جدید درباره حافظه، توجه، طبقه‌بندی کردن، حل مسئله، استدلال و تصمیم‌گیری در فعالیتهای رقابتی و ورزشی»، «مرور یافته‌های جدید درباره ادراک بینایی و توجه فرایندهای اساسی در شناخت دیداری، توجه و عملکرد، ادراک، حرکت و عمل، بازشناسی اشیاء و چهره در فعالیتهای ورزشی»، «حافظه: یادگیری، فراموشی، نظام‌های حافظه درازمدت، حافظه روزمره، حافظه در عملکردهای رقابتی و ورزشی»، «زبان: خواندن و ادراک صحبت کردن، درک زبانی و تولید زبانی»، «تفکر و استدلال: حل مسئله و خبرگی، قضاوت و تصمیم‌گیری، استدلال استقرایی و قیاسی، افق‌های وسیع، شناخت و هیجان در فعالیتهای ورزشی»، «هشیاری و سطوح متفاوت آن»

## ۱۱-۵-۱. سرفصل‌های دروس تخصصی و انتخابی گرایش روان‌شناسی تربیتی ورزش

سرفصل‌ها و محتوای تعیین‌شده برای دروس تخصصی مقطع دکتری روان‌شناسی ورزشی با گرایش روان‌شناسی تربیتی ورزش در جدول ۱۱-۱۰ معرفی شده است (کمیته علوم ورزشی، ۱۳۹۳).

## جدول ۱۱-۱۰. سرفصل و محتوای دروس تخصصی گرایش روان‌شناسی تربیتی ورزش

ردیف	درس	سرفصل‌ها
۱	سلامت روانی و ورزش	«زمینه نظری ارتباط سلامت روانی و فعالیت ورزشی و تحلیل تحقیقات مربوط به سلامت روانی و ورزش»، «اصلاح هویت در ورزش و فعالیت بدنی، ورزش و فعالیت بدنی و ارتباطات، فرهنگ ورزش و فعالیت بدنی»، «حمایت اجتماعی برای مشارکت ورزشی»، «ورزش و پرخاشگری»، «تأثیرات ورزش بر فشارهای روانی، فشارهای روانی ناشی از ورزش حرفه‌ای»، ورزش و تغییرات خلقی انسان»، «ورزش و عزت‌نفس»، «ورزش و افسردگی»، «ورزش و اضطراب»، «ورزش و فعالیت شناختی»
۲	روان‌شناسی ورزشی پیشرفته	«پایبندی به ورزش»، «طرح‌ریزی اختصاصی تمرین مهارت‌های روانی»، «مدیریت استرس رقابتی در ورزش حرفه‌ای»، «آمادگی روانی برای تمرین و رقابت»، «مهارت تعاملی در ورزش»، «راهکارهای بهینه‌سازی عملکرد تیم»، «وسعت دادن به مفهوم بردن در رقابت»، «پرخاشگری در ورزش»، «استعدادیابی روانی در ورزش»، «پیشگیری از آسیب‌های ورزشی و بازتوانی»، «هواداران ورزشی»، «روان‌شناسی اختصاصی برای ورزش‌های متفاوت»
۳	تمرین مهارت‌های مشاوره در ورزش همگانی و قهرمانی	«نظریه‌های مشاوره»، «مهارت‌های مشاوره‌ای در ورزش»، «مسائل اخلاقی در مشاوره»، «مصاحبه مشاوره‌ای»، «تمرین مهارت‌های مشاوره در ورزش»، «در مرحله اول دانشجوی در کنار استاد، در جلسات مشاوره شرکت می‌کند و پس از مشاوره یادداشت‌های خود را با استاد به بحث می‌گذارد»، «در مرحله بعدی دانشجوی به‌تنهایی مشاوره می‌کند»، «پیش از مشاوره دانشجوی چارچوب پیشنهادی ساختار مشاوره و پس‌از آن گزارش خود را به استاد تقدیم می‌کند. استاد به‌طور مستقیم و غیرمستقیم عملکرد دانشجوی را ارزشیابی می‌کند»
۴	اخلاق و ملاحظات حرفه‌ای در روان‌شناسی ورزش	«مقدمه»، «ملاحظات اخلاقی در علم و حکمت ایرانی و اسلامی»، «نقش‌ها و وظایف و هدف‌های حرفه‌ای روان‌شناسی ورزشی»، «ساختارها و سازمان‌های رشته روان‌شناسی ورزشی و نظام‌های اعتباردهی»، «معیارهای قانونی و اخلاقی حرفه در مشاوره، آموزش و پژوهش»، «اصول پایه: شایستگی حرفه‌ای، صداقت، مسئولیت حرفه‌ای و علمی، احترام به حقوق و حفظ حرمت مردم، اهمیت دادن به تندرستی دیگران، مسئولیت اجتماعی»، «معیارهای اخلاقی عمومی»
۵	سمینار در روان‌شناسی ورزشی	«مرور تحقیقات معاصر در روان‌شناسی ورزشی»، «نقد مقالات و تحقیقات در حیطه روان‌شناسی ورزشی»، «بررسی سیر تحول مسائل موردتوجه در روان‌شناسی ورزش»، «بررسی مسائل حل‌نشده در روان‌شناسی ورزشی»، «آشنایی با نکات مهم در طرح‌ریزی تحقیق»، «تنظیم عملی یک طرح تحقیقی»

سرفصل‌ها و محتوای تعیین‌شده برای دروس انتخابی مقطع دکتری روان‌شناسی ورزشی با گرایش روان‌شناسی تربیتی ورزش در جدول ۱۱-۱۱ ارائه شده است.

## جدول ۱۱-۱۱. سرفصل و محتوای دروس انتخابی گرایش روان‌شناسی تربیتی ورزش

ردیف	درس	سرفصل‌ها
۱	جنبه‌های روانی-اجتماعی ورزش رقابتی کودکان و نوجوانان	«مبانی روان‌شناسی رشد و ملاحظات متدولوژیک در تکامل روان‌شناسی ورزشی دوران کودکی و نوجوانی»، «اثرخانواده در مشارکت ورزشی دوران کودکی و نوجوانی»، «ارتباط همسالان و رشد روانی در فعالیت بدنی و ورزش رشد خود-ادراکی در کودکان و نوجوانان»، «تجارب هیجانی در ورزش کودکان و نوجوانان، رشد فرایندهای هیجانی با ورزش»، «فرایندهای انگیزشی در ورزش کودکان و نوجوانان»، «اثرات روانی-اجتماعی

	ورزش بر کودکان و نوجوانان، «رشد اخلاق در ورزش»، «رشد مهارت‌های روانی در کودکان و نوجوانان»، «مقابله کودکان و نوجوانان با فشار ناشی از آسیب‌های ورزشی»	
۲	روان‌سنجی پیشرفته در ورزش روان‌شناختی، «آینده سنجش در روان‌شناسی ورزشی»	«فرایند آزمون و سنجش»، «متغیرهای قابل سنجش»، «اهمیت اعتبار توافقی»، «افزایش مهارت‌های مصاحبه و بازخورد آزمون»، «توصیه‌های درمانی»، «نوشتن گزارش برای متخصصان دیگر»، «ارزشیابی آزمون‌های روان‌شناختی»
۳	بهداشت روانی از دیدگاه اسلام آموزش و پرورش و بهداشت روانی	«مفهوم بهداشت روانی از دیدگاه اسلام و رابطه آن با الگوی زیستی روانی، اجتماعی و معنوی»، «روی-آورد‌های روان‌شناختی، اخلاقی و دینی به شخصیت سالم»، «نقش نیازمندا، اعتقادات و رفتارهای دینی در بهداشت روانی»، «عوامل مختل سلامت روانی و شیوه‌های پیشگیری از دیدگاه اسلام»، «خانواده و بهداشت روانی»، «روابط اجتماعی و بهداشت روانی از دیدگاه اسلامی»، «نقش یادگیری و نهاد آموزش و پرورش و بهداشت روانی»

### ۱۱-۵-۲. سرفصل‌های دروس تخصصی و انتخابی گرایش روان‌شناسی بالینی ورزش

سرفصل‌ها و محتوای تعیین شده برای دروس تخصصی مقطع دکتری روان‌شناسی ورزشی با گرایش روان‌شناسی بالینی ورزش در جدول ۱۱-۱۲ معرفی شده است (کمیته علوم ورزشی، ۱۳۹۳).

#### جدول ۱۱-۱۲. سرفصل و محتوای دروس تخصصی گرایش روان‌شناسی بالینی ورزش

ردیف	درس	سرفصل‌ها
۱	آسیب‌شناسی روانی در ورزش قهرمانی و حرفه‌ای	«بهنجاری و نابهنجاری»، «شناخت اختلال‌های دوران کودکی یا نوجوانی و نقش آن‌ها در زندگی ورزشی»، «اختلالات اضطرابی، خلقی و روان‌تنی در ورزش قهرمانی و حرفه‌ای»، «اختلال‌های مرتبط با مصرف مواد ممنوعه در ورزش قهرمانی و حرفه‌ای»، «اختلالات جنسی و هویت جنسی در زندگی ورزشی»، «اختلالات خوردن در ورزش قهرمانی و حرفه‌ای»، «اختلالات خواب در اردوهای ورزشی و نقش آن در عملکرد ورزش قهرمانی و حرفه‌ای»، «اختلالات: کنترل تکانه، سایکوتیک، شخصیت، سازگاری در زندگی ورزشی و نقش آن در ورزش قهرمانی و حرفه‌ای»
۲	فنون مصاحبه تشخیصی در ورزش	«روابط مشاوره‌ای، مروری بر مهارت‌های مشاوره»، «مهارت‌های خرد در مشاوره»، «مراجعات مشکل»، «تجربه مشاور»، «تجربه‌های ورزشی: باخت‌های بزرگ، خشم شدید، استرس‌های پیش از مسابقات بزرگ، فرسودگی»، «موضوعات علمی: آرایش اتاق مشاوره، نگهداری سوابق، رازداری و اصول اخلاقی»، «نیازهای مشاور»
۳	درمان رفتاری-شناختی در ورزش	«مقدمه»، «اتحاد درمان شناختی-رفتاری و روان‌درمانی»، «درمان‌های حل مسئله در ورزش قهرمانی و حرفه‌ای»، «درمان شناختی-رفتاری با نوجوانان ورزشکار»، «رفتاردرمانی منطقی-هیجانی و شناخت‌درمانی با توجه به شرایط محیط‌های ورزش قهرمانی و حرفه‌ای»، «تنوعات سازنده‌گرایی در روان‌درمانی در محیط‌های ورزشی»
۴	کاربرد نظریه‌های روان-درمانی در ورزش	«ماهیت مشاوره و روان‌درمانی»، «نظریه‌های درمان روان‌کاوی»، «نظریه تحلیل تبدیلی»، «گروه‌درمانی، زوج-درمانی و خانواده‌درمانی، درمان چندوجهی»، «روان‌درمانی‌های آسیایی»، «موضوعات رایج در مشاوره و روان‌درمانی»
۵	کارورزی	«دانشجو تحت نظر استاد راهنما میزان ۱۲۸ ساعت مفید به ارائه مشاوره روان‌شناختی می‌پردازد. این تمرین تحت ضوابط کارورزی‌های رایج در روان‌شناسی و مشاوره انجام می‌شود»، «در مرحله اول، دانشجو در کنار استاد، در جلسات مشاوره شرکت می‌کند و پس از مشاوره یادداشت‌های خود را با استاد به بحث می‌گذارد»، «در مرحله بعدی، دانشجو به تنهایی مشاوره می‌کند. پیش از مشاوره دانشجو چارچوب پیشنهادی ساختار مشاوره و پس از آن گزارش خود را به استاد تقدیم می‌کند.»

سرفصل‌ها و محتوای تعیین شده برای دروس انتخابی مقطع دکتری روانشناسی ورزشی با گرایش روانشناسی بالینی ورزش در جدول ۱۱-۱۳ ارائه شده است.

جدول ۱۱-۱۳. سرفصل و محتوای دروس انتخابی گرایش روانشناسی بالینی ورزش

ردیف	درس	سرفصل‌ها
۱	گروه‌درمانی در ورزش	«گروه و انواع آن، ساختار گروه، رهبری گروه، رشد گروه، گروه‌های ورزشی»، «پویایی گروه و گروه‌سنجی، ویژگی‌های گروه‌های ورزشی در ورزش قهرمانی و حرفه‌ای»، «مقدمه‌ای بر گروه‌درمانی در ورزش، رویکردهای نظری به روان‌درمانی تیمی»، «اثرات گروه‌درمانی، عوامل درمان‌بخش در گروه‌درمانی در ورزش قهرمانی و حرفه‌ای»، «مقدمه‌ای بر گروه‌درمانی در ورزش: رویکردهای نظری به روان‌درمانی تیمی»، اثرات گروه‌درمانی، عوامل درمان‌بخش در گروه‌درمانی در ورزش قهرمانی و حرفه‌ای»، «موضوعات اخلاقی-قانونی در گروه‌درمانی ورزشی»، «تنوع در گروه‌درمانی، گروه‌درمانی کوتاه‌مدت و بلندمدت در ورزش قهرمانی و حرفه‌ای»، «گروه‌های خودیاری و حمایتی در اردوهای ورزش قهرمانی و حرفه‌ای»
۲	روانشناسی ورزشی پیشرفته	«پایبندی به ورزش»، «طرح‌ریزی اختصاصی تمرین مهارت‌های روانی»، «مدیریت استرس رقابتی در ورزش حرفه‌ای»، «آمادگی روانی برای تمرین و رقابت»، «مهارت‌های تعاملی در ورزش»، «راهکارهای بهینه‌سازی عملکرد تیم»، «وسعت دادن به مفهوم بردن در رقابت»، «پرخاشگری در ورزش»، «استعدادیابی روانی در ورزش»، «پیشگیری از آسیب‌های ورزشی و بازتوانی»، «هواداران ورزشی»، «روانشناسی اختصاصی برای ورزش‌های متفاوت»
۳	بهداشت‌روانی از دیدگاه اسلام	«مفهوم بهداشت‌روانی از دیدگاه اسلام و رابطه آن با الگوی زیستی روانی، اجتماعی و معنوی»، «روی-آوردهای روان‌شناختی، اخلاقی و دینی به شخصیت سالم»، «نقش نیازمندا، اعتقادات و رفتارهای دینی در بهداشت‌روانی»، «عوامل مخل سلامت روانی و شیوه‌های پیشگیری از دیدگاه اسلام»، «خانواده و بهداشت‌روانی»، «روابط اجتماعی و بهداشت‌روانی از دیدگاه اسلامی»، «نقش یادگیری و نهاد آموزش و پرورش و بهداشت‌روانی»

### خلاصه

در علوم ورزشی گرایش «روانشناسی ورزشی» گرایش‌های متعددی ندارد و تنها در دوره دکتری در دو گرایش «بالینی ورزشی» و «تربیتی ورزشی» تعریف شده است. در ایران رشته روانشناسی ورزشی به صورت ناپیوسته در دانشگاه جامع علمی-کابردی تعریف شده است. در مقطع کارشناسی ارشد با همان گرایش عمومی «روانشناسی ورزشی» ارائه می‌شود.

### فعالیت‌هایی برای یادگیری

- درباره انواع حوزه‌های کاری تخصصی روانشناسی ورزشی مطالعه کنید و آن‌ها را با توجه به علائق خود اولویت‌بندی کنید.
- با چند متخصص روانشناسی ورزشی درباره اولویت‌بندی خود مشورت کنید و راه‌های تبدیل شدن به یک روان‌شناس ورزشی موفق را جویا شوید. جمع‌بندی خود را به صورت یک مقاله نقد و تحلیلی درباره راه‌های کسب توفیق در رشته روانشناسی ورزش بنویسید.



# بیومکانیک ورزشی

هدف کلی: آشنایی با رشته بیومکانیک ورزشی

اهداف فصل:

- آشنایی با مبانی شکل گیری رشته بیومکانیک ورزشی
- آشنایی با دوره کارشناسی ارشد بیومکانیک ورزشی
- آشنایی با دوره دکتری بیومکانیک ورزشی

## مقدمه

رشته بیومکانیک ورزشی بر اصول مکانیکی حاکم بر ارگان‌های بدن تأکید دارد. در این فصل به معرفی این رشته دانشگاهی پرداخته می‌شود.

## ۱-۱۲. مبانی شکل‌گیری رشته بیومکانیک ورزشی

رشته بیومکانیک ورزشی از جمله نظام‌های علمی و دانشگاهی است که دربرگیرنده علوم زیستی، آناتومی، کنترل حرکتی، فیزیک، حرکت‌شناسی و اصول مکانیکی حاکم بر ارگان‌های بدن است. این رشته به منظور درک کیفیت مکانیکی و فرایند کنترل حرکت در طول دوران زندگی و به منظور مطالعه و به‌کارگیری مفاهیم و اصول اولیه فیزیک در درک طبیعت و تجزیه و تحلیل توصیفی و کمی حرکت‌های پایه تا حرکات پیچیده ورزشی که توسط موجودات زنده (عمدتاً انسان) در هر دو وضعیت ایستا و پویا قابلیت اجرا شدن را دارد، دایر شده است. علم مذکور همچنین از دستاوردهای سایر علوم و معارف انسانی که به نحوی با آن رشته مرتبط است بهره گرفته و نتایج آن را در زمینه‌های آموزشی و پژوهشی مورداستفاده قرار می‌دهد.

## ۲-۱۲. دوره کارشناسی ارشد بیومکانیک ورزشی در ایران

هدف از تأسیس دوره کارشناسی ارشد رشته بیومکانیک ورزشی، کاربردی‌تر کردن آموزش‌ها به منظور تربیت افراد متعهد و متخصصی است که بتوانند در زمینه‌های مختلف آموزشی، برنامه‌ریزی و اجرا، راهنمایی و نظارت و پژوهش در این شاخه از علم بپردازند و با نوآوری در زمینه‌های علمی و پژوهشی در این حوزه در پیشرفت و گسترش مرزهای دانش گام بردارند. از دانش‌آموختگان کارشناسی ارشد رشته بیومکانیک ورزشی انتظار می‌رود که به یک مجموعه توانایی‌هایی عمومی و تخصصی به شرح جدول ۱-۱۲ دست یابند (کمیته برنامه‌ریزی علوم ورزشی، ۱۳۹۳).

جدول ۱-۱۲. توانایی‌های عمومی و تخصصی مورد انتظار از دانش‌آموختگان کارشناسی ارشد بیومکانیک ورزشی

ردیف	نوع	توانایی‌های مورد انتظار
۱	عمومی	الف) تدریس دروس مرتبط به گرایش تخصصی خود در دوره‌های کاردانی و کارشناسی رشته‌های گوناگون علوم ورزشی
		ب) انجام تحقیق و پژوهش مرتبط با بیومکانیک ورزشی در مراکز تحقیقاتی و دانشگاه‌ها
		ج) تجربه و تحلیل توصیفی و کمی اطلاعات بیومکانیکی در گرایش بیومکانیک ورزشی
		د) تدریس اصول بیومکانیکی در دوره‌های مربیگری فدراسیون‌ها و سازمان‌های ورزشی
۲	تخصصی	الف) کمک به امر استعدادیابی در ورزش از منظر بیومکانیکی با توجه به سن و جنس و قابلیت‌های حرکتی افراد
		ب) توانایی تحلیل بیومکانیکی مهارت‌های ورزشی

ج) توانایی اجرای آزمون‌های میدانی و آزمایشگاهی برای سنجش ویژگی‌های آنتروپومتریکی و توانایی‌های بدنی از منظر بیومکانیک ورزشی و تفسیر نتایج»		
د) انجام خدمات مشاوره‌ای به مربیان و ورزشکاران برای بهبود عملکرد بیومکانیکی ورزشکاران		
ه) توانایی تحلیل نقاط قوت و ضعف با هدف اصلاح اجرای مهارت‌های ورزشی از منظر بیومکانیکی ورزشی		
و) توانایی برنامه‌ریزی و اجرای برنامه‌های آماده‌سازی و بدن‌سازی در رشته‌های مختلف ورزشی با تأکید بر رعایت اصول بیومکانیکی در اجرای مهارت‌های ورزشی		

طول دوره دو سال، طول هر نیمسال ۱۶ هفته آموزش و مدت هر واحد نظری ۱۶ ساعت و درس عملی آزمایشگاهی ۳۲ ساعت است. تعداد کل واحدهای درسی ۳۲ واحد درس شامل «۶ واحد دروس پایه»، «۱۴ واحد دروس تخصصی»، «شش واحد دروس انتخابی» و «شش واحد پایان‌نامه» است. دانشجویانی که در دوره کارشناسی، تعداد واحدهای لازم درسی را نگذرانده باشند یا از سایر رشته‌ها آمده باشند، باید واحدهای درسی کمبود خود را حداکثر شش واحد با نظر مدیر گروه بگذرانند که چهار واحد آن باید از میان دروس عملی دوره کارشناسی باشد. دانشجویان دو درس «رایانه پیشرفته» و «زبان تخصصی» را می‌گذرانند اما جزو جمع دروس محاسبه نخواهد شد. «درس شش واحدی پایان‌نامه» نیز یک پروژه پژوهشی در حوزه تخصصی مربوطه است که دانشجویان بعد از گذراندن موفقیت‌آمیز ۲۶ واحد (علاوه بر دروس جبرانی احتمالی) قابل اخذ خواهد بود. ضمن اینکه برخی دانشگاه‌ها که مجوز برگزاری دوره‌های آموزش محور داشته باشند، به جای شش واحد پایان‌نامه از دروس نظری جایگزین مشخص شده استفاده خواهند کرد. باین حال «دروس تخصصی و انتخابی» در دو مورد رایج و اختصاصی دانشگاه تهران به شرح جدول ۱۲-۲ معرفی شده‌اند.

جدول ۱۲-۲. دروس «پایه»، «تخصصی» و «انتخابی» کارشناسی ارشد رشته بیومکانیک ورزشی

ردیف	نوع	درس‌ها
۱	پایه	«آمار و روش تحقیق در بیومکانیک ورزشی»، «مکانیک مفاصل»، «فیزیولوژی دستگاه عصبی-عضلانی»
۲	تخصصی	«مکانیک عضله»، «بیومکانیک ورزشی کاربردی»، «سمینار در بیومکانیک ورزشی»، «آزمایشگاه بیومکانیک ورزشی»، «بیومکانیک ورزشی ۱»، «بیومکانیک ورزشی ۲»، «بیومکانیک آسیب‌های ورزشی»
۳	انتخابی	«ارگونومی در ورزش»، «آشنایی با الکترومایوگرافی»، «نرم‌افزارهای رایج در بیومکانیک ورزشی»، «کنترل حرکتی»، «مطالعه هدایت‌شده»

در دوره رایج گذراندن سه درس از دروس انتخابی با توجه به داشتن استاد و امکانات دانشکده یا گروه، بنا بر تشخیص گروه الزامی است. سرفصل‌های دروس پایه کارشناسی ارشد بیومکانیک ورزشی در جدول ۱۲-۳ معرفی شده است.

جدول ۱۲-۳. سرفصل‌های دروس پایه کارشناسی ارشد رشته بیومکانیک ورزشی

ردیف	نوع	درس‌ها
۱	آمار و روش تحقیق در بیومکانیک ورزشی	«مفاهیم اولیه تحقیق در بیومکانیک ورزشی»، «اخلاق در تحقیقات بیومکانیک ورزشی»، «مفاهیم اندازه‌گیری در تحقیقات بیومکانیک ورزشی»، «طرح‌های پژوهش آزمایشی»، «طرح‌های توصیفی همبستگی و پیمایشی»، «روش تحقیق کیفی»، «کنترل کیفی در تحقیقات»، «نگارش تحقیق»، «مروری بر



		مفاهیم آماری»، «آزمون فرضیه و تصمیم‌های آماری»، «تحلیل طرح‌های آزمایشی تفاوت برای طرح‌های دو نمونه‌ای»، «آزمون‌های همبستگی»، «آزمون داده‌های اسمی»، «تحلیل واریانس یک‌طرفه، دوطرفه درون و بین آزمودنی‌ها»، «رگرسیون خطی و پیش‌بینی تحلیل و بررسی داده‌ها»
۲	مکانیک مفاصل	«آشنایی با ویژگی‌های مکانیکی: شکل، مواد سازنده، نحوه چیدمان سلولی و موقعیت قرارگیری نسبی»، «اجزاء تشکیل‌دهنده مفاصل بدن انسان: استخوان، لیگامنت، غضروف، تاندون، عضلات و ساختارهای مفصلی» «میزان مشارکت اجزاء در حرکات»، «مفاهیم پایه سینماتیک مفاصل اندام‌های فوقانی و تحتانی و ستون مهره‌ها»، «مطالعه سینتیکی: نیرو، گشتاورهای نیرو و توان در مفاصل در دو موقعیت ایستا و پویا»
۳	فیزیولوژی دستگاه عصب و عضله	«معرفی بدن، موقعیت کالبدشناختی، جهت‌یابی، صفحات حرکتی و حرکات مفاصل»، «ساختارهای بدنی درگیر در حرکت»، «ساختار و عملکرد استخوان، مفاصل و عضلات در حرکت»، «فیزیولوژی انقباض عضلات»، «دید کلی آناتومی سطح عضلات آگونست و آنتاگونیست»، «دستگاه عصبی مرکزی، محیطی، حس و حرکت»، «مبانی حرکات خودکار و غیرخودکار»، «فیزیولوژی گیرنده‌ها»، «مبانی مسیرهای عصبی، حس عمقی، مکانیسم‌های نخاعی و رفلکس‌های تعادلی»، «مکانیسم‌های ساقه مغز، مخچه، نیمکره‌های مغز، سیستم لیمبیک»، «عملکردهای حرکتی نیمکره‌های مغز»، «مبانی دستگاه عصبی خودمختار، عضله، واحدهای حرکتی، تطبیق‌پذیری دستگاه حرکتی»

دروس تخصصی و سرفصل‌های آن در جدول ۱۲-۴ معرفی شده است (کمیته تخصصی علوم ورزشی، ۱۳۹۱).

#### جدول ۱۲-۴. سرفصل و محتوای دروس تخصصی کارشناسی ارشد بیومکانیک ورزشی

ردیف	درس	سرفصل‌ها
۱	مکانیک عضلات	«آنتروپومتری عضلات»، «بیومکانیک سیستم عضلانی»، «مکانیک عضلات»، «تاندون، محل آناتومیکی تاندون‌های بشر»، «مشارکت دانشجویان در انجام کارهای کلاسی»
۲	بیومکانیک ورزشی کاربردی	«رویکردهای کمی و کیفی در تحلیل مهارت‌های ورزشی»، «دانش مکانیک ورزشی برای کار، تجزیه و تحلیل مهارت‌های ورزشی و تعیین اهداف»، «آشنایی با اصول مکانیک شامل مداخله اندام‌ها، اصل جمع سرعت‌ها، اصل جمع گشتاور نیروها، اصول تعادل، اصل ضربه-اندازه حرکت و برخورد، اصل دستکاری گشتاور اینرسی، اصل تولید بقای اندازه حرکت خطی و زاویه‌ای»، «آشنایی با نحوه تقسیم یک مهارت ورزشی به مراحل مختلف»، «تعیین حرکات کلیدی در تحلیل یک مهارت بر اساس اصول مکانیک»، «نحوه شناسایی و تصحیح اشتباهات در مهارت‌های ورزشی»، «مفاهیم حرکات بدن از میان یک سیال و مقاومت سیالی، عوامل اثرگذار بر حرکت از میان هوا و آب»، «مشارکت عملی دانشجویان با ارائه مطالب مرتبط با موضوع در کلاس»
۳	سمینار در بیومکانیک ورزشی	«آموزش نحوه گزارش‌نویسی، مقاله‌نویسی، تهیه و ارائه گزارش مطالب علمی در کنفرانس‌ها و پروژه‌ها، تهیه طرح پژوهشی، تهیه و ارائه مطلب در کنفرانس» و «انجام پروژه‌های عملی در هر سه بخش: گزارش‌نویسی، مقاله‌نویسی و تهیه و ارائه گزارش در کنفرانس»
۴	آزمایشگاه بیومکانیک ورزشی	«بیان اهداف و آشنایی کلی با وسایل آزمایشگاهی و اصول چینش آن‌ها در آزمایشگاه»، «اساس کار الکتروگانایومتر و شتاب‌سنج»، «اساس کار دوربین، لنز و ثبت تصاویر دوبعدی»، «اصول کالیبراسیون و تبدیل مختصات تصویر به مختصات آزمایشگاه»، «مدل‌های سینماتیک و اصول نشانگرگذاری»، «ویژگی‌های سیگنال‌های متناوب و تصادفی»، «تبدیل فوریر سیگنال و اهمیت آن در پردازش»

		سیگنال»، «تئوری نمونه‌گیری»، «منابع نويز در سیگنال‌ها و اهمیت پالایش نويز از سیگنال»، «تکنیک‌های پالایش نويز سیگنال و مقایسه تکنیک‌ها»، «پالایش دیجیتال سیگنال‌های حرکتی و انتخاب فرکانس برشی»، «اساس کار صفحه نیروسنج»، «اصول کلی در الکترومایوگرافی و پردازش سیگنال EMG»
۵	بیومکانیک ورزشی ۱	«معرفی مختصات آزمایشگاهی و محلی و آشنایی با پارامترها در تحلیل کامل سینماتیک»، «محاسبات زوایای مطلق، نسبی و تحلیل سینماتیک حرکت و تفسیر تغییرات زوایای مفصلی پائین-تنه در گام نرمال»، «مدل‌های آنتروپومتری و محاسبات گشتاور اینرسی بر اساس هر یک از مدل‌ها»، «گشتاور نیرو و تعیین مرکز ثقل سیستم حرکتی»، «مفهوم COP و اهمیت آن در تحقیقات کنترل حرکتی در تحلیل حرکت»، «اصول ومبانی دینامیک مستقیم و معکوس در دوبعد»، «محاسبات نیروهای دوبعدی عکس‌العمل مفصلی و گشتاوری نیروی عضلات و تفسیر نمودار آن‌ها در گام نرمال»، «نیروهای مکانیکی استخوان‌به‌استخوان در مفاصل و محاسبات آن و تفسیر نمودار آن در گام نرمال»، «انواع انرژی اندام و مفاصل»، «محاسبات کار و توان مفصلی تفسیر نمودار آن‌ها در گام نرمال»، «محاسبه و تحلیل کارایی مکانیکی حرکت»، «انتقال انرژی اندام‌ها و مفاصل»
۶	بیومکانیک ورزشی ۲	«معرفی متغیرهای بیومکانیک گسسته و پیوسته در تحقیقات»، «کاربرد متغیرهای گسسته مانند میانگین، تغییرپذیری، میانه، دامنه، بالاترین و پائین‌ترین رکورد در تحلیل مهارت‌های حرکتی»، «فن رسم منحنی زاویه‌به‌زاویه در تحلیل حرکت و تفسیر آن»، «آشنایی با فنون محاسبه CPR و Factor Coding، در تعیین Coupling motion اندام‌ها و تفسیر منحنی آن»، «مفهوم محاسبات Cross correlation و اهمیت آن در تحقیقات بیومکانیک»، «آشنایی با تکنیک Principal component analysis در تحلیل گام»، «تحلیل بیومکانیکی پایداری، توازن و تعادل در مهارت‌ها»، «تحلیل بیومکانیکی دویدن، پریدن و پرتاب»، «انجام محاسبات و تحلیل حرکت توسط دانشجویان»
۷	بیومکانیک آسیب‌های ورزشی	«ابعاد و طبقه‌بندی آسیب‌های ورزشی»، «مفاهیم آسیب‌ودرمان و بازبینی مکانیزم آسیب مهارت‌های ورزشی»، «بیومکانیک آسیب‌ها در استخوان‌ها و مفاصل اندام فوقانی در مهارت‌های ورزشی»، «بیومکانیک آسیب‌های سر، گردن و تنه در مهارت‌های ورزشی»

دروس انتخابی و سرفصل‌های اصلی آن در جدول ۱۲-۵ معرفی شده است.

#### جدول ۱۲-۵. سرفصل و محتوای دروس انتخابی کارشناسی ارشد بیومکانیک ورزشی

ردیف	درس	سرفصل‌ها
۱	ارگونومی در ورزش	«علل به‌وجود آورنده آسیب‌های عضلانی و اسکلتی»، «اصول مکانیک عضله: قدرت، سفتی و توان عضلانی و ارتباط آن‌ها با افزایش بهره‌وری، تأخیر در خستگی و کاهش احتمال درد»، «مدل‌های بیومکانیکی برای تجزیه و تحلیل مهارت‌های پایه همراه با استفاده از انواع ابزار مانند راکت، دستکش، کفش»، «شاخص‌های ارگونومی تجهیزات و محیط‌های ورزشی اثرگذار بر بیومکانیک اندام فوقانی و تحتانی و ستون مهره‌ها، گردن و سر»، «وضعیت‌های قامتی ایستاوپویا در ورزش و ارتباط آن‌ها با شاخص‌های ارگونومی موردنیاز فعالیت‌های بدنی مختلف»، «مطالعه مکانیزم‌های سرخوردن و زمین‌خوردن هنگام فعالیت بدنی»، «تحلیل مهارت و تجهیزات ورزشی توسط دانشجویان از منظر ارگونومی»

۲	آشنایی با الکترومایوگرافی	«سیگنال‌های بیوالکتریک آناتومی و فیزیولوژی عضله»، «تأثیرات فیزیولوژی روی الکترومایوگرام»، «ملزومات مدارهای الکتریکی، فیبر-عضله به‌عنوان یک مدار مقاومت-خازن»، «ملزومات جریان متناوب»، «مروری بر کنوانسیون‌های متناوب سیگنال»، «ابزار EMG»، «مفاهیم امپدانس ورودی، پارازیت‌های تقویت‌کننده، پاسخ‌های متناوب، فیلترها و واسطه‌های کامپیوتر»، «سیگنال الکترومایوگرافی و تحلیل آن»، «مفهوم فرکانس و مباحث مرتبط با آن»، «مفهوم پارازیت و شیوه-های کاهش پارازیت اطلاعات در سیگنال EMG»، «آنالیز onset-offset الکترومایوگرافی»
۳	نرم‌افزارهای رایج در بیومکانیک ورزشی	«انواع زبان‌های برنامه‌نویسی رایج و اصطلاحات کاربردی زبان‌های اطلاعاتی»، «برنامه‌نویسی با فاکس پرو برای پردازش اطلاعات بانک اطلاعاتی و فرمول‌نویسی در حد ابتدایی و سنکرون‌سازی زمانی دو دسته اطلاعات»، «فرمول‌نویسی و پردازش اطلاعات در محیط Microsoft Excell»، «نرم‌افزار MatLab و کار با آن»، «تبدیل فایل‌های اطلاعات متنی مانند CSV و سایر فرمت‌ها به بانک‌های اطلاعاتی پرکاربرد و اکسل»، «اصول کار با نرم‌افزارهای ویدئوگرافی نظیر Kionova و Quintic»، «نرم‌افزارهای دستگاه‌های آزمایشگاه بیومکانیک نظیر EMG، نیروسنج‌های ایزوکیبیتیک و ایزومتریک، آنالیز حرکت»، «آشنایی با برخی از نرم‌افزارهای ویژه تحلیل المان محدود»، «آشنایی با برخی نرم‌افزارهای شبیه‌سازی کامپیوتری»، «برنامه‌نویسی و تحلیل نرم‌افزارهای موجود»
۴	کنترل حرکتی	«نظریه‌های کنترل حرکتی»، «اساس عصبی-حرکتی کنترل حرکتی»، «مشارکت‌های حسی در کنترل حرکتی»، «نقش لامسه، بینایی و حس عمقی در کنترل حرکتی»، «ویژگی‌های عملکرد و کنترل حرکتی مهارت‌های پیچیده»، «اصول سرعت و دقت»، «هماهنگی»، «آمادگی حرکت»، «توجه و حافظه»، «توجه به‌عنوان منبع ظرفیت محدود»، «مؤلفه‌های حافظه، فراموشی و راهبردها»
۵	مطالعه هدایت‌شده	«استاد راهنما با توجه به موضوع پایان‌نامه و نیاز دانشجوی، موضوعی را برای دانشجوی جهت مطالعه نظری و پیشینه تحقیق تعیین می‌کند. دانشجوی ملزم به گزارش هفتگی از مطالعات انجام‌شده است.»

### ۱۲-۳. دوره دکتری بیومکانیک ورزشی

هدف از تأسیس دوره دکتری بیومکانیک ورزشی کاربردی تر کردن آموزش‌ها به‌منظور تربیت افراد متعهد و متخصصی است که بتوانند در زمینه‌های مختلف آموزشی، برنامه‌ریزی و اجرا، راهنمایی و نظارت و پژوهش در این شاخه از علم بپردازند و با نوآوری در زمینه‌های علمی و پژوهشی این حوزه در پیشرفت و گسترش مرزهای دانش گام بردارند. از دانش‌آموختگان این مقطع انتظار می‌رود به توانایی‌هایی عمومی و تخصصی به شرح جدول ۱۲-۶ دست یابند (کمیته علوم ورزشی، ۱۳۹۲).

#### جدول ۱۲-۶. توانایی مورد انتظار از دانش‌آموختگان مقطع دکتری رشته بیومکانیک ورزشی

ردیف	نوع	توانایی‌های مورد انتظار
۱	عمومی	الف) تدریس اصول بیومکانیکی در دوره‌های مربیگری فدراسیون‌ها و سازمان‌های ورزشی
		ب) تجزیه و تحلیل تکنیک‌های ورزشی مطابق با اصول بیومکانیکی
		ج) هدایت دانشجویان به‌عنوان استاد مشاور و راهنما در طراحی و تنظیم طرح‌های تحقیقاتی در رشته بیومکانیک

تدریس دروس مرتبط با گرایش تخصصی خود در دوره‌های کاردانی و کارشناسی رشته‌های گوناگون علوم ورزشی و کارشناسی ارشد در رشته بیومکانیک ورزشی	تخصصی	۲
انجام تحقیق و پژوهش مرتبط با بیومکانیک ورزشی در مراکز تحقیقاتی و دانشگاه‌ها		
الف) کمک به امر استعدادیابی در ورزش از منظر بیومکانیکی با توجه به سن و جنس و قابلیت‌های حرکتی افراد		
ب) توانایی تحلیل بیومکانیکی آسیب‌ها و مهارت‌های ورزشی		
ج) انجام خدمات مشاوره‌ای به مربیان و ورزشکاران برای بهبود عملکرد بیومکانیکی ورزشکاران		
د) توانایی تحلیل نقاط قوت و ضعف با هدف اصلاح اجرای مهارت‌های ورزشی از منظر بیومکانیک ورزشی		
ه) توانایی برنامه‌ریزی و اجرای برنامه‌های آماده‌سازی و بدن‌سازی در رشته‌های مختلف ورزشی با تأکید بر رعایت اصول بیومکانیکی در اجرای مهارت‌های ورزشی		
و) ارائه مشاوره و راهنمایی برای پیشگیری از بروز آسیب‌های ورزشی به ورزشکاران و مربیان رشته‌های مختلف ورزشی		
ز) توانایی برنامه‌ریزی و تجویز فعالیت ورزشی برای ورزشکاران آسیب‌دیده و معلول با تأکید بر ویژگی‌های بیومکانیکی		
ح) مشارکت در کارهای گروهی مشاوره، راهنمایی و برنامه‌ریزی فعالیت ورزشی در مراکز بازتوانی ورزشی		

طول دوره دکتری چهار سال است و دروس این دوره اغلب جنبه نظری و پژوهش دارند. طول هر نیمسال تحصیلی ۱۶ هفته آموزشی و مدت هر واحد نظری ۱۶ ساعت است. تعداد کل واحدهای درسی دوره دکتری رشته بیومکانیک ورزشی، ۳۶ واحد شامل «دروس تخصصی یا الزامی ۱۰ واحد»، «دروس انتخابی یا اختیاری هشت واحد» و «رساله ۱۸ واحد» به شرح جدول ۷-۱۲ است. دانشجویانی که در دوره کارشناسی ارشد، تعداد واحدهای لازم درسی مربوطه را نگذرانده باشند یا از سایر رشته‌ها قصد تحصیل در این رشته را داشته باشند، با پیشنهاد مدیر گروه و تصویب گروه آموزشی و تأیید تحصیلات تکمیلی دانشکده موظف هستند واحدهای درسی کمبود خود را تا سقف شش واحد از بین دروس دوره کارشناسی ارشد بیومکانیک ورزشی انتخاب و با موفقیت بگذرانند (کمیته علوم ورزشی، ۱۳۹۲).

#### جدول ۷-۱۲. دروس پایه، تخصصی و انتخابی مقطع دکتری رشته بیومکانیک ورزشی

ردیف	گروه درسی	درس‌ها
۱	تخصصی	«آناتومی بالینی و عملکردی»، «مدل‌سازی و برنامه‌نویسی در تحلیل حرکت»، «بیومکانیک ورزشی پیشرفته»، «نورومکانیک حرکات انسان»، «تکنیک‌های آزمایشگاه بیومکانیک ورزشی»
۲	انتخابی	«سمینار و روش تحقیق در بیومکانیک ورزشی»، «بازتوانی آسیب‌های حرکتی»، «تحلیل سه‌بعدی حرکات انسان»، «آناتومی و بیومکانیک انسان در دوران رشد»، «پاتومکانیک سیستم‌های عضلانی-اسکلتی»، «بیومکانیک آسیب‌های ورزشی»، «مطالعه هدایت‌شده»

سرفصل‌ها و محتوای تعیین‌شده برای دروس تخصصی مقطع دکتری بیومکانیک ورزشی در جدول ۸-۱۲ معرفی شده است (کمیته علوم ورزشی، ۱۳۹۲).

جدول ۱۲-۸. سرفصل و محتوای دروس تخصصی دکترای بیومکانیک ورزشی

ردیف	درس	سرفصل‌ها
۱	آناتومی بالینی و عملکردی	«اصول و مبانی اندازه‌های بهینه اندام‌های انسان، ارزیابی‌های کین‌آنتروپومتریکی بدن ورزشکاران»، «ترکیب‌بدنی در ورزش، روش‌های ارزیابی ترکیب‌بدن، ترکیب‌بدن و اجراهای ورزشی»، «قامت و تناسب‌اندام»، «اثر رشد در تغییرات قامت و تناسب‌اندام، روش‌های ارزیابی قامت، تناسب‌اندام و ویژگی‌های نژادی»، «توان، کیفیت اجرای مهارت تأثیرگذار در توان، ارزیابی توان عضلات، روش‌های تمرینی بهبود توان»، «تندی و ملاحظات عصبی، فیزیک بدن، بیوشیمی، بیومکانیکی و آنتروپومتریکی»، «انعطاف‌پذیری، کشش، اجزای آناتومیکی و فیزیولوژیکی کشش، سازوکار کشش و عوامل مرتبط با آسیب»، «بالانس و چابکی با ورزش»، «روش‌های تحلیل مهارت‌های ورزشی، مدل‌های آنالیز تکنیک‌ها، بررسی تحلیل‌های توصیفی و کمی»، «آنالیز تصویری در اجرای مهارت‌های ورزشی، خطاها در تحلیل حرکت، آنالیز دو و سه‌بعدی»، «کاربرد بیومکانیک در اصلاح مهارت، ملاحظات بیومکانیکی در کاهش میزان آسیب‌های ورزشی»، «نقش حرکت و تمرینات ورزشی برای پیشگیری از آسیب‌های عضلانی، مفصلی و استخوانی»، «خستگی و آسیب‌های عصبی، عضلانی، مفصلی و استخوانی، اثر کم‌حرکی، آسیب و افزایش سن»، «تغییرات پاتولوژیکی در ساختار و عملکرد تنه، سینه و شکم»، «تغییرات پاتولوژیکی در ساختار و عملکرد لگن»، «آسیب‌ها و دردهای ستون مهره»، «تغییرات پاتولوژیکی در ساختار و عملکرد اندام فوقانی و تحتانی»، «تغییرات پاتولوژیکی در ساختار و عملکرد سر»
۲	مدل‌سازی و برنامه‌نویسی در تحلیل حرکت	«کاربردهای مدل‌سازی»، «کاربرد ماتریس‌های دو بعدی و سه بعدی و پردازش ریاضی در بیومکانیک ورزشی»، «نرم‌افزارهای کاربردی مدل‌سازی در بیومکانیک ورزشی و مهندسی پزشکی»، «کار عملی با نرم‌افزار متلب و ابزارهای مختلف کاربردی»، «مدل‌سازی سیستم اسکلتی-عضلانی»، «مدل‌سازی ریاضی در بیومکانیک ورزشی»، «مدل‌های صلب اجزا»، «مدل‌های انعطاف‌پذیر»، «مدل‌سازی با روش‌های المان محدود»، «آشنایی با نرم‌افزارهای ABAQUS، ANSYS، COSMOS و DYNA3D»، «مدل‌سازی بیومکانیکی با نرم‌افزار AnyBody»، «مدل‌سازی دو بعدی یک، دو و چندسگمتی در بیومکانیک ورزشی»، «مقدمات شبکه‌های عصبی مصنوعی»، «کار عملی با نرم‌افزار OpenSim و امکانات مختلف آن»، «کار عملی با نرم‌افزار SIMM و امکانات مختلف آن»، «مدل‌سازی آناتومیکی و شبیه‌سازی حرکات با نرم‌افزار OPenSim»، «مدل‌سازی کینماتیکی و کینتیکی ساده با نرم‌افزار OPenSim»
۳	بیومکانیک ورزشی پیشرفته	«مروری بر مفاهیم و اصطلاحات رایج در مباحث بیومکانیک ورزشی»، «مروری بر جایگاه، نقش، روش‌ها و ابزارهای اندازه‌گیری در تحلیل بیومکانیکی حرکات انسان»، «اصول روش‌های تحلیل توصیفی بیومکانیکی حرکات انسان و مرور بر روش‌شناسی مقالات در زمینه تحلیل کیفی مهارت‌های ورزشی»، «نقش مدل‌ها در تحلیل توصیفی بیومکانیکی حرکات انسان»، «نقش حواس در تحلیل توصیفی بیومکانیکی حرکات انسان»، «اصول روش‌های کمی و مرور مقالات مرتبط برای تحلیل حرکات انسان»، «جایگاه و نقش خطا در اندازه‌گیری و تحلیل توصیفی و کمی حرکات انسان»، «مراحل پردازش اطلاعات خام و اولیه جمع‌آوری‌شده بیومکانیکی قبل از تحلیل اطلاعات کمی»، «نقش شاخص‌های آماری در تحلیل بیومکانیکی اطلاعات توصیفی و

	کمی حرکات انسان»، «تحلیل آناتومیکی و بیومکانیکی چند مهارت توسط دانشجویان»، «بحث و بررسی مقالات منتشره داخلی و خارجی در حیطه بیومکانیک ورزشی»	
۴	نورومکانیک حرکات انسان	«ساختار کلی و جزئی سیستم عصبی»، «مبانی توصیف حرکت با رویکرد نوروبیومکانیکی مهارت‌های پایه»، «مبانی فیزیولوژیکی عصبی-عضلانی با تأکید بر علوم ورزشی»، «فیزیولوژی و مکانیک عضله و واحدهای حرکتی»، «بررسی نورومکانیکی حرکت‌های رفلکسی و ارادی»، «بررسی نورومکانیکی اجزا و عملکرد دستگاه تک مفصله و چند مفصله»
۵	تکنیک‌های آزمایشگاه بیومکانیک ورزشی	«اصول چینش ابزارهای ضبط اطلاعات سه‌بعدی در آزمایشگاه»، «اساس و مبانی فتوگرافی سه-بعدی و تعیین خطای اندازه‌گیری»، «مبانی تبدیل سیگنال آنالوگ به دیجیتال»، «آشنایی با روش DLT در تعیین مختصات سه‌بعدی نقاط»، «ابزارهای تعیین ابعاد بدن»، «مدل‌های انترپومتری جهت تعیین مرکز جرم سه‌بعدی اندام‌ها»، «اساس کار با صفحه نیروسنج و هم‌زمانی آن با دوربین»، «اساس کار با صفحه نیروسنج و هم‌زمانی آن با دوربین»، «اساس کار با دستگاه EMG و محاسبات پیشرفته داده‌های آن»، «ضبط هم‌زمان دوربین، صفحه نیروسنج و EMG و تفسیر نتایج آن‌ها»، مرور بر روش‌های پالایش داده‌های خام»، «محاسبات تبدیل فوریز و طیف توانی در آنالیز حرکتی»، «کارورزی در آزمایشگاه بیومکانیک، آماده نمودن بخش استفاده از ابزارهای تحقیق در روش‌شناسی یک تحقیق»، «تهیه و تنظیم روش استفاده از ابزارها در تنظیم گزارش تحقیق»

سرفصل‌ها و محتوای تعیین‌شده برای دروس انتخابی مقطع دکترای بیومکانیک ورزشی در جدول ۹-۱۲ ارائه شده‌است.

جدول ۹-۱۲. سرفصل و محتوای دروس انتخابی دکترای بیومکانیک ورزشی

ردیف	درس	سرفصل‌ها
۱	سمینار و روش تحقیق در بیومکانیک ورزشی	«روش‌های پیشرفته طبقه‌بندی در آمار»، «روش‌های پیشرفته تحلیل آمار استنباطی»، «تعمیق دانش روش‌های تحقیق»، «آموزش نحوه تدوین عنوان و پروپوزال رساله دکتری»، «آموزش اصول گزارش‌نویسی پروژه‌های تحقیق در حیطه بیومکانیک ورزشی»، «تعمیق اطلاعات و دانش در خصوص شیوه‌های نقد و بررسی پایان‌نامه و رساله»، «آموزش اصول مقاله‌نویسی در مجلات علمی-پژوهشی داخل و خارج از کشور»، «آموزش روش تهیه گزارش مطالب علمی در کنفرانس-های داخلی و خارجی در بیومکانیک ورزشی»، «آموزش نحوه تهیه طرح پژوهشی و ارائه مطلب در کنفرانس»
۲	بازتوانی آسیب‌های حرکتی	«اصول حرکت»، «علائم آسیب‌های ناشی از حرکات»، «اجزای بیومکانیکی آسیب‌ها»، «اجزای اصلی آسیب‌های سیستم عصبی، اسکلتی، تفاوت‌های ساختاری مفاصل و عضلات»، «صف آرایی در تنه، حرکات و علائم آسیب‌های حرکتی در اندام‌های فوقانی و تحتانی»، «حرکات اصلاحی برای اصلاح علائم آسیب‌های ناشی از حرکت»، «سندروم‌ها در ناهنجاری‌های مرتبط با آسیب‌های حرکتی و ورزشی»، «علل زیستی آسیب و خواص مواد در برابر فشار، کشش، الاستیسیته، پلاستیسیته، ویسکوالایستیته، عدم تجانس همسانی»، «تأثیر فاکتورهای خواص بافت زیستی، سن و جنس، ورزش‌ها و تمرینات»، «آسیب‌های استخوان، مفصل، بافت نرم، بافت همبند، غضروف مفصلی، لیگامان‌ها، واحد عضلانی-تاندونی در ورزش»، «فاکتورهای ژنتیکی در ورزش»، «تأثیر

<p>تجهیزات و تکنیک‌های ورزشی در آسیب»، «محاسبه نیروهای عمل‌کننده روی یک قسمت از بدن در دو بعد یا بیشتر از یک عضله و مفاصل غیر متحرک»، «محاسبه نیروهای عکس‌العمل مفصل مسطح و زنجیره‌های قطعه‌ای، سیستم چندقسمتی»، «تعیین نیروهای عضلانی و حرکت‌های معکوس، بهینه‌سازی معکوس»</p>		
<p>«معرفی مختصات مرجع آزمایشگاهی و محلی و اصول چینش دستگاه‌های ضبط اطلاعات سه-بعدی»، «مقدمه‌ای بر ضرب و تبدیل ماتریس‌های دورانی در تحلیل سه‌بعدی»، «بررسی مدل‌های آنترپومتری در تعیین مرکز جرم اندام در سه‌بعد»، «اصول مارکرگذاری در تحلیل سه‌بعدی و تعیین دستگاه مختصات متعامد آناتومیکی و محلی»، «روش‌های تعیین زوایای مطلق اندام‌ها در سه‌بعد و محاسبه سرعت و شتاب زوایای اندام‌ها»، «محاسبات زوایای مفاصل در سه‌بعد با استفاده از روش‌های گرود و سانتای و هالیکال»، «بررسی تغییرات نیروهای عکس‌العمل و مرکز فشار در سه‌بعد تحلیل گام»، «روش دینامیک معکوس در محاسبات گشتاور نیروی عضلات در سه‌بعد»، «محاسبات کار و انتقال انرژی در تحلیل حرکت در سه‌بعد و تفسیر نمودار آن»</p>	<p>تحلیل سه‌بعدی حرکات انسان</p>	<p>۳</p>
<p>«محدودیت‌های ژنتیکی و محیطی بر تغییرپذیری اجرای ورزش»، «هماهنگی نیمرخ سیستم‌های حرکتی»، «رابطه کلینیکی تغییرپذیری در هماهنگی»، «هماهنگی اندازه‌گیری شده و هماهنگی تغییرپذیری»، «تغییرپذیری در طول زندگی»، «تغییرپذیری عملکردی در توسعه حرکتی ادراکی»، «تغییرپذیری و سن در برونداد حرکتی»، «ویژگی‌های مکانیکی تغییرپذیری کاهش کارایی عضلات»، «مبانی سلولی و مولکولی هتروژنی در تغییرپذیری کارایی قابلیت انقباض»، «هتروژنی مولکولی و عملکردی فیبرهای عضلانی، مشخصات عملکردی انواع فیبرهای عضلانی انسانی»، «خودسازمان‌دهی دینامیکی مغز و اهداف حرکت»، «آشفتنگی نورودینامیکی ادراک، پیوند زمان و فضا در سرتاسر عمل، علت خطی در برابر علت دایره‌های زمان‌بندی در آگاهی از عمل»</p>	<p>آناتومی و بیومکانیک انسان در دوران رشد</p>	<p>۴</p>
<p>«مکانیک و پاتومکانیک عضلات، استخوان‌ها، مفاصل و اعصاب: سر، گردن، تنه، اندام فوقانی و اندام تحتانی»، «ساختار عملکرد استخوان‌ها و عناصر غیرانقباضی در مفاصل سروگردن، تنه، اندام فوقانی و تحتانی»</p>	<p>پاتومکانیک سیستم- های عضلانی-اسکلتی</p>	<p>۵</p>
<p>«علل زیستی آسیب و خواص مواد در برابر فشار و کشش»، «ساختار، ترکیب و خواص بیومکانیکی غضروف، استخوان، عضله، تاندون و لیگامان»، «تأثیر فاکتورهای خواص بافت زیستی، سن و جنس، ورزش‌ها و تمرینات و گرم‌کردن»، «آسیب‌های استخوان، انواع شکستگی‌ها، اندازه-فشار، سرعت فشار، ویژگی‌های استخوان»، «آسیب‌های ورزشی مفصل و بافت نرم، بافت همبند، غضروف مفصلی، لیگامانت‌ها، واحد عضلانی-تاندونی»، «فاکتورهای ژنتیکی در آسیب‌های ورزشی»، «تأثیر تجهیزات و تکنیک‌های ورزشی در آسیب»، «جنبه‌های تکنیکی آسیب‌های اسکلتی-عضلانی»، «محاسبه نیروهای عمل‌کننده روی یک قسمت از بدن در دو بعد، مفاصل غیرمتحرک»، «محاسبه نیروهای عمل‌کننده روی قسمتی از بدن با بیشتر از یک عضله»، «محاسبه نیروهای عکس‌العمل مفصل مسطح و زنجیره‌های قطعه‌ای، سیستم چندقسمتی»، «تعیین نیروهای عضلانی و حرکت‌های معکوس، بهینه‌سازی معکوس»، «EMG برای برآورد نیروی عضلانی، تعیین نیروهای استخوانی و لیگامنتی، پارگی لیگامان کشککی»</p>	<p>بیومکانیک آسیب‌های ورزشی</p>	<p>۶</p>

«استاد راهنما با توجه به موضوع انتخابی مربوط به پروژه تحقیقی، رساله و نیاز دانشجوی، موضوعی را برای دانشجوی جهت مطالعه نظری و پیشینه تحقیق تعیین می‌کند.» «دانشجو ملزم به ارائه گزارش هفتگی از مطالعات انجام شده است.»	مطالعه هدایت شده	۷
---	------------------	---

### خلاصه

در علوم ورزشی گرایش «بیومکانیک ورزشی» در دو مقطع کارشناسی ارشد و دکتری وجود دارد. دانشجویان این رشته و گرایش با تمرکز بر روی حوزه مطالعاتی مشخص در «بیومکانیک ورزشی» در این عرصه به تخصص و قدرت لازم در خدمت‌رسانی دست پیدا می‌کنند.

### فعالیت‌هایی برای یادگیری

- درباره انواع حوزه‌های مطالعاتی تخصصی در بیومکانیک ورزشی مطالعه کنید و آن‌ها را با توجه به علایق خود اولویت‌بندی کنید.
- با چند متخصص بیومکانیک ورزشی درباره اولویت‌بندی خود مشورت کنید و راه‌های تبدیل شدن به یک بیومکانیست ورزشی موفق را جویا شوید. جمع‌بندی خود را به صورت یک مقاله نقد و تحلیلی درباره راه‌های کسب توفیق در رشته بیومکانیک ورزشی بنویسید.







# سایر رشته‌های بین رشته‌ای ورزشی

هدف کلی: آشنایی با انواع رشته‌های بین‌رشته‌ای در ورزش

اهداف یادگیری:

- آشنایی با رشته جامعه‌شناسی ورزشی
- آشنایی با رشته مهندسی ورزشی
- آشنایی با رشته پزشکی ورزشی

## مقدمه

امروزه با توجه به گستردگی ورزش در ابعاد مختلف، در اغلب رشته‌های تخصصی رویکردهای ویژه ورزشی ایجاد شده است. در این فصل به مرور برخی از مهم‌ترین این رشته‌های بین‌رشته‌ای با رویکرد ورزش پرداخته خواهد شد.

## ۱-۱۳. ماهیت رشته‌های بین‌رشته‌ای با ماهیت ورزش

رشته‌های تخصصی زیادی چون «اقتصاد، جامعه‌شناسی، ارتباطات، جغرافیا، تاریخ، پزشکی و کارآفرینی» در دوره‌های تخصصی به تربیت افرادی با رویکرد ورزش در مقاطع مختلف دانشگاهی می‌پردازند. در این فصل به مرور برخی از رشته‌های فعال در دانشگاه‌های ایران پرداخته می‌شود.

## ۲-۱۳. مهندسی ورزش

تاریخچه «مهندسی ورزش» با تعریف و رویکرد امروزی به اواخر دهه ۹۰ میلادی بازمی‌گردد که توسط «استیوهاک» معرفی شد. هرچند «مهندسی ورزش» به‌عنوان حوزه جدیدی از مطالعات مطرح می‌شود اما قدمتی طولانی دارد. دانشمندان زیادی در طول تاریخ به دنبال استفاده از «ورزش برای توضیح علم» یا استفاده از «علم برای توضیح یک عمل ورزشی خاص» بوده‌اند. «دانشگاه شفیلد انگلستان» در سال ۱۹۹۶ «اتحادیه بین‌المللی مهندسی ورزش یا ISEA» را تأسیس و نخستین کنفرانس مهندسی ورزش را برگزار کرد. در برخی موارد توفیقات برخی کشورها و ثبت برخی رکوردها در رویدادهای مهم ورزشی به بهره‌مندی مناسب از مهندسی ورزش ربط داده شده است. در ایران نیز فعالیت‌ها در این حوزه از حوالی سال ۱۳۸۱ توسط گروهی از «متخصصین علوم مهندسی دانشگاه آزاد اسلامی واحد علوم- و تحقیقات» شروع شد و در سال ۱۳۸۶ گروه مهندسی ورزش شکل گرفت و در دو مقطع کارشناسی و کارشناسی‌ارشد رشته‌های آن به تصویب وزارت علوم رسید (گروه فنی و مهندسی، ۱۳۹۶).

مهندسی ورزش که از دو کلمه «مهندسی» و «ورزش» تشکیل شده است و به‌معنای به‌کارگیری و کاربردی‌سازی «علوم ریاضی و فیزیک» برای حل مسائل ورزشی به‌منظور کمک به ارتقاء عملکرد ورزشکار با استفاده از ابزار و لوازم است. این رشته در ابتدا در مقطع کارشناسی و در کمیته علوم ورزشی گروه علوم اجتماعی شورای برنامه‌ریزی درسی وزارت عتف مصوب شد اما در ادامه منسوخ و دوره کارشناسی‌ارشد مهندسی ورزش در رشته‌های «فنی و مهندسی» توسط «کمیته فنی و مهندسی» مصوب شد. کارشناسی‌ارشد مهندسی ورزشی دربرگیرنده مجموعه‌ای از علوم مهندسی دارای کاربرد در ورزش و علوم ورزشی در سطح تحصیلات تکمیلی در زمینه «تحلیل، طراحی و ساخت» است. هدف از دوره کارشناسی‌ارشد مهندسی ورزش در سه گرایش «پردازش داده‌های ورزشی»، «ابزار دقیق ورزشی» و «تجهیزات ورزشی» طراحی شده است، تربیت نیروی انسانی با مهارت‌های مهندسی تخصصی و تکمیلی است که به‌طور خاص در حیطه ورزش فعالیت کند. مهندسی ورزش در سطح جهانی یک رشته مستقل بوده و گرایش هیچ رشته دیگری محسوب نمی‌شود (گروه فنی و مهندسی، ۱۳۹۶).

نیاز روزافزون کشور به پیشرفت در عرصه ورزش، لزوم کیفیت بخشیدن به آن و صحت عمل در این زمینه، برای رسیدن به مقام و درجات عالی در ورزش، کمی‌سازی فعالیت‌های ورزشی و ورزشکار بر اساس ابزار دقیق پیشرفته، توسعه سریع در صنعت ورزش و حضور فناوری در آن و سوق به سمت خودکفایی، انجام صحیح حرکات ورزشی و کسب نتایج و رکوردهای بالاتر، جلوگیری از بروز آسیب‌دیدگی‌های مربوطه، ایجاد زیرساخت‌های مهندسی در سطح کلان و به‌روز با دنیا، نیازمند تربیت متخصصین مجهز به دانش مهندسی در حوزه ورزش در سطوح تحصیلات تکمیلی است که بتوانند این نیازها را برطرف کرده و از طرفی با توجه به جدید بودن مهندسی ورزش در جهان امکان رقابت و پیشتازی در این عرصه را مهیا سازند. طول دوره کارشناسی‌ارشد «مهندسی ورزش» حداکثر سه سال با تعداد «۳۲ واحد درسی» شامل «۱۲ واحد درسی تخصصی یا اجباری»، «۱۲ واحد درسی اختیاری»، «دو واحد درسی سمینار» و «شش واحد درسی پروژه» خواهد بود. پذیرفته‌شدگان دارای مدرک کارشناسی غیرمهندسی و دکترای حرفه‌ای باید حداکثر ۱۲ واحد پیش‌نیاز از دروس پایه و اصلی کارشناسی مهندسی ورزش را مطابق نظر گروه تخصصی اخذ و بگذرانند. کلیه پذیرفته‌شدگان در صورتی که درس «روش تحقیق» را در دوره کارشناسی نگذرانده باشند، باید این درس را به صورت جبرانی در دوره کارشناسی‌ارشد مهندسی ورزش در تمام گرایش‌ها اخذ کنند. همچنین پذیرفته‌شدگان با مدرک کارشناسی غیر از علوم ورزشی و تربیت‌بدنی باید درس «فیزیولوژی ورزش ۱ و علم تمرین» را در صورتی که در دوره کارشناسی نگذرانده باشند، باید به‌عنوان دروس جبرانی اخذ کنند. پذیرفته‌شدگان با مدرک کارشناسی «مهندسی ورزش» به جز درس «روش تحقیق» نیازی به اخذ دروس جبرانی ندارند. در ادامه توانایی‌های موردانتظار و دروس تخصصی و انتخابی به تفکیک هر گرایش در مقطع کارشناسی‌ارشد «مهندسی ورزش» معرفی خواهد شد (گروه فنی و مهندسی، ۱۳۹۶).

### ۱۳-۲-۱. کارشناسی‌ارشد مهندسی ورزش با گرایش «پردازش داده‌های ورزشی»

از دانش‌آموختگان کارشناسی‌ارشد مهندسی ورزش با این گرایش انتظار می‌رود به توانایی‌هایی به شرح جدول ۱۳-۱ دست یابند.

جدول ۱۳-۱. توانایی‌های مورد انتظار از دانش‌آموختگان کارشناسی‌ارشد مهندسی ورزش گرایش پردازش داده‌های ورزشی

ردیف	توانایی‌های مورد انتظار
۱	توانایی در پردازش سیگنال‌ها و داده‌های اخذشده از ورزش با ورزشکار با روش‌های مختلف مهندسی
۲	توانایی در پردازش تصاویر ثابت و ویدیویی اخذشده از ورزش یا ورزشکار با روش‌های مختلف مهندسی
۳	توانایی در مدل‌سازی و شبیه‌سازی سیستم‌های ورزشی اعم از حرکات ورزشی، سیستم‌های بیولوژیکی و کنترلی ورزشکار، تاکتیک‌های ورزشی، مسابقات ورزشی و امثال آن
۴	توانایی شرکت در تحقیقات تجزیه و تحلیل مهندسی حرکات و عملکردهای ورزشی
۵	توانایی در همکاری و اجرای پروژه‌های تحقیقاتی در حیطه ورزش
۶	طراحی و ساخت بخش پردازشی و نرم‌افزاری تجهیزات و سیستم‌های ورزشی
۷	طراحی سیستم‌های هوشمند با قابلیت تصمیم‌گیری در ورزش با کاربرد در حوزه‌هایی نظیر تحلیل یا داوری در ورزش

۸	ارائه روش‌های نرم‌افزاری در استانداردسازی و استانداردسنجی تجهیزات و لوازم ورزشی
۹	طراحی و تولید نرم‌افزارهای تخصصی در زمینه انواع تحلیل‌های مهندسی حرکات و پدیده‌های ورزشی
۱۰	همکاری و مشاوره با کلیه نهادهای ورزشی نظیر وزارت ورزش و جوانان، ادارات تربیت‌بدنی، وزارت آموزش و پرورش، فدراسیون‌های ورزشی، باشگاه‌های ورزشی، تیم‌های ملی و باشگاهی در امور فنی و مهندسی نظیر نظارت، انتخاب، تجهیز، تعمیر و نگهداری لوازم و تجهیزات و فضاهای ورزشی، ارائه روش‌ها، سیستم‌ها و تکنیک‌های مهندسی در جهت بهبود عملکرد ورزشکاران و تیم‌های ورزشی
۱۱	همکاری و مشاوره با کلیه شرکت‌های تجهیزات ورزشی اعم از تولیدکننده و واردکننده در امور فنی و مهندسی و نظارت بر صحت این امور
۱۲	نظارت و نقش‌آفرینی در امور استانداردسازی و استانداردسنجی در ورزش در حوزه‌های تخصصی مرتبط
۱۳	نقش‌آفرینی مؤثر در فرایند تولید ملی به صورت طراحی، ساخت و تولید فناوری‌ها، محصولات کاربردی و محصولات دانش‌بنیان

دروس تخصصی یا اجباری و انتخابی در رشته مهندسی ورزش با گرایش پردازش داده‌های ورزشی به شرح

جدول ۱۳-۲ هستند.

جدول ۱۳-۲. دروس تخصصی یا اجباری و انتخابی در رشته مهندسی ورزش با گرایش پردازش داده‌های ورزشی

ردیف	نوع	درس‌ها
۱	تخصصی	«پردازش سیگنال‌های دیجیتال»، «پردازش سیگنال‌های ورزشی»، «پردازش تصاویر دیجیتال در ورزش»، «ریاضیات مهندسی پیشرفته»
۲	انتخابی	«شبکه‌های عصبی»، «شناسایی الگو»، «سیستم‌های منطق فازی»، «شناسایی سیستم‌ها»، «فرایندهای اتفاقی در ورزش»، «آشوب و کاربرد آن در ورزش»، «سیستم‌های کنترل عصبی-عضلانی»، «سیستم‌های کنترل غیرخطی»، «سیستم‌های کنترل تطبیقی»، «پردازش تصاویر ویدیویی در ورزش»، «بینایی ماشین»، «ابزار دقیق ورزشی»، «مهندسی تجهیزات و لوازم ورزشی»، «تله‌متری در ورزش»، «آنالیز حرکات ورزشی»، «راحتی در لباس‌های ورزشی»، «مبانی فیزیولوژیایی عصبی-عضلانی»، «حافظه یادگیری و فرایندهای ادراکی»، «فیزیولوژی ورزشی کاربردی»، «بیومکانیک آسیب‌های ورزشی»، «یادگیری حرکتی»، «مدل‌سازی و کاربردهای آن در ورزش»، «تست و کالیبراسیون دستگاه‌های ورزشی»، «مواد مرکب جدید در مهندسی ورزش»، «مدیریت تجاری و بازرگانی»، «اتوماسیون صنعتی»، «مباحث ویژه در مهندسی ورزش ۱، ۲ و ۳»، «مهندسی بیوفیدبک در ورزش»، «میکروپروسور پیشرفته»، «تکنولوژی اطلاعات در ورزش»، «هوش مصنوعی و سیستم‌های کارشناس»، «رباتیک»، «مدارهای واسطه و کاربرد آن در ورزش»، «کنترل بهینه»، «مهندسی فاکتورهای انسانی و ارگونومی در ورزش»، «مهندسی تجهیزات ورزشی معلولین»، «تجاری‌سازی دانش و فناوری‌های ورزشی»، «تئوری‌های کارآفرینی»، «طراحی و تدوین طرح کسب و کار»، «بازاریابی و تحقیقات بازار در مهندسی ورزش»، «طراحی محصول و کاربردهای آن در مهندسی ورزش»، «اقتصاد مهندسی»، «کاربردهای تجهیزات مهندسی در علم تمرین»، «کاربردهای تجهیزات مهندسی در حرکات اصلاحی»، «علم تمرین پیشرفته»، «استاندارد و مهندسی ورزش»، «کارآفرینی در مهندسی ورزش»

## ۱۳-۲-۲. کارشناسی ارشد مهندسی ورزش با گرایش «ابزار دقیق ورزشی»

از دانش‌آموختگان کارشناسی ارشد مهندسی ورزش با این گرایش انتظار می‌رود به توانایی‌هایی به شرح جدول ۱۳-۳ دست یابند.

جدول ۱۳-۳. توانایی‌های مورد انتظار از دانش‌آموختگان کارشناسی ارشد مهندسی ورزش با گرایش ابزار دقیق ورزشی

ردیف	توانایی‌های مورد انتظار
۱	طراحی و ساخت سیستم‌های ثبت سیگنال‌ها و داده‌های ورزشی (ورزش یا ورزشکار) با روش‌های مختلف مهندسی
۲	طراحی و ساخت سیستم‌های اخذ و ثبت تصاویر ویدئویی با سرعت‌های مختلف متناسب با ورزش موردنظر
۳	آشنایی با تکنیک‌های مختلف در طراحی و استفاده از سنسورها
۴	طراحی و ساخت دستگاه‌های اندازه‌گیری در ورزش
۵	پیاده‌سازی ایده‌ها و روش‌های مختلف تست در تربیت‌بدنی
۶	توانایی شرکت در تحقیقات در زمینه طراحی و ساخت سیستم‌های ابزار دقیق و اندازه‌گیری ورزشی
۷	توانایی در طراحی سیستم‌های هوشمند با قابلیت تصمیم‌گیری در ورزش با کاربرد در حوزه‌هایی نظیر تحلیل یا داوری در ورزش
۸	طراحی و ساخت تجهیزات و ارائه روش‌های سخت‌افزاری در استانداردسازی و استانداردسنجی تجهیزات و لوازم ورزشی
۹	همکاری و مشاوره با کلیه نهادهای ورزشی، باشگاه‌های ورزشی، تیم‌های ملی و باشگاهی در امور فنی و مهندسی نظیر نظارت، انتخاب، تجهیز، تعمیر و نگهداری لوازم، تجهیزات و فضاهای ورزشی، ارائه روش‌ها، سیستم‌ها و تکنیک‌های مهندسی در جهت بهبود عملکرد ورزشکاران و تیم‌های ورزشی
۱۰	همکاری و مشاوره با کلیه شرکت‌های تجهیزات ورزشی اعم از تولیدکننده و واردکننده در امور فنی و مهندسی و نظارت بر صحت این امور
۱۱	نظارت و نقش‌آفرینی در امور استانداردسازی و استانداردسنجی در ورزش در حوزه‌های تخصصی مرتبط
۱۲	نقش‌آفرینی مؤثر در فرایند تولید ملی به صورت طراحی، ساخت و تولید فناوری‌ها، محصولات کاربردی و محصولات دانش‌بنیان

دروس تخصصی یا اجباری و انتخابی در رشته «مهندسی ورزش» با گرایش ابزار دقیق ورزشی به شرح جدول ۴-۱۳ هستند.

جدول ۴-۱۳. دروس تخصصی یا اجباری و انتخابی در رشته مهندسی ورزش با گرایش ابزار دقیق ورزشی

ردیف	نوع	درس‌ها
۱	تخصصی	«ابزار دقیق ورزشی»، «تست و کالیبراسیون دستگاه‌های ورزشی»، «پردازش تصاویر دیجیتال در ورزش»، «ریاضیات مهندسی پیشرفته»
۲	انتخابی	«اولتراسوند و کاربرد آن در ورزش»، «لیزر و کاربرد آن در ورزش»، «رباتیک»، «مدارهای واسطه و کاربرد آن در ورزش»، «دستگاه‌های درمانی و توانبخشی ورزشی»، «مهندسی بیوفیدبک در ورزش»، «میکروپروسسور پیشرفته»، «مدل‌سازی و کاربردهای آن در ورزش»، «بینایی ماشین»، «پردازش سیگنال‌های دیجیتال»، «پردازش سیگنال‌های ورزشی»، «راحتی در لباس‌های ورزشی»، «پردازش تصاویر ویدئویی در ورزش»، «مهندسی تجهیزات و لوازم ورزشی»، «شبکه‌های عصبی»، «سیستم‌های کنترل عصبی عضلانی»، «مبانی فیزیولوژیایی

عصبی-عضلانی»، «حافظه یادگیری و فرایندهای ادراکی»، «فیزیولوژی ورزشی کاربردی»، «بیومکانیک آسیب‌های ورزشی»، «یادگیری حرکتی»، «مواد مرکب جدید در مهندسی ورزش»، «سیستم‌های کنترل غیرخطی»، «مدیریت تجاری و بازرگانی»، «اتوماسیون صنعتی»، «سیستم‌های منطق فازی»، «فرایندهای اتفافی در ورزش»، «مباحث پیشرفته در کنترل و یادگیری حرکات انسان»، «فناوری اطلاعات در ورزش»، «مباحث ویژه در مهندسی ورزش ۱، ۲ و ۳»، «آشوب و کاربرد آن در ورزش»، «شناسایی الگو»، «تله‌متری در ورزش»، «مهندسی فاکتورهای انسانی و ارگونومی در ورزش»، «مهندسی تجهیزات ورزشی معلولین»، «تجاری‌سازی دانش و فناوری‌های ورزشی»، «تئوری‌های کارآفرینی»، «طراحی و تدوین طرح کسب‌وکار»، «بازاریابی و تحقیقات بازار در مهندسی ورزش»، «طراحی محصول و کاربردهای آن در مهندسی ورزش»، «اقتصاد مهندسی»، «کاربردهای تجهیزات مهندسی در علم‌تمرین»، «کاربردهای تجهیزات مهندسی در حرکات اصلاحی»، «علم تمرین پیشرفته»، «استاندارد و مهندسی ورزش»، «کارآفرینی در مهندسی ورزش»		
--	--	--

### ۱۳-۲-۳. کارشناسی ارشد مهندسی ورزش با گرایش «تجهیزات ورزشی»

از دانش‌آموختگان کارشناسی ارشد مهندسی ورزش با این گرایش انتظار می‌رود به توانایی‌هایی به شرح جدول ۱۳-۵ دست یابند.

جدول ۱۳-۵. توانایی‌های مورد انتظار از دانش‌آموختگان کارشناسی ارشد مهندسی ورزش با گرایش تجهیزات ورزشی

ردیف	توانایی‌های مورد انتظار
۱	طراحی و ساخت تجهیزات و لوازم ورزشی در ورزش‌های مختلف با استفاده از روش‌های مختلف مبتنی بر مهندسی مکانیک، نساجی و مواد
۲	تحلیل، طراحی و ساخت انواع توپ‌های ورزشی
۳	تحلیل، طراحی و ساخت کفش‌های ورزشی
۴	تحلیل، طراحی و ساخت راکت‌های ورزشی
۵	تحلیل، طراحی و ساخت تجهیزات بدن‌سازی مکانیکی
۶	تحلیل، طراحی و ساخت لباس‌های ورزشی
۷	تحلیل، طراحی و ساخت کفش‌های ورزشی
۸	تجزیه و تحلیل دینامیکی و مکانیکی حرکات و پدیده‌های ورزشی
۹	همکاری و مشاوره با کلیه نهادهای ورزشی نظیر وزارت ورزش و جوانان، ادارات تربیت‌بدنی، وزارت آموزش و پرورش، فدراسیون‌های ورزشی، باشگاه‌های ورزشی، تیم‌های ملی و باشگاهی در امور فنی و مهندسی نظیر نظارت، انتخاب، تجهیز، تعمیر و نگهداری لوازم، تجهیزات و فضاهای ورزشی، ارائه روش‌ها، سیستم‌ها و تکنیک‌های مهندسی در جهت بهبود عملکرد ورزشکاران و تیم‌های ورزشی
۱۰	همکاری و مشاوره با کلیه شرکت‌های تجهیزات ورزشی اعم از تولیدکننده و واردکننده در امور فنی و مهندسی و نظارت بر صحت این امور
۱۱	نظارت و نقش‌آفرینی در امور استانداردسازی و استانداردسنجی در ورزش در حوزه‌های تخصصی مرتبط
۱۲	نقش‌آفرینی مؤثر در فرایند تولید ملی به صورت طراحی، ساخت و تولید فناوری‌ها، محصولات کاربردی و محصولات دانش‌بنیان

دروس تخصصی یا اجباری و انتخابی در رشته مهندسی ورزش با گرایش تجهیزات ورزشی به شرح جدول ۱۳-۶ هستند.

جدول ۱۳-۶. دروس تخصصی یا اجباری و انتخابی در رشته مهندسی ورزش با گرایش تجهیزات ورزشی

ردیف	نوع	درس‌ها
۱	تخصصی	«مهندسی تجهیزات ورزشی»، «راحتی در لباس‌های ورزشی»، «مواد مرکب جدید در مهندسی ورزش»، «ریاضیات مهندسی پیشرفته»
۲	انتخابی	«ریاتیک»، «آئروپنایمیک در ورزش»، «بیومکانیک و کاربرد آن در ورزش»، «مهندسی تجهیزات ورزشی معلولین»، «المان‌های محدود»، «طراحی اجزای پیشرفته»، «مکانیک محیط پیوسته»، «مهندسی فاکتورهای انسانی و ارگونومی در ورزش»، «دستگاه‌های درمانی و توانبخشی ورزشی»، «مدل‌سازی و کاربردهای آن در ورزش»، «سیستم‌های کنترل عصبی-عضلانی»، «مدیریت تجاری و بازرگانی»، «اتوماسیون صنعتی»، «پردازش تصاویر ویدیویی در ورزش»، «پردازش سیگنال‌های دیجیتال»، «ابزار دقیق ورزشی»، «پردازش تصاویر دیجیتال در ورزش»، «مدارهای واسطه و کاربرد آن در ورزش»، «مباحث ویژه در مهندسی ورزش ۱، ۲ و ۳»، «مهندسی بیوفیدبک در ورزش»، «شبکه‌های عصبی»، «آشوب و کاربرد آن در ورزش»، «بینایی ماشین»، «لیزر و کاربرد آن در ورزش»، «اولتراسوند و کاربرد آن در ورزش»، «فرایندهای اتفاقی در ورزش»، «مبانی فیزیولوژیایی عصبی-عضلانی»، «حافظه یادگیری و فرایندهای ادراکی»، «فیزیولوژی ورزشی کاربردی»، «بیومکانیک آسیب‌های ورزشی»، «یادگیری حرکتی»، «تله‌متری در ورزش»، «پردازش سیگنال‌های دیجیتال»، «تجاری‌سازی دانش و فناوری‌های ورزشی»، «تئوری‌های کارآفرینی»، «طراحی و تدوین طرح کسب‌وکار»، «بازاریابی و تحقیقات بازار در مهندسی ورزش»، «طراحی محصول و کاربردهای آن در مهندسی ورزش»، «اقتصاد مهندسی»، «کاربردهای تجهیزات مهندسی در علم تمرین»، «کاربردهای تجهیزات مهندسی در حرکات اصلاحی»، «علم تمرین پیشرفته»، «استاندارد و مهندسی ورزش»، «کارآفرینی در مهندسی ورزش»

### ۱۳-۳. جامعه‌شناسی ورزشی

رشد فزاینده جایگاه «اجتماعی و فرهنگی ورزش» ایجاب می‌کند که متخصصین درباره مبانی علمی ارتباط بین ورزش و جامعه و تبیین تعامل میان این دو پدیده دانش کافی داشته باشند و با بهره‌گیری از روش‌های علمی، این حوزه از دانش بشری را توسعه و ارتقاء دهند. از سویی توجه به ابعاد اجتماعی، فرهنگی و اقتصادی و سیاسی جامعه معاصر نیز ایجاب می‌کند تا ظرفیت‌های فوق‌العاده پدیده ورزش در کانون توجه قرار گیرد و در تدوین برنامه‌های ورزشی به‌نحوی عملیاتی گردد که دانش‌آموختگان بتوانند با به‌کارگیری ورزش به بالندگی و تکامل مردم و جامعه کمک کنند. رشته کارشناسی ارشد جامعه‌شناسی ورزشی از جمله نظام‌های علمی و دانشگاهی است که دربرگیرنده سطوح خاصی از علوم «تاریخ، فلسفه و جامعه‌شناسی» است. هدف از تأسیس این دوره «توسعه و تعمیق» درک ابعاد تاریخی، فلسفی و اجتماعی تربیت بدنی و ورزش در افراد متعهد و متخصص است که بتواند در زمینه‌های آموزشی، پژوهشی و برنامه‌ریزی به فعالیت پرداخته و در بالندگی و تکامل مردم جامعه مشارکت کنند. دوره کارشناسی ارشد «تربیت بدنی و علوم ورزشی با گرایش جامعه‌شناسی ورزشی» به دو مرحله «آموزشی» و «پژوهشی» تقسیم می‌شود که برای دانشجویان





تمام وقت حداکثر ۲/۵ سال به طول می‌انجامد. از دانش‌آموختگان کارشناسی ارشد جامعه‌شناسی ورزشی انتظار می‌رود تا توانایی‌هایی به شرح جدول ۷-۱۳ داشته باشند (کمیته علوم ورزشی، ۱۳۸۷).

#### جدول ۷-۱۳. توانایی مورد انتظار از دانش‌آموختگان کارشناسی ارشد جامعه‌شناسی ورزشی

ردیف	توانایی‌ها
۱	تدریس دروس تاریخ تربیت‌بدنی و ورزش، مبانی تربیت‌بدنی و ورزش و جامعه‌شناسی ورزش
۲	درک مبانی تاریخی، فلسفی و جامعه‌شناسی ورزش
۳	توانایی انجام تحقیقات و مطالعات در زمینه‌های تاریخی، فلسفی و جامعه‌شناسی ورزش
۴	توانایی تبدیل یافته‌های نظری و تحقیقاتی به برنامه‌های کاربردی در حوزه موردنظر
۵	دستیابی به درک کلی از قواعد رفتاری اجتماعی و انسانی در ورزش و تربیت‌بدنی
۶	توانایی بهره‌گیری از توانمندی‌ها و ظرفیت‌های اجتماعی، فرهنگی، اقتصادی و سیاسی در جامعه معاصر و در زندگی شخصی افراد

مرحله آموزشی شامل چهار نیمسال بوده و هر نیمسال تحصیلی ۱۶ هفته آموزش کامل است. هر واحد درس نظری ۱۶ ساعت و هر واحد درس آزمایشگاهی یا عملی ۳۲ ساعت خواهد بود. تعداد کل واحدهای درسی دوره کارشناسی ارشد تربیت‌بدنی و علوم ورزشی با گرایش جامعه ۳۲ واحد شامل «۱۸ واحد دروس اصلی»، «هشت واحد دروس انتخابی» و «۶ واحد پایان‌نامه» به شرح جدول ۸-۱۳ است. کلیه دانشجویان موظف به گذراندن درس «زبان» و «آشنایی با کامپیوتر» قبل از ورود به دوره هستند (کمیته علوم ورزشی، ۱۳۸۷).

#### جدول ۸-۱۳. دروس تخصصی و انتخابی رشته کارشناسی ارشد جامعه‌شناسی ورزشی

ردیف	نوع	درس‌ها
۱	تخصصی	«آمار در علوم اجتماعی»، «مبانی جامعه‌شناسی»، «بینش‌های جامعه‌شناسی»، «روش‌های تحقیق در علوم اجتماعی»، «ورزش و توسعه اجتماعی»، «تاریخ تحلیلی تربیت‌بدنی و ورزش در ایران و جهان»، «اخلاق و ارزش‌ها در ورزش»، «سمینار در موضوعات تاریخی، فلسفی، اجتماعی تربیت‌بدنی و ورزش»، «جامعه‌شناسی ورزشی»
۲	انتخابی	«ابعاد اجتماعی ورزش در گروه‌های خاص»، «ورزش و مسائل اجتماعی»، «تربیت‌بدنی و ورزش در زندگی ایرانی‌ها»، «جنسیت و ورزش»، «ورزش و اقتصاد»، «ورزش و سیاست»، «مبانی حقوق ورزشی»، «ورزش و تعلیم و تربیت»، «مدیریت ورزشی»، «روان‌شناسی ورزشی»، «زبان تخصصی»، «فیزیولوژی ورزش»، «مبانی تربیت‌بدنی و ورزش پیشرفته»، «تجزیه و تحلیل سیاست‌های ورزش در ایران»

دانشجویان موظف به گذراندن هشت واحد (چهار درس) از دروس انتخابی هستند و انتخاب دروس با نظر استاد راهنما و با توجه به نیاز دانشجوی و موضوع پایان‌نامه صورت خواهد پذیرفت.

#### ۱۳-۴. پزشکی ورزشی

این رشته در ایران در قالب یک دوره «کارشناسی ارشد» و برای افراد دارای «مدرک دکترای عمومی پزشکی» برگزار می‌شود. طول این دوره ۲ سال است و دانشجویان باید موضوع تحقیقات مربوط به پایان‌نامه تحصیلی خود را حداکثر

تا پایان سال اول تحصیلی مشخص و در طی این دوره، «کارورزی میدانی» خود را اجرا کنند. تعداد «۳۲ واحد درسی» دارد که «۲۸ واحد آن مربوط به دروس اصلی و کارآموزی» و «چهار واحد آن مربوط به پایان‌نامه» است. همچنین تا «۱۴ واحد» هم واحدهای جبرانی برای آن پیش‌بینی شده است. از مهم‌ترین درس‌های این رشته می‌توان به مواردی به شرح جدول ۱۳-۹ اشاره کرد.

جدول ۱۳-۹. مهم‌ترین دروس رشته پزشکی ورزشی

ردیف	درس	ردیف	درس
۱	آسیب‌شناسی ورزشی ۱	۱۸	زبان تخصصی
۲	آسیب‌شناسی ورزشی ۲	۱۹	سم‌شناسی صنعتی ۳
۳	آسیب‌شناسی ورزشی ۳	۲۰	سم‌شناسی صنعتی کاربردی ۳
۴	کلیات پزشکی و بیماری‌ها	۲۱	طرح روشنایی محیط کار
۵	بیماری‌ها و اختلالات داخلی ورزشی	۲۲	فیزیولوژی و تشریح
۶	بیماری‌ها و اختلالات قلب و ورزش	۲۳	کارآموزی همراه تیم
۷	استفاده از کامپیوتر در آنالیز داده	۲۴	کنترل پرتوها در محیط کار
۸	اندازه‌گیری و ارزشیابی عوامل شیمیایی محیط کار	۲۵	کنترل صدا و ارتعاش
۹	مصرف و سوء مصرف داروها در ورزش	۲۶	آمار حیاتی ۱
۱۰	روش تحقیق در علوم بهداشتی	۲۷	آمار حیاتی مقدماتی ۲
۱۱	کنترل عوامل شیمیایی محیط کار	۲۸	کنترل گرما و رطوبت
۱۲	بازپروری و فیزیوتراپی ۲	۲۹	مهندسی انسانی کاربردی ۱
۱۳	ایمنی در صنعت ۳	۳۰	مهندسی انسانی کاربردی ۲
۱۴	ایمنی در صنعت ۴	۳۱	موضوعات خاص در پزشکی ورزشی
۱۵	بیماری‌های ناشی از کار	۳۲	سمینار
۱۶	رادیولوژی	۳۳	پایان‌نامه
۱۷	بازپروری و فیزیوتراپی ۱		

### خلاصه

در این فصل به سه رشته از رشته‌های قابل توجه در زمینه علوم ورزشی یعنی «مهندسی ورزشی، جامعه‌شناسی و پزشکی ورزشی» پرداخته شد. این رشته‌های بین‌رشته‌ای که با رویکردهای مهندسی، جامعه‌شناختی و پزشکی به فعالیت در ورزش می‌پردازد؛ هرکدام مسیر خاصی برای تحصیل و تربیت نیروی متخصص در ایران دارند که به آن‌ها اشاره شد. با معرفی درس‌های هر یک از این رشته‌ها در مقاطع مختلف فرصتی فراهم می‌شود تا افراد با آگاهی بیشتری در هر یک از این حوزه‌ها ورود پیدا کنند.

### فعالیت‌هایی برای یادگیری

- انواع گرایش‌های موجود را در ده دانشگاه برتر جهان بررسی کنید و با جستجوی دقیق فراوانی بیشترین رشته‌های فعال برای جذب دانشجو در جهان را مشخص کنید.
- رشته‌های شناسایی شده را فهرست کرده و با دانشگاه‌های ایران بر اساس محتوای این بخش مقایسه کنید و نظر تحلیلی خود را درباره آن بنویسید.

# دوره‌های مربیگری

هدف کلی: آشنایی با انواع دوره های آموزش مربیگری کوتاه‌مدت

## اهداف یادگیری:

- آشنایی با دوره‌های مربیگری عمومی
- آشنایی با دوره‌های مربیگری معلولین
- آشنایی با دوره‌های مربیگری نابینایان
- آشنایی با دستورالعمل نظام هماهنگ آموزش مربیان فوتبال و والیبال

## مقدمه

یکی از دوره‌های آموزشی تخصصی در هر رشته ورزشی، دوره‌های کوتاه‌مدت مربیگری است. افرادی که در یک رشته ورزشی به توانمندی‌های اجرایی و آموزشی لازم دست پیدا می‌کنند، می‌توانند به‌عنوان مربی در آن رشته ورزشی فعالیت کنند. در این فصل به معرفی چگونگی برگزاری دوره‌های کوتاه‌مدت مربیگری پرداخته می‌شود.

## ۱-۱۴. مبانی دوره‌های کوتاه‌مدت مربیگری

مربی فردی است که در یکی از رشته‌های ورزشی، دارای گواهینامه رسمی و معتبر مربیگری از فدراسیون‌های ذی‌ربط ملی، آسیایی، جهانی یا بین‌المللی باشد. سطوح مربیگری در آیین‌نامه برگزاری دوره‌های کوتاه‌مدت مربیگری و دستورالعمل اجرایی آن به‌ترتیب درجات از پائین به بالا «۱»، «۲» و «۳» تعیین شده است (دفتر آموزش‌های پایه و استعدادیابی، ۱۳۹۸). البته در ایران دو فدراسیون «فوتبال و والیبال» با هماهنگ‌سازی چارچوب دوره‌های تربیت مربی خود با نظام بین‌المللی از این قاعده مستثنا شده‌اند. ضمن اینکه که در بسیاری از رشته‌های ورزشی برعکس ایران نظام رتبه‌بندی از درجه «۱» به‌عنوان پائین‌ترین رتبه شروع و به درجه «۳» به‌عنوان بالاترین درجه می‌رسد. در برخی رشته‌ها نیز کلاس‌ها در قالب کلینیک‌های بین‌المللی تربیت مربی برگزار می‌شود. در این خصوص به‌نظر می‌رسد که مطالعات بیشتری برای هماهنگ‌سازی بسیاری از دوره‌های مربیگری رشته‌های مختلف ورزشی در کشور با نظام‌های بین‌المللی به‌مانند «فوتبال و والیبال» وجود دارد.

بر اساس آیین‌نامه برگزاری دوره‌های کوتاه‌مدت مربیگری ایران، مهم‌ترین اهداف این دوره‌ها به شرح جدول ۱-۱۴ است (دفتر آموزش‌های پایه و استعدادیابی، ۱۳۹۸).

جدول ۱-۱۴. مهم‌ترین اهداف برگزاری دوره‌های کوتاه‌مدت مربیگری در ایران

اهداف	ردیف
تربیت و تأمین مربیان رشته‌های ورزشی	۱
ارتقاء سطح علمی و عملی مربیان ورزشی	۲
هماهنگ و یکسان‌سازی آموزش تئوری و عملی مربیان ورزشی در سراسر کشور	۳

بر اساس آیین‌نامه مورد اشاره، فرد پس از گذراندن دوره مربیگری دو مدرک به شرح جدول ۱-۱۴ دریافت می‌کند.

جدول ۱-۱۴. انواع مدارک دریافتی توسط افراد حائز شرایط پس از گذراندن دوره مربیگری رسمی در ایران

توضیح	نوع مدرک	ردیف
مدرک آموزشی اعطاشده توسط فدراسیون ملی، آسیایی، جهانی و بازی‌های «آسیایی، پاراآسیایی، المپیک و پارالمپیک»	گواهینامه مربیگری	۱
مدرک اعطاشده به‌عنوان «مجوز فعالیت» برای دارنده گواهینامه (پس از گذراندن دوره کارورزی)، تحت نظارت فدراسیون	کارت مربیگری	۲

### ۱۴-۲. شرایط شرکت کنندگان در دوره‌های کوتاه‌مدت مربیگری در ایران

در آیین‌نامه ذی‌ربط، شرایط شرکت در دوره‌های مربیگری به دو بعد «عمومی و اختصاصی» تقسیم شده است. شرایط عمومی مربوط به همه دوره‌ها و سطوح مربیگری است و شرایط اختصاصی با توجه به سطح از درجه مربیگری مطرح می‌شود. بنابراین در این بخش شرایط عمومی شرکت کنندگان در دوره‌های کوتاه‌مدت مربیگری در ایران، به شرح جدول ۱۴-۳ معرفی می‌شود و شرایط اختصاصی در ذیل هر سطح از درجه مربیگری ارائه خواهد شد (دفتر آموزش - های پایه و استعدادیابی، ۱۳۹۸).

#### جدول ۱۴-۳. شرایط عمومی شرکت کنندگان در دوره‌های کوتاه‌مدت مربیگری در ایران

ردیف	شرایط
۱	متدین به دین مبین اسلام یا یکی از ادیان رسمی کشور
۲	پذیرفتن قانون اساسی و اعتقاد به نظام جمهوری اسلامی
۳	داشتن سلامت جسمی و روانی با تأیید پزشک
۴	داشتن صلاحیت اخلاقی و حسن شهرت و ارائه گواهی عدم سوء سابقه
۵	عدم اعتیاد به مواد مخدر با ارائه گواهی
۶	داشتن کارت پایان خدمت یا معافیت دائم یا موقت برای پسران
۷	داشتن تجارب ورزشی در رشته مربوطه و موفقیت در آزمون‌های مهارتی
۸	داشتن حداقل دیپلم کامل متوسطه

### ۱۴-۳. دوره مربیگری درجه ۳

علاوه بر شرایط عمومی، برای شرکت در دوره‌های مربیگری درجه ۳ انواع رشته‌ها در ایران، به شرایط اختصاصی به شرح جدول ۱۴-۴ نیاز است (دفتر آموزش‌های پایه و استعدادیابی، ۱۳۹۸).

#### جدول ۱۴-۴. شرایط اختصاصی برای شرکت در دوره‌های مربیگری درجه ۳ در ایران

ردیف	شرایط
۱	حداقل ۲۰ سال سن
۲	موفقیت در آزمون مهارتی رشته ورزشی (طبق نظر فدراسیون)
۳	داشتن کارت عضویت در کمیته خدمات درمانی فدراسیون پزشکی ورزشی

دروس دوره مربیگری درجه ۳ شامل دو بخش دروس «عملی و تئوری» به شرح جدول ۱۴-۵ هستند.



جدول ۱۴-۵. دروس عملی و تئوری دوره مربیگری درجه ۳ در ایران

ردیف	نوع درس	عناوین درس	ساعت آموزش
۱	عملی	اعلام سرفصل‌ها توسط فدراسیون مربوطه به تناسب رشته ورزشی و درجه مربیگری	حداقل ۶۰
۲	تئوری	الف) آناتومی و فیزیولوژی عمومی	۸
		ب) برنامه‌ریزی و طراحی تمرین (۱)	۶
		ج) نقش مربی (۱)	۶
		د) رشد و تکامل حرکتی (۱)	۶
		ه) مبانی آمادگی جسمانی	۶
		و) تغذیه ورزشی (۱)	۴
		ز) ایمنی در ورزش (۱)	۴
		ح) مبانی تربیت‌بدنی و علوم ورزشی	۴
		ط) روان‌شناسی ورزشی (۱)	۶
		ی) تجزیه و تحلیل مهارت‌ها (۱)	۴
		ک) اخلاق مربیگری ورزشی (اصول و بایسته‌ها)	۴
		ل) احیاء پایه و کمک‌های اولیه	۸
		م) مبانی استعدادیابی	۶
		جمع ساعت	۱۳۲

مسئولیت ارائه سرفصل درس «احیاء پایه و کمک‌های اولیه» و تأمین استاد درس مربوطه و تجهیزات لازم کمک‌آموزشی به صورت رایگان بر عهده فدراسیون پزشکی ورزشی و هیئت‌های تابعه استانی آن است (دفتر آموزش - های پایه و استعدادیابی، ۱۳۹۸).

برای دریافت گواهینامه مربیگری درجه ۳ متقاضیان به شرایطی به شرح جدول ۱۴-۶ نیاز دارند.

جدول ۱۴-۶. شرایط لازم برای دریافت مدارک گواهینامه مربیگری درجه ۳ در ایران

ردیف	شرایط	توضیح
۱	موفقیت در آزمون‌ها	حداقل معدل لازم ۱۴ و حداقل نمره قبولی برای درس تئوری ۱۲ و درس عملی ۱۴ است. دارندگان میانگین نمره قبولی ۱۴ و بالاتر که در تعدادی از دروس موفق به کسب نمره قبولی ۱۲ نشوند، می‌توانند حداکثر یکسال و برای دو بار با پرداخت شهریه همان درس مجدداً شرکت کنند.
۲	حضور	حضور مستمر و فعال در کلاس‌های تئوری و عملی
۳	قبولی دوره تئوری قبلی	با گذراندن یک دوره تئوری درجه ۳ در هر رشته می‌توان از آن برای شرکت در دوره‌های مربیگری رشته‌های دیگر هم استفاده کرد. اما دوره عملی باید گذرانده شود. البته فدراسیون‌هایی که برای سطوح مربیگری مختلف، نسبت به تولید محتوای آموزشی تخصصی اقدام می‌کنند، از این قاعده مستثنا هستند.
۴	کارشناسی و بالاتر رشته علوم ورزشی	با ارائه گواهی مدرک فارغ‌التحصیلی معتبر از شرکت در کلاس دروس تئوری مربیگری درجه ۳ معاف خواهند بود. همچنین دانشجویانی که دروس تئوری مربوطه را گذرانده باشند، با ارائه گواهی

	معتبر از دانشگاه و ریزنمرات واحدهای گذرانده شده با مهر دانشگاه، از دروس مربوطه معاف می‌شوند.	
۵	قهرمانان تیم‌های ملی	کسانی که تحت پوشش فدراسیون‌های ورزشی در مسابقات بین‌المللی رسمی آسیایی، جهانی، بازی‌های آسیایی و پاراآسیایی، المپیک و پارالمپیک موفق به کسب مدال شده باشند؛ با تأیید فدراسیون مربوطه امکان دریافت گواهینامه مربیگری درجه ۳ را دارند.
۶	حداکثر تعداد شرکت‌کنندگان دوره	حداکثر تعداد نفرات شرکت‌کننده در کلاس مربیگری درجه ۳ تعداد ۳۰ نفر است. چنانچه تعداد شرکت‌کنندگان به حدنصاب نرسد، فدراسیون می‌تواند در سطح کشور به صورت متمرکز و یا در سطح یکی از استان‌های هم‌جوار دوره را به‌طور منطقه‌ای برگزار کند.

افراد پس از دریافت گواهینامه مربیگری درجه ۳ به توجه به شرایط مندرج در جدول ۱۴-۷ می‌توانند کارت مربیگری درجه ۳ دریافت کنند.

جدول ۱۴-۷. شرایط لازم برای دریافت کارت مربیگری درجه ۳ پس از دریافت گواهینامه درجه ۳ در ایران

ردیف	شرایط
۱	ارائه گواهینامه مربیگری درجه ۳
۲	ارائه گواهی انجام کارورزی با تأیید هیئت استان در اماکن ورزشی به میزان ۵۰ ساعت در طی شش‌ماه
۳	مدت اعتبار کارت مربیگری از زمان صدور، سه سال است و پس‌ازانقضای سه سال، کارت از درجه اعتبار ساقط می‌شود.
۴	برای تمدید کارت مربیگری یا ارتقاء گواهینامه، مربی موظف است به‌طور متوسط سالانه ۲۵ امتیاز و در مجموع سه سال ۷۵ امتیاز بر اساس مفاد ماده ۱۶ آیین‌نامه «برگزاری دوره‌های مربیگری» و با نظارت و تأیید هیئت ورزشی استان، کسب کند.
۵	مربیان درجه ۳ حداکثر از سه فدراسیون ورزشی می‌توانند کارت مربیگری داشته باشند.

#### ۱۴-۴. دوره مربیگری درجه ۲

علاوه بر شرایط عمومی، برای شرکت در دوره‌های مربیگری درجه ۲ انواع رشته‌ها در ایران، به شرایط اختصاصی به شرح جدول ۱۴-۸ نیاز است (دفتر آموزش‌های پایه و استعدادیابی، ۱۳۹۸).

جدول ۱۴-۸. شرایط اختصاصی برای شرکت در دوره‌های مربیگری درجه ۲ در ایران

ردیف	شرایط
۱	داشتن گواهینامه مربیگری درجه ۳
۲	حداقل ۲۳ سال سن
۳	داشتن کارت عضویت در کمیته خدمات‌درمانی فدراسیون پزشکی ورزشی
۴	ارائه گواهی مبنی بر حداقل ۳ سال تجربه و کار مربیگری فعال و کسب حداقل ۷۵ امتیاز بر اساس مفاد ۱۶ آیین‌نامه برگزاری دوره‌های مربیگری (دارندگان گواهینامه درجه ۳ مربیگری می‌توانند با گواهی هیئت روستایی عشایری استان و تأیید مسئول آموزش اداره کل پس از دو سال فعالیت مربیگری در روستاهای سراسر کشور، نسبت به ارتقاء سطح مربیگری از درجه ۳ به ۲ با رعایت سایر الزامات آیین‌نامه اقدام کنند).

دروس دوره مربیگری درجه ۲ نیز شامل دو بخش دروس «عملی و تئوری» به شرح جدول ۱۴-۹ هستند.





جدول ۱۴-۹. دروس عملی و تئوری دوره مربیگری درجه ۲ در ایران

ردیف	نوع درس	عناوین درس	ساعت آموزش
۱	عملی	اعلام سرفصل‌ها توسط فدراسیون مربوطه به تناسب رشته ورزشی و درجه مربیگری	حداقل ۶۰
۲	تئوری	الف) فیزیولوژی ورزشی (۱)	۶
		ب) نقش مربی (۲)	۴
		ج) رشد و تکامل حرکتی (۲)	۴
		د) برنامه‌ریزی و طراحی تمرین (۲)	۶
		ه) تغذیه ورزشی (۲)	۴
		و) ایمنی در ورزش (۲)	۴
		ز) تجزیه و تحلیل مهارت‌ها (۲)	۴
		ح) روان‌شناسی ورزشی (۲)	۴
		ط) سنجش و اندازه‌گیری (۱)	۴
		ی) اخلاق مربیگری (مسئولیت اخلاقی / روش‌ها و مهارت‌ها)	۴
		ک) احیاء پایه و کمک‌های اولیه (۲)	۶
		ل) استعدادیابی پیشرفته	۶
جمع ساعت			۱۱۶

برای دریافت گواهینامه مربیگری درجه ۲ متقاضیان به شرایطی به شرح جدول ۱۴-۱۰ نیاز دارند (دفتر

آموزش‌های پایه و استعدادیابی، ۱۳۹۸).

جدول ۱۴-۱۰. شرایط لازم برای دریافت مدارک گواهینامه مربیگری درجه ۲ در ایران

ردیف	شرایط	توضیح
۱	موفقیت در آزمون‌ها	حداقل معدل لازم ۱۴ و حداقل نمره قبولی برای دروس تئوری و عملی ۱۴ است. دارندگان میانگین نمره قبولی ۱۴ و بالاتر که در تعدادی از دروس موفق به کسب نمره قبولی ۱۴ نشوند، می‌توانند حداکثر یکسال و برای دو بار با پرداخت شهریه همان درس مجدداً شرکت کنند.
۲	حضور	حضور مستمر و فعال در کلاس‌های تئوری و عملی
۳	کارشناسی ارشد علوم ورزشی و رشته‌های پزشکی و پیراپزشکی	فارغ‌التحصیلان یا دانشجویانی که دروس تئوری مربوطه را گذرانده باشند، با ارائه گواهی معتبر از دانشگاه و ریزنمرات واحدهای گذرانده شده با مهر دانشگاه، از دروس مربوطه معاف می‌شوند.
۴	قهرمانان تیم‌های ملی	به قهرمانان تیم‌های ملی با تحصیلات لیسانس و بالاتر علوم ورزشی، در صورت داشتن سایر شرایط مندرج در آیین‌نامه و تأیید فدراسیون مربوطه، گواهینامه مربیگری درجه ۲ اعطا می‌شود.
۵	حداکثر تعداد شرکت‌کنندگان دوره	حداکثر تعداد نفرات شرکت‌کننده در کلاس مربیگری درجه ۲ تعداد ۲۵ نفر است. چنانچه تعداد شرکت‌کنندگان به حدنصاب نرسد، فدراسیون می‌تواند در سطح کشور به صورت متمرکز و یا در سطح یکی از استان‌های همجوار دوره را به‌طور منطقه‌ای برگزار کند.

افراد پس از دریافت گواهینامه مربیگری درجه ۲ با توجه به شرایط مندرج در جدول ۱۴-۱۱ می‌توانند کارت مربیگری درجه ۲ دریافت کنند.

جدول ۱۴-۱۱. شرایط لازم برای دریافت کارت مربیگری درجه ۲ پس از دریافت گواهینامه درجه ۲ در ایران

ردیف	شرایط
۱	ارائه گواهینامه مربیگری درجه ۲
۲	ارائه گواهی انجام کارورزی با تأیید هیئت استان در اماکن ورزشی به میزان ۵۰ ساعت در طی شش ماه
۳	مدت اعتبار کارت مربیگری از زمان صدور، سه سال است و پس از انقضای سه سال، کارت از درجه اعتبار ساقط می‌شود.
۴	برای تمدید کارت مربیگری یا ارتقاء گواهینامه، مربی موظف است به‌طور متوسط سالانه ۲۵ امتیاز و در مجموع سه سال ۷۵ امتیاز بر اساس مفاد ماده ۱۶ آیین‌نامه دوره‌های مربیگری و با نظارت و تأیید هیئت ورزشی استان، کسب کند.
۵	مربیان درجه ۲ حداکثر از دو فدراسیون ورزشی می‌توانند کارت مربیگری داشته باشند.

#### ۱۴-۵. دوره مربیگری درجه ۱

علاوه بر شرایط عمومی، برای شرکت در دوره‌های مربیگری درجه ۱ انواع رشته‌ها در ایران، به شرایط اختصاصی به شرح جدول ۱۴-۱۲ نیاز است (دفتر آموزش‌های پایه و استعدادیابی، ۱۳۹۸).

جدول ۱۴-۱۲. شرایط اختصاصی برای شرکت در دوره‌های مربیگری درجه ۱ در ایران

ردیف	شرایط
۱	داشتن گواهینامه مربیگری درجه ۲
۲	حداقل ۲۶ سال سن
۳	داشتن کارت عضویت در کمیته خدمات‌درمانی فدراسیون پزشکی ورزشی
۴	ارائه گواهی مبنی بر حداقل ۳ سال تجربه و کار مربیگری فعال و کسب حداقل ۷۵ امتیاز بر اساس مفاد ۱۶ آیین‌نامه برگزاری دوره‌های مربیگری

دروس دوره مربیگری درجه ۱ نیز شامل دو بخش دروس «عملی و تئوری» به شرح جدول ۱۴-۱۳ هستند.

جدول ۱۴-۱۳. دروس عملی و تئوری دوره مربیگری درجه ۱ در ایران

ردیف	نوع درس	عناوین درس	ساعت آموزش
۱	عملی	اعلام سرفصل‌ها توسط فدراسیون مربوطه به تناسب رشته ورزشی و درجه مربیگری	حداقل ۶۰
۲	تئوری	الف) فیزیولوژی ورزشی (۲)	۶
		ب) برنامه‌ریزی و طراحی تمرین (۳)	۶
		ج) نقش مربی (۳)	۴
		د) تغذیه ورزشی (۳)	۴
		ه) ایمنی در ورزش (۳)	۴
		و) تجزیه و تحلیل مهارت‌ها (۳)	۶
		ز) روان‌شناسی مربیگری	۶

۴	ح) آشنایی با روش تحقیق در تربیت بدنی		
۴	ط) اخلاق مربیگری (مسائل و موقعیت‌ها)		
۶	ی) احیاء پایه و کمک‌های اولیه (۳)		
۶	ک) استعدادیابی تخصصی		
۱۱۶	جمع ساعت		

برای دریافت گواهینامه مربیگری درجه ۱ متقاضیان به شرایطی به شرح جدول ۱۴-۱۴ نیاز دارند (دفتر آموزش‌های پایه و استعدادیابی، ۱۳۹۸).

#### جدول ۱۴-۱۴. شرایط لازم برای دریافت مدارک گواهینامه مربیگری درجه ۱ در ایران

ردیف	شرایط	توضیح
۱	موفقیت در آزمون‌ها	حداقل معدل لازم ۱۴ و حداقل نمره قبولی برای دروس تئوری و عملی ۱۴ است. دارندگان میانگین نمره قبولی ۱۴ و بالاتر که در تعدادی از دروس موفق به کسب نمره قبولی ۱۴ نشوند، می‌توانند حداکثر یکسال و برای دو بار با پرداخت شهریه همان درس شرکت کنند.
۲	حضور	حضور مستمر و فعال در کلاس‌های تئوری و عملی
۳	دکترای علوم ورزشی و رشته‌های پزشکی و پیراپزشکی	فارغ‌التحصیلان یا دانشجویانی که دروس تئوری مربوطه را گذرانده باشند، با ارائه گواهی معتبر از دانشگاه و ریزنمرات واحدهای گذرانده شده با مهر دانشگاه، از دروس مربوطه معاف می‌شوند.
۴	حداکثر تعداد شرکت‌کنندگان دوره	حداکثر تعداد نفرات شرکت‌کننده در کلاس مربیگری درجه ۱ تعداد ۲۰ نفر است. چنانچه تعداد شرکت‌کنندگان به حدنصاب نرسد، فدراسیون می‌تواند در سطح کشور به صورت متمرکز و یا در سطح یکی از استان‌های همجوار دوره را به‌طور منطقه‌ای برگزار کند.

افراد پس از دریافت گواهینامه مربیگری درجه ۱ با توجه به شرایط مندرج در جدول ۱۴-۱۵ می‌توانند کارت مربیگری درجه ۱ دریافت کنند.

#### جدول ۱۴-۱۵. شرایط لازم برای دریافت کارت مربیگری درجه ۱ پس از دریافت گواهینامه درجه ۱ در ایران

ردیف	شرایط
۱	ارائه گواهینامه مربیگری درجه ۱
۲	ارائه گواهی انجام کارورزی با تأیید هیئت استان در اماکن ورزشی به میزان ۵۰ ساعت در طی شش ماه
۳	مدت اعتبار کارت مربیگری از زمان صدور، سه سال است و پس از انقضای سه سال، کارت از درجه اعتبار ساقط می‌شود.
۴	برای تمدید کارت مربیگری یا ارتقاء گواهینامه، مربی موظف است به‌طور متوسط سالانه ۲۵ امتیاز و در مجموع سه سال ۷۵ امتیاز بر اساس مفاد ماده ۱۶ آیین‌نامه دوره‌های مربیگری و با نظارت و تأیید هیئت ورزشی استان خواهد بود.

#### ۱۴-۶. دوره مربیگری ورزش‌های جانبازان و معلولین

اهداف کلی دوره مربیگری ورزش‌های جانبازان و معلولین به شرح جدول ۱۴-۱۶ است (دفتر آموزش‌های پایه و استعدادیابی، ۱۳۹۸).

## جدول ۱۴-۱۶. مهم‌ترین اهداف برگزاری دوره‌های مربیگری ورزش‌های جانبازان و معلولین در ایران

اهداف	ردیف
تربیت مربیان کارآمد واجد شرایط مربیگری در هر یک از رشته‌های مختلف ورزش افراد معلول	۱
تدوین برنامه‌های آموزشی به منظور ارتقاء سطح کیفی مربیان	۲
هماهنگی آموزش رشته‌های مختلف ورزشی در سطح کشور	۳

با توجه به تنوع معلولیت و به منظور ارائه آموزش‌های لازم و برنامه‌ریزی بهتر برای کلاس‌های آموزشی، معلولیت‌ها به شرح جدول ۱۴-۱۷ تقسیم‌بندی و کلاس‌های آموزشی مطابق با آن‌ها برگزار می‌شود.

## جدول ۱۴-۱۷. انواع معلولیت

انواع	توضیح	ردیف
جسمی-حرکتی	«ضایعات نخاعی»، «فلج اطفال یا پولیو»، «فلج مغزی یا CP»، «قطع عضو»، «سایر معلولیت‌ها»	۱
ذهنی	شامل کم‌توانان ذهنی یا عقب‌ماندگان ذهنی	۲

۱۴-۶-۱. دوره مربیگری درجه ۳ ورزش‌های جانبازان و معلولین: این دوره‌ها نیز دارای دروس عملی و تئوری به شرح جدول ۱۴-۱۸ هستند.

## جدول ۱۴-۱۸. دروس عملی و تئوری دوره مربیگری درجه ۳ ورزش‌های جانبازان و معلولین

ردیف	نوع درس و رشته	دروس و میزان ساعت
۱	عملی	متناسب با رشته ورزشی و حداقل ۶۰ ساعت با سرفصل‌های ارائه‌شده از سوی فدراسیون
۲	تئوری درجه ۳ معلول جسمی-حرکتی (جمعاً با دروس عملی ۱۳۴ ساعت)	«آناتومی و فیزیولوژی عمومی، ۸ ساعت»، «ایمنی در ورزش-۱، ۴ ساعت»، «مبانی تربیت‌بدنی، ۴ ساعت»، «نقش مربی-۱، ۴ ساعت»، «آشنایی با انواع معلولیت جسمی-حرکتی، ۶ ساعت»، «آشنایی با اصول و کلاس‌بندی پزشکی ورزشی رشته مربوطه، ۶ ساعت»، «برنامه‌ریزی و طراحی تمرین-۱، ۶ ساعت»، «رشد و تکامل حرکتی-۱، ۴ ساعت»، «مبانی آمادگی جسمانی، ۴ ساعت»، «تغذیه ورزشی-۱، ۴ ساعت»، «روانشناسی ورزشی-۱، ۴ ساعت»، «اخلاق مربیگری ورزشی/ اصول و بایسته‌ها، ۴ ساعت»، «احیاء و کمک‌های اولیه، ۸ ساعت»، «مبانی استعدادیابی، ۴ ساعت»
۳	تئوری درجه ۳ معلول کم‌توان ذهنی (جمعاً با دروس عملی ۱۳۸ ساعت)	«آناتومی و فیزیولوژی عمومی، ۸ ساعت»، «ایمنی در ورزش-۱، ۶ ساعت»، «مبانی تربیت‌بدنی، ۸ ساعت»، «نقش مربی-۱، ۶ ساعت»، «آشنایی با اصول و کلاس‌بندی پزشکی ورزشی افراد کم‌توان ذهنی، ۶ ساعت»، «اصول روان‌شناسی افراد کم‌توان ذهنی، ۶ ساعت»، «آشنایی با انواع معلولیت جسمی-حرکتی، ۶ ساعت»، «رشد و تکامل حرکتی-۱، ۴ ساعت»، «مبانی آمادگی جسمانی، ۴ ساعت»، «تغذیه ورزشی-۱، ۴ ساعت»، «تجزیه و تحلیل مهارت‌ها، ۴ ساعت»، «اخلاق مربیگری ورزشی/ اصول و بایسته‌ها، ۴ ساعت»، «احیاء و کمک‌های اولیه، ۸ ساعت»، «مبانی استعدادیابی، ۴ ساعت»
۴	دوره ویژه (جمعاً ۲۴ ساعت)	برای کسانی که کارت مربیگری درجه ۳ رشته ورزشی را از فدراسیون مربوطه دارند. دروس این افراد با توجه به نوع معلولیت به این شرح است: الف) جسمی: «دروس عملی و تخصصی رشته مربوطه، ۱۰ ساعت»، «اصول و مبانی تربیت‌بدنی افراد معلول، ۴ ساعت»، «آشنایی با انواع معلولیت‌ها، ۶ ساعت»، «مقدمات کلاس‌بندی پزشکی-

ورزشی رشته مربوط، ۶ ساعت»، «اخلاق مربیگری ورزشی شامل اصول و بایسته‌ها، ۲ ساعت»، «احیاء پایه و کمک‌های اولیه-۱، ۴ ساعت»، «مبانی استعدادیابی، ۲ ساعت» (جمعاً ۳۴ ساعت) الف) ذهنی: «دروس عملی و تخصصی رشته مربوط، ۱۰ ساعت»، «اصول و مبانی تربیت بدنی افراد معلول، ۴ ساعت»، «آشنایی با انواع معلولیت‌ها، ۲ ساعت»، «مقدمات کلاس‌بندی پزشکی- ورزشی رشته مربوط، ۲ ساعت»، «اخلاق مربیگری ورزشی شامل اصول و بایسته‌ها، ۲ ساعت»، «احیاء پایه و کمک‌های اولیه-۱، ۲ ساعت»، «مبانی استعدادیابی، ۲ ساعت»		
--	--	--

۱۴-۶-۲. دوره مربیگری درجه ۲ ورزش‌های جانبازان و معلولین: این دوره‌ها نیز دارای دروس عملی و تئوری به

شرح جدول ۱۴-۱۹ هستند (دفتر آموزش‌های پایه و استعدادیابی، ۱۳۹۸).

جدول ۱۴-۱۹. دروس عملی و تئوری دوره مربیگری درجه ۲ ورزش‌های جانبازان و معلولین

ردیف	نوع درس و رشته	دروس و میزان ساعت
۱	عملی	متناسب با رشته ورزشی و حداقل ۴۰ ساعت با سرفصل‌های ارائه‌شده از سوی فدراسیون
۲	تئوری درجه ۲ معلول جسمی-حرکتی (جمعاً با دروس عملی ۱۰۴ ساعت)	«نقش مربی-۲، ۴ ساعت»، «برنامه‌ریزی و طراحی تمرین-۲، ۶ ساعت»، «فیزیولوژی ورزشی-۱، ۶ ساعت»، «کلاس‌بندی پزشکی ورزشی رشته مربوط، ۸ ساعت»، «ایمنی در ورزش-۲، ۴ ساعت»، «تغذیه ورزشی-۲، ۴ ساعت»، «رشد و تکامل حرکتی-۲، ۶ ساعت»، «روان‌شناسی ورزشی-۲، ۴ ساعت»، «تجزیه و تحلیل مهارت‌ها-۲، ۴ ساعت»، «سنجش و اندازه‌گیری-۱، ۴ ساعت»، «اخلاق مربیگری شامل مسئولیت اخلاق، روش‌ها و مهارت‌ها، ۴ ساعت»، «احیاء و کمک‌های اولیه-۲، ۶ ساعت»، «استعدادیابی پیشرفته، ۴ ساعت»
۳	تئوری درجه ۲ معلول کم‌توان ذهنی (جمعاً با دروس عملی ۱۰۰ ساعت)	«نقش مربی-۲، ۴ ساعت»، «برنامه‌ریزی و طراحی تمرین-۲، ۶ ساعت»، «فیزیولوژی ورزشی-۱، ۶ ساعت»، «کلاس‌بندی پزشکی ورزشی رشته مربوط، ۸ ساعت»، «ایمنی در ورزش-۲، ۴ ساعت»، «تغذیه ورزشی-۲، ۴ ساعت»، «رشد و تکامل حرکتی-۲، ۶ ساعت»، «تجزیه و تحلیل مهارت‌ها-۲، ۴ ساعت»، «سنجش و اندازه‌گیری، ۴ ساعت»، «اخلاق مربیگری شامل مسئولیت اخلاق، روش‌ها و مهارت‌ها، ۴ ساعت»، «احیاء و کمک‌های اولیه-۲، ۶ ساعت»، «استعدادیابی پیشرفته، ۴ ساعت»

۱۴-۶-۳. دوره مربیگری درجه ۱ ورزش‌های جانبازان و معلولین: این دوره‌ها نیز دارای دروس عملی و تئوری به

شرح جدول ۱۴-۲۰ هستند (دفتر آموزش‌های پایه و استعدادیابی، ۱۳۹۸).

جدول ۱۴-۲۰. دروس عملی و تئوری دوره مربیگری درجه ۱ ورزش‌های جانبازان و معلولین

ردیف	نوع درس و رشته	دروس و میزان ساعت
۱	عملی	متناسب با رشته ورزشی و حداقل ۳۰ ساعت با سرفصل‌های ارائه‌شده از سوی فدراسیون
۲	تئوری درجه ۱ معلول جسمی-حرکتی (جمعاً با دروس عملی ۸۰ ساعت)	«فیزیولوژی ورزشی-۲، ۶ ساعت»، «برنامه‌ریزی و طراحی تمرین-۳، ۴ ساعت»، «نقش مربی-۳، ۴ ساعت»، «تغذیه ورزشی-۳، ۴ ساعت»، «روان‌شناسی مربیگری، ۴ ساعت»، «آشنایی با روش تحقیق در تربیت بدنی ۴ ساعت»، «ایمنی در ورزش-۳، ۴ ساعت»، «تجزیه و تحلیل مهارت‌ها-۳، ۶ ساعت»، «اخلاق مربیگری شامل مسائل و موقعیت‌ها، ۴ ساعت»، «احیاء و کمک‌های اولیه-۳، ۶ ساعت»، «استعدادیابی تخصصی، ۴ ساعت»

۳	تئوری درجه ۱ معلول کم‌توان ذهنی (جمعاً با دروس عملی ۸۰ ساعت)	«فیزیولوژی ورزشی-۲، ۶ ساعت»، «برنامه‌ریزی و طراحی تمرین-۳، ۴ ساعت»، «نقش مربی-۳، ۴ ساعت»، «تغذیه ورزشی-۳، ۴ ساعت»، «روان‌شناسی مربیگری، ۴ ساعت»، «آشنایی با روش تحقیق در تربیت بدنی، ۴ ساعت»، «ایمنی در ورزش-۳، ۴ ساعت»، «تجزیه و تحلیل مهارت‌ها-۳، ۶ ساعت»، «اخلاق مربیگری شامل مسائل و موقعیت‌ها، ۴ ساعت»، «احیاء و کمک‌های اولیه-۳، ۶ ساعت»، «استعدادیابی تخصصی، ۴ ساعت»
---	---	---

## ۷-۱۴. دوره مربیگری نابینایان

اهداف کلی برگزاری دوره‌های مربیگری نابینایان به شرح جدول ۱۴-۲۱ است (دفتر آموزش‌های پایه و استعدادیابی، ۱۳۹۸).

## جدول ۱۴-۲۱. مهم‌ترین اهداف برگزاری دوره‌های مربیگری نابینایان در ایران

ردیف	اهداف
۱	تربیت‌مربیان کارآمد واجد شرایط مربیگری در هر یک از رشته‌های مختلف ورزش نابینایان
۲	تدوین برنامه‌های آموزشی به‌منظور ارتقاء سطح کیفی مربیان
۳	هماهنگی آموزش رشته‌های مختلف ورزشی در سطح کشور

۷-۱۴. دوره مربیگری درجه ۳ ورزش‌های نابینایان: این دوره‌ها نیز دارای دروس عملی و تئوری به شرح جدول

۱۴-۲۲ هستند (دفتر آموزش‌های پایه و استعدادیابی، ۱۳۹۸).

## جدول ۱۴-۲۲. دروس عملی و تئوری دوره مربیگری درجه ۳ ورزش‌های نابینایان

ردیف	نوع درس و رشته	دروس و میزان ساعت
۱	عملی	متناسب با رشته ورزشی و حداقل ۶۰ ساعت با سرفصل‌های ارائه‌شده از سوی فدراسیون
۲	تئوری درجه ۳ (جمعاً با دروس عملی ۱۳۸ ساعت)	«آناتومی و فیزیولوژی عمومی، ۶ ساعت»، «ایمنی در ورزش-۱، ۴ ساعت»، «مبانی تربیت بدنی، ۴ ساعت»، «نقش مربی-۱، ۶ ساعت»، «آشنایی با نابینایان و سازمان‌های ورزشی مربوطه، ۶ ساعت»، «اثرات درمانی ورزش در نابینایان، ۶ ساعت»، «رشد و تکامل حرکتی-۱، ۴ ساعت»، «مبانی آمادگی جسمانی، ۴ ساعت»، «تغذیه ورزشی-۱، ۴ ساعت»، «برنامه‌ریزی و طراحی تمرین-۱، ۴ ساعت»، «روان‌شناسی ورزشی-۱، ۴ ساعت»، «تجزیه و تحلیل مهارت‌ها-۱، ۶ ساعت»، «اصول مربیگری با تأکید بر ارتباط کار و تمرین با نابینایان، ۶ ساعت»، «اخلاق مربیگری ورزشی / اصول و بایسته‌ها، ۴ ساعت»، «احیاء و کمک‌های اولیه-۱، ۸ ساعت»، «مبانی استعدادیابی، ۴ ساعت»
۳	دوره ویژه (جمعاً ۴۴ ساعت)	برای کسانی که کارت مربیگری درجه ۳ رشته ورزشی را از فدراسیون مربوطه دارند. دروس این افراد به شرح زیر است: «دروس عملی و تخصصی رشته مربوط، ۱۰ ساعت»، «آشنایی با نابینایان و سازمان‌های ورزشی مربوطه، ۶ ساعت»، «اثرات درمانی ورزش نابینایان، ۶ ساعت»، «اصول مربیگری با تأکید بر ارتباط کار و تمرین با نابینایان، ۶ ساعت»، «اخلاق مربیگری ورزشی شامل اصول و بایسته‌ها، ۴ ساعت»، «احیاء پایه و کمک‌های اولیه-۱، ۸ ساعت»، «مبانی استعدادیابی، ۴ ساعت»

۷-۱۴. دوره مربیگری درجه ۲ ورزش‌های نابینایان: این دوره‌ها نیز دارای دروس عملی و تئوری به شرح جدول

۱۴-۲۳ هستند (دفتر آموزش‌های پایه و استعدادیابی، ۱۳۹۸).

جدول ۱۴-۲۳. دروس عملی و تئوری دوره مربیگری درجه ۲ ورزش‌های نایب‌نایان

ردیف	نوع درس و رشته	دروس و میزان ساعت
۱	عملی	متناسب با رشته ورزشی و حداقل ۴۰ ساعت با سرفصل‌های ارائه‌شده از سوی فدراسیون
۲	تئوری	«نقش مربی-۲، ۴ ساعت»، «برنامه‌ریزی و طراحی تمرین-۲، ۶ ساعت»، «فیزیولوژی ورزشی-۱، ۶ ساعت»، «بهداشت و بیماری‌های چشم، ۸ ساعت»، «آشنایی با نحوه مقابله با مشکلات نایب‌نایان، ۶ ساعت»، «ایمنی در ورزش-۲، ۴ ساعت»، «تغذیه ورزشی-۲، ۴ ساعت»، «رشد و تکامل حرکتی-۲، ۶ ساعت»، «روان‌شناسی ورزشی-۲، ۴ ساعت»، «تجزیه و تحلیل مهارت‌ها-۲، ۴ ساعت»، «سنجش و اندازه‌گیری-۱، ۴ ساعت»، «اخلاق مربیگری شامل مسئولیت اخلاق، روش‌ها و مهارت‌ها، ۴ ساعت»، «احیاء و کمک‌های اولیه-۲، ۶ ساعت»، «استعدادیابی پیشرفته، ۴ ساعت»
	جمع ساعت	۱۱۰ ساعت

۱۴-۷-۳. دوره مربیگری درجه ۱ ورزش‌های نایب‌نایان: این دوره‌ها نیز دارای دروس عملی و تئوری به شرح جدول

۱۴-۲۴ هستند (دفتر آموزش‌های پایه و استعدادیابی، ۱۳۹۸).

جدول ۱۴-۲۴. دروس عملی و تئوری دوره مربیگری درجه ۱ ورزش‌های نایب‌نایان

ردیف	نوع درس و رشته	دروس و میزان ساعت
۱	عملی	متناسب با رشته ورزشی و حداقل ۳۰ ساعت با سرفصل‌های ارائه‌شده از سوی فدراسیون
۲	تئوری	«فیزیولوژی ورزشی-۲، ۶ ساعت»، «برنامه‌ریزی و طراحی تمرین-۳، ۴ ساعت»، «نقش مربی-۳، ۴ ساعت»، «تغذیه ورزشی-۳، ۴ ساعت»، «روان‌شناسی مربیگری، ۴ ساعت»، «آشنایی با روش تحقیق در تربیت بدنی، ۶ ساعت»، «ایمنی در ورزش-۳، ۴ ساعت»، «تجزیه و تحلیل مهارت‌ها-۳، ۶ ساعت»، «اخلاق مربیگری شامل مسائل و موقعیت‌ها، ۴ ساعت»، «احیاء و کمک‌های اولیه-۳، ۶ ساعت»، «استعدادیابی تخصصی، ۴ ساعت»
	جمع کل ساعت	۸۲ ساعت

۱۴-۸. شرایط ارتقاء بر اساس ماده ۱۶ آیین‌نامه برگزاری دوره‌های مربیگری

برای فعالیت‌هایی نظیر شرکت در دوره‌های بازآموزی مربیگری، کارگاه‌های آموزشی، سمینارهای علمی و چاپ یا ترجمه مقالات و کتب رشته مربوطه، امتیازاتی به شرح جدول ۱۴-۲۵ تعلق می‌گیرد (دفتر آموزش‌های پایه و استعدادیابی، ۱۳۹۸).

جدول ۱۴-۲۵. انواع فعالیت‌های حائز امتیاز برای ارتقاء در مربیگری

ردیف	انواع	توضیح
۱	دوره‌های آموزشی	تمامی دوره‌های دانش‌افزایی و بازآموزی مربیگری و کارگاه‌های آموزشی-تخصصی که زیر نظر وزارت ورزش و جوانان (ستاد و ادارات کل استان‌ها)، کمیته ملی المپیک و پارالمپیک، فدراسیون‌ها و هیئت‌های ورزشی استانی و مراکز دانشگاهی برگزار می‌شود به ازاء هر ساعت آموزش، یک امتیاز و تا سقف ۲۵ امتیاز برای هر سال و حداقل ۷۵ امتیاز برای یک دوره تعلق می‌گیرد.
۲	همایش‌ها	شرکت در تمامی کنگره‌ها، همایش‌ها و سمینارهای علمی-ورزشی که توسط مراکز گفته‌شده در بند ۱ جدول برگزار می‌شود؛ به ازاء هر روز شرکت با ارائه گواهی ۵ امتیاز تعلق می‌گیرد.
۳	تألیف و ترجمه	تألیف و ترجمه مقالات و کتب علمی- ورزشی و سایر موارد پیش‌بینی نشده توسط دفتر توسعه آموزش‌های پایه و استعدادیابی تعیین می‌شود ولیکن برای هر مورد از سقف ۲۵ امتیاز تجاوز نخواهد کرد.

گواهی‌های دوره دانش‌افزایی برای اخذ امتیازات موضوع ردیف ۱ و ۲ جدول باید با دانش و مهارت‌های عمومی و تخصصی همان رشته ورزشی و برنامه‌ریزی‌های فدراسیون‌های ورزشی در هیئت‌های استانی تطابق داشته باشد. متقاضیان ارتقاء گواهینامه‌های مربیگری موظف هستند تا حداقل ۱۵ امتیاز از سقف امتیازات تعیین‌شده برای هر سال را بر اساس دوره‌های دانش‌افزایی برنامه‌ریزی‌شده در هیئت‌های متبوع سپری کنند. مرجع تشخیص تطابق گواهی‌های ارائه‌شده مربوط به موضوع ردیف ۱ و ۲ در سطح استان به‌عهده شورایی متشکل از «دبیر، رئیس هیئت، مسئول آموزش و معاون قهرمانی اداره کل ورزش و جوانان» خواهد بود (دفتر آموزش‌های پایه و استعدادیابی، ۱۳۹۸).

#### ۱۴-۹. دستورالعمل اجرایی برگزاری دوره‌های مربیگری در ایران

به‌منظور هماهنگی در اجرای آیین‌نامه دوره‌های کوتاه‌مدت مربیگری و تعیین وظایف، چگونگی همکاری دفتر توسعه آموزش‌های پایه و استعدادیابی با فدراسیون‌های ورزشی و ادارات کل استانی و روشن نمودن موارد مندرج در آیین‌نامه، دستورالعملی توسط دفتر آموزش‌های پایه و استعدادیابی تدوین شده است. بر اساس این دستورالعمل، تمامی دوره‌های کوتاه‌مدت مربیگری سطوح «۱، ۲ و ۳» یا دیگر دوره‌های آموزشی که از سوی فدراسیون‌ها برگزار می‌شود، باید با آیین‌نامه برگزاری دوره‌های کوتاه‌مدت مربیگری منطبق باشد و مجوز برگزاری دوره‌های آموزشی، به شرط به دارا بودن شرایط مندرج در دستورالعمل خواهد بود.

چنانچه فدراسیون به اقتضای قوانین و مقررات فدراسیون جهانی، نیازمند برگزاری دوره‌های مربیگری رسمی، خارج از مفاد مندرج در آیین‌نامه برگزاری دوره‌های مربیگری کوتاه‌مدت باشد، باید برای تأیید و رسمیت‌بخشی به گواهینامه‌های دوره‌های مربوطه، پیش از برگزاری هر دوره ضمن هماهنگی، مجوز لازم را از دفتر توسعه آموزش‌های پایه و استعدادیابی اخذ کند. فرایند اخذ مجوز برگزاری دوره‌های مربیگری بر اساس مراحل به شرح جدول ۱۴-۲۶ خواهد بود (دفتر آموزش‌های پایه و استعدادیابی، ۱۳۹۸).



جدول ۱۴-۲۶. مراحل اقدام برای اخذ مجوز دوره‌های مربیگری

ردیف	اقدام	اقدام کننده	زمان انجام اقدام			
			آبان	آذر	دی	بهمن
۱	اجرای نیازسنجی در سطح استان	هیئت ورزشی استان				
۲	بررسی و تأیید نیازسنجی آموزشی هیئت‌های ورزشی استان و ادارات ورزش و جوانان شهرستان‌ها	مسئول آموزش اداره کل استان				
۳	تهیه تقویم آموزشی سالانه هیئت‌ها برحسب نیازسنجی صورت گرفته و ارسال آن به فدراسیون‌های ورزشی	هیئت ورزشی استان				
۴	بررسی تقویم‌های استانی، تهیه و ارسال تقویم آموزشی ملی سالانه به دفتر توسعه آموزش‌های پایه و استعدادیابی جهت تأیید نهایی	فدراسیون				
۵	بررسی و تأیید تقویم‌های آموزشی سالانه و ارسال آن به فدراسیون‌ها جهت اجرا و تنظیم برنامه نظارتی مطابق آیین‌نامه برگزاری دوره‌ها	دفتر توسعه آموزش - های پایه و استعدادیابی				
۶	اعطاء مجوز و ارسال برنامه‌های تأییدشده به هیئت‌های استانی جهت اجرا، مطابق آیین‌نامه برگزاری دوره‌های کوتاه‌مدت مربیگری	فدراسیون				
۷	ارسال برنامه‌های تأییدشده هیئت استان به اداره کل جهت نظارت، ارزشیابی و کنترل اثربخشی دوره‌های آموزشی	هیئت ورزشی استان				

بر اساس دستورالعمل مورد اشاره، دفتر آموزش‌های پایه و استعدادیابی، مرجع حل اختلافات بین ارکان آموزشی مورد اشاره خواهد بود. مهم‌ترین ضوابط اجرایی برای برگزاری دوره‌های مورد اشاره به شرح جدول ۱۴-۲۷ است.

جدول ۱۴-۲۷. ضوابط اجرایی برای برگزاری دوره‌های مربیگری کوتاه‌مدت

ردیف	ضوابط
۱	مسئولیت برگزاری و انجام مراحل اجرایی از قبیل «اخذ مجوز دوره از فدراسیون»، «صدور ابلاغ‌های مربوطه»، «ثبت نام و جمع‌آوری مدارک»، «پیشنهاد اساتید و تهیه مکان و وسایل کلاس مربیگری» بر عهده هیئت‌های ورزشی استان مربوطه است.
۲	مسئولین آموزش ادارات کل ورزش و جوانان، ضمن حمایت و پشتیبانی و نیز نظارت بر حسن برگزاری دوره، اثربخشی آموزشی را برابر با دستورالعمل‌های ابلاغی دفتر، نظارت و کنترل خواهند کرد.
۳	مجوزها باید بر اساس نیازسنجی‌های تأییدشده باشد.
۴	ارگان‌ها، سازمان‌ها و نهادهای هر استان، برای اخذ مجوز برگزاری دوره‌ها باید از هیئت ورزشی همان استان اقدام کنند.
۵	مسئولیت آزمون ورودی، انتخاب داوطلبان و ارزشیابی اولیه علمی بر عهده فدراسیون و هیئت‌های ورزشی است.
۶	عناوین و سرفصل‌های دروس تئوری دوره‌ها باید مطابق سرفصل ابلاغی آیین‌نامه باشد. اگر هر فدراسیون نیاز به اضافه کردن سرفصل جدید داشته باشد باید نسبت به اخذ مجوز از «دفتر توسعه آموزش‌های پایه و استعدادیابی» اقدام کند.
۷	تمامی فدراسیون‌ها ملزم به ابلاغ سرفصل دروس عملی و تخصصی رشته مربوطه به تفکیک درجات به مدرسین عملی هستند.
۸	در پایان هر دوره تئوری و عملی، هیئت‌های ورزشی استان‌ها با نظارت و هماهنگی مسئول آموزش ادارات کل ورزش و جوانان استان از تمامی شرکت‌کنندگان دوره، ارزشیابی می‌کنند و فقط افراد موفق در امتحانات «گواهینامه مربیگری» می‌گیرند.
۹	دامنه نمرات تئوری و عملی بین ۰ تا ۲۰ است.

۱۰	اعتبار نمرات قبولی دروس تئوری برای متقاضیانی که به هر دلیل اقدام به شرکت در دوره عملی نکنند؛ حداکثر دو سال پس از تاریخ تأیید اداره کل استان است.
۱۱	ارائه تکالیف تعیین شده اعم از تهیه پروژه، گزارش تحقیق، ترجمه و امثال آن با تأیید مدرس یا گروه مدرسین دوره است.
۱۲	هیئت‌های ورزشی برگزارکننده دوره تئوری، باید تا حداکثر ۳ ماه پس از آن، دوره عملی را برگزار کنند. برگزاری دوره‌های عملی در فاصله زمانی بیشتر به دلایلی چون شرایط آب‌وهوایی، منوط به هماهنگی با دفتر توسعه آموزش‌های پایه و استعدادیابی است.
۱۳	مسئولیت تهیه دفترچه سؤالات دروس تئوری، توزیع، جمع‌آوری و اعلام ریزنمرات شرکت‌کنندگان و ارائه آن به هیئت ورزشی مربوطه، بر عهده مسئول آموزش ادارات کل است.
۱۴	دوره مربیگری تئوری و عملی باید در سطح استان و پس از اخذ مجوز از فدراسیون مربوطه توسط هیئت‌های ورزشی استانی باشد. بدیهی است نظارت بر حسن اجرای برگزاری کلاس‌های عملی از وظایف فدراسیون‌ها است.

پس از برگزاری دوره، فرایند صدور گواهینامه‌های مربیگری به شرح جدول ۱۴-۲۸ خواهد بود.

#### جدول ۱۴-۲۸. فرایند صدور گواهینامه‌های مربیگری

ردیف	فرایند
۱	برگزاری آزمون تئوری و تأیید نمرات حاصله توسط مسئول آموزش اداره کل (ممه‌ور به مهر و امضا) و ارسال به هیئت مربوطه استان حداکثر تا ۱۴ روز پس از تاریخ آزمون
۲	برگزاری آزمون عملی دوره توسط هیئت استان با تأیید آموزش اداره کل مبنی بر حسن اجرای دوره (ممه‌ور به مهر و امضا)
۳	ارسال ریزنمرات عملی و تئوری به فدراسیون مربوطه با دو امضای مسئول آموزش اداره و رئیس هیئت استان توسط هیئت ورزشی استان، حداکثر ۱۴ روز پس از آزمون عملی
۴	تأیید نمرات ارسالی از سوی استان و صدور گواهینامه توسط کمیته آموزش فدراسیون و امضاء گواهینامه‌ها توسط رئیس فدراسیون حداکثر ۶ ماه پس از تاریخ دریافت نمرات
۵	دفتر توسعه آموزش‌های پایه و استعدادیابی حداکثر ۱۹ روز فرصت دارد تا ضمن دریافت اصل گواهینامه‌های مربیگری و ریزنمرات ممهور به مهر هیئت استان و آموزش اداره کل، اطلاعات دریافتی با احکام صادره را تطبیق و نسبت به مهر و تأیید گواهینامه‌های دریافتی اقدام کند.
۶	گواهینامه‌های دوره‌های کوتاه‌مدت مربیگری در سطوح مختلف، پس از تأیید و اعلام عدم مغایرت کلاس‌ها با ضوابط تعیین شده و تأیید دفتر توسعه آموزش‌های پایه و استعدادیابی با امضای معاونت ورزش قهرمانی و حرفه‌ای وزارت صادر خواهد شد.
۷	در اجرای تمامی دوره‌های آموزشی قیدشده در آیین‌نامه، نباید ساعات تدریس از ۸ ساعت در روز تجاوز کند. در صورت لزوم دوره‌ای خاص با زمان بیشتر باید به تأیید دفتر آموزش‌های پایه و استعدادیابی برسد.
۸	معتبرضین به نتایج آزمون‌های تئوری و عملی می‌توانند حداکثر ۵ روز پس از اعلام مراتب، اعتراض خود را به آموزش اداره کل و یا هیئت مربوطه ارائه کنند. مسئول آموزش ذی‌ربط موظف است ظرف پنج روز نتیجه را بررسی و کتباً به داوطلب اعلام کند.
۹	تمامی مدارک مربیگری که خارج از ضوابط این آیین‌نامه در داخل یا خارج از کشور صادر شود، توسط کمیته آموزش فدراسیون و با حضور نماینده دفتر توسعه آموزش‌های پایه و استعدادیابی مورد ارزیابی و در صورت لزوم صدور مدرک متناسب با آن منطبق با آیین‌نامه دوره مربیگری ایران را در پی خواهد داشت.

۱۰	هزینه‌های مربوط به برگزاری کلاس‌های تئوری و عملی دوره‌های مربیگری به عهده شرکت‌کنندگان است و مبلغ آن از طریق فدراسیون و با هماهنگی دفتر توسعه آموزش‌های پایه و استعدادیابی تعیین می‌شود.
۱۱	دارندگان پرونده‌های ناقص که آزمون‌های دوره مربیگری را با موفقیت سپری کرده‌اند، حداکثر دو سال فرصت دارند تا نسبت به تکمیل مدارک و اخذ گواهینامه اقدام کنند. در صورت اتمام مهلت مقرر نیاز به ثبت‌نام مجدد است.

صدور کارت مربیگری توسط فدراسیون‌های ورزشی برای افراد، مستلزم داشتن گواهینامه و ارائه گواهی انجام کارورزی در رشته ورزشی مربوطه از هیئت ورزشی به مدت ۵۰ ساعت و طی مدت ۶ ماه بر اساس فرایندی به شرح جدول ۱۴-۲۹ خواهد بود.

جدول ۱۴-۲۹. فرایند صدور کارت مربیگری

ردیف	فرایند
۱	تکمیل فرم تقاضای کارورزی هیئت ورزشی مربوطه، توسط متقاضی به انضمام گواهینامه مربیگری
۲	تعیین محل کارورزی در یکی از باشگاه‌ها و مراکز آموزشی و ارائه معرفی‌نامه به متقاضی توسط هیئت ورزشی استان ظرف مدت دو هفته
۳	ارائه معرفی‌نامه و حضور در محل کارورزی توسط متقاضی
۴	دریافت گواهی انجام کارورزی به مدت ۵۰ ساعت ممه‌ور به مهر و امضای مسئول باشگاه و ارائه به هیئت ورزشی
۵	صدور کارت مربیگری توسط فدراسیون‌های ورزشی، حداکثر سه ماه پس از دریافت گواهی کارورزی

۱۴-۹-۱. ضوابط مدرسین دوره‌های مربیگری: برای مدرسین دوره مربیگری دو نوع شرایط عمومی و اختصاصی به شرح جدول ۱۴-۳۰ مشخص شده است (دفتر آموزش‌های پایه و استعدادیابی، ۱۳۹۸).

جدول ۱۴-۳۰. انواع شرایط عمومی و تخصصی لازم برای مدرسین دوره مربیگری

ردیف	نوع شرایط	توضیح
۱	عمومی	الف) متدین به دین مبین اسلام یا یکی از ادیان رسمی کشور
		ب) پذیرش قانون اساسی و اعتقاد به نظام جمهوری اسلامی
		ج) نداشتن منع قانونی از نظر نظام وظیفه
		د) مسئولیت تأیید صلاحیت مدرسین تئوری و عملی به عهده حراست اداره کل استان‌ها است.
۲	اختصاصی برای دروس تئوری	الف) حداقل مدرک تحصیلی مدرسین مربیگری درجه ۳ و ۲ باید کارشناسی ارشد علوم ورزشی باشد.
		ب) مدرک تحصیلی مدرسین مربیگری درجه ۱ باید دکترای علوم ورزشی باشد.
		ج) مدرسین دوره‌های تئوری باید عضو هیئت علمی دانشگاه یا دارای ۵ سال سابقه تدریس در یکی از مراکز آموزشی کشور یا شاغل در یکی از نهادها و ارگان‌های موجود با حداقل دو سال سابقه تدریس در رشته‌های مرتبط با علوم ورزشی باشد.
		د) مدرسین دوره آموزشی باید با رشته ورزشی موردنظر، آشنایی کافی داشته باشند.
		ه) هر مدرس حداکثر در دو درس هم‌خانواده می‌تواند تدریس داشته باشد.
		و) انتخاب مدرسین دروس تئوری باید به پیشنهاد هیئت ورزشی برگزارکننده دوره و تأیید آموزش اداره کل استان باشد.

	(ز) عنوان درس احیاء پایه و کمک‌های اولیه از تمامی موارد قبل مستثنا است. مدرس دوره‌های مرتبط با درمان، پزشکی و ایمنی صرفاً با معرفی دستگاه یا سازمان ذی‌ربط تعیین شود.	
۳	اختصاصی برای دروس عملی	داشتن گواهینامه مدرسی به انضمام ابلاغ از سوی فدراسیون مربوطه (معرفی مدرس عملی دوره‌های کوتاه‌مدت مربیگری بر عهده فدراسیون مربوطه است).

۱۴-۹-۲. ضوابط انضباطی: ضوابط انضباطی مشخص شده در دستورالعمل اجرایی برگزاری دوره‌های کوتاه‌مدت مربیگری به شرح جدول ۱۴-۳۱ است.

#### جدول ۱۴-۳۱. ضوابط انضباطی برگزاری دوره‌های مربیگری بر اساس دستورالعمل

ردیف	فرایند
۱	حضور شرکت‌کنندگان در تمامی کلاس‌های تئوری و عملی به‌طور فعال و مستمر الزامی است.
۲	مسئولیت نظارت بر حضور و غیاب شرکت‌کنندگان به عهده مدیر دوره است. مدیر دوره از بین افراد آشنا به فرایندهای آموزشی توسط هیئت ورزشی برگزارکننده انتخاب می‌شود.
۳	ساعات غیبت از دوره بر اساس گزارش مدیر دوره محاسبه می‌شود.
۴	چنانچه شرکت‌کنندگان در هر درس، بیش از یک جلسه و در مجموع بیش از یک‌هشتم مجموع ساعات دوره غیبت کنند، از ادامه دوره محروم خواهند شد و از آن‌ها آزمون به‌عمل نخواهد آمد.
۵	شرکت‌کنندگانی که به دلیل تخلف انضباطی از ادامه دوره محروم شوند، از ۶ ماه تا یکسال از شرکت در تمامی دوره‌های مربیگری محروم می‌شوند.
۶	تصمیم‌گیری در رابطه با موارد پیش‌بینی نشده دوره آموزش و تخلف انضباطی بر عهده شورایی متشکل از معاون ورزشی، مسئول آموزش، کارشناس حقوقی اداره کل، رئیس هیئت ورزشی استان و مدیر دوره خواهد بود.

گواهینامه مربیگری نیز به مدرک آموزشی اطلاق می‌شود که پس از گذراندن موفق دوره مربیگری توسط فدراسیون ذی‌ربط و برابر ضوابط و آیین‌نامه‌های رسمی اعطا می‌شود.

۱۴-۹-۳. وظایف امور پشتیبانی دوره‌های مربیگری: دستورالعمل اشاره دارد که مدیر دوره، مدیر آزمون و خدمتگزار باید وظایفی به شرح جدول ۱۴-۳۲ را انجام دهند.

#### جدول ۱۴-۳۲. وظایف عوامل پشتیبانی دوره‌های مربیگری

ردیف	سمت	وظیفه
۱	مدیر دوره	از شروع تا پایان دوره در محل برگزاری مستقر و مسئولیت‌های «ثبت‌نام، حضور و غیاب، اجرای ریز برنامه اساتید، رفع مشکلات شرکت‌کنندگان و کلیه امور محوله از طرف برگزارکننده» را انجام دهد.
۲	مدیر آزمون	باید از کارشناسان آموزش اداره کل باشد و وظایف «قبل آزمون: اخذسؤالات از اساتید، تهیه دفترچه سؤالات و پاسخ‌نامه، تکثیر، آماده‌سازی و مهر و موم آن»، «حین آزمون: نظارت بر استقرار شرکت‌کنندگان و توزیع فرم نظرسنجی و دفترچه آزمون و جمع‌آوری آن‌ها، اعلام شروع و خاتمه آزمون»، «بعد از آزمون: اخذ نمرات از اساتید، تهیه لیست نمرات شرکت‌کنندگان و ارسال به هیئت ورزشی مربوطه، تجزیه و تحلیل فرم‌های نظرسنجی» را انجام دهند.
۳	خدمتگزار	عهده‌دار نظافت و پذیرایی در طول دوره با هماهنگی مدیر دوره

۱۴-۹-۴. الزامات: تمامی ارکان آموزشی شامل «آموزش اداره کل استان، هیئت ورزشی استان و فدراسیون» موظف به رعایت الزاماتی به شرح جدول ۱۴-۳۳ هستند.

جدول ۱۴-۳۳. الزامات مورد تأکید برای ارکان آموزشی دوره‌های مربیگری

ردیف	الزامات
۱	رعایت شئون اسلامی، منطبق با نظام‌نامه فرهنگی وزارت متبوع جهت تحقق ورزش پاک، معنوی و معرفتی در برنامه‌ریزی و اجرای فعالیت‌های آموزشی
۲	لزوم اجرای فعالیت‌های تمامی فعالیت‌های آموزشی بر اساس چرخه استاندارد آموزش
۳	نیاز به اخذ مجوز کتبی از دفتر توسعه آموزش‌های پایه و استعدادیابی برای برگزاری دوره‌های آموزشی بین‌المللی داخل کشور و اعزام منابع انسانی به دوره‌های آموزشی خارج از کشور
۴	دوره مربیگری شامل دو دوره تئوری و عملی و قابل‌اجرای هم‌زمان پس از اخذ مجوز از فدراسیون در هیئت ورزشی استان و با نظارت اداره کل و منطبق بر آیین‌نامه ابلاغی دفتر
۵	مجازنبودن برگزاری دروس تئوری دوره‌های مربیگری در سطوح ۱ و ۲ به‌صورت مشترک بین رشته‌های مختلف ورزشی هیئت‌های استان
۶	معتبر نبودن دوره‌های آموزشی خارج از مفاد آیین‌نامه ابلاغی دفتر و نیاز به تأیید دفتر آموزش‌های پایه برای هرگونه تغییر در ضوابط اجرایی یا موارد پیش‌بینی‌نشده توسط فدراسیون‌های ورزشی
۷	لزوم فعالیت مربی در اماکن ورزشی با ارائه کارت مربیگری
۸	لزوم تنظیم اسناد آموزشی فدراسیون‌ها بر اساس فرم‌های پیوست آیین‌نامه ابلاغی دفتر
۹	لزوم اخذ تأییدیه دفتر توسعه آموزش‌های پایه و استعدادیابی توسط فدراسیون‌های ورزشی با ثبت گواهینامه‌های صادره مربیگری در سامانه مبین
۱۰	لزوم برگزاری دوره‌های ویژه مربیان و داوران در سطح ادارات کل استانی یا شهرستانی یا هماهنگی دفتر توسعه آموزش‌های پایه و استعدادیابی یا مسئول مربوطه در اداره کل استانی
۱۱	هر فدراسیون مجاز است، صرفاً بر اساس رئوس مطالب دروس تئوری، عملی و تخصصی همان رشته ورزشی و با رعایت سایر الزامات این آیین‌نامه و دستورالعمل اجرایی آن، اقدام به برگزاری دوره‌های دانش‌افزایی کند.
۱۲	لزوم توجه ارکان آموزش به ماده ۱۶ آیین‌نامه دوره‌های مربیگری اقدام به برگزاری دوره‌های آموزشی و کنترل شرایط ارتقاء فدراسیون‌های ورزشی باید برابر ساختار آیین‌نامه برگزاری دوره مربیگری و رعایت الزامات آن، نسبت به تدوین و تنظیم آیین‌نامه برگزاری دوره‌های مربیگری ویژه فدراسیون خود با هماهنگی و تأیید دفتر اقدام کنند.
۱۴	مسئولیت ذاتی دفتر توسعه آموزش‌های پایه و استعدادیابی واحدهای تابعه استانی آن در نظارت بر حسن اجرای آیین‌نامه و دستورالعمل آن
۱۵	ممنوعیت برگزاری دوره‌های تئوری بین چند رشته در سطح «دو و یک مربیگری»
۱۶	ممنوعیت دریافت هرگونه شهریه شرکت در دوره‌های تئوری در خارج از فرایندهای اعلام‌شده
۱۷	امکان اعزام به دوره‌های بین‌المللی مربیگری و دانش‌افزایی در داخل و خارج از کشورها از میان دارندگان بالاترین درجه مربیگری و برخورداری از شیوه‌نامه مشخص در این خصوص با تأیید دفتر آموزش‌های پایه و استعدادیابی
۱۸	لزوم ثبت ریزنمرات دروس تئوری و عملی متقاضیان داوری و مربیگری در سامانه مبین وزارت ورزش و جوانان توسط مسئولین آموزش ادارات کل استان‌ها
۱۹	تأکید بر استفاده هیئت‌های ورزشی از مدرسین بومی همان استان برای برگزاری دوره‌های مربیگری

## ۱۴-۱۰. دستورالعمل نظام هماهنگ آموزش مربیان فوتبال

به منظور ساماندهی شرایط ورود به عرصه مربیگری و ارتقاء سطح دانش تئوری و عملی مربیان و یکسان کردن آموزش آنان در سطوح مختلف مربیگری، دستورالعمل دوره‌های آموزشی و ارتقاء مربیان تدوین شد. شرایط عمومی لازم برای شرکت در دوره‌های مربیگری فوتبال به شرح جدول ۱۴-۳۴ معرفی شده است (کمیته آموزش فدراسیون فوتبال، ۱۳۹۸).

جدول ۱۴-۳۴. شرایط عمومی لازم برای شرکت در دوره‌های مربیگری

ردیف	شرایط
۱	حداقل سن ۲۰ سال تمام برای آقایان و بانوان
۲	داشتن حداقل مدرک تحصیلی دیپلم
۳	سلامت جسمانی و روانی به تأیید پزشک معتمد
۴	عدم سوء پیشینه به استناد گواهی مراجع ذیصلاح
۵	عدم اعتیاد به مواد مخدر به استناد گواهی پزشک معتمد
۶	کارت پایان خدمت سربازی یا گواهی اشتغال به تحصیل یا کارت معافیت برای آقایان
۷	شرکت و موفقیت در آزمون آمادگی جسمانی ویژه مربیان
۸	حداقل سابقه بازی در سطح شهرستان (با ارائه کارت شرکت در مسابقات)
۹	عدم محکومیت قطعی به محرومیت از کلبه فعالیت‌های مرتبط با «فوتبال، فوتسال و فوتبال ساحلی» در هنگام ثبت نام دوره
۱۰	حضور فعال و مستمر در تمام طول دوره
۱۱	دو قطعه عکس گذرنامه‌ای
۱۲	کارت شناسایی ملی
۱۳	شناسنامه یا گذرنامه
۱۴	داوطلبان صرفاً مجاز به انتخاب و شرکت در یکی از رشته‌های «فوتبال، فوتسال و فوتبال ساحلی» خواهند بود و مجاز به تغییر رشته ورزشی نیستند.
۱۵	داوطلبان مکلف به امضاء تعهدنامه انضباطی، پزشکی و مالی در پیش از شروع دوره‌ها هستند.

شرایط اختصاصی لازم برای شرکت در دوره‌های مربیگری فوتبال به شرح جدول ۱۴-۳۵ است.

جدول ۱۴-۳۵. شرایط اختصاصی لازم برای شرکت در دوره‌های مربیگری فوتبال

ردیف	نوع دوره	شرایط اختصاصی لازم
۱	D	ارائه مدارک و مستندات اشاره شده در شرایط عمومی لازم برای شرکت در دوره‌ها
۲	C	گواهینامه معتبر مربیگری درجه D با گذشت حداقل یکسال فعالیت مربیگری در سطح مربوطه
۳	B	گواهینامه معتبر مربیگری درجه C با گذشت حداقل دو سال فعالیت مربیگری در سطح مربوطه و اخذ حداقل امتیاز لازم برای شرکت در دوره‌های B طبق فرم امتیازدهی و اولویت بندی
۴	A	گواهینامه معتبر مربیگری درجه B با گذشت حداقل دو سال فعالیت مربیگری در سطح مربوطه و اخذ حداقل امتیاز لازم برای شرکت در دوره‌های A طبق فرم امتیازدهی و اولویت بندی
۵	PRO	گواهینامه معتبر مربیگری درجه A با گذشت حداقل سه سال فعالیت مربیگری در سطح مربوطه و اخذ حداقل امتیاز لازم برای شرکت در دوره‌های PRO طبق فرم امتیازدهی و اولویت بندی
۶	آمادگی جسمانی ایران	گواهینامه معتبر مربیگری درجه D با حداقل یکسال فعالیت مربیگری در سطح مربوطه
۷	آمادگی جسمانی سطح ۱ آسیا	گواهینامه معتبر مربیگری درجه B با حداقل یکسال فعالیت مربیگری در سطح مربوطه
۸	آمادگی جسمانی سطح ۲ آسیا	گواهینامه معتبر مربیگری آمادگی جسمانی سطح ۱ آسیا با حداقل دو سال فعالیت مربیگری در سطح مربوطه
۹	دروازه بانی ایران	گواهینامه معتبر مربیگری درجه D با حداقل یکسال فعالیت مربیگری در سطح مربوطه
۱۰	دروازه بانی سطح ۱ آسیا	گواهینامه معتبر مربیگری درجه C با حداقل یکسال فعالیت مربیگری در سطح مربوطه
۱۱	دروازه بانی سطح ۲ آسیا	گواهینامه معتبر مربیگری دروازه بانی سطح ۱ آسیا با حداقل دو سال فعالیت مربیگری در سطح مربوطه
۱۲	دروازه بانی سطح ۳ آسیا	گواهینامه معتبر مربیگری دروازه بانی سطح ۲ آسیا با حداقل دو سال فعالیت مربیگری در سطح مربوطه

شرایط اختصاصی لازم برای شرکت در دوره‌های مربیگری فوتسال و فوتبال ساحلی به شرح جدول ۱۴-۳۶ است.

جدول ۱۴-۳۶. شرایط اختصاصی لازم برای شرکت در دوره‌های مربیگری فوتسال و فوتبال ساحلی

ردیف	نوع دوره	شرایط اختصاصی لازم
۱	فوتسال و فوتبال ساحلی ایران	ارائه مدارک و مستندات اشاره شده در شرایط عمومی لازم برای شرکت در دوره‌ها
۲	سطح یک آسیا	گواهینامه معتبر مربیگری فوتسال یا فوتبال ساحلی ایران با حداقل یکسال فعالیت مربیگری در سطح مربوطه
۳	سطح دو آسیا	گواهینامه معتبر مربیگری سطح یک آسیا با حداقل دو سال فعالیت مربیگری در سطح مربوطه و اخذ امتیاز لازم برای شرکت در دوره‌های سطح دو آسیا بر اساس فرم امتیازدهی و اولویت بندی
۴	سطح سه آسیا	گواهینامه معتبر مربیگری سطح دو آسیا با حداقل دو سال فعالیت مربیگری در سطح مربوطه و اخذ امتیاز لازم برای شرکت در دوره‌های سطح سه آسیا بر اساس فرم امتیازدهی و اولویت بندی
۵	بدن سازی ایران	گواهینامه معتبر مربیگری فوتسال یا فوتبال ساحلی ایران با حداقل یکسال فعالیت مربیگری در سطح مربوطه
۶	بدن سازی سطح یک آسیا	گواهینامه معتبر مربیگری سطح یک آسیا با حداقل یکسال فعالیت مربیگری در سطح مربوطه

۷	بدن‌سازی سطح دو آسیا	گواهینامه معتبر مربیگری بدن‌سازی سطح یک آسیا با حداقل دو سال فعالیت مربیگری در سطح مربوطه
۸	بدن‌سازی سطح سه آسیا	گواهینامه معتبر مربیگری سطح دو آسیا با حداقل دو سال فعالیت مربیگری در سطح مربوطه
۹	دروازه‌بانی ایران	گواهینامه معتبر مربیگری فوتسال یا فوتبال ساحلی با حداقل یکسال فعالیت مربیگری در سطح مربوطه
۱۰	دروازه‌بانی سطح یک آسیا	گواهینامه معتبر مربیگری سطح یک آسیا با حداقل یکسال فعالیت مربیگری در سطح مربوطه
۱۱	دروازه‌بانی سطح دو آسیا	گواهینامه معتبر مربیگری دروازه‌بانی سطح یک آسیا با حداقل دو سال فعالیت مربیگری در سطح مربوطه
۱۲	دروازه‌بانی سطح سه آسیا	گواهینامه معتبر مربیگری دروازه‌بانی سطح دو آسیا با حداقل دو سال فعالیت مربیگری در سطح مربوطه

۱۴-۱۰-۱. شرایط قبولی در دوره‌های مربیگری فوتبال، فوتسال و فوتبال ساحلی: حداقل نمره قبولی در آزمون‌های عملی اخذ هفتاد درصد و در آزمون‌های تئوری، شفاهی و قوانین بازی شصت درصد است. اگر شرکت‌کننده در دو امتحان عملی و تمام امتحانات تئوری، حدنصاب قبولی را کسب کند، گواهی قبولی دریافت خواهد کرد.

۱۴-۱۰-۲. نحوه صدور گواهینامه‌های مربیگری: کنفدراسیون فوتبال آسیا و فدراسیون فوتبال، کلیه گواهی‌های قبولی یا Diploma را صادر می‌کنند. مجوز مربیگری یا Licence توسط فدراسیون فوتبال صادر می‌شود. اعتبار کلیه مجوزهای مربیگری برای سه سال است. دارنده مجوز مربیگری باید حداقل سه ماه قبل از پایان اعتبار گواهینامه خود به صادرکننده مجوز مراجعه کند. صادرکننده مجوز باید بررسی لازم را معمول و در صورت تکمیل مدارک و سوابق نسبت به تمدید اعتبار مجوز مربیگری و ثبت اطلاعات مربیان اقدام کند. دارندگان مجوز مربیگری که پس از انقضای مجوز خود، حداقل دو جلسه از سه جلسه هم‌اندیشی و دانش‌افزایی برگزار شده در طول سه سال را شرکت نداشته باشد، تا زمان رسیدن به حداقل دو جلسه معلق خواهند بود. تمدید اعتبار مجوزهای مربیگری منوط به رعایت اخلاق حرفه‌ای و شرکت در فعالیت‌های پیش‌بینی شده توسط کمیته آموزش فدراسیون (شامل جلسات آموزشی یک‌روزه در ماه اردیبهشت یا خرداد هر سال) است که مربیان باید حداقل دو جلسه از سه جلسه هم‌اندیشی و دانش‌افزایی برگزار شده در طول سه سال را شرکت کنند. چنانچه مربی دارای مجوز مربیگری، در دو دوره متوالی برنامه‌های پیش‌بینی شده کمیته آموزش شرکت نکند، مجوز مربیگری ایشان تا شرکت در دوره‌های هم‌اندیشی و دانش‌افزایی بعدی تعلیق خواهد شد.

۱۴-۱۰-۳. حداقل گواهینامه‌های لازم برای مربیگری در سطوح مختلف: در جدول ۱۴-۳۷ حداقل گواهینامه‌های موردنیاز برای مربیگری در سطوح مختلف «فوتبال، فوتسال و فوتبال ساحلی» معرفی شده است.





جدول ۱۴-۳۷. حداقل گواهینامه‌های لازم برای مربیگری در سطوح مختلف «فوتبال، فوتسال و فوتبال ساحلی»

ردیف	سطح و رده سنی	فوتبال				فوتسال و فوتبال ساحلی		
		سر مربی	مربی	بدن‌ساز	دروازه‌بانی	سر مربی	مربی	بدن‌ساز
۱	تیم‌های ملی و برتر کشور-بزرگسالان و امید	PRO	A	سطح دو آسیا	سطح سه آسیا	سطح سه آسیا	سطح دو آسیا	سطح سه آسیا
۲	تیم‌های ملی و برتر کشور-جوانان و نوجوانان	A	B	سطح دو آسیا	سطح سه آسیا	سطح سه آسیا	سطح دو آسیا	سطح سه آسیا
۳	تیم‌های ملی و برتر کشور نونهالان و خردسالان	A	B	سطح دو آسیا	سطح سه آسیا	سطح سه آسیا	سطح دو آسیا	سطح سه آسیا
۴	تیم‌های غیربرتر کشور و برتر استان/ بزرگسالان و امید	A	B	سطح دو آسیا	سطح سه آسیا	سطح دو آسیا	سطح دو آسیا	سطح دو آسیا
۵	تیم‌های غیربرتر کشور و برتر استان/ جوانان و نوجوانان	B	C	سطح یک آسیا	سطح دو آسیا	سطح دو آسیا	سطح دو آسیا	سطح دو آسیا
۶	تیم‌های غیربرتر کشور و برتر استان/ نونهالان و خردسالان	B	C	سطح یک آسیا	سطح دو آسیا	سطح دو آسیا	سطح دو آسیا	سطح دو آسیا
۷	تیم‌های غیربرتر استان و برتر شهرستان/ بزرگسالان و امید	C	D	بدن‌سازی ایران	سطح یک آسیا	سطح یک آسیا	فوتسال یا فوتبال ساحلی ایران	بدن‌سازی ایران
۸	تیم‌های غیربرتر استان و برتر شهرستان/ جوانان و نوجوانان	C	D	بدن‌سازی ایران	سطح یک آسیا	سطح یک آسیا	فوتسال یا فوتبال ساحلی ایران	بدن‌سازی ایران
۹	تیم‌های غیربرتر استان و برتر شهرستان/ نونهالان و خردسالان	C	D	بدن‌سازی ایران	سطح یک آسیا	سطح یک آسیا	فوتسال یا فوتبال ساحلی ایران	بدن‌سازی ایران

۱۴-۱۰-۴. مدت دوره‌های مربیگری فوتبال، فوتسال و فوتبال ساحلی در سطوح مختلف: در جدول ۱۴-۳۸ مدت، تعداد امتحانات تئوری، شفاهی و عملی دوره‌های آموزش مربیگری فوتبال و تخصص‌های مرتبط اعم از بدن‌سازی و دروازه‌بانی معرفی شده است.

جدول ۱۴-۳۸. مدت و تعداد امتحانات دوره‌های آموزش مربیگری فوتبال

ردیف	نوع دوره	تعداد روزها	ساعات	امتحان
۱	D	۷ روز بدون تعطیلی	۵۶ ساعت کل (۳۴ ساعت عملی و ۲۲ ساعت تئوری)	بدون مقاله، با امتحان عملی و تئوری
۲	C	۱۳ روز با یک روز تعطیلی در روز هفتم	۹۶ ساعت کل (۶۰ ساعت عملی و ۳۶ ساعت تئوری)	بدون مقاله با امتحان عملی و تئوری
۳	B	۲۰ روز با دو روز تعطیلی در روزهای هفتم و چهاردهم	۱۴۴ ساعت کل (۸۶ ساعت عملی و ۳۶ ساعت تئوری)	با یک مقاله، امتحان عملی و تئوری

با یک مقاله، امتحان عملی و تئوری	۱۹۲ ساعت کل (۱۱۶ ساعت عملی و ۷۶ ساعت تئوری)	۲۶ روز طی دو مرحله ۱۳ روزه با یک روز تعطیلی در روز هفتم هر مرحله	A	۴
با یک مقاله، یک تز، امتحان عملی و تئوری	۳۸۵ ساعت کل (۱۰۷ ساعت عملی و ۲۷۶ ساعت تئوری)	۶۳ روز طی چهار مرحله	PRO	۵
با یک مقاله، امتحان عملی و تئوری	۴۸ ساعت کل (۲۰ ساعت عملی و ۲۸ ساعت تئوری)	۶ روز بدون تعطیلی	بدن‌سازی ایران	۶
با یک مقاله، امتحان عملی و تئوری	۸۰ ساعت کل (۳۰ ساعت عملی و ۵۰ ساعت تئوری)	۱۰ روز طی دو مرحله پنج‌روزه با حداقل یکسال فاصله بین دو مرحله	بدن‌سازی سطح ۱ آسیا	۷
با یک مقاله، امتحان عملی و تئوری	۹۶ ساعت کل (۳۶ ساعت عملی و ۶۰ ساعت تئوری)	۱۲ روز طی دو مرحله شش‌روزه با حداقل یکسال فاصله بین دو مرحله	بدن‌سازی سطح ۲ آسیا	۸
بدون مقاله با امتحان عملی و تئوری	۴۸ ساعت کل (۲۸ ساعت عملی و ۲۰ ساعت تئوری)	۶ روز بدون تعطیلی	دروازه‌بانی ایران	۹
بدون مقاله با امتحان عملی و تئوری	۴۸ ساعت کل (۲۸ ساعت عملی و ۲۰ ساعت تئوری)	۶ روز بدون تعطیلی	دروازه‌بانی سطح ۱ آسیا	۱۰
با یک مقاله، امتحان عملی و تئوری	۵۶ ساعت کل (۳۴ ساعت عملی و ۲۲ ساعت تئوری)	۷ روز بدون تعطیلی	دروازه‌بانی سطح ۲ آسیا	۱۱
با یک مقاله، امتحان عملی و تئوری	۵۶ ساعت کل (۳۴ ساعت عملی و ۲۲ ساعت تئوری)	۷ روز بدون تعطیلی	دروازه‌بانی سطح ۳ آسیا	۱۲

در جدول ۱۴-۳۹ مدت، تعداد امتحانات تئوری، شفاهی و عملی دوره‌های آموزش مربیگری فوتسال و فوتبال ساحلی و تخصص‌های مرتبط اعم از بدن‌سازی و دروازه‌بانی معرفی شده است.

#### جدول ۱۴-۳۹. مدت و تعداد امتحانات دوره‌های آموزش مربیگری فوتسال و فوتبال ساحلی

ردیف	نوع دوره	تعداد روزها	ساعات	امتحان
۱	فوتسال و فوتبال ساحلی ایران	۵ روز بدون تعطیلی	۴۰ ساعت کل (۲۰ ساعت عملی و ۲۰ ساعت تئوری)	بدون مقاله، با امتحان عملی و تئوری
۲	سطح یک آسیا	۶ روز بدون تعطیلی	۴۸ ساعت کل (۲۸ ساعت عملی و ۲۰ ساعت تئوری)	بدون مقاله با امتحان عملی و تئوری
۳	سطح دو آسیا	۷ روز بدون تعطیلی	۵۶ ساعت کل (۳۰ ساعت عملی و ۲۶ ساعت تئوری)	با یک مقاله، امتحان عملی و تئوری
۴	سطح سه آسیا	۱۳ روز با یک روز تعطیلی در روز هفتم	۹۶ ساعت کل (۵۸ ساعت عملی و ۳۸ ساعت تئوری)	با یک مقاله، یک تز، امتحان عملی و تئوری
۵	بدن‌سازی ایران	۶ روز بدون تعطیلی	۴۸ ساعت کل (۲۰ ساعت عملی و ۲۸ ساعت تئوری)	بدون مقاله با امتحان عملی و تئوری
۶	بدن‌سازی سطح یک آسیا	۶ روز بدون تعطیلی	۴۸ ساعت کل (۲۰ ساعت عملی و ۲۸ ساعت تئوری)	بدون مقاله با امتحان عملی و تئوری
۷	بدن‌سازی سطح دو آسیا	۶ روز بدون تعطیلی	۴۸ ساعت کل (۲۰ ساعت عملی و ۲۸ ساعت تئوری)	بدون مقاله با امتحان عملی و تئوری
۸	بدن‌سازی سطح سه آسیا	۶ روز بدون تعطیلی	۴۸ ساعت کل (۲۰ ساعت عملی و ۲۸ ساعت تئوری)	بدون مقاله با امتحان عملی و تئوری
۹	دروازه‌بانی ایران	۵ روز بدون تعطیلی	۴۰ ساعت کل (۲۰ ساعت عملی و ۲۰ ساعت تئوری)	بدون مقاله با امتحان عملی و تئوری

۱۰	دروازه‌بانی سطح یک آسیا	۵ روز بدون تعطیلی	۴۰ ساعت کل (۲۰ ساعت عملی و ۲۰ ساعت تئوری)	بدون مقاله با امتحان عملی و تئوری
۱۱	دروازه‌بانی سطح دو آسیا	۵ روز بدون تعطیلی	۴۰ ساعت کل (۲۰ ساعت عملی و ۲۰ ساعت تئوری)	بدون مقاله با امتحان عملی و تئوری
۱۲	دروازه‌بانی سطح سه آسیا	۵ روز بدون تعطیلی	۴۰ ساعت کل (۲۰ ساعت عملی و ۲۰ ساعت تئوری)	بدون مقاله با امتحان عملی و تئوری

### ۱۴-۱۱. آیین‌نامه برگزاری دوره‌های مربیگری والیبال

این آیین‌نامه که در انطباق با فدراسیون جهانی رشته و آیین‌نامه‌های داخلی تنظیم شده است، شرایط برگزاری کلاس‌های مربیگری والیبال در ایران را به شرح جدول ۱۴-۴۰ معرفی می‌کند (فدراسیون والیبال جمهوری اسلامی ایران، بی‌تا).

#### جدول ۱۴-۴۰. شرایط برگزاری دوره‌های مربیگری والیبال در ایران

ردیف	شرایط
۱	در اختیار گذاشتن سالن ورزشی مناسب و محل برگزاری کلاس تئوری به‌طور تمام‌وقت در طول ایام برگزاری کلاس
۲	آماده کردن وسایل کمک‌آموزشی از قبیل «تلویزیون، ویدئو پروژکتور، توپ به تعداد کافی، ایت‌برد و امثال آن»
۳	آماده نمودن امکانات اقامت، غذا و ایاب‌وذهاب برای مدرسین (هزینه‌های مدرسین بر عهده میزبان است).
۴	مبالغ واریزی توسط درخواست‌کننده
۵	مبالغ باید به حساب فدراسیون والیبال واریز شود.
۶	تعداد شرکت‌کنندگان در کلاس حداقل ۱۵ و حداکثر ۲۵ نفر است.
۷	«حداقل سن برای شرکت در مربیگری»، «درجه یک ۲۴ سال»، «درجه دو ۲۲ سال» و «درجه سه ۲۰ سال» است.
۸	«داشتن کارت مربیگری درجه ۲ برای دوره درجه یک با گذشت دو سال و یک روز از آن است»، «داشتن کارت مربیگری درجه ۳ برای دوره درجه دو با گذشت دو سال و یک روز از آن است».
۹	ارائه گواهی از طرف هیئت والیبال استان، مبنی بر حداقل سه سال همکاری و فعالیت مستمر مربیگری
۱۰	پس از قبول شدن در دوره مربیگری، پذیرفته‌شدگان باید ۳۰ ساعت دوره کارورزی را زیر نظر یک مربی بین‌المللی بگذرانند تا بتوانند با ارائه گواهی کارورزی کارت مربیگری خود را از هیئت والیبال استان مربوطه تحویل بگیرند.
۱۱	شرکت‌کنندگان در طول سه سال منتهی به کلاس ارتقاء باید حداقل ۲۴ ساعت در دوره‌های دانش‌افزایی شرکت کنند.
۱۲	ارگان‌های وزارت آموزش عالی، نیروهای مسلح، فدراسیون کارگری و امثال آن می‌توانند به‌صورت مستقل عمل کنند و اقدام به برگزاری این دوره‌ها کنند. هرکدام از این ارگان‌ها می‌توانند به‌صورت مستقل، هم میزبان و هم مجری یا فقط میزبان باشند. در صورت میزبان و مجری بودن، تمام کارهای اجرایی و مالی از ابتدا تا انتها به‌عهده ارگان ذی‌ربط بوده و هیئت‌های والیبال فقط به‌عنوان ناظر حضور دارند. در صورت فقط میزبان بودن، ارگان مربوطه فقط ملزم به تهیه بندهای ۱ و ۲ جدول است.
۱۳	بازیکنان تیم‌های ملی در رده نوجوانان و جوانان، در صورت داشتن آی‌دی کارت اعزام، با ارائه تقاضانامه کتبی به فدراسیون و تأیید مقامات، مجاز به شرکت در کلاس‌های درجه دو به‌صورت مستقیم هستند. بازیکنان تیم‌های ملی در رده امید و بزرگسالان در صورت داشتن آی‌دی کارت اعزام با ارائه تقاضانامه کتبی به فدراسیون و تأیید مقامات، مجاز به شرکت در کلاس‌های درجه یک به‌صورت مستقیم هستند. این بند به‌معنای آن نیست که این نفرات می‌توانند کارت درجه قبل را دریافت کنند، بلکه در صورت موافقت مجاز به شرکت در آن دوره هستند.

۱۴	تمام متقاضیانی که درخواست شرکت در دوره‌های مختلف به صورت میهمان در شهر دیگری را دارند، باید از هیئت استان محل سکونت خود، معرفی‌نامه به هیئت مقصد ارائه کنند. هیئت میزبان نیز موظف به گرفتن تأییدیه معرفی‌نامه و سپس ثبت‌نام متقاضی است.
۱۵	تمامی کلاس‌ها در دوره‌های مختلف باید ظرف مدت هفت روز کاری و به صورت متوالی برگزار شود.
۱۶	مسئول کمیته آموزش استان میزبان وظیفه نظارت بر روند اجرایی را بر عهده دارد. بدیهی است طرح شکایت و احراز تخلف در هر کدام از شرایط قبل، با مسئولیت وی بوده و باید پاسخگوی تخلف صورت گرفته باشد.
۱۷	سرپرست کلاس نمی‌تواند به‌عنوان شرکت‌کننده در کلاس حاضر شود.
۱۸	برای دوره درجه سه، شرکت‌کنندگان با مدرک کارشناسی علوم ورزشی و برای دوره درجه دو شرکت‌کنندگان با مدرک کارشناسی ارشد و بالاتر علوم ورزشی به شرط ارائه ریزنمرات نشان‌دهنده دروس تئوری پاس شده، از آن معاف خواهند شد. برای درجه یک هیچ مدرک تحصیلی پذیرفته نیست و همه باید در دوره تئوری شرکت کنند.
۱۹	داشتن کارت مربیگری در رشته‌های دیگر برای سپری نکردن دوره‌های تئوری اداره ورزش، مورد قبول نیست.

### خلاصه

در این فصل انواع دوره‌های مربیگری رشته‌های مختلف ورزشی از پائین‌ترین سطح تا بالاترین سطح معرفی شده است. هر دوره با سرفصل‌های لازم برای گذراندن مشخص می‌شود. با توجه به اینکه رشته فوتبال دوره‌های خود را بر اساس الگوی مصوب فیفا و کنفدراسیون فوتبال آسیا تنظیم کرده است؛ دوره‌های مربیگری فوتبال به‌طور مجزا معرفی شد. همچنین رشته والیبال نیز دوره‌های خود را بر اساس فدراسیون جهانی رشته مربوطه تنظیم کرده است و دوره‌های آن نیز جداگانه شرح داده شد. با توجه به ملاحظات خاص در رشته‌های ورزشی «جانبازان و معلولین» و «نابینایان» نحوه برگزاری و درس‌های مربوط به هر دوره این رشته‌ها نیز جداگانه معرفی شدند.

### فعالیت‌هایی برای یادگیری

- دوره‌های مربیگری یک رشته منتخب (به استثنای فوتبال و والیبال) را انتخاب و آن را با الگوی مصوب فدراسیون جهانی مربوطه مقایسه کنید.
- بررسی کنید که آیا امکان انطباق آن‌ها با الگوی فدراسیون جهانی (مانند فوتبال و والیبال) وجود دارد؟ پیشنهاد خود را در قالب یک طرح برای فدراسیون مربوطه مکتوب کنید.



**بخش سوم**

**آشنایے با ورزش ها**

# ورزش های قهرمانه

هدف کلی: آشنایی با انواع ورزش های قهرمانی

اهداف یادگیری:

- آشنایی با مبانی انتخاب یک رشته ورزشی
- آشنایی با مبانی انواع ورزش های قهرمانی
- آشنایی با موفقیت انواع ورزش های قهرمانی در رویدادهای مهم
- آشنایی با ساختار ورزش های قهرمانی در ایران و جهان

## مقدمه

در هر کشور و حتی اجتماعات خاص رشته‌های ورزشی خاصی هستند که رواج و رونق بیشتری دارند. در این فصل به‌مروری بر انواع ورزش‌های قهرمانی و رویدادها و ساختارهای آن در سطح داخلی و بین‌المللی پرداخته می‌شود.

## ۱-۱۵. انتخاب رشته ورزشی

هر کس که گام به یک رشته ورزشی می‌گذارد می‌تواند یکی از اهداف معرفی‌شده در جدول ۱-۱۵ را داشته باشد.

جدول ۱-۱۵. انواع اهداف برای انتخاب یک رشته ورزشی

ردیف	هدف	توضیح
۱	سلامت جسمی	هدف بهبود شاخص‌های سلامت جسمانی
۲	سلامت روانی	هدف بهبود شاخص‌های سلامت روانی
۳	قهرمانی	هدف رسیدن به مدال و اوج مهارت در یک رشته
۴	غنی‌سازی اوقات فراغت	هدف غنی‌کردن اوقات فراغت با تفریح همراه با پوشش یک هدف مهم دیگر
۵	درمانی	هدف درمان بیماری‌های خاص
۶	زیبایی	هدف رسیدن به زیبایی‌های ظاهری و بدنی
۷	دفاعی	هدف توانمندی در مواجهه با خطرات ایجادشده از سوی دیگران
۸	درآمدزایی و شغل	هدف داشتن یک شغل و درآمد کافی
۹	آموزشی	هدف یادگیری و ارتقاء مهارت‌ها
۱۰	تفریح	هدف کسب لذت هیجان از فعالیت‌ها
۱۱	کمکی	هدف کمک گرفتن از ورزش برای انجام سایر فعالیت‌ها

نکته مهمی که باید مورد توجه قرار بگیرد، آن است که فرد می‌تواند یک یا بیش از یکی از اهداف مورد اشاره را داشته باشد. انتخاب رشته بر اساس هدف نیز باید با شناخت کامل و رویکردی بهره‌ورانه باشد. برای نمونه گاهی فرد به دنبال هدف قهرمانی است و وارد رشته جودو می‌شود. در این مسیر ظرفیت‌های بدنی و فاصله او با نفرات برتر ممکن است باعث شود تا در حضور در رشته‌ای دیگر مانند کوراش خیلی زودتر به نتیجه «قهرمانی» حداقل در سطح قاره‌ای برسد.

کسانی که رشته علوم ورزشی را انتخاب می‌کنند باید، حداقل در یک رشته توانایی و تخصص بالایی داشته باشند. این رشته می‌تواند یکی از رشته‌های قهرمانی یا همگانی-تفریحی باشد. این فصل و فصل بعد تلاش می‌کند تا با مروری بر شاخص‌های مهم و هدفمند، به افراد در انتخاب رشته یا رشته‌های تخصصی کمک کند تا با هدفمندی اثربخش‌تری انتخاب مناسب خود را انجام دهند.

## ۱۵-۲. ورزش‌های قهرمانی

ورزش‌های قهرمانی رویکردی رقابتی و مقام‌آوری دارند. بدیهی است که هر چه قدر زمینه‌های ورزشی تربیتی، همگانی و به‌ویژه حرفه‌ای برای یک رشته ورزشی در هر کشور فراهم‌تر باشد، احتمال توفیقات آن رشته در ورزش قهرمانی بیشتر خواهد شد. به این منظور هر فرد باید با توجه به ویژگی‌های متعددی به شرح جدول ۱۵-۲ ورزش تخصصی خود را موردبررسی قرار دهد و با توجه به ظرفیت‌های موجود به انتخاب آن رشته به‌عنوان یک شغل یا ابزار تفریحی و سلامتی پردازد.

جدول ۱۵-۲. مؤلفه‌های اثرگذار در رونق یک رشته ورزشی در هر جامعه

ردیف	مؤلفه	توضیح
۱	جایگاه آن در ورزش تربیتی	موقعیت آن در ورزش مدارس و دانشگاه با تأکید بر ساختار و حجم فعالیت‌های وابسته به آن
۲	جایگاه آن در ورزش همگانی	موقعیت آن در فعالیت‌های همگانی و تفریحی و استفاده از آن برای پر کردن اوقات فراغت
۳	جایگاه آن در ورزش قهرمانی	داشتن جایگاه قهرمانی در سطح بین‌المللی و ملی
۴	جایگاه آن در ورزش حرفه‌ای	داشتن لیگ‌های حرفه‌ای و سازماندهی شده و پررونق با باشگاه‌های توانمند و فعال در آن
۵	سهم آن در رسانه‌ها	برخورداری از ظرفیت «رسانه‌ای بودن» و مورد اقبال انواع رسانه‌های جمعی واقع شدن
۶	ظرفیت‌های شغلی	وجود انواع مشاغل دارای درآمد مکفی از جمله: ورزشکار، مربی، داور، مدیر و امثال آن
۷	اولویت ملی	در اولویت نگاه دستگاه‌های حکومتی و افکار عمومی ملی برای حمایت قرار داشتن
۸	اولویت محلی	در اولویت نگاه دستگاه‌های حکومتی و افکار عمومی محلی برای حمایت قرار داشتن
۹	جایگاه بین‌المللی رشته	مورد اقبال بین‌المللی در سایر کشورها بودن
۱۰	ظرفیت اقتصادی رشته	گردش مالی رشته در سطوح بین‌المللی، ملی و محلی
۱۱	ظرفیت فرهنگی رشته	همخوانی با ارزش‌ها و باورهای ملی و محلی
۱۲	ظرفیت امکاناتی رشته	برخورداری امکانات مناسب برای فعالیت در سطح ملی و محلی
۱۳	ظرفیت جذب گردشگر	برخورداری ظرفیت رشته در جذب گردشگر داخلی و خارجی
۱۴	رونق صنایع وابسته	تا چه حد صنعت مربوطه به رشته یا واردات تجهیزات آن فعال است؟

هرچند به‌سختی بتوان رشته‌هایی را یافت که همه ظرفیت‌ها را باهم داشته باشند، اما با این نوع مطالعات بدیهی است که فرد انتخاب رشته تخصصی خود را با آگاهی بیشتر و ضریب خطای کمتری انجام خواهد داد. در ادامه برخی از رشته‌های رایج در ایران که زمینه‌های قهرمانی در آن‌ها وجود دارد، معرفی می‌شوند.

امروز سهم و نقش رسانه‌ها در رونق رشته‌های ورزشی بسیار مهم و برجسته است. تا جائیکه مفهومی بنام «ورزش‌های رسانه‌ای» را ایجاد کرده‌است. یعنی برخی رشته‌ها به‌دلایلی مشخص، موردتوجه بیشتر رسانه‌ها برای پوشش انواع رویدادهای آن قرار می‌گیرند. برای نمونه برخی رشته‌ها مانند فوتبال اغلب برای تمام طبقات اجتماعی جذابیت دارد. برخی از مهم‌ترین دلایل و شاخص‌ها برای رسانه‌ای شدن یک رشته ورزشی را می‌توان در جدول ۱۵-۳ مرور کرد.



جدول ۱۵-۳. دلایل رسانه‌ای شدن ورزش‌ها

ردیف	دلایل
۱	برخوردار بودن از قوانین ساده‌تر و قابل‌درک عمومی بیشتری باشد.
۲	وجود جاذبه‌های تصویری بیشتر
۳	وجود جاذبه‌های صوتی بیشتر (صداها، محیطی هیجان‌برانگیز)
۴	وجود زمینه فرهنگی یا انطباق با رسوم جامعه مخاطب
۵	امکان درک مهارت‌های آن برای عموم (فقدان درک ارزیابی از مهارت‌ها برای مخاطبین بی‌تجربه در آن رشته)
۶	تعداد افراد فعال یا ورزشکار آن رشته در جامعه
۷	زمان‌بندی و رویکردی متناسب با محدودیت‌های فضا و زمان در رسانه‌ها

هر رشته‌ای که تعداد بیشتری از این شاخص‌ها را در خود داشته باشد، شرایط بهتری برای جلب توجه رسانه‌ها خواهد داشت. حال با این شاخص‌ها می‌توانید برخی دلایل توجه بیشتر رسانه‌ها به فوتبال را تحلیل کنید.

### ۱۵-۳. فهرستی از انواع ورزش‌های قهرمانی

برای دانشجویان و دانش‌آموختگان رشته علوم ورزشی لازم است تا با بیشتر رشته‌های ورزشی آشنایی داشته باشند. بنابراین در این کتاب تلاش شده است تا در این فصل ورزش‌های با ظرفیت بیشتر در قهرمانی و در فصل بعد ورزش‌های با ظرفیت بیشتر در بعد همگانی و تفریحی معرفی شوند. در جدول ۱۵-۴ فهرست نسبتاً جامعی از انواع ورزش‌های قهرمانی بر اساس حروف الفبا ارائه و در ادامه جدول هر یک از آن‌ها با توضیحات و انواع تصاویر معرفی خواهند شد.

جدول ۱۵-۴. فهرستی از انواع ورزش‌های قهرمانی بر اساس حروف الفبای فارسی

ردیف	رشته	ردیف	رشته	ردیف	رشته
۱	اتومبیلرانی	۲۲	تنیس روی میز	۴۳	فوتبال
۲	آرنیس	۲۳	تیراندازی	۴۴	قایقرانی
۳	اسکواش	۲۴	تیر و کمان	۴۵	کاراته
۴	اسکی	۲۵	جوجیتسو	۴۶	کبدمی
۵	اسکیت	۲۶	جودو	۴۷	کرلینگ
۶	آیکیدو	۲۷	جهت‌یابی	۴۸	کریکت
۷	بابسلی	۲۸	چوگان	۴۹	کشتی
۸	بدمینتون	۲۹	دارت	۵۰	کندو
۹	بسکتبال	۳۰	دوچرخه‌سواری	۵۱	کوراش
۱۰	بوچیا	۳۱	دوومیدانی	۵۲	کیک‌بوکسینگ
۱۱	بوکس	۳۲	راگبی	۵۳	گلف
۱۲	بولینگ	۳۳	ژیمناستیک	۵۴	لاکراس
۱۳	بیاتلون (دوگانه)	۳۴	سامبو	۵۵	موتورسواری
۱۴	بیسبال و سافتبال	۳۵	ساواته	۵۶	موی‌تای
۱۵	بیلیارد	۳۶	سپک‌تاکرا	۵۷	والیبال
۱۶	پرورش‌اندام	۳۷	سوارکاری	۵۸	ورزش‌های آبی
۱۷	پنچاک‌سیلات	۳۸	سومو	۵۹	وزنه‌برداری
۱۸	پنج‌گانه جدید	۳۹	سه‌گانه	۶۰	ووشو
۱۹	پیلوتای باسکی	۴۰	شطرنج	۶۱	وینام
۲۰	تکواندو	۴۱	شمشیربازی	۶۲	هاکی
۲۱	تنیس	۴۲	صخره‌نوردی	۶۳	هندبال

## ۱۵-۴. اتومبیلرانی

رقابتی مبتنی بر مهارت‌های رانندگی و اصول «سرعت و دست‌فرمان یا خوش‌دستی» با ویژگی‌هایی به شرح جدول ۱۵-۵ است.

جدول ۱۵-۵. مشخصات عمومی رشته ورزشی اتومبیلرانی

ردیف	محورها	توضیح
۱	سایر اسامی	معادل Auto racing
۲	تاریخچه جهانی	تأسیس فدراسیون جهانی (FIA) Fédération Internationale de l'Automobile در سال ۱۹۰۴ بود و مقر آن در پاریس است. این فدراسیون در ARISF عضویت دارد.
۳	تاریخچه در ایران	مسابقات در اوایل دهه چهل خورشیدی توسط خارجی‌ان مقیم کشور پایه‌ریزی شد. بعد از انقلاب فدراسیون اتومبیلرانی در سال ۱۳۶۹ در کنار فدراسیون موتورسواری تشکیل و به نام

فدراسیون موتورسواری و اتومبیلرانی به فعالیت پرداخت. فدراسیون ایران از سال ۱۳۷۴ به عضویت فدراسیون بین‌المللی اتومبیلرانی در آمد.		
در ایران انواع مسابقه رانندگی «سرعت، کارتینگ، ماریج، تپه‌نوردی و رالی» در قالب قهرمانی کشور و در چهار فصل است. مسابقات اتومبیلرانی فرمول یک یا جایزه بزرگ، پرطرفدارترین مسابقات اتومبیلرانی جهان به‌شمار می‌رود. این مسابقات زیر نظر فدراسیون بین‌المللی اتومبیلرانی است و منظور از کلمه «فرمول» مجموعه قوانین و مقررات برای رعایت تمامی شرکت‌کنندگان و خودروهای آن‌ها است. اغلب در پیست‌های «فرمول یک» و در موارد معدود در جاده‌های بسته شهری برگزار می‌شود. خودروها با سرعتی تا ۳۵۰ کیلومتر در ساعت با هم مسابقه می‌دهند.	انواع رویدادها	۴

شکل ۱۵-۱ تصاویری از رشته اتومبیلرانی را نشان می‌دهد.



شکل ۱۵-۱. انواع مسابقات اتومبیلرانی به ترتیب و از راست: کارتینگ، سرعت (فرمول ۱) و رالی

از سال ۱۳۵۵ و ابتدا با عنوان موتورسواری زیر نظر سازمان تربیت‌بدنی وقت فعال شد. این رشته که در ایران در فدراسیون «موتورسواری و اتومبیلرانی» فعالیت دارد، از سال ۱۳۸۲ با حضور مربیان خارجی در رشته‌های «رالی و کارتینگ» توسعه یافت و به مقام‌هایی در «رالی و کارتینگ» دست پیدا کرد.

#### ۱۵-۵. آرتیس

نوعی رزمی فیلیپینی در دسته‌بندی ورزش‌های رزمی با سلاح و دارای با مشخصاتی به شرح جدول ۱۵-۶ است.

جدول ۱۵-۶. مشخصات عمومی رشته ورزشی آرتیس

ردیف	محورها	توضیح
۱	سایر اسامی	Arnīs که به اسامی «اسکریمایا Eskrima» و «کالی یا Kali» نیز شناخته می‌شود.
۲	تاریخچه جهانی	در فیلیپین فدراسیون برای این رشته ورزشی وجود دارد.
۳	عضویت‌های ملی	فعال به‌عنوان یک کمیته در فدراسیون ورزش‌های رزمی ایران
۴	وسایل و امکانات	سلاح‌های سرد واقعی مانند «چاقو، چوب و انواع سلاح‌های سرد دست‌ساز»
۵	مقررات کلی	یک مبارزه واقعی حتی با دست‌خالی و انواع روش‌های «دفاع شخصی، حمله، خلع سلاح حریف» و «استفاده از اسلحه اصلی ساخته‌شده از چوب یا ساقه نیشکر بنام کین یا Cane شبیه باتون ۷۱ سانتیمتری»

شکل ۱۵-۲ تصویری از رشته آرتیس را نشان می‌دهد.



شکل ۱۵-۲. تصویری از رشته ورزشی آرنیس و انواع سلاح‌های آن

## ۱۵-۶. اسکواش

نوعی ورزش راکتی به شرح جدول ۱۵-۷ است.

جدول ۱۵-۷. مشخصات عمومی رشته ورزشی اسکواش

ردیف	محورها	توضیح
۱	سایر اسامی	Squash
۲	تاریخچه جهانی	در حدود سال ۱۸۶۰ نخستین کورت اسکواش در یک مدرسه انگلیسی پدید آمد. فدراسیون جهانی آن یعنی World Squash Federation (WSF) از سال ۱۹۶۷ شکل گرفت و در ادامه به عضویت ARISF در آمده است.
۳	تاریخچه در ایران	شروع آن از حدود سال ۱۳۲۰ و با ورود کارکنان انگلیسی شرکت نفت به آبادان بود. فدراسیون نیز از سال ۱۳۵۳ تشکیل، بعد از یکسال منحل و دوباره از سال ۱۳۷۲ فعال شد.
۴	انواع رویدادها	انواع مسابقات قهرمانی کشور و حرفه‌ای PSA برای مردان و Wispa برای بانوان
۵	عضویت‌های بین‌المللی	عضویت ایران به فدراسیون آسیایی از سال ۱۹۹۴
۶	وسایل و امکانات	در «اتاقکی» کورت‌مانند و با «راکت و توپ» مخصوص اسکواش
۷	مقررات کلی	دو بازیکن، در فاصله مشخص در کنار هم بازی می‌کنند.

راکتبال یکی از رشته‌های هم‌خانواده اسکواش با قوانین نزدیک به آن است. از عبارت‌های مورداستفاده در این رشته، «اسکواش ۵۷» است که اشاره به قطر توپ راکتبال انگلیسی به‌میزان «۵۷ میلی‌متر» دارد. این نام در سال ۲۰۱۶ مورد تصویب فدراسیون جهانی اسکواش WSF قرار گرفت. هم‌اکنون راکتبال در ایران به‌عنوان یکی از کمیته‌های زیرمجموعه فدراسیون اسکواش است. راکتبال به دو صورت «انگلیسی و آمریکایی» انجام می‌گیرد که نوع انگلیسی آن با نام «اسکواش ۵۷» در کورت‌های اسکواش انجام می‌شود. نوع آمریکایی به لحاظ شکل بازی تغییراتی جزئی در ابعاد زمین دارد و سقف جزو زمین‌بازی است. شکل ۱۵-۳ تصاویری از رشته اسکواش و راکتبال را نشان می‌دهد.



شکل ۱۵-۳. تصاویری از رشته اسکواش (راست) و راکتبال (چپ)

## ۱۵-۷. اسکی

نوعی ورزش زمستانی به شرح جدول ۱۵-۸ است.

جدول ۱۵-۸. مشخصات عمومی رشته ورزشی اسکی

ردیف	محورها	توضیح
۱	سایر اسامی	معادل انگلیسی Skiing
۲	تاریخچه جهانی	شروع از اوایل دهه ۱۸۰۰
۳	تاریخچه در ایران	شروع از اوایل سال ۱۳۰۰، نخستین پیست در آبعلی و تشکیل فدراسیون در سال ۱۳۲۳
۴	انواع رویدادها	شامل رشته‌های مختلفی از جمله «سرعت، مارپیچ کوچک، مارپیچ بزرگ، سوپر جی، سوپر ترکیبی، تیمی و صحرا نوردی»
۵	عضویت‌های بین-المللی	عضویت در فدراسیون جهانی در سال ۱۳۳۴
۶	وسایل و امکانات	باتوم، کفش و پیست
۷	مقررات کلی	در اسکی «سرعت، مارپیچ بزرگ و سوپرمارپیچ» اسکی‌بازان بسته به طول مسابقه و درخواست تلویزیون در فاصله زمانی ۱ تا ۲ دقیقه‌ای شروع می‌کنند. در «مارپیچ کوچک» با فرمان شروع در فواصل نامنظم، بازی شروع و رقابت‌کنندگان باید با هدایت چوب اسکی و حرکت پا از خط شروع و از بین دو میله یا قاب‌های دروازه عبور کنند. اسکی صحرانوردی یا اسکی در مسافت طولانی به مسابقه در مسافت‌های مختلف اشاره دارد.

شکل ۱۵-۴ تصاویری از رشته اسکی را نشان می‌دهد.



شکل ۱۵-۴. تصاویری از ورزش اسکی پرش و آلپاین

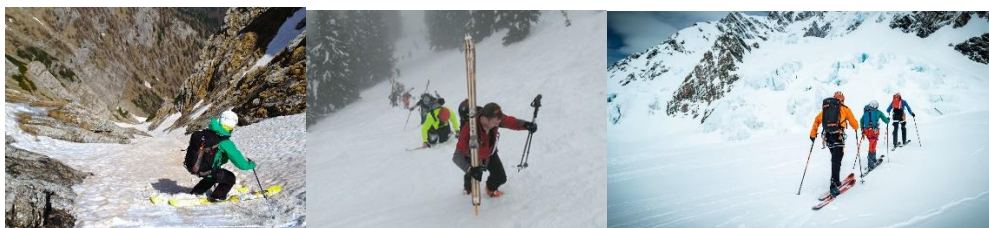
اسنوبورد شامل استفاده از تخته‌ای به‌عنوان یک اسکی پهن است. «اسنوبوردهای حرفه‌ای» اغلب با وسایل جانبی مانند «اتصال‌ها و بوت‌های مخصوص» استفاده می‌شوند. «اسنوبورد» نیز از سال ۱۹۶۰ و با ترکیبی از مهارت‌های «اسکی، موج‌سواری و اسکیت بورد» مورد توجه قرار گرفت. در سال ۱۹۸۵، اولین جام جهانی آن در استرالیا برگزار شد. فدراسیون بین‌المللی اسنوبورد از سال ۱۹۹۴ تشکیل و در سال ۱۹۹۸ جزء ورزش‌های المپیک زمستانی شد. از رویدادهای آن می‌توان به «اسلalom، پارالل و کراس کانتری» اشاره کرد. این رشته ورزشی هم‌اکنون در چهار ماده مختلف در بازی‌های المپیک زمستانی دنبال می‌شود. در مسابقات سرعتی، شرکت‌کنندگان تپه را از «بالا به پایین» از درون دروازه‌هایی با پیچ‌های تند طی می‌کنند. در مسابقات اسلalom دروازه‌ها فاصله بیشتری از هم دارند و شرکت‌کنندگان در این مسیرها سرعت بیشتری به دست می‌آورند، در رقابت‌های نمایشی نیز انواع حرکات نمایشی حین سرخوردن به پائین

به اجرا درمی‌آید. در رویدادهای پارالل دو شرکت‌کننده در کنار هم و به‌طور هم‌زمان مسیری را به پائین می‌روند و هر شرکت‌کننده رقابت مجزای خود را دارد. تصاویر ۱۵-۵ انواع رقابت‌های اسنوبورد را نشان می‌دهد.



شکل ۱۵-۵. تصاویری از رشته ورزشی اسنوبورد

«اسکی کوهنوردی» یا به‌طور خلاصه «اسکیمو» یک رشته از اسکی است که در آن فرد مسیرهایی را با توجه به شیب با اسکی‌ها «بالاوپائین» می‌رود و یا در مسیری اسکی را حمل و سپس با آن پائین می‌آید. این رشته زیر نظر فدراسیون بین‌المللی اسکی کوهنوردی یا ISMF اداره می‌شود. این فدراسیون بین‌المللی از سال ۲۰۰۸ تأسیس شد و به‌ضرورت ARISF در آمد. شکل ۱۵-۶ تصاویری از رشته اسکی کوهنوردی را نشان می‌دهد.



شکل ۱۵-۶. تصاویری از رشته اسکی کوهنوردی

### ۱۵-۸ اسکیت

ظهور این ورزش وابسته به اختراع انواع کفش‌های اسکیت با رویکرد تفریحی بود که بعدها منجر به ایجاد رشته‌هایی چون «اسکیت‌هاکی» و انواع «رقابت‌های سرعتی و نمایشی» با رویکرد اسکیت شد. این رشته در دو نوع «اسکیت روی یخ» و «رولراسکیت یا اسکیت روی زمین» برگزار می‌شود. نوع دیگری هم از اسکیت روی زمین با عنوان «اسکیت بورد» وجود دارد. مشخصات عمومی این رشته در جدول ۱۵-۹ معرفی شده است.





## جدول ۱۵-۹. مشخصات عمومی رشته ورزشی اسکیت

ردیف	محورها	توضیح
۱	سایر اسامی	اسکیت روی یخ معادل Ice skating و رولراسکیت یا اسکیت روی زمین معادل Roler Sakating یا همان اسکیت متداول در گفتار است. رولراسکیت از روی اسکیت روی یخ ابداع شد. «اسکیت نمایشی یا Figure skating» بانام «پاتیناژ نمایشی یا Patinage artistique» و «یخماله نمایشی» هم معرفی می‌شوند.
۲	تاریخچه جهانی	«اتحادیه بین‌المللی اسکیت یا ISU» نهاد اداره‌کننده مسابقات اسکیت روی یخ در سطح جهان است که در سال ۱۸۹۲ تأسیس و مقر آن در لوزان سوئیس است. «فدراسیون بین‌المللی رولراسکیت رولر یا FIRS» به‌عنوان متولی اسکیت چرخدار در سال ۱۹۲۴ تأسیس و به‌عضویت ARISF درآمد.
۳	انواع رویدادها	اسکیت روی یخ شامل: «اسکیت انفرادی، اسکیت دونفره، رقص روی یخ» و «تیم اسکیت هماهنگ رولراسکیت شامل: نمایشی، رقص، هماهنگ و سرعت» است.
۴	وسایل و امکانات	کفش اسکیت، لباس، کلاه ایمنی و پیست
۵	مقررات کلی	از ۲ دقیقه و ۵۰ ثانیه برای برنامه‌های کوتاه و ۴ دقیقه و ۳۰ ثانیه برای اسکیت آزاد است. اسکیت انفرادی در دو دسته مردان و زنان و با اجرای حرکات به‌صورت فردی خواهد بود. اسکیت دونفره توسط دو اسکیت‌باز (یک مرد و یک زن) به‌صورت متحد و هماهنگ با موسیقی بدون کلام اسکیت می‌کنند. در رقص روی یخ یک زن و یک مرد بر اساس مقررات رقص اجرا می‌کنند. اسکیت هماهنگ شامل ۱۲ تا ۲۰ ورزشکار است. حرکات نمایشی باید با نظم و هماهنگی ویژه‌ای انجام گیرد و اعضای تیم باید با یکدیگر یکپارچگی کامل داشته باشند.

شکل ۱۵-۷ تصاویری از رشته اسکیت روی یخ را نشان می‌دهد.



شکل ۱۵-۷. تصاویری از رشته اسکیت نمایشی و سرعت

شکل ۱۵-۸ تصاویری از رشته رولراسکیت را نشان می‌دهد.



شکل ۱۵-۸. تصاویری از رولر اسکیت سرعت و نمایشی

ایده اسکیت بورد از قرارداد چرخ زیر «صفحات یا بوردهای اسکی روی آب» پدید آمد. اولین دور مسابقات «اسکیت بورد» در سال ۱۹۶۵ انجام شد. «انجمن ملی اسکیت بورد» در سال ۱۹۸۱ و «جام جهانی» آن در سال ۱۹۹۳ آغاز شد. «جام جهانی اسکیت بورد» در چارچوب مقرراتی چون «سبک خیابانی، استخری، سطح شیب‌دار، سطح با شیب کم، پارکی و فضای کاسه‌ای» به شرح تصاویر شکل ۹-۱۵ برگزار می‌شود.



شکل ۹-۱۵. تصاویری از اسکیت بورد «در رمپ شیب‌دار» و «سبک خیابانی»

همه مسابقات داخل رمپ شیب‌دار در ۳ مرحله «مقدماتی، نیمه‌نهایی و نهایی» انجام می‌شوند. از نکات مهم در داوری آن می‌توان به «درجه دشواری، تنوع مانورها، داشتن ترفندی خاص در برنامه، ابتکار، پیوستگی و ثبات» اشاره کرد.

### ۹-۱۵. اسکی روی آب

اسکی روی آب ترکیبی از «مهارت، ترتیب و دقت در سرعت‌های بالا» با مشخصاتی به شرح جدول ۱۰-۱۵ است. جدول ۱۰-۱۵. مشخصات عمومی رشته ورزشی اسکی روی آب

ردیف	محورها	توضیح
۱	سایر اسامی	معادل Water skiing
۲	تاریخچه جهانی	فدراسیون بین‌المللی اسکی روی آب یا IWWF در سال ۱۹۵۵ تأسیس و در عضویت ARISF شد.
۳	تاریخچه در ایران	در قالب انجمن اسکی روی آب زیر نظر فدراسیون انجمن‌های ورزشی
۴	انواع رویدادها	نمایشی، سبک‌آزاد و سرعتی
۵	وسایل و امکانات	قایق، بکسل، سیم‌بکسل ۲۰ متری، قایق نجات، جلیقه‌های شناورساز، چوب‌اسکی مخصوص، میدان آبی دارای دویست متر طول و بیست متر عرض
۶	مقررات کلی	امتیاز فرد بر اساس سه مرحله «پرش، حرکت پیچشی و حرکات خاص» تعیین می‌شود.

شکل ۱۰-۱۵ تصاویری از رشته اسکی روی آب را نشان می‌دهد.



شکل ۱۰-۱۵. تصاویری از رشته اسکی روی آب



## ۱۰-۱۵. آیکیدو

آیکیدو یک هنر رزمی ژاپنی است که فلسفه پیدایش آن «دفاع بدون آسیب به حریف» بود. این ورزش مشخصاتی به شرح جدول ۱۱-۱۵ دارد.

## جدول ۱۱-۱۵. مشخصات عمومی رشته ورزشی آیکیدو

ردیف	محورها	توضیح
۱	سایر اسامی	معادل Aikido
۲	تاریخچه جهانی	در سال ۱۸۸۳ ظهور و فدراسیون بین‌المللی آن بنام IAF در سال ۱۹۷۶ تأسیس و عضو AIMS شد.
۳	انواع رویدادها	شامل سبک‌های «جیو آیکیدو یا همان سبک اصلی»، «آی‌کی دو یوشینکان»، «شین شین تویستو»، «تومیکی ریو»، «جیوشینکای آیکیدو» و «ایواما آی‌کی دو»
۴	وسایل و امکانات	سلاح‌ها مشتمل بر «چوب ۱۲۰ سانتی‌متری بنام جو یا Jo»، «شمشیر چوبی بنام کن یا بوکن یا «Bokken و «چاقو بنام تانتو یا Tanto»
۵	مقررات کلی	هنرجویان آی‌کی دو یا آی‌کی دوکاه با گذراندن مقطعی به نام «کیو» به درجه «دان» می‌رسند.

شکل ۱۱-۱۵ تصویری از رشته آیکیدو را نشان می‌دهد.



شکل ۱۱-۱۵. تصویری از ورزش آیکیدو

## ۱۱-۱۵. بابسلی

نوعی ورزش زمستانی و به اصطلاح «لژسواری» با مشخصاتی به شرح جدول ۱۲-۱۵ است. سرعت «سورتمه» در این ورزش گاهی به ۱۴۰ کیلومتر در ساعت می‌رسد.

## جدول ۱۲-۱۵. مشخصات عمومی رشته ورزشی بابسلی

ردیف	محورها	توضیح
۱	سایر اسامی	سورتمه‌سُری و معادل bobsledding یا bobsleigh
۲	تاریخچه جهانی	«فدراسیون بین‌المللی بابسلی یا IBFS» در سال ۱۹۲۳ تأسیس و در ادامه عضو AIOWF شد. مسابقات آن ابتدا در دهه ۱۸۷۰ میلادی در سوئیس برگزار شد و از ۱۹۳۶ جزو بازی‌های المپیک زمستانی درآمد.
۳	انواع رویدادها	ورزش‌های بابسلی، لژ و اسکلتون
۴	وسایل و امکانات	بابسلی به وسیله یک سورتمه مخصوص بزرگ دونفره یا چهارنفره و اسکلتون و لژ با یک سورتمه مخصوص کوچک، و هر سه در یک پیست یخی مارپیچ دارای ۱۰۰۰ متر طول و ۱۲ پیچ

اسکلتون با یک سورت‌مه مخصوص کوچک و در پیست یخی ماریچ است که ورزشکار پس از دویدن مسیر کوتاهی به سینه روی سورت‌مه قرار می‌گیرد و مسیر پیست را ادامه می‌دهد. در لژ فرد به پشت بر روی سورت‌مه سنگینی خود را به عقب متمایل می‌کند.	مقررات کلی	۵
---	------------	---

شکل ۱۵-۱۲ تصاویری از رشته بابلسلی را نشان می‌دهد.



شکل ۱۵-۱۲. از بالا «لژ، اسکلتون و بابلسلی»

#### ۱۵-۱۲. بدمیتون

یک نوع ورزش راکتی با مشخصاتی به شرح جدول ۱۵-۱۳ است.

جدول ۱۵-۱۳. مشخصات عمومی رشته ورزشی بدمیتون

توضیح	محورها	ردیف
Badminton	سایر اسامی	۱
در قرن پنجم قبل از میلاد مسیح در چین و از سال ۱۸۷۳ در انگلستان و محلی بنام بدمیتون آغاز شد. فدراسیون جهانی بدمیتون بنام اختصاری BWF در سال ۱۹۳۴ تأسیس و از سال ۱۹۹۲ وارد المپیک و عضو ASOIF شد.	تاریخچه جهانی	۲
ورود آن به ایران با کارشناسان نفتی انگلیسی بود و فدراسیون آن در سال ۱۳۵۱ برای شرکت در بازی‌های آسیایی سال ۱۳۵۳ تأسیس شد. بدمیتون ایران در این بازی‌ها بین ۱۳ تیم هشتم شد. از سال ۱۳۵۶ تا ۱۳۵۸ این رشته در سطح کمیته و از سال ۱۳۵۸ دوباره فدراسیون شد.	تاریخچه در ایران	۳
مسابقات رنکینگ، قهرمانی کشور به صورت تیمی و انفرادی (یک نفره و دونفره) در رده‌های مختلف سنی (خردسالان، نوجوانان، جوانان، بزرگسالان و پیشکسوتان)، مسابقات پارابدمیتون، مسابقات ساحلی، همگانی و مسابقات باشگاهی (لیگ برتر، لیگ یک، لیگ دو) زیر نظر فدراسیون	انواع رویدادها	۴
یک توپ پر دار و راکت‌های مخصوص، تیر و تور میانی	وسایل و امکانات	۵
امتیاز با برخورد توپ به تور و زمین حریف، در صورتی قادر به بازگرداندن توپ نباشد. دو بازیکن برای بازی انفرادی و چهار بازیکن برای بازی دابل با ۳ گیم بازی ۲۱ امتیازی خواهد بود.	مقررات کلی	۶

شکل ۱۵-۱۳ تصاویری از رشته بدمیتون را نشان می‌دهد.



شکل ۱۵-۱۳. تصاویری از رشته ورزشی بدمیتون

## ۱۳-۱۵. بسکتبال

یک نوع ورزش توپی با مشخصاتی به شرح جدول ۱۵-۱۴ است.

جدول ۱۵-۱۴. مشخصات عمومی رشته ورزشی بدمیتون

ردیف	محورها	توضیح
۱	سایر اسامی	Basketball
۲	تاریخچه جهانی	در سال ۱۸۹۱ توسط یکی از اساتید ورزش کالج «اسپرینگفیلد» بنام «دکتر جیمز نیسمیت» اختراع شد. فدراسیون بین‌المللی بسکتبال بنام FIBA در سال ۱۹۳۲ تأسیس و از سال ۱۹۳۶ وارد المپیک و در ادامه عضو ASOIF در آمد.
۳	تاریخچه در ایران	از سال ۱۳۱۰ غیررسمی در بعضی مدارس شروع و در سال ۱۳۲۴ فدراسیون بسکتبال ایران تأسیس شد.
۴	انواع رویدادها	از پرطرفدارترین رویدادهای باشگاهی مربوط به بسکتبال ملی آمریکا یا NBA
۵	وسایل و امکانات	توپ، حلقه و زمین بازی به طول ۲۸ متر و عرض ۱۵ متر و مسیر پرتاب آزاد دارای عرض ۳/۶ متر با قوس ۳ امتیازی یک نیم‌دایره ۶/۲۵ متر تا سبد
۶	مقررات کلی	دو تیم هرکدام با پنج بازیکن در مقابل هم بازی می‌کنند. بازیکنان باید با حرکت دو همراه با توپ، شوت انجام دهند. اگر بازیکن خارج از خط سه امتیازی باشد، گل سه امتیاز و اگر داخل آن باشد دو امتیاز و هر پرتاب آزاد (پنالتی) یک امتیاز دارد. زمان بازی ۴ تا ۱۰ دقیقه و در صورت لزوم ۵ تا ۵ دقیقه وقت اضافه منظور می‌شود.

شکل ۱۵-۱۴. تصویری از رشته بسکتبال را نشان می‌دهد.



شکل ۱۵-۱۴. تصویری از رشته ورزشی بسکتبال

## ۱۴-۱۵. بوچیا

یک نوع ورزش ویژه معلولان جسمی حرکتی با مشخصاتی به شرح جدول ۱۵-۱۵ است.

## جدول ۱۵-۱۵. مشخصات عمومی رشته ورزشی بوچیا

ردیف	محورها	توضیح
۱	سایر اسامی	Boccia
۲	تاریخچه در ایران	از دهه هفتاد مطرح و نخستین مسابقات آن در سال ۱۳۸۳ برگزار شد.
۳	انواع رویدادها	به سه شیوه «انفرادی، دونفره و تیمی» و توسط بازیکنان دارای کلاس CP1 و CP2 و یا بازیکنان با کمک رمپ و طبق کلاس بندی CP-ISRA انجام می‌شود.
۴	عضویت‌های بین-المللی	کمیته بین‌المللی بوچیا یا IBC زیر نظر انجمن بین‌المللی تفریحات و ورزش‌های فلج مغزی یا CP-ISRA اداره می‌شود.
۵	وسایل و امکانات	توپ‌های مخصوص با وزن ۲۷۵ گرم و محیط ۲۷۰ میلی‌متر در سه رنگ «قرمز، آبی و سفید» و زمینی به ابعاد ۱۲/۵ متر طول و ۶ متر عرض
۶	مقررات کلی	پرتاب توپ‌های رنگی به نزدیکی توپ سفید (جک‌بال) است و شرکت‌کنندگان می‌توانند توپ‌ها را برحسب توانایی‌هایشان با دست یا پا و یا در ناتوانی‌های شدید با سر و با یک وسیله کمکی (رمپ) پرتاب کنند. در پایان هر دور، داور بر اساس میزان نزدیکی توپ‌ها به جک‌بال به بازیکنان امتیاز می‌دهد. بازی بوچیا دارای ۱۳ توپ شامل «۶ توپ آبی، ۶ توپ قرمز و یک توپ سفید یا جک‌بال» است. هر رنگ در دسته ۶ تایی برای یک تیم خواهد بود و جک‌بال هم در آغاز بازی با قرعه به یک تیم داده می‌شود. گروه دارنده توپ سفید آن را به نقطه دلخواه و با شرایط مساعد خود پرتاب و سپس توپ رنگی خود را هر چه نزدیک‌تر به سمت آن توپ سفید (جک) پرتاب می‌کند و وقتی نوبت بازیکن مقابل رسید او نیز باید سعی کند که توپ رنگی خود را خیلی نزدیک‌تر از حریف پرتاب کند. امتیاز بازی براساس شمارش تعداد توپ‌هایی است که از نزدیک‌ترین توپ تیم حریف به جک‌بال نزدیک‌تر باشد.

ورزش بوچیا در اصل برای افراد دارای فلج مغزی طراحی شده بود، اما در حال حاضر توسط ورزشکارانی با معلولیت‌های چندگانه و شدید حرکتی همانند آتروفی عضلانی نخاعی نیز مورد استفاده قرار می‌گیرد (سیاوشی و بلوریان، ۱۳۹۴). شکل ۱۵-۱۵ تصاویری از رشته بوچیا را نشان می‌دهد.



شکل ۱۵-۱۵. تصاویری از رشته ورزشی بوچیا در کلاس‌های مختلف

## ۱۵-۱۵. بوکس

یک نوع ورزش با مشخصاتی به شرح جدول ۱۶-۱۵ است.

جدول ۱۵-۱۶. مشخصات عمومی رشته ورزشی بوکس

ردیف	محورها	توضیح
۱	سایر اسامی	Boxing
۲	تاریخچه جهانی	تاریخچه‌ای حدود ۵۰۰۰ ساله که از قرن هجدهم در انگلستان مطرح و از دهه ۱۸۷۰ دستکش‌هایی بدون روکش انگشتان مورد استفاده قرار گرفت.
۳	انواع رویدادها	در هر دو سطح آماتور و حرفه‌ای
۴	وسایل و امکانات	رینگ مربعی شکل، دستکش، کلاه برای آماتورها
۵	مقررات کلی	بوکسورهای حرفه‌ای نمی‌توانند به سطح آماتور برگردند. بوکس آماتوری از «۸ سالگی» شروع و تا «میان‌سالی و ۳۴ سالگی» با رده‌بندی وزنی برگزار می‌شود. امتیازبندی بر اساس ضربات صحیح دارای امتیاز است. زمان مسابقه ۳ یا ۴ راند بستگی به سن و رتبه‌بندی بوکسورها دارد. بوکسورهای ۱۷ سال به بالا ۴ راند دوقیه‌ای و بوکسورهای تازه‌کار ۳ راند ۲ دقیقه‌ای مبارزه می‌کنند. بوکسورهای ۸ تا ۱۲ ساله ۳ راند ۱ دقیقه‌ای دارند. بوکسورها سعی می‌کنند با ضربات قانونی امتیاز کسب کنند. اگر بوکسور به زمین بیفتد، داور تا ۱۰ می‌شمارد به این منظور که بوکسور تصمیم به ادامه را مشخص کند. در مسابقات المپیک سلامتی بوکسورها در اولویت است. بوکسورها در روز مسابقه وزن‌کشی می‌شوند. وزن یک بوکسور نباید ذره‌ای کمتر از حداقل و یا بیش از حداکثر وزن کلاسی که در آن شرکت کرده باشد.

شکل ۱۵-۱۶ تصاویری از رشته بوکس را نشان می‌دهد.



شکل ۱۵-۱۶. تصاویری از بوکس حرفه‌ای و آماتور

## ۱۵-۱۶. بولینگ

بولز نوعی ورزش با گوی و دارای مشخصاتی به شرح جدول ۱۵-۱۷ است.

جدول ۱۵-۱۷. مشخصات عمومی رشته ورزشی بولینگ

ردیف	محورها	توضیح
۱	سایر اسامی	Bowling
۲	تاریخچه جهانی	در قرن هفدهم در آمریکای شمالی متولد و فدراسیون جهانی بولینگ یا WB در سال ۱۹۵۲ تأسیس و عضو ARISF شد.
۳	تاریخچه در ایران	از سال ۱۳۸۰ فدراسیون ملی تأسیس شد.
۴	انواع رویدادها	انفرادی یا تیمی (تا ۵ نفر)

۵	وسایل و امکانات	«پین یا میله‌چوبی با طول ۲۵ سانتی‌متر و ۱ کیلو و ۳۸۰ گرم وزن»، «توپ از مواد غیرفلزی با حداکثر ۵ سوراخ جهت گرفتن با انگشت‌ها»، «کفش مخصوص»، «تیبیل یا دستگاه چینش‌کننده پین‌ها، برگرداننده توپ‌ها و دستگاه دست‌خشک‌کن»
۶	مقررات کلی	پین‌ها به صورت مثلثی و با فاصله ۲۰ سانتی‌متر از هم چیده و همه امتیازات بسته به تعداد پین افتاده با توپ محاسبه می‌شود. امتیازات با انداختن هر ۱۰ پین بولینگ با دو پرتاب و ضربات افزایش می‌یابد. مسابقات در ۱۰ دور است و بازیکن در ۹ دور اول مجاز به پرتاب ۲ گوی در هر دور خواهد بود. اگر در ضربه اول با افتادن تمام پین‌ها امتیاز کامل حاصل شود برای یک پرتاب دیگر مجاز می‌شود. در دور دهم، بازیکن فرصت پرتاب ۲ یا ۳ گوی دارد. اگر بازیکن یک امتیاز کامل کسب کند، می‌تواند دو تا گوی بیشتر توپ بردارد. اگر با ۲ پرتاب تمام پین‌ها بیافتد، می‌تواند یک گوی دیگر بردارد.

شکل ۱۵-۱۷ تصویری از رشته بولینگ را نشان می‌دهد.



شکل ۱۵-۱۷. تصویری از رشته ورزشی بولینگ

### ۱۷-۱۵. بیاتلون یا دوگانه

بیاتلون دوگانه نوعی ورزش زمستانی شامل «اسکی و تیراندازی» دارای مشخصاتی به شرح جدول ۱۵-۱۸ است.

جدول ۱۵-۱۸. مشخصات عمومی رشته ورزشی بیاتلون

ردیف	محورها	توضیح
۱	سایر اسامی	بیاتلون یا دوگانه (اسکی/تیراندازی) معادل Biathlon
۲	تاریخچه جهانی	اتحادیه بین‌المللی بیاتلون یا IBU در ۱۹۹۳ تأسیس و با استقرار در اتریش به عضویت AIOWF در آمد.

شکل ۱۵-۱۸ تصاویری از رشته ورزشی بیاتلون را نشان می‌دهد.



شکل ۱۵-۱۸. تصاویری از رشته ورزشی بیاتلون

### ۱۸-۱۵. بیسبال و سافتبال

بیسبال و سافتبال نوعی ورزش با مشخصاتی به شرح جدول ۱۵-۱۹ است.

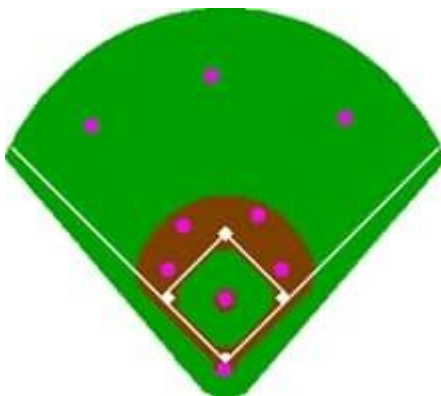




جدول ۱۵-۱۹. مشخصات عمومی رشته ورزشی بیسبال و سافتبال

ردیف	محورها	توضیح
۱	سایر اسامی	Softball و Baseball
۲	تاریخچه جهانی	در سال ۱۸۳۹ در نیویورک آمریکا ابداع شد. البته برخی اصرار دارند که این بازی از بازی‌های کریکت بریتانیا و راوند ریشه گرفته است. از المپیک ۱۹۹۶ آتلانتا دو رشته ورزشی بیسبال و سافتبال در تقویم المپیک قرار گرفتند و مقرر شد تا مسابقات سافتبال در گروه بانوان و بیسبال در گروه آقایان برگزار شود. اما در جلسه سال ۲۰۰۵ کمیته بین‌المللی المپیک در سنگاپور برای تعیین میزبانی المپیک ۲۰۱۲ این دو رشته از برنامه مسابقات المپیک لندن حذف شدند. اما در نهایت در تاریخ ۱۳ مرداد ۱۳۹۵ هیئت اجرایی کمیته بین‌المللی المپیک در جلسه خود که در حاشیه برگزاری مسابقات المپیک ریو برگزار شد به حضور بیسبال و سافتبال در بازی‌های المپیک ۲۰۲۰ ژاپن و برای یک دوره رأی مثبت داد.
۳	تاریخچه در ایران	فدراسیون آن در سال ۱۳۷۴ تشکیل و بعدها تبدیل به کمیته‌ای در فدراسیون انجمن‌های ورزشی شد.
۴	وسایل و امکانات	«زمین بازی مخروطی شکل با ابعادی در هر گوشه ۱۰۰ متر و در مرکز ۱۲۰ متر»، «توپ»، «چوب»، «دستکش»، «کلاه ایمنی» و «لوازم محافظ برای پست کچر»
۵	مقررات کلی	در ابتدای بازی طبق قرعه یک تیم به عنوان حمله‌کننده و تیم دیگر به عنوان مدافع بازی را شروع می‌کنند. تعداد مدافعین ۹ نفر ثابت و حمله‌کننده‌ها از ۱ نفر تا ۴ نفر متغیر هستند. اگر مهاجمین ایستگاه «اول، دوم و سوم» را فتح کنند و به خانه اصلی «برخلاف جهت گردش عقربه ساعت» برگردند؛ یک امتیاز برای تیم خود کسب خواهند کرد. اگر مدافعین ۳ مهاجم از تیم حریف را اوت کنند، جایشان با تیم حمله‌کننده عوض و آن‌ها مهاجم می‌شوند. این بازی در ۹ اینینگ است و مساوی ندارد و برای آن زمانی در نظر گرفته نمی‌شود. اگر تیمی پیش از اینینگ نهم مجموع امتیازاتش ۱+ در دفاع و حمله باشد برنده می‌شود. «ضربه به توپ، دویدن، گرفتن توپ و پرتاب توپ»، چهار مهارت از مجموع مهارت-های اصلی حرکات بنیادین بازیکنان است. مدافعین ثابت شامل «۱. مدافع ایستگاه اول»، «۲. مدافع ایستگاه دوم»، «۳. مدافع ایستگاه سوم»، «۴. مدافع پوششی و کمکی ایستگاه ۲ و ۳»، «۵. پرتابگر یا بازیگردان»، «۶. گیرنده اصلی و مغز متفکر بازی»، «۷. مدافع راست و انتهای زمین»، «۸. مدافع مرکزی و انتهای زمین»، «۹. مدافع چپ و انتهای زمین»

شکل ۱۵-۱۹ تصاویری از رشته ورزشی بیسبال را نشان می‌دهد.



شکل ۱۵-۱۹. تصاویر وضعیت استقرار مدافعین در زمین و نمای گرافیکی زمین از بالا

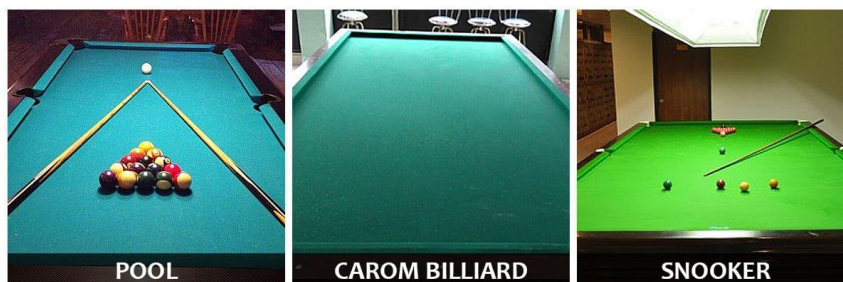
## ۱۹-۱۵. بلیارد

بلیارد نوعی ورزش با مشخصاتی به شرح جدول ۱۵-۲۰ است.

جدول ۱۵-۲۰. مشخصات عمومی رشته ورزشی بلیارد

ردیف	محورها	توضیح
۱	سایر اسامی	Billiard
۲	تاریخچه جهانی	فدراسیون جهانی ورزش‌های بلیارد یا WCBS در سال ۱۹۹۲ تأسیس و عضو ARISF شد.
۳	تاریخچه در ایران	در سال ۱۳۸۰ فدراسیون بولینگ و بلیارد تأسیس شد.
۴	انواع رویدادها	شامل دو رشته الف) پاکت بلیارد یا Pocket billiard و ب) اسنوکر یا Snooker
۵	وسایل و امکانات	توپ بلیارد، میز بلیارد، چوب بلیارد و سالن بلیارد
۶	مقررات کلی	در فضای سرپوشیده با میز مستطیلی پوشیده با ماهوت سبز و ۳ یا ۱۵ گوی و میله چوبی است.

شکل ۱۵-۲۰ تصاویری از رشته ورزشی بلیارد را نشان می‌دهد.



شکل ۱۵-۲۰. انواع مفاهیم اسنوکر، بلیارد و پول

## ۲۰-۱۵. پرورش اندام

پرورش اندام نوعی ورزش با مشخصاتی به شرح جدول ۱۵-۲۱ است.

جدول ۱۵-۲۱. مشخصات عمومی رشته ورزشی پرورش اندام

ردیف	محورها	توضیح
۱	سایر اسامی	پرورش اندام، زیبایی اندام یا بدن‌سازی معادل Bodybuilding
۲	تاریخچه جهانی	فدراسیون بین‌المللی پرورش اندام و آمادگی جسمانی یا IFBB در سال ۱۹۴۶ تأسیس شد و در ادامه به-عضویت AIMS درآمد. ورزش بدن‌سازی دارای پنج فدراسیون جهانی است که با سابقه‌ترین و معتبرترین آن‌ها IFBB با مسابقات «مسترالمپیا» یا مهم‌ترین رویداد پرورش اندام جهان است.
۳	مقررات کلی	مسابقات بدن‌سازی با گرفتن فیگور روی صحنه برگزار می‌شود.

شکل ۱۵-۲۱ تصویری از رشته ورزشی پرورش اندام را نشان می‌دهد.



شکل ۱۵-۲۱. تصویری از رشته ورزشی پرورش اندام



## ۱۵-۲۱. پنچاک سیلات

پنچاک سیلات نوعی ورزش رزمی اندونزیایی با مشخصاتی به شرح جدول ۱۵-۲۲ است.

جدول ۱۵-۲۲. مشخصات عمومی رشته ورزشی پنچاک سیلات

ردیف	محورها	توضیح
۱	سایر اسامی	Pencak silat واژه‌ای برای هنرهای رزمی کشور اندونزی و در مواردی «پوکولان» نامیده می‌شود.
۲	انواع رویدادها	حضور در برخی از دوره‌های بازی‌های آسیایی
۳	مقررات کلی	یک سیستم پیچیده از حرکات دفاع و حمله بر اساس تنوعی از ضربات و حرکات «دست، پا، پرتاب، قفل- مفصل» و «مبارزه با سلاح» را در بر می‌گیرد. تکنیک‌های آن بر «روانی و پیوستگی حرکات» و «مؤثر بودن مبارزه» استوار است. سلاح‌های مورداستفاده در آن «چاقو، چوب‌های بلند و کوتاه و شمشیر» است.

شکل ۱۵-۲۲ تصویری از رشته ورزشی پنچاک سیلات را نشان می‌دهد.



شکل ۱۵-۲۲. تصویری از رشته ورزشی پنچاک سیلات

## ۱۵-۲۲. پنج‌گانه جدید

پنج‌گانه جدید نوعی ورزش با مشخصاتی به شرح جدول ۱۵-۲۳ است.

جدول ۱۵-۲۳. مشخصات عمومی رشته ورزشی پنج‌گانه جدید

ردیف	محورها	توضیح
۱	سایر اسامی	Modern pentathlon
۲	تاریخچه جهانی	در المپیک باستان هم نوعی از آن به‌عنوان پنج‌گانه باستان انجام می‌شد اما این رشته نوین را «پیردوکوبرتن»، ابداع کرد و در تمام دوره‌های المپیک برگزار شده‌است. اتحادیه بین‌المللی پنج‌گانه یا UIPM در سال ۱۹۱۲ تأسیس و عضو ASOIF شد.
۳	مقررات کلی	در آن پنج مرحله از پنج رشته ورزشی «شمشیربازی اِپه»، «تیراندازی با تپانچه»، «شنای آزاد ۲۰۰ متر»، «پرش باسب» و «دو صحرانوردی ۳ کیلومتر» انجام می‌شود.

شکل ۱۵-۲۳ تصویری از رشته ورزشی پنج‌گانه جدید را نشان می‌دهد.



شکل ۱۵-۲۳. تصاویری از رشته ورزشی پنج‌گانه جدید

### ۱۵-۲۳. پیلوتای باسکی

ورزشی راکتی با مشخصاتی به شرح جدول ۱۵-۲۴ است.

جدول ۱۵-۲۴. مشخصات عمومی رشته ورزشی پیلوتای باسکی

ردیف	محورها	توضیح
۱	سایر اسامی	Basque pelota
۲	تاریخچه جهانی	فدراسیون بین‌المللی پیلوتای باسکی یا FIPV در سال ۱۹۲۹ تأسیس و با استقرار در اسپانیا عضو ARISF شد.
۳	انواع رویدادها	چهار روش شامل «دیوار ۳۰، ۳۶ و ۵۶ متر و ترینکوت» و بر اساس استفاده از «توپ چرمی یا توپ لاستیکی و دست‌خالی، پالتا، راکت یا زیر» به چهارده رشته تقسیم می‌شود. تنها دو رشته از این ورزش (فرون‌تنیس و توپ لاستیکی در ترینکوت) توسط مردان و زنان بازی می‌شود و دوازده رشته دیگر تنها توسط مردان بازی می‌شود.
۴	مقررات کلی	با توپ، راکت یا بت چوبی یا در برابر یک دیوار بنام «پیلوتاپلازا» انجام می‌شود. در این ورزش دو تیم که با یک خط یا تور جداکننده در میان زمین رقابت می‌کنند. بازی به صورت دونفره یا چهارنفره انجام می‌شود.

شکل ۱۵-۲۴ تصاویری از رشته ورزشی پیلوتای باسکی را نشان می‌دهد.



شکل ۱۵-۲۴. تصاویری از انواع ورزش پیلوتای باسکی

### ۱۵-۲۴. تکواندو

ورزشی رزمی با مشخصاتی به شرح جدول ۱۵-۲۵ است.



جدول ۱۵-۲۵. مشخصات عمومی رشته ورزشی تکواندو

ردیف	محورها	توضیح
۱	سایر اسامی	معادل Taekwondo و کلمه Tae به معنی ضربه با پا و کلمه Kwon به معنی مشت یا ضربه با دست است کلمه Do به معنی راه یا هنر و در مجموع «تکواندو» به معنی «هنر ضربه با پا و مشت» است.
۲	تاریخچه جهانی	رشته‌ای کره‌ای و با قدمتی بیش از ۲۰۰۰ سال قبل است. فدراسیون جهانی تکواندو در سال ۱۹۷۳ (۱۳۵۲ خورشیدی) تأسیس شد. تکواندو بعد از برگزاری دو دوره مسابقات آزمایشی در المپیک‌های «۱۹۸۸ سئول» و «۱۹۹۲ بارسلون» از المپیک «۲۰۰۰ سیدنی» رسماً به رشته‌های ورزشی المپیک پیوست.
۳	تاریخچه در ایران	از سال ۱۳۴۹ خورشیدی توسط مستشاران نظامی کره وارد ایران شد و نخستین تشکیلات رسمی آن در سال ۱۳۵۵ تحت عنوان انجمن تکواندو نیروهای مسلح فعالیت کرد. در بین سال‌های ۱۳۵۷ تا ۱۳۶۳ یکی از سه انجمن فدراسیون ورزش‌های رزمی بود و از سال ۱۳۶۳ فدراسیون تشکیل شد.
۴	انواع رویدادها	رویدادها در دو شکل الف) مبارزه و ب) پومسه یا نمایشی
۵	مدال‌آوری	از رشته‌های امید مدال ایران در المپیک و بازی‌های آسیایی
۶	شرایط باشگاهی	دارای انواع لیگ‌های منظم و معتبر
۷	وسایل و امکانات	هوغو، لباس، ساق‌بند، بیضه‌بند (برای آقایان)، کلاه، شیب‌چانگ (تشک مخصوص)
۸	مقررات کلی	برنده مسابقه فرد با بیشترین امتیاز یا ضربه‌زننده به حریف مقابل است. نمره‌های فنی به محافظ بدن ۱ امتیاز و به سر ۲ امتیاز دارد. در هر مبارزه دو نفر از یک جنس، زن یا مرد مقابل هم قرار می‌گیرند. زمان مبارزه سه راند دودقیقه‌ای با یک دقیقه استراحت میان هر راند است.

شکل ۱۵-۲۵ تصاویری از رشته ورزشی تکواندو را نشان می‌دهد.



شکل ۱۵-۲۵. تصاویری از مبارزه و پومسه (نمایشی) در تکواندو

«پاراتکواندو یا Para Taekwondo» رشته ورزشی تکواندو برای معلولان است که با وضعیت آنان سازگار شده است. در کشور ما این رشته به‌عنوان یک انجمن در فدراسیون جانبازان و معلولین فعالیت می‌کند. شکل ۱۵-۲۶ تصاویری از رشته ورزشی پاراتکواندو هستند.



شکل ۱۵-۲۶. تصاویری از رشته ورزشی پاراتکواندو

### ۱۵-۲۵. تنیس

ورزشی راکتی با مشخصاتی به شرح جدول ۱۵-۲۶ است.

## جدول ۱۵-۲۶. مشخصات عمومی رشته ورزشی تنیس

ردیف	محورها	توضیح
۱	سایر اسامی	Tennis
۲	تاریخچه جهانی	طی قرون ۱۲ و ۱۳ میلادی ابتدا در کشور فرانسه و در ادامه در سال ۱۸۷۲ در شهر لمپنگتن انگلستان با مقررات خاص خود در آن زمان مطرح شد. در سال ۱۸۷۷ اولین مسابقات تنیس با مقررات و قوانین خاص در زمین‌های تنیس «باشگاه ویمبلدون» برگزار شد. فدراسیون بین‌المللی تنیس یا ITF در سال ۱۹۱۳ تأسیس شد و هم‌اکنون عضو ASOIF است.
۳	تاریخچه در ایران	این رشته در سال ۱۳۴۹ خورشیدی فعال شد.
۴	انواع رویدادها	مسابقات انفرادی و دونفره تیمی در دو بخش بانوان و آقایان و یا به صورت مختلط
۵	وسایل و امکانات	«زمین بازی یک‌نفره مستطیلی به طول ۲۳/۷۷ متر و عرض ۸/۲۳ متر و برای بازی دونفره به همان طول و عرض ۱۰/۹ متر»، «راکت تنیس» و «توپ تنیس»
۶	مقررات کلی	ضربه به توپ با راکت به بالای تور و در داخل زمین حریف به نحوی که حریف نتواند توپ را برگرداند. بازی می‌تواند دو یا چهارنفره باشد. برنده بازی برنده دوست از سه ست یا سه ست از پنج ست است. اولین امتیاز ۱۵ و دومین ۳۰ سومین ۴۰ و کسب امتیاز بعدی به منزله برد است. در شرایط امتیاز ۴۰-۴۰ بازیکن باید با ۲ امتیاز برنده شود. در واقع اولین بازیکن کسب‌کننده «۴ امتیاز» و به شرط جلوگیری ۲ امتیاز برنده می‌شود. در این ورزش مسابقات به صورت ۲ ست از ۳ ست است که هر ست حداقل از ۶ گیم و حداکثر از ۱۳ گیم تشکیل می‌شود، تیم برنده در هر مسابقه تیمی است که دو گیم برنده شده باشد.

شکل ۱۵-۲۷ تصویری از رشته ورزشی تنیس را نشان می‌دهد.



شکل ۱۵-۲۷. تصویری از رشته ورزشی تنیس

۱۵-۲۵-۱. تنیس با ویلچر: مخصوص ورزشکاران پارالمپیک و متعلق به گروه‌های «قطع عضو، ضایعات نخاعی، جسمی - حرکتی و فلج مغزی» است که دارای کلاسبندی هستند. آغاز فعالیت این رشته در ایران از سال ۱۳۷۴ است. اولین دور مسابقات قهرمانی کشوری این رشته در سال ۱۳۷۶ برگزار شد. اولین برنامه برون مرزی با اعزام تیم ایران به مسابقات آسیا - اقیانوسیه مالزی در سال ۱۳۷۸ بود. این رشته توسط فدراسیون جهانی ITF اداره می‌شود و در ایران زیر نظر «فدراسیون جانبازان و معلولان» است. شکل ۱۵-۲۸ تصاویری از تنیس روی ویلچر را نشان می‌دهد.



شکل ۱۵-۲۸. تصاویری از تنیس روی ویلچر

۱۵-۲۵-۲. تنیس نرم: تنیس نرم مانند تنیس است با این تفاوت که در آن از توپ‌های نرم لاستیکی به جای توپ‌های زردرنگ استفاده می‌شود. این رشته زیر نظر فدراسیون بین‌المللی تنیس نرم یا ISTF اداره می‌شود. این فدراسیون از سال ۱۹۹۹ تأسیس و عضو AIMS شد.



شکل ۱۵-۲۸. تصاویری از بازی و توپ سافت تنیس یا تنیس نرم

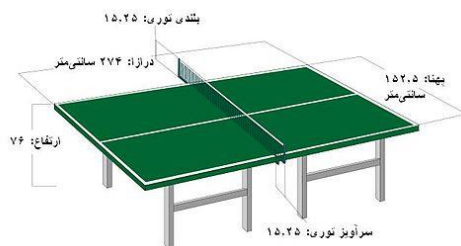
## ۱۵-۲۶. تنیس روی میز

ورزشی راکتی با مشخصاتی به شرح جدول ۱۵-۲۷ است.

جدول ۱۵-۲۷. مشخصات عمومی رشته ورزشی تنیس روی میز

ردیف	محورها	توضیح
۱	سایر اسامی	تنیس روی میز یا پینگ‌پنگ معادل Table Tennis
۲	تاریخچه جهانی	فدراسیون جهانی تنیس روی میز یا ITTF در سال ۱۹۲۶ تأسیس و از ۱۹۸۸ وارد بازی‌های المپیک و عضو ASOIF شد.
۳	تاریخچه در ایران	فدراسیون تنیس روی میز ایران در سال ۱۳۲۵ (۱۹۴۶ میلادی) تأسیس و به عضویت فدراسیون جهانی تنیس روی میز درآمد.
۴	وسایل و امکانات	«توپ مخصوص توخالی سبک با وزن ۲/۷ گرم و رنگ سفید یا نارنجی»، «میز از جنس چوب و سخت» و «راکت تنیس روی میز»
۵	مقررات کلی	هدف به‌دست آوردن امتیاز باز زدن ضربه با راکت به توپ به زمین حریف به‌نحوی که حریف قادر به برگرداندن توپ نباشد. بازی دو یا چهارنفره است. در وسط میز یک تور قرار دارد و برخورد توپ با تور، هنگام زدن سرویس «نت» است و در طول بازی در صورت بازگشت به زمین حریف بلامانع است. در نت سرویس تکرار می‌شود. هر بازی ۱۱ امتیاز دارد و در هر مسابقه که فرد سه بازی از ۵ بازی را ببرد، برنده مسابقه است. در امتیاز «مساوی ده» برنده باید «دو امتیاز» بیشتر بگیرد. در این شرایط برابر ده امتیاز هر بازیکن یک سرویس می‌زند.

شکل ۱۵-۳۰. تصاویری از رشته ورزشی تنیس روی میز را نشان می‌دهد.



شکل ۱۵-۳۰. تصاویر بازی و میز در رشته تنیس روی میز

### ۱۵-۲۷. تیراندازی

ورزشی با سلاح گرم و مشخصاتی به شرح جدول ۱۵-۲۸ است.

### جدول ۱۵-۲۸. مشخصات عمومی رشته ورزشی تیراندازی

ردیف	محورها	توضیح
۱	سایر اسامی	Shooting
۲	تاریخچه جهانی	تیراندازی از نخستین المپیک تابستانی در سال ۱۸۹۶ در این بازی‌ها حضور داشت و اولین دور مسابقات جهانی آن در سال ۱۸۹۷ برگزار شد. فدراسیون جهانی تیراندازی یا ISSF در سال ۱۹۰۷ تأسیس و عضو ASOIF شد.
۳	تاریخچه در ایران	فدراسیون تیراندازی ایران در سال ۱۳۳۷ خورشیدی تأسیس شد.
۴	انواع رویدادها	در رشته‌های مختلف و در سه وضعیت «خوابیده، نشسته و ایستاده» و در چهار رشته «تفنگ، تپانچه، اهداف متحرک و ساچمه‌زنی» که شامل ۱۹ رویداد برای مردان و ۱۱ رویداد برای زنان است.
۵	وسایل و امکانات	الف) تفنگ: اسلحه گرم و سلاح بادی با یک لوله خاندار و از نوع سلاح با لوله بلند که برای نگهداری آن به دو دست نیاز است. با آن می‌توان شلیک پیوسته با دقت بالاتر از تپانچه داشت. ب) تپانچه: از تفنگ کوچک‌تر و حمل آسان‌تر اما نسبت به تفنگ اغلب برد و دقت کمتر دارد. ج) اهداف متحرک: تیرانداز در حالت ایستاده و بدون پشتیبانی تیراندازی می‌کند. در ابتدا تفنگ در سطح کمر ورزشکار قرار دارد و با دیده شدن هدف بالا می‌آید و شلیک انجام می‌شود. استفاده از دوربین در آن مجاز نیست. د) ساچمه‌زنی: ساچمه‌هایی با وزن ۲۴.۵ گرم و قطری ۲.۶ میلی‌متر که برد مفید تفنگ‌های آن برای شلیک به اهداف سفالی با فاصله ۵۰ متری است.
۶	مقررات کلی	امتیازها با توجه به برخورد تیرها به هدف تعیین می‌شود. مسابقه نهایی شامل ۱۰ شلیک در قالب انفرادی است که شلیک‌کننده ۷ دقیقه زمان آمادگی یا قلق‌گیری دارد که طی این زمان برای هر تعداد شلیک مجاز است. ۳۰ ثانیه قبل از پایان این وقت به او اعلام می‌شود. یک دقیقه پس از آمادگی یا قلق‌گیری به او فرمان شروع داده می‌شود و او ۷۵ ثانیه برای شلیک فرصت دارد و پس از آن باید متوقف شود. شلیک‌های قبل از فرمان «شروع» و پس از زمان «ایست» امتیازی ندارد. امتیاز هر شلیک بلافاصله اعلام می‌شود. این مراحل برای هر ۱۰ شلیک تکرار می‌شود. هر هدف ده حلقه دارد که امتیازدهی آن از خارج به داخل از ۱ تا ۱۰ است. در شلیک سرعتی تپانچه ۲۵ متر، تیرانداز یک دوره از شلیک ۵ تایی در یک توالی سریع دارد. در تراپ دوپل، شرکت‌کنندگان از ایستگاه خود یک شلیک دوپل انجام می‌دهند. در اسکیت شلیک شرکت‌کنندگان به صورت متوالی از ایستگاه مربوطه انجام می‌شود.



شکل ۱۵-۳۱ تصاویری از رشته ورزشی تیراندازی را نشان می‌دهد.



شکل ۱۵-۳۱. تصاویری از رشته ورزشی تیراندازی

«تیراندازی معلولان» رشته تیراندازی است که با توجه به انواع معلولیت‌ها در کلاس‌های مختلف برگزار می‌شود. این رشته در سطح جهان زیر نظر فدراسیون جهانی تیراندازی و در ایران زیر نظر «فدراسیون جانبازان و معلولین» فعالیت می‌کند. این ورزش از زمان پارالمپیک تورنتو در سال ۱۹۷۶ شروع شد. ورزشکاران معلول جسمی - حرکتی در دو کلاس با توجه به شرایط جسمی فعالیت می‌کنند. رقابت‌ها در دو رشته «تپانچه و تفنگ» و در مسابقاتی برای مردان و زنان با معلولیت «قطع عضو، آسیب نخاعی، فلج مغزی و امثال آن» برگزار می‌شود. ورزشکاران تیرانداز بر اساس میزان معلولیت خود در یکی از ۲ کلاس اصلی «SH1» و «SH2» و در یک کلاس فرعی مربوط به آن کلاس‌ها طبقه‌بندی می‌شوند. این طبقه‌بندی بر اساس محدودیت حرکتی و دامنه عمل حرکتی هر تیرانداز است و تمام تیراندازان با معلولیت‌های گوناگون در یک سطح قرار می‌گیرند و توزیع مدال تنها بر اساس کسب امتیاز خواهد بود. این کلاس‌بندی برای استفاده از امکانات و بر اساس نوع معلولیت است. شکل ۱۵-۳۲ تصاویری از رشته ورزشی تیراندازی معلولان را نشان می‌دهد.



شکل ۱۵-۳۲. تصاویری از رشته ورزشی تیراندازی معلولان

#### ۱۵-۲۸. تیروکمان

ورزشی با مشخصاتی به شرح جدول ۱۵-۲۹ است.

جدول ۱۵-۲۹. مشخصات عمومی رشته ورزشی تیروکمان

ردیف	محورها	توضیح
۱	سایر اسامی	Archery
۲	تاریخچه جهانی	فدراسیون جهانی تیروکمان یا WA از سال ۱۹۳۱ تأسیس و عضو ASOIF شد.
۳	تاریخچه در ایران	فدراسیون ملی تیروکمان از سال ۱۳۸۱ تأسیس شد.
۴	انواع رویدادها	الف) با کمان «ریکرو» که به کمان‌های قدیمی تشابه بیشتری دارد و با اندکی تغییر دقت و قدرت آن افزایش یافته است و مسابقات آن در مسافت‌های ۱۸، ۳۰ و ۷۰ متر است که مسافت ۷۰ متر آن در المپیک و با بخش‌های «مردان، زنان، تیمی مردان، تیمی زنان، مختلط مردان و زنان» برگزار می‌شود. این کمان پس از استفاده، اجزایش برای سالم ماندن جدا می‌شود. ب) با کمان «کامپوند» که بسیار پیشرفته و از لحاظ قدرت و دقت بسیار بهتر از کمان سنتی و ریکرو است. مسابقات آن در مسافت‌های ۱۸، ۳۰ و ۵۰ متر برگزار می‌شود. این رشته المپیکی نیست. این کمان از اول همراه با زه است و نیازی به جداسازی قطعات ندارد. ج) با کمان سنتی که بسیار ساده و مانند کمان‌های اولیه است. یکی از ویژگی‌های جالب این رشته ورزشی آن است که هر فرد بالباس محلی و خاص منطقه خود در مسابقه شرکت می‌کند.
۵	وسایل و امکانات	«کمان»، «تیر»، «صفحه هدف از جنس حصیر یا کاه یا دیگر مواد با روپه کرباس»، «کاغذ یا پارچه با پنج دایره رنگی هم‌مرکز از داخل به رنگ‌های طلایی، قرمز، آبی، سیاه و سفید»
۶	مقررات کلی	پرتاب تیر به هدف دارای حلقه‌هایی دارای ۱ تا ۱۰ امتیاز است. بازی به صورت انفرادی یا تیمی (تا ۳ نفره) و تعداد تیرها برای تیرانداز ۷۲ یا ۱۴۴ و با طول مسافت ۱۵ تا ۹۰ متر، بستگی به دسته‌بندی دارد. تیرانداز با ۳ تیر، ۲ دقیقه وقت پرتاب دارد. پایان پرتاب ششم حداکثر ۴ دقیقه وقت اعلام می‌شود. در مورد تنظیم تجهیزات همچون تغییر زه کمان، وقت اضافه هم داده می‌شود. تیراندازان به صورت چرخشی می‌توانند از طولانی‌ترین به کوتاه‌ترین هدف و یا برعکس پرتاب کنند. امتیازها برای هر تیر جداگانه محاسبه می‌شود. هر تکیه‌گاه هدف در ۱۵ درجه عمودی و با فاصله مرکز دایره طلایی از زمین حدود ۱۳۰ سانتیمتر است.

شکل ۱۵-۳۳ تصاویری از رشته ورزشی تیروکمان را نشان می‌دهد.



شکل ۱۵-۳۳. تصاویری از رشته ورزشی تیروکمان

ورزش «تیروکمان معلولان» از حدود سه دهه قبل به مسابقه‌های پارالمپیک با انواع رویداد «انفرادی، دوبل و تیمی» اضافه شد. امتیازبندی مسابقه شبیه بازی‌های المپیک و با کمی تغییرات زیر نظر «فدراسیون بین‌المللی تیروکمان» برگزار می‌شود. مسابقه پارالمپیک شامل ورزشکاران «فلج‌مغزی، آسیب‌نخاعی، معلولین خفیف و قطع‌عضوها» است. ورزشکاران معلول می‌توانند به صورت ایستاده یا روی ویلچر در سه نوع کلاس‌بندی در مسابقه شرکت کنند. این رشته



در ایران زیر نظر «فدراسیون جانبازان و معلولین» مدیریت می‌شود. شکل ۱۵-۳۴ تصاویری از رشته تیر و کمان معلولان را نشان می‌دهد.



شکل ۱۵-۳۴. تصاویری از رشته ورزشی تیر و کمان معلولان

### ۱۵-۲۹. جوجیتسو

ورزشی رزمی با مشخصاتی به شرح جدول ۱۵-۳۰ است.

جدول ۱۵-۳۰. مشخصات عمومی رشته ورزشی جوجیتسو

ردیف	محورها	توضیح
۱	سایر اسامی	Jujutsu جیو به معنی نرم یا منعطف و جیتسو به معنی هنر یا تکنیک است و کلمه «جوجیتسو» به استفاده از نیروی حریف علیه خودش اشاره دارد. به آن کشتی ژاپنی هم می‌گویند.
۲	تاریخچه جهانی	با سابقه بیش از ۲۵۰۰ سال در ژاپن، جوجیتسو را به‌نوعی مادر همه ورزش‌های ژاپنی می‌دانند و با تفکیک هر یک از فنون و ضربات ورزش جدیدی را متولد کردند. جوجیتسو در ابتدا به هیچ غیر ژاپنی آموزش نمی‌دادند اما با گسترش آن دیگر افراد کشورها هم به جوجیتسو روی آوردند. فدراسیون جهانی جوجیتسو یا JJIF در سال ۱۹۷۷ تأسیس شد.
۳	تاریخچه در ایران	این رشته در قالب یک انجمن در فدراسیون ورزش‌های رزمی ایران فعالیت می‌کند.
۴	انواع رویدادها	رویدادها در سه بخش بانوان، آقایان و ترکیبی و بانوان در اوزان «کمتر از ۵۵، ۵۵ تا ۶۲، ۶۲ تا ۷۰ و به-اضافه ۷۰ کیلوگرم» و آقایان در اوزان «کمتر از ۶۲، ۶۲ تا ۶۹، ۶۹ تا ۷۷، ۷۷ تا ۸۵، ۸۵ تا ۹۴ و به‌اضافه ۹۴ کیلوگرم»
۵	وسایل و امکانات	«تشک مسابقه به ابعاد ۱۲×۱۲ متر با محدوده مبارزه ۸×۸ متر و یا تشک ۱۰×۱۰ متر با محدوده مسابقه ۶×۶ متر و یک متر محدوده خطا»، «ژاکت و شلوار سفید با کمربند آبی یا قرمز برای تمایز حریفان»، «حفاظت‌کننده‌های دست، پا و دهان»
۶	مقررات کلی	یک هنر رزمی ژاپنی که بر مبارزه از فاصله نزدیک با یک رقیب مسلح یا غیرمسلح تأکید دارد. تفاوت آن با جودو این است که در جوجیتسو ضربه به حریف آزاد است. مسابقات در راندهای ۳ دقیقه‌ای و امتیازات بر اساس فنون اجرا شده است. مسابقه از ۳ قسمت جداگانه «مشت و ضربات»، «پرت کردن، زمین زدن، حلقه کردن و بستن» و «فنون زمینی، حلقه کردن و بستن» تشکیل می‌شود. مبارز باید در هر راند ۳ دقیقه‌ای با اجرای فن «امتیاز» کسب کند و اگر فنی اجرا نکند، جریمه عدم فعالیت دریافت خواهد کرد.

شکل ۱۵-۳۵ تصاویری از رشته ورزشی جوجیتسو را نشان می‌دهد.



شکل ۱۵-۳۵. تصویری از رشته ورزشی جوجیتسو

## ۳۰-۱۵. جودو

ورزشی رزمی با مشخصاتی به شرح جدول ۱۵-۳۱ است.

جدول ۱۵-۳۱. مشخصات عمومی رشته ورزشی جودو

ردیف	محورها	توضیح
۱	سایر اسامی	از ورزش‌های قدیمی ژاپن با عنوان «جودو» و ترکیب دو کلمه «جو» به معنای ملایمت، و «دو» به معنی اصل و یا روش است. لغت «جو» از ورزش «جوجیتسو» گرفته شد (معادل Judo در انگلیسی).
۲	تاریخچه جهانی	فدراسیون جهانی جودو یا IJF در سال ۱۹۵۱ با استقرار در ژان تأسیس و عضو ASOIF شد. جودو اولین رشته رزمی شرقی راه‌یافته به بازی‌های المپیک و از المپیک توکیو ۱۹۶۴ است.
۳	تاریخچه در ایران	از سال ۱۳۳۰ توسط نمایندگان نظامی ایران و پس از بازگشت آن‌ها به ایران وارد شد و فدراسیون ملی آن در سال ۱۳۵۴ شکل گرفت.
۴	وسایل و امکانات	«لباسی سنگین با یقه باز مخصوص جودو بنام جودوگی به رنگ سفید یا آبی»، «کمر بند نشان‌دهنده درجه» و «تشک مخصوص»
۵	مقررات کلی	در این ورزش برخلاف دیگر هنرهای رزمی «مشت و لگد» ممنوع است. جودوکارها با «کمر بند سفید شروع و با پیشرفت، کمر بند زرد، سبز، بنفش، قهوه‌ای و در نهایت سیاه» دریافت می‌کنند. به درجات کمر بندهای رنگی، «کیو» و به درجات کمر بند مشکی «دان» می‌گویند. در جودو ۱۰ درجه دان وجود دارد. جودو برای نخستین بار از سیستم درجه‌بندی مدرن بر اساس رنگ کمر بند استفاده کرد. ورزش‌های رزمی دیگر مانند «کاراته و تکواندو» از جودو الهام گرفتند. جودو علاوه بر فنون زیبای پرتابی فنون دیگری هم برای کنترل حریف روی زمین دارد. امتیازات بر اساس فنون مختلف زمین‌زدن حریف است. زمان مسابقه ۵ دقیقه برای مردان و زنان بزرگسال و ۳ دقیقه برای ورزشکاران جوان خواهد بود. در صورت اخذ امتیاز ایپون یا دو امتیاز وازاری یا آسیب‌دیدگی‌های عمده مسابقه به پایان می‌رسد. اگر در پایان امتیازات برابر بود، ورزشکاران در زمان طلایی مسابقه می‌دهند.

شکل ۱۵-۳۶. تصویری از رشته ورزشی جودو را نشان می‌دهد.



شکل ۱۵-۳۶. تصویری از رشته ورزشی جودو

## ۱۵-۳۱. جهت یابی

ورزشی با مشخصاتی به شرح جدول ۱۵-۳۳ است.

جدول ۱۵-۳۳. مشخصات عمومی رشته ورزشی جهت یابی

ردیف	محورها	توضیح
۱	سایر اسامی	Orienteering
۲	تاریخچه جهانی	ورزش اختصاصی نظامیان که امروزه به عنوان یک ورزش عمومی مبدل شده است. فدراسیون بین-المللی جهت یابی یا IOF در سال ۱۹۶۱ تأسیس شد و در ادامه به عضویت ARISF در آمد
۳	تاریخچه در ایران	این رشته در قالب یک انجمن در فدراسیون انجمن های ورزشی فعالیت می کند.
۴	انواع رویدادها	در چهار رشته ورزشی متفاوت «جهت یابی پیاده»، «جهت یابی با اسکی»، «جهت یابی با دوچرخه کوهستان»، «جهت یابی با ویلچر» است. البته «جهت یابی با نقشه»، «جهت یابی با خودرو» و «جهت یابی با قایق» نیز از دیگر زیرمجموعه های این ورزش است.
۵	مقررات کلی	پیدا کردن راه معین با بهره گیری از نقشه و قطب نما است. به طور معمول دو تیم هشت نفره شرکت دارند، اما دو شرکت کننده نیز می توانند با یکدیگر مسابقه دهند.

شکل ۱۵-۳۱ تصاویری از رشته ورزشی جهت یابی را نشان می دهد.



شکل ۱۵-۳۱. تصاویری از رشته ورزشی جهت یابی

## ۱۵-۳۲. چوگان

ورزشی با اسب و با مشخصاتی به شرح جدول ۱۵-۳۳ است.

جدول ۱۵-۳۳. مشخصات عمومی رشته ورزشی چوگان

ردیف	محورها	توضیح
۱	سایر اسامی	Polo
۲	تاریخچه جهانی	فدراسیون جهانی چوگان یا FIP در سال ۱۹۸۳ تأسیس و در ادامه عضو ARISF شد.
۳	تاریخچه در ایران	از حدود ۲۰۰۰ سال قبل در ایران و در زمان هخامنشیان آغاز شد و در دوره صفویه به شکوفایی رسید.
۴	وسایل و امکانات	«زمین به طول و عرض ۲۷۴ و ۱۴۵ متر»، «دروازه به طول ۷ متر»، «اسب»، «گوی»، «چوب مخصوص»

مقررات کلی ۵	در ۶ تا ۸ دوره زمانی (چوکه) ۷ دقیقه‌ای و بین هر چوکه استراحت ۳ دقیقه‌ای و بین دونیمه استراحت ۵ دقیقه‌ای وجود دارد. در هر تیم چهار نفر بازی می‌کنند. نفر اول مهاجم با وظیفه حمله و کمک به مدافع است. نفر دوم نیز مهاجم با تأکید بر وظیفه دفاع است. نفر سوم و اغلب بهترین بازیکن تیم با وظیفه تبدیل حرکات دفاعی به ضد حمله است. نفر چهارم مدافع با وظیفه دور کردن توپ از دروازه خواهد بود. البته به دلیل سرعت بازی بازیکنان تیم در نقاط مختلف زمین و در جای دیگر قرار می‌گیرند. در این حالت باید وظایف مربوط به بازیکنی را انجام دهند که در موقعیت او قرار گرفته‌اند. هدف بازی رد کردن توپ از دروازه حریف است. پس از هر گل، دو تیم زمین خود را تعویض می‌کنند و داور توپ را در مرکز زمین قرار می‌دهد. در صورت برابری دو تیم، بازی به وقت اضافه می‌کشد و اولین تیم زننده گل برنده می‌شود.
-----------------	---

شکل ۱۵-۳۸ تصاویری از رشته ورزشی چوگان را نشان می‌دهد.



شکل ۱۵-۳۸. تصاویری از رشته ورزشی چوگان

### ۱۵-۳۳. دارت

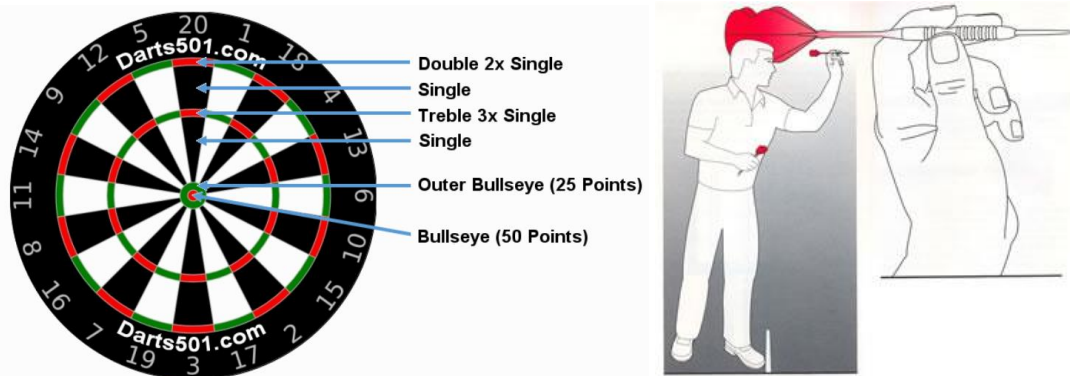
ورزشی با مشخصاتی به شرح جدول ۱۵-۳۴ است.

جدول ۱۵-۳۴. مشخصات عمومی رشته ورزشی دارت

ردیف	محورها	توضیح
۱	سایر اسامی	Darts
۲	تاریخچه جهانی	فدراسیون جهانی دارت یا WDF در سال ۱۹۷۴ تأسیس و در ادامه عضو AIMS شد.
۳	تاریخچه در ایران	از ۳۰ شهریور ۱۳۸۳ ورزش دارت در ایران زیر نظر فدراسیون تیروکمان پایه‌گذاری شد و در حال حاضر زیر نظر فدراسیون انجمن‌های ورزشی است. انجمن دارت ایران از سال ۱۳۸۵ عضو فدراسیون جهانی شد.
۴	وسایل و امکانات	«بورد یا صفحه چوبی و مسطح با تعدادی حلقه رنگین دارای فاصله‌های معین»، «دارت‌ها»، «حداقل فضای ۳×۱ متر محیطی»
۵	مقررات کلی	هر یک از حلقه‌های رنگین امتیاز مخصوص به خود را دارد. تخته دارت شامل ۶۲ قسمت امتیازی است که هر کدام دارای امتیاز خاصی است. هر بازیکن در یک نوبت گردشی با پرتاب سه «دارت» در هر نوبت یا راند، بازی می‌کند. هر بازیکن یک دارت را در شروع بازی برای مشخص شدن نفر آغازکننده بازی پرتاب می‌کند. دایره تخته دارت به صورت قسمت‌های مثلثی با میله فلزی از هم جدا می‌شود. میله فلزی علاوه بر درست کردن این مثلث‌ها تخته دارت را به چهار قسمت مجزا تفکیک

<p>می‌کند. برخورد دارت میان «دو میله اول یا Double Ring» عدد آن در ۲ و میان «دو میله دوم Triple Ring» در ۳ ضرب می‌شود. اگر در بین میله سوم که اغلب با رنگ روشن است برخورد عدد امتیاز شما ۲۵ و اگر در بین میله آخر یا همان مرکز بخورد، امتیاز ۵۰ لحاظ می‌شود. اگر دارت داخل این میله‌ها نباشد، فقط همان عدد روی صفحه لحاظ می‌شود. پرتاب خارج از محیط مشخص شده نیز امتیازی نخواهد داشت. با پرتاب سه دارت یک راند برگزار و مجموع اعداد محاسبه می‌شود. در آخر شخصی برنده است که زودتر به امتیاز در نظر گرفته شده برسد. امتیازهای هدف اغلب «۳۰۱، ۵۰۱ یا ۶۰۱» هستند. اگر دارت روی صفحه نماند و بیفتد امتیازی برای آن پرتاب لحاظ نمی‌شود. فاصله زمین تا نقطه وسط دارت (خال) ۱۷۳ سانتی‌متر و فاصله فرد تا تخته ۲۳۷ سانتی‌متر است.</p>		
---	--	--

شکل ۱۵-۳۹ تصاویری از رشته ورزشی دارت را نشان می‌دهد.



شکل ۱۵-۳۹. تصاویری از رشته ورزشی دارت

### ۱۵-۳۴. دوچرخه‌سواری

ورزشی تفریحی و قهرمانی با مشخصاتی به شرح جدول ۱۵-۳۵ است.

جدول ۱۵-۳۵. مشخصات عمومی رشته ورزشی دوچرخه‌سواری

ردیف	محورها	توضیح
۱	سایر اسامی	Cycling
۲	تاریخچه جهانی	در سال ۱۸۶۹ اولین مسابقه رسمی دوچرخه‌سواری به مسافت ۳۴ کیلومتر از شهر پاریس تا وروان با ۳۳۳ شرکت‌کننده برگزار شد. در سال ۱۸۹۶ با شروع اولین دوره بازی‌های ورزشی المپیک رشته دوچرخه‌سواری نیز به‌عنوان یکی از رشته‌های ورزشی مستقل و پرطرفدار در جمع بازی‌ها قرار گرفت. اتحادیه بین‌المللی دوچرخه‌سواری یا UCI در سال ۱۹۰۰ تأسیس و عضو ASOIF شد.
۳	تاریخچه در ایران	در ایران برای اولین بار در دوران قاجاریه کارکنان سفارت انگلیس دوچرخه را به ایران آورده و از آن به‌عنوان یک وسیله استفاده کردند. مردم در آن زمان استفاده‌کنندگان را بچه شیطان لقب دادند و احتمال دخالت جن‌پیری را در حرکت این وسیله مطرح می‌کردند. در سال ۱۳۲۴ اولین «باشگاه دوچرخه-سواری» و در سال بعدش «فدراسیون دوچرخه‌سواری آماتور» در ایران تأسیس شد.
۴	انواع رویدادها	مبتنی بر انواع دوچرخه شامل: الف) «کراس یا Cross»: همان کورسی و مناسب برای جاده و یا مسیرهای صاف که اغلب چرخ‌های نازک و بدنه سبک دارد. ب) کوهستان یا Mountain: برای



<p>مسیرهای کوهستانی و پرفرازونشیب و اغلب دارای لاستیک پهن و بدنه مستحکم است. ج) بی‌ام‌ایکس یا BMX: برای فعالیت‌های تفریحی و مهیج</p> <p>انواع رویدادهای آن شامل:</p> <p>الف) جاده: جاده‌های مخصوص مسابقات از نظر فنی باید به‌اندازه کافی عریض و فاقد پیچ‌ها و شیب-تند و خطرناک باشد. انواع مسابقات جاده عبارت‌اند از: «۱۵۰ تا ۲۰۰ کیلومتر انفرادی به‌شکل تعقیبی»، «۱۰۰ کیلومتر تایم‌تریل تیمی»، «۱۸۰ کیلومتر تیمی»، «دور امتیازی» و «۷۰ کیلومتر زنان»</p> <p>ب) تور: در جاده و طی چند مرحله که میانگین مسافت برای هر مرحله حدود ۱۵۵ کیلومتر است. مانند تور دو فرانس (در مسافت بیش از ۳۵۰۰ کیلومتر)</p> <p>ج) پیست: در استادیوم‌های مخصوص با نام «ولودروم یا Veloderom» و دارای شیب ۳۳ درجه و شامل انواع مسابقات: «یک کیلومتر تایم‌تریل انفرادی»، «۲۰۰ کیلومتر سرعت انفرادی»، «یک کیلومتر سرعت انفرادی»، «۴ کیلومتر تعقیبی انفرادی»، «دور امتیازی انفرادی»، «۲۰۰ متر سرعت بانوان انفرادی»، «۴ کیلومتر تعقیبی تیمی»</p> <p>د) BMX: در مسیر ۳۵۰ متری دوچرخه‌سوار باید حرکات «پرش، عبور از پیچ و موانع» را انجام دهد.</p>		
---	--	--

شکل ۱۵-۴۰ تصاویری از رشته ورزشی دوچرخه‌سواری را نشان می‌دهد.



شکل ۱۵-۴۰. تصاویر از راست: «جاده»، «BMX»، «کوهستان» و «پیست»

### ۱۵-۳۵. دوومیدانی

ورزشی با مشخصاتی به شرح جدول ۱۵-۳۶ است.

جدول ۱۵-۳۶. مشخصات عمومی رشته ورزشی دوومیدانی

ردیف	محورها	توضیح
۱	سایر اسامی	Athletics
۲	تاریخچه جهانی	از ابتدای المپیک باستان وجود داشته است. انجمن بین‌المللی فدراسیون‌های دوومیدانی یا IAAF در سال ۱۹۲۱ تأسیس و عضو ASOIF شد.
۳	تاریخچه در ایران	از سال ۱۳۱۳ مسابقاتی در بعضی از رشته‌های دوومیدانی آغاز و در سال ۱۳۱۵ فدراسیون دوومیدانی ایران تأسیس شد.
۴	انواع رویدادها	الف) دو: سرعت «۶۰ متر داخل سالن، ۱۰۰، ۲۰۰ و ۴۰۰ متر»، با مانع «۶۰ متر داخل سالن، ۱۰۰ متر زنان، ۱۱۰ متر مردان و ۴۰۰ متر»، مسافت‌دار «از ۸۰۰ تا ۱۰۰۰۰ متر» ب) پرتابی: «دیسک چکشی، پرتاب نیزه، پرتاب وزنه سبک، و پرتاب وزنه سنگین» ج) پرشی: «پرش بلند، پرش طولانی، پرش سه‌گانه و پرش بانیزه» د) پیاده‌روی: «۳، ۵ و ۱۰ کیلومتر»
۵	مقررات کلی	شامل دوها، پرش‌ها، پرتاب‌ها و رشته‌های ترکیبی است. هدف بسته به مسابقه می‌تواند سریع‌تر دویدن، دورتر پرتاب کردن یا بیشتر پریدن باشد.

شکل ۱۵-۴۱ تصاویری از رشته ورزشی دوومیدانی را نشان می‌دهد.



شکل ۱۵-۴۱. تصاویری از رشته ورزشی دوومیدانی

دو صحرانوردی یکی از انواع دو استقامت در رشته ورزشی دوومیدانی است که در فضای آزاد و بر روی عوارض طبیعی زمین برگزار می‌شود. مسابقات دو صحرانوردی اغلب در مسافت‌های چهار تا ۱۲ کیلومتر و مسیرهای «علفزار، زمین خاکی، درختزار، دشت باز و تپه با شیب ملایم» برگزار می‌شود.



شکل ۱۵-۴۲. تصویری از رشته دوی صحرانوردی

### ۱۵-۳۶. راگبی

ورزشی با مشخصاتی به شرح جدول ۱۵-۳۷ است.

جدول ۱۵-۳۷. مشخصات عمومی رشته ورزشی راگبی

ردیف	محورها	توضیح
۱	سایر اسامی	در بیشتر مناطق دنیا به‌اختصار از کلمه «راگبی یا Rugby» یا «راگبی فوتبال» استفاده می‌شود.
۲	تاریخچه جهانی	راگبی یا راگبی فوتبال در مفهوم عام خود دربرگیرنده همه ورزش‌هایی از نوعی فوتبال در مدرسه راگبی در انگلستان از جمله «راگبی ۱۵ نفره»، «راگبی ۱۳ نفره»، «فوتبال آمریکایی»، «فوتبال استرالیایی» و «فوتبال کانادایی» است. البته امروزه راگبی فقط به‌همان دو ورزش اول گفته می‌شود. فدراسیون جهانی راگبی یا WR در سال ۱۸۸۶ تأسیس و عضو ASOIF شد.
۳	تاریخچه در ایران	در سال ۱۳۷۹ کمیته راگبی در فدراسیون وقت بیسبال شکل گرفت. در سال ۸۶ فدراسیون راگبی به‌صورت مستقل اداره شد و از سال ۹۰ تاکنون، از فدراسیون به انجمنی زیر نظر فدراسیون انجمن‌های ورزشی تبدیل شد.
۴	انواع رویدادها	راگبی ۱۵، ۱۳ و ۷ نفره (در المپیک‌های ۲۰۱۶ و ۲۰۲۰)
۵	وسایل و امکانات	«زمین چمن مستطیل حداکثر با ۱۰۰ متر طول و ۷۰ متر عرض»، «محوطه گل با زمین آنسوی خط عرضی به‌عمق حداقل ۱۰ و حداکثر ۲۲ متر»، «تیرهای دروازه در مرکز محوطه گل با ۵/۶ متر فاصله از هم و تیرک افقی در ارتفاع ۳ متری آن‌ها و ایجاد دروازه به‌شکل H» و «توپ تخم‌مرغی ۲۸ سانتی‌متر طول و ۴۱ تا ۴۶ گرم وزن»

<p>مسابقات راگبی در دو نیمه ۴۰ دقیقه‌ای با ۱۰ دقیقه استراحت بین دو نیمه برگزار می‌شود. هر مسابقه یک داور و دو کمک‌داور دارد. هدف مسابقه کسب امتیاز به دو روش است. یکی «ترای یا Try» و به زمین گذاشتن توپ در محوطه دروازه حریف با ۵ امتیاز و دیگری «گل» یا گذراندن توپ با ضربه پا از بین دو تیرک عمودی و بالای تیرک افقی از دروازه حریف با سه روش: الف) «در جریان بازی یا Dropped Goal با ۳ امتیاز که قبل از شوت، توپ باید زمین را لمس کند»، ب) «پنالتی یا Penalty با ۳ امتیاز و یک ضربه ایستگاهی ناشی از خطای بازیکن حریف است»، ج) «جایزه یا Conversion با ۲ امتیاز که بعد از به ثمر رساندن ترای با یک ضربه ایستگاهی است».</p> <p>در طول مسابقه هر تیم صاحب توپ سعی در رساندن توپ به محوطه گل حریف دارد. برای این کار پاس توپ با دست به جلو ممکن نیست. توپ را فقط می‌توان به طرفین یا عقب پرتاب کرد. توپ را می‌توان با شوت به جلو فرستاد اما پس‌از آن امکان پاس توپ وجود ندارد. بازیکنان تیم حریف برای تکل بازیکن صاحب توپ یعنی گرفتن و انداختن او به روی زمین تلاش می‌کنند. در این وضعیت بازیکن صاحب توپ نمی‌تواند توپ را نگه دارد و باید آن را پاس داده یا آزاد کند.</p>	<p>مقررات کلی</p> <p>۶</p>
--	----------------------------

شکل ۱۵-۴۳ تصاویری از رشته ورزشی راگبی را نشان می‌دهد.



شکل ۱۵-۴۳. تصاویری از رشته ورزشی راگبی

۱۵-۳۶-۱. راگبی تگ و راگبی فلگ: «راگبی تگ یا Tag rugby» و «راگبی فلگ یا Flag rugby» ورزش‌هایی از دسته راگبی و بدون تماس هستند که قوانین آن با راگبی معمول یا تماس‌دار شباهت دارد. با این تفاوت که هر «کمر بند یا شلوارک با زائده‌هایی» به شکل ۱۵-۴۴ گرفته می‌شود.



شکل ۱۵-۴۴. تصاویری از رشته ورزشی راگبی تگ یا راگبی فلگ

۱۵-۳۶-۲. فوتبال آمریکایی: فوتبال آمریکایی از خانواده راگبی و دارای مشخصاتی به شرح جدول ۱۵-۳۸ است.





## جدول ۱۵-۳۸. مشخصات عمومی رشته ورزشی فوتبال آمریکایی

ردیف	محورها	توضیح
۱	سایر اسامی «	«American football یا فوتبال آمریکایی» و «فوتبال کانادایی هم‌ریشه با فوتبال آمریکایی» که در آمریکا و کانادا بنام «فوتبال» شناخته می‌شوند و به بازی مرسوم فوتبال «ساکر یا Soccer» می‌گویند.
۲	تاریخچه جهانی	در ایالات متحده آمریکا رایج و مهم‌ترین مسابقه آن «سوپربول» متعلق به «لیگ ان‌اف‌ال» است. کشورهای «کانادا، آلمان، ایتالیا، سوئیس، فنلاند، سوئد، ژاپن، مکزیک، اسرائیل، اسپانیا، و اتریش» نیز لیگ ملی فوتبال آمریکایی دارند. فدراسیون جهانی فوتبال آمریکایی یا IFAF در سال ۱۹۹۸ تأسیس و عضو ARISF شد.
۳	وسایل و امکانات	«توپ با قطر ۲۵-۲۶ سانتیمتر و به شکل بیضی با وزن ۳۹۷ تا ۴۲۵ گرم»، «لباس و کلاه مخصوص»، «محافظ شانه»
۴	مقررات کلی	بین دو تیم ۱۱ نفره و طی ۴ کوارتر ۱۵ دقیقه‌ای در لیگ رقابت می‌کنند.

در شکل ۱۵-۴۵ تصاویری از رشته ورزشی فوتبال آمریکایی ارائه شده است.



شکل ۱۵-۴۵. تصاویری از رشته ورزشی فوتبال آمریکایی

۱۵-۳۶-۳. فوتبال‌فلگ: مشابه فوتبال آمریکایی و بدون لباس‌های آن و در عوض استفاده از کمربند با زائده‌های آویزانی که حریف باید با گرفتن آن‌ها بازیکن مهاجم را متوقف کند. در این رشته تماس بین بازیکنان مجاز نیست. شکل ۱۵-۴۶ تصاویری از رشته فوتبال‌فلگ را نشان می‌دهد.



شکل ۱۵-۴۶. تصاویری از رشته ورزشی فوتبال‌فلگ

۱۵-۳۶-۴. فوتبال استرالیایی: فوتبال استرالیایی برگرفته از راگی و دارای مشخصاتی به شرح جدول ۱۵-۳۹ است.

## جدول ۱۵-۳۹. مشخصات عمومی رشته ورزشی فوتبال استرالیایی

ردیف	محورها	توضیح
۱	سایر اسامی	Australian rules football که در استرالیا اغلب «فوتبال یا فوتی» نامیده می‌شود.
۲	تاریخچه جهانی	از محبوب‌ترین ورزش‌های کشور استرالیا
۳	وسایل و امکانات	«زمین بیضی‌شکل مانند زمین کریکت» و «توپ استاندارد فوتبال استرالیایی بیضی‌شکل و شبیه به توپ‌های مورد استفاده در راگی»

۴	مقررات کلی	هر تیم از ۱۸ بازیکن تشکیل می‌شود. هدف هر تیم رساندن توپ به دروازه حریف و گذراندن آن با لگد از میان دروازه حریف است.
---	------------	---

در شکل ۱۵-۴۷ تصاویری از رشته ورزشی فوتبال استرالیایی ارائه شده است.



شکل ۱۵-۴۷. تصاویری از رشته ورزشی فوتبال استرالیایی

### ۱۵-۳۷. ژیمناستیک

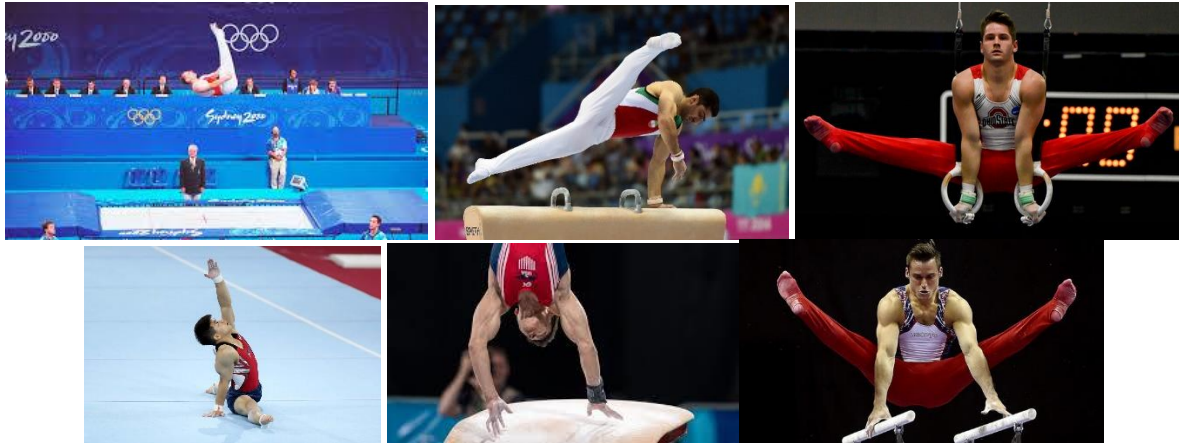
ورزشی با مشخصاتی به شرح جدول ۱۵-۴۰ است.

جدول ۱۵-۴۰. مشخصات عمومی رشته ورزشی ژیمناستیک

ردیف	محورها	توضیح
۱	سایر اسامی	Gymnastics
۲	تاریخچه جهانی	ژیمناستیک قدمتی حدود ۲۰۰۰ سال دارد. فدراسیون بین‌المللی ژیمناستیک یا FIG در سال ۱۸۸۱ تأسیس و عضو ASOIF شد.
۳		ژیمناستیک المپیک دارای ۱۸ رویداد ورزشی جداگانه و شامل «۱۴ رقابت در ژیمناستیک هنری»، «۲ رقابت در ژیمناستیک موزون» و «۲ رقابت در ترامپولین» است. الف) ژیمناستیک هنری: در دو بخش «زنان شامل پرش از خرک، پارالل ناهم سطح، چوب موازنه و حرکات زمینی»، «حرکات زمینی، خرک حلقه، دارحلقه، پرش از خرک، پارالل و بارفیکس» ب) ژیمناستیک موزون: یک سری از احساسات و عواطف همراه با حرکات بدن ج) ترامپولین: به صورت انفرادی یا دونفره
۴	مقررات کلی	الف) پرش از خرک در ژیمناستیک هنری: خم شدن، دویدن، کشش بدن به عنوان موقعیت‌های مختلف بدن و امتیاز بر اساس میزان پرواز از تخته پرش و نحوه فرود و نداشتن قدم اضافه بعد از فرود بر روی زمین است. ب) پارالل ناهم سطح: امتیازدهی بر اساس میزان ادامه حرکت بدون توقف و وقفه ج) چوب موازنه: نمایش قدرت تعادل و استقامت بر روی میله حدود ۱۰ سانتی‌متری د) حرکات زمینی: در زنان ترکیبی از «حرکات رقص، آهنگ و استفاده بهینه از حداکثر فضای زمین و سطح پیچیدگی حرکات روی زمین همراه با کنترل کلی بدن» و در بخش مردان امتیاز بر اساس «سالتوس‌های مختلف، حرکات چرخشی و پیچشی و فرودهای متعدد» است. ه) دارحلقه: لزوم ثبات و کنترل حلقه‌ها و اجرای موفق بدن برای نمایش حرکات زیبا با حلقه‌ها و) پارالل: تاب خوردن، پرواز و جابه‌جایی در قسمت جلو و پشت سالتوس با رها کردن میله‌ها

<p>ز) ژیمناستیک موزون: تحت تأثیر عناصر رقص بر اساس عناصر مختلفی از قبیل «اجرا، اصول، نرمی حرکات، انجام حرکات در خط و حالات چهره و حرکات بدن»          ح) ترامپولین: انجام حرکت بر اساس محورهای مشخص</p>		
---	--	--

شکل ۱۵-۴۸ تصاویری از رشته ورزشی ژیمناستیک را نشان می‌دهد.



شکل ۱۵-۴۸: تصاویری از رشته ورزشی ژیمناستیک

رشته ایروبیگ از سال ۱۳۷۵ توسط کمیته بین‌المللی المپیک به‌عنوان یکی از زیرشاخه‌های فدراسیون جهانی ژیمناستیک شناخته شد اما در ایران به‌علت تمرکز صرف فدراسیون‌های قبلی روی «ژیمناستیک هنری»، ایروبیگ به‌صورت غیر منسجم و پراکنده تحت نظر انجمن‌های ورزشی آمادگی جسمانی و فدراسیون ورزش همگانی و بیشتر در بخش بانوان به‌فعالیت خود ادامه می‌داد.

### ۱۵-۳۸. سامبو

ورزشی رزمی با مشخصاتی به شرح جدول ۱۵-۴۱ است.

جدول ۱۵-۴۱: مشخصات عمومی رشته ورزشی سامبو

ردیف	محورها	توضیح
۱	سایر اسامی	Sambo نام اختصاری یک واژه روسی به معنی «مبارزه بدون سلاح»
۲	تاریخچه جهانی	یک ورزش رزمی روسی که در دهه ۱۹۲۰ در ارتش سرخ شوروی به‌منظور تقویت توانایی مبارزه تن‌به‌تن سربازان، پایه‌گذاری شد. فدراسیون جهانی سامبو یا FIAS در سال ۱۹۸۴ تأسیس شد.
۳	تاریخچه در ایران	در ایران در قالب انجمن در فدراسیون ورزش‌های رزمی فعالیت می‌کند.
۴	انواع رویدادها	الف) دفاع شخصی براساس حرکات بدن و ضربات مشت یا لگد، ب) سامبو اسپرت یا سامبو کشتی، ج) سامبوی جنگی
۵	مقررات کلی	این رشته بر فنون گلاویزی و پرتابی تأکید دارد و تلفیقی از مؤثرترین تکنیک‌های چندین رشته دیگر از جمله جودو ژاپنی، کشتی آزاد و فرنگی و سبک‌های محلی کشتی آسیای میانه و قفقاز است.

شکل ۱۵-۴۹ تصویری از رشته ورزشی سامبو را نشان می‌دهد.



شکل ۱۵-۴۹. تصویری از رشته ورزشی سامبو

## ۱۵-۳۹. ساواته

ورزشی رزمی با مشخصاتی به شرح جدول ۱۵-۴۲ است.

جدول ۱۵-۴۲. مشخصات عمومی رشته ورزشی ساواته

ردیف	محورها	توضیح
۱	سایر اسامی	Savate یا بوکس فرانسوی Boxe française
۲	تاریخچه جهانی	از سال ۱۸۰۰ و از فرانسه شروع شد و به سراسر جهان گسترش یافت.
۳	تاریخچه در ایران	در اواسط دهه ۱۳۴۰ خورشیدی وارد ایران شد و در حال حاضر در قالب یک انجمن اداره می‌شود.
۴	انواع رویدادها	مسابقات ساواته در دو سبک «آسوت یا نمایشی» و «کامبت یا مبارزه» برگزار می‌شود. در کامبت ضربات کامل به حریف وارد می‌شود و مسابقات آن به دو شیوه «با محافظ سروگردن» و «بدون محافظ» است.
۵	وسایل و امکانات	«پیراهن چندرنگ یک‌تکه»، «دستکش ۲۸ گرمی بوکس» و «کفش‌های لگدزنی شبیه کفش مخصوص کشتی با یک محافظ اضافی به دور مچ پا و کف لاستیکی تخت و صاف و نوک سفت و محکم»
۶	مقررات کلی	یک هنر رزمی فرانسوی با استفاده از ضربات «دست، پا و سلاح‌های سرد» و روشی مشابه کیک-بوکسینگ که در هنگام مبارزه از کفش استفاده می‌شود. قسمت‌های قانونی برای ضربات مشت شامل قسمت‌های جلویی و دو طرف سر و نیم‌تنه بالایی است. هر ضربه مشت به پائین‌تر از لگن یا سینه خانم‌ها ممنوع است. هیچ محدودیتی برای استفاده از ترکیباتی از فنون لگدزنی در طول مسابقه وجود ندارد. اما برای کاربرد ترکیبات ضربات مشت محدودیت وجود دارد. همه ضربات مشت باید به صورت ترکیبی با فنون لگدزنی باشد. مسابقه ساواته در راندهای مختلف برگزار می‌شود و بین هر راند یک دقیقه استراحت وجود دارد. براساس قوانین، هر رقابت می‌تواند در دو - سه - چهار یا پنج راند باشد. مدت‌زمان راندها بین «یک، یک‌ونیم تا دو دقیقه» متغیر است.

شکل ۱۵-۵۰. تصویری از رشته ورزشی ساواته را نشان می‌دهد.



شکل ۱۵-۵۰. تصویری از رشته ورزشی ساواته

## ۱۵-۴۰. سپک تاکرا

ورزشی با مشخصاتی به شرح جدول ۱۵-۴۳ است.

جدول ۱۵-۴۳. مشخصات عمومی رشته ورزشی سپک تاکرا

ردیف	محورها	توضیح
۱	سایر اسامی	Sepak takraw که در آن «سپک» یک کلمه مالایی به معنای «لگزدن» و «تاکرا» در تایی به معنی «توپ» است. به «والیبال با پا» هم معروف است.
۲	تاریخچه جهانی	فدراسیون بین‌المللی سپک تاکرا یا ISTAF در سال ۱۹۸۸ تأسیس و عضو AIMS شد.
۳	تاریخچه در ایران	از سال ۱۳۸۲ وارد ایران شد و از سال ۱۳۸۸ انجمن آن شکل گرفت. انجمن سپک تاکرا زیر نظر فدراسیون انجمن‌های ورزشی فعالیت می‌کند.
۴	وسایل و امکانات	اندازه زمین و ارتفاع تور بازی شبیه بدمیتون است. وزن توپ بین ۱۵۰ تا ۱۶۰ گرم برای بانوان و ۱۷۰ تا ۱۸۰ گرم برای آقایان و محیط آن ۴۰ سانتی‌متر است. این توپ کوچک‌تر از توپ هندبال و کمی بزرگ‌تر از توپ سافتبال است.
۵	مقررات کلی	شبیه والیبال است که به جای دست از پا برای گذراندن توپ از تور استفاده می‌شود. قوانین امتیازگیری تا حد زیادی شبیه والیبال است. اما فقط استفاده از دست از سرشانه تا انگشتان ممنوع است. هر بازیکن می‌تواند قبل از گذشتن توپ از تور بیش از یک‌بار به آن ضربه بزند. عبور هر قسمت از بدن بازیکنان به زمین مقابل از بالا یا پائین تور خطاست و یک امتیاز به حریف اختصاص می‌یابد. بازیکنان تا قبل از عبور ضربه سرویس حق خارج شدن از دایره‌های مشخص شده را ندارند و چنانچه از آن‌ها خارج شوند یا پای خود را روی خطوط بگذارند خطا گرفته خواهد شد. هر تیم ۳ بازیکن دارد و برنده تیمی است که بتواند ۲ ست از ۳ ست بازی را از آن خود کند. هر ست ۱۵ امتیازی است.

شکل ۱۵-۵۱ تصویری از رشته ورزشی سپک تاکرا را نشان می‌دهد.



شکل ۱۵-۵۱. تصویری از رشته ورزشی سپک تاکرا

## ۱۵-۴۱. سوارکاری

ورزشی با مشخصاتی به شرح جدول ۱۵-۴۴ است.



## جدول ۱۵-۴۴. مشخصات عمومی رشته ورزشی سوارکاری

ردیف	محورها	توضیح
۱	سایر اسامی	Equestrianism
۲	تاریخچه جهانی	سوارکاری و رقابت‌های آن به دوره پیش از تاریخ و در ادامه المپیک باستان بازمی‌گردد. در المپیک جدید با برنامه کاملی شامل «درساژ، پرش‌نمایشی و رویداد سه‌روزه» از سال ۱۹۱۲ وارد شد. فدراسیون بین‌المللی سوارکاری یا FEI از سال ۱۹۲۱ تأسیس و عضو ASOIF شد.
۳	انواع رویدادها	الف) یورتمه: سوار بر اسب یا ارابه که در آن‌ها هدف نفر اول رسیدن به خط پایان است. ب) تاخت: هدف اول رسیدن به خط پایان با تاخت است. مسافت این مسابقات بین ۲۴۰۰ و ۱۶۰۰ متر است. نوعی دیگر همراه با مانع است که اسب باید از روی آن‌ها بپرد. ج) درساژ: حرکات نمایشی اسب‌های تربیت‌شده، که در آن کیفیت رابطه بین «سوارکار و اسب» ارزیابی می‌شود. د) استقامت: هدف از آن‌ها طی مسافتی طولانی بین ۲۰ تا ۱۶۰ کیلومتر در یک و گاهی دو روز است. ه) رودیثو: مسابقه با اسب‌های وحشی
۴	وسایل و امکانات	مسابقات درساژ در زمین‌هایی مستطیل‌شکل به طول ۶۰ متر و عرض ۲۰ متر برگزار می‌شوند.
۵	مقررات کلی	موفقیت «اسب و سوارکار» به ارتباط، اعتماد و احترام متقابل این دو رکن بستگی دارد. در مسابقات درساژ سوارکاران به ترتیب در زمین حاضر و برنامه‌های خود را اجرا می‌کنند. این برنامه‌ها می‌توانند مشخص شده یا آزاد باشند. داوران بر اساس فن و دقت سوارکار و همچنین اطاعت و حرکات اسب و ارتباط میان آن دو، نمره‌ای بین صفر تا ده امتیاز می‌دهند. سوارکار باید حرکاتش در هدایت اسب را تا حد امکان مخفی نگهدارد؛ طوری که احساس شود ارتباط میان آن دو توسط تله‌پاتی انجام می‌گیرد. پرش‌نمایشی رویدادی زمان‌بندی شده و دارای محدودیت زمانی است که در آن شرکت‌کننده همراه اسب از روی یک سری موانع معین می‌پرد. بیشترین امتیاز برای اسب‌های با کمترین سرپیچی و یا انحراف از موانع خواهد بود. رویداد سه‌روزه که گاهی اوقات تمرین تلفیقی نامیده می‌شود، بررسی اسب یا تست کامل که ترکیبی از فرمانبری اسب در رشته درساژ با توانایی ورزشکار در پرش‌نمایشی است.

شکل ۱۵-۵۲ تصاویری از رشته ورزشی سوارکاری را نشان می‌دهد.



شکل ۱۵-۵۲. تصاویری از رشته ورزشی سوارکاری

۱۵-۴۲. سومو

کشتی سنتی ژاپنی و ورزشی با مشخصاتی به شرح جدول ۱۵-۴۵ است.

جدول ۱۵-۴۵. مشخصات عمومی رشته ورزشی سومو

ردیف	محورها	توضیح
۱	سایر اسامی	Sumo
۲	تاریخچه جهانی	فدراسیون بین‌المللی سومو یا IFS در سال ۱۹۹۲ تأسیس و عضو ARISF شد.
۳	وسایل و امکانات	رینگ به قطر ۴ متر و ۶۰ سانتی‌متر
۴	مقررات کلی	در آن «وزن، اندازه و قدرت» در درجه اول اهمیت است؛ ضمن اینکه «سرعت و یورش ناگهانی» نیز نقش مهمی دارد. هدف شرکت‌کنندگان «بیرون انداختن حریف از رینگ» یا «وادار کردن او به بر زمین گذاشتن یکی از اعضای بدن» است.

شکل ۱۵-۵۳. تصویری از رشته ورزشی سومو را نشان می‌دهد.



شکل ۱۵-۵۳. تصویری از رشته ورزشی سومو

۱۵-۴۳. سه‌گانه

ورزشی با مشخصاتی به شرح جدول ۱۵-۴۶ است.

## جدول ۱۵-۶۶. مشخصات عمومی رشته ورزشی سه‌گانه

ردیف	محورها	توضیح
۱	سایر اسامی	Triathlon
۲	تاریخچه جهانی	اتحادیه بین‌المللی سه‌گانه یا ITU در سال ۱۹۸۹ تأسیس و در ادامه عضو ASOIF شد. از سال ۲۰۰۰ در هر دو بخش مردان و زنان وارد برنامه مسابقات المپیک شد.
۳	تاریخچه در ایران	در سال ۱۳۸۰ با عنوان کمیته ورزش سه‌گانه به صورت زیرمجموعه‌ای از فدراسیون دوومیدانی شروع به فعالیت کرد. در سال ۱۳۸۲ تحت عنوان انجمن ورزش سه‌گانه ایران به کنفدراسیون سه‌گانه آسیا معرفی شد و از سال ۱۳۸۵ فدراسیون ملی آن تأسیس شد.
۴	انواع رویدادها	الف) مسافت سرعتی: ۷۵۰ متر شنا، ۲۰ کیلومتر دوچرخه‌سواری، ۵ کیلومتر دو ب) مسافت استاندارد یا المپیک: ۱/۵ کیلومتر شنا، ۴۰ کیلومتر دوچرخه‌سواری، ۱۰ کیلومتر دو ج) مسافت طولانی: ۱/۹ کیلومتر شنا، ۹۰ کیلومتر دوچرخه‌سواری، ۲۱/۱ کیلومتر دو د) آیرونمن: ۳/۸ کیلومتر شنا، ۱۸۰/۲ کیلومتر دوچرخه‌سواری، ۴۲/۲ کیلومتر دو
۵	مقررات کلی	مراحل مسابقه شامل شنا، دوچرخه‌سواری و دو هستند. مسافت هر یک از این مرحله‌ها بسته به نوع مسابقه تغییر می‌کند.

شکل ۱۵-۵۴ تصاویری از رشته ورزشی سه‌گانه را نشان می‌دهد.



شکل ۱۵-۵۴. تصاویری از رشته ورزشی سه‌گانه

## ۱۵-۴۴. شطرنج

ورزشی با مشخصاتی به شرح جدول ۱۵-۴۷ است.

## جدول ۱۵-۴۷. مشخصات عمومی رشته ورزشی شطرنج

ردیف	محورها	توضیح
۱	سایر اسامی	Chess
۲	تاریخچه جهانی	از کهن‌ترین بازی‌ها با قدمتی بیش از ۱۵۰۰ سال است. در اروپای قرن پانزدهم، شطرنج به شیوه امروزی آن درآمد. در نیمه دوم قرن نوزدهم، مسابقات جهانی شطرنج آغاز شد و سال ۱۹۲۴ فدراسیون بین‌المللی شطرنج یا FIDE تأسیس و به عضویت ARISF در آمد.
۳	تاریخچه در ایران	در سال ۱۳۲۹ خورشیدی فدراسیون شطرنج ایران تأسیس شد و در سال ۱۳۳۱ به عضویت فدراسیون بین‌المللی شطرنج (فیده) در آمد. پس‌از انقلاب و در سال ۱۳۵۷ فدراسیون شطرنج منحل اما در سال ۱۳۶۹ مجدد تشکیل شد.
۴	وسایل و امکانات	یک صفحه مربع ۸ در ۸ خانه با ۶۴ خانه (۳۲ خانه سیاه و ۳۲ خانه سفید) به وسیله ۳۲ مهره انجام می‌شود. ۱۶ مهره سفید در ۱۶ خانه دو ردیف یک و دو و ۱۶ مهره سیاه هم در ۱۶ خانه



دو ردیف هفت و هشت قرار می‌گیرند. مهره‌ها شامل «پیاده یا سرباز»، «اسب»، «فیل»، «رخ یا قلعه»، «وزیر یا فرزین» و «شاه» است.		
صفحه طوری قرار می‌گیرد که اولین خانه سمت راست هر دو شطرنج‌باز سفید باشد. هر یک از مهره‌ها ارزش و ظرفیت حرکت خاص خود را دارد. نتیجه شطرنج به دو صورت است یا به برد یکی از طرفین و باخت طرف دیگر منجر می‌شود و یا به تساوی کشیده می‌شود. برد به سه طریق است: الف) مات کردن، ب) قبول باخت توسط حریف ج) در مسابقات با کنترل زمان به پایان رسیدن زمان حریف.	مقررات کلی	۵

شکل ۱۵-۵۵ تصویری از رشته ورزشی شطرنج را نشان می‌دهد.



شکل ۱۵-۵۵. تصویری از رشته ورزشی شطرنج

قدرت هر شطرنج‌باز با امتیازی موسوم به ریتینگ یا Rating مشخص می‌شود. این عدد بر اساس بازی‌های رسمی انجام‌شده هر بازیکن و اعلام فدراسیون جهانی شطرنج یا فیده است. هر یک از فدراسیون‌های ملی نیز ممکن است درجات خاص خود را داشته باشند که در آن کشور موردپذیرش است. درجه‌های شطرنج اعطاشده توسط فدراسیون جهانی شطرنج یا فیده به شرح جدول ۱۵-۴۸ هستند.

جدول ۱۵-۴۸. انواع درجه‌های شطرنج از سوی فدراسیون جهانی شطرنج

ردیف	انواع	توضیح
۱	قهرمان جهان	عنوانی برای بالاترین شطرنج‌باز دوران خود
۲	استادبزرگ	عنوانی از سال ۱۹۵۰ برای شطرنج‌بازانی ماهر دست‌یافته به ریتینگ ۲۵۰۰
۳	استاد بین‌المللی	عنوانی بالاتر از استاد فیده و پائین‌تر از استاد بزرگ
۴	استاد فیده	حداقل مرتبه‌عنوانی ارائه‌شده از سوی فیده

### ۱۵-۴۵. شمشیربازی

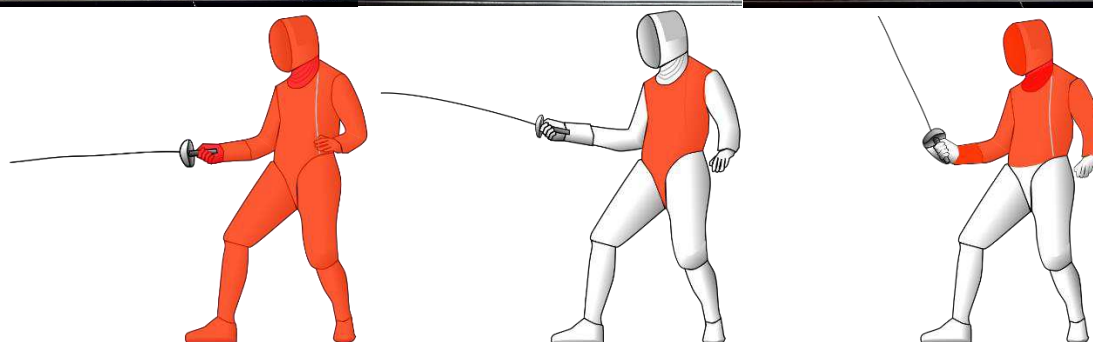
ورزشی با مشخصاتی به شرح جدول ۱۵-۴۹ است.

جدول ۱۵-۴۹ مشخصات عمومی رشته ورزشی شمشیربازی

ردیف	محورها	توضیح
۱	سایر اسامی	Fencing
۲	تاریخچه جهانی	شمشیر مهم‌ترین اسلحه بشر، طی چندین هزار سال بوده است. این ورزش از قرن پانزدهم در آلمان شروع شد و به تمام اروپا راه یافت. در اواخر قرن نوزدهم این ورزش به قدری در اروپا متداول بود که حتی قبل از تصویب مقررات مربوط به آن، جزو برنامه رسمی اولین دوره بازی‌های المپیک سال ۱۸۹۶ قرار گرفت. فدراسیون بین‌المللی شمشیربازی یا FIE در سال ۱۹۱۳ تأسیس و عضو ASOIF شد.

۳	تاریخچه در ایران	فدراسیون شمشیربازی ایران در سال ۱۳۲۸ تأسیس شد. پس از انقلاب و در سال ۱۳۵۹ فدراسیون شمشیربازی منحل و در سال ۱۳۶۹ دوباره تأسیس شد.
۴	انواع رویدادها	الف) «فلوره» رایج‌ترین نوع شمشیر در مسابقات که از همه نازک‌تر و انعطاف‌پذیرتر و عموماً برای آغاز کار مبتدیان و مورد استفاده در مسابقات بانوان المپیک، ب) «اپه» با ویژگی سفت‌تر، دسته بزرگ‌تر و سنگین‌تر از فلوره» و ج) «سابر» با ویژگی یک‌دسته بودن و تیغه منحنی داشتن»
۵	وسایل و امکانات	شمشیر فلوره در مقایسه با شمشیر سابِر بیشتر با شمشیر اپه همانندی دارد، اما تیغه اپه از فلوره سفت‌تر، محافظ دست آن بزرگ‌تر و وزن آن سنگین‌تر است.
۶	مقررات کلی	تفاوت سابر با دو نوع شمشیر دیگر شمشیربازی یعنی اپه و فلوره در آن است که با سابر می‌شود با ضربه‌های لبه تیغه نیز امتیاز گرفت. از این رو حرکات و حملات سابر باها معمولاً بسیار سریع است.

شکل ۱۵-۵۶ تصاویری از انواع رشته‌های ورزشی شمشیربازی به ترتیب از راست «فلوره»، «اپه» و «سابر» همراه با تصویر گرافیکی محدوده ضربه زدن برای امتیازگیری در زیر آن‌ها را نشان می‌دهد.



شکل ۱۵-۵۶. تصاویری از رشته ورزشی شمشیربازی «فلوره»، «اپه» و «سابر»

### ۱۵-۴۶. صخره‌نوردی

ورزشی با مشخصاتی به شرح جدول ۱۵-۵۰ است.

جدول ۱۵-۵۰. مشخصات عمومی رشته ورزشی صخره‌نوردی

ردیف	محورها	توضیح
۱	سایر اسامی	Climbing
۲	تاریخچه جهانی	فدراسیون بین‌المللی صخره‌نوردی و کوهنوردی یا IFSC در سال ۲۰۰۷ تأسیس و عضو ARISF شد.
۳	انواع رویدادها	الف) دیواره‌نوردی: صعود بیش از یک طول طناب اغلب ۵۰ متری است. دیواره‌نوردی خود دارای انواع گوناگونی مانند صعود مصنوعی و صعود طبیعی (کلاسیک) است. این سبک‌ها از دید نوع حمایت‌های میانی و میزان اتکای صعودکننده به ابزارها یا توان بدنی خود از هم جدا می‌شوند.

<p>ب) سنگ‌نوردی اسپورت: صعودهای کوتاه با میانگین ۲۵ متر حمایت طناب از زمین، که صعودکننده تنها به توان بدنی خود متکی است.</p> <p>ج) بولدرینگ: شامل دو نوع «در طبیعت و صعود در مسیرهای بسیار کوتاه تا ۱۵ حرکت بروی تخته‌سنگ‌های کوتاه بدون حمایت طناب و استفاده از تشک‌های مخصوص بولدرینگ پد» و «داخل سالن با مسیرهای کوتاه روی دیواره»</p> <p>د) سنگ‌نوردی سالنی: دیواره‌های سنگ‌نوردی سالنی از جنس فایبرگلاس یا چوب هستند که با گیره‌های مصنوعی به وسیله پیچ و مهره روی این دیواره‌ها نصب می‌شوند. سرطناب یا «سختی مسیر» عمده‌ترین رشته سنگ‌نوردی سالنی است. در رشته سرعت، فرد، مسیر سرعت استاندارد را روی دیواره ۱۵ متری با حمایت از بالا به سرعت بالا می‌رود.</p>	
<p>فرد با استفاده از طناب و ابزار فنی ویژه به «بالاوپائین رفتن» یا حرکت افقی بر روی صخره‌های طبیعی یا دیواره‌های سالنی می‌پردازد. حد مجاز ارتفاع صعود بولدرینگ سالن معمولاً در حدی است که پائین‌ترین بخش بدن نباید بیشتر از چهار متر از زمین فاصله بگیرد. حمایت با طناب انجام نمی‌شود و صعودکننده روی تشک می‌افتد. در رقابت‌های بولدرینگ، برخلاف سرطناب، فرد می‌تواند بیشتر از یک تلاش روی مسیر داشته باشد. امتیاز فرد با شمار مسیرهای کامل شده و شمار تلاش‌های لازم مشخص می‌شود. در رشته سنگ‌نوردی سالنی فرد مسیری روی دیواره بلند را بالا می‌رود و در هنگام صعود، طناب متصل به «هارنس یا صندلی صعود» را یک‌به‌یک در «حمایت‌های میانی یا اسلینگ» می‌اندازد. امتیاز فرد با شمار گیره‌های گرفته‌شده مشخص می‌شود.</p>	<p>۴ مقررات کلی</p>

شکل ۱۵-۵۷ تصاویری از رشته ورزشی صخره‌نوردی را نشان می‌دهد.



شکل ۱۵-۵۷. تصاویری از رشته ورزشی صخره‌نوردی

#### ۱۵-۴۷. فوتبال

ورزشی با مشخصاتی به شرح جدول ۱۵-۵۱ است.

جدول ۱۵-۵۱. مشخصات عمومی رشته ورزشی فوتبال

توضیح	محورها	ردیف
Football در اروپا و در آمریکا با عنوان Soccer	سایر اسامی	۱
فدراسیون بین‌المللی فوتبال یا FIFA در سال ۱۹۰۴ تأسیس و عضو ASOIF شد.	تاریخچه جهانی	۲
فدراسیون ملی ایران در سال ۱۳۲۵ تأسیس و از در ادامه سال ۱۹۴۸ عضو فیفا و از سال ۱۹۵۸ عضو کنفدراسیون فوتبال آسیا شد. لیگ برتر فوتبال کشور از سال ۱۳۸۰ به لیگ حرفه‌ای تبدیل شد.	تاریخچه در ایران	۳
	«فوتبال، فوتسال و فوتبال ساحلی»	۴

<p>جام جهانی فوتبال از بزرگ‌ترین رویدادهای ورزشی جهان است که هر چهار سال یک‌بار در یکی از کشورهای جهان برگزار می‌شود. علاوه بر این، مسابقات بین‌المللی دیگری مانند بازی‌های المپیک تابستانی، جام کنفدراسیون‌ها، جام باشگاه‌های جهان، جام ملت‌های اروپا و لیگ قهرمانان اروپا نیز رایج است. لیگ‌های متعددی از جمله «لالیگا و لیگ برتر انگلستان» در کشورهای مختلف به‌وجود آمده‌اند که نوعی مسابقات داخلی محسوب می‌شوند. فوتبال بانوان نیز از اواخر سده نوزدهم میلادی به راه افتاد.</p>		
<p>«طول زمین چمن فوتبال ۹۰ تا ۱۲۰ متر و عرض آن ۴۵ تا ۹۰ متر» و «توپ مخصوص فوتبال»</p>	وسایل و امکانات	۵
<p>با عبور توپ از دروازه‌ها امتیاز گل ایجاد می‌شود و هر تیم با تعداد گل بیشتر برنده است. در بازی‌هایی که باید برنده داشته باشد، در صورت نتیجه مساوی، کار به وقت اضافه و ضربات پنالتی خواهد کشید. وقت معمولی بازی دونیمه ۴۵ دقیقه‌ای با ۱۵ دقیقه استراحت بین آن است. هر تیم ۱۱ بازیکن در زمین دارد. یازده بازیکن هر تیم شامل چند «مهاجم، هافبک، مدافع و یک دروازه‌بان» هستند که توسط سرمربی در زمین چیده می‌شوند و مانند یک سیستم عمل می‌کنند که سیستم فوتبال نامیده می‌شود.</p>	مقررات کلی	۶

بالاترین گردش مالی ورزش در ایران مربوط به این رشته است. این رشته در «آموزش و پرورش» و «آموزش عالی» نیز فعال است و سهم رسانه‌های آن به دلیل قابلیت‌های متعدد، بسیار بیشتر از سایر رشته ورزشی است. حتی در شرایط تفریحی هم به نظر می‌رسد که در بخش آقایان گرایش زیادی به استفاده از رشته ورزشی فوتبال برای تفریح و رقابت‌های تفریحی وجود دارد. این رشته دارای اولویت‌های ملی است، تا جائیکه اغلب مسئولین درباره آن اظهارنظر می‌کنند. شکل ۱۵-۵۸ تصاویری از رشته ورزشی فوتبال را نشان می‌دهد.



شکل ۱۵-۵۸. تصاویری از رشته ورزشی فوتبال

۱۵-۴۷-۱. فوتسال: ورزشی با مشخصاتی به شرح جدول ۱۵-۵۲ است.

جدول ۱۵-۵۲. مشخصات عمومی رشته ورزشی فوتسال

توضیح	محورها	ردیف
Futsal فوتبال درون سالن	سایر اسامی	۱
این رشته در اروگوئه شکل گرفت.	تاریخچه جهانی	۲
این رشته در ایران با عنوان کمیته فوتسال در فدراسیون فوتبال فعالیت می‌کند.	تاریخچه در ایران	۳
«زمین با ابعاد طول حداقل ۲۵ و حداکثر ۴۲ متر و عرض حداقل ۱۵ و حداکثر ۲۵ متر» و «توپ نمره ۴ با وزن ۳۹۰ الی ۴۳۰ گرم»	وسایل و امکانات	۵

مدت بازی دو وقت ۲۰ دقیقه‌ای با زمان استراحت ۱۵ دقیقه بین دونیمه و هر تیم می‌تواند در هر نیمه یک تایم‌اوت درخواست کند. در بازی‌های حذفی در وقت اضافی تایم‌اوت وجود ندارد. زنده تعداد گل‌های بیشتر برنده بازی است.	مقررات کلی	۶
--	------------	---

شکل ۱۵-۵۹ تصویری از رشته ورزشی فوتسال را نشان می‌دهد.



شکل ۱۵-۵۹. تصویری از رشته ورزشی فوتسال

۱۵-۴۷-۲. فوتبال ساحلی: ورزشی با مشخصاتی به شرح جدول ۱۵-۵۳ است.

جدول ۱۵-۵۳. مشخصات عمومی رشته ورزشی فوتبال ساحلی

توضیح	محورها	ردیف
Beach soccer	سایر اسامی	۱
این رشته در ایران در قالب کمیته فوتبال ساحلی در فدراسیون فوتبال فعالیت می‌کند.	تاریخچه در ایران	۲
«پوشش کف زمین منحصراً از ماسه کنار ساحل و البته خالی از ریگ، صدف و هر نخاله دیگر»، «زمین مستطیل شکل به طول بین ۳۵ تا ۳۷ و عرض ۲۶ تا ۲۸ متر که خط محوطه جریمه نیز به فاصله ۹ متر از دروازه قرار دارد.»	وسایل و امکانات	۳
مسابقات فوتبال ساحلی با ۵ بازیکن و توپ فوتبال در ۳ وقت ۱۲ دقیقه‌ای برگزار می‌شود. تعداد تعویض‌ها نامحدود است و مساوی وجود ندارد. به این ترتیب در صورت مساوی در پایان مسابقه، ۱ وقت اضافه ۳ دقیقه‌ای برگزار می‌شود و پس از آن ضربات پنالتی تکلیف برنده را مشخص خواهد کرد. در صورتی که یکی از تیم‌ها در وقت معمول بازی برنده شود، ۳ امتیاز، اگر در وقت اضافه برنده شود تنها ۲ امتیاز و اگر در پنالتی برنده شود ۱ امتیاز می‌گیرد. برخلاف فوتبال که برنده در پایان ۵ پنالتی مشخص می‌شود، در فوتبال ساحلی هر تیمی که در پایان یک ضربه از حریف جلو بیفتد برنده است.	مقررات کلی	۴

شکل ۱۵-۶۰ تصویری از رشته ورزشی فوتبال ساحلی را نشان می‌دهد.



شکل ۱۵-۶۰. تصویری از رشته ورزشی فوتبال ساحلی



## ۱۵-۴۸. قایقرانی

ورزش قایقرانی دارای انواع متنوعی است که هر یک از موارد آن دارای فدراسیون‌های جهانی مستقلی هستند. به همین دلیل در ادامه به معرفی جداگانه هر یک از این موارد پرداخته خواهد شد.

## ۱۵-۴۸-۱. قایقرانی روئینگ

ورزشی با مشخصاتی به شرح جدول ۱۵-۵۴ است.

جدول ۱۵-۵۴. مشخصات عمومی رشته ورزشی روئینگ

ردیف	محورها	توضیح
۱	سایر اسامی	Rowing
۲	تاریخچه جهانی	یکی از اولین رشته‌های المپیک مدرن است که از المپیک ۱۹۰۰ پاریس هر دوره برگزار شده است. این رشته در اولین دوره المپیک در ۱۸۹۶ هم در برنامه مسابقات قرار داشت ولی به دلیل شرایط بد آب‌وهوایی برگزار نشد. فدراسیون بین‌المللی قایقرانی روئینگ یا FISA در سال ۱۸۹۲ تأسیس شد و در ادامه به عضویت ASOIF در آمد.
۳	انواع رویدادها	دو بخش مردان و زنان که هر یک به دو قسمت سبک‌وزن و سنگین‌وزن تقسیم می‌شوند. ماده‌های مختلف آن «تک‌نفره، ۲نفره، ۳نفره و ۸ نفره و به دو شیوه با سکان‌دار و بدون سکان‌دار» است.
۴	وسایل و امکانات	قایق‌های روئینگ دراز و باریک و دو سوی آن‌ها نیمه‌مدور است. تمام مسابقات قهرمانی جهان، المپیک و بیشتر مسابقات مهم دیگر در مسافت ثابت ۲۰۰۰ متر برگزار می‌شود.
۵	مقررات کلی	در این رشته قایقرانان رو به عقب در قایق نشسته و با استفاده از دو پارو که با گیره به قایق چسبیده است، قایق خود را به سمت جلو هدایت می‌کنند. هدف مسابقات پایان مسابقه با سریع‌ترین زمان و تعداد خطوط از سه خط تا هشت خط است.

شکل ۱۵-۶۱. تصاویری از رشته ورزشی روئینگ را نشان می‌دهد.



شکل ۱۵-۶۱. تصاویری از رشته ورزشی روئینگ

۱۵-۴۸-۲. سیلینگ یا قایقرانی بادبانی: ورزشی قایقی با مشخصاتی به شرح جدول ۱۵-۵۵ است.

جدول ۱۵-۵۵. مشخصات عمومی رشته ورزشی سیلینگ یا قایقرانی بادبانی

ردیف	محورها	توضیح
۱	سایر اسامی	Sailing
۲	تاریخچه جهانی	فدراسیون بین‌المللی سیلینگ یا ISAF سال ۱۹۰۷ تأسیس و از ۱۹۰۰ وارد المپیک و عضو ASOIF شد.

۳	تاریخچه در ایران	این رشته در ایران زیر نظر فدراسیون قایقرانی اداره می‌شود.
۴	انواع رویدادها	الف) مسابقه انفرادی: مسابقه انفرادی با قایق‌های یکسان و بر اساس سرعت رسیدن به خط پایان ب) مسابقه تیمی: مسابقه تیمی با قایق‌های یکسان و بر اساس سرعت رسیدن به خط پایان ج) مسابقه ناوگانی: مسابقه با قایق‌های متفاوت و بر اساس سرعت رسیدن به خط پایان
۵	مقررات کلی	بر اساس هدایت قایق بر مبنای کنترل باد توسط بادبان و زودتر رسیدن به خط پایان

شکل ۱۵-۶۲ تصاویری از رشته ورزشی سیلینگ یا قایقرانی بادبانی را نشان می‌دهد.



شکل ۱۵-۶۲. تصاویری از رشته ورزشی سیلینگ یا قایقرانی بادبانی

۱۵-۴۸-۳. کانوئینگ: ورزشی قایقی در آب با مشخصاتی به شرح جدول ۱۵-۵۶ است.

جدول ۱۵-۵۶. مشخصات عمومی رشته ورزشی کانوئینگ

ردیف	محورها	توضیح
۱	سایر اسامی	Canoeing
۲	تاریخچه جهانی	فدراسیون بین‌المللی قایقرانی کانوئینگ یا ICF سال ۱۹۴۶ تأسیس و سال ۱۹۳۶ وارد المپیک و عضو ASOIF شد.
۳	انواع رویدادها	الف) اسپرینت شامل «کایاک یک، دو و چهارنفره» و «کانو یک، دو و چهارنفره» در مسافت‌های «۱۰۰، ۲۰۰ و ۵۰۰ متر، و مسابقات راه دور مانند ۲ و ۶ کیلومتر» ب) اسلalom شامل «کایاک یک‌نفره» و «کانو یک و دونفره» ج) کانوپولو
۴	مقررات کلی	توسط قایق‌های کانو و کایاک انجام می‌شود.

شکل ۱۵-۶۳ تصاویری از تفاوت بین دو نوع قایق «کانو» و «کایاک» را نشان می‌دهد.



شکل ۱۵-۶۳. تصاویری از تفاوت قایق «کانو» و «کایاک» و پاروهای آنها

شکل ۱۵-۶۴ تصاویری از رشته ورزشی کانوئینگ را نشان می‌دهد.



شکل ۱۵-۶۴. تصاویری از اسلالم، کانو یک و کایاک چهارنفر

«کانوپولو یا canoe polo» یا در برخی کشورها «کایاک‌پولو یا kayak-polo» ورزش تیمی با توپ است که بر روی آب و توسط دو تیم با پنج بازیکن (هریک بر روی یک قایق کانو) انجام می‌شود. هر تیم تلاش می‌کند تا توپ را وارد دروازه حریف کند. در پایان، تیم با تعداد گل بیشتر برنده خواهد بود. کانوپولو یکی از انواع ورزش قایقرانی «کانو و کایاک» است. این رشته دارای بازی‌های جهانی و البته غیرالمپیکی است. کانوپولو ترکیبی از «واترپلو و قایقرانی» و از نظر فنی شبیه «بسکتبال و واترپولو» است. ورزشکاران این رشته باید مهارت زیادی در قایقرانی و کنترل قایق داشته و از سرعت عمل و قدرت بدنی بالایی به‌ویژه در دست‌ها برخوردار باشند. از توپ واترپولو برای مسابقه استفاده می‌شود و هر بازیکنی تنها تا ۵ ثانیه پس از تصاحب توپ حق مالکیت آن را دارد. درپیل‌زدن با انداختن توپ به سمتی دیگر و پشت‌سرگذاشتن بازیکن مدافع انجام می‌شود. تکل بازیکن صاحب توپ با تنه زدن به شانه‌ها و پشت او انجام می‌شود. داور برای جریمه شخصی بازیکنان خطاکار از سه کارت «سبز، زرد و سرخ» استفاده می‌کند. تعداد تعویض‌ها محدودیتی ندارد و اطلاع داور نیز لازم نیست، اما باید ابتدا بازیکن تعویض شده از محوطه خارج شود، سپس یار جایگزین وارد بازی شود. محوطه بازی «۳۵ در ۲۳ متر» مساحت دارد و محدوده آن با طناب‌های معلق مشخص می‌شود. هر مسابقه دو داور دارد که هر کدام یک نیمه را کنترل می‌کنند و دو خط‌نگهدار هم دروازه را زیر نظر دارند. دروازه یک متر عرض و یک و نیم متر طول دارد و در ارتفاع دومتري معلق است. دروازه‌بان با نگاه‌داشتن پاروی خود به شکل عمودی از دروازه دفاع می‌کند. زمان بازی دونیمه ۱۰ دقیقه‌ای است و هر نیمه، همانند واترپلو، با قرار گرفتن همه بازیکنان روبه‌روی دروازه خودی و انداختن توپ به مرکز زمین توسط داور آغاز می‌شود. شکل ۱۵-۶۵ تصاویری از بازی کانوپولو است.



شکل ۱۵-۶۵. تصاویری از بازی کانوپولو



۱۵-۴۸-۴. دراگون‌بوت: ورزشی قایقی در آب با مشخصاتی به شرح جدول ۱۵-۵۷ است.

جدول ۱۵-۵۷. مشخصات عمومی رشته ورزشی دراگون‌بوت

ردیف	محورها	توضیح
۱	سایر اسامی	یا اژدهاقایق معادل انگلیسی Dragon boat
۲	تاریخچه جهانی	فدراسیون بین‌المللی دراگون‌بوت یا IDBF در سال ۱۹۹۱ تأسیس و در ادامه عضو AIMS شد.
۳	مقررات کلی	گونه‌ای قایق «پارویی درازپیکر، باریک و چینی» با حضور ۲۲ نفر شامل «۲۰ پاروزن»، «۱ سکان‌دار» و «۱ طبل‌زن» است. در قایق‌های کوچک یا ۱۲ نفره آن از «۱۰ پاروزن، یک طبال و یک سکان‌دار» استفاده می‌شود. جنسیت ورزشکاران یا خدمه تیم می‌تواند «زنانه، مردانه یا مختلط» باشد. در ترکیب مختلط برای قایق‌های ۲۲ نفره حداقل باید ۸ ورزشکار زن و برای ترکیب قایق‌های ۱۲ نفره باید حداقل ۴ ورزشکار زن باشند. این بازی در رده‌های سنی مختلف برگزار می‌شود.

شکل ۱۵-۶۶. تصویری از رشته ورزشی دراگون‌بوت را نشان می‌دهد.



شکل ۱۵-۶۶. تصویری از رشته ورزشی دراگون‌بوت

۱۵-۴۸-۵. یاچینگ: نوعی قایق‌ها و کشتی‌های تفریحی بادبانی یا موتوری برای اهداف ورزشی و تفریحی است.

شکل ۱۵-۶۷ انواع قایق‌های تفریحی «یاچینگ یا Yatching» را نشان می‌دهد.



شکل ۱۵-۶۷. تصاویری از قایق‌های تفریحی - ورزشی یاچینگ

۱۵-۴۸-۶. قایق‌موتوری: قایق‌های موتوری رویدادهای ورزشی متنوعی زیر نظر فدراسیون بین‌المللی قایق‌های موتوری یا UIM دارند. این فدراسیون بین‌المللی در سال ۱۹۲۷ تأسیس و عضو ARISF شد. از جمله مسابقات و رویدادهای این فدراسیون می‌توان به «انواع رقابت‌های قایق‌های موتوری و جت‌اسکی‌های یک‌نفره و قایق‌های کنترلی» اشاره کرد. شکل ۱۵-۶۸ انواع تصاویر مربوط به رویدادهای «قایق‌موتوری» را نشان می‌دهد.



شکل ۱۵-۶۸. تصاویری از انواع رقابت‌های «قایق موتوری»

## ۱۵-۴۹. کاراته

ورزشی با مشخصاتی به شرح جدول ۱۵-۵۸ است.

## جدول ۱۵-۵۸. مشخصات عمومی رشته ورزشی کاراته

ردیف	محورها	توضیح
۱	سایر اسامی	Karate نوعی ورزش سنتی ژاپنی
۲	تاریخچه جهانی	فدراسیون جهانی کاراته یا WKF در سال ۱۹۷۰ تأسیس و عضو ARISF شد.
۳	تاریخچه در ایران	در سال ۱۳۴۲ وارد ایران شد.
۴	انواع رویدادها	الف) کمیته یا مبارزه: سبک‌های کاراته به دو دسته «مادر یا کنترل» و «آزاد یا غیرکنترلی» تقسیم می‌شوند. سبک‌های کنترلی شامل «شوتوکان، شیتوریو، گوجوریو، وادوریو و کانذوریو» و سبک‌های غیرکنترلی یا آزاد شامل «کیوکوشین، گوجوریو و دای دو جوکو» هستند. از سبک‌های مهم کاراته چهار سبک اصلی و مادر یعنی «شوتوکان، شیتوریو، وادوریو و گوجوریو» هستند. گوجوریو هم کنترلی و هم غیرکنترلی است. ب) کاتا یا فرم یا نمایش: دنباله‌ای مشخص از حرکات به همراه چرخش‌ها بر اساس اصولی مشخص است. کاتارو باید حرکات دشمن را پیش خود تجسم و با حرکات خود در کاتا به آن‌ها پاسخ دهد. بیش از صد کاتا در فرم‌ها و سبک‌های مختلف کاراته وجود دارند.
۵	وسایل و امکانات	محل مسابقه کمیته روی مربعی با ابعاد ۸ متر است. محوطه مسابقه احتمال دارد تا یک متر از سطح زمین ارتفاع بگیرد. اگر محوطه از زمین ارتفاع بگیرد، باید از هر طرف ۱۲ متر با ۲ متر فضای بیرونی برای «محوطه ایمن» در نظر گرفته شود. دو خط موازی به طول ۱ متر و به فاصله ۱/۵ متر از مرکز زمین مسابقه رسم می‌شود. مبارزین بر روی این خطوط استقرار می‌یابند. یک خط به طول ۰/۵ متر، عمود بر خطوط مبارزین و ۲ متر از مرکز زمین رسم می‌شود. این خط مربوط به داور است. یک خط خطر (هشدار) در درون لبه‌ها در چهارگوشه زمین به طول یک متر کشیده می‌شود.
۶	مقررات کلی	در مسابقات کمیته، هدف کسب امتیاز ایپون (۱ امتیاز)، نیهون (۲ امتیاز) یا سانبون (۳ امتیاز) به وسیله اجراکننده فنون براساس شرایط ویژه است. مبارز دارای امتیاز بیشتر پیروز است. در مسابقات «کاتا» و «کاتا با اسلحه» هدف کسب بالاترین امتیاز از داوران است. در کمیته، اولین کسب کسب‌کننده ۸ امتیاز بیشتر از حریف، برنده است. در «کاتا» و «کاتا با اسلحه»، امتیازات براساس عملکرد و میزان مهارت رقبا در اجرای فنون است. این ورزش شامل مسابقات «کمیته یا مبارزه آزاد»، «کاتا یا فرم» و «کاتا با اسلحه یا فرم با اسلحه» خواهد بود. هر دو تیم یا دو فرد با هم مسابقه می‌دهند. یک تورنمنت یا

<p>مسابقه می تواند شامل «کاتا، کومیته یا کاتا با اسلحه» یا هر سه آن ها باشد. مسابقات انفرادی براساس «وزن» به طبقات مختلف تقسیم می شود. در مسابقات «کومیته تیمی»، تعداد افراد تیم باید «فرد» باشد. مربی درباره ترتیب مبارزه تیم و قبل از شروع مسابقه تصمیم می گیرد. تیم کاتا از سه نفر تشکیل می - شود که همزمان فرم را اجرا می کنند.</p>		
---	--	--

شکل ۱۵-۶۹ تصاویری از رشته ورزشی کاراته را نشان می دهد.



شکل ۱۵-۶۹. تصاویری از «نحوه امتیازگیری در کومیته کاراته» و رقابت های «کاتا یا نمایشی» و «کومیته»

### ۱۵-۵۰. کبدی

ورزشی با مشخصاتی به شرح جدول ۱۵-۵۹ است.

جدول ۱۵-۵۹. مشخصات عمومی رشته ورزشی کبدی

ردیف	محورها	توضیح
۱	سایر اسامی	کبدی یا زو معادل Kabaddi با ریشه کلمه کبدی از واژه «کائون بادا» به معنی «مبارزه با حریف» است.
۲	تاریخچه جهانی	دارای تاریخی ۴۰۰۰ ساله و ورزشی محبوب در آسیای جنوبی است. فدراسیون آماتور کبدی آسیا در سال ۱۹۷۸ تشکیل و کبدی اولین بار به عنوان رشته نمایشی بازی های آسیایی سال ۱۹۸۲ و رسماً از ۱۹۹۰ وارد بازی های آسیایی شد. اولین مسابقات رسمی جهانی آن در سال ۲۰۰۴ و در با حضور کشورهای از آسیا، اروپا و آمریکا برگزار و فدراسیون بین المللی کبدی یا IKF در سال ۲۰۰۴ تأسیس شد.
۳	تاریخچه در ایران	تشکیلات این رشته ورزشی از سال ۱۳۷۵ با عنوان انجمن کبدی در فدراسیون ورزش های همگانی شروع به فعالیت کرد و با نتایج خوب تیم ملی کبدی در آسیا و جهان از سال ۱۳۸۴ تبدیل به فدراسیون ملی شد.
۴	مقررات کلی	ورزشی که بین دو تیم ۱۲ نفره شامل ۷ نفر در زمین و ۵ نفر ذخیره انجام می شود. بازی «آقایان بزرگسال و جوانان در دو نیمه ۲۰ دقیقه» و «بانوان در دو نیمه ۱۵ دقیقه» انجام می شود. مهاجمان دو تیم درحالی که مرتب کلمه «کبدی کبدی» را تکرار می کنند با انجام حرکات «حمله و دفاع و جابه جایی» سعی دارند با لمس یا گرفتن یار تیم مقابل به بالاترین امتیاز دست یابند.

شکل ۱۵-۷۰ تصاویری از رشته ورزشی کبدی را نشان می دهد.



شکل ۱۵-۷۰. تصاویری از رشته ورزشی کبدی

## ۱۵-۵۱. کرلینگ

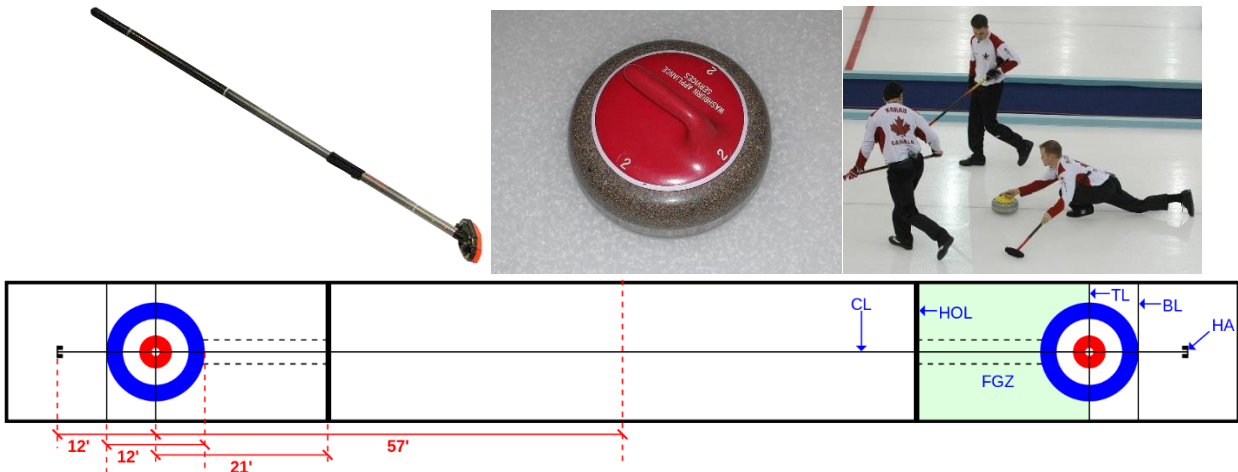
ورزشی زمستانی با مشخصاتی به شرح جدول ۱۵-۶۰ است.

جدول ۱۵-۶۰. مشخصات عمومی رشته ورزشی کرلینگ

ردیف	محورها	توضیح
۱	سایر اسامی	Curling شطرنج بر روی یخ، بازی غریدن
۲	تاریخچه جهانی	فدراسیون جهانی کرلینگ یا WCF در سال ۱۹۶۶ تأسیس از سال ۱۹۸۸ وارد المپیک زمستانی و عضو AIOWF شد. مسابقات آن در دو دسته شامل تیم‌های مردان و زنان برگزار می‌شود.
۳	وسایل و امکانات	الف) صفحه: شامل هدف یا «خانه» در انتهای دو صفحه با سه حلقه متداخل که بر سطح زمین رنگ آمیزی شده است. این حلقه‌ها بر اساس قطرشان به داور کمک می‌کنند تا سنگ‌های نزدیک‌تر به مرکز را بهتر تشخیص دهند. ب) سنگ کرلینگ: از گرانیت با وزن ۱۷ و ۲۰ کیلوگرم و سطح محیطی حدود ۹ سانتی‌متر ج) جاروی کرلینگ: ابزاری برای پاک کردن مسیر سنگ و ایجاد تعادل
۴	مقررات کلی	با هل دادن سنگ‌ها روی صفحات یخی انجام می‌شود. این سنگ‌ها به سمت هدفی متشکل از سه دایره متداخل لغزنده می‌شوند. در این بازی «سنگ مخصوص» را به سوی «نقطه هدف یا خانه» رها می‌کنند. برای اثرگذاری در مسیر سنگ، دو تن از بازیکنان جلو و اطراف «سنگ در حال حرکت» را جارو می‌زنند. هر بازی ده دور انجام می‌شود. هر تیم چهار بازیکن دارد و می‌تواند هشت سنگ رها کند. گروه با بیشترین امتیاز برنده بازی است. امتیاز بر اساس نزدیکی سنگ‌ها به «نقطه هدف» تعیین می‌شود.

شکل ۱۵-۷۱ تصاویری از رشته ورزشی کرلینگ را نشان می‌دهد.





شکل ۱۵-۷۱. تصاویری از رشته ورزشی کرلینگ

ورزش «آیس استک یا Ice stock» نیز مشابه کرلینگ است با این تفاوت که علاوه بر سطح یخی، ممکن است روی دیگر سطوح نیز برگزار شود. تصویر ۱۵-۷۲ تصاویری از بازی «آیس استک» روی سطوح مختلف را نشان می‌دهد.



شکل ۱۵-۷۲. تصاویری از بازی آیس استک روی سطوح مختلف

## ۱۵-۵۲. کریکت

ورزشی با مشخصاتی به شرح جدول ۱۵-۶۱ است.

جدول ۱۵-۶۱. مشخصات عمومی رشته ورزشی کریکت

ردیف	محورها	توضیح
۱	سایر اسامی	Cricket
۲	تاریخچه جهانی	شورای بین‌المللی کریکت یا ICC در سال ۱۹۰۹ تأسیس و عضو ARISF شد.
۳	تاریخچه در ایران	این رشته در ایران توسط انجمن کریکت ایران در فدراسیون انجمن‌های ورزشی اداره می‌شود.
۴	وسایل و امکانات	زمین چمن دایره‌ای یا بیضی شکل با شعاع میانگین ۷۵ متر که در وسط آن یک محوطه خاکی متراکم شده به طول حدود ۲۰ متر بنام «پیچ Pitch» وجود دارد. در طرفین پیچ سه عدد چوب بنام استامپ است و تمام این مجموعه با هم «ویکت» نامیده می‌شود. توپ کریکت برای آقایان دارای محیطی بین ۴/۲۲ تا ۹/۲۲ سانتیمتر و ۱۶۶ تا ۱۶۳ گرم وزن است. سطح آن از چرم و مرکز آن از چوب پنبه پیچیده با نخ پر شده است. چوب برای ضربه زدن به توپ «بت یا Bat» نام دارد. بیشترین طول آن حدود یک متر و عرض آن در پهن‌ترین بخش حدود ۱۱ سانتیمتر و وزن آن بین ۱ تا ۱/۵ کیلوگرم است.

<p>هدف گرفتن امتیاز با ضربات بیشتر است. تیم مهاجم برای زدن توپ ۲ نفر از بازیکنان خود را داخل زمین می‌فرستد که آن‌ها باید توپ را زده و طول مستطیل خاکی را طی کنند و یا با زدن توپ به خارج از محدوده زمین امتیاز به دست آورند. پس از اوت شدن ۱۰ نفر از «مهاجمین» تیم‌ها جابه‌جا می‌شوند. «اوت شدن» در این موارد است: «بولر یا پرتاب‌کننده موفق به شکستن ویکت با توپ شود»، «اگر بتسمن با بدن خود تصادفاً باعث شکستن ویکت شود»، «اگر بتسمن با بدن خود مانع از برخورد توپ به ویکت شود»، «اگر بتسمن دوبار به توپ ضربه بزند»، «اگر بازیکن تیم بولر قبل از اینکه بتسمن به توپ ضربه بزند، توپ را بگیرد»، «اگر بتسمن غیرمهاجم از منطقه کریز پایینگ خارج شود»، «اگر بتسمن خود از منطقه کریز پایینگ بیرون باشد».</p> <p>هر تیم یک یا دو «اینینگ یا Inning» در هر بازی انجام می‌دهد. هر اینینگ از تعداد معینی «آور یا Over» تشکیل شده است که این آورها از تعداد «۶ بول یا پرتاب» تشکیل می‌شوند. هر بار که «بولر توپی» را به سمت بتسمن پرتاب می‌کند یک بول شکل می‌گیرد. هر اینینگ زمانی به پایان می‌رسد که تیم بولر بتواند ۱۰ اوت را انجام دهد. هرگاه بتسمن اوت شود باید به خارج از زمین برود.</p>	<p>مقررات کلی</p> <p>۵</p>
--	----------------------------

شکل ۱۵-۷۳ تصاویری از رشته ورزشی کریکت را نشان می‌دهد.



شکل ۱۵-۷۳. تصویری از رشته ورزشی کریکت

### ۱۵-۵۳. کشتی

ورزشی با مشخصاتی به شرح جدول ۱۵-۶۲ است.

جدول ۱۵-۶۲. مشخصات عمومی رشته ورزشی کشتی

توضیح	محوورها	ردیف
Wrestling	سایر اسامی	۱
در المپیک باستان قهرمان کشتی پس از قهرمان پرتاب‌دیسک مهم‌ترین پهلوان یونان شمرده می‌شد. اتحادیه جهانی کشتی یا UWW در سال ۱۹۱۲ تأسیس و عضو ASOIF شد.	تاریخچه جهانی	۲
کشتی و ورزش باستانی در دوران صفویه و زندیه رونق زیادی یافت و در هر شهر صدها پهلوان بنام وجود داشت. در دوران قاجاریه و ناصرالدین‌شاه شخصی مأمور توسعه کشتی شد و در روزهای تعطیل پهلوانان در میداین شهر کشتی می‌گرفتند. مسابقات کشتی پهلوانی برای انتخاب پهلوان پایتخت از همین ایام آغاز شد و بعدها به صورت یک سنت جاری همه‌ساله درآمد. نخستین حضور بین‌المللی کشتی ایران در المپیک ۱۹۴۸ لندن بود. فدراسیون ملی کشتی در سال ۱۳۲۴ تأسیس شد.	تاریخچه در ایران	۳
کشتی آزاد و فرنگی در انواع وزن‌ها و در بخش آقایان و بانوان	انواع رویدادها	۴

۵	وسایل و امکانات	«تشک کشتی با حداقل ۱۰ متر قطر طولی»، «کفش کشتی» و «دوبنده مخصوص کشتی»
۶	مقررات کلی	هدف برنده شدن از طریق گرفتن شانه‌های حریف در تشک (یک افتادن) یا برنده شدن از طریق کسب امتیاز بیشتر است. در کشتی آزاد زیرگیری یا گرفتن پاها آزاد و در کشتی فرنگی ممنوع است.

شکل ۱۵-۷۴ تصویری از رشته ورزشی کشتی را نشان می‌دهد.



شکل ۱۵-۷۴. تصویری از رشته ورزشی کشتی

### ۱۵-۵۴. کندو

ورزشی رزمی با مشخصاتی به شرح جدول ۱۵-۶۳ است.

جدول ۱۵-۶۳. مشخصات عمومی رشته ورزشی کندو

ردیف	محورها	توضیح
۱	سایر اسامی	کندو یا Kendo ورزش رزمی ژاپنی و به معنای «راه شمشیر» و برگرفته از «هنر شمشیرزنی سنتی سامورایی» است. به هنرجویان کندو «کندوکا» و به ندرت «کندوئیست» به معنای شمشیرزن گفته می‌شود.
۲	تاریخچه جهانی	فدراسیون بین‌المللی کندو یا FIK در سال ۱۹۷۰ تأسیس و عضو AIMS شد.
۳	وسایل و امکانات	شمشیر مورد استفاده در کندو از «چوب خیزران» ساخته می‌شود و کندوکازان گونه‌ای زره به نام «بوگو» می‌پوشند.
۴	مقررات کلی	فنون کندو شامل «ضربه با لبه تیز شمشیر» و «فروکردن نوک شمشیر روی اهداف مشخص در بدن حریف» است. همه این اهداف شامل «فرق سر، سمت چپ و راست بالای سر، ساعد راست و چپ، سمت راست و چپ تنه» با «زره بوگو» محافظت می‌شوند. ضربه روی گلوگاه فقط برای کندوکاهای حرفه‌ای مجاز است.

شکل ۱۵-۷۵ تصویری از رشته ورزشی کندو را نشان می‌دهد.



شکل ۱۵-۷۵. تصویری از رشته ورزشی کندو

## ۱۵-۵۵. کوراش

ورزشی با مشخصاتی به شرح جدول ۱۵-۶۴ است.

جدول ۱۵-۶۴. مشخصات عمومی رشته ورزشی کوراش

ردیف	محورها	توضیح
۱	سایر اسامی	Kurash از اصطلاحات زبان‌های ترکی تبار برای نوعی از رشته کشتی
۲	تاریخچه جهانی	انجمن بین‌المللی کوراش یا IKA در ۱۹۹۸ تأسیس و مسابقات قهرمانی جهان آن از ۱۹۹۹ شروع شد.
۳	تاریخچه در ایران	این رشته از سال ۱۳۹۶ در قالب یک انجمن در فدراسیون جودو فعالیت می‌کند.
۴	مقررات کلی	در این ورزش هدف اصلی گرفتن کمر حریف و انداختن وی با پشت به زمین و گرفتن امتیاز با سه روش است: الف) «هلال یا Halal و انداختن سریع حریف با پشت به زمین و نگهداشتن در آن وضعیت»، ب) «یامبوش یا Yambosh و انداختن حریف شبیه هلال اما به شکل ناقص با نصف امتیاز هلال»، ج) «چالا یا Chala و مشابه یامبوش و انداختن حریف بدون معیار مشخص و گرفتن امتیاز خطا» بازیکنی با یک هلال یا دو یامبوش یا امتیاز بیشتر برنده است.

شکل ۱۵-۷۶ تصویری از رشته ورزشی کوراش را نشان می‌دهد.



شکل ۱۵-۷۶. تصویری از رشته ورزشی کوراش

## ۱۵-۵۶. کیک‌بوکسینگ

ورزشی با مشخصاتی به شرح جدول ۱۵-۶۵ است.

جدول ۱۵-۶۵. مشخصات عمومی رشته ورزشی کیک‌بوکسینگ

ردیف	محورها	توضیح
۱	سایر اسامی	Kickboxing به افراد شرکت‌کننده در مبارزات کیک‌بوکسینگ «فایتر» می‌گویند.
۲	تاریخچه جهانی	ترکیبی از رشته‌های «کاراته، موی‌تای و بوکس» است. انجمن جهانی سازمان‌های کیک‌بوکسینگ یا WAKO در سال ۱۹۷۶ تأسیس شد و به عضویت ARISF در آمد.
۳	تاریخچه در ایران	این رشته در قالب یک کمیته در فدراسیون ورزش‌های رزمی و در قالب انجمن از سبک خاص آن در فدراسیون انجمن‌های ورزشی فعالیت می‌کند.
۴	وسایل و امکانات	این ورزش داخل رینگ یا تاتامی برگزار می‌شود.
۵	مقررات کلی	کمربندهای کیک‌بوکسینگ به صورت فدراسیونی به ترتیب شامل «سفید، زرد، نارنجی، سبز، آبی، قهوه-ای، مشکی» و در ادامه «دان ۱ الی ۹ و سپس کمر بند فایتری» است. زمان مسابقه اغلب سه راند سه دقیقه‌ای است که ورزشکاران بین هر راند یک دقیقه استراحت دارند. هر مسابقه توسط «یک داور»



و «یک پزشک» کنترل می‌شود و در هر راند «سه قاضی» به مبارزان امتیاز می‌دهند. گرفتن حریف یک «خطا» و فرد با بیش از «سه خطا» بازنده می‌شود. «ضربات مشت به سر حریف دارای ۱ امتیاز»، «ضربات پا به سر ۲ امتیاز» و «ضربات پا به صورت چرخشی به سر حریف ۳ امتیاز» دارند.	
---	--

شکل ۱۵-۷۷ تصویری از رشته ورزشی کیک‌بوکسینگ را نشان می‌دهد.



شکل ۱۵-۷۷. تصویری از رشته ورزشی کیک‌بوکسینگ

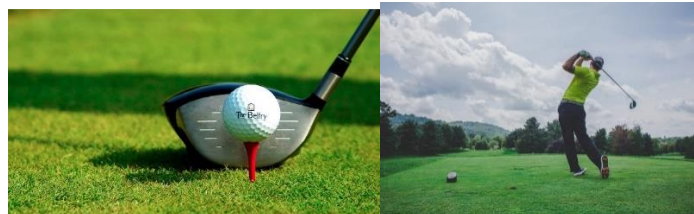
### ۱۵-۵۷. گلف

ورزشی با مشخصاتی به شرح جدول ۱۵-۶۶ است.

جدول ۱۵-۶۶. مشخصات عمومی رشته ورزشی گلف

ردیف	محورها	توضیح
۱	سایر اسامی	گلف یا گوی‌چال معادل Golf
۲	تاریخچه جهانی	فدراسیون بین‌المللی گلف یا IGF در سال ۱۹۵۸ تأسیس و در آن زمان عضو ASOIF شد.
۳	تاریخچه در ایران	فدراسیون گلف ایران از سال ۱۳۷۴ تأسیس شد.
۴	وسایل و امکانات	زمین گلف حدود سی یا چهل هزار مترمربع وسعت دارد. برای بازی گلف کفش ویژه می‌خورداری نیاز است تا به هنگام ضربه زدن پای بازیکن نچرخد. لباس گلف هم برای راحتی حرکت بدن و از جنس مخصوص درست شده‌است. ساک ویژه چرخ‌داری برای حمل چهارده چوب گلف دارد که هر چوب برای زدن ضربه خاصی است. هر بازی گلف بین چهارتا پنج ساعت طول می‌کشد و دارای قانون‌های خاصی است.
۵	مقررات کلی	ورزش فضای آزاد که در آن بازیکنان به‌طور فردی یا تیمی به‌وسیله چوب‌های گوناگون ویژه‌ای توپ گلف را درون سوراخی در زمین می‌اندازند. گلف پرتاب یک توپ از نقطه نخست بازی به درون یک سوراخ است که به‌وسیله یک یا چند ضربه پیاپی و بر طبق قانون‌های ویژه‌ای صورت گرفته باشد.

شکل ۱۵-۷۸ تصاویری از رشته ورزشی گلف را نشان می‌دهد.



شکل ۱۵-۷۸. تصاویری از رشته ورزشی گلف

رشته‌ای بنام «مینی گلف» هم وجود دارد که فدراسیون جهانی آن با نام اختصاری WMF در سال ۱۹۶۳ تأسیس و عضو AIMS شد. مینی گلف ورزشی از خانواده گلف با بسیاری از ویژگی‌های آن است. در این ورزش بازیکن به کمک دسته مخصوص گلف بنام «پاتر» به توپ ضربه می‌زند تا با کمترین تعداد ضربه و ترجیحاً یک ضربه آن را به داخل حفره بیندازد. «پاتر» یکی از دسته‌های گلف است که اغلب در ضربه‌های آخر برای انداختن توپ در حفره استفاده می‌شود. «مینی گلف یا گلف مینیاتوری» در مساحتی کوچک‌تر از زمین استاندارد گلف و با ضربات کوتاه است. فاصله تا حفره اغلب کمتر از نه متر و هدف اصلی بازی هدایت توپ به حفره با کمترین تعداد ضربه است.



شکل ۱۵-۷۹. تصاویری از رشته ورزشی مینی گلف

### ۱۵-۵۸. لاکراس

ورزشی با مشخصاتی به شرح جدول ۱۵-۶۷ است.

جدول ۱۵-۶۷. مشخصات عمومی رشته ورزشی لاکراس

ردیف	محورها	توضیح
۱	سایر اسامی	Lacrosse
۲	تاریخچه جهانی	مربوط به بومیان و سرخپوستان آمریکا که فدراسیون جهانی آن با نام اختصاری WL در سال ۲۰۰۸ تأسیس و عضو ARISF شد.
۳	وسایل و امکانات	یک توپ کوچک لاستیکی و چوب‌های بلندی که بر سر آن‌ها تور قرار دارد. به این چوب‌ها کراس یا لاکراس گفته می‌شود و سر چوب‌های لاکراس محکم و تورهای آن گشادند.
۴	مقررات کلی	هدف بازیکنان تصاحب توپ و هجوم به سمت دروازه و گرفتن امتیاز و دفاع در مقابل حریف است. بازیکنان مجاز به استفاده از دست و پا برای «پاس» یا «شوت» نیستند و فقط باید از «کراس» استفاده کنند.

شکل ۱۵-۸۰. تصاویری از رشته ورزشی لاکراس را نشان می‌دهد.



شکل ۱۵-۸۰. تصاویری از رشته ورزشی لاکراس

## ۱۵-۵۹. موتورسواری

ورزشی با مشخصاتی به شرح جدول ۱۵-۶۸ است.

جدول ۱۵-۶۸. مشخصات عمومی رشته ورزشی موتورسواری

ردیف	محورها	توضیح
۱	سایر اسامی	Motocyclisme
۲	تاریخچه جهانی	فدراسیون بین‌المللی موتورسواری یا FIM در سال ۱۹۰۴ تأسیس و عضو ARISF شد.
۳	تاریخچه در ایران	این رشته زیر نظر فدراسیون موتورسواری و اتومبیلرانی اداره می‌شود.
۴	انواع رویدادها	جاده، موتورکراس، تریل، اندور (آفرود)، رالی و پیست
۵	وسایل و امکانات	انواع موتور با توجه به رویداد
۶	مقررات کلی	بر مبنای سرعت رسیدن به خط پایان

شکل ۱۵-۸۱ تصاویری از رشته ورزشی موتورسواری را نشان می‌دهد.



شکل ۱۵-۸۱ تصاویری از موتورسواری در بالا «جاده، تریل و کراس» پائین «آفرود، پیست و رالی»

نوع خاصی از موتورکراس بنام اسنو کراس هم به شرح شکل ۱۵-۸۲ وجود دارد که در محیط برفی استفاده می‌شود.



شکل ۱۵-۸۲. تصویری از اسنو کراس از دسته موتورکراس

## ۱۵-۶۰. موی‌تای

ورزشی رزمی با مشخصاتی به شرح جدول ۱۵-۶۹ است.

## جدول ۱۵-۶۹. مشخصات عمومی رشته ورزشی موی‌تای

ردیف	محورها	توضیح
۱	سایر اسامی	Muay Thai به معنای مشت‌زنی تایلندی و به آن «تای‌بوکس» هم می‌گویند.
۲	تاریخچه جهانی	فدراسیون بین‌المللی موی‌تای یا IFMA در سال ۱۹۹۳ تأسیس و عضو ARISF شد.
۳	تاریخچه در ایران	این رشته در ایران به‌عنوان یک انجمن در فدراسیون ورزش‌های رزمی فعالیت می‌کند.
۴	مقررات کلی	از سبک‌های آزاد ورزش‌های رزمی و با مبارزات فول‌کنتاکت در رینگ است. از موی‌تای به‌عنوان یک رشته خشن و سخت رزمی یاد می‌شود. تکنیک‌های مشت در موی‌تای شباهت زیادی به بوکس دارند و وجود فنون گلاویزی این رشته را به کیک‌بوکسینگ و ساندا نزدیک می‌کند. به دلیل این شباهت‌ها بسیاری از ورزشکاران موی‌تای در مسابقات کیک‌بوکسینگ و هنرهای رزمی ترکیبی و ساندا نیز شرکت می‌کنند.

شکل ۱۵-۸۳ تصاویری از رشته ورزشی موی‌تای را نشان می‌دهد.



شکل ۱۵-۸۳. تصاویری از رشته ورزشی موی‌تای

## ۱۵-۶۱. والیبال

ورزشی با مشخصاتی به شرح جدول ۱۵-۷۰ است.

## جدول ۱۵-۷۰. مشخصات عمومی رشته ورزشی والیبال

ردیف	محورها	توضیح
۱	سایر اسامی	Volleyball
۲	تاریخچه جهانی	فدراسیون بین‌المللی والیبال یا FIVB در سال ۱۹۴۷ تأسیس و به عضویت ASOIF در آمد.
۳	تاریخچه در ایران	در ابتدای تأسیس فدراسیون‌های ورزشی در سال ۱۳۲۴ والیبال و بسکتبال دارای فدراسیون مشترک تا سال ۱۳۳۶ بودند. در آن سال‌ها مسابقاتی با عنوان «قهرمانی باشگاه‌ها، دستجات آزاد، انتخابی، قهرمانی مدارس و دانشکده‌های هر شهرستان و نهایتاً قهرمانی کشور» برگزار شد. در سال ۱۳۳۶ والیبال دارای فدراسیون مستقل و در سال ۱۹۵۹ میلادی عضو فدراسیون جهانی والیبال شد.
۴	وسایل و امکانات	طول زمین والیبال ۱۸ و عرض آن ۹ متر است.
۵	مقررات کلی	دو تیم شش نفره، در دو سوی تور تلاش دارند تا طبق قوانین بازی، توپ را از روی تور در زمین تیم مقابل فرود آورند. هر تیم حداقل باید ۳ ست از ۵ پنج ست بازی را ببرد، تا بتواند پیروز مسابقه شود.

شکل ۱۵-۸۴ تصویری از رشته ورزشی والیبال را نشان می‌دهد.





شکل ۱۵-۸۴. تصویری از رشته ورزشی والیبال

«والیبال نشسته» ورزشی برای معلولان است که برای اولین بار در سال ۱۹۷۶ در تورنتو، کانادا برگزار شد. در «والیبال نشسته» طول تور ۱/۱۵ متر برای آقایان و ۱/۱۰ متر برای بانوان است. زمین مسابقه ۶ در ۵ متر است و ۲ متر منطقه حمله هر تیم است. معلولان با قطع دو یا یک پا می‌توانند در والیبال نشسته شرکت کنند. در این ورزش سرویس علاوه بر دریافت، دفاع نیز دارد و سرعتی زن لازم نیست زمین را ترک کند. در والیبال نشسته حتماً باید بالاتنه ورزشکار سالم باشد. در این ورزش میانگین قدی و داشتن قد بلند مهم نیست زیرا در طول بازی پرش صورت نمی‌گیرد. شکل ۱۵-۸۵ تصویری از رشته ورزشی والیبال نشسته را نشان می‌دهد.



شکل ۱۵-۸۵. تصویری از رشته ورزشی والیبال نشسته

### ۱۵-۶۲. ورزش‌های آبی

شامل انواع ورزش‌های داخل آب شامل «شنا، شیرجه و واترپلو» است. تمامی رشته‌های ورزش‌های آبی زیر نظر فدراسیون بین‌المللی ورزش‌های آبی یا FINA اداره می‌شوند. این فدراسیون جهانی در سال ۱۹۰۸ تأسیس و در ادامه به عضویت ASOIF در آمد. محل استقرار این فدراسیون در لوزان سوئیس است.

۱۵-۶۲-۱. شنا: ورزشی آبی با مشخصاتی به شرح جدول ۱۵-۷۱ است.

جدول ۱۵-۷۱. مشخصات عمومی رشته ورزشی شنا

ردیف	محورها	توضیح
۱	سایر اسامی	Swimming
۲	تاریخچه جهانی	قدمت شنا و شنا کردن به ۲۵۰۰ سال قبل از میلاد در تمدن مصر و بعد از آن در تمدن‌های آشور و یونان و روم باستان بازمی‌گردد. نخستین سازمان شنا در سال ۱۸۳۷ تأسیس شد.
۳	تاریخچه در ایران	در سال ۱۳۱۴ اولین استخر شنا در ایران ساخته شد.

۴	انواع رویدادها	الف) کرال سینه، ب) کرال پشت، ج) شنای قورباغه، د) پروانه، ه) امدادی، و) استقامت، ز) مختلط، ح) آزاد
۵	مقررات کلی	هدف سریع‌تر رسیدن به خط یا نقطه پایان است. در شنای امدادی چهار نفر به صورت گروهی و به‌طور امدادی طول مسیر مسابقه را طی می‌کنند. شنای استقامت با مسافت‌های طولانی به وسیله انواع شناها در آب‌های آزاد صورت می‌پذیرد. شنای مختلط بر استفاده از چهار نوع شنای مختلف «کرال-سینه، کرال پشت، قورباغه و پروانه» اشاره دارد. در «شنای آزاد» شناگر برای طی کردن مسیر مسابقه مجاز است از تمامی شناهای موجود استفاده کند.

نوع دیگری هم به‌عنوان «شنای سگی یا شنای پا سگی» وجود دارد که شناگر در آن دست و پای خود را به‌طور متناوب حرکت می‌دهد و سر را بیرون از آب نگه می‌دارد. این حرکات او نحوه شنای سگ را تداعی می‌کند. این شنا اغلب اولین شنا برای یادگیری است. شکل ۱۵-۸۶ تصاویری از رشته ورزشی شنا را نشان می‌دهد.



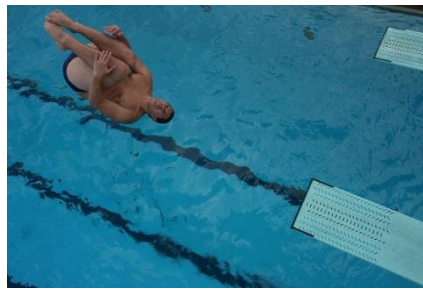
شکل ۱۵-۸۶. تصاویری از رشته ورزشی شنا

۱۵-۶۲-۲. شیرجه: ورزشی آبی با مشخصاتی به شرح جدول ۱۵-۷۲ است.

جدول ۱۵-۷۲. مشخصات عمومی رشته ورزشی شیرجه

ردیف	محورها	توضیح
۱	سایر اسامی	Diving
۲	تاریخچه جهانی	تاریخ مسابقات شیرجه به کشور یونان باستان بازمی‌گردد. در سال ۱۹۲۸ هیئت‌مدیره بین‌المللی واترپلو در فیئا شکل گرفت. در سال ۱۹۰۸ شیرجه به‌عنوان یک ورزش حرفه‌ای وارد المپیک شد و دارای زیبایی و فرم و حرکات و امتیازبندی شد. بعد المپیک ۱۹۲۴ پاریس، مسابقات شیرجه به‌صورت مدرن برگزار شد. در سال ۱۹۲۹ سیستم تقسیم‌بندی شیرجه‌ها با توجه به حالت شروع از روی سکو یا تخته با حالت‌های «روبه‌آب، پشت‌به‌آب، مسیر چرخش در هوا به‌طرف جلو یا عقب، معکوس یا چرخش‌های حول محور عرضی یا طولی» به شش گروه یا خانواده تقسیم شدند.
۳	تاریخچه در ایران	دایو ۱۰ متر استخر قهرمانی ورزشگاه امجدیه در سال ۱۳۱۹، یعنی در زمان جنگ جهانی دوم، در تهران ساخته شد و تا ۶۴ سال برای آموزش و تمرین شیرجه‌روها استفاده می‌شد. در سال ۱۳۵۳ با افتتاح استادیوم آزادی از استخر با دایو ۱۰ متری در آن رونمایی شد.
۴	انواع رویدادها	انواع تخته شیرجه، ۱ و ۳ و ۱۰ متر در مواد و بخش بانوان و آقایان
۵	مقررات کلی	بر اساس رعایت قوانین و اجرای فنون و قضاوت داوران

شکل ۱۵-۸۷. تصویری از رشته ورزشی شیرجه را نشان می‌دهد.



شکل ۱۵-۸۷. تصویری از رشته ورزشی شیرجه

۱۵-۶۲-۳. واترپلو: ورزشی آبی با مشخصاتی به شرح جدول ۱۵-۷۳ است.

جدول ۱۵-۷۳. مشخصات عمومی رشته ورزشی واترپلو

ردیف	محورها	توضیح
۱	سایر اسامی	Water polo
۲	تاریخچه جهانی	واترپلو در دهه ۱۸۷۰ در بریتانیا معرفی و نخستین قواعد آن در «اسکاتلند و انگلیس» ایجاد شد. این رشته نخستین ورزش گروهی بود که در سال ۱۹۰۰ وارد المپیک شد.
۳	تاریخچه در ایران	این رشته در ایران زیر نظر فدراسیون شنا، شیرجه و واترپلو اداره می‌شود.
۴	وسایل و امکانات	طول استخر واترپلو در مسابقات بین‌المللی ۳۰ و عرض آن ۲۰ متر است. دروازه‌ها ۳ متر عرض دارند و ۹۰ سانتی‌متر از سطح آب ارتفاع دارند. وزن توپ هم ۴۰۰ تا ۴۵۰ گرم است. در مسابقات زنان از استخر کوچک‌تری به طول ۲۵ و عرض ۱۷ متر استفاده می‌شود.
۵	مقررات کلی	در آن دو تیم با ۶ بازیکن و یک دروازه‌بان در هر تیم به همراه ۵ بازیکن ذخیره شرکت می‌کنند. بازیکنان باید با شنا کردن حرکت کنند. این بازی در ۴ زمان ۸ دقیقه‌ای برگزار می‌شود. برنده تیمی است که در این ۴ زمان توپ‌های بیشتری را وارد دروازه حریف کند.

شکل ۱۵-۸۸. تصویری از رشته ورزشی واترپلو را نشان می‌دهد.



شکل ۱۵-۸۸. تصویری از رشته ورزشی واترپلو

۱۵-۶۳. وزنه‌برداری

ورزشی با مشخصاتی به شرح جدول ۱۵-۷۴ است.

## جدول ۱۵-۷۴. مشخصات عمومی رشته ورزشی وزنه‌برداری

ردیف	محورها	توضیح
۱	سایر اسامی	Weightlifting
۲	تاریخچه جهانی	فدراسیون بین‌المللی وزنه‌برداری یا IWF در سال ۱۹۰۵ تأسیس از ابتدا در المپیک بود و به عضویت ASOIF در آمد.
۳	انواع رویدادها	در دو بخش زنان و مردان و اوزان مختلف
۴	مقررات کلی	در آن ورزشکار هالتی با سنگین‌ترین وزن ممکن را بالای سر می‌برد. مسابقات وزنه‌برداری در دو رقابت یک‌ضرب و دوضرب انجام می‌شود و در هر بخش وزنه‌بردار حق انجام سه حرکت را دارد.

شکل ۱۵-۸۹ تصویری از رشته ورزشی وزنه‌برداری را نشان می‌دهد.



شکل ۱۵-۸۹. تصویری از رشته ورزشی وزنه‌برداری

«پاورلیفتینگ یا وزنه‌برداری قدرتی» هم یک ورزش قدرتی است که شباهت‌هایی با ورزش وزنه‌برداری دارد. هر دو شامل بلند کردن وزنه در سه تلاش اما این رشته در حرکت «اسکوات، ددلیفت و پرس سینه» است. «پرس سینه» از سال ۱۹۸۴ در مسابقات پارالمپیک جای گرفت. فدراسیون بین‌المللی وزنه‌برداری قدرتی یا IPF در سال ۱۹۷۱ تأسیس و عضو AIMS شد. این رشته در ایران به عنوان «کمیته پاورلیفتینگ» زیر نظر فدراسیون وزنه‌برداری فعالیت می‌کند. اغلب کسانی که در رقابت‌های قوی‌ترین مردان شرکت می‌کنند از این رشته هستند. شکل ۱۵-۹۰ تصاویری از رشته وزنه‌برداری قدرتی را نشان می‌دهد.



شکل ۱۵-۹۰. تصاویری انواع حرکات وزنه‌برداری قدرتی شامل «اسکوات»، «ددلیفت» و «پرس سینه»

## ۱۵-۶۴. ووشو

ورزشی رزمی با مشخصاتی به شرح جدول ۱۵-۷۵ است.



## جدول ۱۵-۷۵. مشخصات عمومی رشته ورزشی ووشو

ردیف	محورها	توضیح
۱	سایر اسامی	Wushu یا کونگفوی چینی و مجموعه‌ای از هنرهای رزمی چینی که امروزه با نام‌های «سی‌ام‌ای» نیز شناخته می‌شود.
۲	تاریخچه جهانی	قدمت ووشو در چین به حدود ۲۰۰۰ سال پیش بازمی‌گردد. پس از انقلاب کمونیستی چین در ۱۹۴۹ این ورزش تحول یافت و دولت چین کلاس‌های آموزشی، کمربند و فنون جدید را به این ورزش رزمی اضافه کرد و نام هنرهای رزمی چینی را به ووشو تغییر داد. فدراسیون بین‌المللی ووشو یا IWUF در سال ۱۹۹۰ تأسیس و عضو ARISF شد.
۳	انواع رویدادها	مسابقات ووشو مدرن در دو بخش ساندا یا مبارزه (با نام قدیم سانشو) و تالو یا اجرای فرم است.
۴	مقررات کلی	کمربندهای ووشو به ترتیب شامل «سفید، زرد، نارنجی، سبز، آبی، بنفش، قهوه‌ای، قرمز، مشکی» است و از کمربندی مشکی مراتب دان «یک تا نه» ادامه می‌یابد. در بعضی از سبک‌ها کمربند بنفش حذف می‌شود.

شکل ۱۵-۹۱ تصاویری از رشته ورزشی ووشو را نشان می‌دهد.



شکل ۱۵-۹۱. تصاویری از «ساندا یا مبارزه» و «تالو یا فرم»

## ۱۵-۷۵. ووینام

ورزشی رزمی با مشخصاتی به شرح جدول ۱۵-۷۶ است.

## جدول ۱۵-۷۶. مشخصات عمومی رشته ورزشی ووینام

ردیف	محورها	توضیح
۱	سایر اسامی	Vovinam رزم ویتنامی
۲	تاریخچه جهانی	از رشته‌هایی که در بازی‌های آسیایی حضور دارد.
۳	مقررات کلی	شامل «دست، آرنج، ضربات، فرار و فنون حمله و دفاع» است و همچنین مثل مبارزه و کشتی سنتی است. طیف وسیعی از فنون این ورزش شامل «مشت، لگد و انواع، کشتی، شمشیر، تبر، فن تاشو و امثال آن» است.

شکل ۱۵-۹۲ تصویری از رشته ورزشی ووینام را نشان می‌دهد.



شکل ۱۵-۹۲. تصویری از رشته ورزشی ووینام

## ۱۵-۶۶. هاکی

ورزشی با مشخصاتی به شرح جدول ۱۵-۷۷ است.

جدول ۱۵-۷۷. مشخصات عمومی رشته ورزشی هاکی

ردیف	محورها	توضیح
۱	سایر اسامی	Hockey
۲	تاریخچه جهانی	فدراسیون بین‌المللی هاکی روی چمن یا FIH در سال ۱۹۲۴ تأسیس و عضو ASOIF شد. فدراسیون بین‌المللی هاکی روی یخ یا IIHF در سال ۱۹۰۸ تأسیس و به عضویت AIOWF در آمد.
۳	تاریخچه در ایران	فدراسیون‌هاکی ایران در سال ۱۳۵۰ تأسیس شد.
۴	انواع رویدادها	انواع هاکی: الف) داخل سالن، ب) روی چمن و ج) روی یخ، د) رولراسکیت، ه) اینلاین اسکیت، و) روی یخ معلولان، ز) خیابانی
۵	مقررات کلی	«هاکی روی چمن» ورزشی گروهی بین دو تیم ۱۱ نفره بر روی یک زمین چمن با هدف وارد کردن یک توپ کوچک به وسیله «چوب هاکی» به دروازه حریف است. این رشته المپیکی توسط فدراسیون بین‌المللی هاکی اداره می‌شود.

شکل ۱۵-۹۳. تصویری از رشته ورزشی هاکی روی چمن را نشان می‌دهد.



شکل ۱۵-۹۳. تصویری از رشته ورزشی هاکی روی چمن

۱۵-۶۶-۱. هاکی روی یخ: نوعی ورزش زمستانی است که در شکل ۱۵-۹۴ تصویر آن دیده می‌شود.



شکل ۱۵-۹۴. تصاویری از رشته ورزشی هاکی روی یخ

۱۵-۶۶-۲. باندی: یک نوع ورزش زمستانی شبیه به هاکی روی یخ با مشخصاتی به شرح جدول ۱۵-۷۸ است.

جدول ۱۵-۷۸. مشخصات عمومی رشته ورزشی باندی

ردیف	محورها	توضیح
۱	سایر اسامی	Bandy
۲	تاریخچه جهانی	فدراسیون بین‌المللی باندی یا FIB در سال ۱۹۵۵ تأسیس و عضو ARISF شد.
۳	مقررات کلی	بازیکنان با یک چوب باندی توپ را به سوی دروازه حریف هدایت می‌کنند. اغلب قوانین آن شبیه فوتبال است. زمین آن یخی و به ابعاد زمین فوتبال با ۱۱ بازیکن برای هر تیم در دو نیمه ۴۵ دقیقه‌ای و قانون مشابه آفساید در فوتبال دارد.

شکل ۱۵-۹۵ تصویری از رشته باندی را نشان می‌دهد.



شکل ۱۵-۹۵. تصویری از بازی رشته ورزشی باندی

۱۵-۶۶-۳. فلوربال: گونه‌ای از ورزش‌هاکی که به صورت سالنی برگزار می‌شود. این ورزش در دهه ۱۹۷۰ در کشور

سوئد ایجاد شد. شکل ۱۵-۹۶ تصاویری از رشته فلوربال را نشان می‌دهد.



شکل ۱۵-۹۶. تصاویری از رشته فلوربال

۱۵-۶۷. هندبال

ورزشی با مشخصاتی به شرح جدول ۱۵-۷۹ است.

جدول ۱۵-۷۹. مشخصات عمومی رشته ورزشی هندبال

ردیف	محورها	توضیح
۱	سایر اسامی	Handball
۲	تاریخچه جهانی	این بازی در سال ۱۸۹۷ میلادی ابداع و فدراسیون بین‌المللی آن یا IHF در سال ۱۹۴۶ تأسیس از ۱۹۳۱ وارد المپیک و عضو ASOIF شد.
۳	تاریخچه در ایران	در سال ۱۳۵۴ فدراسیون هندبال ایران تأسیس شد.
۴	انواع رویدادها	انواع هندبال: «داخل سالن، روی چمن، ساحلی، چکی، آمریکایی و گیلیک» است و به هندبال امروزی داخل سالن هندبال «تیمی، المپیکی و اروپایی» نیز می‌گویند.

۵	وسایل و امکانات	زمینی به ابعاد ۲۰×۴۰ متر و توپ و دروازه‌های هندبال به ابعاد ۲×۳ متر
۶	مقررات کلی	هر تیم دارای هفت بازیکن است که یک نفرشان به‌عنوان دروازه‌بان جلوی دروازه می‌ایستد. برای کسب امتیاز باید توپ را درون دروازه حریف جای داد. در این ورزش از دست برای «پاس و شوت» استفاده می‌شود. در هندبال تیم با تعداد گل بیشتر برنده است. بازی هندبال در دو زمان سی دقیقه با استراحت ۱۰ تا ۱۵ دقیقه بین دو نیمه است. پس از پایان نیمه اول، زمین و نیمکت‌ها عوض می‌شوند. در صورت تساوی و به معرفی برنده در «دو وقت اضافی ۵ دقیقه‌ای» بازی دنبال می‌شود. اگر پس از وقت‌های اضافی برنده مشخص نشد، ضربات پنالتی مشابه فوتبال مشخص‌کننده تیم برنده خواهد بود.

شکل ۱۵-۹۷ تصویری از رشته ورزشی هندبال را نشان می‌دهد.



جدول ۴-۹۷. تصویری از رشته ورزشی هندبال

#### خلاصه

ورزش‌های قهرمانی با تأکید بر «بردوباخت» و ظرفیت حضور در انواع رویدادهای پرمخاطب در سطح بین‌المللی در این فصل موردتوجه قرار گرفت. کارشناس علوم ورزشی با شناخت انواع ورزش‌های قهرمانی و ظرفیت هر یک از آن‌ها می‌تواند نقش مؤثرتری در مشاوره به‌منظور انتخاب یک رشته ورزشی یا پیشرفت در آن داشته باشد. به‌همین منظور هر رشته و ظرفیت‌های آن در سطح ملی و بین‌المللی مرور شد.

#### فعالیت‌هایی برای یادگیری

- ده رشته برتر موردعلاقه خود را به‌ترتیب فهرست کنید. مهم‌ترین رویدادهای آن را در انواع حوزه‌های «پرورشی، همگانی-تفریحی، قهرمانی و باشگاهی» مرور کنید.
- حال بر اساس ظرفیت هر یک از رشته‌ها در انواع این حوزه‌ها آن‌ها را رتبه‌بندی کنید.



# ورزش های همگانه و تفریحی

۱۶

هدف کلی: آشنایی با انواع ورزش های همگانی و تفریحی

اهداف یادگیری:

- آشنایی با انواع ورزش های همگانی
- آشنایی با انواع ورزش های تفریحی
- آشنایی با ویژگی های خاص ورزش های همگانی و تفریحی

## مقدمه

جدا کردن ورزشی همگانی-تفریحی از ورزش قهرمانی در بسیاری از ورزش‌ها کاری دشوار است. به این معنا که بسیاری از ورزش‌های معرفی شده در ورزش قهرمانی وقتی بدون تأکید بر ابعاد قهرمانی و مدال‌آوری و با اهداف سلامت و تفریح انجام می‌شوند، در دسته ورزش‌های همگانی و تفریحی قرار می‌گیرند. از سوی دیگر، بسیاری از ورزش‌هایی که در این فصل معرفی می‌شوند، همین‌که با رویکرد مدال‌آوری و مسابقات رسمی یا باشگاهی برگزار می‌شوند، در گروه ورزش‌های قهرمانی جای خواهند گرفت. در این فصل برخی از مهم‌ترین ورزش‌ها و بازی‌ها با تأکید بر ورزش همگانی و تفریحی معرفی خواهند شد.

## ۱-۱۶. فهرستی از انواع ورزش‌های همگانی و تفریحی

در جدول ۱-۱۶ فهرست نسبتاً جامعی از انواع ورزش‌های دارای ظرفیت همگانی و تفریحی بر اساس حروف الفبا ارائه و در ادامه جدول هر یک از آن‌ها با توضیحات و انواع تصاویر معرفی خواهند شد. البته بسیاری از این رشته‌ها نیز مسابقات قهرمانی دارند که به آن‌ها نیز اشاره می‌شود.






جدول ۱-۱۶. فهرستی از انواع ورزش‌های همگانی و تفریحی بر اساس حروف الفبای فارسی

رشته	ردیف	رشته	ردیف	رشته	ردیف
ماساژ	۳۳	رقص	۱۷	آمادگی جسمانی	۱
ماهگیری	۳۴	زورخانه‌ای یا باستانی	۱۸	ایروبیک	۲
مچ‌اندازی	۳۵	سگ‌سورتمه	۱۹	بازی‌های الکترونیکی	۳
مسابقه ماجراجویانه	۳۶	طناب‌زنی	۲۰	بازی‌های بومی و محلی ایران	۴
موج‌سواری	۳۷	طناب‌کشی	۲۱	بازی‌های فکری	۵
نت‌بال	۳۸	فریزی	۲۲	پتانک، باکچه، بولز	۶
نجات‌غریق	۳۹	فوتبالدستی	۲۳	پی ان اف	۷
نعل‌اسب	۴۰	فوتوالی یا والیبال با پا	۲۴	پیکل‌بال	۸
نگهداشتن پر در هوا	۴۱	فیتسبال	۲۵	پیلاتس	۹
ورزش‌های زیر آب	۴۲	قایقرانی ایستاده	۲۶	پینت‌بال	۱۰
ورزش‌های هوایی	۴۳	کتل‌بل	۲۷	تی‌آرآپکس	۱۱
ورق‌بازی	۴۴	کراس‌فیت	۲۸	جت‌اسکی	۱۲
وودبال	۴۵	کروکت	۲۹	چکرز	۱۳
هندپلو	۴۶	کرفبال	۳۰	چوگو	۱۴
هلهله‌گران	۴۷	کوهنوردی	۳۱	چین‌لون	۱۵
یوگا	۴۸	گوبازی	۳۲	داژبال	۱۶

## ۱۶-۲. آمادگی جسمانی

برخی آمادگی جسمانی را معادل ورزش همگانی می‌دانند، برخی آن را روش‌های آماده‌سازی برای اجرای سایر مهارت‌ها، برخی آن را یک علم برای تمرین مناسب و برخی آن را یک رشته ورزشی می‌شناسند. همه این تعاریف و دیدگاه‌ها درباره آمادگی جسمانی نشان از گستردگی و چندبعدی بودن آن دارد. با این حال به شکل ساده می‌توان آمادگی جسمانی را یک رشته ورزشی با تأکید بر حفظ و بهبود آمادگی بدنی از ابعاد مختلف شناخت. آمادگی جسمانی از دو جنبه «در ارتباط با سلامت» و «در ارتباط با مهارت» جنبه عملیاتی پیدا می‌کند. در هر یک از این رویکردها بر عوامل خاص و اختصاصی برای آمادگی در زمینه‌ای خاص تأکید می‌شود. در آمادگی جسمانی در ارتباط با مهارت که اغلب از آن به عنوان بدن‌سازی برای رشته ورزشی خاص هم یاد می‌شود، تأکید بر این امر است که برای یک رشته مانند «والیبال یا فوتبال یا وزنه‌برداری» چه عوامل بدنی مهم‌تر است و بدن‌ساز فردی یا تیمی، چگونه می‌تواند با کار روی آن عوامل به «بهبود عملکرد یا رکورد ورزشکار» در رشته‌های مرتبط کمک کند.

بعد مهم و مورد تأکید آمادگی جسمانی در این فصل، «آمادگی جسمانی در ارتباط با سلامت» است که بر پنج شاخص «ترکیب بدنی، استقامت قلبی ریوی، قدرت عضلانی، استقامت عضلانی و انعطاف پذیری» تأکید دارد. یعنی در این رشته فرد به کمک مربی یا فرد متخصص تلاش می‌کند تا به «ترکیب بدنی تناسب اندام» برسد و ظرفیت قلب و شش‌های خود را در سطح بهینه حفظ کند و استقامت عضلات را به ظرفیتی برای خستگی در زمان دیرتر برساند. قدرت عضلات او باید به حدی برسد که از بدشکلی‌های بدنی جلوگیری کند و «عضلات» در سطح «ساختار اسکلت استخوانی» با کارکردهای مناسب، بدنی کامل و بی‌نقص را نشان دهد. در انعطاف‌پذیری فرد باید به ظرفیتی برسد که به راحتی در اثر کشش‌های معمول روزمره دچار گرفتگی ناشی از ضعف در انعطاف‌پذیری نشود. شکل ۱۶-۱ انواع تمرین‌ها و ورزش‌ها برای بهبود عوامل پنج‌گانه آمادگی جسمانی «در ارتباط با سلامت» را نشان می‌دهد.

<b>Cardiovascular Endurance</b>  <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mile</li> <li>• Pacer</li> </ul>	<b>Muscular Endurance</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Flex Arm Hang</li> <li>• Push Up</li> <li>• Curl Up</li> </ul> 	<b>Muscular Strength</b>  <ul style="list-style-type: none"> <li>• Bench Press</li> <li>• Squat</li> <li>• Back Curl</li> </ul>
<b>Flexibility</b>  <ul style="list-style-type: none"> <li>• Sit &amp; Reach</li> <li>• Shoulder Flexibility</li> </ul>	<b>Body Composition</b>  <ul style="list-style-type: none"> <li>• BMI</li> <li>• Skin Fold</li> </ul>	

شکل ۱۶-۱. انواع تمرین‌ها و ورزش‌ها برای بهبود عوامل پنج‌گانه آمادگی جسمانی

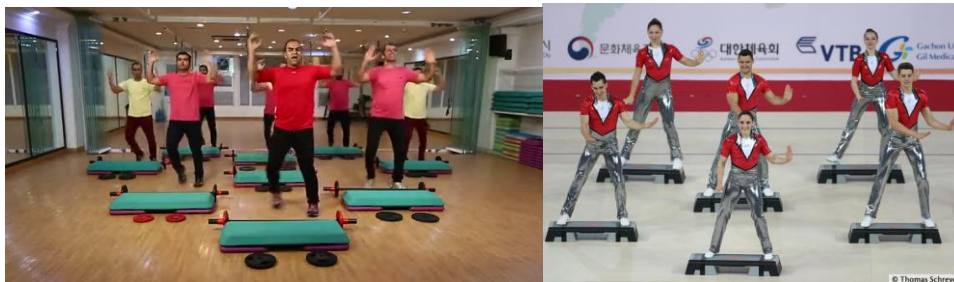
## ۱۶-۳. ایروبیک

ایروبیک هم به عنوان یک روش تمرین برای بهبود عوامل آمادگی جسمانی و هم به عنوان یک رشته ورزشی مطرح می‌شود. ایروبیک ترکیبی از تمرینات هوازی موزون همراه با حرکات کششی و قدرتی است. حرکات ایروبیک اغلب





با موسیقی و همراهی مربی انجام می‌شود. ایروبیک به‌عنوان «ورزش» یا «ژیمناستیک ایروبیک» یا «ایروبیک رقابتی»، شامل «رقص، ژیمناستیک موزون و حرکات آکروباتیک با عناصر ایروبیک» است. مسابقات ایروبیک به‌صورت تک‌نفره در مدت‌زمان «یک دقیقه و ۴۵ ثانیه» و گروه‌های «دو، سه و شش‌نفره» در مدت‌زمان «یک دقیقه و ۳۰ ثانیه» همراه با یک قطعه موسیقی هماهنگ با ضرب حرکات برگزار می‌شود. حرکات ایروبیک شامل چهار گروه «قدرتی پویا»، «قدرتی ایستا»، «پرشی - جهشی» و «تعادلی - انعطافی» است که در مسابقات انفرادی با حداکثر ده حرکت ترکیبی در زمینی با ابعاد ۷ در ۷ متر و مسابقات گروهی با ۱۲ حرکت ترکیبی در زمینی با ابعاد ۱۰ در ۱۰ متر اجرا می‌شود. این رشته از دهه ۱۳۷۰ وارد ایران شد. شکل ۱۶-۲ تصاویری از ورزش و تمرینات ایروبیک را نشان می‌دهد.



شکل ۱۶-۲. تصاویر ورزش ایروبیک و تمرینات ایروبیک

## ۱۶-۴. بازی‌های الکترونیکی

منظور از بازی‌های الکترونیکی بازی‌هایی است که با استفاده از وسایل الکترونیکی انجام می‌گیرد. بازی‌های الکترونیکی مشخصاتی به شرح جدول ۱۶-۲ است.

جدول ۱۶-۲. مشخصات عمومی بازی‌های الکترونیک

ردیف	محورها	توضیح
۱	سایر اسامی	Esports یا electronic sports یا e-sports یا eSports
۲	تاریخچه جهانی	فدراسیون بین‌المللی ورزش‌های الکترونیکی یا IESF در کره جنوبی تأسیس شد. این فدراسیون «بازی‌های رایانه‌ای و بازی‌های کنسول» را اداره می‌کند. فدراسیون بین‌المللی بازی‌های کنترل رادیویی یا IFMAR در سال ۱۹۷۹ تأسیس شد و مقر آن در سوئد است.
۳	تاریخچه در ایران	انجمن «بازی‌های رایانه‌ای» از مرداد ۱۳۸۵ تحت پوشش فدراسیون ورزش‌های همگانی و با دو کمیته «بازی‌های رایانه‌ای» و «بازی‌های کنسول» تشکیل شد. در شهریورماه سال ۱۳۹۲ دو کمیته «ورزش‌های رادیوکنترل» و «رباتیک» هم به آن اضافه شد و نام انجمن از «بازی‌های رایانه‌ای» به «بازی‌ها و ورزش‌های الکترونیک» تغییر کرد. در آذرماه سال ۱۳۹۴ با توجه به فراگیری رشته ورزش‌های الکترونیک و ماهیت قهرمانی و مدال‌آوری آن به «فدراسیون انجمن‌های ورزشی» ملحق شد.

۱۶-۴-۱. بازی‌های رایانه‌ای و بازی‌های کنسول: مسابقات ورزشی که با استفاده از بازی‌های ویدئویی به‌صورت چندنفره در قالب دو تیم یا به شکل انفرادی بین گیمرهای حرفه‌ای برگزار می‌شود. از ژانرهای بازی‌های رایانه‌ای و کنسول می‌توان به «مبارزه‌ای، تیرانداز اول‌شخص، راهبردهای هم‌زمان، ورزشی، مسابقات سرعتی، بازیکنان چندگانه آنلاین» هستند. شکل ۱۶-۳ تصاویری از انجام بازی‌های رایانه‌ای را نشان می‌دهد.



شکل ۱۶-۳. تصاویری از بازی‌های رایانه‌ای

۱۶-۴-۲. بازی‌های کنترل رادیویی: ورزش‌هایی که در آن با کنترل‌های رادیویی وسایل الکترونیک از فاصله مشخصی هدایت می‌شوند. با توجه به تخصصی بودن رشته‌های مرتبط در انواع «زمینی، هوایی و دریایی» در کلاس‌های مختلف برگزار می‌شود.



شکل ۱۶-۴. تصاویری از بازی‌های کنترل رادیویی یا کنترلی

۱۶-۴-۳. بازی‌های رباتیک: با توجه به تنوع بسیار زیاد زیرگروه‌های این رشته، فعالیت‌ها در دو قسمت ساخت و تولید ربات‌ها و مسابقات ساماندهی می‌شود. «روبوکاپ یا RoboCup» عنوان مسابقاتی بین‌المللی در زمینه دانش رباتیک و هوش مصنوعی است که به صورت سالانه توسط «فدراسیون بین‌المللی روبوکاپ» برگزار می‌شود. نام «روبوکاپ» برگرفته از کلمات «Robot Soccer» مسابقه فوتبال رباتیک و «World Cup» یا جام جهانی است اما این رقابت‌ها در حال حاضر در لیگ‌هایی فراتر از لیگ فوتبال برگزار می‌شود. شکل ۱۶-۵ تصاویری از بازی‌های رباتیک را نشان می‌دهد.



شکل ۱۶-۵. تصاویری از مسابقات روبوکاپ



## ۱۶-۵. بازی‌های بومی و محلی ایرانی

بازی‌ها اغلب دارای یک «بار فرهنگی» دارند و «بازی‌های بومی، قبیله‌ای، محلی و سنتی ایرانی» علاوه بر بار فرهنگی دارای جذابیت و تنوع بالایی هستند. با توجه به گستردگی «اقليم، قوم و قبیله» در ایران، انواع بازی‌ها با هدف‌های خاصی را می‌توان شاهد بود. بالغ بر ۱۵۰ نوع بازی سنتی در ایران وجود داشته که به‌مرور زمان و تغییر شیوه زندگی، نسل امروز با بسیاری از آن‌ها بیگانه است. این بازی‌ها در دو گروه «فضای باز» و «فضای بسته» با توجه به شرایط محیطی و برای بهترین حالت‌ها به‌منظور غنی‌سازی اوقات فراغت هستند. برخی از بازی‌ها از اشتراکاتی به‌لحاظ «اجتماعی، فرهنگی و مذهبی» در اکثر نقاط ایران برخوردارند. در جدول ۱۶-۳ برخی از مهم‌ترین این بازی‌ها معرفی شده‌است (همشهری آنلاین، ۱۳۹۱).

جدول ۱۶-۳. برخی از بازی‌های رایج بومی و محلی

ردیف	نام بازی	توضیح
۱	بالا بلندی	شرکت‌کنندگان یک نفر را به‌عنوان گرگ انتخاب می‌کنند که باید دنبال دیگر بچه‌های شرکت‌کننده بدود و آن‌ها را بگیرد. وقتی گرگ به یکی از بچه‌ها نزدیک شود او باید روی یک بلندی یا محدوده از پیش تعیین‌شده، برود و تا وقتی آنجاست گرگ نمی‌تواند او را بگیرد. گرگ هر کس را پیش از رفتن روی بلندی یا محدوده بگیرد، گرگ می‌شود و کار او را دنبال می‌کند.
۲	بشین و پاشو	بازیکنان در محوطه‌ای نزدیک به هم می‌ایستند. مربی کلماتی مانند «بشین، پاشو، نشین و پاشو» را به‌طور تصادفی و نامرتب ادا می‌کند و آن‌ها موظف به اجرای حرکات دستور داده‌شده هستند. تأخیر و اشتباه در اجرا، به‌منزله خطاست و بازیکن خاطی خودبه‌خود از بازی خارج می‌شود. لفظ «نشین» در این بازی به‌معنی «پاشو» یا «ایستاده بمان» و لفظ «پاشو» مفهوم «بشین» یا «نشسته بمان» را دارد.
۳	بیست‌سؤالی	دو گروه بازیکن روبه‌روی هم قرار می‌گیرند. گروه اول بین خودشان چیزی را به‌عنوان موضوع انتخاب می‌کنند. گروه دوم با مطرح کردن حداکثر ۲۰ سؤال باید به آن موضوع برسند. پاسخ سؤال‌ها فقط باید بله یا نه باشد. گروهی که بتواند با سؤالات کمتر به پاسخ‌ها دست پیدا کند، برنده است.
۴	تاپ‌تاپ خمیر	یک نفر «بزرگ‌تر یا اوستا» یکی از بچه‌ها را به‌حالت سجده می‌خواباند و به او می‌گوید، چشم‌هایش را ببندد، سپس دست یکی از بچه‌ها را بالا می‌برد و درحالی‌که آرام‌آرام به پشت او می‌زند، این شعر را می‌خواند: «تاپ‌تاپ خمیر، شیشه پر پنیر، دست کی بالا؟» در این موقع بازیکن باید حدس بزند اسم فرد با دست بالا چیست. اگر درست بگوید برنده است و یک امتیاز می‌گیرد و شخصی که دستش بالا برده شده بود، باید جای او را بگیرد. اگر اشتباه بگوید، یک امتیاز منفی می‌گیرد و باید خودش بازی را تکرار کند. در پایان بازی دارنده امتیاز بیشتر برنده است.
۵	دستمال پشتی	کودکان از ۴ تا ۱۵ نفر به شکل دایره روی زمین می‌نشینند. یکی از بچه‌ها گرگ می‌شود و دور دایره پشت سر دیگران می‌چرخد. او دستمال را پشت سر یکی از کودکان می‌اندازد. و کسی دستمال پشتش می‌افتد باید آن را بردارد و دنبال گرگ بدود، اگر او را بگیرد، برنده می‌شود و نفر اول در جای او می‌نشیند.
۶	ریگک	روی یک کاغذ مربعی کشیده می‌شود و سپس با کشیدن دو خط از وسط اضلاع آن به هم به چهار مربع تقسیم می‌شود. تا ۹ نقطه و در مواردی با اضلاع بیشتر ۲۴ نقطه ایجاد شود. دو شرکت‌کننده به‌نوبت ۳ ریگ غیرهم‌رنگ خود «مانند حبوباتی چون نخود» را در ۹ نقطه به‌وجود آمده می‌گذارند؛ طوری‌که هریک تلاش کند، یک ردیف سه‌تایی را پر کند و برنده شود.

۷	استوپ هوایی یا استپ آزاد	<p>تعدادی بازیکن با یک توپ که توسط فرد شروع‌کننده به هوا پرتاب می‌شود. هم‌زمان با پرتاب توپ به هوا نام یکی از بازیکنان توسط پرتاب‌کننده گفته و آن فرد باید توپ را قبل از اصابت به زمین بگیرد. در این حین دیگر بازیکنان شروع به دویدن و دور شدن از آن منطقه می‌کنند. فردی که نام او برده شده در صورتی که موفق به گرفتن توپ شد، دوباره عمل پرتاب توپ به هوا و صدازدن نام یکی دیگر از بازیکنان را انجام می‌دهد. در صورت ناکامی در گرفتن توپ باید دنبال توپ دویده و با گرفتن آن بگوید «استوپ» و بازیکنان دیگر باید در هر نقطه موجود توقف کنند. دارنده توپ می‌تواند آن را به دلخواه به طرف یک از افراد بی حرکت پرتاب کند. در صورت برخورد توپ به فرد مورد نظر، یک امتیاز منفی برای فرد مورد اصابت ثبت و بازی مجدد توسط او آغاز می‌شود. در صورتی که توپ به او نخورد یک امتیاز منفی برای پرتاب‌کننده ثبت می‌شود و خودش باید بازی را شروع کند.</p>
۸	اسم‌فامیل	<p>بازی با قلم و کاغذ و چند نفره که شرکت‌کنندگان ابتدا روی کاغذ جدولی رسم می‌کنند که ردیف اول آن مواردی همچون «نام دختر، نام پسر، نام خانوادگی، شهر، کشور، نام غذا، نام میوه، نام هنرمند، نام خودرو، نام حیوان و غیره» نوشته شده است. سپس شرکت‌کنندگان روی یکی از حروف الفبا توافق و با شروع بازی سعی می‌کنند تمامی ستون‌های جدول را با حرف مشخص شده در ابتدای آن تکمیل نمایند. این کار با سرعت و مخفیانه انجام می‌گیرد. اولین نفر تکمیل‌کننده همه موارد فرمان «استپ یا توقف» می‌دهد و بقیه باید دست از پر کردن ستون‌ها بکشند. سپس هر کلمه نوشته شده ستون به ستون مقایسه و به هر گزینه امتیاز داده می‌شود. برای امتیازدهی اگر کلمه نوشته شده در هر ستون «منحصربه‌فرد» باشد و فقط یک نفر آن را نوشته باشد «۲۰ امتیاز» و اگر مشترک باشد «۱۰ امتیاز» و اگر کلمه‌ای نوشته نشده باشد «۵ امتیاز» به فرد تعلق می‌گیرد. جمع امتیاز ستون‌ها امتیاز فرد در آن مرحله را مشخص می‌کند. پس از چند دور بازی به این شیوه نتایج مجموع شمرده و برنده مشخص می‌شود.</p>
۹	الک‌دولک	<p>بازیکنان به دو گروه تقسیم و با قرعه، یکی از گروه‌ها، بازی را شروع می‌کند. «چوب کوچک یا پیل» روی یک چاله کوچک یا وسط دو عدد آجر قرار می‌گیرد و با سر «چوب بزرگ یا دسته» که در زیر آن قرار داده، با قدرت به طرف نفرات حریف حاضر در محوطه پرتاب می‌کند. اگر پیل در هوا گرفته شود، پرتاب‌کننده اخراج می‌شود، وگرنه بایستی آن را از روی زمین بردارند و به طرف چاله یا آجرها بیاندازند. و بازیکن دست به دست، با تمرکز حواس، آن را در دست می‌گرداند تا پیلی را که به طرف چاله‌اش می‌آید با ضربه دورش سازد، اگر نتواند و فاصله پیل با چاله کمتر از قد دسته باشد، باز سوخته است و اگر توانسته باشد که با ضربه دورش سازد، فاصله را، از چاله با طول دسته می‌شمارند. یک، دو، سه... دوباره ارسال پیل و دریافت پیل و شمارش فاصله با دسته تا به حدنصاب برسند وگرنه، همه آن‌ها این کار را به نوبت انجام می‌دهند تا برسند. بدیهی است اگر نتوانسته باشند، بازی را به گروه حریف واگذار می‌کنند. اگر به حدنصاب (مثلاً ۵۰) رسیدند، یکی یکی پیل را با سردسته به مشابه توپ پینگ‌پنگ و راکت ضربه‌های کوچک و یکنواخت (چله) می‌زنند و می‌شمارند. بعد هر کدام، به تعداد چله، پیل را با ضربه سنگین دسته، به طرف جلو می‌زنند و هر پیلی که در هوا گرفته شود، گیرنده آن را به طرف مبدأ پرتاب می‌کند، تا اینکه تمامی نفرات گروه دسته به دست به تعداد چله‌هایش بر پیل نواخته باشند. طول مسیر یا «آخرین محل افتادن پیل» توسط نفرات گروه حریف یکی پس از دیگری، به عنوان جریمه با دویدن طی می‌شود. به طوری که با عبارت «آنا، داشقا، زنبیل، سونبول، او...» شروع شده باشد و صدای «او...» به صورت کشیده تا لحظه نفس کشیدن ادامه یابد. یعنی هر جا صدای بازیکن قطع شد، یکی از دوستان دنباله مسیر را با صدای «او...» می‌دود اگر در انجام این موارد موفق</p>

		شدند، در دور بعدی کنترل بازی را در دست می‌گیرند و با دسته کار می‌کنند و اگر نتوانند، باز در وسط محوطه بازی کرده، پیل را تعقیب می‌کنند.
۱۰	ایکس - او	بازی دونفره و با قلم و کاغذ که در یک صفحه جدولی با ۳ ردیف و ۳ ستون رسم می‌شود و هر یک از طرفین یکی از علامت‌های X یا O را انتخاب می‌کنند و تا انتهای بازی برای پر کردن خانه‌های جدول از آن استفاده می‌کنند. برای شروع یکی از طرفین با قرعه علامت X یا O را در یکی از خانه‌های جدول ۹ خانه‌ای قرار می‌دهد. سپس نفر دوم علامت مربوط به خود را در خانه‌های دیگر که هنوز پر نشده‌اند قرار می‌دهد و پس از آن مجدداً نوبت نفر اول خواهد بود. هر بازیکن بتواند علامتش را در یکی از ردیف‌های «افقی، عمودی یا قطری» قرار دهد، برنده است. در انگلیسی به آن Tic-tac-toe می‌گویند.
۱۱	پانتومیم	با تعداد بیش از چهار نفر و در قالب دو تیم و یکی از تیم‌ها طراح معما و دیگری حدس زننده و بازیگر پانتومیم هستند. از تیم مقابل ۱ نفر انتخاب و در گوش وی توسط یکی از اعضای تیم دیگر گفته می‌شود. فرد اجراکننده باید با زبان ایما و اشاره یا حرکات مناسب به هم تیمی‌های خود برای تشخیص موضوع کمک کند.
۱۲	تیله‌بازی	کندن یا ایجاد یک چاله به پهنای کف دست و عمق سه انگشت با فاصله‌های نیم‌متری از هم و تلاش برای هدف‌گیری گوی‌های شیشه‌ای کوچک یا تیله با اندازه حدود دو برابر یک نخود را در دست گرفته و از یک نقطه شروع و به نوبت سعی می‌کنند تیله خود را با قرار دادن آن بین نوک انگشت شصت و انگشت وسط به داخل یکی از گودال‌ها بیندازند. اگر افتاد یک امتیاز به نفع او و نوبت دیگری است و فرد امتیاز آورده در دور بعد تیله‌اش را از همان مکان چاله به سمت چاله بعدی با همان شیوه مخصوص باید پرت می‌کرد، و اگر هم نمی‌افتاد تیله همان‌جا که افتاده است می‌ماند تا دوباره نوبت به او برسد و دوباره تلاش کند. این بازی تا زمانی که «یکی زودتر از بقیه همه چاله‌ها را طی کند» یا «توافقی برای پایان بازی» ادامه خواهد داشت.
۱۳	سنگ، کاغذ، قیچی	این بازی دونفره است و «مشت» نماد سنگ، «دو انگشت سبابه و وسطی مانند V» نماد قیچی و «کف دست باز شده» نماد کاغذ خواهد بود. دو نفر بازیکن دست‌ها را به پشت برده و هم‌زمان می‌گویند «سنگ، کاغذ، قیچی» و هر کدام می‌توانند دست خود را به‌عنوان یکی از نمادهای بالا نشان دهند. ترتیب برتری هر یک از نمادها بر دیگری به صورت «برتری کاغذ بر سنگ»، «برتری سنگ بر قیچی» و «برتری قیچی بر کاغذ» است. برنده کسی است که نماد نشان داده شده توسط وی بر نماد فرد مقابل برتری داشته باشد.
۱۴	شاه، دزد، وزیر	این بازی اغلب با ۴ نفر است که در آن ابتدا تکه‌های هم‌شکل و کوچکی از کاغذ تهیه و روی هر کدام به ترتیب کلمات «شاه»، «وزیر»، «جلاد» و «دزد» نوشته می‌شود و سپس کاغذها به شکل یکسان تا می‌خورند و هر یک از بازیکنان کاغذی را برمی‌دارند و از «سمت» خود آگاه می‌شوند. شاه می‌پرسد: «وزیر من کیست؟» و وزیر هم با نشان دادن کاغذ، خود را به شاه معرفی می‌کند. آنگاه شاه می‌گوید «دزد را از میان این دو پیدا کن». صحنه حساس بازی اینجا است چون وزیر باید دزد را از میان دو نفر باقیمانده پیدا کند. وزیر یک نفر را به‌عنوان دزد معرفی می‌کند که اگر حدسش درست بود، شاه فرمان شکنجه‌ای را به جلاد صادر می‌کند و جلاد هم دزد بخت‌برگشته را شکنجه می‌کند؛ اما اگر حدس وزیر اشتباه بود جلاد بلافاصله می‌گوید «چرا به جلاد توهین کردی؟» و سپس شاه شکنجه‌ای توسط جلاد برای وزیر تعیین می‌کند. شکنجه‌ها اغلب کمی کودکانه مانند «سبیل آتشین یا بشین‌پاشو» هستند.
۱۵	قایم باشک	برحسب قرعه یکی از شرکت‌کنندگان «گرگ می‌شود، در یک محل ثابت می‌ایستد و چشم‌هایش را می‌بندد و تا یک عدد مثل ۱۰۰ یا ۵۰ می‌شمارد». در طول این مدت سایر شرکت‌کنندگان مخفی می‌شوند. پس از پایان



<p>شمارش، گرگ چشم‌هایش را باز و سعی می‌کند دیگران را پیدا کند. در صورتی که گرگ هر یک از شرکت‌کنندگان را ببیند باید نام او را بلند صدا کند و با اعلام محل اختفای او کلمه «سک‌سک» را به زبان آورد. برای گفتن کلمه «سک‌سک» گرگ باید در محلی که چشم گذاشته بوده قرار گرفته باشد. در این حالت فرد شرکت‌کننده باید از محل خود بیرون بیاید. اگر گرگ نام شرکت‌کننده یا محل اختفا را اشتباه بگوید شرکت‌کننده نباید بیرون بیاید و می‌تواند به بازی ادامه دهد. هرگاه گرگ آنقدر از محل ثابت اولیه‌اش دور شود که یکی از افراد مخفی شده بتواند خودش را به محل چشم گذاشتن گرگ برساند و کلمه «سک‌سک» را به زبان آورد، تمام افرادی که گرگ قبل از آن پیدا کرده بود به اصطلاح آزاد می‌شوند و او دوباره گرگ می‌شود. نام این بازی در انگلیسی Hide-and-seek است.</p>		
<p>در محدوده مربع شکل یا مستطیلی و بازیکنان به دو تیم یارکشی می‌شوند. اعضای یک تیم در سراسر زمین بازی پراکنده می‌شوند. اعضای تیم دیگر به صورت تک‌نفری و با حالت «لی‌لی» وارد زمین بازی شده و سعی در زدن یا «رساندن دست به بدن بازیکن تیم مقابل» بازیکنان تیم مقابل می‌کنند. در صورتی که از حالت «لی‌لی» خارج شوند سوخته و از بازی حذف می‌شوند. در صورتی که پای هر کدام از بازیکنان دو تیم از زمین بازی خارج شود آن‌ها خواهند سوخت. بازی تا زدن آخرین نفر باقیمانده در زمین ادامه خواهد داشت.</p>	گایه	۱۶
<p>یا Hopscotch بیشتر توسط دختران انجام می‌شود. اصول این بازی با پریدن از روی مربع‌های کشیده شده روی زمین است. هر مربع یک شماره از خود دارد. شرکت‌کننده اول سنگی را روی یک شماره می‌اندازد و اگر توانست این کار را به‌طور دقیق انجام دهد با «لی‌لی» همه مربع‌ها را به‌جز مربعی که سنگ را در آن انداخته طی می‌کند و سنگ را در بازگشت می‌آورد.</p>	لی‌لی	۱۷
<p>ابزار این بازی «هفت عدد سنگ صاف و تخت» و «یک توپ تنیس» است. بازیکنان در قالب دو تیم پنج یا شش نفره تقسیم می‌شوند. وقتی سنگ‌ها چیده شدند یکی از گروه‌ها به‌عنوان پرتاب‌کننده بازی را شروع می‌کند. در شروع بازی یک گروه باید از فاصله نسبتاً دور توپ را به طرف سنگ‌ها پرت کند. گروه پرتاب‌کننده توپ باید سعی کند با کمترین مقدار سنگ را بیندازد چون در این صورت راحت‌تر می‌تواند بازی را تمام کند. وظیفه گروه دوم هم این است که نگذارد تیم پرتاب‌کننده سنگ‌های ریخته شده را دوباره روی هم بچیند و باید با توپ به آن‌ها بزند. هر یک از بازیکنان تیم مهاجم که توپ به او برخورد کند از جریان بازی کنار می‌رود. به این ترتیب اگر هیچ‌کدام باقی نمانند بازی به نفع تیم مدافع و اگر سنگ‌ها روی هم چیده بشوند بازی به نفع تیم مهاجم تمام می‌شود.</p>	هفت سنگ	۱۸
<p>«دال» به معنای نشانه و قطعه سنگ هدف‌گیری و قابل سرنگونی در بازی است. «پلان» به معنای قطعه سنگی است که توسط بازیکن انتخاب و به سوی هدف پرتاب می‌شود. این بازی روستایی اغلب در زمینی مسطح و مستطیلی به طول حداکثر ۳۰ و عرض شش متر انجام می‌شود. بازیکن هر تیم باید «دال» یا سنگ حریف را بزند. هر چند مورد «دال‌های بیشتری از حریف» مورد اصابت پلان قرار گیرد و سرنگون شود، امتیاز خواهد داشت.</p>	دال پلان	۱۹

از دیگر بازی‌های رایج می‌توان به «شکرپنیر»، «عمو زنجیرباف»، «قلعه»، «کلاغ‌پر»، «گرگم‌به‌هوا یا گرگم و گله می‌برم»، «گل‌یاپوچ»، «لی‌لی حوضک»، «نون بیار کباب ببر»، «یه قل دو قل» و دیگر بازی‌ها اشاره کرد. شکل ۱۶-۶ تصاویری از بازی هفت‌سنگ را نشان می‌دهد.



شکل ۱۶-۷. تصاویری از بازی هفت سنگ

فدراسیون ورزش روستایی و عشایری ایران به دنبال جلب «مشارکت هر چه بیشتر روستائیان اعم از زن و مرد»، «پیش‌بینی تمهیدات مقتضی از قبیل تهیه امکانات و تجهیزات ورزشی»، برگزاری مسابقات و «تأمین نیروی انسانی متخصص در امر ورزش‌های مرتبط» است. این فدراسیون سابقه برگزاری المپیاد عشایر در دو بخش «آقایان» و «بانوان» عشایری دارد. از جمله رشته‌های برگزار شده در بخش آقایان می‌توان به «دال پلان، کشتی سنتی، قیقاچ با تفنگ بادی، رقابت پنج‌گانه بومی - محلی و تیروکمان سنتی» اشاره کرد. در بخش بانوان نیز «دال پلان، قیقاچ با تفنگ بادی و سه‌گانه بومی - محلی» قابل توجه است (فدراسیون ورزش روستایی و عشایری، بی‌تا).

### ۱۶-۷. بازی‌های فکری

«بازی‌های فکری» بر اساس فکر و تمرکز انسان انجام می‌گیرد. بازی شطرنج در فصل مربوط به معرفی ورزش‌های قهرمانی معرفی شد؛ در ادامه نیز چند مورد از دیگر بازی‌های فکری پرتعداد معرفی می‌شوند.

۱۶-۶-۱. بازی اتاق فرار: در آن بازیکنان مجموعه‌ای از پازل‌ها و معماها را با استفاده از سرنخ‌ها، راهنمایی‌ها و استراتژی حل می‌کنند تا به اهداف یا راه خروج از اتاق یا زندان طراحی شده دست یابند. شکل ۱۶-۷ تصاویری از بازی اتاق فرار را نشان می‌دهد.



شکل ۱۶-۷. تصاویری از بازی اتاق فرار

۱۶-۶-۲. پنتاگو: بازی ۲ نفره که هر بازیکن به نوبت مهره‌ای را در صفحه قرار می‌دهد و سپس یکی از صفحه‌ها را به دلخواه ۹۰ درجه «در جهت یا خلاف جهت عقربه‌های ساعت» می‌چرخاند. اولین بازیکن ردیف‌کننده «پنج مهره در راستای افقی، عمودی یا اریب» به صورت پشت سر هم برنده می‌شود. سادگی یادگیری بازی و امکان پیشرفته شدن آن با قاعده چرخش صفحه‌ها پس از هر حرکت، باعث استقبال و لذت همه افراد در هر سطحی خواهد شد. شکل ۱۶-۸ تصاویری از بازی پنتاگو را نشان می‌دهد.



شکل ۱۶-۸. تصاویری از بازی پنتاگو

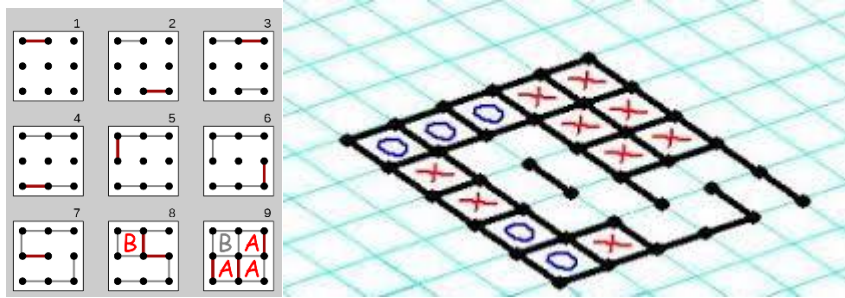
۱۶-۶-۳. فکر بکر: دو بازیکن به صورت از پیش تعیین شده در مورد تعداد دفعات بازی با تأکید بر «فرد بودن تعداد» تصمیم می‌گیرند. یکی از بازیکنان «رمزنگار و دیگری رمزگشا» می‌شود. «رمزنگار» الگویی از چهارمیخ رمزی را انتخاب می‌کند. تکراری‌ها قابل قبول هستند، بنابراین بازیکن می‌تواند حتی چهارمیخ رمزی یکرنگ انتخاب کند. الگوی انتخاب شده در چهار سوراخ پوشیده شده توسط حفاظ و تنها قابل دیده شده توسط «رمزنگار» جای می‌گیرند. «رمزگشا» سعی می‌کند تا الگو را، هم ترتیب و هم رنگ، در «دوازده، یا ده، یا هشت» مرتبه حدس بزند. هر حدس به وسیله جای گذاری یک ردیف از میخ‌های رمزی روی صفحه رمزگشایی انجام می‌شود. هنگامی که قرار گرفتند، «رمزنگار» در جواب، از صفر تا چهارمیخ راهنما را در سوراخ‌های کوچک ردیف حدس قرار می‌دهد. میخ راهنمای رنگی «اغلب مشکی» برای هر میخ رمزی از حدس که هم‌رنگ و هم موقعیت درستی دارد قرار داده می‌شود. «میخ سفید» وجود میخی با رنگ صحیح قرار گرفته در موقعیت نادرست را نشان می‌دهد. اگر در حدس رنگ‌های تکراری وجود داشته باشد، همه آن‌ها نمی‌توانند یک میخ راهنما بگیرند مگر این‌که آن‌ها با تعداد یکسان از رنگ‌های تکراری در رمز مخفی مطابق باشند. برای مثال، اگر رمز مخفی «سفید، سفید، مشکی، مشکی» و بازیکن «سفید، سفید، سفید، مشکی» حدس بزند، رمزنگار دو میخ راهنمای رنگی برای «دو سفید صحیح»، «هیچ میخ راهنما برای سومین سفید چون سفید سومی در رمز وجود ندارد» و «یک میخ راهنمای رنگی برای سیاه» اعطا خواهد کرد. در حقیقت هیچ نشانی داده نمی‌شود برای این‌که رمز همچنین شامل یک سیاه دومی باشد. یک بازخورد آماده می‌شود، حدس دیگری زده می‌شود؛ حدس‌ها و بازخورد به طور متناوب ادامه داده می‌شوند تا این‌که یا «رمزگشا» درست حدس بزند، یا «دوازده، ده یا هشت» حدس نادرست زده شود. رمزنگار برای هر حدس که یک «رمزگشا» می‌زند یک امتیاز می‌گیرد. چنانچه رمزگشا الگو را در آخرین حدس به طور دقیق حدس نزند، یک امتیاز اضافی توسط «رمزنگار» گرفته می‌شود. امتیازدهی بر اساس تعداد میخ‌های راهنمای رنگی قرار داده شده خواهد بود. برنده کسیست که کم‌ترین امتیاز بعد از توافق بر تعداد بازی‌هایی که انجام می‌شود داشته باشد. شکل ۱۶-۹ تصاویری از بازی فکر بکر را نشان می‌دهد.



شکل ۱۶-۹. تصاویری از بازی فکر بکر

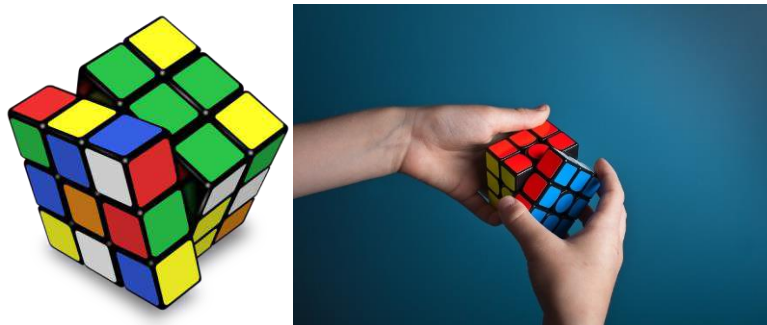


۱۶-۶-۴. **نقطه بازی:** با شرکت حداقل دو بازیکن، روی کاغذ انجام می‌شود. دو بازیکن روی یک شبکه مستطیلی از نقاط بازی می‌کنند. هر بازیکن در نوبت خود دو نقطه مجاور را با خطی عمودی یا افقی به هم وصل می‌کند. بازیکن رسم‌کننده «چهارمین ضلع مربع» صاحب آن مربع خواهد بود و باید خط دیگری به‌عنوان جایزه رسم کند. بازی با پر شدن صفحه تمام می‌شود و برنده کسی است که صاحب‌خانه‌های بیشتری باشد. شکل ۱۶-۱۰ تصاویری از نقطه بازی را نشان می‌دهد.



شکل ۱۶-۱۰ تصاویری از نقطه بازی

۱۶-۶-۵. **بازی مکعب روبیک:** در هر مکعب روبیک کلاسیک «شش وجه» و در «هر وجه نه تکه دارای یک‌رنگ» است. این مکعب شش رنگ استاندارد «سفید، زرد، نارنجی، قرمز، آبی و سبز» دارد و می‌توان برای آن «۴۳ تریلیون جایگشت» یا «تعداد ترکیب‌های ممکن برای موقعیت رنگ‌ها» در نظر گرفت. اغلب افراد با دو روش «مبتدی» و «حرفه‌ای» آن را حل می‌کنند. «روش مبتدی» دارای هشت مرحله با یک فرمول اما «روش حرفه‌ای» دارای چهار مرحله با بیش از یکصد فرمول است. سازوکار محوری پازل این امکان را فراهم می‌کند تا در هر وجه به‌طور جداگانه رنگ‌ها را به هم ریخت. هدف بازی این است که تمام رنگ‌های آن در وجه خود و به‌صورت درست در کنار هم قرار گیرند. امروزه این مکعب گسترش یافته و مدل‌های دیگری مانند « $2 \times 2 \times 2$ » یا مکعب جیبی، مینی مکعب یا مکعب یخی، « $3 \times 3 \times 3$ » یا مکعب استاندارد، « $4 \times 4 \times 4$ » یا انتقام روبیک، یا مکعب استاد، و « $5 \times 5 \times 5$ » یا روبیک پروفیسورها» از آن وارد بازار شده است. شکل ۱۶-۱۱ تصاویری از مکعب روبیک را نشان می‌دهد.



شکل ۱۶-۱۱. تصاویری از بازی مکعب روبیک

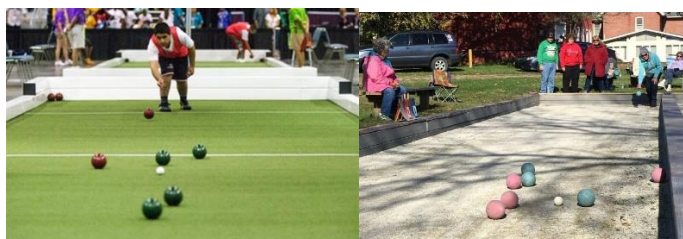
### ۱۶-۷. پتانک، باکچه یا بولز یا لان‌بالز

بازی توپی و به‌اصطلاح بولینگ ایتالیایی از خانواده بولز و نزدیک به لان‌بالز انگلیسی و پتانک فرانسوی با مشخصاتی به شرح جدول ۱۶-۴ است.

## جدول ۱۶-۴. مشخصات عمومی رشته ورزشی باکچه یا بولز یا لان بالز

ردیف	محورها	توضیح
۱	سایر اسامی	در فرانسه به آن «بولز یا Boules و پتانک یا Pétanque»، در ایتالیا به آن «باکچه یا Bocce و در مواردی باکچی یا Bocci و بوچی Boccie» و در انگلیس به آن «لان بالز یا Lawn bowls» می‌گویند.
۲	تاریخچه جهانی	فدراسیون بین‌المللی بولز یا FIB در سال ۱۹۴۵ تأسیس شد و مقر آن در فرانسه قرار دارد.
۳	انواع رویدادها	الف) با روش قل دادن توپ مانند باکچه یا بولز با توجه به سنگین تر بودن توپ آن ب) با روش پرتاب توپ مانند پتانک با توجه به سبک تر بودن توپ آن
۴	وسایل و امکانات	توپ می‌تواند از چوب، فلز، خشت پخته یا کامپوزیت باشد که با توجه به اجرای رشته در کشورهای مختلف تفاوت‌هایی در جنس و اندازه آن دیده می‌شود. برای نمونه توپ‌های پتانک با وزن حدود «۶۸۰ گرم» تاحدی کوچک‌تر و سبک‌تر از توپ‌های باکچه یا بولز با وزن حدود «۹۲۰ گرم» هستند. توپ‌های بولز اغلب در دورنگ مختلف برای هر تیم وجود دارند اما توپ‌های پتانک از جنس استیل ساده با الگوهای مختلف شیار روی آن برای شناسایی خواهند بود. در زمین‌های روباز یا فضای سرپوشیده خاکی طبیعی و آسفالت برای هر دو نوع به عرض چهار متر اما برای پتانک در مسابقات جهانی تا ۱۵ متر و برای باکچه یا بولز به طول ۲۳ تا ۲۸ متر است.
۵	مقررات کلی	توپ‌های سنگین بازی باید تا حد ممکن به «توپ هدف کوچک یا جک» نزدیک باشد. به‌طور بازی می‌تواند بین دو نفر یا دو تیم باشد.

شکل ۱۶-۱۲ تصاویری از رشته باکچه را نشان می‌دهد و شکل ۱۶-۱۳ تصاویری از رشته پتانک را نشان می‌دهد.



شکل ۱۶-۱۲. تصاویری از رشته ورزشی بولز یا باکچه



شکل ۱۶-۱۳. تصاویری از رشته ورزشی پتانک

## ۱۶-۸. پی ان اف (PNF)

مجموعه حرکات کششی با مشخصاتی به شرح جدول ۱۶-۵ برای افزایش انعطاف‌پذیری و دامنه حرکتی است.

جدول ۱۶-۵. مشخصات عمومی رشته پی ان اف (PNF)

ردیف	محورها	توضیح
۱	سایر اسامی	پی ان اف یا PNF مخفف «Proprioceptive Neuromuscular Facilitation» به معنای تسهیل عصبی-عضلانی از طریق حس عمقی
۲	تاریخچه جهانی	توسط دکتر هرمان کابات <sup>۱</sup> در سال ۱۹۴۰ میلادی معرفی شد. انجمن بین‌المللی پی ان اف در سال ۱۹۹۰ تأسیس شد. این انجمن به نشانی اینترنتی <a href="https://www.ipnfa.org">https://www.ipnfa.org</a> دوره‌های تخصصی را در این حوزه برگزار می‌کند.
۳	وسایل و امکانات	کشش‌ها را می‌توان تنها با انواع ابزارها مانند کش و وزنه یا با یک مربی انجام داد.
۴	مقررات کلی	تمامی حرکات، شامل کشش عضله تا رسیدن به محدودیت آن است. از فنون آن می‌توان به چند مورد اشاره کرد: الف) گرفتن و شل کردن عضلات یا کشش عضله با انقباض ایزومتریک یا درجا، ب) انقباض کششی و شل کردن یا کشش ایزوتونیک با انقباض در حال حرکت، ج) گرفتن، شل کردن و انقباض با ترکیبی از دو مورد قبل

شکل ۱۶-۱۴ تصاویری از انواع حرکات پی ان اف را نشان می‌دهد.



شکل ۱۶-۱۴. تصاویری از حرکات کششی مربوط به پی ان اف (PNF)

## ۱۶-۹. پیکل بال

ورزشی راکتی که ترکیب سه ورزش «تنیس، تنیس روی میز و بدمینتون» با مشخصاتی به شرح جدول ۱۶-۶ است.

جدول ۱۶-۶. مشخصات عمومی رشته ورزشی پیکل بال

ردیف	محورها	توضیح
۱	سایر اسامی	معادل Pickleball و معروف به «تنیس سالمندان»
۲	تاریخچه جهانی	در سال ۱۹۶۵ در آمریکا و برای انجام تفریحی خانوادگی ابداع شد.
۳	وسایل و امکانات	راکت‌هایی مانند راکت‌های پینگ‌پنگ، سفت و توپ‌هایی حفره‌دار
۴	مقررات کلی	زمین آن به ابعاد زمین بدمینتون ولی ارتفاع تور آن مانند ارتفاع تور تنیس است. راکت آن از چوب و گرافیت و توپ آن به اندازه توپ بیسبال و در رنگ‌های سفید و زرد است. هر گیم مانند تنیس روی میز

<sup>۱</sup>. Herman Kabat

۱۱ امتیازی و برنده دو گیم از سه گیم برنده بازی است. این بازی را می‌توان دونفره یا چهارنفره انجام داد.		
---	--	--

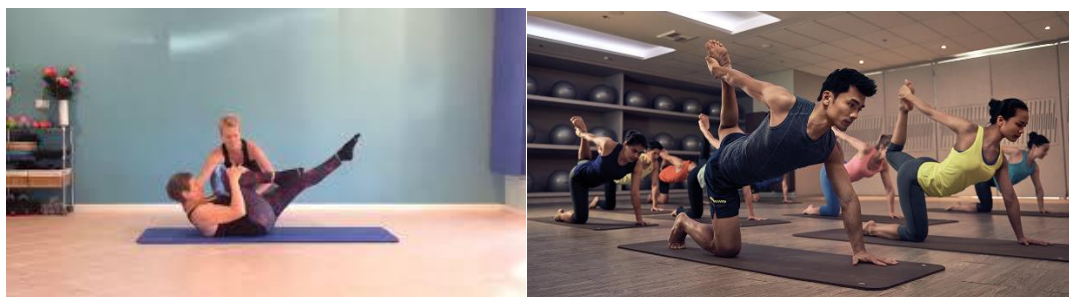
شکل ۱۵-۱۶ تصاویری از رشته ورزشی پیکل‌بال را نشان می‌دهد.



شکل ۱۵-۱۶. تصاویری از ورزش، راکت و توپ پیکل‌بال

### ۱۰-۱۶. پیلاتس

«پیلاتس» ورزشی هم برای «بهبود آمادگی جسمانی» و هم «رقابتی» است که توسط «ژوزف پیلاتس آلمانی» ابداع شد. ورزش «پیلاتس» بر شش اصل مهم «تمرکز، کنترل، تحرک روان، ایجاد نیروی دفاعی، دقت و تنفس صحیح» استوار است. این ورزش بر پرورش و تقویت هسته مرکزی یا همان نیروگاه بدن یعنی «قسمتی میان شانه‌ها و لگن که ماهیچه‌های متقاطع شکمی، عضلات کف‌لگنی و عضلات چندشکافی» تأکید دارد. مسابقات «پیلاتس» نیز به صورت «انفرادی» و «تیمی ۳ یا ۵ نفره» در چهار گروه سنی با اجرای حرکات اجباری و اختیاری نمایشی برگزار می‌شود. امتیازات بر اساس حرکات «قدرتی، انعطافی و تعادلی» است. اجرای حرکات بر روی «تاتامی‌هایی با ضخامت ۵ تا ۷ سانتی‌متر و ابعاد ۶ در ۶ متر» خواهد بود و مدت اجرا متناسب با نوع مسابقات و رده‌های سنی بین «۱۲۰ تا ۱۸۰ ثانیه» است. شکل ۱۶-۱۶ تصاویری از ورزش پیلاتس را نشان می‌دهد.



شکل ۱۶-۱۶. تصاویری از ورزش پیلاتس

### ۱۱-۱۶. پینت‌بال

ورزشی شبیه تیراندازی بامشخصاتی به شرح جدول ۱۶-۷ است.



جدول ۱۶-۷. مشخصات عمومی رشته ورزشی پینت بال

ردیف	محورها	توضیح
۱	سایر اسامی	Paintball
۲	تاریخچه جهانی	در سال ۱۹۸۱ در آمریکا ابداع شد.
۳	تاریخچه در ایران	در اواخر سال ۱۳۸۰ وارد ایران شد.
۴	انواع رویدادها	از مسابقات آن می توان به NPPL, PSP و NXL در آمریکا و Millennium Series در اروپا و PALS در مالزی و PALM در غرب آسیا اشاره کرد. هر ساله جام جهانی پنج و هفت نفره آن نیز برگزار می شود.
۵	شرایط باشگاهی	لیگ حرفه ای این ورزش در ایران از سال ۱۳۸۷ آغاز شد.
۶	وسایل و امکانات	زمینی به ابعاد «۶۰ × ۴۰ متر» یا «۳۶ × ۴۸ متر» که با توری به ارتفاع حدود شش متر احاطه و در میان آن موانع بادی یا Air Bunkers باشد. «تفنگ پینت بال»، همراه با تعدادی گلوله پینت بال یا توپ رنگی و یک ماسک محافظ چشم و صورت، گردن بند محافظ گردن و جلیقه محافظ سینه نیز از دیگر ابزارهای لازم برای این بازی است. یک زمین می تواند شامل بسیاری از موانع طبیعی یا مصنوعی باشد که می توان آن ها را به صورت یک محیط خاص جنگلی یا شهری یا با رویکردی تاریخی طراحی کرد. میدان های کوچک تر همانند زمین های «اسپیدبال یا زمین های مسابقات» می تواند شامل موانع و سنگرهایی به صورت باد کردنی باشد.
۷	مقررات کلی	مسابقات با اهدافی چون فتح پرچم در پایگاه حریف و حمل آن به پایگاه خودی یا فتح پرچم از محل استقرار در وسط زمین و حمل آن به پایگاه حریف است. در مسابقات رسمی تیم ها با تعداد نفرات «سه، پنج، هفت یا ۱۵ نفره» شرکت می کنند.

شکل ۱۶-۱۷ تصویری از رشته ورزشی پینت بال را نشان می دهد.



شکل ۱۶-۱۷. تصویری از رشته ورزشی پینت بال

### ۱۶-۱۲. تی آرایکس (TRX)

ورزش TRX یا سیستم ورزشی «تی آرایکس» با استفاده از تجربیات نظامی، تحقیقات علمی و آکادمیک ایجاد شد و رو به توسعه گذاشت. کلمه «TRX» مخفف «Total Body Resistance Exercise» و به معنای تمرینات مقاومتی برای کل بدن است. این رشته توسط یکی از سربازهای نیروی دریایی آمریکا بنام «رندی هتريک» با دو طناب ابداع شد. «رندی هتريک» بعد از مدت ها تمرین روش ابداعی خود را توسعه داد و به عنوان یک «رشته ورزشی» به دنیا معرفی کرد. تمرینات «تی آرایکس» با ابزارهایی خاص و انجام تمریناتی با طناب و به صورت معلق صورت می گیرد و به همین



دلیل به آن «سیستم تمرینات تعلیقی» هم می‌گویند. ورزش «تی‌آرایکس» تمام اجزای بدن را درگیر می‌کند و در آن به جای «دستگاه یا دمبل» از «وزن خود فرد» برای رسیدن به تناسب‌اندام استفاده می‌شود. در این روش با استفاده هم‌زمان از «گرانش و وزن بدن» برای بهبود عوامل آمادگی جسمانی استفاده خواهد شد. طناب‌های محکم و قابل تنظیم، شبیه چتر نجات ارتشی‌ها، اصل و پایه تمرینات تعلیقی «تی‌آرایکس» هستند. می‌توان اغلب حرکات ورزشی رشته‌های مختلف مانند «پيلاتس یا یوگای قدرتی» را با طناب‌های تی‌آرایکس هم انجام داد. شکل ۱۶-۱۸ تصاویری از ورزش TRX را نشان می‌دهد.



شکل ۱۶-۱۸. تصاویری از ورزش TRX

### ۱۶-۱۳. جت اسکی

«جت‌اسکی» نام یک برند مربوط به وسایل آبی انفرادی بود که ابتدا توسط صنایع سنگین «شرکت کاوازاکی» عرضه شد. یکی از انواع جت‌اسکی‌ها شامل «صفحات فایبرگلاس» بنام «جت‌اسکی ۴۰۰» است که در سال ۱۹۷۳ به بازار آمد و زمینه معرفی این رشته را فراهم کرد. امروزه از «جت‌اسکی» به‌عنوان یک وسیله «ورزشی و سرگرمی» در اسکله‌ها استفاده و گاهی مسابقاتی هم برگزار می‌شود. این «ورزش تفریحی» با اسامی مختلفی چون «Personal Water Craft» یا «PWC»، «Water scooter» و «Boatercycle» نیز مطرح شده است. شکل ۱۶-۱۹ تصویری از رشته ورزشی جت اسکی را نشان می‌دهد.



شکل ۱۶-۱۹. تصویری از رشته ورزشی جت اسکی

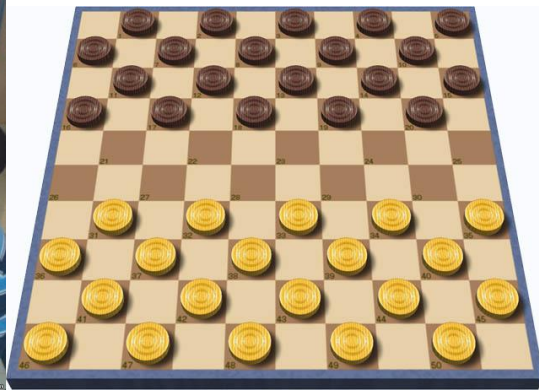
### ۱۶-۱۴. چکرز یا دام

گونه‌ای از بازی فکری با تخته شبیه شطرنج و مشخصاتی به شرح جدول ۱۶-۸ است.

## جدول ۱۶-۸. مشخصات عمومی رشته ورزشی چکرز

ردیف	محورها	توضیح
۱	سایر اسامی	به زبان انگلیسی آمریکایی Checkers و به زبان انگلیسی بریتانیایی Draughts
۲	تاریخچه جهانی	فدراسیون جهانی دام یا چکرز یا FMJD در سال ۱۹۴۷ تأسیس و عضو AIMS شد.
۱۰	مقررات کلی	اغلب با مهره‌های تخته‌نرد و بر روی صفحه شطرنج انجام می‌شود. بازیکنان حرکت‌هایی اریب با مهره‌ها انجام داده و با پرش از روی مهره حریف می‌توانند آن مهره را از دور باری خارج کنند. تخته چکرز از ۱۰۰ خانه تشکیل شده‌است که در ۱۰ ردیف و ۱۰ ستون نسبت به هم قرار دارند. رنگ این خانه‌ها یکی درمیان روشن و تیره است. مهره‌های چکرز گرد و خراطی شده و از جنس چوب‌اند. برای انجام این بازی از ۲۰ مهره سفید و ۲۰ مهره سیاه استفاده می‌شود.

شکل ۱۶-۲۰. تصاویری از بازی چکرز را نشان می‌دهد.



شکل ۱۶-۲۰. تصاویری از بازی فکری چکرز

## ۱۵-۱۶. چوگو

چوگو ورزشی محلی ایرانی با مشخصاتی به شرح جدول ۱۶-۹ است.

## جدول ۱۶-۹. مشخصات عمومی رشته ورزشی چوگو

ردیف	محورها	توضیح
۱	تاریخچه در ایران	چوگو به‌عنوان یک کمیته زیر نظر فدراسیون ورزش‌های همگانی فعالیت می‌کند.
۲	وسایل و امکانات	«زمین‌بازی به طول و عرض ۹۰ در ۶۰ متر و جنس چمن یا خاکی»، «لباس شامل پیراهن ورزشی، شلوار گرمکن و کفش ورزشی مناسب چمن یا خاکی»، «توپ تنیس و چوب به طول ۷۰ سانتیمتر و قطر پنج سانتیمتر»
۳	مقررات کلی	تعداد ورزشکاران آن شش نفر بازیکن اصلی و سه نفر ذخیره و جمعاً نه نفر هستند. مدت بازی ۴۰ دقیقه و در دو زمان ۲۰ دقیقه با پنج دقیقه استراحت بین دو نیمه است. تعداد داوران آن چهار نفر شامل یکسر داور، دو داور اصلی و یک منشی و وقت‌نگهدار هستند. یک تیم زنده توپ و یک تیم گیرنده توپ است. زمین این بازی دارای چهار ایستگاه «الف» ایستگاه استقرار ورزشکاران (ب) ایستگاه زدن ضربه (ج) ایستگاه استقرار بازیکنان سوخته (د) ایستگاه «دکه» خواهد بود. تیم مهاجم یا «زنده توپ» در ایستگاه شماره یک قرار می‌گیرد و تیم مدافع یا «گیرنده توپ» در زمین استقرار می‌یابند. یکی از

<p>بازیکنان تیم مهاجم توپ را از ایستگاه شماره یک به وسیله چوب پرتاب و سعی می‌کند به ایستگاه‌های داخل زمین برود و به ایستگاه شماره یک برگردد. چنانچه در حین رفتن مورد اصابت توپ قرار نگیرد یک امتیاز کسب می‌کند و چنانچه با ضربه خودش برگردد یک امتیاز دیگر یعنی جمعاً دو امتیاز خواهد گرفت. چنانچه توپ بازیکن توسط مدافع در هوا تصاحب شود سه امتیاز تیم مدافع خواهد گرفت و تیم‌ها جابه‌جا می‌شوند. زدن ضربه با توجه به برد توپ از یک الی چهار امتیاز خواهد گرفت. زدن ورزشکاران تیم مهاجم توسط مدافع هر نفر دو امتیاز و گرفتن توپ در هوا در موقع زدن ضربه سه امتیاز دارد.</p>		
--	--	--

شکل ۱۶-۲۱ تصاویری از رشته ورزشی چوگو را نشان می‌دهد.



شکل ۱۶-۲۱. تصاویری از رشته ورزشی چوگو

### ۱۶-۱۶. چین لون

ورزشی نمایشی با توپ شبیه سپیک تاکرا با مشخصاتی به شرح جدول ۱۶-۱۰ است.

جدول ۱۶-۱۰. مشخصات عمومی رشته ورزشی چین لون

ردیف	محورها	توضیح
۱	سایر اسامی	Chinlone یا Caneball
۲	تاریخچه جهانی	ورزش سنتی میانمار (برمه)
۳	تاریخچه در ایران	با توجه به شرایط خوب مهارت‌های فردی در میان ایرانیان با توپ، به نظر می‌رسد وضعیت ایران در آینده برای این رشته رو به رشد باشد. از سال ۱۳۹۴ در فدراسیون انجمن‌های ورزشی و زیر نظر انجمن سپیک تاکرا فعال شد.
۴	وسایل و امکانات	توپ آن از چوب و مانند سبد است. زمین آن دایره‌ای به قطر ۲ متر است.
۵	مقررات کلی	مسابقات به صورت تیمی است و هر تیم شش نفره با هم به انجام کارهای نمایشی با توپ می‌پردازند و پس از اجرا توپ را به هم پاس می‌دهند. بازیکنان نباید از دست استفاده کنند. شش بازیکن از یک تیم در دایره‌ای به شعاع «دو متر» توپ را با پا می‌چرخانند و در مدت ۳۰ دقیقه باید بیشترین امتیاز را کسب کنند.



شکل ۱۶-۲۲ تصاویری از رشته ورزشی چین لون را نشان می دهد.



شکل ۱۶-۲۲. تصاویری از رشته ورزشی چین لون

## ۱۶-۱۷. داژبال

ورزشی با مشخصاتی به شرح جدول ۱۶-۱۱ است.

جدول ۱۶-۱۱. مشخصات عمومی رشته ورزشی داژبال

ردیف	محورها	توضیح
۱	سایر اسامی	با نام بین المللی داژبال معادل Dodgeball و اسامی «وسطی، وسط و وسط بازی، وسط وسط، توپ در وسط و آراداگلدی»
۲	تاریخچه جهانی	فدراسیون جهانی داژبال یا WDF در سال ۲۰۱۱ تأسیس و کنفدراسیون داژبال غرب آسیا یا WADBC در ۲۰۱۳ با محوریت ایران و ریاست شرمین جباریان تشکیل شد.
۳	تاریخچه در ایران	انجمن آن از سال ۱۳۸۷ خورشیدی زیر نظر فدراسیون ورزش های همگانی تأسیس شد.
۴	انواع رویدادها	در سه بخش «سالنی، ساحلی و ترامپلین» با انواع سبک های «داژبال وسطی، داژبال بین المللی، ترامپلین داژبال، داژبال ساحلی» در داخل سالن و همچنین در فضای باز «روی چمن و ساحل» برگزار می شود.
۵	وسایل و امکانات	«توپ داژبال از جنس چرم یا مشابه با ابعاد محیطی ۴۰ سانتی متر و وزن حدود ۲۰۰ گرم شبیه توپ هندبال» و «زمین با ابعاد زمین والیبال»
۶	مقررات کلی	هر تیم دارای چهار بازیکن اصلی و دو بازیکن ذخیره است که در دو نیمه پنج دقیقه ای رقابت می کنند. بازیکنان یک تیم با قرعه در وسط قرار می گیرند و باید خود را از خطر برخورد توپ حریف در دو طرف تیم وسط دور کنند. آن ها همچنین می توانند توپ ارسالی حریف را بگیرند و یک امتیاز کسب کنند. سقف امتیاز هر مسابقه هشت امتیاز است. تلاش گروه کناری نشانه رفتن و زدن افراد گروه وسطی برای سوزاندن و اخراج آنان است. گروه وسطی هم می کوشد با حرکات سریع مانع از اصابت توپ به خود شود و اگر یار سوخته ای دارد، با «گرفتن توپ در هوا یا بل» با یک امتیاز یار سوخته را به بازی برگرداند. در مرحله ای که فقط یک نفر از گروه وسطی باقی می ماند و تیم کناری تا ۱۰ پرتاب نتواند او را هدف گیری کند، تمامی یاران سوخته گروه احیا می شوند و به بازی بر می گردند.

وسطی یا داژبال یک ورزش خانوادگی و کم هزینه و مورد استقبال خانواده ها است. شکل ۱۶-۲۳ تصویری از رشته ورزشی داژبال را نشان می دهد.



شکل ۱۶-۲۳. تصویری از رشته ورزشی داژبال

## ۱۸-۱۶. رقص

ورزشی با مشخصاتی به شرح جدول ۱۶-۱۲ است.

جدول ۱۶-۱۲. مشخصات عمومی رشته ورزشی رقص

ردیف	محورها	توضیح
۱	سایر اسامی	Dancesport
۲	تاریخچه جهانی	فدراسیون جهانی ورزش‌های رقص یا WDSF در سال ۱۹۵۷ تأسیس و عضو ARISF شد.
۴	انواع رویدادها	الف) رقص سالنی یا Ballroom dance: بر رقابت در رقص‌های زوجی تأکید دارد. ب) رقص ورزشی با ویلچر: حداقل یکی از رقصنده‌ها از ویلچر استفاده می‌کند. ج) سبک‌های «استاندارد بین‌المللی»، «استاندارد انگلیسی» و «ریتم آمریکایی»
۱۰	مقررات کلی	قوانین رسمی مسابقات بین‌المللی طولانی و مفصل است. اما از نکات کلیدی در آن این است که موسیقی برای مسابقات تا زمان برگزاری رویداد محرمانه نگه‌داشته می‌شود. زمان موسیقی برای مسابقات زوج‌ها حداقل ۹۰ ثانیه و حداکثر دو دقیقه خواهد بود.

شکل ۱۶-۲۴. تصویری از رشته ورزشی رقص را نشان می‌دهد.



شکل ۱۶-۲۴. تصویری از رشته ورزشی رقص

رقص شیر و رقص اژدها از رقص‌های سنتی فرهنگ چین هستند که با عروسک‌ها و آهنگ‌های خاصی انجام می‌شوند. تفاوت رقص «شیر» با «اژدها» در آن است که در «رقص شیر دو نفر» و در «رقص اژدها چندین نفر» هنرنمایی می‌کنند. شکل ۱۶-۲۵ تصاویری از رقص شیر و رقص اژدها را نشان می‌دهند.



شکل ۱۶-۲۵. تصاویری از رقص شیر و اژدها

## ۱۹-۱۶. زورخانه‌ای

ورزش سنتی ایران با مشخصاتی به شرح جدول ۱۶-۱۳ است.

جدول ۱۶-۱۳. مشخصات عمومی رشته ورزشی زورخانه

ردیف	محورها	توضیح
۱	سایر اسامی	ورزش زورخانه‌های یا ورزش باستانی ایران
۲	تاریخچه جهانی	ریشه باستانی و حتی مربوط به دوران ساسانیان دارد. آیین‌های پهلوانی و زورخانه‌ای در تاریخ ۲۵ آبان ۱۳۸۹ در فهرست میراث معنوی یونسکو به ثبت جهانی رسید. ورزش‌های زورخانه‌ای به‌عنوان یکی از قدیمی‌ترین ورزش‌های بدن‌سازی جهان معرفی شده است. فدراسیون بین‌المللی ورزش‌های زورخانه‌ای یا IZSF با ۲۲ کشور جهان در مهرماه ۱۳۸۳ تأسیس شد.
۳	تاریخچه در ایران	این رشته در ایران دارای «فدراسیون ورزش زورخانه‌ای» است.
۴	انواع رویدادها	الف) ورزش‌های زورخانه‌ای گروهی شامل ۱۲ مرحله «۱. ورود به گود، جرگه‌زدن»، «۲. سنگ‌گیری»، «۳. شنو یا سرنوازی پیچ و جفتی»، «۴. گرم کردن درجا یا گرم کردن پشت‌تخته»، «۵. میل‌بازی»، «۶. میل-گیری: سنگین، شلاقی، گرم کردن میل»، «۷. پازدن با فنون و شکل‌های مختلف»، «۸. چرخیدن تیز، چمنی، تک‌فر»، «۹. پای‌آخر»، «۱۰. کباده»، «۱۱. اجرای فنون کشتی پهلوانی» و «۱۲. دعا» است. ب) ورزش‌های زورخانه‌ای فردی شامل شش مرحله «۱. سنگ‌گرفتن»، «۲. کباده‌کشی»، «۳. میل‌بازی»، «۴. میل‌گیری سنگین»، «۵. چرخیدن تیز و چمنی» و «۶. کشتی پهلوانی در اوزان مختلف»
۵	وسایل و امکانات	محل ورزش بنام زورخانه و ابزاری مانند «میل، کباده، تخته‌شنا، سنگ»
۶	مقررات کلی	ورزش‌های زورخانه‌ای در مکان‌های به شرح ادامه قابل اجرا هستند: الف) زورخانه: به‌منظور تقویت جسم و غنی‌سازی اوقات فراغت می‌توانند تحت هدایت مرشد یا میاندار انجام شوند. مدت‌زمان اجرای آن‌ها به علاقه و انگیزه ورزشکاران بستگی دارد. بعضی شگردها و فنون از جمله «حکمت‌خوانی و سرودخوانی» که توسط ورزشکاران دارای صدای خوب اجرا می‌شوند، همچنان بخشی از این ورزش است. این‌گونه تمرینات شایع بوده و بین گروه‌های سنتی مختلف رواج دارد. جایگاه ورزشکاران بر طبق «میزان سابقه» و «سیادت یا از نسل پیامبر بودن» تعیین می‌شود. ب) مسابقات: رقابت‌های گروهی تحت حمایت میاندار یا مجری انجام می‌شوند. ورزشکاران ورزش‌ها را در قالب حرکت‌های گروهی موزون به‌مدت ۳۰ دقیقه اجرا می‌کنند و ورزش‌های فردی بر طبق قوانین اجرا می‌شوند. در مناسبت‌ها و مراسم، ورزشکاران طبق مدت‌زمان اختصاص یافته، «حرکات

ورزشی را انجام می‌دهند. طبق قوانین فدراسیون بین‌المللی ورزش‌های زورخانه‌ای رقابت‌های ورزشی بین گروه‌های سنی مختلف در سه شاخه از کشتی پهلوانی و تمرین‌های قهرمانی ورزش‌های فردی و گروهی برگزار می‌شوند.

شکل ۱۶-۲۶ تصویری از رشته ورزشی زورخانه را نشان می‌دهد.



شکل ۱۶-۲۶. تصویری از رشته ورزشی زورخانه

#### ۱۶-۲۰. سگ‌سورتمه

ورزشی با مشخصاتی به شرح جدول ۱۶-۱۴ است.

جدول ۱۶-۱۴. مشخصات عمومی رشته ورزشی سگ‌سورتمه

ردیف	محورها	توضیح
۱	سایر اسامی	Sleddog Sports
۲	تاریخچه جهانی	فدراسیون بین‌المللی ورزش سگ‌سورتمه یا IFSS در سال ۱۹۹۲ در بلژیک تأسیس و عضو AIMS شد.
۳	انواع رویدادها	الف) سرعت در مسافت ۶ تا ۱۶۱ کیلومتر، ب) مسافت متوسط، ج) مسافت طولانی
۴	مقررات کلی	نوعی ورزش و مسابقه زمستانی که توسط یک سورتمه با کشیده‌شدن توسط چند سگ مخصوص سورتمه مانند «هاسکی آلاسکایی» و «سیرین هاسکی» بیشتر در مناطق برفی همچون سبیری و آلاسکا انجام می‌شود.

شکل ۱۶-۲۷ تصویری از رشته ورزشی سگ‌سورتمه را نشان می‌دهد.



شکل ۱۶-۲۷. تصویری از رشته ورزشی سگ‌سورتمه



## ۱۶-۲۱. طناب‌زنی

ورزشی با مشخصاتی به شرح جدول ۱۶-۱۵ است.

جدول ۱۶-۱۵. مشخصات عمومی رشته ورزشی طناب‌زنی

ردیف	محورها	توضیح
۱	سایر اسامی	Jump Rope یا Skipping rope
۲	تاریخچه جهانی	از سال ۱۶۰۰ در هلند ظاهر شد.
۳	تاریخچه در ایران	این رشته در ایران به‌عنوان یک کمیته در فدراسیون ورزش‌های همگانی فعالیت می‌کند.
۴	وسایل و امکانات	انواع طناب‌های «چرمی و نیازمند قدرت بیشتر برای چرخاندن»، «PVC و نوعی طناب سرعتی برای بهبود مهارت پرش»، «کابلی از جنس کابل نازک و کشسانی پائین و مناسب برای تمرین‌های سرعتی»، «تزیینی و متشکل از تکه‌های پلاستیکی یا پنبه‌ای و مورد استفاده در مدارس و فضای آزاد»، «پنبه‌ای یا نایلونی با چرخش‌های آرام و بلند و مناسب برای افراد عادی و مبتدی»
۵	مقررات کلی	در طناب‌بازی یک یا چند شرکت‌کننده طناب را طوری تاب می‌دهند که از زیر پا و بالای سر بگذرد. شرکت‌کننده می‌تواند خودش طناب را بچرخاند و از روی آن بپرد یا دست‌کم سه نفر به ترتیب دونفر طناب را بچرخانند و یکی از روی آن بپرد. شکل چندنفره این بازی را با دو طناب هم انجام می‌شود.

شکل ۱۶-۲۸ تصاویری از رشته ورزشی طناب‌زنی را نشان می‌دهد.



شکل ۱۶-۲۸. تصاویری از رشته ورزشی طناب‌زنی

## ۱۶-۲۲. طناب‌کشی

ورزشی با مشخصاتی به شرح جدول ۱۶-۱۶ است.

جدول ۱۶-۱۶. مشخصات عمومی رشته ورزشی طناب‌کشی

ردیف	محورها	توضیح
۱	سایر اسامی	Tug of war
۲	تاریخچه جهانی	فدراسیون بین‌المللی طناب‌کشی یا TWIF در سال ۱۹۶۰ در آمریکا تأسیس و عضو ARISF شد. طناب‌کشی در المپیک باستان حضور داشته و از سال ۱۹۰۰ تا ۱۹۲۰ در بازی‌های المپیک انجام می‌شد.
۳	تاریخچه در ایران	این رشته در حال حاضر به‌عنوان یک انجمن در فدراسیون انجمن‌های ورزشی فعالیت می‌کند.
۴	مقررات کلی	در آن دو گروه درگیر مسابقه می‌شوند. هر گروه یک سر طنابی را در دست می‌گیرد و با شروع مسابقه طناب را به‌طرف خود می‌کشند. گروهی که موفق شود تیم مقابل را به‌طرف خود بکشد و از خط وسط زمین رد کند برنده این مسابقه است.

شکل ۱۶-۲۹ تصاویری از رشته ورزشی طناب‌کشی را نشان می‌دهد.



شکل ۱۶-۲۹. تصاویری از رشته ورزشی طناب‌کشی

### ۱۶-۲۳. فریزی

«فریزی» یا «دیسک‌پرنده» ورزشی با مشخصاتی به شرح جدول ۱۶-۱۷ است.

جدول ۱۶-۱۷. مشخصات عمومی رشته ورزشی فریزی

ردیف	محورها	توضیح
۱	سایر اسامی	Ultimate یا Frisbee
۲	تاریخچه جهانی	فدراسیون جهانی فریزی یا WFDF در سال ۱۹۸۵ تأسیس و عضو ARISF شد.
۳	تاریخچه در ایران	این ورزش در ایران تحت عنوان یک انجمن در فدراسیون ورزش همگانی اداره می‌شود.
۴	انواع رویدادها	این ورزش دارای ۴۰ نوع سبک بازی است که «۷ سبک» آن مورد تأیید و حمایت فدراسیون جهانی است. الف) آلتیمیت: معروف‌ترین سبک گروهی همراه با پاس‌کاری، محوطه گل و امتیازبندی ب) دبل دیسک: بازی دو نفر مقابل دو نفر دیگر و هم‌زمان با دو دیسک‌پرنده ج) سبک آزاد: حرکات نمایشی با قوانین خاص خود انجام می‌شود.
۵	وسایل و امکانات	فریزی یک بشقاب از جنس پلاستیک به قطر ۲۰ الی ۲۵ سانتی‌متر و جرم ۱۷۰ گرم است. به واسطه شکل آیرودینامیک خاص قابلیت پروازی زیبا با پرتاب فردی متبخر را دارد. ابعاد زمین بازی آلتیمیت به طول و عرض «۱۰۰ در ۳۶ متر» است. از انتهای هر دو طرف زمین ۱۸ متر جلوتر آمده تا ناحیه گل ایجاد شود. پس طول زمین اصلی بازی «۶۴ متر»، جمع طول دو ناحیه گل ۳۶ متر، عرض کلی زمین بازی کلی و ناحیه گل ۳۶ متر است.
۶	مقررات کلی	از این وسیله برای تفریح و ورزش رقابتی استفاده می‌شود. در بازی آلتیمیت دو تیم حداقل «پنج و حداکثر هفت نفر» تشکیل می‌شود. برای شروع بازی دو کاپیتان دو فریزی می‌اندازند تا تیم «مهاجم و مدافع» تعیین شود. بعد از مشخص شدن تیم مدافع و مهاجم، تمام افراد تیم مدافع همگی داخل ناحیه گل حضور دارند. در مقابل تمامی بازیکنان تیم مهاجم یک پایشان روی خط ابتدایی ناحیه گل و پای دیگرشان در زمین بازی قرار می‌گیرد و آماده دریافت پرتاب از سوی نفر تیم مدافع می‌شوند. بعد از پرتاب توسط بازیکن تیم مدافع به سمت بازیکنان تیم مهاجم و دریافت فریزی توسط بازیکنان تیم مهاجم بازی شروع می‌شود، به این صورت که بازیکنان تیم مهاجم با پاس‌کاری به ناحیه گل تیم مدافع نزدیک می‌شوند. تیم مدافع می‌تواند برای اینکه فریزی را مال خود کند، در بین مسیری که فریزی بین

<p>بازیکنان تیم مهاجم جابه‌جا می‌شود، تأثیری بگذارند تا فریزی با زمین برخورد کند یا اینکه به‌طور مستقیم در دستان خودشان قرار گیرد، در این صورت آن‌ها به «مهاجم» تبدیل می‌شوند. افراد تیم مدافع می‌توانند در جلوی فرد مالک فریزی با فاصله حداقل یک دست و حداکثر سه متر، ایستاده و به‌طور معمول تا ۱۰ ثانیه بشمارد. مهاجم در عرض ۱۰ ثانیه باید پاس دهد در غیر این صورت مالکیت عوض می‌شود. بعد از زدن گل زمین دو تیم تعویض می‌شود. اولین تیمی که به امتیاز نه برسد نیمه عوض شده و بعد از به پایان رسیدن وقت استراحت نیمه دوم با تغییر زمین‌ها شروع می‌شود. هر تیم که زودتر به امتیاز ۱۷ برسد برنده بازی خواهند بود.</p>	
--	--

شکل ۱۶-۳۰. تصاویری از رشته ورزشی فریزی را نشان می‌دهد.



شکل ۱۶-۳۰. تصاویری از رشته ورزشی فریزی

## ۱۶-۲۴. فوتبالدستی

ورزشی با مشخصاتی به شرح جدول ۱۶-۱۸ است.

جدول ۱۶-۱۸. مشخصات عمومی رشته ورزشی فوتبالدستی

ردیف	محورها	توضیح
۱	سایر اسامی	در زبان انگلیسی Table Football، آمریکایی Table Soccer و در آلمانی Kicker, Tischfussball و یا Kroekeln
۲	تاریخچه جهانی	فدراسیون بین‌المللی فوتبالدستی یا ITSF در سال ۲۰۰۲ تأسیس شد.
۳	تاریخچه در ایران	این رشته در قالب انجمن فوتبالدستی در فدراسیون انجمن‌های ورزشی فعالیت می‌کند.
۴	وسایل و امکانات	ابعاد میز بازی اغلب «۷۰×۱۲۰» در ارتفاع ۹۰ سانتی‌متر، «دروازه آن با عرض ۱۹ تا ۲۱ و ارتفاع ۶٫۵ تا ۸ سانتی‌متر» است. سطح میز باید صاف باشد تا توپ به راحتی روی آن حرکت کند. هر میز ۸ ردیف میله دارد که هر بازیکن ۴ میله را در اختیار خواهد داشت. بازی دو یا چهارنفره انجام می‌شود. اندازه توپ آن کمی کوچک‌تر از «توپ پینگ‌پنگ» و «جنس آن پلاستیک فشرده بدون ارتجاع» است. دو نوع توپ «کند یا تنبل» و «سرعتی یا شتابدار» دارد.
۵	مقررات کلی	زمان مسابقات «تیمی و انفرادی» پنج دوره ۱۵ دقیقه‌ای است. زمان استراحت بین هر مرحله «۵ دقیقه» است. در هر مرحله ورزشکار می‌تواند ۲ استراحت ۳۰ ثانیه‌ای داشته باشد. استراحت فقط برای ورزشکار دارنده توپ خواهد بود. تیم یا ورزشکار برنده سه بازی از پنج بازی برنده کل بازی می‌شود. چرخاندن میله بیشتر از «۳۶۰ درجه» و «نگهداری بیش از حد توپ» خطا خواهد بود. تکان دادن میز یا هر نوع حرکت غیر از بازی با میله‌ها حتی صحبت کردن خطا محسوب می‌شود. برداشتن هر دو دست از روی میله‌ها و ترک میز «بدون اخذ وقت استراحت» از دیگر خطاهاست. ضربه به میز یا میله یا به-

اصطلاح «تقه‌زدن» نیز خطا خواهد بود. تعویض مدام دست‌ها روی میله‌هایی که توپ در زیر آدمک-های آن وجود ندارد نیز عامل گیج‌کننده حریف و نوعی خطا تلقی می‌شود. اصولاً هر نوع حرکت موجب گیج‌کردن حریف حتی صحبت‌کردن خطا خواهد بود. شروع بازی «بدون گفتن کلمه حاضر» و «بدون شنیدن پاسخ ظرف سه ثانیه» نیز خطاست. استفاده بیش‌ازحد از «تایم‌اوت» هم موجب خطا و محرومیت خواهد بود.		
---	--	--

شکل ۱۶-۳۱ تصاویری از رشته ورزشی فوتبالتستی را نشان می‌دهد.



شکل ۱۶-۳۱. تصاویری از رشته ورزشی فوتبالتستی

### ۱۶-۲۵. فوتوالی یا والیبال با پا

ورزشی با مشخصاتی به شرح جدول ۱۶-۱۹ است.

جدول ۱۶-۱۹. مشخصات عمومی رشته ورزشی فوتوالی

ردیف	محورها	توضیح
۱	سایر اسامی	Footvolley
۲	تاریخچه جهانی	از برزیل شروع و در سطح جهان فراگیر شد.
۳	تاریخچه در ایران	این رشته در قالب انجمن فوتوالی در فدراسیون انجمن‌های ورزشی فعالیت می‌کند.
۴	وسایل و امکانات	سطح زمین باید از «ماسه یکنواخت، مسطح، هموار و یک‌شکل» باشد. برای مسابقات بین‌المللی ماسه باید حداقل ۳۰ سانتی‌متر عمق داشته باشد. سطح زمین نباید لیز یا لغزنده باشد و برای ورزشکار خطرناک شود. زمین مسابقه باید به‌شکل مستطیل و به ابعاد «۱۸ × ۹ مترمربع» باشد. مناطق آزاد دور زمین حداقل باید ۳ متر از خط اصلی فاصله داشته باشد. برای مسابقات بین‌المللی منطقه آزاد باید حداقل ۵ متر باشد. مثل زمین والیبال ساحلی اندازه تور «۹٫۵ متر طول و ۱ متر عرض» دارد. نوار کناری زمین به‌عنوان مشخص‌کننده محوطه مسابقه باید «قطر حداقل ۵ و حداکثر ۸ سانتی‌متر» داشته باشد و اگر از طناب استفاده می‌شود قطر آن باید بین «۲۰ تا ۳۰ میلی‌متر» باشد. زمین مسابقه محصورشده با دو خط طولی و دو خط افقی است.
۵	مقررات کلی	با قوانین مشابه والیبال اما مانند فوتبال با پا بازی می‌شود. امتیاز با «اصابت توپ به زمین حریف» یا «خطای حریف» یا «ناتوانی در برگشت توپ» به‌دست می‌آید.

شکل ۱۶-۳۲ تصاویری از رشته ورزشی فوتوالی را نشان می‌دهد.





شکل ۱۶-۳۲. تصاویری از رشته ورزشی فوتوالی

## ۱۶-۲۶. فیسبتال

ورزشی شبیه والیبال با مشخصاتی به شرح جدول ۱۶-۲۰ است.

جدول ۱۶-۲۰. مشخصات عمومی رشته ورزشی فیسبتال

ردیف	محورها	توضیح
۱	سایر اسامی	Fistball
۲	تاریخچه جهانی	انجمن بین‌المللی فیسبتال یا IFA در سال ۱۹۶۰ تأسیس و در ادامه عضو AIMS شد.
۳	مقررات کلی	شباهت زیادی به ورزش والیبال دارد با این تفاوت که بازی‌های آن در فضای باز و روی زمین چمن در ابعاد بزرگ‌تر و با «فیسست یا مشت بسته» انجام می‌شود. هر تیم از پنج بازیکن تشکیل شده است که سعی در فرستادن توپ به نیمه حریف دارند. در این بازی فقط باید از «ساعد»، «بازو» یا «مشت بسته» استفاده کرد و این تفاوت آن با والیبال است که در آن دست‌های باز مجاز است.

شکل ۱۶-۳۳. تصاویری از رشته ورزشی فیسبتال را نشان می‌دهد.



شکل ۱۶-۳۳. تصاویری از رشته ورزشی فیسبتال

## ۱۶-۲۷. قایقرانی ایستاده

نوعی قایقرانی تفریحی که در مواردی مسابقات آن هم برگزار می‌شود. شکل ۱۶-۳۴ نمونه‌هایی از قایقرانی ایستاده را نشان می‌دهد.



شکل ۱۶-۳۴. تصاویری از قایقرانی ایستاده

## ۱۶-۲۸. کتل بل

در قدیم این ابزار آهنی «کتل بل یا زنگوله گله» و امروزه یک ابزار و روش تمرینی بنام «کتل بل» است. اصطلاح «کتل بل» از کلیسا و انجام تمریناتی برای به صدا درآوردن زنگ‌های کلیسا بود. وزنه‌های کتل بل از «۳ تا ۲۵ کیلوگرم» و شبیه یک توپ با دسته است (شکل ۱۶-۳۵).



شکل ۱۶-۳۵. شکل ظاهری ابزار کتل بل

با این وسیله می‌توان تمریناتی برای «آمادگی جسمانی» انجام داد. هنگام استفاده از «دمبل» مرکز نیروی گرانش در دستان فرد قرار می‌گیرد اما در استفاده از «کتل بل» اغلب مرکز نیروی گرانش زمین در دست فرد نیست و در نتیجه فشار متفاوتی به بدن وارد می‌شود. البته این امر به شیوه در دست گرفتن و تکان دادن کتل بل بستگی دارد. نیروی تکانه در حرکتی که با کتل بل انجام می‌شود، با ایجاد یک نیروی گریز از مرکز باعث درگیری عضلات مورد استفاده برای ایجاد «تعادل و کاهش سرعت» خواهد شد. در شکل ۱۶-۳۶ برخی از انواع تمرینات با کتل بل نشان داده شده است.



شکل ۱۶-۳۶. برخی از انواع تمرینات با کتل بل

## ۱۶-۲۹. کراس فیت

«کراس فیت» یک رژیم و برنامه برای تناسب‌اندام است که توسط «گرگ گلسمن» در سال ۲۰۰۰ و در کشور آمریکا بنیان‌گذاری شد. «کراس فیت» شامل «تمرینات جسمانی» و «مسابقات تناسب‌اندام» می‌شود. تمرینات «کراس فیت» ترکیبی از «وزنه برداری، پلایومتریک، پاورلیف‌تینگ، ژیمناستیک، کالیستنیک و دیگر انواع تمرین‌ها» است. حرکات پایه «کراس فیت» شامل ۱۱ حرکت «برپی»<sup>۱</sup>، «حرکت تک‌ضرب»، «حرکت دوضرب»، «ددلیفت»، «تراستر»، «پرتاب توپ مدیسین‌بال»، «حرکت شنا»، «بارفیکس»، «کار با طناب»، «پرش ارتفاع درجا» و «اسکات» به شرح تصاویری است که در ادامه می‌آید. شکل ۱۶-۳۷ تصاویری از حرکات پایه کراس فیت را نشان می‌دهد.

<sup>۱</sup>. Burpee



شکل ۱۶-۳۷. حرکات از بالا «برپی»، «ددلیفت»، «دوضرب»، «یکضرب»، «تراستر»، «طناب نبرد»، «بارفیکس»، «شنا»، «کار با توپ مدیسن بال»

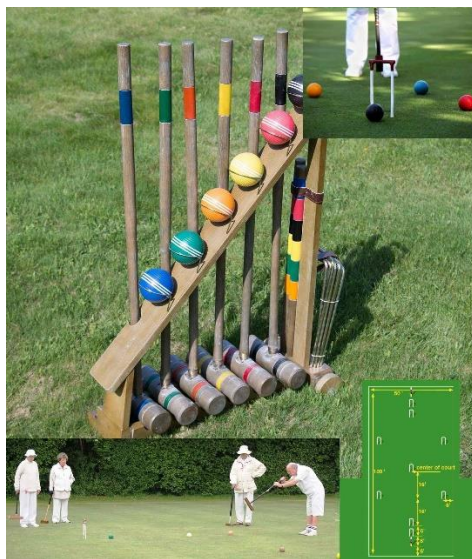
### ۱۶-۳۰. کروکت

ورزشی با مشخصاتی به شرح جدول ۱۶-۲۱ است.

جدول ۱۶-۲۱. مشخصات عمومی رشته ورزشی کروکت

ردیف	محورها	توضیح
۱	سایر اسامی	در فارسی به صورت کروکت و در انگلیسی به صورت کروکی KroKey تلفظ می شود.
۲	تاریخچه جهانی	اواسط قرن ۱۹ در جزایر بریتانیا به ثبت رسید.
۳	تاریخچه در ایران	در سال ۱۳۹۵ وارد ایران شد و در حال حاضر در قالب انجمن کروکت در فدراسیون گلف فعالیت می کند.
۴	انواع رویدادها	این بازی بر روی چمن صاف و هموار انجام می شود ولی نوع خاصی از این ورزش وجود دارد که بر روی سطوح ناهموار انجام می شود و به آن «کروکت گوریلی» گفته می شود.
۵	وسایل و امکانات	الف) زمین چمن: با توجه به نوع ورزش کروکت ابعاد زمین مورد نیاز متفاوت است، به عنوان مثال در رشته ورزشی GC ابعاد زمین به طول و عرض «۳۲ در ۲۵/۶ متر» است. جنس زمین می تواند «چمن طبیعی»، «چمن مصنوعی» و «خاک رس» باشد. ب) مالت: وسیله ای چوبی برای ضربه به توپ ج) توپ: حدود دو برابر یک توپ تنیس و از جنس پلاستیک یا چوب جامد و توپر د) دروازه: از آهن و با توجه به نوع بازی تعداد قابل استفاده در هر بازی متفاوت است. به عنوان مثال در GC تعداد دروازه قابل استفاده ۶ عدد است. ه) پرچم وسط: وسیله ای چوبی با محل استقرار خاص در زمین با توجه به نوع بازی
۶	مقررات کلی	این ورزش یا گروهی یا فردی است و در آن «شش حلقه دروازه فلزی» بر روی زمین کاشته می شود. بازیکنان روبه روی هم در دو گروه قرار می گیرند و توپ هر یک از گروه ها یا افراد رنگ متفاوتی با توپ رقیب دارد. هدف بازی «عبور دادن توپ از بین دروازه ها تا محل قرارگیری تیم مقابل با کمترین ضربه و بیشترین امتیاز» است. توپ باید از کلیه حلقه ها عبور کند و در این میان اگر بتواند توپ رقیب را از مسیر اصلی منحرف کند امتیاز بیشتری دارد. بازیکنان به صورت نوبتی به توپ ضربه می زنند.

شکل ۱۶-۳۸ تصویر از رشته ورزشی کروکت را نشان می‌دهد.



شکل ۱۶-۳۸. تصویر از رشته ورزشی کروکت

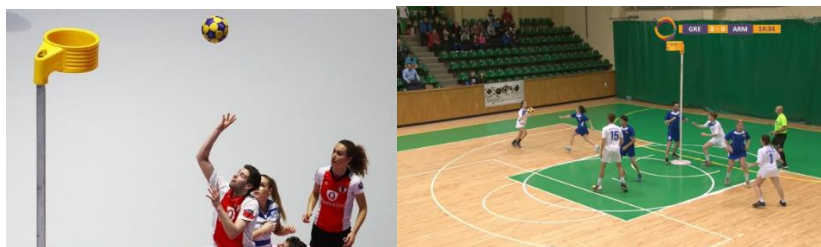
### ۱۶-۳۱. کرفبال

ورزشی شبیه بسکتبال با مشخصاتی به شرح جدول ۱۶-۲۲ است.

جدول ۱۶-۲۲. مشخصات عمومی رشته ورزشی کرفبال

ردیف	محورها	توضیح
۱	سایر اسامی	Korfball
۲	تاریخچه جهانی	فدراسیون بین‌المللی کرفبال یا IKF در سال ۱۹۶۳ تأسیس و در ادامه به عضویت ARISF در آمد.
۴	وسایل و امکانات	هم در سالن و هم در فضای باز قابل اجراست. توپ‌بازی شبیه به توپ فوتبال است.
۵	مقررات کلی	هر تیم از هشت بازیکن تشکیل می‌شود که «چهار نفر آن‌ها زن و چهار نفر مرد» هستند. بازیکنان بر اساس میزان پرتاب توپ و عبور آن از سبد امتیاز می‌گیرند.

شکل ۱۶-۳۹ تصویر از رشته ورزشی کرفبال را نشان می‌دهد.



شکل ۱۶-۳۹. تصویر از رشته ورزشی کرفبال



## ۱۶-۳۲. کوهنوردی

ورزشی با مشخصاتی به شرح جدول ۱۶-۲۳ است.

جدول ۱۶-۲۳. مشخصات عمومی رشته ورزشی کوهنوردی

ردیف	محورها	توضیح
۱	سایر اسامی	Mountaineering
۲	تاریخچه جهانی	اتحادیه بین‌المللی کوهنوردی یا UIAA در سال ۱۹۳۲ تأسیس و عضو ARISF شد.
۳	تاریخچه در ایران	این رشته در ایران زیر نظر فدراسیون کوهنوردی اداره می‌شود.
۴	انواع رویدادها	از دیگر موارد وابسته می‌توان به «غارنوردی، یخ‌نوردی، سنگ‌نوردی و دیواره‌نوردی» اشاره کرد.
۵	وسایل و امکانات	برای صعود مؤثر به کوه‌ها نیاز به ابزارهای متفاوتی است. البته در هر صعود بسته به نوع صعود، منطقه موردنظر، زمان و فصل اجرای برنامه به ابزار و تجهیزات خاصی نیاز است. برخی از این وسایل شامل «کفش مخصوص کوه، کاپشن، کوله‌پشتی، باتوم کوهنوردی، دستکش، کلاه مناسب فصل، بادگیر، جوراب کلفت، کیسه‌خواب، فلاسک‌چای، بطری آب، نقشه، موبایل دارای جی‌پی‌اس» و امثال آن هستند.
۶	مقررات کلی	کوهنوردی یکی از ورزش‌ها یا از جمله تفریحات است. برای برخی نیز کوهنوردی به‌عنوان شغل اصلی یا بخش الزامی شغل اصلی است. پیمایش مسیرهای فنی در کوهستان، با استفاده از ابزارهای فنی و درگیر شدن با مسیرهای سنگی و یخی را «کوهنوردی» می‌نامند. «کوه‌پیمایی» به‌معنای راه‌پیمایی در کوه است و با کوهنوردی تفاوت دارد و بر «بالارفتن» یا «پائین آمدن» از ارتفاعات طبیعی با راه‌پیمایی تأکید دارد. «کوه» به ارتفاعات بیش از «۶۰۰ متر» از زمین‌های اطراف منطقه گفته می‌شود. «قله» بلندترین قسمت هر کوه است و یک کوه می‌تواند یک یا چند قله داشته باشد. اغلب بلندترین قله را «قله اصلی» و سایر قلل در یک خط‌الرأس را «قله‌های فرعی» می‌نامند. در کوهنوردی شرط سنی یا سن بازنشستگی وجود ندارد. در اغلب موارد برای کوهنوردی یا فتح قله‌ای مرتفع و سخت به راهنما نیاز است.

شکل ۱۶-۴۰ تصاویری از رشته ورزشی کوهنوردی را نشان می‌دهد.



شکل ۱۶-۴۰. تصاویری از رشته ورزشی کوهنوردی

## ۱۶-۳۳. گوبازی

بازی تخته‌ای با مشخصاتی به شرح جدول ۱۶-۲۴ است.

جدول ۱۶-۲۴. مشخصات عمومی رشته ورزشی گوبازی

ردیف	محورها	توضیح
۱	سایر اسامی	گو یا وی‌چی Go
۲	تاریخچه جهانی	از قدیمی‌ترین بازی‌های تخته‌ای که فدراسیون بین‌المللی آن یا IGF در ۱۹۸۲ تأسیس و عضو AIMS شد.

مقررات کلی	۳
<p>به صورت دونفره و دارای قوانین ساده و درعین حال با راهبردهای پیچیده است. دو بازیکن به نوبت مهره‌های سیاه و سفید خود را در خانه‌های صفحه بازی دارای شبکه «۱۹ در ۱۹ مربعی» قرار می‌دهند. وقتی مهره‌های روی صفحه قرار گرفت، نمی‌توان آن را حرکت داد مگر اینکه با مهره‌های رنگ مخالف به طور کامل محاصره شود. هدف بازی تصاحب سطح بیشتر از زمین بازی توسط مهره‌ها است.</p>	

شکل ۱۶-۴۱ تصاویری از رشته ورزشی گو بازی را نشان می‌دهد.



شکل ۱۶-۴۱. تصاویری از رشته ورزشی گو بازی

### ۱۶-۳۴. ماساژ

ماساژ را می‌توان فعالیتی منفعل در نظر گرفت. در این روش فرد ماساژگیرنده توسط «ماسور یا ماساژدهنده» با اهدافی چون «آرامش بخشی، سلامت، آماده سازی برای فعالیت خاص یا درمان» ماساژ داده می‌شود. ماساژ ورزشی بر شبیه سازی حرکات ورزشی و آثار مثبت آن‌ها بر بدن تأکید دارد. این اقدامات با شناخت «علم حرکت شناسی» و بهره‌مندی از علوم چون «فیزیولوژی، مفصل شناسی یا آرترولوژی، بیومکانیک، نورولوژی یا عصب شناسی، انسان شناسی یا آنترپولوژی و کالبدشناسی یا آناتومی» صورت می‌گیرد. هر حرکتی در ورزش اثر مشخصی بر «اعصاب، عضلات، گردش خون و جذب اکسیژن» دارد؛ بنابراین روش‌های مختلف ماساژ در «افزایش کیفیت خون رسانی» و «افزایش قابلیت کنترلی و فیزیکی اعضای بدن» اثر می‌گذارند. هدف اصلی «ماساژ ورزشی»، تغییر یا بهینه سازی رفتار بدن با «وارد کردن ضربه و مالش» در نقاط مختلف بدن است.

نقش مهم ماساژ در سلامت انسان‌ها زمینه گسترش آن را فراهم کرده است. از جمله فواید ماساژ می‌توان به «بهبود جریان خون، طراوت، نشاط، خواب آرام، آرامش اعصاب، کاهش استرس، شادابی، سلامت و افزایش بهره‌وری» اشاره کرد. «ماساژ»، در کشورهای مختلف به عنوان زمینه «تفریحی، آموزشی، گردشگری و حتی علمی- پژوهشی» مورد توجه قرار می‌گیرد. در کشورهای شرق آسیا مدرسه‌های مختلف ماساژ با اساتید مختلف و ارائه خدمات و تجهیزات گوناگون این رشته وجود دارند. می‌توان بیش از ۸۰ نوع مختلف ماساژ یا سبک‌های متفاوت در ارائه خدمات ماساژ را شناسایی کرد که اغلب آن‌ها در پنج گروه اصلی به شرح جدول ۱۶-۲۵ قابل دسته‌بندی هستند (گروه علمی-پزشکی، ۱۳۹۰).



جدول ۱۶-۲۵. انواع دسته‌بندی کلی از روش‌های ماساژ

ردیف	انواع	توضیح
۱	ماساژ سنتی اروپایی	روش‌هایی بر اساس فیزیولوژی و آناتومی طب‌غربی که در آن پنج فن دست‌ورزی بافت‌های نرم بدن مورد استفاده قرار می‌گیرد.
۲	ماساژ معاصر غربی	بر پایه روش‌های مدرن آناتومیک شامل روش‌های دست‌ورزی فراتر از چارچوب ماساژ سوئدی و شامل «ماساژ عصبی، ماساژ ورزشی و ماساژ درمانی» است.
۳	ماساژ با اصلاح حرکت و ساختار	با تأکید بر ساختار و حرکت بدن که در آن بدن را با کمک وزن و با دست‌ورزی روی بافت‌های نرم و یا اصلاح الگوهای غلط حرکتی، سازمان‌دهی و کامل می‌کنند.
۴	ماساژ شرقی	بر اساس اصول طب‌سنتی چین و تأکید بر تجدید انرژی حیاتی در جریان موجود در کانال‌های غیرقابل رؤیت بدن و با روش‌های «طب فشاری و شیاتسو» است.
۵	ماساژ ایرانی	مورد استفاده در حمام‌های عمومی و چشمه‌های آب گرم و اغلب توسط افرادی به نام دلاک

با این رویکرد افراد سالم، انواع گروه‌های مشاغل کاری که در انتهای کار احساس خستگی می‌کنند می‌توانند از ماساژ ورزشی برای رسیدن به «آرامش، تمرکز، تقویت سیستم ایمنی، سلامت پوست، بهتر شدن جریان گردش خون و دیگر مزایای آن» استفاده کنند. شکل ۱۶-۴۲ تصاویری از ماساژ ورزشی را نشان می‌دهد.



شکل ۱۶-۴۲. تصاویری از ماساژ ورزشی و آرامش‌بخش

### ۱۶-۳۵. ماهیگیری

«ماهیگیری» با دو شکل «رقابتی» و «تفریحی» انجام می‌شود. این بازی با مشخصاتی به شرح جدول ۱۶-۲۶ است.

جدول ۱۶-۲۶. مشخصات عمومی رشته ورزشی ماهیگیری

ردیف	محورها	توضیح
۱	سایر اسامی	Fishing یا Casting
۲	تاریخچه جهانی	فدراسیون بین‌المللی ماهیگیری تفریحی یا CIPS در سال ۱۹۵۲ تأسیس و عضو AIMS شد. پس‌از آن فدراسیون بین‌المللی ماهیگیری یا ICSF در سال ۱۹۵۵ تأسیس شد و در ادامه به عضویت AIMS در آمد.
۳	تاریخچه در ایران	انجمن ماهیگیری زیر نظر فدراسیون ورزش همگانی فعالیت می‌کند.
۴	وسایل و امکانات	قلاب ماهیگیری
۵	مقررات کلی	عمل پرتاب طعمه یا فریب ماهی با قلاب است.

شکل ۱۶-۴۳ تصاویری از رشته ورزشی ماهیگیری را نشان می‌دهد.



شکل ۱۶-۴۳. تصاویری از رشته ورزشی ماهیگیری

## ۱۶-۳۶. میچ‌اندازی

بازی با مشخصاتی به شرح جدول ۱۶-۲۷ است.

جدول ۱۶-۲۷. مشخصات عمومی رشته ورزشی میچ‌اندازی

ردیف	محورها	توضیح
۱	سایر اسامی	Arm wrestling زور دست
۲	تاریخچه جهانی	فدراسیون جهانی میچ‌اندازی یا WAF در سال ۱۹۷۷ تأسیس و در ادامه عضو AIMS شد.
۳	مقررات کلی	هر شرکت‌کننده دست خود را بر روی سطحی قرار می‌دهد و آنرا از آرنج خم می‌کند به نحوی که فقط آرنج بر روی سطح باشد. سپس کف دست را در دست حریف قلاب می‌کند. هدف، خواباندن دست حریف بر روی سطح به‌ترتیبی است که دست برنده بر روی دست بازنده سوار باشد.

شکل ۱۶-۴۴ تصاویری از رشته ورزشی میچ‌اندازی را نشان می‌دهد.



شکل ۱۶-۴۴. تصاویری از رشته ورزشی میچ‌اندازی

## ۱۶-۳۷. مسابقه ماجراجویانه

به‌طور معمول یک تیم ورزشی و با اجرای چند رشته ورزشی و شامل مسیریابی در یک مسیر طبیعی بدون علامت‌های راهنما است که از دو ساعت تا دو هفته طول می‌کشد. از جمله رشته‌های موجود در آن می‌توان به «پیاده‌روی با کوله‌پشتی»، «دوچرخه‌سواری کوهستان»، «قایقرانی پارویی»، «صخره‌نوردی»، «راپل»، «سوارکاری»، «اسکی» و «قایقرانی در آب‌های خروشان» اشاره کرد. شکل ۱۶-۴۵ تصاویری از رشته ورزشی ماجراجویانه را نشان می‌دهد.





شکل ۱۶-۴۵. تصاویری از رشته ورزشی ماجراجویانه

### ۱۶-۳۸. موج سواری

بازی با مشخصاتی به شرح جدول ۱۶-۲۸ است.

جدول ۱۶-۲۸. مشخصات عمومی رشته ورزشی موج سواری

ردیف	محورها	توضیح
۱	سایر اسامی	Surfing
۲	تاریخچه جهانی	انجمن بین المللی موج سواری یا ISA در سال ۱۹۶۴ تأسیس و عضو ARISF شد.
۳	وسایل و امکانات	پرطرفدارترین تخته‌ها برای مسابقات حدود ۱/۵ متر با ۳ فین می‌باشند. هرچند هنوز هم از تخته‌های بلند با ارتفاع حدود ۳ متر با یک فین بلند استفاده می‌شود که مسابقات مخصوص به خود را دارد.
۴	مقررات کلی	موج سواری از ورزش‌های روی آب است که در آن موج‌سوار زمان قرارگرفتن در قسمت جلوی موج روی تخته می‌ایستد و با قدرت موج حرکت می‌کند.

شکل ۱۶-۴۶ تصاویری از رشته ورزشی موج سواری را نشان می‌دهد.



شکل ۱۶-۴۶. تصاویری از رشته ورزشی موج‌سواری

۱۶-۳۹. نت‌بال

«نت‌بال» بازی شبیه بسکتبال با مشخصاتی به شرح جدول ۱۶-۲۹ است.

جدول ۱۶-۲۹. مشخصات عمومی رشته ورزشی نت‌بال

ردیف	محورها	توضیح
۱	سایر اسامی	Netball
۲	تاریخچه جهانی	فدراسیون بین‌المللی نت‌بال یا IFNA در سال ۱۹۶۰ تأسیس و عضو ARISF شد.
۳	انواع رویدادها	اغلب توسط بانوان بازی می‌شود.
۴	مقررات کلی	بین دو تیم هفت‌نفره در یک زمین مستطیلی برگزار می‌شود که در دو طرف آن سبد توری قرار دارد. مقررات شبیه بسکتبال با این تفاوت که زمین خوردن توپ و قدم برداشتن بازیکن مالک توپ خطا محسوب می‌شود. بازیکن صاحب توپ سه ثانیه فرصت دارد تا پاس بدهد یا شوت کند.

شکل ۱۶-۴۷ تصاویری از رشته ورزشی نت‌بال را نشان می‌دهد.



شکل ۱۶-۴۷. تصاویری از رشته ورزشی نت‌بال

۱۶-۴۰. نجات‌غریق

ورزشی با مشخصاتی به شرح جدول ۱۶-۳۰ است.

جدول ۱۶-۳۰. مشخصات عمومی رشته ورزشی نجات‌غریق

ردیف	محورها	توضیح
۱	سایر اسامی	Lifeguard
۲	تاریخچه جهانی	انجمن بین‌المللی نجات‌غریق یا ILS در سال ۱۹۹۳ تأسیس و عضو ARISF شد.
۳	تاریخچه در ایران	در سال ۱۳۱۴ دکتر گیسون به‌عنوان مشاور ورزشی در ایران، نخستین کلاس نجات‌غریق را در تهران و اردوگاه منظره برگزار کرد. ایران در سال ۱۳۴۲ به عضویت کامل F.I.S. درآمد. در سال ۱۳۵۳ «سازمان نجات‌غریق ایران» به «فدراسیون نجات‌غریق ایران» تغییر نام داد و داود نصیری اولین رئیس آن بود.
۱۰	مقررات کلی	فردی که چیره به فن شناست و برای حفظ و نگهداری از جان شناگران آموزش‌های تخصصی دیده‌است.



شکل ۱۶-۴۸ تصاویری از رشته ورزشی نجات غریق را نشان می‌دهد.



شکل ۱۶-۴۸. تصاویری از رشته ورزشی نجات غریق

### ۱۶-۴۱. نعل اسب بازی

بازی بین دو نفر یا دو تیم دونفره با استفاده از پرتاب نعل به سمت هدف است که در یک زمین چمن یا ماسه انجام می‌شود. اغلب هر بازیکن دو نعل دارد. شکل ۱۶-۴۹ تصاویری از بازی نعل اسب را نشان می‌دهد.



شکل ۱۶-۴۹. تصاویری از بازی نعل اسب

### ۱۶-۴۲. نگهداشتن پر در هوا

ورزشی مربوط به نگهداشتن پر در هوا با مشخصاتی به شرح جدول ۱۶-۳۱ است.

جدول ۱۶-۳۱. مشخصات عمومی رشته ورزشی شاتل کاک

ردیف	محورها	توضیح
۱	سایر اسامی	شاتل کاک معادل Shuttlecock، به چینی جیانزی یا Jianzi و به انگلیسی هکی ساک چینی یا Chinese hacky sack
۲	تاریخچه جهانی	یک ورزش سنتی چینی و برگرفته از بازی کوچو cuju با قدمت ۲۰۰۰ ساله و معروف به فوتبال چینی
۴	انواع رویدادها	الف) ضربه‌ای دایره‌ای بین ۵-۱۰ نفر، ب) مسابقه بین دو نفر در مقابل هم
۹	وسایل و امکانات	زمین بازی جیانزی مشابه زمین والیبال است.
۱۰	مقررات کلی	بازیکنان باید «شاتل کاک» یا همان توپ پر دار را توسط بدن خود، بدون استفاده از دست کنترل کنند. همچنین شکل‌هایی از این بازی به صورت خیابانی برگزار می‌شود.

شکل ۱۶-۵۰ تصاویری از رشته ورزشی شاتل کاک یا جیانزی را نشان می‌دهد.



شکل ۱۶-۵۰. تصاویری از رشته ورزشی شاتل‌کاک یا جیانزی

«پتاکا یا Peteca» نیز از ورزش‌های نسبتاً مشابه آن و بومی برزیل است. توپ این ورزش هم چون توپ بدمیتون از نوع شاتل‌کاک است. هدف از این بازی ضربه‌زدن به «شاتل‌کاک» با دست خود روی توری شبیه بازی والیبال و فرستادن آن به محوطه مقابل و مربوط به حریف است. انواع بازی‌های دونفره یا گروهی آن انجام می‌شود. شکل ۱۶-۵۱ تصاویری از بازی پتاکا را نشان می‌دهد.



شکل ۱۶-۵۱. تصاویری از رشته ورزشی پتاکا

### ۱۶-۴۳. ورزش‌های زیر آب

ورزش‌های آبی دارای مشخصاتی به شرح جدول ۱۶-۳۲ هستند.

جدول ۱۶-۳۲. مشخصات عمومی ورزش‌های زیر آب

ردیف	محورها	توضیح
۱	سایر اسامی	Underwater sports
۲	تاریخچه جهانی	فدراسیون جهانی ورزش‌های زیر آب یا CMAS در سال ۱۹۵۹ در فرانسه تأسیس و عضویت ARISF شد.
۳	تاریخچه در ایران	کمیته غواصی در ایران زیر نظر فدراسیون نجات غریق فعالیت می‌کند.
۴	انواع رویدادها	شامل انواع غواصی «آزاد، تفریحی، اسکوبا و اسنورکلینگ» و «شنا بافین» که حتی مسابقات آن‌ها در آب‌های داخل استخر و آزاد وجود دارد. رقابت‌های شنای با فین جزو بازی‌های آسیایی است.
۱۰	مقررات کلی	«غواصی آزاد» بر نگهداشتن نفس بدون تجهیزات تنفسی در زیر آب تأکید دارد. غواصی تفریحی بر گشت‌های تفریحی غواصی زیر آب تأکید می‌کند. «شنا با فین» ورزشی برای زیر آب و با فنونی چون «شنا با فین‌ها روی سطح آب و اسنورکل با مونوفین یا بیفین» یا «شنا با فین زیر آب با مونوفین»، «نگه-داشتن نفس» یا «استفاده از تجهیزات غواصی مدار باز» است.

شکل ۱۶-۵۲ تصاویری از رشته ورزش‌های زیر آب را نشان می‌دهد.



شکل ۱۶-۵۲. تصاویر بالا مربوط به رشته غواصی و تصاویر پایین مربوط به رشته شنا با فین

### ۱۶-۴۴. ورزش های هوایی

ورزش های هوایی دارای مشخصاتی به شرح جدول ۱۶-۳۳ هستند.

جدول ۱۶-۳۳. مشخصات عمومی ورزش های هوایی

ردیف	محورها	توضیح
۱	سایر اسامی	Air Sports
۲	تاریخچه جهانی	فدراسیون بین المللی ورزش های هوایی یا FAI در سال ۱۹۰۵ تأسیس و عضو ARISF شد.
۳	انواع رویدادها	«بالون ها»، «کشتی های هوایی»، «هوایماهای تفریحی»، «هوایماهای کنترلی»، «بادپرها یا گلایدر و بادپرها موتوری»، «کایت سواری»، و ...

شکل ۱۶-۵۳. تصاویری از ورزش های هوایی را نشان می دهد.



شکل ۱۶-۵۳. تصاویری از ورزش های هوایی

### ۱۶-۴۵. ورق بازی یا کارت بازی

بازی با مشخصاتی به شرح جدول ۱۶-۳۴ است.



جدول ۱۶-۳۴. مشخصات عمومی رشته ورزشی ورق‌بازی

ردیف	محورها	توضیح
۱	سایر اسامی	ورق‌بازی یا بازی ورق یا کارت‌بازی معادل Playing card
۲	تاریخچه جهانی	تاریخ آن در چین است و فدراسیون جهانی ورق‌بازی یا WBF در ۱۹۵۸ تأسیس و عضو ARISF شد.
۳	انواع رویدادها	بازی‌های متنوعی از جمله «۲۱، حکم، چهاربرگ، پوکر، ریم، هفت خبیث، رامی، لارانس، باراکا، بریج، بی‌بی سلام و دیگر موارد مشابه» دارد.
۴	وسایل و امکانات	ورق‌های بازی پاستور از ۵۲ عدد صفحه مقوایی یا پلاستیکی در چهار دسته خال مختلف ۱۳ کارتی به علاوه دو عدد کارت جوکر یا دلک
۵	مقررات کلی	از ورق‌ها برای انواع بازی و سرگرمی، شعبده‌بازی‌ها، چشم‌بندی و تردستی‌ها استفاده می‌شود. اکثر بازی‌ها و سرگرمی‌ها با ۵۲ کارت اصلی صورت می‌گیرد و جوکر نقش چندانی در بازی‌ها ندارد و گاهی از کارت جوکر به جای کارت گمشده استفاده می‌شود. البته بازی‌ها و سرگرمی‌هایی مثل بازی شیطانک و شلم با کارت جوکر انجام می‌شوند. هر ورق در یک طرف دارای شکل و علامت متمایزکننده آن از بقیه ورق‌ها است اما طرف دیگر همه آن‌ها در یک دست ورق کاملاً مشابه خواهد بود.

شکل ۱۶-۵۴ تصاویری از رشته ورزشی ورق‌بازی را نشان می‌دهد.



شکل ۱۶-۵۴. تصاویری از رشته ورزشی ورق‌بازی

## ۱۶-۴۶. وودبال

«وودبال» بازی شبیه گلف با مشخصاتی به شرح جدول ۱۶-۳۵ است.

جدول ۱۶-۳۵. مشخصات عمومی رشته ورزشی وودبال

ردیف	محورها	توضیح
۱	سایر اسامی	Woodball
۲	تاریخچه جهانی	فدراسیون بین‌المللی وودبال در سال ۲۰۰۴ تأسیس شد.
۳	تاریخچه در ایران	انجمن وودبال ایران زیر نظر فدراسیون گلف فعالیت می‌کند.
۴	مقررات کلی	وسیله زدن ضربه از جنس چوب با آلومینیوم خاص است. اهرم با زاویه قائم برچکش ضربه‌زننده قرار می‌گیرد تا توپ چوبی و نسبتاً سنگین بازی به سمت دروازه ۱۵ سانتی‌متری هدایت شود. در میان پل ارتباطی دوپایه دروازه، آویزی وجود دارد که توپ پس از برخورد به آن و گردش آویز از دروازه عبور می‌کند.

شکل ۱۶-۵۵ تصاویری از رشته ورزشی وودبال را نشان می‌دهد.



شکل ۱۶-۵۵. تصاویری از رشته ورزشی وودبال

#### ۱۶-۴۷. هندپلو

رشته ورزشی هندپلو فعالیت افراد «مبتدی و ماهر» در قسمت‌های کم عمق استخرها و آب‌های فضای طبیعی با رویکرد تفریحی است. این بازی بدون هیچ محدودیتی با یک توپ در فضای آبی قابل اجرا خواهد بود. دکتر سیدمحمد کاشف به‌عنوان «استاد مدیریت ورزشی دانشگاه ارومیه و رئیس انجمن شنای دانشگاه‌ها و مؤسسات آموزش عالی کشور» از سال ۱۳۸۷ این بازی را طراحی و برای آن «قوانین و مقرراتی» تدوین کرد. نخستین دوره رسمی مسابقات آن در چهارمین المپیاد ورزش‌های همگانی دانشجویان کشور در تابستان ۱۳۹۸ بود. در این رشته دو تیم چهارنفره در قسمت کم عمق «حدود ۸۰ تا ۱۲۰ سانتی‌متر» استخرهای شنا و با استفاده از «حرکات و فنون برگرفته از رشته‌های هندبال، واترپلو و بسکتبال» با یکدیگر رقابت می‌کنند. هر دروازه مربوط به هر تیم در دو طرف دارای «۲ متر طول، ۹۰ سانتی‌متر و ۱ متر ارتفاع و ۹۰ سانتی متر عمق» دارد. هنگام برگزاری مسابقات بازیکنان برای داوری آسان‌تر از کلاه شماره‌دار واترپلو استفاده می‌کنند. شکل ۱۶-۵۶ تصاویری از رشته ورزشی هندبال را نشان می‌دهد.



شکل ۱۶-۵۶. تصاویری از رشته ورزشی هندپلو

#### ۱۶-۴۸. هلله‌گران یا مشوقان

شبهه رقص و با مشخصاتی به شرح جدول ۱۶-۳۶ است.



جدول ۱۶-۳۶. مشخصات عمومی رشته ورزشی هلله‌گران یا مشوقان

ردیف	محورها	توضیح
۱	سایر اسامی	Cheerleading
۲	تاریخچه جهانی	اتحادیه بین‌المللی هلله‌گران یا ICU در سال ۲۰۰۴ تأسیس و عضو ARISF شد.
۴	مقررات کلی	فعالیت‌هایی که در آن هلله‌گران تیم خود را در قالب یک نمایش تشویق می‌کنند. این فعالیت‌ها می‌تواند شامل شعار و مجموعه‌ای از فعالیت‌ها، حرکات منظم و رقص باشد. این فعالیت‌ها اغلب پیش یا بین بازی‌ها و با زمان‌های بین یک تا سه دقیقه انجام می‌شود. امروزه در بسیاری کشورها به یک رشته ورزشی تبدیل شده و مسابقات آن برگزار می‌شود.

شکل ۱۶-۵۷ تصویری از رشته ورزشی هلله‌گران یا مشوقان را نشان می‌دهد.



شکل ۱۶-۵۷. تصویری از رشته ورزشی هلله‌گران یا مشوقان

#### ۱۶-۴۹. یوگا

یوگا قدمتی بیش از سه‌هزارسال دارد و منتسب به کشور هند است. یوگا در زبان سانسکریت به معنای «یگانگی و کنترل امواج ذهنی و رسیدن به آگاهی کامل روحی» است. این ورزش از هشت مرحله وجودی انسانی به شرح جدول ۱۶-۳۷ تشکیل می‌شود.

جدول ۱۶-۳۷. مراحل یوگا

ردیف	مراحل	توضیح
۱	یاما	ریشه درخت یا آموزه‌های اخلاقی-اجتماعی در مورد پرهیزات
۲	نیاما	تنه درخت یا آموزه‌های اخلاقی-اجتماعی در مورد واجبات
۳	آسانا	شاخه درخت یا تمرینات بدنی همان حرکات یوگا
۴	پرانایاما	برگ درخت یا تمرینات تنفس و کنترل انرژی
۵	پراتی‌هارا	پوست یا تمرینات کنترل هیجان و احساسات
۶	دهارانا	شیره درخت یا تمرینات تمرکز ذهن
۷	دیانا	گل یا تمرینات تفکری و خاموشی ذهن
۸	صمدی	میوه درخت یا رسیدن به خلوص و یگانگی

«یوگی» به مرد یوگاکار و «یوگینی» به زن یوگاکار اطلاق می‌شود. مسابقات یوگا در دو بخش انفرادی و تیمی ۲ تا ۱۰ نفره و شش گروه سنی برگزار می‌شود. ورزشکار باید در سه مرحله ۲۲ حرکت آسانا را که شامل «انعطاف‌پذیری، تعادل، کشش، قدرت، استقامت، هماهنگی عصب و عضله» را در مدت ۵ دقیقه به نمایش بگذارد. شکل ۱۶-۵۸ تصاویری از تمرینات یوگا را نشان می‌دهد.



شکل ۱۶-۵۸. تصاویری از ورزش یوگا

#### خلاصه

ورزش‌های همگانی و تفریحی بر سلامت جسمی و روانی بدون محدودیت جنسی، سنی، مالی و جسمی همراه با کسب لذت تأکید دارد. در این فصل برخی از مهم‌ترین ورزش‌های دارای ظرفیت همگانی و تفریحی معرفی شدند. بی‌شک برای معرفی تمامی ورزش‌های موجود در این عرصه در سطح جهان به یک کتاب مستقل نیاز است. اما دانش‌آموز، دانشجو و دانش‌آموخته علوم ورزشی با شناخت انواع این رشته‌ها و استفاده مناسب از آن‌ها در محیط عمل و حتی طراحی‌های نوین می‌تواند نقش مؤثرتری متناسب با رشته تخصصی خود داشته باشد.

#### فعالیت‌هایی برای یادگیری

- ده رشته موردعلاقه خود در ورزش همگانی و تفریحی را فهرست کنید و آن‌ها را بر اساس ظرفیت‌های موجود در آن رده‌بندی کنید.
- نظر متخصصان این حوزه را در رابطه با رشته‌های منتخب خود جویا شوید و آثار سلامت روانی و جسمانی آن را تحلیل کنید.





**بخش چہارم**

**پژوہش، کارآفرینے و**

**برندسازی در علوم ورزشے**

# پژوهش و کارآفرینی در علوم ورزشی

هدف کلی: آشنایی با پژوهش و کارآفرینی در علوم ورزشی

اهداف یادگیری:

- آشنایی با جستجو و پژوهش مؤثر در علوم ورزشی
- آشنایی با مبانی کارآفرینی ورزشی
- آشنایی با راه‌اندازی استارت‌آپ در ورزش

## مقدمه

کارآفرینی در علوم ورزشی به معنای ارزش آفرینی در این حوزه است. تفاوت کارآفرینی در دانشگاه با دیگر مراکز در استفاده از راهبردهای حرفه‌ای در جستجو و پژوهش است. دانش آموز، دانشجو و دانش آموخته علوم ورزشی باید از توانایی مناسب در فن جستجو و پژوهش و انجام کارآفرینی به کمک آن است.

## ۱۷-۱. تفاوت جستجو و پژوهش

یکی از مهم‌ترین فعالیت‌های دائمی در طول یک پژوهش «جستجو» است. مفهوم پژوهش به نوعی بازیابی همین جستجوها است. جستجو رکن اصلی در پژوهش است، حتی با توجه به کلمه «Research» مشاهده می‌کنیم که با اضافه شدن پیشوند «Re» به کلمه «Search» یا جستجو، مفهوم پژوهش شکل می‌گیرد. «جستجو» اقدامی برای پیدا کردن چیزی خاص و امری پیوسته در طول هر پژوهش است. کارشناس علوم ورزشی باید با مهارت جستجو و در سطح پیشرفته‌تر پژوهش برای تصمیم‌گیری‌های حرفه‌ای خود آشنا شود. مهم‌ترین گام در جستجو انتخاب اولیه «کلیدواژه‌ها» بر اساس متغیرهای مورد بررسی و یافتن بهترین‌ها برای اثربخشی بیشتر جستجوها است. برای نمونه می‌توان متغیر مربوط به «هوش هیجانی» را با مترادف‌هایی چون «هوش عاطفی و هوش احساسی» نیز جستجو کرد. همچنین می‌توان از ترکیبی از کلمات یا جملات و عبارتهایی یا حتی استثنا کردن برای جستجو استفاده نمود. در مواردی هم می‌توان جستجو را با فیلترهایی چون «نوع مقاله، فرمت، گروه نشریه و امثال آن» محدود کرد. با شناسایی انواع منابع و مطالب حاصل از جستجو، جستجوگر باید از قابل اطمینان بودن آن‌ها مطمئن شد. در حوزه علم، بهترین و مطمئن‌ترین نتایج جستجو «مبانی نظری» و «پیشینه پژوهش‌های دیگر» است. این اطلاعات را می‌توان در منابعی به شرح جدول ۱۷-۱ مرور کرد (قاسمی و همکاران، ۱۳۹۸).

جدول ۱۷-۱. انواع منابع قابل استفاده در جستجو

ردیف	منابع	توضیحات
۱	مقاله	با تأکید بر مقالات پژوهشی
۲	پایان‌نامه‌ها و رساله‌ها	با تأکید بر رساله‌ها و سپس پایان‌نامه‌های مرتبط
۳	گزارش‌های پژوهشی	مرتبط به سازمان‌های خاص مانند وزارت علوم، تحقیقات و فناوری
۴	کتاب مجموعه مقالات همایش‌ها	استفاده از کتاب حاوی تمام مقالات ارائه شده در یک همایش
۵	کتاب	با تأکید بر کتب تخصصی
۶	رسانه‌های جمعی معتبر	با تأکید بر رسانه‌های رسمی
۷	افراد صاحب نظر	دیدگاه‌های مطرح شده توسط صاحب نظران در مجامع معتبر
۸	اسناد دولتی	اسناد مجاز و قابل انتشار دولتی
۹	گزارش‌های منتشر نشده	پژوهش‌ها یا اسناد منتشر نشده به طور رسمی
۱۰	اینترنت	با تأکید بر سایت‌های معتبر و اختصاصی سازمانی

اغلب این منابع را می‌توان در مراکزی چون «کتابخانه، اینترنت، سازمان‌های موردبررسی، دانشگاه‌ها، مراکز پژوهشی و به‌ویژه پایگاه‌های داده» یافت. برای جستجوی مؤثر در کتابخانه باید با محل قرار گرفتن منابع متنوع، مقررات حاکم و دیگر منابع اطلاعاتی آشنا بود یا از کتابداران کمک گرفت.

مقاله‌ها یا «علمی» یا «مطبوعاتی» هستند و بهترین آن‌ها برای انجام کارهای پژوهشی مرتبط و نزدیک بودن به متغیر موردبررسی است. مقالات علمی به‌عنوان گزارشی فشرده از یک پژوهش، در سریع‌ترین زمان ممکن اطلاعاتی اساسی را فراهم می‌کنند و از نظر اعتبار جایگاه اعتباری بالاتری از مقالات مطبوعاتی دارند. البته مقاله‌های مطبوعاتی که توسط افراد صاحب‌نظر نوشته می‌شوند نیز دارای اعتبار بیشتری حتی در مقایسه از برخی مقالات علمی هستند. در استفاده از هر یک از انواع کتاب باید به «نویسنده، درجه تحصیلی و سوابق آموزشی و پژوهشی او» توجه داشت. کتاب‌ها دید وسیعی از موضوع موردبررسی فراهم می‌کنند، اما اغلب تأکید عمیق بر موضوع خاص ندارند و بیشتر حالت کلی هستند. گاهی می‌توان برای تکمیل اطلاعات از اخبار خبرگزاری‌ها، مطبوعات، رادیوتلوویزیون نیز استفاده کرد. در صورتی که بتوان اخبار یا اطلاعاتی را به نقل از رسانه‌های رسمی و معتبر اعلام کرد، می‌توان آن را مورد استفاده قرار داد. بسیاری از تغییرات، تحولات، اخبار اجتماعی و مدیریتی از طریق این منابع اعلام می‌شود. در مواردی نظرات کارشناسان و افراد صاحب‌نظر در یک حوزه خاص، می‌تواند به‌عنوان یک منبع مورد استفاده قرار گیرد. هر چه قدر فرد از مرتبه علمی، تخصصی و اجرایی مرتبط بالاتری برخوردار باشد، ارزش نظراتش بیشتر است.

امروزه اینترنت به‌عنوان یک فضای نامحدود و پر از اطلاعات متنوع و مختلف برای همه شناخته شده است. امکان حضور همگانی و ارائه اطلاعات بدون هیچ محدودیتی در این فضا باعث شده است تا شناسایی اطلاعات مفید و معتبر به یک مهارت ویژه نیازمند باشد. مبدأ وب‌سایت‌های جهانی به‌وسیله اصطلاحات مختلف انتهای آدرس سایت مشخص می‌شود. «.com» بیانگر یک سایت تجاری، «.org» نشان‌دهنده یک سایت غیرانتفاعی، «.edu» یک سایت آموزشی و «.gov» سایتی مرتبط با مرکز دولتی است. در انتخاب وب‌سایت‌ها باید محتاط بود زیرا سایت‌های تجاری اغلب رویکرد فروش محصولات را بر تدارک اطلاعات مناسب ترجیح دهند. اینترنت راهی سریع و آسان برای دسترسی به اطلاعات است اما جستجوگران باید نسبت به این موضوع هوشیار باشند که کدام سایت‌ها از اعتبار مناسبی برخوردار هستند.

## ۱۷-۲. استفاده مؤثر از موتورهای جستجو

استفاده مؤثر از موتورهای جستجو نیاز به مهارت‌های خاصی دارد که نخستین گام در این امر، شناخت دقیق موتورهای جستجوی مورد استفاده است. اگر رکوردها یا نتایج برای جستجوی یک کلمه یا عبارت خاص، هیچ بود باید نکاتی به شرح جدول ۱۷-۲ را مورد توجه قرار داد (قاسمی و همکاران، ۱۳۹۸).





جدول ۱۷-۲. نکاتی برای بهبود نتایج حاصل از جستجوی یک کلمه یا عبارت

ردیف	نکته	توضیح
۱	کاهش عبارت	حذف یک یا چند کلمه از عبارت
۲	افزایش عبارت	اضافه کردن یک یا چند کلمه
۳	استفاده از معادل	استفاده از معادل‌های عمومی‌تر یا مترادف‌ها برای کلمات منتخب
۴	استفاده از پیشنهادها	استفاده از جایگزین‌های پیشنهادی موتور جستجو
۵	رویکرد ترکیبی	مانند And با کلمه پیشنهادی برای اضافه شدن یا Not برای نبودن آن کلمه پیشنهادی در جستجو
۶	توجه به نگارش	مانند «فرایند یا فرآیند»، «باتری یا باطری» یا گاهی املای غلط مانند «دانشندان به جای دانشمندان»
۷	جمع یا مفرد بودن	مانند «دانشجو یا دانشجویان»، «مرد یا مردان» و امثال آنکه می‌تواند نتایج جدیدی داشته باشد.

موتور جستجوی گوگل، یکی از پرکاربردترین موتورهای جستجو است که با شناخت انواع نشانه‌های کاربردی یا عملگرهای این موتور به شرح جدول ۱۷-۳ می‌توان به شکل مؤثرتری با آن جستجو کرد.

جدول ۱۷-۳. انواع دستورات عملگر برای جستجوی مؤثر در موتور جستجوی گوگل

ردیف	انواع	توضیح
۱	" "	قراردادن کلمه یا عبارت بین این دو نشانه باعث جستجوی عین عبارت خواهد شد.
۲	OR	قراردادن آن بین دو کلمه مانند «تهران OR طهران» باعث جستجو برای هر دو شکل خواه بود.
۳	-	قراردادن آن بین دو کلمه مانند «پرسپولیس-پیروزی» باعث جستجوی پرسپولیس منهای پیروزی خواهد بود.
۴	*	برای تکمیل بخش ناشناخته عبارت مانند «عقل سالم در * است» که با جستجو نتیجه «عقل سالم در بدن سالم است» ظاهر می‌شود.
۵	در سایت	بعد از کلمه موردنظر، سایتی می‌آید تا تمام محتوای سایت موردنظر برای آن کلمه جستجو شود.
۶	Filetype	با «روش پژوهش Filetype: PDF» تمام فایل‌های مرتبط با روش پژوهش و فرمت «پی‌دی‌اف» جستجو می‌شود.
۷	Intitle	با "تاریخ ورزش": Intitle تمام صفحات با عنوان «تاریخ ورزش» جستجو می‌شود.
۸	Define	با define: Sport کلمه ورزش را برای شما تعریف می‌کند.
۹	weather	با تهران: weather انواع گزارش از آب‌وهوای تهران جستجو و گزارش داده می‌شود.
۱۰	Time	با Tehran time انواع گزارش از زمان مربوط به تهران جستجو و گزارش داده می‌شود.
۱۱	Map	با تهران map انواع گزارش از نقشه مربوط به تهران جستجو و گزارش داده می‌شود.
۱۲	In	با قراردادن آن بین دو واحد اندازه‌گیری یا مالی می‌توان معادل آن را به دست آورد.
۱۳	?	بازیابی یک حرف به جای علامت؟ مانند جستجوی Student? و بازیابی منابع با Students
۱۴	>, <, =	استفاده در عبارات عددی مانند جستجوی مقاله‌های منتشرشده در سال خاص، یا سال‌های قبل یا بعد آن

یکی از پرکاربردترین این پایگاه داده‌ها، گوگل اسکولار است که در ادامه به معرفی بیشتر آن خواهیم پرداخت. با ورود نشانی این پایگاه محیطی به شکل ۱۷-۱ نمایان می‌شود.

شکل ۱۷-۱. محیط شروع به کار گوگل اسکولار

در قسمت سمت چپ و بالای این محیط، نشانه سه خط، فهرست منوی این محیط را نشان می‌دهد که با کلیک بر روی آن محیطی به شکل ۱۷-۲ نمایان خواهد شد.



شکل ۱۷-۲. بازکردن منوی گوگل اسکولار

هر یک از موارد دارای ویژگی‌هایی به شرح جدول ۱۷-۴ هستند.

جدول ۱۷-۴. انواع کارکردهای گزینه‌های گوگل اسکولار

ردیف	انواع	توضیح
۱	My profile	حساب کاربری شما با امکان در اختیار گذاشتن رزومه خود برای دیگران
۲	My library	به‌مثابه کتابخانه دیجیتال شما برای ذخیره مقاله‌ها و کتاب‌های موردنظران و مطالعه آن‌ها
۳	Alerts	ارائه موضوعات موردعلاقه و درخواست اطلاع‌رسانی درباره آخرین تولیدات به جیمیل شما
۴	Metrics	ارائه اطلاعات مربوط به انواع دسته‌بندی و رتبه‌بندی نشریات علمی در سطح جهان
۵	Advanced search	امکان انجام جستجوی پیشرفته و پیدا کردن نیازها با دقت بیشتر

در زیر هر یک از منابع پدیدار شده حاصل از جستجو، می‌توان گزینه‌های قابل انتخابی به شرح جدول ۱۷-۵ دید.

جدول ۱۷-۵. انواع گزینه‌های قابل انتخاب در مقاله‌های شناسایی شده در گوگل اسکولار

ردیف	انواع	توضیح
۱	☆	با کلیک روی ستاره و پررنگ شدن آن، مقاله یا کتاب وارد کتابخانه دیجیتال شما در گوگل می‌شود.
۲	🔗	با انتخاب آن می‌توان استناد مقاله موردنظر را به سبک‌های مختلفی مانند ونکوور و هاروارد کپی کرد.
۳	Cited by 43	نمایشگر تعداد مورد استناد قرار گرفتن مقاله
۴	Related articles	با انتخاب آن مقالات مرتبط نمایش داده می‌شود.
۵	Import into Endnote	با این گزینه می‌توان استناد مقاله موردنظر را به اندنوت وارد کرد.



## ۱۷-۳. الگوهای مؤثر مطالعه منابع جستجو شده

مهارت خواندن یکی از ملزومات کلیدی برای جستجوگر است و او باید بتواند به شکلی بهره‌ورانه، منابع جستجو شده را مطالعه و نیازهای اطلاعاتی خود را در درون آن‌ها تشخیص داده و استخراج کند. خواندن صحیح، نیاز به تفکر و درک پیام نویسنده دارد. واژه‌ها، ابزار خواندن هستند و وقتی فرد متنی را می‌خواند باید منظور نویسنده را بفهمد. توانایی و مهارت در خواندن امکان مطالعه مفید و مؤثر را افزایش می‌دهد. در خواندن روش صحیح مطالعه اهمیت دارد و متأسفانه در نظام‌های آموزشی، روش‌های صحیح مطالعه به خوبی آموزش داده نمی‌شوند. بامطالعه مؤثر و مهارت مناسب در خواندن می‌توان بر ضعف ذاتی حافظه غلبه کرد. مهارت خواندن موجب «روانی در خواندن»، «کاهش زمان مطالعه»، «افزایش میزان یادگیری»، «نگهداری بیشتر مطالب در حافظه» و «آسان‌سازی یادآوری» می‌شود. مهارت خواندن بر رمزگشایی و درک مطالب نوشتاری در سریع‌ترین زمان ممکن تأکید دارد. انواع سرعت خواندن با توجه به هدف در جدول ۱۷-۶ معرفی شده است.

جدول ۱۷-۶. انواع سرعت خواندن متناسب با هدف

ردیف	انواع خواندن	توضیح
۱	سطحی	برای یافتن مراجع و به دست آوردن نکات مهم یک مقاله یا کتاب مناسب
۲	تندخوانی	برای دوباره خوانی مطالب آشنا و به منظور جمع‌آوری اطلاعات با مصارف فوری
۳	عادی	برای یافتن پاسخ به سؤالات، توجه به جزئیات و مرتبط ساختن آن‌ها با مفاهیم اصلی
۴	با دقت	برای درک دقیق محتوا و یادگیری به ترتیب جزئیات و تکمیل مفاهیم از پیش آماده شده

جستجو با مطالعه مؤثر به درک و انتخاب بیشترین مطلب موردنیاز با کمترین علائم کمک می‌کند. «درک» پایه و اساس خواندن است که با عمیق شدن و شناخت مفاهیم پایه در حوزه مورد مطالعه، زمینه بیشتری برای آن فراهم می‌شود.

## ۱۷-۴. پژوهش در علوم ورزشی

یکی از تفاوت‌های «افراد حاضر در دانشگاه‌ها» برای کارآفرینی با دیگر سازمان‌ها در این است که دانشگاهیان به مدد جستجو و پژوهش مؤثر به «راه‌ها و راه‌حل‌های خلاقانه و نوآورانه» کم خطاتری دست پیدا می‌کنند. البته این امر مستلزم آن است که فرد «پژوهش کاربردی» را خوب یاد بگیرد.

پژوهش می‌تواند از سطوح ساده «یک جستجوی نظام‌مند ساده» شروع و به سطوح پیشرفته از پژوهش مانند «پژوهش‌های ترکیبی» برسد. در بسیاری از موارد می‌توان با الگوهای ساده پژوهشی به راه‌حل‌های نوآورانه زیادی برای کارآفرینی دست یافت. در همین کتاب در قسمت «فعالیت‌هایی برای یادگیری» توصیه‌هایی از الگوهای پژوهشی ساده شده است که با انجام آن خواهید دید چطور ابعاد و نگرش شما در حوزه مورد مطالعه توسعه خواهد یافت و زمینه‌های ارائه پیشنهادها کاربردی بیشتری از سوی شما فراهم می‌شود. پژوهش مانند جستجو یک مهارت است و به شکل ساده سه گام اصلی به شرح جدول ۱۷-۷ را در بر می‌گیرد.

جدول ۱۷-۶. مراحل پژوهش در علوم ورزشی

ردیف	مراحل	توضیح
۱	طراحی پژوهش	یعنی عنوان، اهداف، سؤالات پژوهش و روش اجرای پژوهش را برای خود مشخص کردن
۲	اجرای پژوهش	یعنی برای پاسخ به سؤالات جستجو کردن و جمع‌آوری اطلاعات، تحلیل و نتیجه‌گیری از آن‌ها
۳	انتشار نتایج	یعنی بازاریابی و اطلاع‌رسانی درباره نتایج به‌دست‌آمده از پژوهش

در این زمینه «عنوان» یا هدف کلی، مسیر پژوهشی شما را به‌طور کلی مشخص می‌کند. در مرحله بعد «اهداف اختصاصی و سؤالات پژوهش» جزئیات موردبررسی و در ادامه «روش اجرای پژوهش» چگونگی اجرای پژوهش شما را نشان می‌دهد. برای نمونه به یک الگوی ساده در طراحی پژوهش به شرح جدول ۱۷-۷ توجه کنید.

جدول ۱۷-۷. یک نمونه ساده از طراحی پژوهش

ردیف	مراحل	توضیح
۱	عنوان پژوهش	شناسایی و اولویت‌بندی گرایش‌های تخصصی مدیریت در علوم ورزشی
۲	هدف کلی	شناسایی کردن انواع گرایش‌های مدیریت ورزشی در علوم ورزشی و اولویت‌بندی کردن آن‌ها برای انتخاب
۳	اهداف اختصاصی	الف) شناسایی انواع گرایش‌های مدیریت ورزشی در علوم ورزشی ب) اولویت‌بندی انواع گرایش‌های مدیریت ورزشی در علوم ورزشی
۴	سؤالات پژوهش	الف) انواع گرایش‌های مدیریت ورزشی در علوم ورزشی کدام‌اند؟ ب) اولویت‌بندی انواع گرایش‌های مدیریت ورزشی در علوم ورزشی به چه صورت است؟
۵	روش اجرای پژوهش	الف) روش پژوهش کیفی و استفاده از مصاحبه ب) جامعه موردبررسی، افراد صاحب‌نظر در رشته مدیریت ورزشی که تعداد محدودی بین ۱۰ تا ۱۵ نفر به‌صورت غیرتصادفی و هدفمند انتخاب و با آن‌ها مصاحبه می‌شود. ج) ابزار جمع‌آوری داده‌ها شامل سؤالات نیمه‌ساختاریافته به این نحو که ابتدا درباره انواع گرایش‌ها یا تکمیل فهرست تهیه‌شده سؤال می‌شود و پس‌از آن پرسیده می‌شود که کدام گرایش از آینده بهتری برخوردار هستند و به چه دلیل؟ د) تحلیل داده‌های جمع‌آوری‌شده و دادن رتبه به گرایش‌ها بر اساس نظرات جمع‌آوری‌شده ه) بحث و نتیجه‌گیری و ارائه پیشنهادها کاربردی

بسیاری از افرادی که قصد تحصیل در رشته علوم ورزشی و گرایش مدیریت را دارند، با همین پژوهش ساده می‌توانند تا حد زیادی ضریب خطای تصمیم‌گیری خود را کاهش دهند یا با پیشنهادها مؤثر به دیگران مشاوره دهند. از سوی دیگر با شناسایی راهبردهای اختصاصی تجربه نشده می‌توان مقدمه‌ای برای نوآوری و کارآفرینی‌های احتمالی داشت.

## ۱۷-۵. دانشگاه کارآفرین و علوم ورزشی

دانشجویان علوم ورزشی باید آگاه باشند که دانشگاه‌های برجسته دنیا برای سازگاری خود در تحولات محیطی، به نسل‌های جدید «سوم و چهارم» به شرح جدول ۱۷-۸ وارد شده‌اند.

جدول ۱۷-۸. انواع نسل‌های دانشگاهی برای تربیت نیروی متخصص

ردیف	انواع	توضیح
۱	نسل اول	تأکید بر نظام آموزش محور با محوریت استاد، کتاب و سخنرانی
۲	نسل دوم	تأکید بر نظام آموزش و پژوهش محور، اضافه شدن فعالیت‌های پژوهشی
۳	نسل سوم	تأکید بر تربیت نیروی کارآفرین در حوزه تخصصی
۴	نسل چهارم	تأکید بر تربیت نیروی خلاق متخصص با تأکید بر نیازهای امروز و آینده جامعه

بدیهی است که انتخاب‌های مؤثر برای تحصیل در یک دانشگاه می‌تواند بر اساس ظرفیت‌های آن دانشگاه در بالفعل‌سازی توانایی‌های کارآفرینی و خلاقیت فرد در زمینه تخصصی مورد مطالعه در علوم ورزشی باشد. فرایندهای لازم برای برقراری ارتباط مؤثر «صنعت و بازار» با «مراکز دانشگاهی و پژوهشی» علاوه بر نقش آن در توسعه ورزش، زمینه تربیت نیروی کارآمد در علوم ورزشی را فراهم می‌کند. برای این امر دانشگاه‌ها سه وظیفه اساسی به شرح جدول ۹-۱۷ را بر عهده دارند.

جدول ۱۷-۹. سه وظیفه کلیدی دانشگاه‌ها برای ارتباط با صنعت و بازار

ردیف	وظایف
۱	آموزش و ارتقای دانش دانشجویان و آماده کردن آن‌ها برای حضور در بازار کار
۲	شناخت و برطرف کردن نیازهای پژوهشی بخش صنعت و بازار
۳	توسعه فناوری‌های جدید جهت تولید محصولات و ارائه خدمات بهینه

به نظر می‌رسد دانشگاه‌ها به دلایل مختلفی حداقل در بخش ورزش، هنوز این وظایف کلیدی و به‌ویژه وظیفه نخست جدول را به سرانجام نمی‌رسانند. این مهم تأکیدی است تا دانشجویان با شناخت راهبردهای مؤثر در این زمینه، با تلاش بیشتر کمبودهای نظام آموزشی را برای آینده کاری خود جبران کنند.

فاصله بین بخش «صنعت، بازار و جامعه» و «آموزش‌های دانشگاهی» و انطباق نداشتن این آموزش‌ها با نیازهای بازار کار، مشکلی اساسی است که منجر به افزایش مستمر نرخ بیکاری دانش‌آموختگان دانشگاهی حوزه علوم ورزشی می‌شود. از دیگر دلایل برجسته در این امر، فقدان کسب مهارت‌های مورد نیاز بازار کار در دوره تحصیل است. در کارآفرینی ورزشی در نظام دانشگاهی تأکید بر «آشنایی و شناسایی اصول علوم ورزشی» و «توانایی قدرت انجام کار» است. به نظر می‌رسد در نظام دانشگاهی فعلی، تأکید تنها بر روی بخش اول و آن هم به‌طور ناقص است، زیرا اغلب دانش‌آموختگان رشته‌های علوم ورزشی، از توانایی قدرت انجام کار متناسب با نیازهای بازار برخوردار نیستند.

### ۱۷-۶. مبانی کارآفرینی ورزشی

مهم‌ترین مفاهیم پایه‌ای که با رویکردهای کارآفرینی دانشگاهی مطرح می‌شود در جدول ۱۷-۱۰ معرفی شده است. آشنایی دانشجویان علوم ورزشی با این مفاهیم پایه، به شناسایی و بهره‌مندی آن‌ها از فرصت‌های ایجادشده کارآفرینی در سطح دانشگاه‌ها کمک می‌کند.

جدول ۱۷-۱۰. مفاهیم پایه کارآفرینی دانشگاهی

ردیف	مفهوم	توضیح
۱	ایده‌پردازی	فرایند تولید یک فکر جدید که می‌تواند به خدمات یا محصول جدید منجر شود.
۲	کارآفرینی	شامل معرفی یک کالای جدید، کاربرد شیوه‌ای جدید برای تولید محصولی قدیمی، ایجاد بازاری جدید، کشف و کاربرد منبعی جدید برای تأمین مواد اولیه یا ایجاد ساختاری جدید برای یک صنعت و بازار
۳	استارت‌آپ	شرکت یا گروهی کوچک با قابلیت رشد زیاد که با یک مدل کسب‌وکار خود را معرفی می‌کنند.
۴	استارت‌آپ ویکند	رویدادی با رویکرد آموزشی برای معرفی، عرضه، توسعه استارت‌آپ‌ها و تعامل با مشتریان و سرمایه‌گذاران در دوره زمانی سه روز آخر هفته
۵	استارت‌دمو	رویدادی با رویکرد تجاری برای معرفی و عرضه استارت‌آپ‌ها و تعامل و جذب مشتریان و سرمایه‌گذاران در زمان کوتاه یک‌روزه
۶	فن‌بازار	بازار فناوری و محلی برای مبادله انواع فناوری و اطلاعات
۷	شتاب‌دهنده	شرکت‌هایی که با حمایت استارت‌آپ‌ها و مشارکت با آن‌ها به عملیاتی شدن ایده‌ها در دوره زمانی کوتاه کمک می‌کنند. به انواع بزرگ و قدرتمند آن فرشته یا آنجل گفته می‌شود.
۸	اگرگیاتور	شرکت‌های تجمیع‌کننده چند کسب‌وکار نوپا مانند «روبیکا» و جمع‌آوری چند نرم‌افزار در یک محیط
۹	مرکز رشد	یا انکوباتور، با انواع حمایت مانند «فضای فیزیکی، آزمایشگاه، کارگاه و امثال آن» برای به‌ثمر رسیدن یک ایده
۱۰	مرکز نوآوری	مشکل از یک یا چند تیم نوآور با همکاری مراکز تحقیقاتی و شرکت‌های متقاضی محصولات جدید در یک حوزه تخصصی در قالب برنامه‌های بلندمدت
۱۱	پارک علم و فناوری	سازمانی با هدف افزایش ثروت جامعه از طریق تشویق و ارتقاء فرهنگ نوآوری و افزایش توان رقابت شرکت‌های دانش‌بنیان وابسته به پارک با ارائه انواع تسهیلات و خدمات
۱۲	شرکت دانش‌بنیان	شرکت یا مؤسسه خصوصی یا تعاونی که به‌منظور هم‌افزایی علم و ثروت، توسعه اقتصاد دانش‌محور، تحقق اهداف علمی و اقتصادی و تجاری‌سازی نتایج تحقیق و توسعه در حوزه فناوری‌های برتر و یا ارزش‌افزوده فراوان است.
۱۳	مشاور یا منتور	افراد مجربی که به استارت‌آپ‌ها یا افراد و شرکت‌ها برای رسیدن به اهداف تجاری‌سازی علم مشاوره می‌دهند.
۱۴	تجاری‌سازی	آماده کردن محصول برای ورود به بازار و ایجاد ارزش اقتصادی برای دانش و فناوری
۱۵	کاراد	اصطلاحی برگرفته از کارآفرینی و ارتباط با صنعت در دانشگاه که این حوزه را معرفی می‌کند.
۱۶	زیست‌بوم کارآفرینی	«افراد، سازمان‌ها و نهادهایی که محرک یا مانع تصمیم فرد برای کارآفرینی است و بر احتمال موفقیت فرد در صورت راه‌اندازی کسب‌وکار کارآفرینانه تأثیرگذار است.

در دهه‌های گذشته «ایده‌پردازی» اهمیت بیشتری داشت اما به‌دنبال زیاد شدن ایده‌ها، امروزه «کارآفرینی» یا تبدیل ایده‌ها به عمل و ثروت مورد تأکید بیشتری است. «خلاقیت» منجر به «ایده نو» می‌شود. در فرآیند «نوآوری» این ایده نو قابلیت اجرایی پیدا می‌کند و در «کارآفرینی»، زمینه ایجاد ارزش یا ثروت از «ایده نو» و «نوآوری شده» فراهم

می‌شود. ژوزف شومپتر<sup>۱</sup> (پدر کارآفرینی) در سال ۱۹۲۸ نخستین تعریف کارآفرینی را به‌عنوان «درک و بهره‌برداری از فرصت‌ها» مطرح کرد. باوجوداینکه کلمه کارآفرین و مفهوم کارآفرینی ساده و قابل‌درک است اما تعاریف متعددی برای آن وجود دارد. ساده‌ترین و بهترین تعریف پوشش‌دهنده سایر تعاریف کارآفرینی «تأکید بر خلق ارزش و ثروت از ایده‌های نو و نوآوری‌ها» است. ازجمله صفات یک فرد کارآفرین می‌توان به «خلاق، پیشرو، آینده‌نگر، ریسک‌پذیر، ارزش‌آفرین، اشتغال‌زا، خلق ثروت، توفیق طلب، دارای مرکز کنترل درونی، مستقل، دارای قدرت تحمل ابهام، اعتمادبه‌نفس و تفکر مثبت» اشاره کرد. در انواع کارآفرینی، برای تحقق اهداف ایجاد ارزش و ثروت از نوآوری‌ها به مواردی چون «طرح کسب‌وکار» و «مدل کسب‌وکار» نیاز است. البته امروزه تأکید بیشتر بر «مدل کسب‌وکار» است.

### ۱۷-۷. اختراع، نوآوری و فناوری در ورزش

«اختراع» نمود فیزیکی از یک ایده و ایجاد یک محصول جدید است که قبلاً وجود نداشته است. هر فرد می‌تواند «اختراع جدید» خود را ثبت و مالکیت آن را برای خود حفظ کند. این کار با مراجعه به مراجع ذی‌ربط و دریافت «پروانه یا گواهی ثبت اختراع» انجام می‌شود. این پروانه مالکیت اختراع را برای مدت معینی به فرد مخترع می‌دهد تا سایر افراد و شرکت‌ها بدون حق اجازه او اقدام به تولید نمونه از آن را نداشته باشند.

«نوآوری» مرحله رسیدن «ایده‌های جدید به عمل» یا استفاده از «توانمندی‌های فکری» برای ایجاد «یک ایده یا محصول جدید» است. نوآوری در معنای اقتصادی بر به‌هم پیوستن «ایده‌ها، فناوری‌ها و اختراعات»، انجام‌شده به‌منظور «خلق یک محصول جدید، بهبود سیستمی و یا افزایش بهره‌وری» تأکید دارد. بنابراین «نوآوری» را می‌توان وسیع‌تر از «اختراع» در نظر گرفت. هر «اختراع» زمانی یک «نوآوری» تلقی می‌شود که بنا بر تعریف اقتصادی «منجر به ایجاد کالایی جدید یا بهبود یک کالای موجود» باشد.

«فناوری» ترکیبی از انواع «دانش، اطلاعات، سخت و نرم‌افزارها، مدیریت و برقراری ارتباط میان آن‌ها» است. امروزه هر شرکت و سازمان ورزشی که دارای فناوری به‌روزتر و کارآمدتر باشد نسبت به رقبای خود از مزیت بیشتری برخوردار خواهد بود. رسیدن به سطح فناوری مورد انتظار راه‌های متعددی به شرح جدول ۱۷-۱۱ دارد.

جدول ۱۷-۱۱. راه‌های افزایش سطح فناوری

ردیف	روش	توضیح
۱	توسعه فناوری	بهبود «محصول، فرایند و سیستم» با فناوری حاصل از «دانش، تجربه، مهارت و تلفیق با نتایج تحقیقات»
۲	ایجاد فناوری	تبدیل ایده‌ها و اختراعات به محصولات و خدمات جدید یا نوآوری در تولید و خدمات موجود
۳	انتقال فناوری	انتقال فناوری از یک کشور به کشور دیگر برای تولید کالا و یا ارائه خدمات در سطح استاندارد بالاتر
۴	اشاعه فناوری	گسترش کاربردهای فناوری از طریق توزیع بین کاربران
۵	جذب و بومی‌سازی	«دریافت یا یادگیری فناوری»، «بهره‌برداری از فناوری»، «انطباق فناوری با شرایط محلی مانند اجتماعی، فرهنگی و اقلیمی»

1. Joseph Schumpeter



### ۸-۱۷. تجاری‌سازی در علوم ورزشی

روزانه در سراسر جهان، شرکت‌های مختلف و حتی افراد عادی، پس‌ازانجام فعالیت‌های پژوهشی به «اختراع و نوآوری‌هایی» با کارکردهای مختلف و متنوع دست می‌یابند. اما این محصولات زمانی ارزش واقعی خواهند داشت که «به دست مصرف‌کنندگان در بازار برسند» یا «تغییری اثربخش را ایجاد کنند». «تجاری‌سازی» اقدامی برای همین منظور و «بهره‌برداری از ایده‌ها، اختراع و نوآوری‌ها در قالب انواع کالا یا خدمات در جهت فروش آن‌ها در بازار» است. «تجاری‌سازی» می‌تواند برای یک محصول یا خدمت جدید یا موجود در جای دیگر و تازه در محل جدید باشد. همچنین برخی از اختراعات و نوآوری‌های قبلی هم می‌توانند با کاربردی جدید و متفاوت ارائه شوند. این اقدام برای دانشجویان و فعالان عرصه علوم ورزشی با الگوهای مختلفی قابل اجرا خواهد بود که برخی از آن‌ها در ادامه معرفی خواهند شد.

### ۹-۱۷. کسب‌وکار جدید یا استارت‌آپ

مروری بر کسب‌وکارهای موفق نشان داده است که حدود پنجاه و پنج درصد موارد سرمایه‌گذاری‌ها شخصی بوده است و سیزده درصد از طریق خانواده و دوستان، هفت درصد از طریق وام، چهار درصد سرمایه‌گذاران خطرپذیر، سه درصد شتاب‌دهنده‌ها و دوازده درصد سایر موارد بوده است. این تحقیق پیام بزرگی دارد که برای بسیاری از کسب‌وکارهای ورزشی جدید یا استارت‌آپ‌های ورزشی می‌توان با سرمایه شخصی و حداقل امکانات شروع کرد (برگرفته از سخنرانی کارگاهی علی شهبابی به صورت آنلاین از کانادا در دانشگاه صنعتی شریف، هفتم شهریور ۱۳۹۷).

ایجاد استارت‌آپ، نیاز به شناخت و حرکت با گام‌های سنجیده دارد. آمار جهانی نشان می‌دهد که از هر ۱۰۰ استارت‌آپ ۹۰ مورد شکست می‌خورند و از ده مورد موفق شاید یکی از آن‌ها به موفقیت استارت‌آپ‌های معروف مانند «آمازون، فیسبوک، گوگل در سطح جهانی یا دیجی‌کالا و اسنپ در سطح کشور» برسند. این آمار به منزله فرصت طلایی در نظام دانشگاهی است که با مطالعه، دقت و حضور مشاوران نخبه زمینه آموزش و کسب تجارب اثربخش افزایش یافته و تجارب هر کسب‌وکار جدید، مقدمه‌ای برای کسب‌وکارهای با کیفیت‌تر بعدی باشد.

باید توجه داشت که استارت‌آپ نوعی کارآفرینی به شیوه نوین است. با «گسترش علم و اشباع بسیاری از حوزه‌های کسب‌وکار»، برخی شاخص‌های کارآفرینی مانند «فناوری، نوآوری و زمان» اهمیت بیشتری پیدا کردند. این شاخص‌ها از ویژگی‌های اصلی استارت‌آپ‌ها هستند. استارت‌آپ تعاریف متعددی دارد اما براساس تعریفی ساده «استارت‌آپ کسب‌وکاری جدید و مبتنی بر رشد سریع و مقیاس‌پذیری» است. به همین جهت تعداد استارت‌آپ‌هایی که به نوعی از «وب، موبایل، اینترنت و فناوری‌های وابسته به آن» استفاده می‌کنند، زیاد است. البته باید توجه داشت به دلیل اهمیت حوزه «علوم انسانی»، «علوم اجتماعی» و حوزه‌های بین‌رشته‌ای علوم ورزشی، استارت‌آپ‌های این حوزه در حال گسترش هستند. مقیاس‌پذیری یا گسترش‌پذیری به عنوان یکی از مهم‌ترین ویژگی‌های استارت‌آپ، به معنای امکان توسعه یک «مدل کسب‌وکار» با افزایش حداقلی در استفاده از منابع «مالی، انسانی و اداری» است. در این مقیاس تناسب مستقیم بین افزایش کاربرد منابع و هزینه‌ها با افزایش سود وجود ندارد و ارزش کسب‌وکار و سودآوری بسیار بیشتر



از منابع مورد استفاده است. یعنی برای مقیاس پذیری باید درآمد کسب و کار شما نسبت به سال گذشته چندین برابر شود ولی هزینه‌ها ثابت بماند. اگر با دو برابر شدن درآمد، هزینه‌ها هم دو برابر شود، این یعنی کسب و کار مقیاس پذیر نیست. در این معنا مقیاس پذیری به موفقیت در «کسب و کار» ارتباط ندارد و در حالت دوم که سود دو برابر می‌شود شاید کسب و کار پیشرفت کرده باشد اما مقیاس پذیری وجود ندارد. از دلایل وجود تعداد بالای استارت‌آپ‌ها در حوزه «کامپیوتر، اینترنت و موبایل» مقیاس پذیری و هزینه نسبتاً پایین‌تر در این حوزه است که البته تلاش از این ظرفیت‌ها برای کاربرد بیشتر در «علوم ورزشی»، رو به افزایش است.

هر کسب و کار جدید و کوچکی هم لزوماً یک استارت‌آپ نیست. برای نمونه یک «باشگاه ورزشی» که برای سال‌ها خدمات ورزشی را با روش مشخص قبلی می‌فروشد و مشتریان و درآمدش در حال افزایش است، استارت‌آپ نیست. چراکه از ابتدا مدل کسب و کار بر اساس تجربیات و مدل‌های موجود قبلی انتخاب شده است. اما یک «باشگاه ورزشی ارائه‌دهنده خدمات ورزشی جدید» که خدمات ورزشی خود را در منطقه جغرافیایی وسیع‌تر و از طریق شبکه‌های اجتماعی عرضه می‌کند، «استارت‌آپ» است.

در یک تعریف جامع و کامل می‌توان استارت‌آپ را «تشکیل سازمانی موقت با هدف یافتن یک مدل کسب و کار تکرارپذیر و مقیاس‌پذیر در زمانی مشخص» دانست. در این تعریف چند اصطلاح کلیدی به شرح جدول ۱۷-۱۲ وجود دارد.

جدول ۱۷-۱۲. اصطلاحات کلیدی در تعریف استارت‌آپ

ردیف	اصطلاح	توضیح
۱	سازمان	بیش از یک نفر با ابزارها و شبکه ارتباطات بین آن‌ها در قالب یک شرکت ثبت شده یا نشده
۲	موقت	در زمان کوتاه و مدل کسب و کار سریع
۳	زمان مشخص	تأکید بر نتیجه‌بخشی و توفیق استارت‌آپ در یک مقطع زمانی مشخص و مبتنی بر نیاز همان زمان جامعه یا بازار
۴	یافتن	تأکید بر جستجو به منظور رسیدن به هدف کسب و کار (مفهوم تحقیق و توسعه)
۵	مدل کسب و کار	مجموعه‌ای از روش‌ها و راه‌کارها به منظور ایجاد، ارائه یا کسب ارزش (اقتصادی، اجتماعی، فرهنگی و امثال آن)
۶	تکرارپذیری	مدل کسب و کار منجر به ارزش در دفعات متعدد قابل تکرار که در هر تکرار با افزایش درآمد باشد.

در مجموع «استارت‌آپ یا کسب و کار جدید» به «قابلیت رشد زیاد» و «مدل کسب و کار متفاوت» تأکید دارد. در گذشته تأکید بیشتر بر «برنامه یا طرح کسب و کار» بود ولی امروزه استارت‌آپ‌ها بر «مدل کسب و کار» تأکید دارند. «مدل کسب و کار» یعنی «انتخاب بهترین روش ارائه یک طرح» به نحوی که «طرف مقابل» یا «شتاب‌دهنده» حاضر به پرداخت پول برای اجرای آن باشد. برای نمونه اسنپ خیلی جاها کار کرد و موفق نبود اما با یک مدل کسب و کار مناسب و جذب سرمایه‌گذار مؤثر موفق شد. از مهم‌ترین ویژگی‌ها در ارزیابی یک استارت‌آپ جدید، می‌توان به «فرصت بازار، زمان مناسب ورود به بازار، تعهد تیم، ساختار تیم، مقیاس‌پذیری معمول و وجود بلندهمتی بالا در اعضای تیم» اشاره کرد.

## ۱۷-۹-۱. فرایند شکل‌گیری یک استارت‌آپ ورزشی

برای شکل‌دادن به یک «استارت‌آپ» ورزشی ابتدا باید استعدادهای خود و نیاز بازار را شناخت و سپس به «دانش استارت‌آپ» مجهز شد. «استارت‌آپ» دانشی روبه‌رشد و توسعه است و کسانی که می‌خواهند در آن موفق باشند، باید خود را به‌طور دائم در این حوزه به‌روز کنند. هرچند انواع مختلفی از «استارت‌آپ‌ها» وجود دارد اما برای راه‌اندازی یک «استارت‌آپ معمولی ورزشی» می‌توان از مراحل به شرح ۱۷-۱۳ استفاده کرد.

جدول ۱۷-۱۳. مراحل استارت‌آپ

ردیف	مراحل	توضیح
۱	ایده یا طرح استارت‌آپ	در جهت حل یک مشکل یا معضل یا در پاسخ به نیازهای مشتریان در حوزه ورزش
۲	آزمایش	اجرای آزمایشی ایده
۳	ایجاد استارت‌آپ	شناسایی یک سرمایه‌گذار برای عملیاتی کردن ایده با پیگیری (برای نمونه رولینگ به‌عنوان خالق هری پاتر از بیش از ۱۰۰ سرمایه‌گذار در مقابل پیشنهاد انتشار رمانش پاسخ منفی گرفت).
۴	شروع به کسب درآمد	معرفی استارت‌آپ به بازار هدف و کسب درآمد (هنوز میزان درآمد با نرخ کسب درآمد تعیین شده فاصله دارد).
۵	بلوغ	استارت‌آپ توسط تمام کاربران بالقوه شناخته و به یک کسب‌وکار وسیع تبدیل می‌شود.

خلاقیت و نوآوری در استارت‌آپ نقش مهمی دارد. در واقع فرد با ایده نو ناشی از «خلاقیت» به‌دنبال نوآوری، عملیاتی‌کردن و شناسایی روش‌هایی برای کسب درآمد از آن ایده نو است. دیجی‌کالا نمونه یک استارت‌آپ موفق ایرانی است. دو برادر در سال ۱۳۸۴ و با جستجو در اینترنت یک دوربین دیجیتال را از بازار تهران خریدند. بعد از چند روز متوجه شدند که لنز دوربین تعمیری و دست‌دوم است! این اتفاق ناخوشایند از تجربه خرید، زمینه تأسیس شرکت دیجی‌کالا شد. آن‌ها در سال ۱۳۸۵ سایت دیجی‌کالا را با کارکنان اولیه ۵ نفر راه‌اندازی کردند و تا پایان سال ۹۳ کارکنان خود را به ۷۰۰ نفر افزایش دادند.

## ۱۷-۹-۲. انواع استارت‌آپ‌های ورزشی

می‌توان استارت‌آپ‌های ورزشی را بر اساس «نوع ایده» به سه دسته «ابتکاری، اصلاحی و کپی‌کاری» به‌شرح جدول ۱۴-۱۷ تقسیم کرد.

جدول ۱۷-۱۴. انواع ایده‌های انفجاری کسب‌وکار جدید یا استارت‌آپ

ردیف	انواع	توضیح
۱	ابتکاری	مانند اختراع و اکتشاف در حوزه ورزش
۲	بازسازی و اصلاح	برطرف کردن نواقص و ایرادات انواع کالا یا خدمات در ورزش
۳	کپی با تغییر از ایده موجود	کپی کردن کار بقیه و ارائه در محیط یا شرایط جدید

«ایده‌های ابتکاری ورزشی» خوب است اما دشواری خاص خود را دارد. برای آن باید در مرز دانش حرکت کرد و خلاق بود تا بتوان آن را انجام داد. «ایده‌های ابتکاری ورزشی» زیادی هستند که اگر اجرا شوند بسیار درآمدزا خواهند

بود. اما باید توجه داشت که تا چه حد شرایط، استعدادها و سرمایه‌ها برای آن مناسب است. برای نمونه خیلی‌ها و حتی شرکت‌های بزرگ «اقتصادی-درمانی» به دنبال رسیدن به «درمان قطعی سرطان» هستند که هنوز توفیق پیدا نکرده‌اند.

«ایده‌های بازسازی و اصلاح‌شده ورزشی» در کشوری مانند ایران می‌تواند فرصت خوبی باشد. از آنجایی که بسیاری از ناکامی‌های کسب‌وکارهای کوچک به دلیل ضعف در اطلاعاتی چون «بازاریابی، سواد مالی و امثال آن» است با آشنایی با دانش کسب‌وکار جدید می‌توان «ایده اصلاح و مشارکت» در آن‌ها را مطرح کرد. سؤالات کلیدی برای ورود به این عرصه از کسب‌وکارها عبارت‌اند از:

- دلیل موفقیت کسب‌وکار چیست؟
- دلیل عدم موفقیت کسب‌وکار چیست؟
- اگر موفق نیست، آیا چالش آن قابل حل است؟
- اگر قابل حل است، چگونه می‌توان آن را انجام داد؟

با پاسخ به این سؤالات می‌توان «ایده بازسازی و اصلاح در ورزش» را همراه با پیشنهادهاى شراکت در سود توفیقات به صاحبان کسب‌وکار ارائه کرد.

دسته سوم کپی‌کاری یا ایده قرضی است. کپی کردن برای کتاب، مقاله و آثاری امثال آن محل اشکال است اما در محصولات کسب‌وکاری به‌عنوان ایجاد فرصت‌های رقابت در کسب‌وکار، به‌شرط رعایت امور حقوقی و قانونی بلامانع است. «اسنپ» در ایران یک نمونه مشابه از اوبر در کشور آمریکا است (برگرفته از سخنرانی کارگاهی علی شهبابی به‌صورت آنلاین از کانادا در دانشگاه صنعتی شریف، هفتم شهریور ۱۳۹۷).

در یک دسته‌بندی شش نوع اصلی از استارت‌آپ‌ها شامل «سبک‌زندگی»، «کسب‌وکار کوچک»، «مقیاس‌پذیر»، «با فروش سریع و انفجاری»، «شرکت‌های بزرگ» و «با مؤسسات اجتماعی» و به شرح جدول ۱۷-۱۵ معرفی شده است (فورمسکی<sup>۱</sup>، ۲۰۱۱).

جدول ۱۷-۱۵. انواع استارت‌آپ برای عملیاتی شدن

ردیف	انواع	توضیح
۱	سبک زندگی	مبتنی بر بررسی محل زندگی، سبک زندگی، و امور خرید، آموزش، پرداخت‌ها و امثال آن
۲	کسب‌وکار کوچک	اغلب با «مالکیت خانوادگی»، «کارکنان محلی یا خانوادگی»، «دارای سودهای مشخص» و «اغلب بدون قصد اولیه مقیاس‌پذیری»
۳	مقیاس‌پذیری	رویکرد سیلیکون والی با هدف تجمع خوشه‌های نوآور و بهره‌گیری از انواع استارت‌آپ در کنار هم برای رسیدن به مقیاس بزرگ درآمدزایی
۴	فروش سریع	با هدف فروش کلی به یک شرکت بزرگ
۵	شرکت بزرگ	تغییر ذائقه مشتری، فناوری جدید، قوانین، رقبای جدید و امثال آن برای استقبال از محصول جدید
۶	اجتماعی	با هدف ساختن دنیایی بهتر برای زندگی بدون تأکید بر مقیاس‌پذیری

1. Foremski

در دسته‌بندی دیگری «استارت‌آپ‌ها» به دو نوع «سنتی و نوین» تقسیم می‌شوند. نظریه «استارت‌آپ ناب» به‌عنوان روشی نوین بر «سیستمی برای ساخت یک کسب‌وکار یا محصول در مؤثرترین راه ممکن برای کاهش ریسک شکست» تأکید دارد. در این رویکرد برای راه‌اندازی کسب‌وکار و محصول همه ایده‌های محصول و کسب‌وکار فرضیاتی تلقی می‌شوند که باید با آزمایش کردن سریع در بازار اعتبارسنجی شوند. این رویکرد بر آزمایش کردن علمی، بیرون دادن تکرارشدنی محصول و بازخورد مشتریان استوار است تا به یادگیری معتبر برسد. همانند رویه‌های مدیریت ناب، فلسفه استارت‌آپ ناب به دنبال حذف کارهای بی‌فایده و افزایش کارهای ارزش‌آفرین در طی فاز ساخت محصول است به‌گونه‌ای که استارت‌آپ‌ها بتوانند بدون نیاز به سرمایه‌گذاری کلان بیرونی، «طرح‌های کسب‌وکار مفصل» و «محصول بی‌نقص با شانس موفقیت بیشتر» داشته باشند. این رویکرد به دنبال از بین بردن «اتلاف وقت‌ها» در فرایند کارآفرینی سنتی است. در رویه سنتی فرایندهای «نوشتن طرح کسب‌وکار»، «ارائه طرح به سرمایه‌گذاران»، «تشکیل تیم»، «معرفی محصول» و «فروش محصول» در گام‌هایی مفصل موردتوجه قرار می‌گیرد. اما رویکرد «استارت‌آپ ناب» به دنبال بهره‌ورانه کردن این گام‌ها است (پایگاه جامع اطلاع‌رسانی کارآفرینان، ۱۳۹۴).

شعار این روش این است که «بیشتر باهوش عمل کن تا سخت‌کوش باشی». قبل از این روش استارت‌آپ‌ها بیشتر از طریق «طرح کسب‌وکار» پیش‌ارزیابی می‌شد که ایرادش آن بود که با جلو رفتن و عملیاتی شدن کار، توقف و جبران اشتباهات بسیار مشکل بود. این امر مصداق یک ضرب‌المثل کانادایی است که می‌گوید «کسی که سوار ببر است، می‌تواند هر وقت دلش خواست پیاده شود!». در تشبیه دیگری «طرح کسب‌وکار» مانند گوی بولینگ است که وقتی پرتاب می‌شود، دیگر نمی‌توان آن را متوقف کرد؛ اما مصداق استارت‌آپ ناب، دستگیره‌های کنترل از راه دوری است که امکان کنترل اشیاء موردنظر را از دور فراهم می‌کند.

امروزه نوع جدیدی از استارت‌آپ بنام «استارت‌آپ ناب بدون سرمایه یا بی‌ال‌اس» نیز مطرح می‌شود که دارای سه مرحله «خیزش استارت‌آپ، پرورش استارت‌آپ و پروژه پایانی» است. مهم‌ترین ویژگی این نوع استارت‌آپ، عملیاتی کردن آن بدون سرمایه است (برگرفته از سخنرانی کارگاهی علی شهبابی به‌صورت آنلاین از کانادا در دانشگاه صنعتی شریف، هفتم شهریور ۱۳۹۷). یکی از این رویکردها استفاده از «بازاریابی دیجیتال و فضاهای مجازی برای تبلیغات» و امثال آن است.

### ۱۷-۹-۳. استارت‌های ورزشی در دانشگاه‌ها

یکی از ویژگی‌های مهم دانشگاه کارآفرین این است که امکان تجربه مراحل شکل‌گیری «استارت‌آپ ورزشی» را به‌وجود می‌آورد و با حمایت از آن‌ها، احتمال «کاهش خطاهای تصمیم‌گیری» و «افزایش توفیقات در عملی کردن ایده‌ها» را فراهم می‌کند. به دانشجویان توصیه می‌شود به کمک اساتید و کارکنان دانشگاه و هم‌کلاسی‌های خود به تشکیل «استارت‌آپ‌های ورزشی» پردازند و در هر مرحله «تجارب کسب‌وکار» خود را کامل کنند تا به‌عنوان یک کارآفرین تربیت و شناخته شوند.



### ۱۷-۱۰. شتاب‌دهنده یا اکسلریتور

«شتاب‌دهنده» یا به‌طور مشخص «شتاب‌دهنده استارت‌آپ»، شرکتی برای تأمین رشد سریع و صحیح کسب‌وکارهای جدید زیرمجموعه خود است. تعداد قابل‌توجهی از صاحبان ایده و نوآوری از توانایی مالی کافی، دانش لازم یا شبکه بازاریابی مناسب برای توسعه کسب‌وکار برخوردار نیستند. شتاب‌دهنده مجموعه‌ای از خدمات موردنیاز استارت‌آپ مانند «منابع مالی، انواع مشاوره، فناوری‌ها، تجهیزات و فضایی جهت استقرار در یک بازه زمانی تقریباً کوتاه» را فراهم می‌کند. در حقیقت اصلی‌ترین رسالت شتاب‌دهنده، تقویت یک کسب‌وکار جدید یا استارت‌آپ و تبدیل آن به شرکتی است که بعد از خروج از حمایت شتاب‌دهنده بتواند به‌تنهایی در بازار «رقابت و رشد» کند.

شتاب‌دهنده‌ها اغلب شرکتی خصوصی هستند که با استارت‌آپ‌ها مشارکت کرده و بین ۱۰ تا ۳۰ درصد سهام آن‌ها را می‌خرند. پس از کمک به رشد آن‌ها، سهم خود را به استارت‌آپ می‌فروشند و خارج می‌شوند یا از الگوهای دیگری استفاده می‌کنند. به شتاب‌دهنده‌های بزرگ «فرشته یا آنجل» گفته می‌شود. «سر آوا» یکی از معروف‌ترین شتاب‌دهنده‌ها در ایران است که با دیجی‌کالا شروع کرد و به سهام بزرگی دست یافت. در حال حاضر تأکید ویژه‌ای بر شتاب‌دهنده‌ها وجود دارد و مجوز آن‌ها در ایران از سوی معاونت فناوری ریاست جمهوری صادر می‌شود. یک مرکز شتاب‌دهنده ممکن است با فراهم کردن فضای کاری برای «شرکت‌ها» و «کسب‌وکارهای کوچک تازه تأسیس»، زمینه رشد، توسعه و موفقیت آن‌ها را فراهم کند. در ادامه همین مسیر مراکزی که بر روی رشد کسب‌وکارهای جدید فراتر از اقدامات شتاب‌دهندگی فعالیت می‌کردند به «مراکز رشد» معروف شدند. برخی شتاب‌دهنده‌ها با انتخاب چند استارت‌آپ بعد از یک رویداد رقابتی برای آن‌ها خدماتی را به‌منظور مستقل شدن تأمین می‌کند. اصلی‌ترین تفاوت این شتاب‌دهنده‌ها با مراکز رشد سنتی، «دوره زمانی محدود و کوتاه ارائه خدمات به استارت‌آپ‌ها» و «استفاده از مشاوران توانمند و با سابقه در حوزه‌های کسب‌وکار» است. «مشاوران متخصص» به استارت‌آپ‌های منتخب شتاب‌دهنده مشاوره تخصصی مشاوران شتاب‌دهنده‌ها و در زمینه‌هایی چون «ایجاد ظرفیت در طراحی کسب‌وکار»، «هماهنگ‌سازی» و «ارتباط طرح با تجهیزات» به‌منظور دستیابی به یک «مدل کسب‌وکار معتبر» ارائه می‌دهند. افراد مشاوره دهنده در قالب «منتور» و «مشاور متخصص» این کار را انجام می‌دهند. برخی کارشناسان و اعضای علمی علوم ورزشی، می‌توانند با ایجاد یک «شرکت شتاب‌دهنده» به آموزش تخصصی به‌منظور «ایجاد یا بهبود کسب‌وکارها در علوم ورزشی» و «مشاوره‌های استارت‌آپی» کمک کنند.

### ۱۷-۱۱. رویدادهای استارت‌آپی

از جمله موارد رایج استارت‌آپی می‌توان به «استارت‌آپ ویکند» و «استارت‌آپ دمو» اشاره کرد. استارت‌آپ ویکند رویدادی کارآفرینانه با رویکرد «آموزش و کسب تجربه» است که اغلب با ویژگی‌هایی به‌شرح جدول ۱۷-۱۶ برگزار می‌شود.

جدول ۱۷-۱۶. ویژگی‌های رویداد استارت‌آپ ویکند

ردیف	ویژگی‌ها	ویژگی‌ها
۱	زمان	عموماً در ۳ روز انتهای هفته (در ایران از چهارشنبه تا جمعه) برگزار می‌شود.
۲	شرکت‌کنندگان	با شرکت‌کنندگانی ایده‌پرداز و علاقه‌مند به کارآفرینی
		با شرکت برنامه‌نویسان رایانه‌ای دارای ایده یا پشتیبان برای تحقق ایده سایر استارت‌آپ‌ها
		با شرکت مدیران تجاری یا کسانی که به بررسی و شناخت ایده‌ها و طرح‌های استارت‌آپ‌ها برای سرمایه‌گذاری‌های بعدی برنامه‌ریزی می‌کنند.
		با شرکت بازاریاب‌هایی برای استارت‌آپ‌ها
۳	شکل اجرا	اغلب طی ۵۴ ساعت است.
		در آن هر تیم ایده خود را مطرح و تیم خود را کامل می‌کند.
		هر تیم سعی دارد تا در مدت برگزاری رویداد «ایده» خود را به بهترین شکل اجرا و نظر سرمایه‌گذاران را جلب کند.

در حقیقت «استارت‌آپ ویکند» مکان و فرصتی برای ایده‌پردازان به‌منظور تشکیل یک تیم برای اجرای ایده و شناسایی «شرکای تازه» در فضایی مطمئن است. روند برگزاری استارت‌آپ ویکند را می‌توان در جدول ۱۷-۱۷ مرور کرد. در ایران روزهای آخر هفته از چهارشنبه‌شب تا جمعه در نظر گرفته می‌شود.

جدول ۱۷-۱۷. جزئیات زمان‌بندی یک رویداد استارت‌آپ ویکند

ردیف	روزها	ساعت	برنامه
۱	چهارشنبه	۱۸:۳۰	خوش‌آمدگویی
		۱۹:۰۰	شام
		۱۹:۳۰	فرصت برقراری ارتباط و آشنایی و صمیمیت شرکت‌کنندگان با یکدیگر
		۲۰:۰۰	معرفی شرکت‌کنندگان
		۲۰:۳۰	شکل‌گیری تیم
		۲۱:۰۰	جمع‌بندی و اختتام روز اول
۲	پنج‌شنبه	۹:۰۰	صبحانه
		۱۰:۰۰	تهیه مدل کسب‌وکار
		۱۲:۰۰	اعتبارسنجی از دید کاربر (شناسایی ارزش محصول برای استفاده‌کنندگان)
		۱۴:۰۰	ساعات مشاوره متور
		۱۶:۰۰	تعیین MVP <sup>1</sup> یا «کمینه قابل پذیرش برای محصول» به معنی اطمینان از محصولی که در مقابل «ریسک تولید» از ضریب احتمال بازگشت سرمایه بالا، برخوردار باشد.
		۱۸:۰۰	شام
		۲۰:۰۰	تهیه «پیچ‌دک» یا چگونگی ارائه خلاصه طرح کسب‌وکار با پاورپوینت
		۲۱:۰۰	جمع‌بندی و اختتام روز دوم
		۹:۰۰	صبحانه
۳	جمعه		

1. Minimum Viable Product (MVP)



آخرین تمرین‌ها	۱۰:۰۰		
ناهار	۱۲:۰۰		
تمرین برای ارائه خلاصه طرح کسب‌وکار	۱۲:۳۰		
ارائه نهایی	۱۷:۰۰		
شام	۱۹:۰۰		
اعلام نتیجه داوری و اهدای جوایز	۱۹:۳۰		
جمع‌بندی و اختتامیه	۲۱:۰۰		

پیچ‌دک یا ارائه خلاصه کار اغلب با نرم‌افزارهای ارائه مانند «پاورپوینت» انجام می‌شود و به مخاطبان کمک می‌کند تا مروری سریع بر طرح کسب‌وکار یک تیم داشته باشند. مخاطبان می‌توانند «سرمایه‌گذاران بالقوه»، «مشتریان»، «شرکا» یا «بنیان‌گذاران» باشند. الگوی برنامه مورد اشاره یک «استارت‌آپ ویکند» کامل است؛ اما در بسیاری موارد رویدادهای استارت‌آپی با توجه به منابع و حفظ اقدامات کلی اساسی به شکلی محدودتر یا در زمان کوتاه‌تر هم برگزار می‌شود. مهم‌ترین نکته در برگزاری هر رویداد استارت‌آپی هدف یا رویکرد اصلی آن رویداد است. این اهداف را می‌توان در سه حوزه به شرح جدول ۱۷-۱۸ دسته‌بندی کرد.

#### جدول ۱۷-۱۸. انواع اهداف برگزاری رویدادهای استارت‌آپی

ردیف	انواع	توضیح
۱	آموزشی	تأکید بر یادگیری برای شکل‌گیری استارت‌آپ و شرکت در رویداد استارت‌آپی و توانمندسازی برگزارکنندگان
۲	ترویجی	تأکید بر رونق برگزاری رویدادهای استارت‌آپی و شکل‌گیری استارت‌آپ‌ها
۳	تجاری	تأکید بر برقراری ارتباط مؤثر و نتیجه‌بخش بین سرمایه‌گذاران بالقوه با گروه‌های استارت‌آپی
۴	ترکیبی	ترکیبی از رویکردهای مورد اشاره

در فرایند برگزاری رویدادهای استارت‌آپ ویکندهای سه‌روزه، در عصر روز اول، یک مراسم افتتاحیه مختصر برگزار می‌شود و چند نفر از افراد مختلف و موفق استارت‌آپی سخنرانی می‌کنند. سپس به هر یک از شرکت‌کنندگان فرصت کوتاهی در حدود یک دقیقه داده می‌شود تا با رفتن بر روی صحنه به توضیح و تشریح ایده نوآورانه خود بپردازد. البته برخی موارد بعضی از افراد بدون ایده‌ای خاص فرصت را غنیمت شمرده و به سایرین اعلام می‌کنند که برای شروع یک کسب‌وکار جدید به دنبال یک تیم خوب هستند تا بعد از تشکیل تیم به دنبال یافتن ایده باشند. بعد از اتمام این بخش تیم‌ها تشکیل و کار خود را برای تحقق «ایده» آغاز می‌کنند. در روز دوم کار جدی‌تر می‌شود و تیم‌ها با تمرکز بیشتر به دنبال اجرایی کردن «ایده» هستند. بخشی از تیم با مذاکره با «مشتریان بالقوه»، به دنبال شناسایی نقاط ضعف و قوت و طراحی مدل تجاری ایده خواهند بود. قسمتی دیگر از تیم سعی در عرضه یک نمونه اولیه از کالا یا خدمات به «مشتریان» دارد تا در مدت باقی‌مانده ایرادات آن شناسایی و رفع شود. در برخی از رویدادها تعدادی از مشاوران در بخش‌هایی از محل برگزاری مستقر می‌شوند و هر تیم فرصت محدودی برای مراجعه و استفاده از نظر آنان دارد. در روز سوم تیم‌ها به جمع‌بندی کار خود می‌پردازند تا بتوانند با یک ارائه خوب به هیئت‌داوران ضمن انتخاب و کسب جایزه، توجه سرمایه‌گذاران را به سوی خود جلب کنند. یک خروجی مناسب از «استارت‌آپ ویکند» برای هر تیم می‌تواند «توانایی نوشتن مدل کسب‌وکار» باشد.

از دیگر رویدادهای استارت‌آپی می‌توان به «دمو یا دمودی» به‌عنوان رویدادی یک‌روزه اشاره کرد. در این نوع رویداد «رویکردی تجاری» با تأکید بر معرفی محصول به سرمایه‌گذاران دارد. اغلب تیم‌های موفق در «استارت‌آپ ویکندها» در این رویداد شرکت می‌کنند. «دمو» تلاش بر ایجاد ارتباط بین «شرکت‌های نوپا» با «سرمایه‌گذاران و مشتریان» است. برنامه زمان‌بندی این رویداد اغلب از صبح تا ظهر و بیشتر شامل محورهایی به شرح جدول ۱۷-۱۹ است.

جدول ۱۷-۱۹. محورهای رویداد استارت‌آپ دمو

ردیف	محورها
۱	آماده‌سازی
۲	ارائه خلاصه کسب‌وکار توسط استارت‌آپ‌ها
۳	ارائه دیدگاه سرمایه‌گذاران نسبت به طرح‌ها
۴	شبکه‌سازی و برگزاری جلسات خصوصی بین استارت‌آپ‌ها و سرمایه‌گذاران

#### ۱۷-۱۲. مشاوره تخصصی یا منتورینگ

در بسیاری از رویدادهای استارت‌آپی به دو شخصیت «متخصصان» و «منتورها» اشاره شده است. البته این دو ویژگی می‌تواند در یک فرد جمع شود اما با تخصصی شدن برخی حوزه‌ها ممکن است، علاوه بر مشاوره‌های کلی منتوری به مشاوره‌های حرفه‌ای و تخصصی‌تری هم نیاز باشد.

فعالیت منتورینگ یا ارائه مشاوره تخصصی در رویدادهای استارت‌آپی و برای کمک به بهبود کسب‌وکار جدید به‌کار می‌رود. به منتور «تسهیلگر، مشاور و امثال آن» هم گفته می‌شود. این کلمه یونانی به فردی اشاره دارد که تجربیات و آموخته‌های خود را به طرف مقابل یا متنی انتقال می‌دهد. به همین دلیل یکی از بهترین مدل‌های آن در فارسی همان «مریی» است. با ارائه مشاوره، «دانش و تخصص» خود را به «افراد کم‌تجربه‌تر» منتقل می‌کند تا به انتخاب‌های بهتر در زمینه کسب‌وکار اقدام و با احتمال بیشتر توفیق پیدا کنند. به‌طورکلی در منتورینگ ارتباطی دوستانه و درعین حال آموزشی با مشاوره‌گیران وجود دارد. منتور باید دانش لازم در حوزه‌های «مدیریت زمان، مدیریت منابع انسانی، مدیریت منابع مالی و استفاده بهینه از آن در جهت رسیدن به اهداف، روش‌های کسب اعتبار در دنیای کسب‌وکار و امثال آن» را داشته باشد. از جمله وظایف اثرگذار منتور کمک به «مشاوره‌بگیران» در «شناخت بازار کسب‌وکار موردنظر»، «توانایی بهبود و توسعه چشم‌انداز در کسب‌وکار»، «نشان دادن اشتباهات»، «شناسایی راه‌حل‌های مناسب»، «استفاده مؤثر از روابط برای بهبود کسب‌وکار»، «ارتباط بین سرمایه‌گذاران و کارآفرینان»، و «ایجاد انگیزه در کسب هدف» است.

#### ۱۷-۱۳. مبانی فن‌بازار در ورزش

فن‌بازار به معنای بازار فناوری، یعنی محلی برای مبادلات فناوری است. «فن‌بازارها» نقشی مانند «بنگاه‌های معاملات مسکن» به‌عنوان واسطه‌های اطلاعاتی و حقوقی، در بازار فناوری دارند. «فن‌بازارهای ورزشی» نقش واسطه را برای



رساندن اطلاعات فناوری ورزشی به «عرضه‌کنندگان»، «متقاضیان»، «کارآفرینان» و «سرمایه‌گذاران» را ایفا می‌کنند. همچنین «فن‌بازارهای ورزشی» فرصتی برای انتقال فناوری‌های ورزشی هستند.

کشورهای شرق آسیا مانند «ژاپن»، «چین» و «هنگ‌کنگ» که در ابتدا تولیدکننده فناوری نبودند. به کمک «فن‌بازارها» زمینه انتقال «فناوری‌ها» را به کشورشان فراهم کردند.

برای انتقال فناوری به سازوکار «اطلاع‌رسانی صحیح»، «مشاوره ساختارمند» و «بستری مناسب برای استانداردسازی مبادلات» در فن‌بازارها نیاز است. فن‌بازار با حضور دو بخش اصلی یعنی «عرضه‌کنندگان فناوری مانند دانشگاه‌ها، پژوهشگاه‌ها و واحدهای تحقیق و توسعه صنایع» و «متقاضیان فناوری مانند صنایع بزرگ، بنگاه‌های اقتصادی، سرمایه‌گذاران و حتی دانشگاه‌ها» شکل می‌گیرد. فن‌بازار به‌عنوان یک بنگاه تخصصی معاملات فناوری است که در آن فروشندگان فناوری فرصت بازاریابی برای ایده‌ها و فناوری‌های خود را پیدا می‌کنند. از سوی دیگر فرصتی برای متقاضیان فناوری فراهم می‌شود تا فناوری‌های موردنیاز خود را شناسایی و تهیه کنند. رویکرد فن‌بازارها به سه دسته کلی به شرح جدول ۱۷-۲۰ تقسیم می‌شوند.

جدول ۱۷-۲۰. انواع رویکرد فن‌بازارها

ردیف	انواع	توضیح
۱	اطلاعات	ارائه اطلاعات فناوری قابل معامله و مبادله به مخاطبان
۲	انتقال فناوری	ارائه مشاوره‌های فنی، حقوقی و بازار برای تأمین منافع طرفین معامله فن‌بازار
۳	ترکیبی	ترکیب از هر دو رویکرد قبل

ایده فن‌بازار از سال ۱۳۸۱ در ایران شکل گرفت و با مطالعات «پارک فناوری پردیس» الگویی برای فن‌بازار ملی ایران تهیه شد. «شبکه فن‌بازار ملی ایران» به‌عنوان تنها مرجع اطلاعات فناوری کشور، تحت نظارت «پارک فناوری پردیس»، با هدف رفع نیازهای اطلاعاتی و موانع برای تجاری‌سازی دانش فنی و مبادله شکل گرفت. با تفویض معاونت علمی و فناوری ریاست‌جمهوری، پارک فناوری پردیس از طریق ساختار شبکه فن‌بازار ملی ایران، مسئولیت ساماندهی فن‌بازارهای عمومی کشور و ایجاد فن‌بازارهای تخصصی در حوزه‌های مهم و اولویت‌دار کشور را بر عهده دارد. سامانه شبکه فن‌بازار ملی ایران با نشانی [www.techmart.ir](http://www.techmart.ir) مشتمل بر «بانک‌های اطلاعاتی، پیشنهاد فناوری، تقاضای فناوری، محصولات فناورانه، متخصصین و خدمات تخصصی فناوری» است.

#### ۱۷-۱۴. شرکت دانش‌بنیان ورزشی

برای تأسیس شرکت دانش‌بنیان باید توجه داشت که چیزی تحت عنوان تأسیس یا ثبت شرکت دانش‌بنیان وجود ندارد؛ بلکه هر شرکت دانش‌بنیان در ابتدا شرکت عادی با مسئولیت محدود یا سهامی خاص ثبت شده در اداره ثبت شرکت‌ها است و پس‌از آن با درخواست برای دانش‌بنیان شدن در سامانه کارگروه ارزیابی و تشخیص صلاحیت شرکت دانش‌بنیان و تکمیل و مدارک به شرکت دانش‌بنیان تبدیل می‌شود. شرکت‌هایی که مجوز دانش‌بنیان را از کارگروه تشخیص صلاحیت شرکت دانش‌بنیان کسب کنند، از معافیت یا تسهیلاتی چون «معافیت‌های مالیاتی و گمرکی، تسهیلات با نرخ بهره پائین ۴ تا ۱۴ درصدی، خدمات لیزینگ و دیگر مزایا» برخوردار خواهند شد.

شرکت دانش‌بنیان ورزشی به شرکت یا مؤسسه خصوصی یا تعاونی اطلاق می‌شود که به منظور هم‌افزایی «علم- و ثروت»، «توسعه اقتصاد دانش‌محور»، «تحقق اهداف علمی و اقتصادی مانند گسترش و کاربرد اختراع و نوآوری» و «تجاری‌سازی نتایج تحقیق و توسعه از جمله طراحی و تولید کالا و خدمات ورزشی» تشکیل می‌شود. ارزیابی و تشخیص صلاحیت شرکت‌ها و مؤسسات دانش‌بنیان و نظارت بر اجراء، توسط یک کارگروه تخصصی صورت می‌گیرد. کالاها و خدمات دانش‌بنیان به کالاها و خدماتی اطلاق می‌شود که مبتنی بر فناوری‌های برتر و با ارزش افزوده فراوان بوده و با تصویب کارگروه در فهرست حوزه‌های کالاها و خدمات دانش‌بنیان محسوب خواهد شد. مطابق با مفاد آیین‌نامه تأیید صلاحیت شرکت‌های دانش‌بنیان، فرآیند ثبت شرکت دانش‌بنیان همانند ثبت سایر شرکت‌ها است. اخذ عنوان دانش‌بنیان، بسته به فعالیت شرکت دارای اعتباری محدود است. شرکت‌ها طی مدت دو سال دانش‌بنیان می‌شوند و برای تمدید آن باید با فعالیت‌های «تحقیق و توسعه مناسب» طی مدت دانش‌بنیان بودن، طرح‌ها و محصولات جدید را ارائه نمایند تا طی فرآیند ارزیابی مجدد عنوان دانش‌بنیانی آن‌ها تمدید شود.

حضور اعضای هیئت علمی دانشگاه‌ها در شرکت‌های دانش‌بنیان و سهامداری دانشگاه‌ها در شرکت‌ها ضروری نیست و شرکت‌های فاقد اعضای هیئت علمی نیز می‌توانند بر مبنای معیارهای ارزیابی شرکت‌های دانش‌بنیان، مشمول استفاده از حمایت‌های قانون شوند. معاونت فناوری با راه‌اندازی یک سایت به نام [Daneshbonian.ir](http://Daneshbonian.ir) آخرین بخشنامه-های اقدامات لازم برای صدور مجوز را منعکس می‌کند.

#### ۱۷-۱۵. مرکز رشد

مرکز رشد یا انکوباتور، یکی از ابزارهای رشد اقتصادی است که به منظور حمایت از کارآفرینان تحصیل کرده تأسیس می‌شود و با ارائه امکانات و تسهیلات عمومی، زمینه پا گرفتن شرکت‌های جدید را فراهم می‌کند. استفاده از مراکز رشد، امروزه به عنوان یکی از ابزارهای پذیرفته شده برای تبدیل خلاقیت‌ها و دستاوردهای علمی و تحقیقاتی به محصولات قابل ارائه به بازار و توسعه کارآفرینی محسوب می‌شود. امروزه مراکز رشد متعددی در سراسر دنیا وجود دارد که بیشترین آمار به کشورهای آمریکا و ژاپن اختصاص دارد.

انکوباتر نام وسیله‌ای است که گرمای لازم را برای تولید جوجه از تخم مرغ فراهم می‌کند. این لغت همچنین به وسیله‌ای اطلاق می‌شود که با ایجاد گرما، زمینه را برای ادامه حیات نوزادان زودرس پس از تولد فراهم می‌کند. در ادبیات کارآفرینی، انکوباتورها یا مراکز رشد، مراکزی هستند که برای پرورش یا ایجاد کسب‌وکارهای کوچک ایجاد می‌شوند. انکوباتورها طرح‌هایی مبتنی بر نوآوری هستند و از کادر مدیریتی کوچکی تشکیل می‌شوند. این مراکز دارای مکان فیزیکی و تسهیلات مشترک هستند. خدمات این مرکز را می‌توان به شرح جدول ۱۷-۲۱ دسته‌بندی کرد.



جدول ۱۷-۲۱. انواع خدمات ارائه شده از سوی مراکز رشد

ردیف	نوع خدمات	فهرست خدمات
۱	عمومی و دفتری	تلفن، نمابر، اینترنت، اتاق مذاکره و کنفرانس، دفتر کار مجازی، منشی و کارهای دفتری، منشی مجازی، رایانه، دبیرخانه، نظافت و امثال آن
۲	اداری و اجرایی	وامها و تسهیلات دولتی، شبکه، کمک‌های مالیاتی، اجاره‌بها و امثال آن
۳	تجهیزاتی و تسهیلاتی	فضای اداری، پارکینگ، تجهیزات اداری و دفتری، منابع آزمایشگاهی، تجهیزات کارگاهی و امثال آن
۴	فنی و تخصصی	مشاوره مالی و بازاریابی، مشاوره حقوقی و مدیریتی، دوره‌های آموزشی، دسترسی به منابع مالی و امثال آن

واحدهای فناور نیز بر اساس اساسنامه مورد اشاره به واحدهایی اطلاق می‌شود که به صورت گروه‌های نوآور و فناور و یا با هویت حقوقی مستقل از مرکز رشد، با توجه به اساسنامه و یا سایر اسناد قانونی در زمینه کسب و کار با محوریت «یک ایده نو» و یا «مستخرج از تحقیقات کاربردی و توسعه‌ای، طراحی مهندسی، مهندسی معکوس، انتقال و مدیریت فناوری، ارائه خدمات تخصصی کسب و کار از فناوری تا بازار» در جهت تجاری کردن نتایج تحقیقات فعالیت می‌کند. این واحدها شامل «شرکت‌های خصوصی، گروه‌های پژوهشی کاربردی، هسته‌های فناور و واحدهای تحقیق و توسعه صنایع» هستند. اهداف عمده مراکز رشد بر اساس اساسنامه و آیین‌نامه وزارت عتف به شرح جدول ۱۷-۲۲ است.

جدول ۱۷-۲۲. اهداف مرکز رشد

ردیف	اهداف
۱	ایجاد فضای لازم جهت رشد و گسترش واحدهای فناور و کمک به این واحدها جهت تولید و توسعه محصولات و خدمات
۲	ایجاد زمینه کارآفرینی و حمایت از نوآوری و خلاقیت کارآفرینان، دانش‌آموختگان دانشگاهی و فناوران
۳	ایجاد زمینه‌های لازم برای تجاری‌سازی دستاوردهای تحقیقاتی
۴	کمک به رونق اقتصاد محلی مبتنی بر فناوری (خدمات و محصولات)
۵	توسعه شبکه همکاری بین بخش‌های تحقیقاتی و محیط کسب و کار

### ۱۷-۱۶. مرکز نوآوری

از جمله عواملی که ایجاد مراکز نوآوری را به یک نیاز تبدیل کرده است، به وجود آمدن تغییرات سریع در فناوری‌های روز دنیا و مسائل اجتماعی جامعه امروز است. مراکز نوآوری با همان ایده جذب خلاقیت‌ها و نوآوری‌های افراد ایجاد شده‌اند و به دنبال عرضه یک محصول به بازار هستند، البته محصولی که بر مبنای دانش و پژوهش ساخته شده باشد. آن‌ها با تأمین بودجه فعالیت خود از شرکت‌هایی که به آن‌ها وابسته‌اند و یا شرکت‌هایی که طرح‌ها را به آن‌ها می‌فروشند به حیات خود ادامه می‌دهند، البته سهمی از بودجه در نظام حاکم هر حکومت هم دارند. طبق تعریف صندوق حمایت از پژوهشگران و فناوران، مرکز نوآوری، «مرکزی متشکل از یک یا چند تیم نوآور است که با همکاری مراکز تحقیقاتی و شرکت‌های متقاضی محصولات جدید در یک حوزه تخصصی در چارچوب برنامه‌ای بلندمدت با

هم همکاری می‌کنند». طبق آیین‌نامه ایجاد مرکز نوآوری دفتر برنامه‌ریزی و امور فناوری وزارت علوم، تحقیقات و فناوری، «مرکز نوآوری، مرکزی متشکل از گروه‌های نوآور است که با همکاری مراکز تحقیقاتی و دستگاه‌های متقاضی، محصولات و خدمات جدید را در چارچوب برنامه‌ریزی مشخص ارائه می‌دهند و به‌عنوان واحد مجری برنامه‌های نوآورانه در هر دستگاه، تحت نظر رئیس دستگاه فعالیت می‌کنند».

«مرکز نوآوری» با «شتاب‌دهنده استارت‌آپ» تفاوت دارد. شتاب‌دهنده‌ها از یک «تیم استارت‌آپ» پس از تأیید ایده آن بر اساس «بیشترین سودآور در کمترین زمان» حمایت می‌کند. آن‌ها شرکتی را با گروه «استارت‌آپ» تأسیس و «در مقابل سرمایه‌گذاری اولیه، آموزش‌ها و خدمات»، سهمی از شرکت را برمی‌دارند. معمولاً شتاب‌دهنده‌ها فعالیت‌هایی با سرعت بالا انجام می‌دهند و بعد آن را به حالت شرکتی مستقل و پس از پذیرش نهایی طرح و سرمایه‌گذاری بیشتر شتاب‌دهنده و البته با سهام محفوظ شتاب‌دهنده رها می‌کنند. ولی در مراکز نوآوری این‌گونه عمل نمی‌کنند و در هسته‌های پژوهشی خود در زمینه‌های مختلف به مطالعه طرح‌های مختلف می‌پردازند و بحث تجاری‌سازی را با یک شریک یا همکار صنعتی یا دولتی انجام می‌دهند. البته این مراکز از پژوهشگرانی که ایده‌های مناسب دارند هم دعوت به همکاری می‌کنند. همچنین شتاب‌دهنده‌ها می‌توانند انتفاعی یا غیرانتفاعی باشند؛ ولی مراکز نوآوری عموماً وابسته به دولت‌ها هستند. شتاب‌دهنده‌ها معمولاً با برگزاری مسابقاتی به جذب ایده می‌پردازند؛ ولی در مراکز نوآوری اغلب خود افراد درخواست بررسی ایده را می‌دهند و یا به‌عنوان یک پژوهشگر از آن‌ها دعوت به همکاری می‌شود. شتاب‌دهنده‌ها اغلب کوتاه‌مدت و حداکثر ۶ ماهه هستند اما مراکز نوآوری اکثراً با پروژه‌های بلندمدت کار می‌کنند. شتاب‌دهنده‌ها معمولاً هر ایده‌ای که در ابتدا حتی هیچ ربطی به علم ندارند را می‌پذیرند، ولی در مراکز نوآوری معمولاً کارها بر مبنای پژوهش و تحقیق انجام می‌شود. از جمله مهم‌ترین اهداف و وظایف مراکز نوآوری می‌توان به مواردی به شرح جدول ۱۷-۲۳ اشاره کرد (نانو میچ، ۱۳۹۵).



جدول ۱۷-۲۳. اهداف و وظایف مراکز نوآوری

اهداف	ردیف
ایجاد زمینه مناسب برای بروز خلاقیت و بستری برای رشد و پرورش ایده‌های نو بر مبنای دانش	۱
حمایت از طرح‌های پژوهشگران، محققان، دانشجویان و دانش‌آموزان	۲
کمک به شکل‌گیری و حیات شرکت‌های دانش‌بنیان	۳
ایجاد بستر مناسب برای کارآفرینی، اشتغال و تجاری‌سازی محصولات	۴
تولید فن‌آوری و خروج از مونتاژکاری	۵
ایجاد ارتباط بین دانشگاه، صنعت و دولت و تأمین سرمایه‌های مادی و معنوی	۶
ایجاد شور و انگیزه جهت نوآوری در علوم مختلف اعم از علوم حاضر و جدید	۷
گسترش فناوری و ایجاد بستر تجاری‌سازی در زمینه‌های مختلف (خروج از فرهنگ تک‌محوری بودن و ترک عادت تولید فقط در یک زمینه خاص)	۸
شناسایی نخبگان، پژوهشگران و محققان توانمند و تشکیل گروه‌های پژوهشی و حمایت از ایشان	۹
شناسایی شرکت‌های همکار و تشکیل تیم صنعتی یا مشارکت	۱۰
ایجاد لینک بین هسته پژوهشی و شرکت همکار	۱۱
تأمین نیازها، رصد اتفاقات و پیشرفت‌های انجام‌شده	۱۲
تجاری‌سازی محصول نهایی، معرفی آن به بازار با استفاده از کمک شرکت همکار	۱۳
تشویق افراد به تأسیس شرکت‌های دانش‌بنیان و حمایت از ایشان	۱۴

مراکز رشد از نهاد «وزارت علوم، فناوری و تحقیقات» مجوز دریافت می‌کنند. هرچند به روی سایت وزارت عتف آیین‌نامه و پرسشنامه‌ای برای صدور مجوز مراکز نوآوری وجود دارد اما ضابطه تأسیس آن به‌طور جامع رعایت نمی‌شود. مراکز نوآوری با انعقاد تفاهم‌نامه‌ای با نهاد «معاونت علمی و فناوری ریاست جمهوری» از حمایت این سازمان برخوردار می‌شوند. مراکز رشد نیز دارای دو نوع «مستقل و اقماری» هستند. مجوز مراکز رشد مستقل توسط وزارت علوم، تحقیقات و فناوری صادر می‌شود و مراکز رشد اقماری در قالب تفاهم‌نامه با «مانک‌های علم و فناوری استان‌ها» شکل می‌گیرند.

### ۱۷-۱۷. پارک علم و فناوری

پارک علم و فناوری سازمانی است که با هدف افزایش ثروت در جامعه توسط متخصصان حرفه‌ای مدیریت می‌شود و جریان دانش و فناوری را میان دانشگاه‌ها، مؤسسات تحقیق و توسعه، شرکت‌های خصوصی و بازار به حرکت می‌اندازد. پارک علم و فناوری سازمانی است که به‌وسیله متخصصان حرفه‌ای اداره می‌شود و هدف اصلی آن افزایش ثروت جامعه از طریق تشویق و ارتقاء فرهنگ نوآوری و افزایش توان رقابت در میان شرکت‌ها و مؤسساتی است که متکی بر علم و دانش در محیط پارک فعالیت می‌کنند. برای دستیابی به این هدف، یک پارک علمی با ایجاد انگیزش و مدیریت جریان دانش و فناوری در میان دانشگاه‌ها، مراکز پژوهش و توسعه، شرکت‌های خصوصی و بازار، ایجاد و رشد شرکت‌های متکی بر نوآوری را از طریق مراکز رشد و فرایندهای زایشی تسهیل می‌کند. پارک‌های علم و فناوری در



سراسر دنیا با هدف کلی توسعه فناوری و کسب و کارهای دانش محور تشکیل شده‌اند و با توجه به وضعیت محیطی و سیاست‌گذاری‌های کلان در سطح داخلی و خارجی پارک، چشم‌اندازها و مأموریت‌های متفاوتی را دنبال می‌کنند. این پارک‌ها دارای مکانیسم‌های زیرساختی مهمی هستند که باعث انتقال یافته‌های تحقیقات دانشگاهی و تولید دانش مضاعف شده، در نهایت عامل تسریع رشد اقتصادی در سطح ملی و منطقه‌ای می‌شوند. انواع خدمات پارک‌های علم و فناوری را می‌توان در جدول ۱۷-۲۴ مرور کرد.

جدول ۱۷-۲۴. انواع خدمات پارک‌های علم و فناوری

ردیف	انواع خدمات	فهرست خدمات
۱	عمومی	اسکان، دسترسی به تلفن و دورنگار، کارپردازی و خدمات دبیرخانه‌ای، امکان استفاده از اتاق‌های کنفرانس، تجهیزات دیداری و شنیداری و سرویس رفت و آمد
۲	اطلاع‌رسانی	کتابخانه، اینترنت، مراکز اطلاع‌رسانی و نرم‌افزارهای مهندسی
۳	مشاوره‌ای و آموزشی	مشاوره‌های مدیریتی، مالی و بازرگانی، خدمات حسابداری و حقوقی، برگزاری سمینار یا دوره‌های آموزشی موردنیاز برای شرکت‌های نوپا
۴	فنی و تخصصی	ارائه خدمات فنی مهندسی، استفاده از امکانات آزمایشگاهی و کارگاهی نظیر آزمایشگاه صنایع غذایی، بیوتکنولوژی، شیمی، مواد، سرامیک، برق، الکترونیک و امثال آن
۵	مالی و اعتباری	تسهیل امکان استفاده از اعتبارات خدماتی و تحقیقاتی، شناسایی منابع مالی و جذب سرمایه‌گذاران، تسهیل در جذب اعتبارات مصوب طرح‌ها و پروژه‌های تحقیقاتی
۶	ثبت اختراعات	در پارک‌ها و شهرک‌های علمی و فناوری این امکان به‌سادگی فراهم است که حاصل ابداعات و نوآوری‌های پژوهشگران به نام خود آنان ثبت و حقوق آنان محفوظ بماند.

#### ۱۷-۱۸. تجاری‌سازی و راه‌اندازی کسب و کار ورزشی

یک مدل کسب و کار، منطق شرکت را در چگونگی خلق، ارائه و کسب ارزش توصیف می‌کند. این مدل می‌تواند دارای محورهایی به شرح جدول ۱۷-۲۵ باشد (استروالد و پیگنور، ۱۳۹۴)



جدول ۱۷-۲۵. محورهای طراحی مدل کسب و کار

ردیف	محورها
۱	معرفی مشتریان و ویژگی‌ها، نیازها و علایق آن‌ها
۲	معرفی ارزش خلق شده برای رفع نیاز و مسئله مشتریان
۳	معرفی کانال‌های آشنایی و دسترسی مشتریان به ویژگی‌ها و ارزش محصول شرکت
۴	معرفی روش‌های ارتباطی شرکت برای مطلع کردن مشتری در جریان خرید، راهنمایی پس از خرید یا کمک به بهره‌برداری از محصول
۵	معرفی روش قیمت‌گذاری با توجه به کسب درآمد و استقبال مشتری
۶	معرفی فعالیت‌های کلیدی برای اجرای موارد قبل از جمله «تدارک، تولید، دسترسی، ارتباط، حل مشکل مشتری و دریافت وجه»
۷	تصمیم درباره اجرای فعالیت‌های کلیدی توسط خود شرکت یا برون‌سپاری بخشی از آن
۸	شناسایی منابع مهم و روش تأمین آن‌ها برای پیاده‌سازی موفقیت‌آمیز مدل کسب و کار (منابع انسانی، مالی، فیزیکی و اطلاعاتی)
۹	تهیه بررسی ساختار هزینه‌های مدل با هدف کاهش هزینه و افزایش درآمد

متأسفانه اغلب مفهومی صرفاً «فنی» از صنعت در متون احساس می‌شود و این در حالی است که صنعت در حوزه «علوم ورزشی» نیز جنبه‌ها و ابعاد گسترده و مهمی دارد. بنابراین باید فرصت‌های «تولید کالا» و «ارائه خدمات» تجاری‌سازی علمی در این حوزه نیز مشخص شود.

### خلاصه

هر دانش‌آموز، دانشجو و دانش‌آموخته علوم ورزشی نیاز دارد تا با مبانی جستجو و پژوهش آشنا باشد. این افراد باید بتوانند برای حل مسئله و ارائه پیشنهاد با روش‌مندی اقدام کنند. به‌همین نحو توانمندی و جستجو زمینه پژوهش، فرصت رسیدن به ایده‌های نو و کارآفرینی دانشگاهی را در ورزش ایجاد می‌کند.

### فعالیت‌هایی برای یادگیری

- چند نمونه از فعالیت‌های کارآفرینی در حوزه ورزش را فهرست کنید.
- دلایل توفیق یا عدم توفیق آن‌ها را از زبان خود کارآفرینان جویا شوید. درنهایت تحلیل خود را برای کارآفرینی ورزشی در ایران اشاره دهید.

# برندسازی

## دانش آموختگان علوم ورزشی

هدف کلی: آشنایی با فرایند برندسازی در کارشناسان و دانش آموختگان علوم ورزشی

اهداف یادگیری:

- آشنایی با مفهوم برند انسانی
- آشنایی با خودبرندسازی یا برندسازی شخصی در ورزش
- آشنایی با انواع مؤلفه‌های برندساز شخصی در حوزه علوم ورزشی

## مقدمه

برندسازی انسانی و به‌طور مشخص خودبرندسازی از نکات کلیدی و مهم برای دانشجویان و کارشناسان علوم ورزشی است. تا وقتی فرد نتواند خود و توانایی‌هایش را به‌عنوان یک محصول به‌روشن مؤثر در بازار کار موجود معرفی کند، نمی‌تواند از همه فرصت‌های اثربخش پیش روی خود به‌خوبی استفاده کند. در این فصل به چگونگی فرایند خودبرندسازی دانشجویان و کارشناسان علوم ورزشی از طریق مهارت‌های ارتباطی پرداخته می‌شود.

## ۱۸-۱. رابطه برند و شغل

بررسی‌ها نشان می‌دهد که اغلب موقعیت‌های شغلی مهم و عالی با آگهی‌ها پر نمی‌شوند و کمتر از پنجاه درصد فرصت‌های شغلی به آگهی‌های استخدامی تبدیل می‌شوند. بدیهی است که در آن پنجاه درصد نیز کسانی فرصتی بیشتری دارند که در آن کارها شناخته‌شده‌تر و خوشنام‌تر باشند. این بدان معناست که تعداد بسیار زیادی از فرصت‌های شغلی بدون گذر از فراخوان آگهی‌ها پر می‌شوند. در واقع اغلب افراد، بهترین شغل‌ها را از طریق ارتباطات شخصی پیدا می‌کنند. این افراد اغلب با کمک شبکه‌سازی و معرفی برند خود به دیگران به این مهم نائل می‌شوند. در واقع یکی از راهبردهای اساسی و کلیدی برای کسب مشاغل موردعلاقه آن است که هر فرد خود را «متناسب با آن مشاغل آماده و معرفی» کند. در این مسیر باید به‌وسیله «ارتباط مؤثر» از کمک و حمایت افراد و سازمان‌ها بهره گرفت. هر دانشجو یا کارشناس ورزش برای ورود به شغل موردعلاقه‌اش باید به‌طور صادقانه به این سؤال پاسخ دهد که برند او در مقایسه با سایر افراد مشابه چگونه است و چه مزیت یا برتری نسبت به دیگران در او وجود دارد.

## ۱۸-۲. مفهوم برند

ایده علامت‌گذاری «اشیاء، افراد یا حیوانات» با علائم خاص هویتی توسط زدن داغی، از دوران باستان متداول بوده است. این کار از حدود قرن ۱۷ میلادی به‌عنوان برند معروف شد و در آغاز قرن ۱۹ میلادی بامعنای جدیدی در عرصه کسب‌وکار متداول گشت. با پیدایش «صنعت بسته‌بندی» برای کالاها، شکل‌های هویتی جدیدی مانند «لوگو» و «شعارهای تبلیغاتی» برای برندها ظهور یافتند. به‌مرور و با بالارفتن ارزش برند برای صاحبان کالا و خدمات از یک‌سو و نقش مؤثر آن در انتخاب مصرف‌کنندگان، مفاهیم «روانشناسی، جامعه‌شناسی و انسان‌شناسی» در آن مورد استفاده قرار گرفت. موضوع برندسازی تا حدی پیشرفت که امروزه مشتریان در خریدهای خود توجه ویژه‌ای به برند شرکت تولیدکننده آن دارند و ارزش سهام بسیاری از شرکت‌ها بر مبنای برند آن شناخته می‌شود (دیچرناتونی<sup>۱</sup> و همکاران، ۲۰۰۴). امروزه سازمان‌ها پذیرفته‌اند که «برند» بر طرز فکر و نگرش مصرف‌کننده درباره یک کالا یا سازمان تأثیر می‌گذارد و برند مناسب سبب تقویت رشد سازمان می‌شود (قاسمی، ۱۳۹۴).

برخی نزدیک‌ترین معادل فارسی برای کلمه «برند» را «ساختن نام نیک» می‌دانند و برخی با آن مخالفند و معتقدند که «برندهای منفی» هم وجود دارد. برخی آن را به «بنگاه‌های کسب‌وکار» محدود می‌کنند و برخی هر سازمان و حتی انسان‌ها را مشمول کاربرد آن می‌دانند. برخی «بر محصول و تمایز آن» و برخی «بر مشتری و تمایز آن» تأکید دارند. از تأکیدات مشترک در همه تعاریف می‌توان به «ذهنی بودن این مفهوم» و «نوعی دارایی نامشهود برای دارنده آن» اشاره کرد. یعنی «برند» در «ذهن مشتری» و شامل تمامی «اطلاعات، توصیف‌ها و ارزیابی‌ها» است. برداشت مشتری از یک برند می‌تواند تحت تأثیر «آگاهی، افکار، احساسات، نگرش‌ها و تجارب» فرد باشد. امروزه در زمینه کالاها، خدمات ورزشی و نیروی انسانی ورزشی با ویژگی نزدیک به هم «برندها» عامل ایجاد تفاوت در انتخاب مشتریان هستند. برندها محصولات را از نظر درک آن‌ها و از بین بردن بلا تکلیفی، راحت‌تر می‌کند و برای مشتریان این اطمینان خاطر را ایجاد می‌کند که با ریسک و هزینه کم‌تری کالا یا خدماتی را خریداری می‌کنند (برینک و همکاران، ۲۰۱۰). با این ویژگی‌ها اغلب سازمان‌ها در تلاش برای افزایش «ارزش ویژه برند» هستند.

### ۱۸-۳. ارزش ویژه برند

مفهوم «ارزش ویژه برند» در راستای مفهوم «برند» و رویکردی «بازاریابانه» برای «سنجش وضعیت برند» است. «ارزش ویژه برند» می‌تواند ارتباط متمایزی بین شرکت و مخاطبانش ایجاد کند و رفتار خرید طولانی‌مدت آن‌ها را تحت تأثیر قرار دهد (استایلز و آمبلر<sup>۱</sup>، ۱۹۹۵؛ کلر، ۲۰۱۳). در مجموع دو رویکرد کلی برای «سنجش وضعیت برند» به شرح جدول ۱۸-۱ وجود دارد.

جدول ۱۸-۱. انواع رویکردهای کلی برای سنجش وضعیت برند

ردیف	انواع	توضیح
۱	مالی	محاسبه ارزش مالی ایجادشده برای شرکت (محاسبات حسابداری)
۲	ادراک مصرف‌کننده	بر پایه عکس‌العمل‌های مشتریان به برند (میزان ترجیح برند)

اغلب تحقیقات درباره «ارزش ویژه برند» بر دیدگاه دوم یعنی «دیدگاه مبتنی بر مصرف‌کننده» و به‌ویژه نقش «روانشناسی شناختی» در ساختارهای حافظه تأکید دارند. به‌واقع «ارزش ویژه برند»، مفهومی انتزاعی در ذهن مشتریان بالفعل و بالقوه آن برند است و بهترین راه سنجش این ارزش، بررسی دیدگاه‌های مشتریان نسبت به آن برند است (کو، ۲۰۰۹). این رویکردها زمینه ظهور تعاریف متعددی از «ارزش ویژه برند» ایجاد کرد (قاسمی، ۱۳۹۴).

نقطه اشتراک اغلب تعاریف تأکید بر «ارزشی اضافه‌شده به محصول به‌واسطه برند» است. به‌طورکلی هر دو رویکرد عمومی «مالی یا حسابداری» و «ادراک مصرف‌کننده یا بازاریابی» برای سنجش ارزش ویژه برند دیده می‌شود. با این رویکرد ارزش ویژه برند، ارزش بالقوه‌ای است که نام یک برند دارد و وقتی در کنار نام برند دیگر قرار می‌گیرد، این ارزش افزایش می‌یابد. به‌عبارت‌دیگر، قدرت برند در آن چیزی است که در ذهن مشتریان جای گرفته است. بنابراین هزینه‌های مناسب و هدفمند برای برند نوعی سرمایه‌گذاری است. در مدل کلر، «دانش برند» پایه‌ای برای ایجاد ارزش

ویژه برند است. دانش برند به اطلاعات موجود در حافظه مصرف‌کننده درباره محصول اشاره دارد. این اطلاعات می‌تواند به صورت کلامی، تصویری، انتزاعی یا متنی ذخیره شده باشد (کلر، ۲۰۰۳). انواع ابعاد دانش برند را می‌توان در جدول ۱۸-۲ مرور کرد.

جدول ۱۸-۲. انواع ابعاد دانش برند

ابعاد	محورها	ردیف
الف) تشخیص برند: توانایی مصرف‌کننده در یادآوری رؤیت‌های قبلی برند در هنگام مواجهه جدید با آن	آگاهی از برند	۱
ب) فراخوانی ذهنی برند: توانایی مشتری در یادآوری برند در هنگام مواجهه با محصولات غیراز آن برند		
مبتنی بر «مدل حافظه شبکه ارتباط» و ادراک مصرف‌کننده از یک برند در قالب تداعی‌های آن در ذهن	تصویر برند	۲

لازمه «تشخیص برند»، تکرار بیشتر برند و اجزاء آن است ولی برای «فراخوانی ذهنی برند» باید ارتباط‌هایی در ذهن مصرف‌کننده بین برند و گروه‌های محصولی به وجود آید. لازمه ایجاد یک تصویر برند مطلوب، برنامه‌های بازاریابی است که تداعی‌های منحصر به فرد، جذاب و قوی از برند در ذهن مصرف‌کنندگان ایجاد کند (کلر، ۲۰۰۳). «مدل ارزیابی دارایی برند» برای سنجش ارزش ویژه برند چهار رکن اصلی به شرح جدول ۱۸-۳ وجود دارد و سایر مفاهیم از ترکیب این ارکان ایجاد می‌شوند (آکر، ۱۹۹۶).

جدول ۱۸-۳. چهار رکن اصلی ارزش ویژه برند در مدل ارزیابی دارایی برند

توضیح	ارکان	ردیف
اندازه‌گیری میزان متفاوت دیده شدن برند از سایر برندها	تمایز	۱
اندازه‌گیری میزان تمایل و گرایش به برند (رابطه شخصی برند با مخاطب یا معنا و تناسب خاص برای او داشتن)	رابطه	۲
اندازه‌گیری میزان مورد توجه و احترام بودن برند	احترام	۳
اندازه‌گیری میزان آشنایی و نزدیکی مصرف‌کنندگان با برند	دانش	۴

ترکیب ارکان «تمایز و رابطه» نشانگر «قدرت برند» و ترکیب «احترام و دانش» نشانگر «منزلت برند» است. با ترکیب قدرت و منزلت برند می‌توان مراحل سیکل توسعه برند را مشخص کرد. برندهای جدید پس از شروع به کار، سطح پائینی از هر چهار بُعد این مدل را نشان می‌دهند. در برندهای قوی جدید، بُعد تمایز اغلب سطح بالاتری نسبت به بُعد رابطه دارد و دو بُعد احترام و دانش در سطح پائینی قرار دارند. برندهای رهبر، سطح بالایی از هر چهار بُعد را دارا هستند (قاسمی، ۱۳۹۴).

در مدل ایکویترنند بر معیارهایی چون «کیفیت ادراک شده و رضایت مصرف‌کننده» تأکید می‌شود. این معیارها با «دوست داشتن برند، اعتماد به برند، افتخار به داشتن برند و تمایل به توصیه برند به دیگران» قابل‌شناسایی هستند. در مدل برنندز بر معیارهایی چون «ماهیت برند، رابطه، عملکرد و مزیت آن» تأکید می‌شود (قاسمی، ۱۳۹۴).

#### ۱۸-۴. برندسازی انسانی

مدت‌ها بحث محوری برند شدن کالاها و سازمان‌ها بود اما به مرور و با اهمیت و اولویت یافتن منابع انسانی در انواع

سازمان‌ها، موضوع «برند انسانی» مورد توجه بیشتری قرار گرفت. «برندسازی انسانی» پدیده‌ای نسبتاً جدید است که توجه صرف از برندسازی محصولات را به لزوم توجه به برندشدن «کارکنان و مدیران» نیز هدایت کرد. برندسازی انسانی بر توسعه «مهارت‌ها، تغییر رفتارها و ایجاد تمایز» و بهبود شاخص‌هایی چون «پیکر، پوشش، ظاهر فیزیکی، شخصیت، مهارت و دانش» تأکید داشت؛ به نحوی که منجر به یک «احساس خاص، به‌یادماندنی و ایدئال» درباره آن فرد شود (شوبل<sup>۱</sup>، ۲۰۰۹). برند انسانی مفهومی پیچیده‌تر از برندینگ در سطح شرکت‌ها و سازمان‌ها است، و بسیار مرتبط با روحیات و خلیقات، ویژگی‌های فردی و در نتیجه رفتارهای فرد است و می‌تواند وجهه مثبت یا منفی داشته باشد (لیل، ۲۰۱۲). امروزه برندهای انسانی در سازمان‌ها، به برند شدن آن سازمان و کالاها و خدماتش نقش مؤثری دارند. ارزش برند بازیکنان در بسیاری از باشگاه‌ها، نقش تعیین‌کننده در «ارزش برند آن باشگاه و ایجاد ظرفیت‌های درآمدزایی»، «کسب توجه تبلیغاتی»، «جذب مخاطب بیشتر» و در نهایت «سود اقتصادی» بیشتر دارد. حتی «برندهای انسانی ملی» نیز که با توانایی‌های شاخص در سطح بین‌المللی مورد توجه و نگاه مثبت جهانی قرار می‌گیرند، مورد توجه و تأکید بسیاری از کشورها قرار دارند.

برند انسانی چیزی فراتر از قدرت اثرگذاری در فروش و بازاریابی در محیط‌های رقابتی است. در برند انسانی اثر ارتباطات و ایجاد روابطی مبتنی بر همکاری و ایجاد تفکر مثبت مورد تأکید قرار می‌گیرد (رامپرسد<sup>۲</sup>، ۲۰۰۸). ساختن برند انسانی و توسعه آن، اقدامی مهم برای موفقیت شخصی و سازمانی است. در بسیاری از موارد «اسامی افراد» ما را به یاد «تخصص» آن‌ها می‌اندازد. هرچقدر تصویری که از یک فرد در ذهن ایجاد می‌شود، بزرگ‌تر و واضح‌تر باشد، برند آن فرد قوی‌تر است. راسل (۲۰۱۳) در معرفی برند سازمانی بر «معرفی سازمان با خدمات و فعالیت‌های اصلی خود و رفتار کارکنانش از طریق همه انواع ارتباطات» تأکید داشت (تکلی، ۱۳۹۵)؛ با این مفهوم نیز می‌توان گفت که «برند انسانی» می‌تواند حاصل خدمات یا فعالیت اصلی و تخصصی فرد باشد که با انواع روش‌های ارتباطات معرفی شود.

«برندسازی انسانی» روندی است که در آن افراد و حرفه‌هایشان به‌عنوان برند شناخته می‌شوند. این فرایند از نظر هدف، متفاوت از «شهرت‌طلبی و اثرگذاری بر روی افراد» است (کارادومان<sup>۳</sup>، ۲۰۱۳). کارایی افراد در یک تخصص یا شغل، به عواملی چون «موفقیت تحصیلی» و «سازگاری با خصایص شخصی» رابطه دارد (نکویی مقدم و پیرمرادی بزنجانی، ۱۳۸۹: ۱۲۷). از این رو سؤال کلیدی در فرایند برندسازی انسانی آن است که «چه چیزی فرد مشخصی را خاص و متمایز می‌کند؟».

هرچند در طول تاریخ افراد مختلفی مشاهده می‌شوند که با ویژگی‌های ممتاز «علمی، خلاقیت، شجاعت، مهارت، گشاده‌دستی، اخلاق و امثال آن» به‌عنوان برندهای مثبت انسانی در تاریخ ماندگار شده‌اند. امروزه انواع سازمان‌های تجاری، فرهنگی و انسانی به‌دنبال بهره‌برداری از انواع برندهای انسانی با توجه به نیازهای خود هستند. در برندسازی افراد و تخصصشان مانند برندهای تجاری علامت‌گذاری می‌شوند و این امر به بخش مهمی از فرهنگ معاصر و اقتصاد

1. Schawbel
2. Rampersad
3. Karaduman



بازار معاصر تبدیل شده است. برند انسانی یا افراد مشهور در حوزه‌ای خاص با مفاهیم مختلفی به شرح جدول ۴-۱۸ مطرح می‌شوند که باید تفاوت و مرز آن‌ها را شناخت.

جدول ۴-۱۸. انواع مفاهیم معادل برند انسانی و تفاوت آن‌ها

ردیف	مفاهیم	توضیح
۱	Human branding	برندسازی انسانی با مفهوم عام و انواع رویکردها در ساخت یک برند انسانی و پوشش‌دهنده مفاهیم برندسازی شخصی و خودبرندسازی
۲	Personal branding	برندسازی شخصی با مفهوم برندسازی شخص خاص با هدف خاص
۳	Self branding	خود برندسازی یا تأکید بر تلاش خود فرد برای برندشدن

امروزه به مدد فضای مجازی حتی افراد عادی هم برای خود طرفدارانی پیدا می‌کنند. مفهوم نسبتاً تازه سلبریتی‌های کوچک یا «میکروسلبیتی» به فرایندی اشاره دارد که طی آن، افراد عادی جامعه با اشتراک‌گذاری علایق و سبک زندگی خود در شبکه‌های اجتماعی، طرفدارانی به دست می‌آورند. این افراد، جزو قشر هنرمند و یا نخبه جامعه محسوب نمی‌شوند و صرفاً به دلیل فعالیت در شبکه‌های اجتماعی به شهرت دست پیدا می‌کنند. برخی به آن شهرت غیررسمی هم می‌گویند.

از آنجایی که اغلب دانشجویان یا دانش‌آموختگان علوم ورزشی در تلاش برای ورود به بازار کار و کسب جایگاه متناسب با توانایی‌های خود هستند؛ در این شرایط پرکاربردترین اقدام، «خودبرندسازی» است. یعنی اینکه آن‌ها با چه روش‌هایی می‌توانند برند خود را متناسب با نیازهای بازار و توانایی‌های خود توسعه دهند.

#### ۴-۵. خودبرندسازی

«خودبرندسازی» باید به صورت گام‌به‌گام باشد. برای این کار ضمن ساختن و توسعه مهارت‌های فردی باید توان شخصی را در به‌کارگیری فناوری‌های ارتباطی را نیز توسعه داد؛ به طوری که با ایجاد یک ارتباط قدرتمند در شبکه‌های ارتباطی از طریق رسانه‌ها و اینترنت بتوان در توسعه برند شخصی به صورت حرفه‌ای عمل کرد (مورگان<sup>۱</sup>، ۲۰۱۱؛ لیل، ۲۰۱۲). «برندسازی شخصی» فرایندی است که توسط آن، افراد یا تخصصشان مانند برندهای تجاری علامت‌گذاری می‌شوند. افراد برای داشتن «برند شخصی» مطلوب باید ویژگی‌های مختلفی را از طریق کسب دانش، مهارت و تجربه بیاموزند و آن‌ها را به‌کارگیرند. بدون مهارت‌های «حرفه‌ای، انسانی و ادراکی» افراد نمی‌توانند «برند» خود را توسعه دهند (ویچ<sup>۲</sup>، ۲۰۱۲). هر انسانی دارای یک «برند شخصی» است؛ هرچند برنامه‌های کاری افراد تفاوت دارد اما اغلب آن‌ها به دنبال «به رسمیت شناخته شدن، احترام، تأثیرگذار بودن و موفقیت» هستند. اصول خودبرندسازی افراد را از تظاهر و خود را به نحو دیگری نشان دادن پرهیز می‌دهد؛ زیرا این امر در درازمدت به خوشنامی و برند اصلی فرد نیز لطمه خواهد زد. مقدمه خودبرندسازی، شناخت واقعی خود و پیدا کردن نشان و جایگاه مناسب خود در جهان واقعی است.

1. Morgan  
2. Wetsch

در اغلب موارد این رویکرد به اشخاص کمک می‌کند تا به چیزهای ارزشمندی برای جایی خود در جهان واقعی دست پیدا کنند.

در بیانی ساده، می‌توان زندگی هر فرد را یک «کسب‌وکار» و خود «فرد» را «مدیرعامل» آن در نظر گرفت. این مدیر باید یاد بگیرد که چطور با یک برنامه‌ریزی، خود را به برندی معتبر نزد دیگران تبدیل کند. تمام قوانین حاکم بر دنیای تجارت، در زندگی عادی نیز حاکم است و کسی که سریع‌تر این قوانین را شناسایی و از آن‌ها استفاده کند؛ شرایط توفیق بیشتری را خواهد داشت. «نام‌ونام‌خانوداگی» هر فرد یک برند است و مانند نام در دنیای تجارت است؛ یعنی همان حس ایجادشده ناشی از شنیدن نام یک محصول و ویژگی‌های آن در ذهن است. هیچ دو برندی یکسان نیستند و مهم آن است که برند را می‌توان ساخت. این امر از همان دوران اولیه زندگی و حضور در فرایند آموزشی به صورت آگاهانه و حتی غیرآگاهانه صورت می‌گیرد. برای نمونه در دوران مدرسه عده‌ای برند «دانش‌آموز درس‌خوان» و «عده‌ای دانش‌آموز تنبل» را یدک می‌کشند. «دانش‌آموز درس‌خوان» برند خودش را خلق کرده‌است و سایر دانش‌آموزان می‌دانند که سؤالات خود را می‌توانند با آن‌ها در میان بگذارند. البته خود برند «درس‌خوان‌ها» هم ممکن است به دو شکل «درس‌خوان و دوست‌داشتنی» یا «درس‌خوان و خودخواه» شناخته شوند. برند شخصی هر انسان همان چیزی است که سایر افراد هنگام یادآوری او در ذهنشان تصویر می‌شود. تمامی انسان‌های معروف و مشاهیر، خواسته یا ناخواسته با توانایی و رفتارهای خود یک «برند شخصی» دارند که هرکس با شنیدن نام این افراد به حس و دریافت ذهنی ناشی از ویژگی‌های این افراد می‌رسد. در محیط سازمان نیز تک‌تک افراد دارای برند شخصی هستند که قدرت این برند می‌تواند باعث پیشرفت و موفقیت در کار و پست سازمانی افراد شود. عوامل مهمی چون «میزان توانایی انجام کارها، اخلاق، نوع برخورد با دیگران، دانش فردی، خوش‌قولی، میزان همکاری و همیاری، قابلیت کار گروهی، اعتمادپذیری، میزان تحصیلات، قدرت مدیریت، قدرت رهبری، میزان توانایی در برقراری ارتباط، میزان صبر و تحمل، و امثال آن» در ساختن «برند شخصی» نقش دارند. در این رابطه الگوها و مدل‌های مختلفی برای مؤلفه‌های اثرگذار بر برند شخصی صورت گرفته است که برخی از آن‌ها در جدول ۱۸-۵ ارائه شده است (قاسمی، ۱۳۹۴).

جدول ۱۸-۵. انواع پژوهش‌ها درباره مؤلفه‌های اثرگذار بر برند شخصی

ردیف	انواع	توضیح
۱	صائمیان و همکاران (۱۳۹۲)	تأکید بر مؤلفه‌های فرهنگی « ارزش‌ها، باورها، الگوهای انگیزشی، سبک زندگی و تحمل ابهام» بر برند مبتنی بر شایستگی فردی
۲	صفار (۱۳۹۳)	تأکید بر مؤلفه‌های رفتاری درون و بیرون زمین با تأکید بر سبک رقابت، مهارت و رفتار منصفانه در برند ورزشکاران
۳	قاسمی (۱۳۹۷)	مهارت‌های ارتباطی مؤثر هفتگانه: «سخن‌گفتن، نوشتن، گوش دادن، خواندن، زبان‌بدن، دیدن، کار با فناوری‌های اطلاعاتی و ارتباطی»
۴	پیمانی زاد و صمدیان (۱۳۹۴)	عوامل سه‌گانه اجرای ورزشی، جذابیت ظاهری و سبک زندگی
۵	رسولی و همکاران (۱۳۹۰)	شخصیت دوست‌داشتنی ورزشکار، منبع جذابیت، صداقت حرفه‌ای و تیپ شخصیتی ورزشکار

۶	تامسون <sup>۱</sup> (۲۰۰۶)	خودمختاری، ارتباط و رقابت پذیری
۷	آرای و کو <sup>۲</sup> (۲۰۱۲)	مدل MABI شامل سه بعد کلی: تخصص ورزشکار، جذابیت ظاهری، و سبک زندگی و ده بعد فرعی: تخصص ورزشکار، سبک رقابت، روحیه ورزشکاری، رقابت، جذابیت فیزیکی، سمبل، تناسب بدنی، داستان زندگی، مدل نقش و نوع رابطه
۸	بانیه <sup>۳</sup> و همکاران (۲۰۱۱)	ارتباط با تماشاگران، مهارت، جذابیت، احترام، قابل اعتماد بودن، تخصص، مقبولیت
۹	کشکر و همکاران (۱۳۹۵)	روحیه ورزشکاری، جوانمردی، منش پهلوانی، اعتقادات مذهبی و نماد بودن
۱۰	جیمز (۲۰۰۹)	بیوگرافی، تجربه، مهارت، رفتار، ظاهر و نام آن شخص
۱۱	بندیس و همکاران (۲۰۱۲)	برگرفته از «هویت انسانی و هویت نقش شخص» در نمایش دنیای بیرونی و اثرگذار بر ادراک دیگران از فرد
۱۲	نوردیکس (۲۰۱۳)	مدیریت فعالانه توسعه حرفه‌ای و نحوه ادراک بازار از خود
۱۳	سیمون (۲۰۱۲)	برخی مهارت‌ها و ایجاد پس‌زمینه‌های مثبت در ذهن مخاطب یا مصرف‌کننده
۱۴	مارتین (۲۰۰۹)	دانش، مهارت و تجربه با توانایی استفاده از آن‌ها و تأکید بر مهارت‌های حرفه‌ای، ادراکی و ارتباطی
۱۵	آلیس (۲۰۱۰)	شهرت، تبلیغات و سبک زندگی
۱۶	تیلدسی و کوت (۲۰۰۹)	هویت اجتماعی، مهارت‌های ارتباطی، نشانه‌پردازی و برجسته‌سازی برای برند
۱۷	سنفت (۲۰۱۳)	مهارت‌های ارتباطی فرد و توانایی‌های وی در این زمینه بر نحوه معرفی خود در فضای مجازی، همچنین اثرات نحوه روابط خانوادگی و گروه‌های دوستان
۱۸	سانگ (۲۰۱۱)	نقش غیرمستقیم فرهنگ غالب بر تصور افراد از خود (خودپنداره)
۱۹	علی‌پور (۱۳۹۳)	راهبردهای برندسازی شخصی کارآفرینان: به‌کارگیری ابزارهای مناسب برای تصویرسازی از خود، شبکه‌سازی اجتماعی، کسب تخصص، ابراز هویت تعریف‌شده در رفتار، انتقال مسئولیت اجتماعی
۲۰	موحدی (۱۳۹۱)	برندسازی در فضای مجازی: مهارت‌های ارتباطی و شخصی‌سازی، محتوای اطلاعاتی سایت، آسانی استفاده از سایت، توجه به مشتری، قابلیت اتصال، اجتماعات و برندسازی آنلاین.
۲۱	لایر و همکاران (۲۰۰۵)	خودمدیریتی، خودبهبودی و افزایش مهارت‌های شخصی با تأکید بر موفقیت از طریق خود محصول انسانی (تعیین موفقیت بر اساس ذات و ماهیت محصول انسانی)

با مروری بر انواع نتایج مطالعات مبنی بر مؤلفه‌های «برندساز شخصی» از فراوان‌ترین موارد مورد تأکید می‌توان به «تخصص و مهارت‌های ارتباطی مؤثر» اشاره کرد.

1. Thomson et al
2. Arai and Co
3. Banytè

## ۱۸-۶. انواع مؤلفه‌های برندساز شخصی در دانشجویان و کارشناسان علوم ورزشی

در یک پژوهش مهم‌ترین مؤلفه‌های برندساز شخصی برای دانشجویان و کارشناسان علوم ورزشی به شرح جدول ۱۸-۶ شناسایی شد.

جدول ۱۸-۶. انواع مؤلفه‌های برندساز شخصی در دانشجویان و کارشناسان علوم ورزشی

ردیف	انواع	توضیح
۱	حوزه تخصصی در علوم ورزشی	الف) مدیریت ورزشی: «بازاریابی»، «رسانه»، «راهبردی»، «رویداد»، «اوقات فراغت»، «اماکن» ب) فیزیولوژی ورزشی: «فیزیولوژی فعالیت بدنی و تندرستی»، «فیزیولوژی ورزشی کاربردی»، «فیزیولوژی فعالیت ورزشی محض»، «فیزیولوژی فعالیت ورزشی بالینی»، «تغذیه ورزش» ج) رفتار حرکتی: «رشد حرکتی»، «یادگیری و کنترل حرکتی»، «آموزش تربیت بدنی» د) روان‌شناسی ورزشی: «بالینی» و «تربیتی» ه) آسیب‌شناسی و حرکات اصلاحی: «حرکات اصلاحی»، «امدادگر ورزشی»، «تربیت بدنی ویژه» و) بیومکانیک ورزشی: - ز) جامعه‌شناسی ورزشی: -
۲	تخصص رشته ورزشی	بازیکن، مربی، داور یا تحلیلگر در رشته‌های فوتبال، والیبال و...
۳	مهارت‌های تخصصی	انواع مهارت‌های هفتگانه کامپیوتری، نرم‌افزارهای تحلیل آماری یا مدیریت پروژه و...
۴	مهارت‌های ارتباطی	«سخن‌گفتن، نوشتن، گوش دادن، خواندن، زبان‌بدن، دیدن، کار با فناوری‌های اطلاعاتی و ارتباطی»
۵	رفتار ارزشی	رعایت حقوق دیگران، رفتار منصفانه، صداقت، امین، وفای به عهد
۶	جاذبه‌های شخصی	جذابیت ظاهری و کاریزما
۷	پایگاه اجتماعی	بر اساس قدرت‌های «سیاسی، اجتماعی، فرهنگی و اقتصادی» (اینکه فرد شخصاً از آن برخوردار باشد یا در جوار کسانی باشد که از آن برخوردار باشند)
۸	ویژگی‌های شخصیتی	درون‌گرا یا برون‌گرایی، همدلی، خلاقیت، خودباوری
۹	سابقه کار	تجارب کاری در زمینه‌های مختلف مربیگری، بازیگری، داوری و ....
۱۰	توفیقات شاخص	بردن جایزه، مقام قهرمانی، کسب رتبه یا مقام در ارتباط با تخصص مورد نظر
۱۱	خود کارآمدی	میزان اطمینان فرد از توانایی خود برای سازمان‌دهی و اداره منابع لازم برای عمل و رسیدن به دستاوردی خاص
۱۲	فرهنگی	تفاوت در فرهنگ ملل یا اقوام می‌تواند در انتخاب ویژگی‌های برند شخصی اثرگذار باشد: الف) ارزش‌ها، ب) باورها، ج) الگوهای انگیزشی، د) سبک زندگی، و) تحمل ابهام
۱۳	شبکه‌سازی	توانایی مواجهه با دیگران به نحوی که در یک نظام ارتباطی بتوان از منافع آن ارتباط در جهت رشد و توسعه فردی استفاده کرد.

الف) خودکارآمدی: براساس نظریه شناختی اجتماعی، باورهای خودکارآمدی از پیش‌بینی‌کننده‌های مهم رفتار است که به‌عنوان «میزان اطمینان فرد از توانایی خود برای سازمان‌دهی و اداره منابع لازم برای عمل و رسیدن به دستاوردی

خاص» تعریف می‌شود. چهار منبع «دستیابی به عملکرد، تجربه‌های جانشین، متقاعدسازی کلامی و انگیزندگی فیزیولوژیک» به شکل‌گیری باورهای خودکارآمدی با تأمین اطلاعات لازم کمک می‌کنند. باورهای خودکارآمدی بر آرزوها و میزان تعهد به آن‌ها، کیفیت تفکر تحلیلی و راهبردی، سطح انگیزش و پشتکار در رویارویی با مشکلات، گریز از شکست، اسنادهای علی برای موفقیت و آسیب‌پذیری از استرس و افسردگی تأثیرگذار است (باندورا، ۱۹۹۷). بررسی‌ها نشان از ارتباط «خودکارآمدی عمومی» با «موفقیت‌های کسب‌شده در زمینه‌های تحصیلی، شغلی و نظامی» دارد (شرر و همکاران، ۱۹۸۲). خودکارآمدی در قبال یک تکلیف ضرورتاً به خودکارآمدی در قبال تکلیف دیگر منجر نمی‌شود. در واقع، خودکارآمدی باید برای هر زمینه به‌طور جداگانه موردسنجش قرار گیرد (باندورا، ۱۹۹۷).

**ب) خودباوری:** در کنار خودکارآمدی، «خودباوری» نیز نقش بسیار مهمی دارد. برخی از مهم‌ترین محورها در ایجاد خودباوری را می‌توان در جدول ۱۸-۷ مرور کرد.

جدول ۱۸-۷. مهم‌ترین محورها در ایجاد خودباوری

ردیف	محورها
۱	پرهیز از جملات «غیرممکنه!»، «این کار شدنی نیست!»؛ زیرا افراد موفق می‌دانند همیشه راه‌حلی برای هر مشکل وجود دارد.
۲	تبدیل هدف‌های بزرگ به هدف‌های کوچک قابل‌دستیابی
۳	علاقه و اشتیاق در کارها
۴	ریسک‌پذیری
۵	نقدپذیری و مشورت‌پذیری برای بهبود و توسعه در کارها
۶	به‌دنبال پیدا کردن راه‌های جدید و نو در کار بودن (خلاقیت و نوآوری)
۷	با توقعات و آرزوهای خودتان زندگی کنید، نه توقعات و آرزوهای دیگران
۸	پرهیز از مقایسه خود با دیگران و سعی کنید همواره امروز خود را با دیروز خود مقایسه کنید.

**ج) اعتماد به نفس:** اعتماد به نفس اغلب با «عزت نفس» و «اطمینان به خود» مرتبط است. باید به داشته‌های ارزشمند و قابل‌عرضه خود به‌شکلی منطقی باور داشت. قسمت عمده اعتماد به نفس با «دستاوردها و موفقیت‌ها» و مقداری از آن‌هم با «نظرات دیگران» حاصل می‌شود. اعتماد به نفس مستلزم یافتن اطمینان به‌خود برای مواجهه با امور مرتبط با تخصص است.

**د) کار داوطلبانه تخصصی:** برای اثبات این توانایی یا حتی بهبود آن در شروع، بهترین کار انجام کارهای داوطلبانه هم با رویکرد خیر و آثار روانی حاصل از آن و هم عرضه توانمندی‌ها برای مشاهده دیگران است. از مزایای کارهای داوطلبانه در حوزه تخصصی خود در علوم ورزشی می‌توان به مواردی چون «احساس مفید بودن»، «موردتوجه قرار گرفتن»، «کسب تجربه عملی»، «اعتماد به نفس» و در ادامه «خود برندسازی» است.

ظهور شبکه‌های اجتماعی و فراگیر شدن آن در سطح جهان و ایران، یکی از ریشه‌های جدی شدن برندسازی شخصی بوده است. ظرفیت ارزان و رایگان بودن شبکه‌های اجتماعی و امکان برخورداری از رسانه شخصی، فرصت

1. Bandura
2. Sherer et al.

برندسازی شخصی را بهبود داده است. رامپرسد (۲۰۰۸) برند شخصی را چیزی فراتر از قدرت اثرگذاری در فروش و بازاریابی در محیط‌های رقابتی می‌داند که «اثر ارتباطات»، «خلق روابط مبتنی بر همکاری» و «ایجاد تفکر مثبت» در آن اهمیت بالایی دارد.

ه) **شبکه‌سازی:** «شبکه‌سازی» یعنی رابطه با کسانی که دارای ظرفیت اشتراک منابعی اعم از «زمان، انرژی، پول، دانش، تجربه» و در صورت وجود شرایط «ارتباط با آن‌ها» لازم است. در ابتدا اصطلاح «شبکه‌سازی» بر روشی برای «کاریابی»، «ارتقاء شغلی» و «افزایش شانس انتخاب شدن در میان انبوه داوطلبان بالقوه» تأکید داشت. اما امروزه «شبکه‌سازی» به یک «مهارت عمده و مهم در زندگی و کسب‌وکار» و به‌منظور استفاده از آن در امور «تجاری، سازمانی و یا شخصی» اشاره دارد.

باید توجه داشت که دوست‌یابی و ارتباط دوستی با اینکه شباهت‌های زیادی با شبکه‌سازی دارد اما با آن تفاوت دارد؛ زیرا هرکدام اهداف متفاوتی دارند. هدف از دوستی بیشتر تجربه حسی متفاوت و خوب است که در شرایط بالا و پائین زندگی وجود دارد. اما هدف از شبکه‌سازی استفاده از «تجربیات، روابط و افکار دیگر اعضای شبکه» برای رشد و توسعه توانایی‌ها است. رابطه با یک شخص می‌تواند از هر دو جنس باشد اما باید هدف در هر نوع «رابطه» از هم قابل تفکیک باشد تا مانع یکدیگر نباشند. انواع مزایا و دستاوردهای حاصل از شبکه‌سازی را می‌توان در جدول ۱۸-۸ مرور کرد.

جدول ۱۸-۸. انواع مزایای شبکه‌سازی

ردیف	انواع	توضیح
۱	پیدا کردن شغل	با شبکه‌سازی فرصت‌های شغلی متعددی برای فرد ایجاد می‌شود.
۲	فروش بهتر	با شبکه‌سازی فرصت فروش بیشتر محصولات (کالا و خدمات) بیشتر فراهم می‌شود.
۳	تقویت برند	با معرفی توانایی و انواع خدمات تخصصی قابل ارائه خود
۴	به‌روز ماندن	دریافت اطلاعات از افراد ذی‌ربطی که در شرایط عادی به‌راحتی قابل دریافت نیست.
۵	مبادله اطلاعات	به اشتراک‌گذاری دانش و تجربه
۶	کاهش اصطکاک سازمانی	غلبه بر فرایندهای بوروکراتیک رسمی و ایجاد نوعی مزیت رقابتی انسانی در ساختار مکانیکی کسب‌وکار

برای شبکه‌سازی مؤثر راه‌های مختلفی پیشنهاد شده است که برخی از مهم‌ترین آن‌ها در جدول ۱۸-۹ ارائه شده است.

جدول ۱۸-۹. برخی از راه‌های مؤثر در شبکه‌سازی

ردیف	محورها
۱	همراه داشتن کارت ویزیت (بیزینس کارت)
۲	دنبال افراد قدرتمندتر از خود در برخی حوزه‌ها بودن
۳	خودتان هم باید چیزی داشته باشید که رابطه با شما برای دیگران جذاب باشد.
۴	به‌دنبال نقاط مشترک بودن
۵	ایجاد روابط با افراد و شرکت‌ها با گرفتن و دادن شماره تلفن

۶	مهم‌تر بودن «حفظ روابط» از ایجاد آن
۷	تأکید بر کیفیت نسبت به کمیت (رابطه عمیق با تعداد محدود افراد خاص و مؤثر بهتر از رابطه با تعداد زیاد بدون تأثیر)
۸	استفاده از فضای مجازی برای شبکه‌سازی
۹	فقط زمانی که با افراد کار دارید با آن‌ها تماس نگیرید، هر از چندگاهی از احوال آن‌ها جوینا شوید.
۱۰	شرکت در رویدادهایی مانند «کنفرانس‌ها، کنگره‌ها، سمینارها و دوره‌های آموزشی و یا جلسات خاص»
۱۱	یافتن شبکه‌ها، گروه‌ها و انجمن‌های حرفه‌ای و عضویت در آن‌ها مانند LinkedIn
۱۲	آماده‌کردن معرفی‌های کوتاه برای ایجاد ارتباط (Pitch Preparation)
۱۳	حرفه‌ای‌گری و تلاش برای حرفه‌ای به نظر رسیدن
۱۴	آماده‌کردن Package برای جلسات (هدایا و سندهای فیزیکی برای ارائه به دیگران)
۱۵	اصول پیگیری (Follow-up) در شبکه‌سازی (بعد از دیدار چه کنیم)
۱۶	رعایت حریم شخصی در شبکه‌سازی و مدیریت شبکه‌ها
۱۷	جذب مخاطب در اینستاگرام و تلگرام
۱۸	تولید محتوا برای جذب مخاطب
۱۹	استراتژی محتوا برای شبکه‌های اجتماعی

### ۱۸-۷. خودبرندسازی با مهارت‌های ارتباطی مؤثر

امروزه ارتباط، در واضح‌ترین تعریف، «ارسال و دریافت پیام‌های کلامی و غیرکلامی بین دو یا چند نفر» یا «فرایندی برای انتقال علائم پیام هدف ارسال و دریافت معنی» است (سولیوان<sup>۱</sup>، ۲۰۰۴). در این راستا، در «فرایند ارتباط» داشتن «مهارت‌های ارتباطی» بسیار مهم است (فرانکل و کوهن<sup>۲</sup>، ۲۰۱۴). «مهارت ارتباطی» مشتمل بر مهارت‌های فرعی یا خرده مهارت‌های مربوط به «درک پیام‌های کلامی و غیرکلامی»، «نظم‌دهی به هیجان‌ها، گوش‌دادن»، «بینش نسبت به فرایند ارتباط» و «قاطعیت در ارتباط» است. برای توفیق در ارتباط هم از نظر سطح ارتباطات و هم از نظر رمزگذاری به مهارت‌های ارتباطی مؤثر هفتگانه به شرح جدول ۱۸-۱۰ نیاز است (قاسمی و راسخ، ۱۳۹۸).

جدول ۱۸-۱۰. انواع مهارت‌های ارتباطی مؤثر هفتگانه قاسمی

ردیف	انواع	توضیح
۱	نوشتن	توانایی نگارش انواع متن به نحوی که منظور و نیاز فرستنده را تأمین کند
۲	سخن گفتن	توانایی سخن گفتن به نحوی که منظور و نیاز فرستنده را تأمین کند
۳	خواندن	توانایی رمزگشایی متن مورد مطالعه در سریع‌ترین زمان ممکن
۴	گوش دادن	توانایی رمزگشایی مطالب شنیده‌شده در سریع‌ترین زمان ممکن
۵	زبان بدن	توانایی کاربرد زبان بدن به نحوی که منظور و نیاز فرستنده را تأمین کند
۶	دیدن	توانایی رمزگشایی انواع نشانه‌های دیداری و بصری در سریع‌ترین زمان ممکن
۷	کاربرد فناوری‌های اطلاعاتی و ارتباطی	توانایی استفاده مفید و مؤثر از ابزار و فناوری‌های اطلاعاتی و ارتباطی برای برقراری ارتباط مؤثر

مهارت‌های ارتباطی و ابزار وجود و عزت نفس بالا از عوامل مهم در دوست‌یابی و ارتباط مؤثر با دیگران است.

1. Sullivan
2. Frenkel & Cohen



افراد دارای «عزت‌نفس‌پائین» از ارزش خود کمتر مطمئن هستند و بیشتر تحت تأثیر ارزیابی‌های اجتماعی قرار می‌گیرند. مهارت‌های اجتماعی و ارتباطی در رفع مشکلات یادگیری و رفتاری اثر دارند و افراد دارای توانایی «مهارت‌های اجتماعی، ارتباطی و ابراز وجود» شرایط پیشرفت تحصیلی بهتری دارند. با یادگیری ارتباط مؤثر با دیگران و افزایش سطح اعتمادبه‌نفس، میزان مشکلات رفتاری از جمله پرخاشگری نیز کاهش می‌یابد. اغلب افراد برای «دوست داشته‌شدن» و «درستکار جلوه داده‌شدن در جمع» همرنگی بیشتری از خود نشان می‌دهند (قاسمی، ۱۳۹۴).

مهارت بازخورد فرایندی است که از طریق آن دریافت‌کننده، برقراری ارتباط را اعلام می‌کند و در پاسخ می‌گوید پیام اصلی را چگونه احساس می‌کند. به عبارت دیگر، بازخورد فرایندی است که به وسیله آن به شخص دیگر بگویید که شما درباره چیزی که آن شخص انجام داده، یا گفته است یا به‌طور کلی درباره وضعیت، چه احساسی دارید. تساوی در ارتباطات میان فردی باید از نظر گفتاری در مقابل شنیداری نیز برقرار باشد. اگر یکی از طرفین فرایند ارتباطی در تمام مدت ارتباط سخن بگوید و دیگری به‌ناچار در تمام مدت شنونده باشد، اثربخشی ارتباطات میان فردی در این وضعیت اگر غیرممکن نباشد، دشوار خواهد بود (فرهنگی، ۱۳۸۲).

کنترل عواطف به‌عنوان مقوله دیگری از مهارت‌های ارتباطی نقش مهمی در برقراری، تداوم و سلامت روابط اجتماعی ایفا می‌کند. مفهوم «هوش عاطفی یا هیجانی نیز تا حد زیادی ناظر به اهمیت و تأثیر این جنبه از فرایند روابط اجتماعی است. به‌طور خلاصه، مقوله کنترل عواطف ناظر به توان ابراز احساسات و کنترل آن و نیز کنار آمدن با عواطف دیگران است. توانایی دریافت و ارسال پیام‌های واضح ارتباطی که از آن به‌صورت مهارت درک پیام یاد می‌شود، نیز به‌عنوان یکی دیگر از مقوله‌های مربوط به مهارت‌های ارتباطی مطرح است. نه‌تنها دریافت و ارسال پیام به‌معنای عام، بلکه توانایی کشف معنای حقیقی پیام‌های «کلامی و غیرکلامی» در ارتباط اجتماعی نیز حائز اهمیت است. درواقع توانایی درک چگونگی تأثیرگذاری در روابط اجتماعی و توانایی فهم دیگران از محورهای «مهارت‌های ارتباطی» خواهد بود (حسین چاری و فداکار، ۱۳۸۴).

شرایط جدید ارتباطی قرن حاضر، فضای خاصی را بر هویت افراد و رفتارهای ارتباطی یا توجه به «جامعه مجازی» و «هویت‌های شبکه‌ای» ایجاد کرده است (عطاران، ۱۳۸۲). در این شرایط، برخورداری از مهارت‌های ارتباطی متناسب با این ساختارها نقش مهمی دارد.

کسب شهرت برای موفقیت حرفه‌ای دانشجویان و دانش‌آموختگان علوم ورزشی الزامی است. برای این منظور آن‌ها باید «خودبرندسازی» انجام دهند تا اقدام مؤثری برای به‌دست آوردن شغل و استقرار موفقیت‌آمیز در محیط اجتماعی داشته‌باشند. این کار اغلب به‌صورت «تعاملات رودررو» و «فعالیت دیجیتال» در رسانه‌های اجتماعی انجام می‌شود (گاندینی، ۲۰۱۴: ۲۲). «مهارت‌های ارتباطی» نقش مهمی در «خودبرندسازی» دارند.

در این مسیر نخستین گام آن است که تصمیم بگیرید تا در یک حوزه مشخص از دامنه گسترده علوم ورزشی برند شوید. با توجه به گسترش دانش به‌صورت روزانه در این عرصه، به‌سختی می‌توان فردی را یافت که در چندین حوزه علوم ورزشی برند باشد. بنابراین روی یک حوزه و با مطالعه متمرکز شوید. پرسشنامه و سؤالات زیر به شما کمک می‌کند تا «موقعیت برند خود را در حوزه‌ای مشخص» در بازه‌های زمانی یک‌ساله موردبررسی قرار دهید. اگر پاسخ‌های



شما در هر مرحله بهبود روند برند شخصی شما را نشان می‌دهد، این پیام خوبی برای فرصت‌های پیش روی شما در آینده خواهد داشت.

- پرسشنامه تعیین موقعیت برند شخصی (قاسمی، ۱۳۹۳)

لطفاً نظر خود را درباره هر یک از گویه‌ها با انتخاب یکی از گزینه‌های مقابل سؤال آن مشخص کنید. منظور از مهارت، توانایی انجام یک کار مشخص است که به نیاز بخشی از مردم پاسخ دهد و انجام آن برای همه مقدور نباشد.

ردیف	گویه	خیلی زیاد	زیاد	متوسط	کم	اصلاً
۱	تا چه حد در یک زمینه مشخص مهارتی در جمع خانواده شناخته شده هستید؟	خیلی زیاد	زیاد	متوسط	کم	اصلاً
۲	تا چه حد در یک زمینه مشخص مهارتی در جمع دوستان شناخته شده هستید؟	خیلی زیاد	زیاد	متوسط	کم	اصلاً
۳	تا چه حد در یک زمینه مشخص مهارتی در سطح محل شناخته شده هستید؟	خیلی زیاد	زیاد	متوسط	کم	اصلاً
۴	تا چه حد در یک زمینه مشخص مهارتی در سطح سازمان مشخصی شناخته شده هستید؟	خیلی زیاد	زیاد	متوسط	کم	اصلاً
۵	تا چه حد در یک زمینه مشخص مهارتی در سطح وسیع جامعه شناخته شده هستید؟	خیلی زیاد	زیاد	متوسط	کم	اصلاً
۶	آیا درآمد خوبی از مهارت خاص خود دارید؟	خیلی زیاد	زیاد	متوسط	کم	اصلاً
۷	آیا به داشتن مهارتی که دارید، افتخار می‌کنید؟	خیلی زیاد	زیاد	متوسط	کم	اصلاً
۸	آیا خانواده و دوستان شما به مهارت خاصی که شما دارید، افتخار می‌کنند؟	خیلی زیاد	زیاد	متوسط	کم	اصلاً
۹	آیا مایلید که مهارت جدید و متفاوت از مهارت قبلی خود را بیاموزید؟	خیلی زیاد	زیاد	متوسط	کم	اصلاً
۱۰	تا چه حد ترجیح می‌دهید در یک زمینه مهارتی خاص، شناخته شده و مورد توجه عمومی باشید؟	خیلی زیاد	زیاد	متوسط	کم	اصلاً

۱۱. خود را برای انجام چه کاری مناسب می‌دانید؟

۱۲. آیا در کاری که خود را برای آن مناسب می‌دانید، شاغل هستید؟

۱۳. در صورتی که در کاری که از نظر خودتان برای آن مناسب هستید، دلیل آن چیست؟

برای بهبود وضعیت «برند شخصی» خود می‌توانید از انواع حیطه‌های اثرگذار در زمینه مهارت‌های ارتباطی استفاده کرد. به همین منظور «پرسشنامه سنجش وضعیت خودبرندسازی از طریق مهارت‌های ارتباطی» به شما کمک می‌کند تا میزان استفاده از ابزارهای مختلف در انواع مهارت‌های ارتباطی هفتگانه را مورد بررسی قرار دهید و برای استفاده مؤثر از آن‌ها برنامه‌ریزی مناسب و مؤثری داشته باشید.

## - پرسشنامه سنجش وضعیت خودبرندسازی از طریق مهارت‌های ارتباطی (قاسمی، ۱۳۹۸)

لطفاً نظر خود را درباره هر یک گویه‌های پرسشنامه با انتخاب یکی از گزینه‌های مقابل سؤال مشخص کنید.

ر	گویه	خیلی زیاد	زیاد	متوسط	کم	اصلاً
<b>الف- از طریق مهارت نوشتن</b>						
۱	سوابق فردی خود را در قالب رزومه یا سی‌وی‌نوشته‌ام و آن را به‌روزرسانی می‌کنم تا خود و توانایی‌هایم را معرفی کنم.	خیلی زیاد	زیاد	متوسط	کم	اصلاً
۲	اغلب با ارسال سوابق فردی با نامه‌های اداری و رسمی خود را برای جایگاه‌های شغلی متناسب با توانایی‌هایم معرفی می‌کنم.	خیلی زیاد	زیاد	متوسط	کم	اصلاً
۳	اغلب با ارسال سوابق فردی با نامه‌های غیررسمی به دوستانم، خود را برای جایگاه‌های شغلی متناسب با توانایی‌هایم معرفی می‌کنم.	خیلی زیاد	زیاد	متوسط	کم	اصلاً
۴	با نوشتن جزوه یا کتابچه‌های راهنما در حوزه تخصصی خود، سعی می‌کنم توانایی‌هایم را به دیگران نشان دهم.	خیلی زیاد	زیاد	متوسط	کم	اصلاً
<b>ب- مهارت سخن گفتن</b>						
۱	از فرصت‌های مختلف سخنرانی در مجامع برای معرفی خود و تفکراتم به دیگران استفاده می‌کنم.	خیلی زیاد	زیاد	متوسط	کم	اصلاً
۲	از فرصت‌های مختلف برای ارائه سخنرانی یا نظرم برای معرفی خود و تفکراتم به دیگران استفاده می‌کنم.	خیلی زیاد	زیاد	متوسط	کم	اصلاً
۳	از فرصت‌های مختلف در جمع و محفل دوستانه برای معرفی خود و تفکراتم به دوستان و نزدیکان استفاده می‌کنم.	خیلی زیاد	زیاد	متوسط	کم	اصلاً
۴	اگر در شرایط مصاحبه رادیوتلوویزیونی قرار گیرم، برای صحبت کردن و معرفی خودم استفاده می‌کنم.	خیلی زیاد	زیاد	متوسط	کم	اصلاً
۵	از فرصت‌های مختلف برای ارتباط با افراد مختلف و معرفی خود استفاده می‌کنم.	خیلی زیاد	زیاد	متوسط	کم	اصلاً
<b>ج- مهارت گوش دادن</b>						
۱	اغلب تلاش می‌کنم با دقت گوش دهم تا در فرصت مناسب نظرات خود را ارائه دهم.	خیلی زیاد	زیاد	متوسط	کم	اصلاً
۲	اغلب با دقت در گوش دادن و دادن بازخورد مناسب، توجه گوینده را به خود جلب کنم.	خیلی زیاد	زیاد	متوسط	کم	اصلاً
۳	در اغلب موارد هنگام سخن گفتن روی ایده‌ها و مفاهیم اصلی حرف‌های طرف مقابل تمرکز پیدا می‌کنم تا با مخالفت یا موافقت مستدل اندیشه خود را مطرح کنم.	خیلی زیاد	زیاد	متوسط	کم	اصلاً
۴	اغلب با ارزیابی صحبت‌های فرد در حین گوش دادن، فرصت‌های جدیدی برای مطرح کردن خود ایجاد می‌کنم.	خیلی زیاد	زیاد	متوسط	کم	اصلاً
<b>د- مهارت خواندن</b>						
۱	اغلب با مطالعه مطالب مفید سعی می‌کنم، توان گفتاری خود را برای معرفی خود افزایش دهم.	خیلی زیاد	زیاد	متوسط	کم	اصلاً
۲	اغلب با مطالعه مطالب مفید سعی می‌کنم، توان نوشتاری خود را برای معرفی خود افزایش دهم.	خیلی زیاد	زیاد	متوسط	کم	اصلاً
۳	اغلب با تندخوانی خود را برای سخنرانی‌های مؤثر برای معرفی اندیشه و توانایی خود آماده می‌کنم.	خیلی زیاد	زیاد	متوسط	کم	اصلاً
۴	خیلی راحت مطالبی را که می‌خوانم در حرف‌هایم استفاده می‌کنم.	خیلی زیاد	زیاد	متوسط	کم	اصلاً
<b>ه- مهارت زبان تنی</b>						
۱	اغلب از مهارت‌های حرکات سر و دست در انتقال پیام یا ارائه بازخورد به پیام و معرفی خود به‌طور مؤثر استفاده می‌کنم.	خیلی زیاد	زیاد	متوسط	کم	اصلاً
۲	اغلب از مهارت‌های حرکات چشم و ابرو در انتقال پیام یا ارائه بازخورد به پیام و معرفی خود به‌طور مؤثر استفاده می‌کنم.	خیلی زیاد	زیاد	متوسط	کم	اصلاً
۳	اغلب در لباس پوشیدن یا رویکردی مؤثر در معرفی برند خود استفاده می‌کنم.	خیلی زیاد	زیاد	متوسط	کم	اصلاً
۴	در دست دادن یا دیگران سعی می‌کنم، شرایط اقتدار یا برابری به‌ویژه در برابر برندهای شاخص حفظ شود.	خیلی زیاد	زیاد	متوسط	کم	اصلاً
<b>و- استفاده از ابزارهای ارتباطی روزمره و نوین</b>						
۱	اغلب از طریق ارسال SMS و موبایل برای معرفی خود و تخصصم استفاده می‌کنم.	خیلی زیاد	زیاد	متوسط	کم	اصلاً
۲	اغلب از طریق شبکه‌های اجتماعی موبایلی مانند وایبر، اینستاگرام، واتس‌آپ و... برای معرفی خود و تخصصم استفاده می‌کنم.	خیلی زیاد	زیاد	متوسط	کم	اصلاً
۳	اغلب از طریق ایمیل یا پست الکترونیک برای معرفی خود و تخصصم استفاده می‌کنم.	خیلی زیاد	زیاد	متوسط	کم	اصلاً
۴	دارای وبلاگ یا وبسایت هستم و از آن برای معرفی خود و تخصصم به‌طور مستمر و با به‌روزرسانی استفاده می‌کنم.	خیلی زیاد	زیاد	متوسط	کم	اصلاً
۵	اغلب از رسانه‌های اجتماعی عمومی مانند فیس‌بوک یا تویتر و مشابه آن برای معرفی خود و تخصصم استفاده می‌کنم.	خیلی زیاد	زیاد	متوسط	کم	اصلاً
۶	اغلب از شبکه‌های اجتماعی تخصصی مانند لینک‌این یا ریسرچ گیت و مشابه آن برای معرفی خود و تخصصم استفاده می‌کنم.	خیلی زیاد	زیاد	متوسط	کم	اصلاً
<b>ز) مهارت دیدن</b>						
۱	اغلب از رنگ‌های مناسب برای معرفی خود و برندم استفاده می‌کنم.	خیلی زیاد	زیاد	متوسط	کم	اصلاً
۲	اغلب نشانه‌های بصری برندهای موفق در حوزه تخصصی‌ام را موردتوجه و تحلیل قرار می‌دهم.	خیلی زیاد	زیاد	متوسط	کم	اصلاً
۳	اغلب از فرصت‌های مناسب بصری و مکانی تقویت‌کننده برند تخصصی برای گرفتن فیلم و عکس استفاده می‌کنم.	خیلی زیاد	زیاد	متوسط	کم	اصلاً
۴	اغلب از تدوین بصری مناسب برند و تخصص خود برای انتشار تصاویر و فیلم‌هایم در فضای مجازی استفاده می‌کنم.	خیلی زیاد	زیاد	متوسط	کم	اصلاً

### خلاصه

در دنیای امروز اکثر شغل‌ها پیش از ورود به مرحله فراخوان‌های عمومی تکمیل می‌شوند. از دلایل مهم این امر آن است که افراد شاخص و برند در زمینه‌های مختلف، خیلی زود مورد توجه قرار می‌گیرند و فرصت‌های شغلی موجود را از آن خود می‌کنند. بر این اساس دانش‌آموزان، دانشجویان و دانش‌آموختگان علوم ورزشی باید، به آشنایی با اصول برند انسانی و چگونگی بهبود وضعیت «برند شخصی» خود در این زمینه گام بردارند. برای «خودبرندسازی» ابتدا باید در یک حوزه مشخص از علوم ورزشی متمرکز شد و از انواع ظرفیت‌ها از جمله مهارت‌های ارتباطی برای بهبود جایگاه برند خود بهره گرفت.

### فعالیت‌هایی برای یادگیری

- در زمینه‌ای که برای برند شدن انتخاب کرده‌اید، بین ۵ تا ۱۰ نفر را که از برندهای شاخص این حوزه هستند انتخاب کنید و زندگی آن‌ها تا رسیدن به این مرحله مرور کنید.
- نقاط مشترک و افتراق عامل بند شدن آن‌ها را شناسایی کنید و در یک تحلیل میزان قابل استفاده بودن آن همراه با دلایل مبتنی بر برند شدن یا نشدن آن‌ها برای خود را بنویسید.

# پیوست‌ها





## پیوست یکم

### واژه‌نامه تخصصی انگلیسی به فارسی

در جدول پیوست ۱ انواع واژگان تخصصی انگلیسی در حوزه علوم ورزشی بر اساس حروف الفبا تنظیم شده‌اند و در برابر هر یک معادل یا معادل‌های فارسی آن قرار گرفته است.

جدول پیوست ۱. واژه‌نامه تخصصی انگلیسی به فارسی

A	
Accelerator	شتاب‌دهنده یا اکسلریاتور
Accommodations	امکانات اسکان
Accommodation fee	هزینه اقامت
Accommodation Reservation	رزرو یا ذخیره امکانات اسکان
Accredited media	مجوز پوشش رسانه‌ای
Action shot	تصویر صحنه در حال اجرا
Administration	مدیریت اجرایی (دبیرخانه اجرایی)
Adventure racing or expedition racing	مسابقات ماجراجویانه
Advisory Committee	کمیته مشورتی
Aerobics	ورزش ایروبیك
Aerobics Instructor	آموزش‌دهنده یا مربی و مدرس ایروبیك
Aesthetic	زیبایی‌شناسی
Agility	چابکی
Air Sport	ورزش‌های هوایی
Alliance of Independent recognised Members of Sport (AIMS)	مجمع مستقل برای تأیید عضویت فدراسیون بین‌المللی ورزشی (که عضو سه سازمان قبل نباشند)
Amusement and Recreation Attendants	کارکنان خدمات تفریحی و سرگرمی
Analysor	آنالیزور/تحلیلگر
Angle	آنجل یا فرشته (نوعی شتاب‌دهنده)
Announcer	گوینده
Aquatics	ورزش‌های آبی

Archery	تیر و کمان
arena / Coliseum	سالن ورزشی
Armwrestling	مچ اندازی (یک رشته ورزشی)
Arnis	آرنیس (نوعی ورزش رزمی فیلیپینی)
Asian Beach Games	بازی های آسیایی ساحلی
Asian Federations (AFs)	فدراسیون های ورزشی آسیایی
Asian Games Federation (AGF)	فدراسیون بازی های آسیایی
Asian Indoor & Martial Arts Games	بازی های داخل سالن با هنرهای رزمی
Asian Regional Games	بازی های آسیایی منطقه ای
Asian Summer Games	بازی های آسیایی تابستانی
Asian Winter Games	بازی های آسیایی زمستانی
Asian Youth Games	بازی های آسیایی جوانان
Associate Member	عضو وابسته
Association National Olympic Committee (ANOC)	انجمن کمیته های ملی المپیک
Association National Olympic Committee of Africa (ANOCA)	انجمن کمیته های ملی آفریقا
Association of International Olympic Winter Sports Federations (AIOWF)	انجمن فدراسیون های بین المللی المپیک ورزشی زمستانی
Association of IOC Recognised International Sports Federations (ARISF)	انجمن کمیته بین المللی المپیک برای تأیید رشته های غیر المپیکی
Association of Summer Olympic International Federations (ASOIF)	انجمن فدراسیون های بین المللی المپیک تابستانی
Athletes Committee	کمیته ورزشکاران
Athletic Club / Country Club/ Sports club	باشگاه ورزشی
Athletics	دو و میدانی
Athletic Sport	ورزش قهرمانی
Athletic Trainer	تمرین دهنده یا مربی ورزش قهرمانی
Axiology	ارزش شناسی
<b>B</b>	
Back judge	داور بخش عقب زمین
Badminton	بدمینتون
Badminton World Federation (BWF)	فدراسیون جهانی بدمینتون
Balance	تعادل
Bangall Wild Elimination Tournament	جدول حذفی بنگال وایلد
Baseball	بیسبال
Basketball	بسکتبال
Battle Rope	طناب نبرد یا بتل روپ (حرکتی در کراس فیت)



Behavior	رفتار
Biathlon	بیاتلون (اسکی/تیراندازی)
Billiards Sports	بیلیارد
Bobsleigh	بابسلی (نوعی لژسواری)
Body	بدن، جسم
Bodybuilding	پرورش اندام
Body composition	ترکیب بدنی
Bootstrapped Lean Startup (BLS)	استارت آپ ناب بدون سرمایه
Boules	بولز (نوعی تپله بازی)
Bowling	بولینگ
Bowl Skating	اسکیت در کاسه مانند
Boxing	بوکس
Bridge	ورق بازی / کارت بازی
Brochure	بروشور
Burpee	برپی (نوعی حرکت تمرینی و از حرکات پایه کراس فیت)
Business Model	مدل کسب و کار
Business plan	برنامه یا طرح کسب و کار
Bye	استراحت در جدول مسابقات
<b>C</b>	
Canoe / Kayak	کانو/کایاک (نوعی قایقرانی)
Cardiorespiratory endurance	استقامت قلبی-ریوی
Catering	امکانات تهیه غذا (کترینگ)
Cerebral Palsy International Sports and Recreation Association (CP-ISRA)	انجمن بین المللی ورزش و تفریحات اشخاص فلج مغزی
Challenge Tournament	جداول مبارزه طلبی در مسابقات
Checklist	فهرست کنترل / چک لیست
Chieftdom	ریاست قبیله ای (سبکی زندگی قبیله ای)
Chinlone	چین لون (شبهه سپک تاکرا)
Clean and jerk	حرکت دوزرب وزنه برداری
Closing Ceremonies	مراسم اختتامیه
Coache	مربی
Coliseum/ arena	سالن ورزشی
Comite International des Sourds (CISS)	کمیته بین المللی ورزش ناشنوایان
Commentator	گزارشگر لحظه به لحظه
Communication Skills	مهارت های ارتباطی
Conceptualizing	مفهوم سازی

Conditioning	کاندیشنینگ (مرحله نهایی و حصول نتیجه پیش‌بینی شده بر اساس تمرین متناسب با رژیم خاص و استراحت)
Confédération Mondiale des Activités Subaquatiques (CMAS)	فدراسیون بین‌المللی ورزش‌های زیر آب
Confédération Internationale de la Pêche Sportive (CIPS)	فدراسیون بین‌المللی ماهیگیری با قلاب
Confédération Mondiale des Sports de Boules (CMSB)	فدراسیون بین‌المللی بولز
Consolation Elimination Tournament	جدول حذفی جبرانی
Continental Championships	مسابقات قهرمانی قاره‌ای
Coordination	هماهنگی
Country Club/ Sports club / Athletic Club	باشگاه ورزشی
Court of Arbitration for Sport (CAS)	دادگاه حکمیت ورزش
Credential Policies	سیاست‌گذاری برای کارت‌های شناسایی معتبر
Cricket	کریکت
Cross country running	دوی صحرانوردی
Cross-Country Skiing	اسکی صحرانوردی (اسکی در مسافت طولانی)
Crossfit	کراس‌فیت
Crown Tournament	جدول تاجی مسابقات
Culture Committee	کمیته فرهنگی
Curling	کرلینگ (زمستانی)
Curriculum	برنامه‌درسی
Cycling	دوچرخه‌سواری
<b>D</b>	
Daily tasks	کارهای روزمره
Dance Sports	ورزش رقص
Deadlift	ددلیفت (حرکتی در وزنه‌برداری قدرتی)
Demo Day	دمو دی «یک رویداد استارت‌آپی یک‌روزه»
Dining Hall	سالن غذاخوری
Dissertation	رساله
Dots and Boxes	نقطه‌بازی (نوعی بازی فکری)
Double Elimination Tournament	جدول دو حذفی
Double R.R.T	جدول دوره‌ای با بازی رفت و برگشتی
Dragon Boat	دراگون بوت
Dragon & Lion Dance	رقص شیرواژدها
Dry Cleaning	خشک‌شویی
Dualism	دوگانه‌گرایی

<b>E</b>	
Educational Sport	ورزش پرورشی / ورزش تربیتی
Education Committee	کمیته آموزش
Ekecheirea	دوره ترک مخاصمه (در بازی‌های المپیک باستان)
Electronic Sports	ورزش‌های الکترونیکی
Eligibility and limits	تعیین شرایط احراز و محدودیت‌ها
Emblem	لوگوی فیزیکی (لوگوی ساخته‌شده دارای ابعاد و قابل لمس)
Emotional	هیجانی
Endorsement	صحه‌گذاری (در بازاریابی و عمل تأیید یک محصول توسط فردی شناخته‌شده)
Entrepreneurship	کارآفرینی
Entourage Committee	کمیته محیط کار
Epidemiology	همه‌گیرشناسی یا اپیدمیولوژی (مطالعه آنچه بر مردم می‌گذارد از زبان خودشان به‌ویژه در زمینه علل ظهور و انتشار یک بیماری)
Epistemology	معرفت‌شناسی
Escape room	اتاق فرار (نوعی بازی فکری)
E Stand	جایگاه ویژه خبرنگاران
Ethics	اخلاق
Ethics Committee	کمیته اخلاق
European Olympic Committee (EOC)	کمیته‌های المپیک اروپا
Excludes breakfast	همراه با صبحانه
Executive Board (EB)	هیئت اجرایی
Exercise	تمرین
Exhibition Events	رویدادهای نمایشی
Existentialism	اگزیستانسیالیسم، اصالت وجود
Explanatory theoretical	سطح توضیح نظری
Extra bed	یک تخت اضافه
Extramural	رویدادهای فوق‌برنامه خارج از مدارس و دانشگاه‌ها
Extreme Sports	ورزش‌های هیجانی
<b>F</b>	
Factual	واقع‌گرایی
Fédération Aéronautique Internationale (FAI)	فدراسیون بین‌المللی ورزش‌های هوایی
Fédération Équestre Internationale (FEI)	فدراسیون بین‌المللی سوارکاری
Fédération Internationale d'Esgrime (FIE)	فدراسیون بین‌المللی شمشیربازی
Federation Internationale de Basketball (FIBA)	فدراسیون بین‌المللی بسکتبال

Fédération Internationale des Échecs (FIDE)	فدراسیون بین‌المللی شطرنج
Fédération Internationale de Football Association (FIFA)	فدراسیون بین‌المللی فوتبال
Federation Internationale de Gymnastique (FIG)	فدراسیون بین‌المللی ژیمناستیک
Fédération Internationale de l'Automobile (FIA)	فدراسیون بین‌المللی اتومبیلرانی
Fédération Internationale de Luge de Course (FIL)	فدراسیون بین‌المللی لژسواری (ورزش زمستانی)
Fédération Internationale de Motocyclisme (FIM)	فدراسیون بین‌المللی موتورسواری
Federation Internationale de Natation (FINA)	فدراسیون بین‌المللی ورزش‌های آبی
Federación Internacional de Pelota Vasca (FIPV)	فدراسیون بین‌المللی پیلوتای باسکی (شبیبه تنیس)
Fédération Internationale de Roller Sports (FIRS)	فدراسیون بین‌المللی اسکیت روی زمین (رولر)
Fédération Internationale de Sambo (FIAS)	فدراسیون بین‌المللی سامبو (کشتی شبیه جودو)
Federation Internationale de Savate (FISav)	فدراسیون بین‌المللی ساواته (ورزش رزمی)
Fédération Internationale de Ski (FIS)	فدراسیون بین‌المللی اسکی
Fédération Internationale des Sociétés d'Aviron (FISA)	فدراسیون بین‌المللی روئینگ (نوعی قایقرانی)
Fédération Internationale de Volleyball (FIVB)	فدراسیون بین‌المللی والیبال
Federation of International Bandy (FIB)	فدراسیون بین‌المللی باندی (مشابه هاکی)
Federation of International Polo (FIP)	فدراسیون بین‌المللی چوگان
Fencing	شمشیربازی
Field judge	داور درون زمین
Fighting games	بازی‌های الکترونیکی مبارزه‌ای
Finance Committee	کمیته مالی
Finswimming	شنا با فین
First-person shooters	بازی‌های الکترونیکی تیراندازان اول‌شخص
Fitness Trainer	مربی آمادگی جسمانی
Fix	ثابت
Flag Football	فلگ فوتبال (نوعی فوتبال آمریکایی)
Flexibility	انعطاف‌پذیری
Floorball	فلوربال (نوعی هاکی)
Football	فوتبال
Footvolley	فوت‌والی (والیبال با پا)
Formula One	مسابقات فرمول یک اتومبیلرانی
Full member	عضو حقیقی یا عضو کامل
Funnel Tournament	جدول قیفی مسابقات

G

Game	بازی قراردادی (در دسته‌بندی از مفاهیم ورزش)
Game point	امتیاز مسابقه (در تنیس امتیاز مشخص‌کننده تکلیف مسابقه)
Games Services Department	بخش خدمات بازی‌ها
General Assembly (GA)	مجمع عمومی
General Association of international Sport Federation (GAIFS)	انجمن کل فدراسیون‌های بین‌المللی ورزشی
General Circulation Area	جایگاه‌های معمول استفاده خبرنگاران
Golf	گلف
Group system	جدول دوره‌ای گروهی
Gymnastics	ژیمناستیک
<b>H</b>	
Handball	هندبال
Hand Clock Circulation Tournament	جدول گردش عقربه ساعت مسابقات
Handicap	بازی ارفاقی یا هندی‌کپ
Handpolo	هندپلو
Head games/ Mind games	بازی‌های فکری
Head linesman	داور سرخط
Headline	تیترا یا سرخط خبرها در رادیو تلویزیون
Head shot	تصویر صورت یا پرسنلی
Hockey	هاکی
Holism	کلی‌نگری یا هولیسم
Homo	جانوران انسان‌گونه (شبه میمون)
Homo Habilis	انسان ماهر اولیه (با توانایی ساخت ابزار با سنگ)
Homo Sapiens	انسان هوشمند اولیه
Honorary Life Members	اعضای افتخاری
Household activities	فعالیت‌های خانه‌داری
Human branding	برندسازی انسانی
Humanism	اومانیسم، هیومانیزم یا انسان‌گرایی
Hybrid Cauldron	مجمع آتشدان بزرگ المپیک
<b>I</b>	
Ice Hockey	هاکی روی یخ
Incubator	مرکز رشد یا انکوباتور
Information and Statistics Committee	کمیته آمار و اطلاعات
Innovation	نوآوری
Innovation Center	مرکز نوآوری
Institut Pierre de Coubertin (IPC)	مؤسسه پیردوکوبرتن

Instruction / Manual	دستورالعمل
International Aikido Federation (IAF)	فدراسیون بین‌المللی آیکیدو
International Association for Sport Information (IASI)	انجمن بین‌المللی اطلاعات ورزش
International Association of Athletics Federations (IAAF)	انجمن بین‌المللی فدراسیون‌های دوومیدانی
International Association of Sciences in Medicine and Sports (IASMS)	انجمن بین‌المللی علوم پزشکی و ورزشی
International Assembly of National Organizations of Sports (IANOS)	مجمع بین‌المللی سازمان‌های ملی ورزش
International Association of Olympic Medical Fiches (IAOMO)	انجمن بین‌المللی مسئولان پزشکی المپیک
International Association for Sports and Leisure Facilities (IAKS)	انجمن بین‌المللی تجهیزات ورزشی و تفریحی
International Bobsleigh and Skeleton Federation (IBSF)	فدراسیون بین‌المللی بابسلی (نوعی لژسواری)
International Biathlon Union (IBU)	فدراسیون بین‌المللی دوگانه (بایاتلون)
International Blind Sports Association (IBSA)	انجمن بین‌المللی ورزش نابینایان
International Boxing Association (AIBA)	انجمن بین‌المللی بوکس
International Canoe Federation (ICF)	فدراسیون بین‌المللی کانوئینگ (نوعی قایقرانی)
International Casting Sport Federation (ICSF)	فدراسیون بین‌المللی ماهیگیری
International Cheer Union (ICU)	اتحادیه بین‌المللی هلهله‌گران یا مشوقان
International Committee for Fair Play (CIPF)	کمیته بین‌المللی بازی منصفانه
International Council for Health, Physical Education, Recreation, Sport and Dance (ICHPER-SD)	شورای بین‌المللی سلامت، تربیت‌بدنی، تفریحات، ورزش و رقص
International Council of Sport Science and Physical Education (ICSSPE)	شورای بین‌المللی تربیت‌بدنی و علوم ورزشی
International Korfball Federation (IKF)	فدراسیون بین‌المللی کورفبال (شبییه بسکتبال)
International Catholic School Sport Federation (FISEC)	فدراسیون بین‌المللی ورزش مدارس کاتولیک
International Cricket Council (ICC)	شورای بین‌المللی کریکت
International Dragon Boat Federation (IDBF)	فدراسیون بین‌المللی دراگون‌بوت (نوعی قایقرانی)
International Esports Federation (IESF)	فدراسیون بین‌المللی ورزش‌های الکترونیکی
International Federation Icestocksport (IFI)	فدراسیون بین‌المللی آیس‌استک (ورزش زمستانی)
International Federation Model Auto Racing (IFMAr)	فدراسیون بین‌المللی بازی‌های کنترل رادیویی
International Federation of American Football (IFAF)	فدراسیون بین‌المللی فوتبال آمریکایی
International Federation of Bodybuilding & Fitness (IFBB)	فدراسیون بین‌المللی پرورش اندام
International Federation of Muaythai Amateur (IFMA)	فدراسیون بین‌المللی موی‌تای (ورزش رزمی)
International Federation of Netball Associations (IFNA)	فدراسیون بین‌المللی انجمن‌های نت‌بال (شبییه بسکتبال)

International Federation of Physical Education (FIEP)	فدراسیون بین‌المللی تربیت‌بدنی
International Federation of Sleddog Sports (IFSS)	فدراسیون بین‌المللی سگ سورتمه
International Federation of Sport Climbing (IFSC)	فدراسیون بین‌المللی صخره‌نوردی
International Federation of Sport Medicine (FIM)	فدراسیون بین‌المللی پزشکی
International Federations (IFs)	فدراسیون‌های بین‌المللی
International Fistball Association (IFA)	انجمن بین‌المللی فیستبال (شبییه والیبال)
International Floorball Federation (IFF)	فدراسیون بین‌المللی فلوربال (شبییه هاکی)
International Go Federation (IGF)	فدراسیون بین‌المللی گو بازی یا وی چی
International Golf Federation (IGF)	فدراسیون بین‌المللی گلف
International Handball Federation (IHF)	فدراسیون بین‌المللی هندبال
International Hockey Federation (FIH)	فدراسیون بین‌المللی هاکی روی چمن
International Ice Hockey Federation (IIHF)	فدراسیون بین‌المللی هاکی روی یخ
International Judo Federation (IJF)	فدراسیون بین‌المللی جودو
International Junior Tournament	تورنمنت بین‌المللی جوانان
International Kendo Federation (FIK)	فدراسیون بین‌المللی کندو (ورزش رزمی)
International Labour Sports Confederation (CSIT)	فدراسیون بین‌المللی ورزش کارگران
International Life Saving Federation (ILS)	فدراسیون بین‌المللی نجات‌غریق
International Matches	مسابقات بین‌المللی
International Military Sports Council (CISM)	شورای بین‌المللی ورزش ارتش‌ها
International Olympic Academi (IOA)	آکادمی بین‌المللی المپیک
International Olympic Committee (IOC)	کمیته بین‌المللی المپیک
International Open Tournament	تورنمنت آزاد بین‌المللی
International Orienteering Federation (IOF)	فدراسیون بین‌المللی جهت‌یابی
International Paralympic Committee (IPC)	کمیته بین‌المللی پارالمپیک
International Pierre de Coubertin Committee (CIPC)	کمیته بین‌المللی پیر دو کوبرتن
International PNF Association	انجمن بین‌المللی پی ان اف
International Powerlifting Federation (IPF)	فدراسیون بین‌المللی وزنه‌برداری قدرتی
International Racquetball Federation (IRF)	فدراسیون بین‌المللی راکتبال (ورزش راکتی)
International Relations Committee	کمیته روابط بین‌الملل
International Sailing Federation (ISAF)	فدراسیون بین‌المللی سیلینگ (قایقرانی بادبانی)
International School Sport Federation (ISF)	فدراسیون بین‌المللی ورزش مدارس
International Seniors events	مسابقات پیشکسوتان



International Sepaktakraw Federation (ISTAF)	فدراسیون بین‌المللی سپکتاکرا
International Shooting Sport Federation (ISSF)	فدراسیون بین‌المللی تیراندازی
International Skating Union (ISU)	اتحادیه بین‌المللی اسکیت
International Ski Mountaineering Federation (ISMF)	فدراسیون بین‌المللی اسکی کوه‌پیمایی
International Sport Federation for Persons with Mental Handicap (FMH-INAF)	فدراسیون بین‌المللی ورزش عقب‌افتادگان ذهنی
International Sport for All Federation (FISPT)	فدراسیون بین‌المللی ورزش همگانی
International Sporting Press Association (AIPS)	انجمن بین‌المللی مطبوعات ورزشی
International Sports Engineering Association (ISEA)	انجمن بین‌المللی مهندسی ورزش
International Sports Organization of the Disabled (ISOD)	سازمان بین‌المللی ورزش‌های معلولین
International Soft Tennis Federation (ISTF)	فدراسیون بین‌المللی تنیس نرم
International Sumo Federation (IFS)	فدراسیون بین‌المللی سومو (کشتی سنتی ژاپنی)
International Surfing Association (ISA)	انجمن بین‌المللی موج‌سواری
International Table Tennis Federation (ITTF)	فدراسیون بین‌المللی تنیس روی میز
International Tennis Federation (ITF)	فدراسیون بین‌المللی تنیس
International Triathlon Union (ITU)	اتحادیه بین‌المللی سه‌گانه (تریاتلون)
International Tournament	تورنمنت بین‌المللی
International Union on Police Sports (USIP)	اتحادیه بین‌المللی ورزش پلیس
International University Sport Federation (FISU)/ Fédération Internationale du Sport Universitaire	فدراسیون بین‌المللی ورزش دانشگاه‌ها
International Weightlifting Federation (IWF)	فدراسیون بین‌المللی وزنه‌برداری
International Waterski & Wakeboard Federation (IWWF)	فدراسیون بین‌المللی اسکی روی آب
International World Games Association (IWGA)	انجمن بین‌المللی بازی‌های جهانی
International Wushu Federation (IWUF)	فدراسیون بین‌المللی ووشو
International Zurkhaneh Sports Federation (IZSF)	فدراسیون بین‌المللی ورزش‌های زورخانه‌ای
Interpreter	مفسر
Intramural	رویدادهای فوق‌برنامه درون مدارس و دانشگاه‌ها
Invention	اختراع
Invitation Events	مسابقات دعوتی
<b>J</b>	
Judo	جودو
Ju-Jitsu	جو جیتسو
Ju-Jitsu International Federation (JJIF)	فدراسیون بین‌المللی جو جیتسو (ورزش رزمی)
Jupiter	خدای خدایان رومی (معادل زئوس در یونان)

Journalist	خبرنگار / روزنامه‌نگار
<b>K</b>	
Kabaddi	کبدی
Karate	کاراته
Kinesiology	حرکت‌شناسی
Kickboxing	کیک‌بوکسینگ
Knock out Tournaments	جدول حذفی
Knowledge	دانش
knowledge base Company	شرکت دانش‌بنیان
Korfball	کورفبال (شبییه بسکتبال)
Kurash	کوراش
<b>L</b>	
Laboratory	آزمایشگاهی
Ladder Tournament	جدول نردبانی مسابقات
Language	زبان
Lead	لید یا طلایه
Lean Startup	استارت‌آپ ناب
Leisure & Entertainment Facilities	امکانات تفریحی و سرگرمی
Life Saving	نجات‌غریق
Line judge	داور خط
Logic	منطق
Lombard R.R.T	جدول دوره‌ای لمبارد
Lower Paleolithic	پارینه‌سنگی ابتدایی
Luge	لوژ (زمستانی)
<b>M</b>	
Manual / Instruction	دستورالعمل
Mascot	مسکات (نماد عروسکی)
Mastermind	فکر بکر (نوعی بازی فکری)
Match	مسابقه (در تنیس بازیکن برنده ۲ ست از ۳ ست برنده می‌شود)
Masters Events	مسابقات برترین‌ها یا بازی بزرگان
Materialism	ماده‌گرایی
Media Accreditation Categories	سطوح کارت‌های اعتباری رسانه‌ها
Media Committee	کمیته رسانه
Media Oplicy	سیاست یا خط‌مشی رسانه‌ای

Media Rooms	اتاق رسانه‌ها/ اتاق پذیرایی رسانه‌ها
Media Village	دهکده رسانه‌ها
Medical Committee	کمیته پزشکی
Medicine ball	مدیسین بال / توپ پزشکی (بین ۲ تا ۲۵ کیلوگرم)
Mega sporting event	رویداد بزرگ ورزشی
Mentee	متی و مشاوره‌گیرنده
Mentor	منتور/مربی/ مشاور
Mentoring	منتورینگ یا مشاوره تخصصی در استارت‌آپ‌ها
Metaphysics	ماورای طبیعت، متافیزیک، مابعدالطبیعه
Micro Celebrity	میکروسلبریتی
Middle Paleolithic	پارینه‌سنگی میانه
Military Sport	ورزش نظامی
Mind games /Head games	بازی‌های فکری
Mini ramp Skating	اسکیت روی سطح با شیب کم
Modern Pentathlon	پنج‌گانه جدید
Motor Sports	جت‌اسکی
Motto	شعار (برای سازمان بزرگ و دائمی مانند کمیته بین‌المللی المپیک)
Movement	حرکت
Muay	موی‌تای
Muller-Anderson Playback Elimination Tournament	جدول حذفی مولر- اندرسون
Multiplayer online battle arena	بازی‌های الکترونیکی با بازیکنان چندگانه آنلاین
Multi-sport Events	رویدادهای چندرشته‌ای
Muscular endurance	استقامت عضلانی
Muscular strength	قدرت عضلانی
Mysticism	عرفان
<b>N</b>	
National flag and anthem	پرچم و سرود ملی
National Olympic Committee (NOC)	کمیته ملی المپیک
National Paralympic Committee (NPC)	کمیته ملی پارالمپیک
Netball	نت‌بال (شبییه بسکتبال)
Newsletters	خبرنامه
Nonprofit Sector	بخش یا سازمان غیرانتفاعی یا داوطلبانه
North American Society for Sport Management (NASSM)	انجمن مدیریت ورزشی آمریکای شمالی

<b>O</b>	
Oaths	سوگند المپیک
Object	هدف عینی و ملموس
Occupational activities	فعالیت‌های شغلی
Oceania National Olympic Committee (ONOC)	کمیته‌های ملی المپیک اقیانوسیه
Official Operation dates	تاریخ بهره‌برداری رسمی
Olympic Charter	منشور المپیک
Olympic Congeres	کنگره المپیک
Olympic Council of Asia (OCA)	شورای المپیک آسیا
Olympic Flag	پرچم المپیک
Olympic Mascots	مسکات یا نمادهای عروسکی المپیک
Olympic Movement	نهضت المپیک/ جنبش المپیک
Olympic Rings	حلقه‌های المپیک
Olympic Solidarity	همبستگی المپیک
Olympic Torch Relay	حمل امدادی مشعل المپیک
One-off item deposit fee	هزینه یک‌بار استفاده از امکانات
One-off payment	پرداخت کامل
Ontology	هستی‌شناسی
Opening Ceremonies	مراسم افتتاحیه
Operation Hours	ساعات کاری
Organizational Logo	لوگوی سازمانی
Organizational Spokesperson	سخنگوی سازمانی
Organizing Committee for Olympic Games (OCOG)	کمیته برگزاری بازی‌های المپیک
<b>P</b>	
Pan American Sports Organization (PASO)	سازمان ورزش پان آمریکن
Parade of Athletes	رژه ورزشکاران
Paradox	پارادوکس
Para shooting	تیراندازی معلولان
Parking Lot	محوطه پارکینگ
Park Skating	اسکیت پارکی
Payment by installments	پرداخت قسطی
Peace Through Sport Committee	کمیته صلح از طریق ورزش
Pencak Silat	پنچاک سیلات (نوی رزمی)
Pentago	پنتاگو (نوعی بازی فکری)
Personal branding	برندسازی شخصی

Personal watercraft	آب گذر یا آبراه شخصی (جت اسکی)
Petanque	پتانک (نوعی تپله بازی)
Philosophical	فلسفی (سطح فلسفی)
Philosophy	فلسفه
Physical Activity	فعالیت بدنی
Physical Education	تربیت بدنی
Physical exercise	تمرین بدنی
Physical Fitness	آمادگی جسمانی
Pictogram	تصویرنگاشت، پیکتوگرام
Pilates	پیلاتس
Pitch Deck	پیچ دک
Play	بازی بدون ساختار و غریزی (در دسته بندی از مفاهیم ورزش)
Pluralism	کثرت گرایی
Polo	چوگان
Pool Skating	اسکیت استخری
Pool system	جدول دوره ای کامل
Power	توان (از مؤلفه های آمادگی جسمانی در ارتباط با مهارت)
Power Boating	قایقرانی موتوری
Pragmatism	پراگماتیسم، تجربه گرایی، عمل گرایی
Presenter	مجری / ارائه کننده
Press Box	جایگاه خبرنگاران برای تماشا و تهیه گزارش
Press Operation Area	جایگاه ویژه کار عوامل مطبوعات
Professional Sector	بخش یا سازمان حرفه ای
Professional Sport	ورزش حرفه ای
Program Director	مدیر برنامه
Proprioceptive Neuromuscular Facilitation (PNF)	پی ان اف
Pull-up	بارفیکس
Push-up	حرکت شنا با دست روی زمین
Pyrotechnic designer	طراح آتش بازی
<b>Q</b>	
Question-answer method	روش سؤال و جواب یا پرسش و پاسخ (رویکرد سقراطی)
<b>R</b>	
Racing (Egames)	بازی های الکترونیکی سرعتی
Racquetball	راکت بال
Rally	رالی (مجموعه ای از ضربه های رفت و برگشتی بازیکنان راکتی)

Reaction time	سرعت عکس العمل
Real-time strategy	بازی‌های الکترونیکی با راهبردهای هم‌زمان
Recreational Sport	ورزش همگانی و تفریحی
Recreation and Fitness Studies Teacher	معلم مطالعات تناسب‌اندام و تفریحات
Recreation Workers	کارکنان بخش تفریحات
Recreational Aquatic Exercise	ورزش‌های تفریحی آبی
Referee	داور با مفهوم عام
Refugee Olympic Team (RTO)	تیم المپیک مهاجران
Regional Championships	مسابقات قهرمانی منطقه‌ای
Regular R.R.T	جدول دوره‌ای منظم
Religious Sport	ورزش آیینی
Reporter	گزارشگر میدانی
Reprints	بریده جراید
Residential buildings	ساختمان‌های مسکونی یا محل اسکان
Roller Sports	رولر اسپورت (اسکیت روی زمین / اسکیت چرخدار)
Round Robin Tournament	جدول دوره‌ای
Rowing	روئینگ (نوعی قایقرانی)
Rugby	راگبی
Rules & Regulations	آئین‌نامه / قوانین و مقررات (اغلب برگرفته از اساسنامه)
Rules Committee	کمیته قوانین
<b>S</b>	
Sailing	قایقرانی بادبانی
Sambo	سامبو
Science	علم
Science and Technology Park	پارک علم و فناوری
Scout	راهنما، ناظر، کمک‌مربی
Self-assessment	خودارزیابی
Self direction	خودهدایتی
Self-Efficacy	خودکارآمدی
Self Service Laundry	خشک‌شویی برای انجام خود فرد (سلف‌سرویس)
Seminar	سمینار
Sepaktakraw	سپکتاکرا
Service Centre	مرکز خدمات
Set	ست (در تنیس واحد مسابقه است که بازیکن باید دوست از ۳ ست مسابقه را ببرد تا برنده مسابقه باشد).

Set point	امتیاز ست (در تنیس امتیازی مشخص کننده تکلیف ست)
Ship and Boat Captain	کاپیتان قایق و کشتی
Shooting	تیراندازی
Shuttle Cock	شاتل کاک (نگهداشتن پر در هوا)
Side judge	داور بخش کناری زمین
Single bedrooms available	وجود امکان اتاق‌های یک‌تخته
Singel Elimination Tournaments	جدول یک حذفی
Single R.R.T	جدول دوره‌ای با تک‌بازی
Skating	اسکیت
Skiing	اسکی
Skimo	اسکیمو (نام دیگر اسکی کوهنوردی)
Ski Mountaineering	اسکی کوهنوردی
Slogan	شعار (برای سازمان‌های کوچک و موقتی مانند هر دوره بازی)
Snatch	حرکت تک‌ضرب وزنه‌برداری
Social Cognitive Theory	نظریه شناختی-اجتماعی
Softball	سافتبال
Soft Tennis	تنیس نرم
Spider Web Tournament	جدول تار عنکبوتی مسابقات
Spinal Muscular Atrophy (SMA)	آتروفی عضلانی نخاعی
Sport	ورزش
Sport accord	اسپورت آکورد
Sport Leadership Courses	دوره‌های مدیریت و رهبری
Sport physiology	فیزیولوژی ورزش
Sport Pictograms	پیکتوگرام‌های ورزشی
Sports and Environment Committee	کمیته ورزش و محیط‌زیست
Sports club/ Country Club/ Athletic Club	باشگاه ورزشی
Sports Committee	کمیته ورزش‌ها
Sport celebrity	سلبریتی ورزشی (چهره مشهور ورزشی)
Sports for All Committee	کمیته ورزش همگانی
Sports games	بازی‌های الکترونیکی ورزشی
Sports Medicine	پزشک ورزشی
Sport-specific journalists	خبرنگار تخصصی در یک رشته ورزشی
Sports team	تیم ورزشی
Squash	اسکواش
Stadium	استادیوم ورزشی (ورزشگاه)



Stakeholder	ذی‌نفع
Standardized terminology	اصطلاحات استاندارد
Stand-Up Paddleboard Racing	قایقرانی ایستاده
Startup-accelerator	شتاب‌دهنده استارت‌آپ
State or Public sector	بخش یا سازمان دولتی یا عمومی
Statuse	اساسنامه
Streetstyle Skating	اسکیت خیابانی
Strength	قدرت
Subjectivism	فلسفه ذهن‌گرایی
Sumo	سومو
Supervised Study	مطالعه هدایت‌شده
Surfing	موج‌سواری
Synopsis	خلاصه داستان
<b>T</b>	
Table Tennis	تنیس روی میز
Taekwondo	تکواندو
Technomarket	فن‌بازار
Tennis	تنیس
The Olympic opening ceremony scene-by-scene	فهرست صحنه‌به‌صحنه مراسم افتتاحیه المپیک
Thruster	تراستر (حرکتی در کراس‌فیت شامل نشستن، پاشدن و بالابردن وزنه روی سر)
Title	تیتراژ یا عنوان در مطبوعات
Tombstone Tournament	جدول سنگ‌قبری مسابقات
Tournament Pyramid	جدول هرمی یا پیرامیدی مسابقات
Traditional Boat Race	قایقرانی سنتی
Traditional Wrestling	کشتی سنتی
Transportation	امکانات حمل‌ونقل
Triathlon	سه‌گانه
Tug of War International Federation (TWIF)	فدراسیون بین‌المللی طناب‌کشی
<b>U</b>	
Umpire	داور مسابقه برای رشته‌هایی مانند تنیس و بیسبال
Union Cycliste Internationale (UCI)	اتحادیه بین‌المللی دوچرخه‌سواری
Union Internationale des Associations d'Alpinisme (UIAA)	اتحادیه بین‌المللی انجمن‌های صخره‌نوردی و کوه‌نوردی
Union Internationale de Pentathlon Moderne (UIPM)	اتحادیه بین‌المللی پنج‌گانه مدرن

Union Internationale Motonautique (UIM)	اتحادیه بین‌المللی قایق‌موتوری
Upper Paleolithic	پارینه‌سنگی پایانی
<b>V</b>	
Value	ارزش
Venue Access	اماکن ورزشی قابل دسترسی یا دارای مجوز ورود
Vert ramp Skating	اسکیت روی سطح شیب‌دار
Vocotruyen	وکوتروین (نوعی ورزش رزمی)
Volleyball	والیبال
Vovinam	ووینام (نوعی ورزش رزمی)
<b>W</b>	
Waterski	اسکی روی آب
Weightlifting	وزنه‌برداری
Wheelchair Tennis	تنیس با ویلچر
Women and Sports Committee	کمیته ورزش و بانوان
Woodball	وودبال (شبییه گلف)
World Association of Kickboxing Organisations (WAKO)	انجمن جهانی سازمان‌های کیک‌بوکسینگ
World Taekwondo (WT)	فدراسیون جهانی تکواندو
World Rugby (WR)	فدراسیون جهانی راگبی
Workspace	فضای کاری
World Anti Doping Agency (WADA)	آژانس جهانی ضد دوپینگ
World Archery Federation (WA)	فدراسیون جهانی تیر و کمان
World Armwrestling Federation (WAF)	فدراسیون جهانی میچ‌اندازی
World Baseball Softball Confederation (WBSC)	فدراسیون بین‌المللی بیسبال و سافتبال
World Bowling (WB)	فدراسیون جهانی بولینگ
World Bridge Federation (WBF)	فدراسیون جهانی ورق‌بازی / کارت‌بازی
World Championships	مسابقات قهرمانی جهان
World Confederation of Billiards Sports (WCBS)	فدراسیون جهانی بیلیارد
World DanceSport Federation (WDSF)	فدراسیون جهانی رقص
World Darts Federation (WDF)	فدراسیون جهانی دارت
World Federation for Company Sport (WFCS)	فدراسیون جهانی ورزش شرکت‌ها
World Federation of the Sporting Goods Industry (WFSGI)	فدراسیون جهانی صنایع ورزش
World Flying Disc Federation (WFDF)	فدراسیون جهانی فریزی یا دیسک پرنده
World Karate Federation (WKF)	فدراسیون جهانی کاراته
World Lacrosse (WL)	فدراسیون بین‌المللی لاکراس (با چوب و توپ)

World Minigolf Sport Federation (WMF)	فدراسیون جهانی مینی گلف
World Olympic Association (WOA)	انجمن جهانی المپین ها
World Squash Federation (WSF)	فدراسیون جهانی اسکواش
Wrestling	کشتی
Wrestling Freestly	کشتی آزاد
Wrestling Greco-Roman	کشتی فرنگی
Wushu	ووشو
<b>X</b>	
X- box	کسول فعال کننده بازی های الکترونیکی
<b>Y</b>	
Yachting	یاچینگ (نوعی قایقرانی)
Yardwork	کارهای حیاط یا محوطه بیرون خانه (مانند باغبانی و نظافت)
Yoga	یوگا
<b>Z</b>	
Zone and Seat Access	محل قابل استقرار و نشستن برای اهالی رسانه
Zurkhaneh Sports	ورزش های زورخانه ای



## پیوست دوم

### واژه‌نامه تخصصی فارسی به انگلیسی

در جدول پیوست ۲ حروف کلیدی فارسی در علوم ورزشی به ترتیب حروف الفبای فارسی آورده شده است. کلمه یا کلمه‌های معادل انگلیسی هر یک از این واژه‌های فارسی در مقابل آن نوشته شده است.

جدول پیوست ۲. واژه‌نامه تخصصی فارسی به انگلیسی

الف	
Personal watercraft	آب‌گذر یا آبراه شخصی (جت اسکی)
Media Rooms	اتاق رسانه‌ها/ اتاق پذیرایی رسانه‌ها
Escape room	اتاق فرار (نوعی بازی فکری)
International Skating Union (ISU)	اتحادیه بین‌المللی اسکیت
Union Internationale des Associations d'Alpinisme (UIAA)	اتحادیه بین‌المللی انجمن‌های صخره‌نوردی و کوه‌نوردی
Union Internationale de Pentathlon Moderne (UIPM)	اتحادیه بین‌المللی پنج‌گانه مدرن
Union Cycliste Internationale (UCI)	اتحادیه بین‌المللی دوچرخه‌سواری
International Biathlon Union (IBU)	اتحادیه بین‌المللی دوگانه (باپاتلون)
International Triathlon Union (ITU)	اتحادیه بین‌المللی سه‌گانه (تریاتلون)
Union Internationale Motonautique (UIM)	اتحادیه بین‌المللی قایق‌موتوری
International Union on Police Sports (USIP)	اتحادیه بین‌المللی ورزش پلیس
International Cheer Union (ICU)	اتحادیه بین‌المللی هلهله‌گران یا مشوقان
United World Wrestling (UWW)	اتحادیه جهانی کشتی
Spinal Muscular Atrophy (SMA)	آتروفی عضلانی نخاعی
Invention	اختراع
Ethics	اخلاق
Axiology	ارزش‌شناسی
Value	ارزش
Arnis	آرنیس (نوعی ورزش رزمی فیلیپینی)
Laboratory	آزمایشگاهی

World Anti Doping Agency (WADA)	آژانس جهانی ضد دوپینگ
Statuse	اساسنامه
Sport accord	اسپورت آکورد
Stadium	استادیوم ورزشی (ورزشگاه)
Lean Startup	استارت آپ ناب
Bootstrapped Lean Startup (BLS)	استارت آپ ناب بدون سرمایه
Bye	استراحت در جدول مسابقات
Muscular endurance	استقامت عضلانی
Cardiorespiratory endurance	استقامت قلبی-ریوی
Squat	اسکات (حرکتی در کار با وزنه)
Squash	اسکواش
Skiing	اسکی
Waterski	اسکی روی آب
Skating	اسکیت
Pool Skating	اسکیت استخری
Park Skating	اسکیت پارکی
Streetstyle Skating	اسکیت خیابانی
Bowl Skating	اسکیت در کاسه‌مانند
Mini ramp Skating	اسکیت روی سطح با شیب کم
Vert ramp Skating	اسکیت روی سطح شیبدار
Cross-Country Skiing	اسکی صحرانوردی (اسکی در مسافت طولانی)
Ski Mountaineering	اسکی کوهنوردی
Skimo	اسکیمو (نام دیگر اسکی کوهنوردی)
Standardized terminology	اصطلاحات استاندارد
Honorary Life Members	اعضای افتخاری
International Olympic Academi (IOA)	آکادمی بین‌المللی المپیک
Existentialism	اگزیستانسیالیسم، اصالت وجود
Physical Fitness	آمادگی جسمانی
Venue Access	اماکن ورزشی قابل دسترسی یا دارای مجوز ورود
Set point	امتیاز ست (در تنیس امتیازی مشخص‌کننده تکلیف ست)
Game point	امتیاز مسابقه (در تنیس امتیازی مشخص‌کننده تکلیف مسابقه)
Accommodations	امکانات اسکان
Leisure & Entertainment Facilities	امکانات تفریحی و سرگرمی
Catering	امکانات تهیه غذا (کترینگ)
Transportation	امکانات حمل و نقل

Aerobics Instructor	آموزش‌دهنده یا مربی و مدرس ایروبیک
Analysor	آنالیزور تحلیلگر
Angle	آنجل یا فرشته (نوعی شتاب‌دهنده)
International Association for Sport Information (IASI)	انجمن بین‌المللی اطلاعات ورزش
International World Games Association (IWGA)	انجمن بین‌المللی بازی‌های جهانی
International PNF Association	انجمن بین‌المللی پی ان اف
International Association for Sports and Leisure Facilities (IAKS)	انجمن بین‌المللی تجهیزات ورزشی و تفریحی
International Council of Sport Science and Physical Education (ICSSPE)	انجمن بین‌المللی تربیت‌بدنی و علوم ورزشی
International Association of Sciences in Medicine and Sports (IASMS)	انجمن بین‌المللی علوم پزشکی و ورزشی
International Association of Athletics Federations (IAAF)	انجمن بین‌المللی فدراسیون‌های دوومیدانی
International Fistball Association (IFA)	انجمن بین‌المللی فیستبال (شبییه والیبال)
International Association of Olympic Medical Fiacres (IAOMO)	انجمن بین‌المللی مسئولان پزشکی المپیک
International Sporting Press Association (AIPS)	انجمن بین‌المللی مطبوعات ورزشی
International Surfing Association (ISA)	انجمن بین‌المللی موج‌سواری
International Sports Engineering Association (ISEA)	انجمن بین‌المللی مهندسی ورزش
International Blind Sports Association (IBSA)	انجمن بین‌المللی ورزش نابینایان
Cerebral Palsy International Sports and Recreation Association (CP-ISRA)	انجمن بین‌المللی ورزش و تفریحات اشخاص فلج مغزی
World Olympic Association (WOA)	انجمن جهانی المپین‌ها
World Association of Kickboxing Organisations (WAKO)	انجمن جهانی سازمان‌های کیک‌بوکسینگ
Association of Summer Olympic International Federations (ASOIF)	انجمن فدراسیون‌های بین‌المللی المپیک تابستانی
Association of International Olympic Winter Sports Federations (AIOWF)	انجمن فدراسیون‌های بین‌المللی المپیک زمستانی
General Association of international Sport Federation (GAIFS)	انجمن کل فدراسیون‌های بین‌المللی ورزشی
Association of IOC Recognised International Sports Federations (ARISF)	انجمن کمیته بین‌المللی المپیک برای تأیید رشته‌های غیر المپیکی
Association National Olympic Committee of Africa (ANOCA)	انجمن کمیته‌های ملی آفریقا
Association National Olympic Committee (ANOC)	انجمن کمیته‌های ملی المپیک
North American Society for Sport Management (NASSM)	انجمن مدیریت ورزشی آمریکای شمالی
Homo Habilis	انسان ماهر اولیه (با توانایی ساخت ابزار با سنگ)
Homo Sapiens	انسان هوشمند اولیه
Flexibility	انعطاف‌پذیری

Humanism	اومانیسیم، هیومانیسیم یا انسان‌گرایی
Rules & Regulations	آئین‌نامه / قوانین و مقررات (اغلب برگرفته از اساسنامه)
ب	
Bobsleigh	بابسلی (نوعی لژسواری)
Pull-up	بارفیکس
Handicap	بازی ارفاقی یا هندی‌کپ
Play	بازی بدون ساختار و غریزی (در دسته‌بندی از مفاهیم ورزش)
Game	بازی قراردادی (در دسته‌بندی از مفاهیم ورزش)
Asian Summer Games	بازی‌های آسیایی تابستانی
Asian Youth Games	بازی‌های آسیایی جوانان
Asian Indoor & Martial Arts Games	بازی‌های آسیایی داخل سالن با هنرهای رزمی
Asian Winter Games	بازی‌های آسیایی زمستانی
Asian Beach Games	بازی‌های آسیایی ساحلی
Asian Regional Games	بازی‌های آسیایی منطقه‌ای
Multiplayer online battle arena	بازی‌های الکترونیکی با بازیکنان چندگانه آنلاین
Real-time strategy	بازی‌های الکترونیکی با راهبردهای هم‌زمان
First-person shooters	بازی‌های الکترونیکی تیراندازان اول‌شخص
Racing (Egames)	بازی‌های الکترونیکی سرعتی
Fighting games	بازی‌های الکترونیکی مبارزه‌ای
Sports games	بازی‌های الکترونیکی ورزشی
Mind games /Head games	بازی‌های فکری
Sports club/ Country Club/ Athletic Club	باشگاه ورزشی
Professional Sector	بخش یا سازمان حرفه‌ای
Games Services Department	بخش خدمات بازی‌ها
State or Public sector	بخش یا سازمان دولتی یا عمومی
Nonprofit Sector	بخش یا سازمان غیرانتفاعی یا داوطلبانه
Badminton	بدمینتون
Body	بدن، جسم
Burpee	برپی (نوعی حرکت تمرینی و از حرکات پایه کراس‌فیت)
Curriculum	برنامه درسی
Business plan	برنامه یا طرح کسب‌وکار
Human branding	برندسازی انسانی
Personal branding	برندسازی شخصی
Brochure	بروشور
Reprints	بریده‌جراید

Basketball	بسکتبال
Boxing	بوکس
Boules	بولز (نوعی تيله‌بازی)
Lawn Bowls	بولز چمنی (شبيهه تيله‌بازی)
Bowling	بولینگ
Biathlon	بیاتلون (اسکی/تیراندازی)
Baseball	بیسبال
Billiards Sports	بیلیارد
پ	
Paradox	پارادوکس
Science and Technology Park	پارک علم و فناوری
Lower Paleolithic	پارینه‌سنگی ابتدایی
Middle Paleolithic	پارینه‌سنگی میانه
Upper Paleolithic	پارینه‌سنگی پایانی
Petanque	پتانک (نوعی تيله‌بازی)
Pragmatism	پراگماتیسم، تجربه‌گرایی، عمل‌گرایی
Olympic Flag	پرچم المپیک
National flag and anthem	پرچم و سرود ملی
Payment by installments	پرداخت قسطی
One-off payment	پرداخت کامل
Bodybuilding	پرورش اندام
Sports Medicine	پزشک ورزشی
Pentago	پنتاگو (نوعی بازی فکری)
Modern Pentathlon	پنج‌گانه جدید
Pencak Silat	پنچاک‌سیلات (نوی رزمی)
Proprioceptive Neuromuscular Facilitation (PNF)	پی‌ان‌اف
Pitch Deck	پیچ‌دک
Sport Pictograms	پیکتوگرام‌های ورزشی
Pilates	پیلاتس
ت	
Official Operation dates	تاریخ بهره‌برداری رسمی
Thruster	تراستر (حرکتی در کراس‌فیت شامل نشستن، پاشدن و بالابردن وزنه روی سر)
Physical Education	تربیت بدنی



Body composition	ترکیب بدنی
Action shot	تصویر صحنه در حال اجرا
Head shot	تصویر صورت یا پرسنلی
Pictogram	تصویرنگاشت، پیکتوگرام
Balance	تعادل
Eligibility and limits	تعیین شرایط احراز و محدودیت‌ها
Taekwondo	تکواندو
Exercise	تمرین
Physical exercise	تمرین بدنی
Athletic Trainer	تمرین‌دهنده یا مربی ورزش قهرمانی
Tennis	تنیس
Wheelchair Tennis	تنیس با ویلچر
Table Tennis	تنیس روی‌میز
Soft Tennis	تنیس نرم
Power	توان (از مؤلفه‌های آمادگی جسمانی در ارتباط با مهارت)
International Open Tournament	تورنمنت آزاد بین‌المللی
International Tournament	تورنمنت بین‌المللی
International Junior Tournament	تورنمنت بین‌المللی جوانان
Shooting	تیراندازی
Para shooting	تیراندازی معلولان
Title	تیتر یا عنوان در مطبوعات
Headline	تیتر یا سرخط خبرها در رادیوتلوویزیون
Archery	تیر و کمان
Refugee Olympic Team (RTO)	تیم المپیک مهاجران
Sports team	تیم ورزشی
ث	
Fix	ثابت
ج	
Homo	جانوران انسان‌گونه (شبه میمون)
Press Box	جایگاه خبرنگاران برای تماشا و تهیه گزارش
General Circulation Area	جایگاه معمول استفاده خبرنگاران
Press Operation Area	جایگاه ویژه کار عوامل مطبوعات
E Stand	جایگاه ویژه خبرنگاران
Motor Sports	جت‌اسکی
Crown Tournament	جدول تاجی مسابقات

Spider Web Tournament	جدول تار عنکبوتی مسابقات
Knock out Tournaments	جدول حذفی
Bangall Wild Elimination Tournament	جدول حذفی بنگال وایلد
Consolation Elimination Tournament	جدول حذفی جبرانی
Muller-Anderson Playback Elimination Tournament	جدول حذفی مولر- اندرسون
Double R.R.T	جدول دوره‌ای با بازی رفت و برگشتی
Double Elimination Tournament	جدول دو حذفی
Round Robin Tournament	جدول دوره‌ای
Group system	جدول دوره‌ای گروهی
Single R.R.T	جدول دوره‌ای با تک‌بازی
Pool system	جدول دوره‌ای کامل
The Lombard R.R.T	جدول دوره‌ای لمبارد
Regular R.R.T	جدول دوره‌ای منظم
Tombstone Tournament	جدول سنگ‌قبری مسابقات
Hand Clock Circulation Tournament	جدول گردش عقربه ساعت مسابقات
Funnel Tournament	جدول قیفی مسابقات
Challenge Tournament	جداول مبارزه‌طلبی در مسابقات
Ladder Tournament	جدول نردبانی مسابقات
Tournament Pyramid	جدول هرمی یا پیرامیدی مسابقات
Singel Elimination Tournaments	جدول یک حذفی
Ju-Jitsu	جو-جیتسو
Judo	جودو
<b>چ</b>	
Agility	چابکی
Chinlone	چین لون (شبهه سپک تاکرا)
Polo	چوگان
<b>ح</b>	
Movement	حرکت
Snatch	حرکت تک‌ضرب وزنه‌برداری
Clean and jerk	حرکت دو ضرب وزنه‌برداری
Kinesiology	حرکت‌شناسی
Push-up	حرکت شنا با دست روی زمین
Olympic Rings	حلقه‌های المپیک
Olympic Torch Relay	حمل امدادی مشعل المپیک

خ	
Newsletters	خبرنامه
Journalist	خبرنگار / روزنامه‌نگار
Sport-specific journalists	خبرنگار تخصصی در یک رشته ورزشی
Jupiter	خدای خدایان رومی (معادل زئوس در یونان)
Synopsis	خلاصه داستان
Self-assessment	خودارزیابی
Self direction	خودهدایتی
Dry Cleaning	خشک‌شویی
Self Service Laundry	خشک‌شویی برای انجام خود فرد (سلف‌سرویس)
Self-Efficacy	خودکارآمدی
د	
Court of Arbitration for Sport (CAS)	دادگاه حکمیت ورزش
Knowledge	دانش
Referee	داور با مفهوم عام
Back judge	داور بخش عقب زمین
Side judge	داور بخش کناری زمین
Line judge	داور خط
Field judge	داور درون زمین
Head linesman	داور سرخط
Umpire	داور مسابقه برای رشته‌هایی مانند تنیس و بیسبال
Deadlift	ددلیفت (حرکتی در وزنه‌برداری قدرتی)
Dragon Boat	دراگون‌بوت
Manual / Instruction	دستورالعمل
Demo Day	دمو دی «یک رویداد استارت‌آپی یک‌روزه»
Cycling	دوچرخه‌سواری
Ekecheirea	دوره ترک مناصبه (در بازی‌های المپیک باستان)
Sport Leadership Courses	دوره‌های مدیریت و رهبری
Dualism	دوگانه‌گرایی
Athletics	دوومیدانی
Cross country running	دوی صحرانوردی
Media Village	دهکده رسانه‌ها
ذ	
Stakeholder	ذی‌نفع

ر	
Racquetball	راکتبال
Rugby	راگبی
Rally	رالی (مجموعه‌ای از ضربه‌های رفت و برگشتی بازیکنان راکتی)
Scout	راهنما، ناظر، کمک‌مربی
Accommodation Reservation	رزرو یا ذخیره امکانات اسکان
Parade of Athletes	رژه ورزشکاران
Dissertation	رساله
Behavior	رفتار
Dragon & Lion Dance	رقص شیر و آژدها
Roller Sports	رولر اسپورت (اسکیت روی زمین / اسکیت چرخدار)
Multi-sport Events	رویدادهای چندرشته‌ای
Question-answer method	روش سؤال و جواب یا پرسش و پاسخ (رویکرد سقراطی)
Mega sporting event	رویداد بزرگ ورزشی
Exhibition Events	رویدادهای نمایشی
Extramural	رویدادهای فوق‌برنامه خارج از مدارس و دانشگاه‌ها
Intramural	رویدادهای فوق‌برنامه درون مدارس و دانشگاه‌ها
Rowing	روئینگ (نوعی قایقرانی)
Chieftdom	ریاست قبیله‌ای (سبکی زندگی قبیله‌ای)
ز	
Language	زبان
ژ	
Gymnastics	ژیمناستیک
س	
Residential buildings	ساختمان‌های مسکونی یا محل اسکان
International Sports Organization of the Disabled (ISOD)	سازمان بین‌المللی ورزش‌های معلولین
Pan American Sports Organization (PASO)	سازمان ورزش پان آمریکن
Operation Hours	ساعات کاری
Softball	سافتبال
Dining Hall	سالن غذاخوری
Coliseum/ arena	سالن ورزشی
Sambo	سامبو
Sepaktakraw	سپک‌تاکرا

Set	ست (در تنیس واحد مسابقه است که بازیکن باید دوست از ۳ ست مسابقه را ببرد تا برنده مسابقه باشد)
Organizational Spokesperson	سخنگوی سازمانی
Reaction time	سرعت عکس العمل
Explanatory theoretical	سطح توضیح نظری
Media Accreditation Categories	سطوح کارت‌های اعتباری رسانه‌ها
Sport celebrity	سلبریتی ورزشی (چهره مشهور ورزشی)
Seminar	سمینار
Equestrian	سوارکاری
Oaths	سوگند المپیک
Sumo	سومو
Triathlon	سه‌گانه
Media Oplicy	سیاست یا خط‌مشی رسانه‌ای
<b>ش</b>	
Shuttle Cock	شاتل‌کاک (نگهداشتن پر در هوا)
Accelerator	شتاب‌دهنده یا اکسلریاتور
Startup-accelerator	شتاب‌دهنده استارت‌آپ
knowledge base Company	شرکت دانش‌بنیان
Chess	شطرنج
Motto	شعار (برای سازمان بزرگ و دائمی مانند کمیته بین‌المللی المپیک)
Slogan	شعار (برای سازمان‌های کوچک و موقتی مانند هر دوره بازی)
Fencing	شمشیربازی
Finswimming	شنا با فین
Olympic Council of Asia	شورای المپیک آسیا
International Council for Health, Physical Education, Recreation, Sport and Dance (ICHPER-SD)	شورای بین‌المللی سلامت، تربیت بدنی، تفریحات، ورزش و رقص
International Cricket Council (ICC)	شورای بین‌المللی کریکت
International Military Sports Council (CISM)	شورای بین‌المللی ورزش ارتش‌ها
<b>ص</b>	
Endorsement	صحه‌گذاری (در بازاریابی و عمل تأیید یک محصول توسط فردی شناخته‌شده)
<b>ض</b>	

ط	
Pyrotechnic designer	طراح آتش بازی
Battle Rope	طناب نبرد یا بتل روپ (حرکتی در کراس فیت)
ظ	
ع	
Mysticism	عرفان
Full member	عضو حقیقی یا عضو کامل
Associate Member	عضو وابسته
Science	علم
غ	
ف	
Asian Games Fedeation (AGF)	فدراسیون بازی های آسیایی
Fédération Internationale de l'Automobile (FIA)	فدراسیون بین المللی اتومبیلرانی
Fédération Internationale de Ski (FIS)	فدراسیون بین المللی اسکی
International Waterski & Wakeboard Federation (IWWF)	فدراسیون بین المللی اسکی روی آب
Fédération Internationale de Roller Sports (FIRS)	فدراسیون بین المللی اسکیت روی زمین (رولر)
International Ski Mountaineering Federation (ISMF)	فدراسیون بین المللی اسکی کوه پیمايي
International Federation of Netball Associations (IFNA)	فدراسیون بین المللی انجمن های نتبال (شبيه بسکتبال)
International Federation Icestocksport (IFI)	فدراسیون بین المللی آيس استک (ورزش زمستانی)
International Aikido Federation (IAF)	فدراسیون بین المللی آيکيدو
International Bobsleigh and Skeleton Federation (IBSF)	فدراسیون بین المللی بابسلي (نوعی لژسواری)
International Federation Model Auto Racing (IFMAr)	فدراسیون بین المللی بازی های کنترل رادیویی
Federation of International Bandy (FIB)	فدراسیون بین المللی باندي (مشابه هاکی)
Federation Internationale de Basketball (FIBA)	فدراسیون بین المللی بسکتبال
International Boxing Association (AIBA)	فدراسیون بین المللی بوکس
Confédération Mondiale des Sports de Boules (CMSB)	فدراسیون بین المللی بولز
World Baseball Softball Confederation (WBSC)	فدراسیون بین المللی بیسبال و سافتبال
International Federation of Bodybuilding & Fitness (IFBB)	فدراسیون بین المللی پرورش اندام
International Federation of Sport Medicine (FIM)	فدراسیون بین المللی پزشکی
Federación Internacional de Pelota Vasca (FIPV)	فدراسیون بین المللی پيلوتای باسکی (شبيه تنیس)

International Federation of Physical Education (FIEP)	فدراسیون بین‌المللی تربیت‌بدنی
International Tennis Federation (ITF)	فدراسیون بین‌المللی تنیس
International Table Tennis Federation (ITTF)	فدراسیون بین‌المللی تنیس روی میز
International Soft Tennis Federation (ISTF)	فدراسیون بین‌المللی تنیس نرم
International Shooting Sport Federation (ISSF)	فدراسیون بین‌المللی تیراندازی
Ju-Jitsu International Federation (JJIF)	فدراسیون بین‌المللی جو جیتسو (ورزش رزمی)
International Judo Federation (IJF)	فدراسیون بین‌المللی جودو
Fédération Mondiale du Jeu de Dames (FMJD)	فدراسیون بین‌المللی چکرز یا دام (شبه شطرنج)
Federation of International Polo (FIP)	فدراسیون بین‌المللی چوگان
International Dragon Boat Federation (IDBF)	فدراسیون بین‌المللی دراگون‌بوت (نوعی قایقرانی)
International Orienteering Federation (IOF)	فدراسیون بین‌المللی جهت‌یابی
International Racquetball Federation (IRF)	فدراسیون بین‌المللی راکتبال (ورزش راکتی)
Fédération Internationale des Sociétés d'Aviron (FISA)	فدراسیون بین‌المللی روئینگ (نوعی قایقرانی)
Federation Internationale de Gymnastique (FIG)	فدراسیون بین‌المللی ژیمناستیک
Fédération Internationale de Sambo (FIAS)	فدراسیون بین‌المللی سامبو (کشتی شبه جودو)
Federation Internationale de Savate (FISav)	فدراسیون بین‌المللی ساواته (ورزش رزمی)
International Sepaktakraw Federation (ISTAF)	فدراسیون بین‌المللی سپک‌تاکرا
International Federation of Sleddog Sports (IFSS)	فدراسیون بین‌المللی سگ سورتمه
Fédération Équestre Internationale (FEI)	فدراسیون بین‌المللی سوارکاری
International Sumo Federation (IFS)	فدراسیون بین‌المللی سومو (کشتی سنتی ژاپنی)
International Sailing Federation (ISAF)	فدراسیون بین‌المللی سیلینگ (قایقرانی بادبانی)
Fédération Internationale des Échecs (FIDE)	فدراسیون بین‌المللی شطرنج
Fédération Internationale d'Esgrime (FIE)	فدراسیون بین‌المللی شمشیربازی
International Federation of Sport Climbing (IFSC)	فدراسیون بین‌المللی صخره‌نوردی
Tug of War International Federation (TWIF)	فدراسیون بین‌المللی طناب‌کشی
International Floorball Federation (IFF)	فدراسیون بین‌المللی فلوربال (شبه هاکی)
Fédération Internationale de Football Association (FIFA)	فدراسیون بین‌المللی فوتبال
International Federation of American Football (IFAF)	فدراسیون بین‌المللی فوتبال آمریکایی
International Canoe Federation (ICF)	فدراسیون بین‌المللی کانوئینگ (نوعی قایقرانی)
International Kendo Federation (FIK)	فدراسیون بین‌المللی کندو (ورزش رزمی)
International Korfbal Federation (IKF)	فدراسیون بین‌المللی کورفال (شبه بسکتبال)
International Golf Federation (IGF)	فدراسیون بین‌المللی گلف

International Go Federation (IGF)	فدراسیون بین‌المللی گو بازی یا وی‌چی
World Lacrosse (WL)	فدراسیون بین‌المللی لاکراس (با چوب و توپ)
Fédération Internationale de Luge de Course (FIL)	فدراسیون بین‌المللی لژسواری (ورزش زمستانی)
International Casting Sport Federation (ICSF)	فدراسیون بین‌المللی ماهیگیری
Confédération Internationale de la Pêche Sportive (CIPS)	فدراسیون بین‌المللی ماهیگیری با قلاب
Fédération Internationale de Motocyclisme (FIM)	فدراسیون بین‌المللی موتورسواری
International Federation of Muaythai Amateur (IFMA)	فدراسیون بین‌المللی موی‌تای (ورزش رزمی)
International Life Saving Federation (ILS)	فدراسیون بین‌المللی نجات‌غریق
Fédération Internationale de Volleyball (FIVB)	فدراسیون بین‌المللی والیبال
International University Sport Federation (FISU)/ Fédération Internationale du Sport Universitaire	فدراسیون بین‌المللی ورزش دانشگاه‌ها
International Sport Federation for Persons with Mental Handicap (FMH-INAF)	فدراسیون بین‌المللی ورزش عقب‌افتادگان ذهنی
International Labour Sports Confederation (CSIT)	فدراسیون بین‌المللی ورزش کارگران
International School Sport Federation (ISF)	فدراسیون بین‌المللی ورزش مدارس
International Catholic School Sport Federation (FISEC)	فدراسیون بین‌المللی ورزش مدارس کاتولیک
Federation Internationale de Natation (FINA)	فدراسیون بین‌المللی ورزش‌های آبی
International Esports Federation (IESF)	فدراسیون بین‌المللی ورزش‌های الکترونیکی
International Zurkhaneh Sports Federation (IZSF)	فدراسیون بین‌المللی ورزش‌های زورخانه‌ای
Confédération Mondiale des Activités Subaquatiques (CMAS)	فدراسیون بین‌المللی ورزش‌های زیر آب
Fédération Aéronautique Internationale (FAI)	فدراسیون بین‌المللی ورزش‌های هوایی
International Sport for All Federation (FISPT)	فدراسیون بین‌المللی ورزش همگانی
International Weightlifting Federation (IWF)	فدراسیون بین‌المللی وزنه‌برداری
International Powerlifting Federation (IPF)	فدراسیون بین‌المللی وزنه‌برداری قدرتی
International Wushu Federation (IWUF)	فدراسیون بین‌المللی ووشو
International Hockey Federation (FIH)	فدراسیون بین‌المللی هاکی روی چمن
International Ice Hockey Federation (IIHF)	فدراسیون بین‌المللی هاکی روی یخ
International Handball Federation (IHF)	فدراسیون بین‌المللی هندبال
World Squash Federation (WSF)	فدراسیون جهانی اسکواش
Badminton World Federation (BWF)	فدراسیون جهانی بدمینتون
World Bowling (WB)	فدراسیون جهانی بولینگ
World Confederation of Billiards Sports (WCBS)	فدراسیون جهانی بیلیارد



World Taekwondo (WT)	فدراسیون جهانی تکواندو
World Archery Federation (WA)	فدراسیون جهانی تیروکمان
World Darts Federation (WDF)	فدراسیون جهانی دارت
World Rugby (WR)	فدراسیون جهانی راگبی
World DanceSport Federation (WDSF)	فدراسیون جهانی رقص
World Federation of the Sporting Goods Industry (WFSGI)	فدراسیون جهانی صنایع ورزش
World Flying Disc Federation (WFDF)	فدراسیون جهانی فریزی یا دیسک پرنده
World Karate Federation (WKF)	فدراسیون جهانی کاراته
World Curling Federation (WCF)	فدراسیون جهانی کرلینگ (ورزش زمستانی)
World Armwrestling Federation (WAF)	فدراسیون جهانی مچ‌اندازی
World Minigolf Sport Federation (WMF)	فدراسیون جهانی مینی‌گلف
World Federation for Company Sport (WFCS)	فدراسیون جهانی ورزش شرکت‌ها
World Bridge Federation (WBF)	فدراسیون جهانی ورق‌بازی / کارت‌بازی
International Federations (IFs)	فدراسیون‌های بین‌المللی
Asian Federations (AF)	فدراسیون‌های ورزشی آسیایی
Workspace	فضای کاری
Physical Activity	فعالیت بدنی
Household activities	فعالیت‌های خانه‌داری
Occupational activities	فعالیت‌های شغلی
Mastermind	فکر بکر (نوعی بازی فکری)
Philosophy	فلسفه
Subjectivism	فلسفه ذهن‌گرایی
Flag Football	فلگ فوتبال (نوعی فوتبال آمریکایی)
Technomarket	فن‌بازار
Floorball	فلوربال (نوعی هاکی)
Football	فوتبال
Footvolley	فوت‌والی (والیبال با پا)
The Olympic opening ceremony scene-by-scene	فهرست صحنه‌به‌صحنه مراسم افتتاحیه المپیک
Checklist	فهرست کنترل / چک‌لیست
Sport physiology	فیزیولوژی ورزش
ق	
Stand-Up Paddleboard Racing	قایقرانی ایستاده
Sailing	قایقرانی بادبانی
Traditional Boat Race	قایقرانی سنتی

Power Boating	قایقرانی موتوری
Strength	قدرت
Muscular strength	قدرت عضلانی
ک	
Ship and Boat Captain	کاپیتان قایق و کشتی
Karate	کاراته
Entrepreneurship	کارآفرینی
Recreation Workers	کارکنان بخش تفریحات
Amusement and Recreation Attendants	کارکنان خدمات تفریحی و سرگرمی
Yardwork	کارهای حیاط یا محوطه بیرون خانه (مانند باغبانی و نظافت)
Daily tasks	کارهای روزمره
Conditioning	کاندیشنینگ (مرحله نهایی و حصول نتیجه پیش‌بینی شده بر اساس تمرین متناسب با رژیم خاص و استراحت)
Canoe / Kayak	کانو/کایاک (نوعی قایقرانی)
Kabaddi	کبدی
Pluralism	کثرت‌گرایی
Crossfit	کراس‌فیت
Curling	کرلینگ (زمستانی)
Cricket	کرکت
Wrestling	کشتی
Wrestling Freestly	کشتی آزاد
Traditional Wrestling	کشتی سنتی
Wrestling Greco-Roman	کشتی فرنگی
Holism	کلی‌نگری یا هولیسم
Ethics Committee	کمیته اخلاق
Information and Statistics Committee	کمیته آمار و اطلاعات
Education Committee	کمیته آموزش
International Committee for Fair Play (CIPF)	کمیته بین‌المللی بازی منصفانه
International Pierre de Coubertin Committee (CIPC)	کمیته بین‌المللی پیر دو کوبرتن
Comite International des Sourds (CISS)	کمیته بین‌المللی ورزش ناشنوایان
Organizing Committee for Olympic Games (OCOG)	کمیته برگزاری بازی‌های المپیک
International Olympic Committee (IOC)	کمیته بین‌المللی المپیک
International Paralympic Committee (IPC)	کمیته بین‌المللی پارالمپیک
Medical Committee	کمیته پزشکی

Media Committee	کمیته رسانه
International Relations Committee	کمیته روابط بین الملل
Peace Through Sport Committee	کمیته صلح از طریق ورزش
Culture Committee	کمیته فرهنگی
Rules Committee	کمیته قوانین
Entourage Committee	کمیته محیط کار
Finance Committee	کمیته مالی
Advisory Committee	کمیته مشورتی
National Olympic Committee (NOC)	کمیته ملی المپیک
National Paralympic Committee (NPC)	کمیته ملی پارالمپیک
Athletes Committee	کمیته ورزشکاران
Women and Sports Committee	کمیته ورزش و بانوان
Sports and Environment Committee	کمیته ورزش و محیط زیست
Sports Committee	کمیته ورزش ها
Sports for All Committee	کمیته ورزش همگانی
European Olympic Committee (EOC)	کمیته های المپیک اروپا
Oceania National Olympic Committee (ONOC)	کمیته های ملی المپیک اقیانوسیه
Coordination Committee	کمیته هماهنگی
Olympic Congeres	کنگره المپیک
Kurash	کوراش
Korfball	کورفبال (شبییه بسکتبال)
Kickboxing	کیک بوکسینگ
گ	
Commentator	گزارشگر لحظه به لحظه
Reporter	گزارشگر میدانی
Golf	گلف
Announcer	گوینده
ل	
Luge	لوژ (زمستانی)
Organizational Logo	لوگوی سازمانی
Emblem	لوگوی فیزیکی (لوگوی ساخته شده دارای ابعاد و قابل لمس)
Lead	لید یا طلایه
League	لیگ
م	

Materialism	ماده گرایی
Metaphysics	ماورای طبیعت، متافیزیک، مابعدالطبیعه
Presenter	مجری / ارائه کننده
Hybrid Cauldron	مجمع آتشدان بزرگ المپیک
International Assembly of National Organizations of Sports (IANOS)	مجمع بین المللی سازمان های ملی ورزش
Alliance of Independent recognised Members of Sport (AIMS)	مجمع مستقل برای تأیید عضویت فدراسیون بین المللی ورزشی (که عضو سه سازمان قبل نباشند)
General Assembly (GA)	مجمع عمومی
Accredited media	مجوز پوشش رسانه ای
Armwrestling	مچ اندازی (یک رشته ورزشی)
Zone and Seat Access	محل قابل استقرار و نشستن برای اهالی رسانه
Parking Lot	محوطه پارکینگ
Business Model	مدل کسب و کار
Program Director	مدیر برنامه
Medicine ball	مدیسن بال / توپ پزشکی (بین ۲ تا ۲۵ کیلوگرم)
Administration	مدیریت اجرایی (دبیرخانه اجرایی)
Closing Ceremonies	مراسم اختتامیه
Opening Ceremonies	مراسم افتتاحیه
Coache	مربی
Fitness Trainer	مربی آمادگی جسمانی
Service Centre	مرکز خدمات
Incubator	مرکز رشد یا انکوباتور
Innovation Center	مرکز نوآوری
Masters Events	مسابقات برترین ها یا بازی بزرگان
International Matches	مسابقات بین المللی
International Seniors events	مسابقات پیشکسوتان
Invitation Events	مسابقات دعوتی
Formula One	مسابقات فرمول یک اتومبیلرانی
World Championships	مسابقات قهرمانی جهان
Continental Championships	مسابقات قهرمانی قاره ای
Regional Championships	مسابقات قهرمانی منطقه ای
Adventure racing or expedition racing	مسابقات ماجراجویانه
Match	مسابقه (در تنیس بازیکن برنده ۲ ست از ۳ ست برنده مچ است.)

Mascot	مسکات (نماد عروسکی)
Olympic Mascots	مسکات یا نمادهای عروسکی المپیک
Supervised Study	مطالعه هدایت‌شده
Epistemology	معرفت‌شناسی
Recreation and Fitness Studies Teacher	معلم مطالعات تناسب‌اندام و تفریحات
Interpreter	مفسر
Conceptualizing	مفهوم‌سازی
Mentor	منتور/مربی/ مشاور
Mentoring	منتورینگ یا مشاوره تخصصی در استارت‌آپ‌ها
Mentee	متنی و مشاوره‌گیرنده
Olympic Charter	منشور المپیک
Logic	منطق
Surfing	موج‌سواری
Institut Pierre de Coubertin (IPC)	مؤسسه پیردوکوبرتن
Muay	موی‌تای
Communication Skills	مهارت‌های ارتباطی
Micro Celebrity	میکروسلبریتی
ن	
Netball	نت‌بال (شبیه بسکتبال)
Life Saving	نجات‌غریق
Social Cognitive Theory	نظریه شناختی-اجتماعی
Dots and Boxes	نقطه‌بازی (نوعی بازی فکری)
Innovation	نوآوری
Olympic Movement	نهضت المپیک/ جنبش المپیک
و	
Factual	واقع‌گرایی
Volleyball	والیبال
Single bedrooms available	وجود امکان اتاق‌های یک‌تخته
Sport	ورزش
Aerobics	ورزش ایروبیک
Religious Sport	ورزش آیینی
Educational Sport	ورزش پرورشی/ ورزش تربیتی
Professional Sport	ورزش حرفه‌ای
Dance Sports	ورزش رقص
Athletic Sport	ورزش قهرمانی

Military Sport	ورزش نظامی
Recreational Aquatic Exercise	ورزش‌های تفریحی آبی
Aquatics	ورزش‌های آبی
Electronic Sports	ورزش‌های الکترونیکی
Zurkhaneh Sports	ورزش‌های زورخانه‌ای
Air Sport	ورزش‌های هوایی
Extreme Sports	ورزش‌های هیجانی
Recreational Sport	ورزش همگانی و تفریحی
Bridge	ورق‌بازی / کارت بازی
Weightlifting	وزنه‌برداری
Vocotruyen	وکوتروین (نوعی ورزش رزمی)
Woodball	وودبال (شبیه گلف)
Wushu	ووشو
Vovinam	ووینام (نوعی ورزش رزمی)
ه	
Hockey	هاکی
Ice Hockey	هاکی روی یخ
Object	هدف عینی و ملموس
Accommodation fee	هزینه اقامت
One-off item deposit fee	هزینه یک‌بار استفاده از امکانات
Ontology	هستی‌شناسی
Coordination	هماهنگی
Olympic Solidarity	همبستگی المپیک
Excludes breakfast	همراه با صبحانه
Epidemiology	همه‌گیرشناسی یا اپیدمیولوژی (مطالعه آنچه بر مردم می‌گذارد از زبان خودشان به‌ویژه در زمینه علل ظهور و انتشار یک بیماری)
Handball	هندبال
Handpolo	هندپلو
Executive Board (EB)	هیئت اجرایی
Emotional	هیجانی
ی	
Yachting	یاچینگ (نوعی قایقرانی)
Extra bed	یک تخت اضافه
Yoga	یوگا



## پیوست سوم

### کشورهای عضو کمیته بین‌المللی المپیک

جدول پیوست ۳. کشورهای عضو کمیته بین‌المللی المپیک

کشورهای عضو شورای المپیک آسیا					
ردیف	کشور	ردیف	کشور	ردیف	کشور
۱	Afghanistan - AFG	۱۶	Kazakhstan - KAZ	۳۱	Philippines - PHI
۲	Bahrain - BRN	۱۷	Republic of Korea - KOR	۳۲	Qatar - QAT
۳	Bangladesh - BAN	۱۸	Kuwait - KUW	۳۳	Kingdom of Saudi Arabia - KSA
۴	Bhutan - BHU	۱۹	Kyrgyzstan - KGZ	۳۴	Singapore - SIN
۵	Brunei Darussalam - BRU	۲۰	Lao PDR - LAO	۳۵	Sri Lanka - SRI
۶	Cambodia - CAM	۲۱	Lebanon - LIB	۳۶	Syria - SYR
۷	Taipei (Cn Taipei) - TPE	۲۲	Malaysia - MAS	۳۷	Tajikistan - TJK
۸	DPR Korea - PRK	۲۳	Maldives - MDV	۳۸	Thailand - THA
۹	Hong Kong, China - HKG	۲۴	Mongolia - MGL	۳۹	Timor-Leste - TLS
۱۰	India - IND	۲۵	Myanmar - MYA	۴۰	Turkmenistan - TKM
۱۱	Indonesia - INA	۲۶	Nepal - NEP	۴۱	United Arab Emirates - UAE
۱۲	Iraq - IRQ	۲۷	Oman - OMA	۴۲	Uzbekistan - UZB
۱۳	Iran - IRI	۲۸	Pakistan - PAK	۴۳	Vietnam - VIE
۱۴	Japan - JPN	۲۹	Palestine - PLE	۴۴	Yemen - YEM
۱۵	Jordan - JOR	۳۰	China - CHN		
کشورهای سایر قاره‌ها					
۱	Albania - ALB	۵۴	Ethiopia - ETH	۱۰۷	Nigeria - NGR
۲	Algeria - ALG	۵۵	Fiji - FIJ	۱۰۸	Norway - NOR
۳	American Samoa - ASA	۵۶	Finland - FIN	۱۰۹	Palau - PLW

پاناما Panama -PAN	۱۱۰	فرانسه France -FRA	۵۷	آندورا Andorra -AND	۴
Papua New Guinea -PNG پاپوآ گینه نو	۱۱۱	گابن Gabon -GAB	۵۸	آنگولا Angola -ANG	۵
پاراگوئه Paraguay -PAR	۱۱۲	گامبیا Gambia -GAM	۵۹	Antigua and Barbuda -ANT آنتی گوا و باربودا	۶
پرو Peru -PER	۱۱۳	گرجستان Georgia -GEO	۶۰	Argentina -ARG آرژانتین	۷
لهستان Poland -POL	۱۱۴	آلمان Germany -GER	۶۱	Armenia -ARM ارمنستان	۸
پرتغال Portugal -POR	۱۱۵	غنا Ghana -GHA	۶۲	Aruba -ARU آروبا	۹
Puerto Rico -PUR پورتوریکو	۱۱۶	Great Britain -GBR بریتانیای کبیر	۶۳	Australia -AUS استرالیا	۱۰
Republic of -MDA جمهورية مولداوی	۱۱۷	Greece -GRE یونان	۶۴	Austria -AUT اتریش	۱۱
Romania -ROU رومانی	۱۱۸	Grenada -GRN گرانادا	۶۵	Azerbaijan -AZE آذربایجان	۱۲
Russian Federation -RUS روسیه	۱۱۹	گوآم Guam -GUM	۶۶	Bahamas -BAH باهاما	۱۳
Rwanda -RWA روآندا	۱۲۰	Guatemala -GUA گواتمالا	۶۷	Barbados -BAR باربادوس	۱۴
Saint Kitts & Nevis -SKN سنت کیس و نویس	۱۲۱	گینه Guinea -GUI	۶۸	Belarus -BLR بلاروس	۱۵
Saint Lucia -LCA سنت لوسیا	۱۲۲	Guinea-Bissau -GBS گینه بیسائو	۶۹	Belgium -BEL بلژیک	۱۶
ساموآ Samoa -SAM	۱۲۳	Guyana -GUY گویان	۷۰	Belize -BIZ بلز	۱۷
San Marino -SMR سن مارینو	۱۲۴	Haiti -HAI هائیتی	۷۱	Benin -BEN بنین	۱۸
Sao Tome & Principe -STP سائوتومه و پرنسیپ	۱۲۵	Honduras -HON هندوراس	۷۲	Bermuda -BER برمودا	۱۹
Senegal -SEN سنگال	۱۲۶	Hungary -HUN مجارستان	۷۳	Bolivia -BOL بولیوی	۲۰
Serbia -SRB صربستان	۱۲۷	Iceland -ISL ایسلند	۷۴	Botswana -BOT بوتسوانا	۲۱
Seychelles -SEY سیشل	۱۲۸	Ireland -IRL ایرلند	۷۵	Brazil -BRA برزیل	۲۲
Sierra Leone -SLE سیرالئون	۱۲۹	Israel -ISR اسرائیل	۷۶	Bulgaria -BUL بلغارستان	۲۳
Slovakia -SVK اسلواکی	۱۳۰	Jamaica -JAM جامائیکا	۷۷	Burkina Faso -BUR بورکینافاسو	۲۴
Slovenia -SLO اسلونی	۱۳۱	Kenya -KEN کنیا	۷۸	Burundi -BDI بروندی	۲۵
Solomon Islands -SOL جزایر سلیمان	۱۳۲	Kiribati -KIR کیریباتی	۷۹	Cameroon -CMR کامرون	۲۶
Somalia -SOM سومالی	۱۳۳	Kosovo -KOS کوزوو	۸۰	Canada -CAN کانادا	۲۷
South Africa -RSA آفریقای جنوبی	۱۳۴	Latvia -LAT لتونی	۸۱	Cape Verde -CPV کیپ ورد	۲۸
South Sudan -SSD سودان جنوبی	۱۳۵	Lesotho -LES لسوتو	۸۲	Cayman Islands -CAY جزایر کیمن	۲۹
Spain -ESP اسپانیا	۱۳۶	Liberia -LBR لیبریا	۸۳	Central African Rep -CAF جمهوری آفریقای مرکزی	۳۰
St Vinc & Grenadines -VIN سنت وینسنت و گرنادین ها	۱۳۷	Libya -LBA لیبی	۸۴	Chad -CHA چاد	۳۱
Sudan -SUD سودان	۱۳۸	Liechtenstein -LIE لیختن اشتاین	۸۵	Chile -CHI شیلی	۳۲
Suriname -SUR سورینام	۱۳۹	Lithuania -LTU لیتوانی	۸۶	Colombia -COL کلمبیا	۳۳



سوازیلند Swaziland -SWZ	۱۴۰	لوگزامبورگ Luxembourg -LUX	۸۷	کوموروس Comoros -COM	۳۴
سوئد Sweden -SWE	۱۴۱	ماداگاسکار Madagascar -MAD	۸۸	کانگو Congo -CGO	۳۵
سوئیس Switzerland -SUI	۱۴۲	مالاوی Malawi -MAW	۸۹	جزایر کوک Cook Islands -COK	۳۶
تانزانیا Tanzania -TAN	۱۴۳	مالی Mali -MLI	۹۰	کاستاریکا Costa Rica -CRC	۳۷
جمهوری مقدونیه Republic of Macedonia -MKD	۱۴۴	مالت Malta -MLT	۹۱	کرواسی Croatia -CRO	۳۸
توگو Togo -TOG	۱۴۵	جزایر مارشال Marshall Islands -MHL	۹۲	کوبا Cuba -CUB	۳۹
تانگو Tonga -TGA	۱۴۶	موریتانی Mauritania -MTN	۹۳	قبرس Cyprus -CYP	۴۰
ترینیداد و توباگو Trinidad and Tobago -TTO	۱۴۷	جزیره موریس Mauritius -MRI	۹۴	چک Czech Republic -CZE	۴۱
تونس Tunisia -TUN	۱۴۸	مکزیک Mexico -MEX	۹۵	ساحل عاج Côte d'Ivoire -CIV	۴۲
ترکیه Turkey -TUR	۱۴۹	میکرونزی Micronesia -FSM	۹۶	دانمارک Denmark -DEN	۴۳
توالو Tuvalu -TUV	۱۵۰	موناکو Monaco -MON	۹۷	جیبوتی Djibouti -DJI	۴۴
اکراین Ukraine -UKR	۱۵۱	مونتنگرو Montenegro -MNE	۹۸	دومینیکا Dominica -DMA	۴۵
ایالات متحده آمریکا United States of America -USA	۱۵۲	مراکش Morocco -MAR	۹۹	جمهوری دومینیک Dominican Republic -DOM	۴۶
اروگوئه Uruguay -URU	۱۵۳	موزامبیک Mozambique -MOZ	۱۰۰	دکتر کنگو DR Congo -COD	۴۷
وانواتو Vanuatu -VAN	۱۵۴	نامیبیا Namibia -NAM	۱۰۱	اکوادور Ecuador -ECU	۴۸
ونزوئلا Venezuela -VEN	۱۵۵	نائورو Nauru -NRU	۱۰۲	مصر Egypt -EGY	۴۹
جزایر ویرجین / انگلیس Virgin Islands, GB -IVB	۱۵۶	هلند Netherlands -NED	۱۰۳	السالوادور El Salvador -ESA	۵۰
جزایر ویرجین / آمریکا Virgin Islands, US -ISV	۱۵۷	زیلند / نیوزلند New Zealand -NZL	۱۰۴	گینه استوایی Equatorial Guinea -GEQ	۵۱
زامبیا Zambia -ZAM	۱۵۸	نیکاراگوئه Nicaragua -NCA	۱۰۵	اریتره Eritrea -ERI	۵۲
زیمباوه Zimbabwe -ZIM	۱۵۹	نیجر Niger -NIG	۱۰۶	استونی Estonia -EST	۵۳



## منابع

۱. احمدپور داریانی، محمود (۱۳۸۳). کارآفرینی: نظریات، الگوها. تهران: پردیس.
۲. استروالد، الکساندر و پیگنیور، ایور (۱۳۹۴). خلق مدل کسب و کار. ترجمه: غلامرضا توکلی، بابک وطن دوست، حسام‌الدین ساروقی و بهامین توفیق. تهران: آریانا قلم.
۳. استولد، جی. کلايتون؛ دیتمور، استفن دبلیو؛ برانولد، اسکات ای (۲۰۰۷). روابط عمومی ورزشی: مدیریت رفتار سازمانی. ترجمه: حمید قاسمی، سارا کشر و ناتاشا قلعه (۱۳۸۸). تهران: علم و حرکت.
۴. آگوستا هرناندز، روین (۱۳۸۶). مدیریت سازمان‌های ورزشی. مترجم: علیرضا الهی و اسفندیار خسروی زاده. تهران: انتشارات بامداد کتاب.
۵. آمیر، پل (۱۳۷۵). خداوندگار الموت. ترجمه و اقتباس: ذبیح‌الله منصوری. تهران: انتشارات جاویدان.
۶. ایسنا (۱۳۹۵). خواندنی‌هایی از ۱۱۶ سال حضور ایران در المپیک. خبرگزاری دانشجویان ایران با کد خبر: ۹۵۰۵۰۱۱۴۳۵۱، بازیابی در تاریخ ۱۳۹۸/۷/۲۶ از نشانی: <https://www.isna.ir/news/95050114351>
۷. ایمانی خوشخو، محمدحسین، ایوبی یزدی، حمید (۱۳۸۹). «عوامل مؤثر بر ارزش ویژه برند در مقصد گردشگری شهر یزد». فصلنامه مطالعات گردشگری شماره ۱۳. صص ۱۱۳-۱۳۷.
۸. باشگاه خبرنگاران جوان (۱۳۹۲). گذری بر تاریخچه سازمان تربیت‌بدنی ایران. تاریخ دریافت: ۱۳۹۷/۱/۱۵، کد خبر: ۴۵۲۴۰۶۰. تاریخ انتشار: ۰۳ شهریور ۱۳۹۲ - ۰۸:۲۹ <https://www.yjc.ir/fa/news/4524060>
۹. پارکز، ژانت بی؛ آر کی زنگر، بیورلی؛ کوارترمن، جروم (۱۳۸۲). مدیریت معاصر در ورزش. مترجم: دکتر محمد احسانی. تهران: دانشگاه تربیت مدرس.
۱۰. پایگاه جامع اطلاع‌رسانی کارآفرینان (۱۳۹۴). استارت‌آپ ناب چیست؟ کد مطلب ۴۹۹۲ دریافتی در تاریخ ۹۷/۶/۱۴ از نشانی: <http://www.modirinfo.com/content/4/4992/>
۱۱. پرسمان (۱۳۹۱). زمان خلقت آدم(ع)، زمان هبوط و قدمت سکونت انسان در زمین. سایت نمایندگی مقام معظم رهبری در دانشگاه‌ها. بازیابی در تاریخ ۱۳۹۸/۷/۱۵ از نشانی: <https://www.porseman.com/article/14937>
۱۲. برومند، محمدرضا. (۱۳۹۰). طراحی الگوی استراتژیک اشتغال فارغ‌التحصیلان رشته تربیت‌بدنی و علوم ورزشی ایران. رساله دکتری، دانشکده تربیت‌بدنی و علوم ورزشی، دانشگاه گیلان.
۱۳. برومند، محمدرضا، همتی نژاد، مهرعلی، رضوانی نژاد، رحیم، رضوی، سید محمدحسین. ملک اخلاق، اسماعیل (۱۳۹۲). تحلیل وضعیت اشتغال فارغ‌التحصیلان رشته تربیت‌بدنی و علوم ورزشی ایران و تعیین جایگاه آنان بر اساس ماتریس ارزیابی موقعیت و اقدام استراتژیک (SPACEM). دو فصلنامه مدیریت و توسعه ورزش، شماره ۲، صص: ۱-۱۹.
۱۴. تکلی، همیلا (۱۳۹۵). عوامل مؤثر بر ارزش برند سازمان ورزشی (کمیته ملی المپیک ج.ا.ا). نشریه مدیریت ورزشی، دوره ۸، شماره ۵، آذر و دی، صص: ۷۲۷-۷۳۹.

۱۵. ثانی، مصطفی (۱۳۹۲). ارزیابی عملکرد رؤسای ورزش ایران از دیدگاه صاحب نظران در سالهای ۱۳۵۷ تا ۱۳۹۲. پایان نامه کارشناسی ارشد مدیریت ورزشی دانشگاه آزاد اسلامی واحد کرج.
۱۶. جکسون، راجر (۱۳۸۰). راهنمای مدیریت ورزشی. مترجمان: محمد خبیری، نصرالله سجادی، رحمت الله صدیق سروستانی، محمود عزیزی، عباس گائینی و شکوه نبوی. تهران، انتشارات کمیته بین المللی المپیک.
۱۷. چلادورای، پاکیناتان (۱۳۸۷). مدیریت منابع انسانی در ورزش و تفریحات سالم. ترجمه: مهدی طالب پور و صمد لعل بذری. انتشارات دانشگاه فردوسی مشهد.
۱۸. حسین چاری، مسعود؛ فداکار، محمدمهدی (۱۳۸۴). بررسی تأثیر دانشگاه بر مهارت های ارتباطی بر اساس مقایسه دانش آموزان و دانشجویان. دوماهنامه علمی پژوهشی دانشور، رفتار سال دوازدهم، دوره جدید، شماره ۱۵، صص ۳۲-۲۱.
۱۹. حسینی، سید محمود؛ دری، بهروز؛ قوچانی، فرج؛ هادیزاده، اکرم و صائمیان، صدیقه (۱۳۹۳). تبیین الگوی توسعه شایستگی های برند شخصی. مطالعات مدیریت راهبردی، شماره ۱۷، صفحات ۱۱۲-۹۳.
۲۰. خاکی، غلامرضا (۱۳۸۲). روش تحقیق در مدیریت. تهران: دانشگاه آزاد اسلامی، مرکز انتشارات علمی.
۲۱. خلیلی، رضا (۱۳۸۶). طراحی ساختار نظام باشگاه های ورزشی. تهران: دفتر ملی مدیریت و توسعه ورزش کشور، سازمان تربیت بدنی.
۲۲. دانش بنیان ۲۴ (بی تا). شرکت صنعتی دارای فعالیت دانش بنیان چیست؟ تارنمای دانش بنیان ۲۴. دریافتی در تاریخ ۹۷/۵/۱۵ از نشانی: <http://www.daneshbonyan24.ir/>.
۲۳. دفتر توسعه آموزش های پایه و استعدادیابی (۱۳۹۸). آیین نامه برگزاری دوره های کوتاه مدت مربیگری و دستورالعمل اجرایی. معاونت توسعه ورزش قهرمانی و حرفه ای، وزارت ورزش و جوانان.
۲۴. رسولی، سید مهدی؛ ساعتچیان، وحید؛ الهی، علیرضا (۱۳۹۰). پیش بینی توان صحه گذاری ورزشکاران بر قصد خرید مشتریان، ششمین همایش ملی دانشجویان تربیت بدنی و علوم ورزشی ایران، ۲۴ و ۲۵ آذر.
۲۵. رضایی، بیژن؛ عباسپور، عباس؛ نیکنامی، مصطفی؛ رحیمیان، حمید و دلاور، علی (۱۳۹۲). واکاوی راهکارهای بهبود کارآفرینی دانشگاهی در حوزه علوم انسانی و ارائه یک نظریه زمینه ای. نشریه ابتکار و خلاقیت در علوم انسانی. دوره سوم، شماره دوم، پاییز. صص: ۱۸۵-۲۱۵.
۲۶. رضوی، سید محمدحسین؛ برومند، محمدرضا؛ فضلی درزی، اعظم و عظیمی دلارستانی، عادل (۱۳۹۶). نظام اشتغال دانش آموزان تربیت بدنی و علوم ورزشی با رویکرد خصوصی سازی. پژوهشگاه تربیت بدنی و علوم ورزشی وزارت علوم، تحقیقات و فناوری.
۲۷. رمضانن نژاد، رحیم (۱۳۸۲). تربیت بدنی در مدارس. تهران: سمت.
۲۸. رونق، یوسف (۱۳۹۶). طرح طبقه بندی و ارزشیابی مشاغل مستخدمین دستگاه های اجرایی، انتشارات فرمنش، چاپ سوم.
۲۹. سلحشور، علی اصغر (۱۳۹۶). بررسی عناصر بصری و زیبایی شناسانه نقوش سفال های پیش از تاریخ ایران (با تمرکز بر دوره مس سنگی). دوفصلنامه علمی-ترویجی پژوهش هنر. سال هفتم، شماره چهاردهم، پاییز و زمستان. صص ۱۰۹-۱۲۰.
۳۰. سیاوشی، حجت الله و بلوریان، فاطمه (۱۳۹۴). تأثیر ۱۲ هفته بازی بوجیا بر رشد اجتماعی نوجوانان ۱۳ تا ۱۵ سال دارای فلج مغزی همراه با کم توانی ذهنی. فصلنامه کودکان استثنایی، ۱۵(۴)، صص ۵۲-۴۵.
۳۱. روسای ورزش ایران، میراثی ۸۰ ساله (۱۳۹۴). سرویس ورزشی - نهادهای ورزشی و سایر. خبرگزاری ایسنا، کد خبر: ۹۴۰۷۲۶۱۶۵۵۵. یکشنبه ۲۶ مهر ۱۳۹۴ - ۰۶:۵۸.
۳۲. زارعی، عباس (۱۳۹۶). اساس دانشگاه نسل چهارم صنعت اقتصاد دانش بنیان است. باشگاه خبرنگاران جوان؛ دریافتی در تاریخ ۹۷/۵/۱۵ به نشانی: <https://www.yjc.ir/fa/news/6380728/>
۳۳. زالی، محمدرضا (۱۳۹۵). در علوم انسانی هم می شود کارآفرین بود. خبرگزاری ایرنا. دریافتی در تاریخ ۱۳۹۷/۵/۲۱ از نشانی: [https://article.irna.ir/fa/c1\\_9330/](https://article.irna.ir/fa/c1_9330/)

۳۴. زراعتگر، ناهید (۱۳۹۵). ظرفیت‌های بکر کارآفرینی در علوم انسانی. روزنامه ایران. کد مطلب: ۱۳۵۶۰ / یکشنبه ۱۸ مهر ۱۳۹۵. دریافتی از نشانی: <http://www.modirinfo.com/content/4/13560>
۳۵. سجادی، نصرالله (۱۳۹۲). مدیریت روابط بین‌الملل در ورزش. تهران: پیشگامان توسعه.
۳۶. عرب‌نرمی، بیتا و خلیلیان، فاطمه (۱۳۹۸). بررسی تطبیقی برنامه‌درسی رشته مدیریت ورزشی در مقطع کارشناسی ارشد: در ایران و دانشگاه‌های منتخب جهان. نشریه مطالعات مدیریت ورزشی. در حال انتشار.
۳۷. علی‌پور، صبا (۱۳۹۳). شناسایی فرایند برندسازی شخصی برای کارآفرینان. پایان‌نامه کارشناسی ارشد مدیریت کارآفرینی گرایش کسب‌وکار جدید. تهران، دانشکده کارآفرینی دانشگاه تهران.
۳۸. فدراسیون والیبال جمهوری اسلامی ایران (بی‌تا). آیین‌نامه برگزاری دوره‌های مربیگری. فدراسیون والیبال جمهوری اسلامی ایران.
۳۹. فدراسیون ورزش‌های روستایی و بازی‌های بومی، محلی (بی‌تا). تاریخچه فدراسیون. بازیابی در تاریخ ۹۸/۹/۲۷ از نشانی: <http://roostasport.ir/index.aspx?fkeyid=&siteid=۱۴۰>
۴۰. فراهانی، ابوالفضل و بیات، فاطمه (۱۳۸۶). انتظارات شغلی دانشجویان تربیت‌بدنی از اشتغال و آینده شغلی آنان در استان خراسان رضوی. نشریه رویش، سال پنجم، شماره ۱۹، صص ۴۰-۳۳.
۴۱. فرهنگی، علی‌اکبر (۱۳۸۲). ارتباطات انسانی. تهران: مؤسسه چاپ فرهنگی رسا.
۴۲. قاسمی، حمید؛ کشکر، سارا و راسخ، نازنین (۱۳۹۷). مبانی مدیریت ورزش. تهران: علم و حرکت.
۴۳. قاسمی، حمید؛ راسخ، نازنین (۱۳۹۸). روان‌سنجی پرسش‌نامه مهارت‌های ارتباطی هفت‌گانه قاسمی. انتشار آنلاین از تاریخ ۲۰ آبان ۱۳۹۸، شناسه دیجیتال (DOI): ۱۰.۲۲۰۸۹/SPSYJ.۱۰.۲۲۰۸۹.۱۹.۷۲۵۸.۱۷۷۲
۴۴. قاسمی، حمید؛ کشکر، سارا (۱۳۹۱). مبانی اجتماعی-فرهنگی ورزش. تهران: بامداد کتاب.
۴۵. قاسمی، حمید و فنازاد، رضا (۱۳۹۷). حقوق رسانه. تهران: اندیشه‌آرا.
۴۶. قاسمی، حمید؛ آزادپهلوان، احمد؛ مقدمی، کامران (۱۳۸۴). گام‌به‌گام در برگزاری مسابقات ورزشی از محلی تا بین‌المللی. تهران: انتشارات بامداد کتاب
۴۷. قاسمی، حمید؛ قره، محمدعلی؛ حسینی، معصومه؛ و شجاع، رضا (۱۳۹۴). نظریه‌ها و مبانی ارتباط جمعی. تهران پیام نور.
۴۸. قاسمی، حمید؛ فراهانی، ابوالفضل و حسینی، معصومه (۱۳۹۵). ارتباط شناسی. تهران: پیام نور.
۴۹. قاسمی، حمید (۱۳۹۵). مقایسه وضعیت خودبرندسازی دانشجویان رشته‌های مختلف تربیت‌بدنی با دانشجویان دیگر رشته‌ها با تأکید بر الگوی ۶گانه مهارت‌های ارتباطی مؤثر قاسمی. پروژه پژوهشی دانشگاه پیام نور.
۵۰. قاسمی، حمید؛ کشکر، سارا و نوربخش، مهوش (۱۳۸۹). اصول سازمان و مدیریت ورزشی. تهران: علم و حرکت.
۵۱. قاسمی، حمید؛ و فراهانی، ابوالفضل (۱۳۹۳). تئوری‌های سازمان و مدیریت با تأکید بر مدیریت ورزشی. تهران: پیام نور
۵۲. قاسمی، حمید و کشکر، سارا (۱۳۹۰). راهنمای پایان‌نامه با تأکید بر مدیریت ورزشی (ویراست دوم). تهران: نشر ورزش.
۵۳. قاسمی، حمید؛ کشکر، سارا؛ حیدری نژاد، صدیقه؛ شریفیان، اسماعیل؛ صابونچی، رضا (۱۳۹۶). روش تحقیق در مدیریت ورزشی. تهران: علم و حرکت.
۵۴. قاسمی، حمید و کشکر، سارا (۱۳۹۰). مبانی اجتماعی - فرهنگی ورزش. تهران: نشر ورزش.
۵۵. قاسمی، حمید و کشاورز، لقمان (۱۳۹۶). ورزش و رسانه با رویکردی کاربردی. تهران: علم‌وورزش.
۵۶. قدس، نسیم و گورانی، بهناز (۱۳۹۴). متورینگ. دفتر توسعه کارآفرینی وزارت تعاون، کار و رفاه اجتماعی. دریافتی در تاریخ ۱۳۹۷/۶/۳ از نشانی: <file:///C:/Users/karad/Downloads/6367.pdf>
۵۷. کشکر، سارا؛ قاسمی، حمید و کارگر، غلامعلی (۱۳۹۵). تعریف فرهنگ ورزش و مؤلفه‌های آن با تکیه بر آرای متخصصان، ورزشکاران و دست‌اندرکاران ورزش ایران. مطالعات مدیریت رفتار سازمانی در ورزش. دوره سوم، شماره ۲۱، صص: ۱۱-۲۲.

۵۸. کشکر، سارا؛ غفوری، فرزاد و آرامون، سمانه (۱۳۹۵). تعیین ویژگی‌های بردانسانی-ملی در ورزش و میزان پذیرش اجتماعی آن در بازاریابی محصولات ایرانی. دوفصلنامه پژوهش در مدیریت ورزشی و رفتار حرکتی، سال ششم، شماره ۱۱، صص ۹۰-۱۰۴.
۵۹. کمیته المپیک سولیداریتی کمیته بین‌المللی المپیک (۱۳۷۴). مدیریت و رهبری در ورزش. مترجم: رحمت اله صدیق سروستانی. تهران: انتشارات کمیته ملی المپیک
۶۰. کمیته آموزش (۱۳۹۸). دستورالعمل نظام هماهنگ آموزش و ارتقاء مربیان. فدراسیون فوتبال جمهوری اسلامی ایران.
۶۱. کمیته علوم ورزشی (۱۳۹۰). مشخصات کلی، برنامه آموزشی و سرفصل دوره کارشناسی ارشد رشته مدیریت ورزشی. تهران: گروه علوم اجتماعی شورای عالی برنامه‌ریزی آموزشی وزارت علوم، تحقیقات و فناوری.
۶۲. کمیته علوم ورزشی (۱۳۸۷). مشخصات کلی، برنامه آموزشی و سرفصل دوره کارشناسی ارشد رشته جامعه‌شناسی ورزشی. تهران: گروه علوم اجتماعی شورای عالی برنامه‌ریزی آموزشی وزارت علوم، تحقیقات و فناوری.
۶۳. کمیته علوم ورزشی (۱۳۹۱). برنامه‌درسی دوره کارشناسی ارشد رشته بیومکانیک ورزشی (بازنگری شده). تهران: گروه علوم اجتماعی شورای عالی برنامه‌ریزی آموزشی وزارت علوم، تحقیقات و فناوری.
۶۴. کمیته علوم ورزشی (۱۳۹۲). برنامه‌درسی دوره دکترای رشته بیومکانیک ورزشی (بازنگری شده). تهران: گروه علوم اجتماعی شورای عالی برنامه‌ریزی آموزشی وزارت علوم، تحقیقات و فناوری.
۶۵. کمیته علوم ورزشی (۱۳۹۳). برنامه‌درسی دوره دکتری رشته مدیریت ورزشی. تهران: گروه علوم اجتماعی شورای عالی برنامه‌ریزی آموزشی وزارت علوم، تحقیقات و فناوری.
۶۶. کمیته علوم ورزشی (۱۳۹۵). برنامه‌درسی دوره کارشناسی رشته علوم ورزشی. تهران: گروه علوم اجتماعی شورای عالی برنامه‌ریزی آموزشی وزارت علوم، تحقیقات و فناوری.
۶۷. کمیته علوم ورزشی (۱۳۹۵). برنامه‌درسی دوره دکتری رشته مدیریت ورزشی. تهران: گروه علوم اجتماعی شورای عالی برنامه‌ریزی آموزشی وزارت علوم، تحقیقات و فناوری.
۶۸. کارگروه تخصصی علوم ورزشی (۱۳۹۶). برنامه‌درسی دوره دکتری رشته فیزیولوژی ورزشی. تهران: گروه علوم اجتماعی شورای عالی برنامه‌ریزی آموزشی وزارت علوم، تحقیقات و فناوری.
۶۹. کارگروه تخصصی علوم ورزشی (۱۳۹۶). برنامه‌درسی کارشناسی ارشد رشته روان‌شناسی ورزشی. تهران: گروه علوم اجتماعی شورای عالی برنامه‌ریزی آموزشی وزارت علوم، تحقیقات و فناوری.
۷۰. کمیته علوم ورزشی (۱۳۹۳). برنامه‌درسی کارشناسی ارشد رشته روان‌شناسی ورزشی. تهران: گروه علوم اجتماعی شورای عالی برنامه‌ریزی آموزشی وزارت علوم، تحقیقات و فناوری.
۷۱. کمیته علوم ورزشی (۱۳۹۳). برنامه‌درسی دکتری رشته روان‌شناسی ورزشی. تهران: گروه علوم اجتماعی شورای عالی برنامه‌ریزی آموزشی وزارت علوم، تحقیقات و فناوری.
۷۲. کمیته علوم ورزشی (۱۳۹۵). برنامه‌درسی دوره دکتری رشته آسیب‌شناسی ورزشی و حرکات اصلاحی. تهران: گروه علوم اجتماعی شورای عالی برنامه‌ریزی آموزشی وزارت علوم، تحقیقات و فناوری.
۷۳. کمیته علوم ورزشی (۱۳۹۰). برنامه آموزشی دوره کارشناسی ارشد رشته فیزیولوژی ورزشی. تهران: گروه علوم اجتماعی شورای عالی برنامه‌ریزی آموزشی وزارت علوم، تحقیقات و فناوری.
۷۴. گروه علمی-پزشکی (۱۳۹۰). ماساژدرمانی چیست؟ باشگاه خبرنگاران جوان. بازیابی در تاریخ ۱۳۹۸/۹/۲۷ از نشانی: <https://www.yjc.ir/fa/news/2645823>
۷۵. گروه فنی و مهندسی (۱۳۹۶). برنامه‌درسی دوره کارشناسی ارشد رشته مهندسی ورزش. تهران: شورای عالی برنامه‌ریزی آموزشی وزارت علوم، تحقیقات و فناوری.

۷۶. محمدیان، محمود؛ رونقی، محمدحسین (۱۳۸۹). استراتژی‌ها و تکنیک‌های ارتقاء برند: ۵۰ روش کاربردی در برندینگ. تهران: مهربان نشر.
۷۷. مرادی، بهرنگ (۱۳۹۴). پارک علم و فناوری در ایران، مبانی برنامه‌ریزی و طراحی کالبدی. تهران: انتشارات دانشگاه هرمزگان.
۷۸. مظفری، سیدامیر احمد؛ پورسلطانی زرنندی، حسین (۱۳۸۵). اصول و فلسفه تربیت‌بدنی. تهران: انتشارات بامداد کتاب.
۷۹. موحدی، حامد (۱۳۹۱). شناسایی مؤلفه‌های مؤثر بر فرآیند برندسازی در کسب‌وکارهای مجازی. پایان‌نامه کارشناسی ارشد MBA بازاریابی. پردیس بین‌المللی کیش، دانشگاه تهران.
۸۰. میر جلیلی، فاطمه (۱۳۸۴). اشتغال دانش‌آموختگان آموزش عالی و تأکید بر کارآفرینی به‌عنوان یک راهکار افزایش آن. مجلس و پژوهش، سال ۱۲، شماره ۵۰-۴۹، ص: ۷۷-۹۲.
۸۱. نانومچ (۱۳۹۵). مرکز نوآوری چیست؟ دریافتی در تاریخ ۱۳۹۷/۰۵/۲۰ از نشانی: <http://nanomatch.ir/article>
۸۲. نبوی، محمد؛ حق‌دوستی، احمد (۱۳۸۲). اصول و فلسفه تربیت‌بدنی. تهران: انتشارات دانشگاه تهران.
۸۳. نقی‌زاده، محمد (۱۳۹۵). تجاری‌سازی در شرکت‌های زایشی. دنیای اقتصاد. دریافتی در تاریخ ۹۷/۰۵/۱۵ به نشانی: <http://www.daneshbonyan24.ir/1395/06/17>
۸۴. نکویی مقدم، محمود و پیرمرادی بزنجانی، نرگس (۱۳۸۹). نقش تفاوت‌های فردی و ویژگی‌های شخصیتی کارکنان در رفتار سازمانی آنان. عصر مدیریت، سال چهارم، شماره ۴، صفحات ۱۳۱-۱۲۶.
۸۵. حسینی هاشم‌زاده، داود (۱۳۹۸). فساد دانشگاهی: گونه‌شناسی، روش سنجش، علل، پیامدها و راه‌های مبارزه با آن. تهران: آگه.
۸۶. همشهری آنلاین (۱۳۹۱). آشنایی با بازی‌های سستی و محلی. بازیابی در تاریخ ۹۸/۹/۲۸ از نشانی: <https://www.hamshahrionline.ir/news/196062>
۸۷. هوی، راسل؛ اسمیت، آرون؛ وستریک، هنس؛ استورات، باب؛ و نیکولسون، متیو (۱۳۹۰). مدیریت ورزشی (اصول و کاربردها). ترجمه: مینو دخت میرحیدر، سارا کشکر، حمید قاسمی، خسرو رضایی‌نیا. تهران: علم و حرکت.
۸۸. هیدران، حمید (۱۳۹۰). از دکتر علاء تا دکتر سعیدلو. برگرفته از سایت راسخون به نشانی: <http://www.rasekhoon.net/article/print-90829.aspx>
۸۹. یوسفی، فریده (۱۳۸۵). رابطه هوش هیجانی و مهارت‌های ارتباطی در دانشجویان. روان‌شناسی تحولی: روان‌شناسان ایرانی، دوره سوم، شماره ۹، صفحات ۱۳-۵.
90. Aaker, D. A. (1991), "Managing Brand Equity", The Free Press, New York, NY.
91. Alice, E. Marwick (2010). Celebrity, publicity and self-branding in Web 2.0. PhD dissertation in Cultural anthropology and Communication, New York University, 511 pages, Available at: <http://gradworks.umi.com/34/26/3426961.html>.
92. Arai, A. Jae Ko, Y. Hwan Chang, Y. Chang, K. (2012). "Understanding Athlete Brand Image in Global Sport Markets: A Cross-National Study among Japan, South Korea, and USA". North American Society for Sport Management Conference (NASSM 2012).
93. Bandura, A. (1997). Self-Efficacy: The Exercise of Control. New York: W. H. Freeman.
94. Banyte, Jurate; Stonkiene, Egle; Piligrimiene, zaneta (2011). Selecting celebrities in advertising: The case of Lithuanian sports celebrity in non-sport product advertisement. Economics & Management, 16, 1215-1224
95. Barton, G.R., Stacey, P.C. and Fortnum, H.M. (2006). Hearingimpaired children in the UK I: Auditory performance, communication skills, educational achievements, quality of life, and cochlear implantation. Ear and Hearing, 27, Pp:161-186.
96. Bendisch, F; Larsen, G & Trueman, M (2012). Fame and Fortune: A Conceptual Model of CEO Brands. European Journal of Marketing, 47 (3). Pre-published by Emerald Group Publishing Limited.
97. Birink, A., Birink, A., K., & Sheth, J. (2010). The branding challenges of Asian manufacturing firms. Business Horizons, 53, 523-532. doi:10.1016/j.bushor.2010.05.005.
98. Bonnice, B. N. (2015). Communication Skills and Response to Conflict: Impact of "New Directions" Relational Skills Training. Scholar Archive.
99. Budzinski O., Satzer J. (2011). Sports business and multisided markets: towards a new analytical framework?. Sport, Business and Management: An International Journal, Vol. 1 Iss 2 pp. 124 - 137.
100. Caspersen, C J; Powell, K E and Christenson, G M (1985). Physical activity, exercise, and physical fitness:

- definitions and distinctions for health-related research. *Public Health Rep.* Mar-Apr; 100(2): 126–131. Reciving in 20/9/2019 from: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC1424733/>
101. Chen, C. F., & Chang, Y. Y. (2008). Airline brand equity, brand preference, and purchase intentions—The moderating effects of switching costs. *Journal of Air Transport Management*, 14(1), 40-42.
  102. Coover, G. and Murphy, S. (2000). The communicated self: exploring the interaction between self and social context. *Human Communication Research*, 26, 125-147
  103. De Chernatony, L., Harris, F. J., & Christodoulides, G. (2004). Developing a Brand Performance Measure for Financial Services Brands. *The Service Industries Journal*, 24(2), 15–33.
  104. Diba Vajari, T, Yamani Dozi Sorkhab, M, Arefi, M, Fardanesh, H. (2011). Conceptualization of Curriculum Development Models in Higher Education. *Research in Curriculum Planning*, 8(30): 48-62.
  105. Fathi, K, Momeni, H. (2009). Study of affecting factors on participation of the members of the department in designing curriculum. *IHEJ*. 1 (1):139-165.
  106. Foremski, Tom (2011). There are six types of startups. Recived at: 9/5/2018 in address: <https://www.zdnet.com/article/there-are-six-types-of-startups/>
  107. Frenkel, M.,& Cohen, L.(2014). Effective communication about the use of complementary and integrative medicine in cancer care. *J Altern Complement Med*. 2014;20(1),Pp:12-8.
  108. Hsu, H. C., Oh, H. & Assaf, G. A. (2012). “A customer-based brand equity model for upscale hotels”, *Journal of Travel Research*, 51 (1), pp. 81-93.
  109. James, B (2009). The Value of Personal Branding. *The Gallup Management Journal*. Available at: [http://www.gallup.com/topic/all\\_gbj\\_headlines.aspx](http://www.gallup.com/topic/all_gbj_headlines.aspx).
  110. Kapferer, J. N. (1998). Why are we seduced by luxury brands? *Journal of Brand Management*, 6(1), 44-49.
  111. Karaduman, Ilkay (2013). The effect of social media on personal branding efforts of top level executives. 9th International Strategic Management Conference, *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 99, pp 465-473.
  112. Keller, k. l, (2003) “Building, measuring an Managing brand Equity”, prentice Hall of India, new Delhi.
  113. Keller, K. L. (2013). *Strategic brand management: Building, measuring, and managing brand equity 4/e*. Pearson Education.
  114. Koo, J. J. (2009). Brand management strategy for Korean professional football teams: A model for understanding the relationships between team brand identity, fans’ identification with football teams, and team brand loyalty (Doctoral dissertation, Brunel University School of Engineering and Design PhD Dessertation).
  115. kose,S.D. (2013). Evaluation of Emotional Intelligence and Communication Skills of Health Care Manager Candidates: A Structural Equation Modeling. *Int J Business Soc Sci*, 4(13),Pp:115-23.
  116. Lair, Daniel J.; Sullivan, Katie; Cheney, George (2005). "Marketization and the Recasting of the Professional Self". *Management Communication Quarterly* 18 (3): 307–343. doi:10.1177/0893318904270744.
  117. Lyle, R., & Wetsch, M. (2012). A Personal Branding Assignmwnt Using Social Media,. *Journal of Advertising Education*, spring: 50(5), 58-78.
  118. Morgan, M. (2011). Personal Branding: Create your Value Proposition. *Strategic Finance magazine*; 9(3): 13–28.
  119. Mull, Richard F.; Forrester, Scott A. and Barnes, Martha L. (2013). *Recreational Sport Programming*. Sagamore Publishing.
  120. Kretchmar, R.scoh(2005). *Practical philosophy of sport and physical activity*. Human kinetics. Second edition.
  121. Moore, A.(2006). *Schooling, society and curriculum*. NewYork: Routledge NASSM (2015). Academic programs. From: <http://www.nassm.org/Programs/AcademicPrograms>
  122. Noricks, Crosby (2013). How a personal brand pyramid can help define your blog’s direction. *Independent Fashion Bloggers*. Available at: <https://heartifb.com/2013/11/13/>
  123. Olson, E. L. (2008). The implications of platform sharing on brand value. *Journal of Product & Brand Management*, 17(4), 244-253.
  124. Onwumechili, Chuka (2018). *Sport Communication: An International Approach*. London and New York: Routledge.
  125. Pitts, Brenda G. Pedersen, Paul M. (2005). Examining the body of scholarship in sport management: A content analysis of the journal of sport management. *The SMART Journal: Volume2, Issue 1*. P 33-52
  126. Schawbel, D. (2010). *Me 2.0, Revised and Updated Edition: 4 Steps to Building Your Future*. Kaplan Publishing; Revised edition
  127. Senft, Theresa, M (2013). *Micro celebrity and the Branded Self*. Wiley Online Library, Available at: <http://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1002/9781118321607.ch22/pdf>



128. Sherer, M., Maddux, J. E., Mercandante, B., et al. (1982). The self-efficacy scale: Construction and validation. *Psychological Reports*, 51, 663-671.
129. Simons, Alexandra (2012). Branding You!. *Texas Library Journal*, 88, (1), pp 10-12.
130. Simon, B. (1999). A place in the world: self and social categorization. In: T. Tyler, R. Kramer and O. John (Eds). *The psychology of the social self*. Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum Associates.
131. Styles, C., & Ambler, T. (1995). Brand management. *Financial times handbook of management*, Pitman, London, 581-93.
132. Sullivan, P.H.(2004). Communication Differences between Male and Female Team Sport Athletes. *Communication Reports*; summer 2004; 17, 2; Academic Research Library. pg. 1231.
133. Thomson, M. (2006). "Human Brands: Investigating Antecedents to Consumers' Strong Attachments to Celebrities." *Journal of Marketing*, 70 (July): 104-119.
134. Tildesley, Amy, E & Coote, Leonard, V (2009). This Brand Is Me: a Social Identity Based Measure of Brand Identification. *Advances in Consumer Research*, 36, eds. Ann L. McGill and Sharon Shavitt, Duluth, MN: Association for Consumer Research, pp 627-628.
135. Wetsch, L. (2012). A Personal Branding Assignment Using Social Media. *Journal of Advertising Education*, 16(1), p30-36.
136. Zhang, J, Wang, J, Sophia, M, Chen, K, Huang, H. (2016). Influence of curriculum quality and educational service quality on student experiences: A case study in sport management programs. *Journal of Hospitality, Leisure, Sport & Tourism Education*. 18: 81-91.





## معرفی مؤلف مسئول



حمید قاسمی در سال ۱۳۵۰ از پدری نظامی و مادری خانه‌دار متولد شد. شغل پدر، خانواده را از تهران راهی ایلام و سپس کرمانشاه کرده بود. از دوران دبستان در ورزش فعال بود و همراه با تیم مدرسه عنوان قهرمانی بازی‌های دبستانی را تجربه کرد. پس از بازگشت به تهران و دوران متوسطه، توفیقاتی را در سطح منطقه در مسابقات آموزشی کشتی به دست آورد. پس از آن فعالیت خود را روی رشته آمادگی جسمانی متمرکز کرد و هم‌زمان با قبولی در دانشگاه در رشته روان‌شناسی، باشگاهی را تأسیس کرد. او تا پایان دوره تحصیل مقطع کارشناسی، در فعالیت‌های باشگاه‌داری و مربیگری در زمینه آمادگی جسمانی فعال بود. به دلیل علاقه به ورزش، در مقطع کارشناسی ارشد، وارد رشته تربیت‌بدنی عمومی شد. در آن سال‌ها گرایش تخصصی برای تحصیل در علوم ورزشی وجود نداشت. هم‌زمان با ورود به مقطع کارشناسی ارشد تربیت‌بدنی، فرصت همکاری و فعالیت در برنامه‌های ورزشی صداوسیما برای او فراهم شد. ابتدا به‌عنوان دبیر خبر ورزشی در بخش اخبار و سپس «مجری، کارشناس، سردبیر و تهیه‌کننده» برنامه‌های ورزشی در رادیو تهران فعالیت نمود. با توجه به سوابق و تجارب او در آمادگی جسمانی، برای دوره‌ای مسئولیت انجمن آمادگی جسمانی کشور را بر عهده گرفت. با راه‌اندازی شبکه جهانی جام‌جم، مسئولیت سردبیری اخبار ورزشی شبکه جام‌جم به او واگذار شد. توفیقات او در اخبار ورزشی شبکه جام‌جم باعث شد تا با راه‌اندازی شبکه خبر، از او به‌عنوان مدیرگروه و سردبیر اخبار ورزشی برای راه‌اندازی ورزش این بخش دعوت شود. قاسمی در شبکه خبر در دو دوره پیاپی جشنواره خبر به‌عنوان بهترین سردبیر تخصصی انتخاب شد. او برای مدتی هم مسئولیت کمیته «وزنه‌برداری قدرتی» در فدراسیون وزنه‌برداری را بر عهده گرفت و در اولین حضور در مسابقات

آسیایی همراه با تیم اعزامی به جایگاه چهارم آسیا دست یافتند و در رأی گیری انتخاباتی به عنوان نایب رئیس غرب آسیا انتخاب شد.

هم‌زمان با قبولی در مقطع دکتری مدیریت ورزشی، مسئولیت فدراسیون ملی اسکواش ایران را پذیرفت. طرح او با عنوان «اسکواش باز» و ایجاد فرصت بازی اسکواش در اماکن عمومی و با یک طرف دیوار مورد استقبال فدراسیون جهانی و تقدیر شخص رئیس فدراسیون جهانی اسکواش قرار گرفت. در ادامه او به عنوان عضو کمیته توسعه اسکواش آسیا انتخاب شد.

با راه‌اندازی گروه ورزش و سرگرمی شبکه تلویزیونی جهانی جام‌جم، مسئولیت مدیریت این گروه به او واگذار شد. در سال ۲۰۰۷ در دوره ۴۰ روز مخصوص دانش‌آموختگان تحصیلات تکمیلی در آکادمی بین‌المللی المپیک یونان شرکت کرد و تاریخ ورزش جهان و المپیک را زیر نظر اساتید برجسته این حوزه مرور کرد.

پس از دو سال مدیریت گروه ورزش و سرگرمی شبکه جام‌جم، از او برای مسئولیت «معاونت ارتباطات، آموزش و فرهنگی» سازمان تربیت بدنی وقت (وزارت ورزش و جوانان فعلی) دعوت شد. در مرحله بعد او به دانشگاه پیام نور گام نهاد و فعالیت‌های علمی و تخصصی خود را در این دانشگاه دنبال کرد. ابتدا مسئولیت «اداره کل تربیت بدنی دانشگاه پیام نور» و سپس «قائم‌مقام معاون فرهنگی» این دانشگاه را بر عهده داشت. در این دوران و در قالب یک دوره تخصصی «مدیریت ورزشی» به سرپرستی پژوهشگاه تربیت بدنی و علوم ورزشی در «ایتالیا و فرانسه» شرکت کرد. سپس مسئولیت «معاون آموزشی و پژوهشی و قائم‌مقام دانشگاه پیام نور استان البرز» را بر عهده گرفت. در ادامه از او برای پذیرش مسئولیت «مدیر شبکه رادیویی ورزش» دعوت به عمل آمد. در ادامه مدت کوتاهی مسئولیت «اداره کل کارآفرینی و ارتباط با صنعت دانشگاه» به او واگذار شد و پس‌از آن مسئولیت «رئیس مرکز تحصیلات تکمیلی یا دکترای دانشگاه پیام نور» بر عهده او قرار گرفت.

از دیگر سوابق حمید قاسمی می‌توان به «مدیرمسئولی روزنامه ایران ورزشی» و «نایب‌رئیس انجمن نویسندگان و عکاسان ورزشی» اشاره کرد.



# Fundamentals of Sports Sciences

Authors:

Hamid Ghasemi(Ph.D)

Sara Keshkar(Ph.D)

Nazanin Rasekh(Ph.D)

Leila Izadparast(Ph.D)

کتاب حاضر تلاش می‌کند تا با معرفی مبانی رشته علوم ورزشی یک دیدگاه کلی و کاربردی برای علاقه‌مندان به این رشته ایجاد کند. امید می‌رود خواننده پس از مطالعه کتاب با جهت‌گیری‌های هدفمندتری در رشته علوم ورزشی تحصیل نماید. ضمن اینکه با توجه به تنوع تخصص و مشاغل در حیطه علوم ورزشی، دانشجویان این عرصه باید هر چه زودتر جهت‌گیری تخصصی خود را انتخاب کنند تا با احتمال بیشتری موفقیت خود در آینده را رقم بزنند.

ISBN:978-622-95667-0-1



اندیشه آرا  
Andisheara.ir