

www.salampnu.com

سایت مرجع دانشجوی پیام نور

- ✓ نمونه سوالات پیام نور : بیش از ۱۱۰ هزار نمونه سوال همراه با پاسخنامه
- تستی و تشریحی
- ✓ کتاب ، جزوه و خلاصه دروس
- ✓ برنامه امتحانات
- ✓ منابع و لیست دروس هر ترم
- ✓ دانلود کاملاً رایگان بیش از ۱۴۰ هزار فایل مختص دانشجویان پیام نور

www.salampnu.com

تاریخ تربیت بدنی

رشته تربیت بدنی و
علوم ورزشی

2 واحد درسی

مؤلف: میر محمد کاشف، انتشارات دانشگاه پیام نور 1383
تهیه و تنظیم: مرتضی رضایی صوفی عضو هیأت علمی گروه
تربیت بدنی

مرتضی رضایی صوفی عضو هیأت علمی گروه تربیت بدنی



اهداف درس تاریخ تربیت بدنی

- ♦ آگاهی از سرگذشت انسانها در برخورد با تربیت جسم و روح.
- ♦ آگاهی از وضعیت تعلیم و تربیت و تربیت بدنی در زمانهای مختلف.
- ♦ شناخت اهمیت تربیت بدنی در نزد اقوام مختلف.
- ♦ شناخت اهداف المپیک.
- ♦ آگاهی از تاریخچه المپیک.



فصل اول

اهداف کلی و رفتاری :

♦ شناخت اهمیت تاریخ و مطالعه آن

♦ توصیف تاریخ و تعلیم و تربیت

♦ شناخت تاریخ و علم و تفاوت آنها

♦ آگاهی از تاریخ تربیت بدنی



اهمیت و فایده مطالعه تاریخ

♦ شناسنامه جامعه بشری است.

♦ آشنائی با زندگانی، آداب، رسوم و عقاید گذشتگان .

♦ بهره گیری از نحوه زندگی گذشتگان و استفاده آن در زندگی جدید .

♦ شناخت خود، اسرار نهفته رفتار و مسئولیت ها .

تاریخ ، علم و تعلیم و تربیت

- ♦ تاریخ فقط با استفاده از اسناد و مدارک ارائه می شود و قطعیت علوم تجربی را ندارد.
- ♦ تعلیم و تربیت همزمان با سکنی گزینی بشر روی زمین آغاز شده است.
- ♦ بشر اولیه از دانش محدود خود جهت تسلط بر طبیعت استفاده می کرده است.
- ♦ آداب و رسوم بشر اولیه دارای هدفی پویا در جهت زندگی بهتر بود.

تاریخ و تربیت بدنی

- ◆ دلایل میل برافزایش تواناییهای بدنی بشر اولیه
- ◆ اعتبار بالای داشتن بدنی قوی با مهارتهای ویژه
- ◆ نیازهای جسمی
- ◆ نیاز به اهمیت
- ◆ شکار حیوانات
- ◆ نیاز به مسکن



فصل دوم

اهداف کلی و رفتاری :

- ◆ شناخت ارتباط تاریخ ، فرهنگ و دین.
- ◆ آگاهی از تحولات اجتماعی.
- ◆ توصیف تاریخ ، سیاست ، اقتصاد تاثیر متقابل آنها.
- ◆ آگاهی از تحولات تاریخی ورزش.

موضوعات انتخابی برای تعلیم فرزندان انسانهای اولیه

♦ تعلیمات مسائل ایمنی و زیستی

♦ تعلیمات راه و رسم زندگی اجتماعی

♦ تعلیمات مذهبی و جهان آفرینش

♦ تعلیمات قدرت سخنوری ، بیان و مراسم ها



تاریخ ، فرهنگ و دین

- ◆ ابعاد فردی انسان از دیدگاه استاد مطهری :
- ◆ استقلال انسان بعد فردی اوست (بعد اول انسان).
- ◆ زندگی در اجتماع بعد اجتماعی اوست و انسان نمی تواند جدا از اجتماع زندگی کند (بعد دوم انسان).
- ◆ بعد مذهبی انسان بعد جهانی و الهی اوست (بعد سوم انسان) یعنی قرب به سوی غایت و تکامل.

نقشها و علل تحولات تاریخ

- ◆ نوابغ (پیامبران و رهبران دینی و دانشمندان)
- ◆ علوم
- ◆ اختراعات
- ◆ نژاد
- ◆ رهبران دینی

تاریخ و نهاد اجتماعی ورزش

- ♦ تنوع گرایش انسانها به ورزش
- ♦ ورزشکاران
- ♦ تماشاگران (از المپیک بارسلون 3/5 میلیارد بیننده تلویزیونی بازیها را تماشا کردند)
- ♦ مصرف کنندگان ابزار و پوشاک ورزشی (طبق آمار سازمان ملل 15 تا 70 درصد جمعیت کشورهای در برمی گیرد .
- ♦ باشگاهها ، فدراسیونها و مسابقات محلی ، ملی و بین المللی
- ♦ توجه روزنامه های ورزشی

ورزش و بازتاب ارزشهای مطلوب اجتماعی

- ◆ زمینه تحرک و ترقی اجتماعی و ابزارهای اساسی برای یادگیری و جامعه پذیری.
- ◆ رهایی افراد شرکت کننده از فشارهای زندگی.
- ◆ فرصتی برای تحقق توانایی های فردی.
- ◆ تقویت قانون پذیری بدون توجه به امتیازات.
- ◆ زمینه پیوند های دوستانه و برادرانه .

تاریخ ، اقتصاد و سیاست

- ◆ تبدیل ورزش به صنعت با توجه به اختصاص 1 تا 3 درصد تولید ناخالص ملی کشورها.
- ◆ بخدمت گرفتن رسانه های ملی جهت تامین منابع مالی.
- ◆ بین المللی شدن ورزش و آشکار شدن تفاوت کشورهای صنعتی و کشورهای عقب مانده.
- ◆ خروج ورزشکاران قهرمان از کشورهای توسعه نیافته به کشورهای صنعتی .

مهمترین مشکلات ورزش در جهان سوم

- ◆ فقدان هدایت علمی و فناوری متناسب با ورزش.
- ◆ عدم تعادل ورزش قهرمانی با ورزشهای همگانی.
- ◆ ترک ورزشهای سنتی کشور و گرایش به ورزشهای مدرن (کشور نیجریه).
- ◆ جایگاه ورزش بانوان.

فصل سوم

اهداف کلی و رفتاری :

- ◆ شناخت دیدگاه اسلام در خصوص ریاضت تن.
- ◆ آگاهی از نظرات دین مبین اسلام درباره ورزش.
- ◆ آگاهی از چگونگی برخورد بزرگان دین با تربیت بدنی و ورزش.

تربیت بدنی از دیدگاه اسلام

- ♦ بخشی از نظام تربیتی و تعلیمات اسلامی است.
- ♦ تلاشی است در جهت سلامت بدن و بدنبال آن انجام وظائف ایمنی ، اجتماعی ، سیاسی است .
- ♦ زمینه ای جهت حفظ موازنه.
- ♦ تلاشی است جهت رسیدن به اهداف بلند انسانی که همان غایت الهی است .

اهمیت ورزش تیراندازی در اسلام

- ♦ تیراندازی رکن اصلی استراتژی تمرینات نظامی است (پیامبر اکرم "ص").
- ♦ میدان تیراندازی باغی است از باغهای بهشت (پیامبر اکرم "ص").
- ♦ در جنگهای مسلمین با استفاده از روش تیراندازی راه دشمن مسدود می شد که بسیار حایز اهمیت بود.
- ♦ دلایل غلبه سپاه اسلام به رومیان تیراندازی خوب سپاهان اسلام بود (جرجی زیدان).

اهمیت ورزش اسب سواری و شنا در اسلام

- ♦ مسلمانان در مسابقات اسب دوانی در میدان (10x10 حلبه) به رقابت می پرداختند (جرجی زیدان).
- ♦ به فرزند خود شنا و تیراندازی بیاموزید (پیامبر اکرم "ص").
- ♦ تاکید قرآن به مومنان در سوره انفال جهت تسویه کفار با استفاده از ادوات جنگی و اسب سواری.
- ♦ شرکت پیامبر "ص" در مسابقات اسب دوانی با قاطر معروف به گوش شکسته.

فصل چهارم

اهداف کلی و رفتاری :

♦ آگاهی از تاریخ تربیت بدنی یونان باستان.

♦ آگاهی از وضعیت تربیت بدنی در دوره های هومری و اسپارت.

♦ آگاهی از برنامه های آموزشی تربیت بدنی در آتن قدیم و جدید.

تربیت بدنی در یونان

♦ دوره هومری

♦ دوره اسپارت

♦ دوره آتن قدیم

♦ دوره عصر طلایی در یونان جدید

آموزش تربیت بدنی در عصر هومری

- ◆ بیشتر جنبه تقلیدی و فراگیری از بزرگترها داشت.
- ◆ کودکان مسابقات، مراسم ترحیم و بازیها را نظاره می کردند و با مهارتهای آن آشنا می شدند.
- ◆ منسترها شکار، ژیمناستیک و تاکنیک نظامی به جوانان آموزش می دادند.
- ◆ جوایز بیشتر جنبه افتخاری برای متوفی داشت.

تاریخ تربیت بدنی در دوره اسپارت ها

- ♦ هدف اصلی تعلیم و تربیت آماده ساختن کودکان برای شغل سپاهگیری بود .
- ♦ ژیمناستیک پایه اساسی فعالیتهای ورزشی بود .
- ♦ برنامه اسپارتهای جدی و دشوار بود.
- ♦ بر اساس علاقه اسپارتهای منابع مالی صرف ساخت میادین و تاسیسات ورزشی می شد.

تربیت بدنی در آتن قدیم

- ◆ مدارس کشتی یا پالاسترا و موسیقی یا دیدالسکائوم فقط برای پسران وجود داشت.
- ◆ تربیت بدنی به منظور تربیت سپاهیگری بود.
- ◆ آموزشهای اخلاقی حائز اهمیت بود.
- ◆ المپیک سال 776 پیش از میلاد به افتخار زئوس برگزار شد.
- ◆ مسابقات استیمن - پی تین و نی مین که به پن هلینگ شهرت داشتند برگزار می شد.

تاریخ تربیت بدنی در آتن جدید (عصر طلایی)

- ♦ از جنگ یونان و ایران تا فتح یونان بوسیله اسکندر را شامل می شود .
- ♦ آموزش و پرورش بر تعالی و ترقی فرد استوار بود .
- ♦ آموزش و پرورش بیشتر به مسائل عمومی و اجتماعی توجه داشت تا فعالیت جسمانی .
- ♦ اماکن ورزشی به تمرینات خشن نپرداخته و صرفاً فرح بخش داشت .

برنامه آموزش تربیت بدنی آتن جدید

♦ متاثر از دوران قدیم ابتدا کمتر به تربیت بدنی اهمیت داده می شد .

♦ جنگ با ایران گرایش به تربیت بدنی را بیشتر کرد .

♦ دو با سلاح ، ژیمناستیک ، سوار کاری ، پرتاب نیزه مورد توجه بود .

♦ در اواخر دوران آتن جدید مدرسه نوجوانان برنامه دوساله تربیت بدنی داشتند .

فصل پنجم

اهداف کلی و رفتاری :

♦ آگاهی از وضعیت تربیت بدنی در:

♦ مصر قدیم

♦ روم

♦ چین باستان

♦ هند

♦ ایران باستان



تربیت بدنی از مصر قدیم

- ◆ موقعیت مکانی کشور پیشرفت فراوانی را موجب گردید .
- ◆ مهد تمدن بشری نام گرفته است .
- ◆ تعلیم و تربیت ، با اهداف زندگی مردم هماهنگ بود .
- ◆ آموزش و پرورش به تربیت سربازان جنگی همت می گماشت .

برنامه های تربیت بدنی در مصر قدیم

♦ در مدارس درسی برای تربیت بدنی منظور نشده بود .

♦ اولیاء و معلمان خصوصی آموزشی مهارت های بدنی را اجرا می کردند

♦ کشتی ، رقص ، ژیمناستیک از رشته های پرطرفدار بود .

♦ گاو بازی از سرگرمی های مورد علاقه مصریان بود .

تاریخ تربیت بدنی در روم

- ♦ تعلیم و تربیت بیشتر در خانه انجام می شد .
- ♦ جوانان هم در همه امور شاگرد پدران خود بودند .

- ♦ از سال 300 قبل از میلاد مدارس ابتدائی ایجاد اما توجهی به تربیت بدنی نداشت .
- ♦ با آمدن امپراطور روم جدید و تماس با یونانیان آموزش به صورت قوی دنبال می شد .

برنامه آموزشی تربیت بدنی روم

- ♦ ابتدا جوانان صرفاً "جهت سلامتی به تمرین می پرداختند .
- ♦ بازی با توپ ، ارابه رانی و اسب رانی از سرگرمیهای مهم بود .
- ♦ مبارزات خشن بصورت گلاادیاتوری بسیار مورد توجه بود .
- ♦ تمرینات بدنی در جهت اهداف نظامی و سپاهگیری بود .

تاریخ تربیت بدنی در چین باستان

- ◆ بیشتر به اندیشیدن تشویق می شدند تا ورزش .
- ◆ کالجها و مدارس هزار سال پیش از میلاد وجود داشتند .
- ◆ تربیت بدنی بیشتر در مدارس نظامی جهت تربیت جنگجو وجود داشت .
- ◆ جهت انتخاب رهبر کشور مهارت های سوار کاری و تیراندازی با کمان مورد توجه بود .

تاریخ تربیت بدنی در هند

- ♦ در امر آموزش و پرورش مشیت الهی را جاری و نافذ می دیدند .
- ♦ بیشتر در اندیشه زندگی جاوید بودند .
- ♦ بالاترین طبقه یعنی برهمن ها به شغل روحانگیری و معلمی می پرداختند .
- ♦ جنگجویان و دهقانان در طبقات دوم و سوم به سپاهگیری می پرداختند .
- ♦ کارگران طبقه چهارم جامعه به خدمتگذاری مشغول می شدند .

برنامه آموزش تربیت بدنی در هند

- ♦ در دوران امپراطوری مسیحی به تمرینات نظامی بویژه تمرین تیراندازی با کمان پرداخته می شد .
- ♦ در دوره حکومت بودائیان مناسبتهای آموزشی به معابد واگذار شد .
- ♦ تمرینات پرانایام ، سوریاناماسکار و یوگا انجام می شد .
- ♦ نظامیان در قرون اخیر چوگان را به هند بردند .

تاریخ و برنامه آموزش و تربیت بدنی در ایران باستان

- ♦ در مشرق زمین تنها کشوری بود که بیشترین اولویت را به تربیت بدنی داد .
- ♦ آموزش و پرورش عمومی به تربیت بدنی محدود می شد (به جز برای طبقات شاهزادگان و اشراف).
- ♦ از 7 سالگی تحصیل آغاز و تا 15 سالگی به فراگیری فنون نظامی پرداخت می شد .
- ♦ ایرانیان از 5 تا 7 سالگی سواری ، تیرو کمان و اصول راستگوئی می آموختند (هرودوت) .

فصل ششم

اهداف کلی و رفتاری :

♦ آگاهی از وضعیت تربیت بدنی در قرون وسطی.

♦ آگاهی از اهداف تربیت بدنی در دوران شروع دین مسیحیت.

♦ آگاهی از تاریخ تربیت بدنی دوره فئودالیسم.

تربیت بدنی در قرون وسطی

- ♦ با تسلط بربرها تعلیم و تربیت تعطیل شد .
- ♦ حکومت شش قرن بربرها از تاریک ترین دوران تمدن بشر بود .
- ♦ با اتمام دوره بربرها حرکت بسوی تمدن مترقی آغاز شد.
- ♦ موسسات آموزشی و دانشگاهی توسعه پیدا کرد که خود مدیون کلیساها ، فئودالیسم ، شهرها و نهادهای اجتماعی بود .

تربیت بدنی در آغاز دوره مسیحیت

- ♦ اهداف آموزش و پرورش تربیت اعتقادی و اخلاقی فرزندان بود .
- ♦ کلیساها جسم و تن را شیطان تلقی می کردند .
- ♦ ورزش را جزء آیین بت پرستی دانسته و مبارزات رومیان برای آنان تداعی می شد.
- ♦ بندیکت روسی قانونگذار رهبانیت غرب با نکوهی و تنبلی گرایش به تربیت بدنی را عملی نمود .

تربیت بدنی در دوره شوالیه گری

- ◆ طبقه نجبا آموزش شوالیه گری و مذهبی داشتند .
- ◆ پسرها تا هفت سالگی در خانه و از هشت سالگی رسماً آموزش را شروع می کردند .
- ◆ هفت تا چهار سالگی شاگردی و چهارده تا بیست و یک سالگی سلحشوری را آموزش می دیدند .
- ◆ پاپ الکساندر سوم مسابقات را تحریم کرد .

تربیت بدنی در دوران فئودالیسم

- ◆ شهرنشینان به امر تعلیم و تربیت می پرداختند .
- ◆ توجه بیشتر به امور نظامیگری بود .
- ◆ کودکان انگلیسی در اواخر سده ی میانه به شکار ، کشتی ، تیراندازی و پرتاب سنگ علاقه نشان می دادند .
- ◆ علیرغم مقررات ادوارد سوم، مردم به آموزش و تمرین ورزشی می پرداختند .

تربیت بدنی در قرون وسطی

- ◆ آشنائی اروپا با تمدن پیشرفته شرق در اثر جنگهای صلیبی.
- ◆ از اواخر قرن ادوارد مدارس ، کلیساها به علوم ریاضی ، نجوم و پزشکی روی آوردند .
- ◆ ورزشها بیشتر جهت تحرک عامل روحانی بود .
- ◆ ورزش بیشتر جنبه هنری داشته و به تدریج اولین اولویت مدارس شد.

فصل هفتم

اهداف کلی و رفتاری :

♦ آگاهی از وضعیت تربیت بدنی در کشورهای:

♦ آلمان ، سوئد و انگلستان.

♦ اتریش ، اسپانیا و دانمارک .

♦ ایتالیا ، فرانسه و رومانی .



تاریخ تربیت بدنی در آلمان

- ◆ کشور آلمان تحت تاثیر انقلاب فرانسه از اوایل قرن نوزدهم تشکیل شد .
- ◆ تربیت بدنی متاثر از خدمات سیاسی متحول می شد .
- ◆ فردریخ لودویگ جان ، تربیت بدنی را بنیان نهاد .
- ◆ سال 1842 تربیت بدنی مورد حمایت جدی دولتی قرار گرفت .
- ◆ مدارس از سال 1865 به ورزشگاه مجهز شدند .

بانیان گسترش تربیت بدنی در آلمان

- ◆ اسپیس پایه گذار ورزش در مدارس شد .
- ◆ هوگو روشتاین ورزش سوئدی را رواج داد .
- ◆ کونارد کوخ ، اگوست هران و شنکندورف ورزش پهلوانی را رواج دادند .
- ◆ فیشر رهبر جنبش جوانان را به عهده داشت .
- ◆ شرمن راه پیمائی طولانی را براه انداخت .



تاریخ تربیت بدنی در سوئد

- ◆ پس از جنگهای ناپلئون میل به تمرینات نظامی ایجاد شد .
- ◆ لینگ از مشاهیر معروف ورزش و مسئول تمرینات ورزشی نظامی بود.
- ◆ لینگ مرکز توانبخشی معلولین را ایجاد و طنابهای افقی ، عمودی ، مورب و خرک را ابداع کرد .
- ◆ برانتینگ طب ورزش را رواج و توسعه داد .



دیدگاه فورس در ورزش سوئد

- ♦ تقسیم ورزش مصنوعی به ورزش نظامی ، قهرمانی و طبی .
- ♦ ورزش نظامی را مخصوص نظامیان می دانست.
- ♦ ورزش قهرمانی را بیشتر برای آموزش و پرورش و شامل دو ، پرش ، پرتاب دیسک ، نیزه و کشتی بود .
- ♦ وی ارزش تعلیماتی ورزش را به توانائی معلم می دانست .

تاریخ تربیت بدنی در انگلستان

- ◆ انجمن ملی میدانهای بازی اشاعه دهنده ورزش بود.
- ◆ آب و هوای سرد و اوقات فراغت زیاد علت اصلی گرایش مردم این کشور به ورزش بود.
- ◆ فازغ التحصیلان مدرسه ورزش سوئد آموزش تربیت بدنی کشور را برعهده گرفتند.
- ◆ در 1918 درس تربیت بدنی در مدارس الزامی شد.
- ◆ باشگاههای فوتبال و کریکت مسابقات آماتور برگزار می کردند.

تاریخ تربیت بدنی اتریش

- ◆ در جنگ جهانی ورزش بیشتر جنبه نظامی داشت.
- ◆ پس از جنگ ورزشهای آماتوری و مسابقات تفریحی مورد توجه قرار گرفت .
- ◆ سال 1913 دوره دو ساله تربیت معلم ورزش مدارس تاسیس شد
- ◆ دوره دو ساله به چهارساله تبدیل و دروس تشریحی ، تاریخ ، فلسفه ، مکانیزاسیون بدن و اصول تربیت بدنی آموزش داده می شد .

تاریخ تربیت بدنی در اسپانیا

- ♦ ورزش منحصر به سه دسته آقایان ، بانوان و ارتش بود .
- ♦ ژیمیناستیک تمامی برنامه ورزش مدارس را بخود اختصاص داده بود .
- ♦ آموزش و پرورش مسئول ورزش مدارس و دانشگاهها بود .
- ♦ ورزش خارج مدارس به عهده کمیته ملی المپیک ، آموزش و پرورش ، وزارت کار و کشور و جشن ملی اسپانیا بود.
- ♦ 1940 ورزش مدارس اجباری شد و فوتبال در رأس ورزشها بود .

تاریخ تربیت بدنی دانمارک

- ♦ سال 1804 تشکیلات ورزش شکل گرفت .
- ♦ ناچکال مدیر انجمن ورزش نظامی ، برنامه های ورزشی را تدوین می کرد .
- ♦ مشکل انتخاب افراد نظامی باعث اجباری شدن ورزش مدارس شد .
- ♦ بیشتر اهداف نظامی ورزشی تعقیب می شد .
- ♦ با تأسی از انگلستان ورزش عامل وحدت تلقی شد .
- ♦ انجمن زمینهای کپنهاک و کمیته های توسعه ورزش گروهی مدارس تشکیل شد .

تاریخ تربیت بدنی در ایتالیا

- ◆ پس از جنگ اداره تربیت بدنی (ا.و. ان. بی) تشکیل شد.
- ◆ سازمانهای بالیلا و اوانکوارد سیتی مخصوص پسران و پیکول ایتالین و جیوانی ایتالین مخصوص برنامه دختران تشکیل شد.
- ◆ میزبانی المپیک 1944 که بدلیل جنگ برگزار نشد، باعث تحول در ورزش این کشور شد.
- ◆ تربیت بدنی در مدارس الزامی است.

تاریخ تربیت بدنی فرانسه

- ◆ قبل از جنگهای متعدد مدارس دینی ، علم و دانش و تربیت بدنی دایر بود
- ◆ پیاده روی ، کوه پیمایی ، چوگان از ورزشهای مورد علاقه بود.
- ◆ ری گولت آغاز گر تدریس تربیت بدنی در مدارس بود .
- ◆ سال 1920 گذراندن درس تربیت بدنی اجباری شد .

تاریخ تربیت بدنی رومانی

- ♦ سال 1864 درس عملی تربیت بدنی در مدارس تاسیس شد.
- ♦ سال 1879 سیستم سوئدی بطور کامل پیاده شد .
- ♦ پس از جنگ جهانی دوم ورزش مدارس اجباری شد .
- ♦ دانشگاهها مسؤلیت تربیت معلمان ورزش را بعهده گرفتند .

فصل هشتم

اهداف کلی و رفتاری :

- ◆ آگاهی از تاریخ تربیت بدنی در آمریکا.
- ◆ آگاهی از روند رشد ورزش در آمریکای جدید.
- ◆ آگاهی از وضعیت تربیت بدنی در استرالیا.
- ◆ آگاهی از وضعیت تربیت بدنی در آفریقای جنوبی.

تاریخ تربیت بدنی آمریکا

- ♦ در عهد باستان تعلیم و تربیت در خانه ها بود و تربیت بدنی جایگاهی نداشت .
- ♦ زندگی مردم با کار و فعالیت زمينه حضور تربیت بدنی را فراهم نمود .
- ♦ فرانکلین، مدرسه فیلادلفیا را تاسیس و برنامه های تربیت بدنی را در نظر گرفت .
- ♦ وبستر اولین کسی بود که درس تربیت بدنی را جزء دروس الزامی قرار داد .

آموزش تربیت بدنی در جمهوری جدید آمریکا

◆ سیستم ژیمناستیک آلمان

◆ سیستم بیچر مخصوص دختران

◆ سیستم لیوایز (ورزش سبک و بدون وسیله)

◆ دکتر دادلی سارجنت (برنامه ورزشهای سوئدی، آلمانی و سبک، بدون وسیله و تفریحی بود)

مرتضی رضایی صوفی عضو هیأت علمی گروه تربیت بدنی



تربیت بدنی آمریکا در قرن بیستم

- ◆ بر پایه ورزشهای سوئدی بود .
- ◆ در درمان بیماران از ورزش سوئدی بهره می بردند .
- ◆ تربیت بدنی شامل حرکات دست جمعی و ژیمناستیک در برنامه های آموزشی تثبیت شد .
- ◆ در قرن بیستم خصوصیات جسمی و روحی جوانان بیشتر مورد توجه قرار گرفت .
- ◆ مسابقات ورزشی و تحقیقات علمی ورزش گسترش پیدا کردند.

تاریخ تربیت بدنی در استرالیا

- ◆ سیستم آموزش دولتی در سال 1848 تاسیس شد .
- ◆ تربیت بدنی مدارس متاثر سیستم سوئدی و در متوسطه متاثر از مدارس انگلیسی بود .
- ◆ پس از جنگ جهانی اول تربیت بدنی مورد توجه قرار گرفت .
- ◆ سال 1938 شورای تندرستی ایجاد شد .
- ◆ عضویت در انجمن نجات غریق استرالیا از افتخارات مردم این کشور است .

تاریخ تربیت بدنی در آفریقای جنوبی

- ◆ تحصیل از 7 سالگی برای سفیدپوستان اجباری ولی برای سیاه پوستان اجباری نبود .
- ◆ از اواسط قرن نوزدهم موسسات آموزشهای تربیت بدنی شروع به کار کردند .
- ◆ بتدریج تربیت بدنی در مدارس اجباری شد .
- ◆ شورای ملی نمایندگان چهاراستان مسئول اشاعه تربیت بدنی بودند .
- ◆ ورزش رگبی و جک اسکی طرفداران زیادی در آفریقای جنوبی دارد.

فصل نهم

اهداف کلی و رفتاری :

- ♦ آگاهی از تاریخچه ، تشکیلات و آموزش عالی تربیت بدنی چین.
- ♦ آگاهی از اهداف تربیت بدنی در کشور سوریه.
- ♦ آگاهی از وضعیت تربیت بدنی تایلند، اندونزی و فلیپین.
- ♦ آگاهی از تاریخچه و روند توسعه تربیت بدنی در ژاپن.

تاریخ تربیت بدنی در چین

- ◆ اوایل دهه پنجاه تربیت بدنی به دو شکل عمومی و قهرمانی بود .
- ◆ توسعه ورزش در قانون اساسی چین به صراحت تاکید می شد .
- ◆ هدف تربیت در چین به شکل زیر ترسیم شده بود :
 - ◆ 1- تقویت عمومی جسم و بهبود سلامتی مردم .
 - ◆ 2- ارتقاء سطح نیازها و فنون قهرمانی .
 - ◆ 3- ایجاد تمدن مصنوعی در خدمت به سوسیالیسم

توسعه ورزش همگانی در چین

- ◆ وظیفه اداره ورزش همگانی به عهده بخش ورزشی توده ای (عمومی) است.
- ◆ پنج شعبه ورزش عمومی شامل:
 - ◆ 1- ورزش کارگزاران و کارمندان
 - ◆ 2- ورزش روستا
 - ◆ 3- ورزش مدارس تا دانشگاه
 - ◆ 4- ورزش جامعه
 - ◆ 5- آموزش اوقات فراغت

چگونگی ارتقاء سطح استاندارد های ورزش چین

- ◆ چین کهن با شرکت در سه المپیک فقط یک ورزشکار پرش با نیزه را در مرحله نهائی دید .
- ◆ با برنامه ریزی گسترده 280 رکورد جهانی و در 157 مسابقه به قهرمانی رسیدند .
- ◆ اکنون 20000 مربی و 1600000 داور مشغول به کار هستند.
- ◆ با ایجاد مراکز علمی و پژوهشی جهش مثبتی در تربیت بدنی ایجاد شد.

تاریخ تربیت بدنی تایلند

- ♦ تا قرن نوزدهم آثار تعلیم و تربیت محسوس نبود .
- ♦ دهه دوم قرن نوزدهم دوره ابتدایی اجباری شد .
- ♦ تربیت بدنی زیر نظر آموزش و پرورش اداره می شود .
- ♦ تربیت بدنی در مدارس و حتی دو سال اول دانشگاه جزء دروس اجباری است .
- ♦ برنامه ورزش مدارس ژیمناستیک و مسابقات ورزشی است .

ورزش همگانی در تایلند

شامل شش طرح اصلی :

- 1- توسعه ورزش همگانی
- 2- پیشبرد ورزش ها برای تمام سنین
- 3- توسعه مکانهای ورزش همگانی
- 4- توسعه فنی و تقسیمات آن
- 5- تشویق رهبران گروهها جهت شرکت در ورزش
- 6- ورزش همگانی برای تندرستی و تفریح در مقابل ورزش قهرمانی

تاریخ تربیت بدنی در اندونزی

- ◆ بعد از استقلال سال 1950 آموزش و پرورش رسمیت یافت.
- ◆ برنامه های تربیت بدنی توسط آموزش و پرورش انجام می گیرد .
- ◆ پیش از برقراری جمهوری تربیت بدنی جزء درسهای اجباری شد .
- ◆ ورزش مهارت دفاعی پنتیاک مورد علاقه مردم است.
- ◆ سال 1957 شورای ملی تربیت بدنی ایجاد شد .

تاریخ تربیت بدنی ژاپن

- ♦ تا اواخر قرن نوزدهم برنامه ها تربیت بدنی نظامی بود .
- ♦ از سال 1871 سیستم سوئدی در مدارس اجرا شد .
- ♦ در سال 1913 اداره تربیت بدنی در مدارس تشکیل شد .
- ♦ اولین حضور ژاپن در مسابقات المپیک 1912 استکهلم بود .
- ♦ از سال 1945 در مدارس و 1949 تربیت بدنی در دانشگاهها اجباری شد .
- ♦ کاراته ، جوجیستینو وسومو از ورزشهای سنتی مورد علاقه مردم بودند .

تاریخ تربیت بدنی در فیلیپین

- ♦ از سال 1901 با تسلط آمریکا آموزش ابتدایی اهمیت داده شد .
- ♦ درس تربیت بدنی ابتدائی اجباری و دانشگاهها دو ساعت در هفته موظف به شرکت در کلاسهای ورزشی شدند .
- ♦ سال 1912 فدراسیون ورزشهای آماتوری تشکیل شد .
- ♦ سال 1933 رشته تربیت بدنی مقطع کارشناسی دانشگاهها تاسیس شد .

فصل دهم

اهداف کلی و رفتاری :

- ◆ شناخت وضعیت حاکم بر تربیت بدنی در فرهنگ گذشته ایران.
- ◆ آگاهی از چگونگی شکل گیری نهادهای ورزشی در ایران.
- ◆ آگاهی از سیر تحول تحصیلات تکمیلی و آموزش عالی در ایران.
- ◆ آگاهی از تشکیلات سازمان تربیت بدنی ایران.

جریان‌های فرهنگی سده‌های اخیر در ایران

- ♦ در طی جنگ جهانی اول مورد تهاجم کشورهای ترکیه ، روسیه و انگلستان قرار گرفت.
- ♦ در جنگ جهانی دوم با توجه به بی طرفی باز هم مورد تهاجم قرار گرفت .
- ♦ استعمارگران در انحطاط فرهنگ اصیل ایران از فعالیت های سیاسی - نظامی ، سیاسی - مذهبی و سیاسی - فرهنگی تلاش گسترده ای نمودند .

تربیت بدنی در رژیم پهلوی

- ♦ در زمان رضا خان در سال 1933 انجمن ملی تربیت بدنی وابسته به غرب تشکیل شد .
- ♦ ریاست عالی انجمن به عهده رضا خان ریاست آن را حسین علاء به عهده داشت.
- ♦ سمیعی ، بازار گاد ، صالح ، ابتهاج و علاء به ترتیب ریاست انجمن را عهده دار شدند .
- ♦ بازار گاد به کفالت سازمان تربیت بدنی منصوب و تربیت بدنی را پایه ریزی کرد .

مهمترین فعالیت انجمن ملی تربیت بدنی چه بود؟

- 1- استخدام کارشناسی تربیت بدنی از آمریکا.
- 2- احداث ساختمان برای دفتر انجمن .
- 3- تربیت ورزشکاران داوطلب برای مقررات ورزشی و پیشاهنگی و اشاعه آن.
- 4- کوشش جهت شرکت در مسابقات 1936 المپیک برلین.
- 5- تشکیل سازمان پیشاهنگی.

تربیت بدنی در آموزش و پرورش و آموزش عالی

- ◆ تاسیس دارالفنون آموزش و پرورش را شکوفا کرد .
- ◆ سال 1306 مجلس یک ساعت ورزش روزانه را اجباری کرد .
- ◆ سال 1315 و 1314 گیبسون اولین قدم در تربیت مربیان ورزشی را برداشت .
- ◆ سال 1316 دانشگاههای تهران و سال 1330 دانشسرای تربیت بدنی اصفهان تاسیس شد.

تشکیلات سازمان تربیت بدنی در ایران

- ◆ قبل از انقلاب زیر نظر خاندان پهلوی و افسران درباری بود.
- ◆ بعد از انقلاب ریاست سازمان ابتدا زیر نظر معاون نخست وزیر و اکنون زیر نظر معاون رئیس جمهور است.
- ◆ معاونت فنی امور فدراسیونها که برنامه ریزی و فعالیت فدراسیونهای مختلف را هدایت می کند.
- ◆ از سایر معاونتها می توان امور استانها، اداری و مالی، فرهنگی را نام برد.

فصل یازدهم

اهداف کلی و رفتاری:

- ◆ آگاهی از چگونگی پیدایش نهضت المپیک.
- ◆ شناخت اهداف المپیک.
- ◆ آگاهی از تاریخ المپیادهای باستان.
- ◆ آگاهی از تاریخچه بازیها.

نهضت المپیک

- ♦ دو کوبرتن در سال 1894 در پاسخ به بحران های فرانسه المپیک را بنیان نهاد.
- ♦ پیش از 190 کمیته ملی المپیک (NOCS) به نهضت المپیک پیوسته اند .
- ♦ هر کشور جهت تاسیس المپیک باید حداقل 5 نوع ورزش داشته باشد.
- ♦ کمیته بین المللی عالی ترین مرجع حل و فصل غیر فنی بازیها و نهضت المپیک است .

اهداف المپیک

1- ترویج ویژگی های اخلاقی و جسمانی

2- تعلیم و تربیت جوانان جهت تفاهم بیشتر

3- ترویج اصول المپیک و ایجاد خیر خواهی جهانی

4- گرد هم آوردن ورزشکاران جهان در یک فستیوال عظیم
چهارساله ورزش

نشانه های المپیک

- ◆ حلقه ، پرچم و شعار
- ◆ حلقه ها به رنگ آبی ، زرد ، سیاه ، سبز و قرمز که در پرچم کشورها حداقل یکی از رنگها وجود دارد .
- ◆ پرچم نشان از اتحاد پنج قاره جهان دارد و اولین بار در سال 1920 به اهتزاز درآمد .
- ◆ شعار المپیک سریعترین ، بالاترین و قویترین می باشد.

رویدادهای عمومی المپیادهای باستانی

- ◆ رویداد المپیک همراه با مسائل مذهبی بود .
- ◆ دست فروشها و بازاریها آخرین گروه ورودی به بازیهای المپیک بودند.
- ◆ اختلافات قوم و قبیله ای به هر شکل در ایام المپیک خاتمه می یافت .
- ◆ یونانیان باستان کوه المپیک را مقدس می شمردند.

رویدادهای ورزشی المپیادهای باستان

- ◆ کروئبوس اولین قهرمان المپیک در سال 776 پیش از میلاد بود.
- ◆ ورزشهای سبک شامل دوها، پرتابها، پرشها انجام می گرفت.
- ◆ مسابقات هر چهار سال یک بار و در حدود 1200 سال بدون وقفه جریان داشته است.

بازیهای المپیک جدید

دوره	محل برگزاری	تاریخ برگزاری	تعداد کشورهای شرکت کننده
چهاردهم	لندن	1948	59
پانزدهم	هلسینکی	1952	69
شانزدهم	ملبورن	1956	67
هفدهم	رم	1960	83
هجدهم	توکیو	1964	93
نوزدهم	مکزیکوسیتی	1968	112
بیستم	مونخ	1972	122
بیست و یکم	مونترال	1976	92

مرتضی رضایی صوفی عضو هیأت علمی گروه تربیت بدنی

بازیهای المپیک جدید

تعداد کشورهای شرکت کننده	تاریخ برگزاری	محل برگزاری	دوره
81	1980	مسکو	بیست و دوم
140	1984	لس آنجلس	بیست و سوم
160	1988	سئول	بیست و چهارم
172	1992	بارسلون	بیست و پنجم
197	1996	آتلانتا	بیست و ششم
199	2000	سیدنی	بیست و هفتم
-	2004	آتن	بیست و هشتم

مرتضی رضایی صوفی عضو هیأت علمی گروه تربیت بدنی

فصل دوازدهم

اهداف کلی و رفتاری :

- ◆ آگاهی از چگونگی پیدایش پارالمپیک.
- ◆ آگاهی از تاریخچه ورزش معلولین.
- ◆ شناخت اهداف پارالمپیک.
- ◆ تاریخچه حضور ایران در بازیهای پارالمپیک.

بازیهای المپیک زمستانی

- ◆ کوبرتن مخالف برگزاری دوگانه المپیک بود.
- ◆ فشار کشورها بخصوص کشورهای اسکاندیناوی منجر به تشکیل بازیهای المپیک زمستانی شد .
- ◆ بازیهای توردویک از سال 1901 تا 1926 برگزار شد .
- ◆ رشته ها شامل اسکی ، صحرانوردی ، پرش با اسکی ، اسکی با چوگان و هاکی روی یخ برگزار شد .

بازیهای المپیک زمستانی

دوره	محل برگزاری	تاریخ برگزاری	تعداد کشورهای شرکت کننده
اول	فرانسه	1924	16
دوم	سوئیس	1928	25
سوم	آمریکا	1932	17
چهارم	آلمان	1936	28
پنجم	سوئیس	1948	28
ششم	نروژ	1952	22
هفتم	ایتالیا	1956	32
هشتم	آمریکا	1964	30
نهم	اتریش	1968	36

مرتضی رضایی صوفی عضو هیأت علمی گروه تربیت بدنی

بازیهای المپیک زمستانی

تعداد کشورهای شرکت کننده	تاریخ برگزاری	محل برگزاری	دوره
37	1968	فرانسه	دهمین
35	1972	ژاپن	یازدهمین
37	1976	اتریش	دوازدهمین
37	1980	آمریکا	سیزدهمین
49	1984	یوگسلاوی	چهاردهمین
57	1988	کانادا	پانزدهمین
67	1994	نروژ	شانزدهمین
72	1998	ژاپن	هفدهمین
85	2002	آمریکا	هجدهمین

مرتضی رضایی صوفی عضو هیأت علمی گروه تربیت بدنی

ایران در بازیهای المپیک

تعداد کشورهای شرکت کننده	تاریخ برگزاری	محل برگزاری	دوره
2	1952	استوک مندویل	اول
23	1960	ایتالیا	دوم
22	1964	ژاپن	سوم
24	1968	رژیم اشغالگر قدس	چهارم
44	1972	آلمان	پنجم
42	1976	کانادا	ششم
42	1980	هند	هفتم
42	1984	استوک مندویل و نیویورک	هشتم
61	1988	کره جنوبی	نهم
82	1992	اسپانیا	دهم
103	1996	آمریکا	یازدهم
127	2000	استرالیا	دوازدهم

مرتضی رضایی صوفی عضو هیأت علمی گروه تربیت بدنی

ایران در بازیهای المپیک

نتایج و توضیحات	محل برگزاری	دوره و سال
در کشتی یک مدال طلا و دو برنز و در وزنه برداری یک طلا و یک نقره بدست آمد.	مکزیکوسیتی	نوزدهم ۱۹۶۸
در وزنه برداری یک مدال نقره و در کشتی آزاد یک برنز و در فرنگی یک نقره بدست آمد.	مونبخ	بیستم ۱۹۷۲
یک مدال نقره و یک برنز حاصل کار تیم ایران بود.	مونترال	بیست و یکم ۱۹۷۶
به دلیل سیاستهای استکباری حکومتهای میزبان، ایران در این دوره از بازیها شرکت نکرد.	مسکو نس آنجلس	بیست و دوم ۱۹۸۰ و بیست و سوم ۱۹۸۴
با کسب یک مدال نقره در کشتی آزاد به مقام سی و پنجم رسید.	سنول	بیست و چهارم ۱۹۸۸
ایران با کسب یک مدال نقره و دو برنز در رده چهل و ششم قرار گرفت.	بارسلون	بیست و پنجم ۱۹۹۲
در بین یکصد و نود و هفت کشور به مقام چهل و سوم رسید.	آتلانتا	بیست و ششم ۱۹۹۶
در کشتی یک طلا و در وزنه برداری دو مدال طلا نصیب ایران شد.	سیدنی	بیست و هفتم ۲۰۰۰

مرتضی رضایی صوفی عضو هیأت علمی گروه تربیت بدنی

پاراه المپیک

- ♦ سال 1922 مسابقات جهانی ورزش نابینایان تاسیس شد .
- ♦ سال 1944 گاتمن مرکز ورزشی درمانی را در بریتانیا براه انداخت .
- ♦ سال 1948 همزمان با اسکیت ، ورزش با ویلچر آغاز گردید.
- ♦ قطع عضو و نابینایان در سال 1976 ، معلولان ذهنی در سال 1980 به پارالمپیک پیوستند .
- ♦ 1982 کمیته بین المللی هماهنگ کننده ورزش معلولین افتتاح شد .
- ♦ 1989 (پارالمپیک) تاسیس شد.
- ♦ 1994 پارالمپیک زمستانی افتتاح شد (در سی سی های نروژ)

بازیهای پارا المپیک

تعداد کشورهای شرکت کننده	تاریخ برگزاری	محل برگزاری	دوره
2	1952	استوک مندویل	اول
23	1960	ایتالیا	دوم
22	1964	ژاپن	سوم
24	1968	رژیم اشغالگر قدس	چهارم
44	1972	آلمان	پنجم
42	1976	کانادا	ششم
42	1980	هلند	هفتم
42	1984	استوک مندویل و نیویورک	هشتم
61	1988	کره جنوبی	نهم
82	1992	اسپانیا	دهم
103	1996	آمریکا	یازدهم
127	2000	استرالیا	دوازدهم

مرتضی رضایی صوفی عضو هیأت علمی گروه تربیت بدنی

ایران در بازیهای پارالمپیک

نتایج	محل بازیها	دوره و سال
اولین حضور در مسابقات پارالمپیک ایران بود که با کسب هشت مدال رنگارنگ که همراه با قهرمانی تیم والیبال بود به پایان رسید.	سنول	نهم ۱۹۸۸
با کسب چهار مدال طلا که یک مدال آن مربوط به قهرمانی تیم والیبال نشسته بود.	بارسلو ن	دهم ۱۹۹۲
تیم ایران به نه مدال طلا، پنج نقره و سه برنز رسید. تیم والیبال برای بار سوم به مقام قهرمانی رسید.	آتلانتا	یازدهم ۱۹۹۶
تیم ایران موفق به کسب دوازده مدال طلا، چهار نقره و هفت برنز شد و در رشته والیبال هم مجدداً به مقام قهرمانی رسید.	سیدنی	دوازدهم ۲۰۰۰

ایران در بازیهای پارالمپیک

دوره	محل برگزاری	تاریخ برگزاری	تعداد کشورهای شرکت کننده
اول	آتن	1896	13
دوم	پاریس	1900	-
سوم	سن لوئی (آمریکا)	1904	13
چهارم	لندن	1908	36
پنجم	استکهلم	1912	55
شروع جنگ جهانی اول از سال 1914 تا 1918 المپیک سال 1916 برلین را تعطیل کرد.			

مرتضی رضایی صوفی عضو هیأت علمی گروه تربیت بدنی

www.salampnu.com

سایت مرجع دانشجوی پیام نور

- ✓ نمونه سوالات پیام نور : بیش از ۱۱۰ هزار نمونه سوال همراه با پاسخنامه
- تستی و تشریحی
- ✓ کتاب ، جزوه و خلاصه دروس
- ✓ برنامه امتحانات
- ✓ منابع و لیست دروس هر ترم
- ✓ دانلود کاملاً رایگان بیش از ۱۴۰ هزار فایل مختص دانشجویان پیام نور

www.salampnu.com