



# خبرنامه الکترونیکی پژوهشگاه تربیت بدنی و علوم ورزشی

دوره ۱، شماره ۳ و ۴، دوماهنامه مرداد و شهریور - مهر و آبان ۱۳۹۸

پژوهشگاه تربیت بدنی و علوم ورزشی وزارت علوم، تحقیقات و فناوری



هیچ وقت نباید امت اسلامی و جامعه اسلامی، ماجرای عاشورا را به عنوان یک درس، به عنوان یک عبرت و به عنوان یک پرچم هدایت از نظر دور بدارد. قطعاً اسلام، زنده به عاشورا و به حسین بن علی (علیه السلام) است.

مقام معظم رهبری (مد ظله العالی)



بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

«به نام خداوند جان و خرد»

# خبرنامه الکترونیکی پژوهشگاه تربیت بدنی و علوم ورزشی

دوره ۱، شماره ۳ و ۴، دوماهنامه مرداد و شهریور - مهر و آبان ۱۳۹۸

مدیر مسئول: دکتر علی شریف‌نژاد

سردبیر: رضا فتحی

صفحه آرایی: سیده مرضیه میرصفی

ویرایش، تهیه خبر و عکاسی: واحد روابط عمومی

شماره تلفن پژوهشگاه: ۰۲۱۸۸۷۴۷۸۸۴ و ۰۲۱۸۸۷۴۷۶۳۲

تلفکس واحد روابط عمومی: ۰۲۱۸۸۷۴۸۰۸۳

پست الکترونیک: [info@ssrc.ac.ir](mailto:info@ssrc.ac.ir)

آدرس سایت: <http://ssrc.ac.ir/>

آدرس پژوهشگاه: تهران، خیابان شهید مطهری، خیابان میرعماد، کوچه پنجم، پلاک ۳

کد پستی: ۱۵۸۷۹۵۸۷۱۱

## پیشگفتار

پژوهشگاه تربیت بدنی و علوم ورزشی وزارت علوم، تحقیقات و فناوری به عنوان مرجع علمی ورزشی کشور، در طی سال‌های گذشته با انتشار کتب و نشریات علمی پژوهشی، اجرای طرح‌های پژوهشی کاربردی، ارائه خدمات آزمایشگاهی (برخورداری از تجهیزات به‌روز و پیشرفته)، برگزاری و حمایت از همایش‌های علمی ورزشی داخلی و بین‌المللی، برگزاری دوره‌ها و کارگاه‌های آموزشی، برگزاری نشست‌های علمی - تخصصی، صدور گواهی‌های اخلاق (ویژه پایان‌نامه و رساله‌های دانشجویی و غیره)، ایجاد کردن بستر فرصت مطالعاتی برای دانشجویان دکترا، اجرای دوره‌های پسادکترا در پژوهشگاه، ارزیابی تقاضاهای ثبت اختراع، حمایت از استارت‌آپ‌های ورزشی، حضور فعال در نمایشگاه‌های مرتبط، انعقاد تفاهم‌نامه‌های همکاری داخلی و بین‌المللی، جذب دانشجو (به صورت مشترک با دانشگاه‌ها) و غیره، سهم بسزایی در توسعه علمی ورزش کشور داشته است.

در حال حاضر نیز بخش‌های مختلف پژوهشگاه تربیت بدنی و علوم ورزشی تحت نظر مستقیم ریاست مجموعه و همچنین معاونت‌های "پژوهشی و تحصیلات تکمیلی"، "فناوری"، "فرهنگی و اجتماعی"، "اداری، مالی و مدیریت منابع انسانی" در جهت ارتباط و هماهنگی هرچه بیشتر میان مراکز پژوهشی و مراکز اجرایی ورزش کشور و بهبود شرایط و ارتقای فنی و کیفی ورزش با رویکرد علمی، مشغول به فعالیت هستند.

واحد روابط عمومی پژوهشگاه نیز با توجه به اینکه وظیفه اصلی اطلاع رسانی و پوشش اخبار رسمی این مجموعه را برعهده دارد، در تلاش است برای برقراری ارتباط هرچه بهتر با مخاطبان، این خبرنامه الکترونیکی را به صورت دوماهنامه منتشر نماید که محتوای اصلی آن، مانند شماره پیشین، شامل فصل‌های زیر است:

- جدیدترین و مهم‌ترین اخبار پژوهشگاه (بازدیدها و جلسات مهم، دوره‌ها و کارگاه‌های آموزشی و غیره)
- اطلاع رسانی تازه‌های نشر و کتاب‌های تجدید چاپ شده توسط انتشارات پژوهشگاه
- اطلاع رسانی جدیدترین نشریات علمی پژوهشگاه
- مطالب علمی ورزشی ارائه شده توسط اعضای هیأت علمی پژوهشگاه
- آشنایی با بخش‌های گوناگون پژوهشگاه (در هر شماره با یک بخش آشنا خواهید شد).
- اطلاع رسانی رویدادهای آینده (رویدادهای داخلی و بین‌المللی)

امیدوار هستیم با دریافت پیشنهادات ارزشمند و انتقادات سازنده خوانندگان گرامی، تغییرات مثبتی را در جهت هرچه پربرتر شدن محتوای خبرنامه و افزایش رضایت مخاطبان ایجاد نماییم.

## فهرست مطالب

### اخبار پژوهشگاه

- ۸..... نشست تخصصی آزمون عملی رشته تربیت بدنی و علوم ورزشی برگزار شد.
- ۹..... برگزاری هفتمین دوره تخصصی دستیاری آزمایشگاه فیزیولوژی ورزشی.....
- ۱۰..... جلسات شورای نظارت و ارزیابی پژوهشگاه برگزار شد.....
- ۱۱..... برگزاری نخستین دوره تخصصی طراحی و تجویز بازی‌های اصلاحی برای کودکان.....
- ۱۲..... کارگاه آموزشی کینزیوتیپینگ برگزار شد.....
- ۱۳..... تدوین خطوط راهنمای تمرینی و فعالیت بدنی برای کودکان و زنان باردار.....
- ۱۴..... پایان فرآیند استخراج نتایج آزمون عملی رشته تحصیلی علوم ورزشی.....
- ۱۶..... برگزاری هفتمین دوره بین‌المللی بازی‌های حرکتی هدفمند و ورزش کودکان.....
- ۱۷..... سومین دوره تخصصی طراحی و تجویز تمرینات اصلاحی برگزار شد.....
- ۱۸..... برگزاری هفتمین دوره تخصصی دستیاری آزمایشگاه حرکات اصلاحی.....
- ۱۹..... جشنواره تابستانه "بازی، ورزش و نشاط"، ویژه کودکان مناطق سیل‌زده برگزار شد.....
- ۲۰..... بازدید نمایندگان رایزن فرهنگی عراق از پژوهشگاه تربیت بدنی و علوم ورزشی.....
- ۲۱..... بررسی شیوع مصرف مکمل‌ها و داروهای نیروزا در باشگاه‌های ورزشی کشور.....
- ۲۲..... چاپ مقاله عضو هیأت علمی پژوهشگاه در نشریه European Journal of Sport Science.....
- ۲۳..... قدردانی وزارت علوم از پژوهشگاه تربیت بدنی به جهت اجرای طرح پایش سلامت.....
- ۲۵..... اجرای طرح فراتحلیل مطالعات اقتصاد ورزش کشور، چالش‌ها، موانع و راهکارها.....
- ۲۶..... بازدید مشاور وزیر علوم و ریاست مرکز تحقیقات سیاست علمی از پژوهشگاه تربیت بدنی.....
- ۲۸..... انعقاد تفاهم‌نامه همکاری میان پژوهشگاه تربیت بدنی و دانشگاه علامه طباطبایی.....
- ۳۰..... حضور پژوهشگاه تربیت بدنی در نمایشگاه تجهیزات و کالاهای پزشکی ورزشی.....
- ۳۱..... برگزاری نشست تخصصی آسیب‌شناسی خشونت و پرخاشگری در رویدادهای ورزشی.....

- ۳۲.....هفتمین دوره پیشرفته بین‌المللی مربی بدنساز (ویژه رشته‌های ورزشی) برگزار شد.....
- ۳۳.....چاپ مقاله ISI عضو هیأت علمی پژوهشگاه در نشریه Comparative Exercise Physiology.....
- ۳۴.....بازدید معاونان و مدیران پژوهشگاه علوم و فرهنگ اسلامی از پژوهشگاه تربیت‌بدنی.....
- ۳۵.....عضویت رسمی پژوهشگاه تربیت‌بدنی در کمپین STOP Sports Injuries.....

### تازه‌های نشر پژوهشگاه

- ۳۷.....کتاب زمان‌بندی تمرین برای ورزش‌ها.....
- ۳۹.....کتاب تحرک کودکان (رویکردی انعکاسی به آموزش تربیت‌بدنی).....
- ۴۱.....کتاب علم و توسعه هایپرتروفی عضله.....
- ۴۳.....کتاب راهنمای فعالیت‌های ورزشی برای بیماران مبتلا به سرطان پستان با ادم لنفاوی.....
- ۴۴.....کتاب مهارت‌های ذهنی در ورزش ژیمناستیک.....

### جدیدترین نشریات علمی

- ۴۶.....نشریه علمی پژوهشی "پژوهش در ورزش تربیتی".....
- ۴۷.....نشریه علمی پژوهشی "فیزیولوژی ورزشی".....
- ۴۹.....نشریه علمی پژوهشی "رفتار حرکتی".....
- ۵۱.....نشریه علمی پژوهشی "مطالعات روان‌شناسی ورزشی".....
- ۵۳.....نشریه علمی پژوهشی "مطالعات مدیریت ورزشی".....

### مطالب علمی ورزشی

- ۵۶.....مرور مطالعات انجام شده در حوزه ورزش همگانی در ایران (مطالعه موردی: سالمندان).....
- ۵۸.....طراحی نقشه راهبردی پژوهشگاه علوم ورزشی با استفاده از تکنیک کارت امتیازی متوازن.....
- ۶۰.....رویکرد علمی به بازی و ورزش کودکان.....

### آشنایی با پژوهشگاه

- ۶۶.....آشنایی با معاونت فناوری.....

- ۶۷.....آشنایی با مدیریت فناوری و تجاری سازی
- ۷۰.....آشنایی با مدیریت ارتباط با جامعه
- ۷۲.....آشنایی با مدیریت فناوری اطلاعات

## گزارش تصویری

- ۷۴.....برگزاری جلسات کارگروه تخصصی برنامه ریزی و گسترش علوم ورزشی وزارت علوم
- ۷۵.....تبریک ریاست پژوهشگاه به همکاران به مناسبت روز کارمند
- ۷۶.....بازدید آقای ناصر پورعلی فرد "ریاست فدراسیون بدنسازی و پرورش اندام"
- ۷۷.....برگزاری جلسه شورای پژوهشی پژوهشگاه تربیت بدنی و علوم ورزشی
- ۷۸.....برگزاری مراسم عزاداری امام حسین (ع) به مناسبت ایام تاسوعا و عاشورای حسینی
- ۷۹.....حضور اعضای هیأت علمی پژوهشگاه در برنامه زنده ایران و آفتاب (شبکه دوم سیما)
- ۸۰.....بازدید از "باغ موزه انقلاب اسلامی و دفاع مقدس" به مناسبت هفته دفاع مقدس
- ۸۱.....برگزاری جلسه جشنواره "بازی، ورزش و نشاط"، ویژه کودکان مناطق سیل زده (پویش حرکت از نو)
- ۸۲.....برگزاری جلسات شورای سیاست گذاری دوازدهمین همایش بین المللی علوم ورزشی
- ۸۳.....برگزاری کارگاه ارزیابی فعالیتهای آموزشی و پژوهشی اعضای هیأت علمی پژوهشگاه
- ۸۴.....برگزاری جلسه هماهنگی مربوط به مرکز تخصصی مشاوره ورزشی پژوهشگاه
- ۸۵.....بازدید از "موزه ملی ورزش، المپیک و پارالمپیک" به مناسبت هفته تربیت بدنی و ورزش
- ۸۶.....حضور مرکز مشاوره ورزشی پژوهشگاه تربیت بدنی در نمایشگاه هفته ملی سلامت روان
- ۸۷.....برگزاری جلسات "ستاد هفته پژوهش" پژوهشگاه تربیت بدنی و علوم ورزشی
- ۸۸.....سخنرانی دکتر حسین زارعیان تحت عنوان نگاهی به المپیک ۲۰۲۰ در اداره کل ورزش و جوانان استان تهران
- ۸۹.....برگزاری جلسات دفاع از پایان نامه و رساله دانشجویان پژوهشگاه (مشترک با دانشگاه دانش البرز قزوین)

## رویدادهای آینده

- ۹۱.....کارگاه روش شناسی نقد و بررسی کتاب
- ۹۲.....کارگاه آموزش تحلیل محتوا (از مفاهیم تا کاربرد)
- ۹۳.....دوازدهمین همایش بین المللی علوم ورزشی
- ۹۵.....دوره تربیت مربی استعدادیاب ورزشی در کشور هلند

# NEWS





## نشست تخصصی آزمون عملی رشته تربیت‌بدنی و علوم ورزشی برگزار شد



نشست تخصصی آزمون عملی رشته تحصیلی تربیت‌بدنی و علوم ورزشی در آزمون سراسری سال ۱۳۹۸ با حضور مسئولان پژوهشگاه تربیت‌بدنی، سازمان سنجش آموزش کشور، نمایندگان تام‌الاختیار دانشگاه‌ها و ناظران آزمون، پیش از برگزاری آزمون عملی به میزبانی پژوهشگاه تربیت‌بدنی برگزار گردید.

طبق اظهارات دکتر فریبا محمدی "معاون فرهنگی و اجتماعی پژوهشگاه"، با توجه به تغییرات نحوه پذیرش دانشجو در رشته علوم ورزشی از نیمه‌متمرکز به متمرکز، در این نشست ضمن اطلاع رسانی این تغییرات جدید، عملیات قبل، حین و پس از برگزاری آزمون نیز مرور شد. بر اساس آخرین تغییرات، امسال داوطلبانی که تمایل داشتند در رشته



علوم ورزشی تحصیل کنند پیش از دریافت کارنامه علمی در آزمون عملی رشته تربیت‌بدنی در هفته اول مرداد ماه شرکت کردند و در صورتی که مجاز به انتخاب رشته بودند، پس از دریافت کارنامه می‌توانستند در فرم تعیین رشته، کد رشته علوم ورزشی را انتخاب کنند. در حالی که در سال‌های گذشته جذب دانشجو به صورت نیمه‌متمرکز بوده است، ابتدا نتایج کارنامه داوطلبان اعلام می‌شد و پس از انتخاب رشته تربیت‌بدنی، اسامی متقاضیان چند برابر ظرفیت اطلاع‌رسانی می‌شد، سپس داوطلبان در بازه زمانی آذر ماه در آزمون عملی شرکت می‌کردند.



شایان ذکر است، این آزمون در حال حاضر معتبرترین آزمون برای سنجش آمادگی جسمانی و توانمندی‌های بدنی داوطلبان در کشور بوده و طی سال‌های متمادی برگزاری، اطلاعات کاملی از ویژگی‌های آزمون جمع‌آوری شده است که می‌تواند برای ارتقای کیفیت آزمون در سال‌های آینده مورد استفاده قرار بگیرد. همچنین آزمون‌گیرندگان نیز اغلب، اعضای هیأت علمی دانشگاه‌ها و یا دانشجویان تحصیلات تکمیلی علوم ورزشی هستند که تجربه کافی در داوری و فعالیت‌های ورزشی دارند، ضمن اینکه این افراد کارگاه تئوری و عملی پیش از برگزاری آزمون را می‌گذرانند.



## برگزاری هفتمین دوره تخصصی دستبازی آزمایشگاه فیزیولوژی ورزشی

هفتمین دوره تخصصی دستبازی آزمایشگاه فیزیولوژی ورزشی در تاریخ ۶ الی ۹ مرداد ماه به صورت تئوری و عملی توسط پژوهشگاه تربیت‌بدنی و علوم ورزشی برگزار شد.

در این دوره تخصصی، مباحثی همچون اسپرومتری، ایزوکتیک، کاردیو اسکرین، ECG، EMG، سرم‌تراپی، ترکیب بدن، آزمون‌های دوچرخه و تردمیل، هایپوکسی، الایزا، گاز آنالایزر و وینگیت، توسط دکتر علی شریف‌نژاد، دکتر محمد شریعت‌زاده، دکتر هادی روحانی، دکتر مهدی بیاتی، دکتر معصومه هلالی‌زاده، دکتر حمزه اکبری بوکانی و دکتر علیرضا آقابابا "اعضای هیأت علمی پژوهشگاه" برای شرکت‌کنندگان تشریح و آموزش داده شد.



## جلسات شورای نظارت و ارزیابی پژوهشگاه برگزار شد



جلسات دهم الی سیزدهم "شورای نظارت، ارزیابی و تضمین کیفیت" پژوهشگاه تربیت‌بدنی و علوم ورزشی با هدف بررسی برنامه‌های ارائه شده از سوی مدیران حوزه‌های ریاست، معاونت پژوهشی و تحصیلات تکمیلی، معاونت فرهنگی و اجتماعی، معاونت فناوری و معاونت اداری، مالی و مدیریت منابع در ماه‌های مرداد و مهر برگزار شد.

طبق اظهارات دکتر مصطفی افشاری "عضو هیأت علمی و مدیر نظارت، ارزیابی و کنترل پروژه پژوهشگاه" در این نشست‌ها برنامه‌های عملیاتی و فعالیت‌های انجام شده مدیران ارائه و نقاط قوت و ضعف آنها مورد بررسی قرار گرفت و نظرات گوناگونی از سوی اعضای شورا به منظور پایش و اصلاح برنامه‌های تدوین شده، ارائه شد.



تصمیم‌گیری در زمینه سازوکار تدوین برنامه راهبردی و عملیاتی پژوهشگاه و تخصیص بودجه به واحدهای مختلف مطابق با این برنامه، بحث و بررسی پیرامون برنامه راهبردی پژوهشگاه و برنامه راهبردی واحدهای مختلف، بحث و بررسی در زمینه چگونگی و زمان‌بندی ارائه گزارش‌های عملکرد واحدها، بررسی و تدوین برنامه عملیاتی سالیانه از جمله اقدامات این شورا بوده است.

شایان ذکر است، این شورا از ابتدای سال ۱۳۹۷ شروع به کار کرده است که جلسات آن هر سه ماه یک بار برگزار می‌شود. "ریاست شورا" برعهده رئیس پژوهشگاه، معاون پژوهشی "نایب‌رئیس"، سایر معاونین پژوهشگاه و سه عضو هیأت علمی نیز به عنوان "اعضای شورا" حضور دارند و همچنین مدیر نظارت و ارزیابی، "دبیر شورا" است.



## برگزاری نخستین دوره تخصصی طراحی و تجویز بازی‌های اصلاحی برای کودکان

نخستین دوره تخصصی طراحی و تجویز بازی‌های اصلاحی برای کودکان در تاریخ ۱۰ و ۱۱ مرداد ماه توسط پژوهشگاه تربیت‌بدنی و علوم ورزشی به صورت تئوری و عملی برگزار شد.

سرفصل‌های این دوره شامل ارزیابی قامت، انحرافات قامتی تکاملی در کودکان، اصول و ملاحظات طراحی بازی‌های اصلاحی در کودکان و طراحی بازی‌های اصلاحی برای ناهنجاری‌های قامتی بود.



طبق اظهارات دکتر حامد عباسی "عضو هیأت علمی پژوهشگاه، مدیر و مدرس دوره"، در این دوره تخصصی، وضعیت‌های بدنی صحیح و تمرینات اصلاحی در قالب بازی‌های حرکتی هدفمند برای کودکان ارائه شد. با توجه به اینکه سطح سواد قامتی در جامعه بالا نیست و عدم آگاهی از وضعیت‌های بدنی صحیح موجب می‌شود تا افراد از آثار منفی ناشی از وضعیت‌های بدنی اشتباه که به صورت تدریجی عواقب خود را نمایان می‌کند، آگاه نباشند، از این رو در دوره مذکور تلاش شد تا با تأکید بر آموزش وضعیت‌های بدنی صحیح در قالب بازی‌های هدفمند اصلاحی بتوان عادات صحیح حرکتی را با رویکردی پیشگیرانه به کودکان آموزش داد.



## کارگاه آموزشی کینزیوتیپینگ برگزار شد

کارگاه آموزشی کینزیوتیپینگ، توسط پژوهشگاه تربیت‌بدنی و علوم ورزشی و با حضور جمعی از ورزشکاران، مربیان، دانشجویان رشته تربیت‌بدنی و سایر علاقه‌مندان در تهران برگزار شد.

در این دوره، مقدمات کینزیوتیپینگ، موارد کاربرد و اصول اجرای کینزیوتیپینگ برای اندام فوقانی و اندام تحتانی، جدیدترین متد کمک درمانی در ورزش و شیوه‌های تیپ عضلات مختلف توسط دکتر هومن مینوتژاد "عضو هیأت علمی دانشگاه تهران" برای شرکت‌کنندگان تشریح و آموزش داده شد.



قابل ذکر است، کینزیوتیپینگ به عنوان یکی از روش‌های غیرتهاجمی در پیشگیری و درمان آسیب‌های ورزشی مورد استفاده قرار می‌گیرد. به کارگیری از این روش در بخش‌های مختلف بدن با هدف بهبود عملکرد، کاهش درد، محافظت و حمایت از بخش آسیب‌دیده جلوگیری از آسیب‌های بیشتر صورت می‌گیرد.



## تدوین خطوط راهنمای تمرینی و فعالیت بدنی برای کودکان و زنان باردار

طرح پژوهشی تدوین خطوط راهنمای تمرینی و فعالیت بدنی برای کودکان و زنان باردار در پژوهشگاه تربیت‌بدنی و علوم ورزشی در حال انجام است. این طرح سفارش محور با هدف تدوین یک محتوای آموزشی برای فعالیت بدنی و تمرین کودکان و زنان باردار تدوین شده است. همچنین در این طرح برنامه‌های تمرینی و اصلاحی برای کودکان در رده‌های سنی مختلف پس از شناسایی کودکان سالم و کم‌توان و کودکان دارای ناهنجاری‌های وضعیتی و کودکانی که کف پای صاف دارند، ارائه می‌شود.

در این طرح، ۶ نفر از اعضای هیأت علمی پژوهشگاه به شرح زیر مشارکت دارند:

- دکتر علی شریف‌تژاد: تدوین خطوط راهنمای برنامه تمرینی و اصلاحی برای کودکان دارای ناهنجاری‌های کف پا (دارای برنامه‌های تمرینی و همچنین حرکات اصلاحی)
- دکتر معصومه هلالی‌زاده: تدوین خطوط راهنمای برنامه تمرینی برای دوران بارداری و پس از زایمان
- دکتر هادی روحانی: خطوط تمرینی و فعالیت بدنی برای کودکان ۱۰ تا ۱۸ ساله با رویکرد فعالیت بدنی و کنترل چاقی
- دکتر علی کاشی: خطوط راهنمای برنامه تمرینی برای کودکان با نیازهای ویژه (افراد کم‌توان)
- دکتر حامد عباسی: خطوط راهنمای حرکات اصلاحی برای کودکان
- دکتر امین غلامی: خطوط راهنمای برنامه تمرینی برای نوزادان تا کودکان ۱۰ ساله



## پایان فرآیند استخراج نتایج آزمون عملی رشته تحصیلی علوم ورزشی



آزمون عملی رشته‌های تحصیلی علوم ورزشی و آموزش تربیت‌بدنی دانشگاه‌ها و مؤسسات آموزش عالی در آزمون کنکور سراسری سال ۱۳۹۸ با تولیت پژوهشگاه تربیت‌بدنی و علوم ورزشی و با مشارکت دانشگاه‌های سراسر کشور در ۱۰ حوزه و با نظارت مستقیم ۲۰ ناظر در تاریخ ۳ الی ۶ مرداد ماه برگزار شد. فرآیند استخراج نتایج آزمون عملی نیز در تاریخ ۱۳ مرداد آغاز و تا تاریخ ۲۳ مرداد ماه به پایان رسید که نتایج آن برای سازمان سنجش آموزش کشور ارسال شد.

قابل ذکر است، امسال برای اولین بار، روش پذیرش دانشجویان در مقطع کارشناسی برای رشته علوم ورزشی از نیمه‌متمرکز به متمرکز تغییر یافت و پذیرفته‌شدگان به جای بهمن ماه می‌توانند از مهر ماه شروع به تحصیل نمایند. همچنین، رشته علوم ورزشی در شرایط برابری با دیگر رشته‌های تحصیلی برای انتخاب در مرحله انتخاب رشته آزمون کنکور قرار گرفت. بر این اساس،



نزدیک به ۲۰ هزار داوطلب متقاضی ورود به رشته علوم ورزشی در این آزمون شرکت کردند که تعداد آن نسبت به سال گذشته، ۵ برابر افزایش یافته است.



## تعداد داوطلبان شرکت کننده در آزمون عملی رشته‌های تحصیلی علوم ورزشی و آموزش تربیت بدنی دانشگاه‌ها و مؤسسات آموزش عالی در آزمون کنکور سراسری سال ۱۳۹۸

ردیف	دانشگاه‌های محل برگزاری آزمون		بانوان		آقایان	
	تعداد	درصد	تعداد	درصد	تعداد	درصد
۱	اصفهان (اصفهان، چهارمحال و بختیاری و یزد)		۱۲۷۹	۱۱/۴	۸۵۵	۱۰
۲	شهید چمران اهواز (خوزستان، لرستان و ایلام)		۹۶۵	۸/۶	۷۴۳	۸/۷
۳	تبریز (آذربایجان شرقی، آذربایجان غربی و اردبیل)		۹۳۱	۸/۳	۸۰۱	۹/۴
۴	شهید بهشتی تهران (تهران، البرز، قم و مرکزی)		۱۰۸۸	۹/۷	۷۰۰	۸/۲
۵	شیراز (فارس، بوشهر، هرمزگان و کهگیلویه و بویراحمد)		۱۹۹۹	۱۷/۸	۱۴۲۴	۱۶/۷
۶	شهید باهنر کرمان (کرمان و سیستان و بلوچستان)		۷۸۷	۷	۶۴۵	۷/۵
۷	رازی کرمانشاه (کرمانشاه، همدان و کردستان)		۷۳۶	۶/۵	۵۷۱	۶/۷
۸	گیلان رشت (گیلان، زنجان و قزوین)		۵۸۳	۵/۲	۴۶۴	۵/۴
۹	مازندران بابلسر (مازندران، گلستان و سمنان)		۸۵۱	۷/۶	۶۶۵	۷/۸
۱۰	فردوسی مشهد (خراسان رضوی، خراسان شمالی، خراسان جنوبی)		۲۰۳۳	۱۸/۱	۱۶۷۸	۱۹/۶
<b>جمع کل</b>			<b>۱۱۲۵۲</b>	<b>۱۰۰</b>	<b>۸۵۴۶</b>	<b>۱۰۰</b>



## برگزاری هفتمین دوره بین‌المللی بازی‌های حرکتی هدفمند و ورزش کودکان

هفتمین دوره بین‌المللی بازی‌های حرکتی هدفمند و ورزش کودکان توسط پژوهشگاه تربیت‌بدنی و علوم ورزشی و با همکاری انجمن حمایت از بازی کودکان در تاریخ ۳۰ مرداد الی ۱ شهریور ماه در تهران برگزار شد. شرکت‌کنندگان در این دوره مهارت‌هایی همچون طراحی و اجرای بازی‌های حرکتی هدفمند ریتمیک، کودک و والد، بازی‌های فیتنس کودک، بازی‌های حس دهلیزی، بازی‌های حس عمقی، بازی‌های آگاهی بدنی، بازی‌های برتری جانبی مغز، بازی‌های اصلاحی و غیره را با تدریس اساتید داخلی و بین‌المللی (کشورهای سوئیس و ترکیه) به صورت کاملاً عملی و کاربردی فرا گرفتند.



## سومین دوره تخصصی طراحی و تجویز تمرینات اصلاحی برگزار شد

سومین دوره تخصصی طراحی و تجویز تمرینات اصلاحی توسط پژوهشگاه تربیت‌بدنی و علوم ورزشی در تاریخ ۳۱ مرداد و اول شهریور ماه به صورت تئوری و عملی برگزار شد.

طبق اظهارات دکتر حامد عباسی "عضو هیأت علمی پژوهشگاه و مدیر تخصصی دوره"، این دوره با هدف طراحی تمرینات اصلاحی برای پیشگیری و اصلاح ناهنجاری‌های قامتی شایع برگزار گردید و در زمینه‌های ارزیابی قامت و تشخیص ناهنجاری‌های قامتی، ارزیابی قدرت و دامنه حرکتی، اصول طراحی تمرینات اصلاحی، اصول اصلاح رفتارهای حرکتی، ارزیابی راه رفتن و طراحی تمرینات اصلاحی برای نقایص حرکتی و ناهنجاری تنه، اندام فوقانی و اندام تحتانی، آموزش‌های مربوطه ارائه شد.



## برگزاری هفتمین دوره تخصصی دستپاری آزمایشگاه حرکات اصلاحی

هفتمین دوره تخصصی دستپاری آزمایشگاه حرکات اصلاحی در تاریخ ۳ الی ۶ شهریور ماه در پژوهشگاه تربیت‌بدنی و علوم ورزشی به صورت تئوری و عملی برگزار شد.

در این دوره تخصصی، مباحثی همچون اصول ارزیابی، آنتروپومتری و ترکیب بدن، ارزیابی پاسچر، فورس پلایت، ارزیابی تعادل، منوال ماسل تستینگ، دینامومتری، الکترومایوگرافی، ایزوکنیتینگ، تردمیل گیت، موشن آنالیز و غیره، توسط دکتر علی شریف‌نژاد، دکتر فریبا محمدی، دکتر حامد عباسی، دکتر مهدی بیاتی و دکتر مجتبی عشرستاقی "اعضای هیأت علمی پژوهشگاه" و دکتر اسماعیل مظفری‌پور، دکتر مصطفی زارعی و دکتر رحمان شیخ‌حسینی برای شرکت‌کنندگان تشریح و آموزش داده شد.



## جشنواره تابستانه "بازی، ورزش و نشاط"، ویژه کودکان مناطق سیل زده برگزار شد

جشنواره تابستانه بازی، ورزش و نشاط با هدف توسعه فعالیت بدنی و نشاط و سلامتی کودکان مناطق سیل زده شهر دزفول و روستاهای حومه، توسط پژوهشگاه تربیت بدنی و علوم ورزشی و با همکاری فدراسیون ورزش های همگانی و اداره کل ورزش و جوانان، هیأت ورزش های همگانی و اداره آموزش و ورزش شهر دزفول در تاریخ ۷ شهریور ماه در این شهر برگزار شد.

در بخش ابتدایی جشنواره، کودکان در ایستگاه های مختلف بازی در سالن ورزشی، بازی کردند و در بخش دوم والدین به آنها ملحق شدند و بازی های والد و کودک در فضایی شاد و مفرح انجام شد. در پایان نیز، کودکان مدتی را در زمین چمن مجاور در ایستگاه های آب بازی فعالیت داشتند.

شایان ذکر است، این پویش با عنوان "حرکت از نو" برای کودکان سایر مناطق سیل زده نیز طبق برنامه زمان بندی شده، اجرا خواهد شد.



## بازدید نمایندگان رایزن فرهنگی عراق از پژوهشگاه تربیت‌بدنی و علوم ورزشی



دکتر حیدرالنصار مسئول اداری و محمدباقر حکیم مسئول روابط عمومی رایزنی فرهنگی کشور عراق با دکتر علی شریف‌نژاد سرپرست و دکتر مهدی حسین‌زاده، مسئول امور گروه همکاری‌های علمی بین‌المللی پژوهشگاه، به منظور ایجاد بسترهای مناسب جهت همکاری‌های دوجانبه، دیدار و گفتگو کردند.

در این جلسه که به همت دفتر همکاری‌های بین‌المللی پژوهشگاه برگزار شد، در زمینه توسعه روابط علمی با دانشگاه‌های معتبر عراق به ویژه بسترسازی جهت انجام پروژه‌های پژوهشی مشترک، جذب دانشجوی فرصت مطالعاتی و محقق مهمان از عراق، دیدار دوجانبه مسئولین دانشگاه‌های معتبر ورزشی عراق و پژوهشگاه تربیت‌بدنی



ایران، برگزاری دوره‌های پژوهشی و آموزشی مشترک، امکان‌سنجی تأسیس پژوهشگاه علوم ورزشی عراق، نمایش استارت‌آپ‌های ورزشی پژوهشگاه در نمایشگاه دائمی ایران در بغداد، همکاری در حوزه انجام پروژه‌های فناوری و استارت‌آپی مشترک، همکاری در زمینه پایش سلامت و ساختار قامتی جامعه عراقی و امکان‌سنجی ایجاد مرکز استعدادیابی در عراق، بحث و تبادل نظر شد.

همچنین در حاشیه این نشست، نمایندگان رایزن فرهنگی کشور عراق از آزمایشگاه و دیگر بخش‌های پژوهشگاه نیز بازدید کردند.



## بررسی شیوع مصرف مکمل‌ها و داروهای نیروزا در باشگاه‌های ورزشی کشور

پژوهشگاه تربیت‌بدنی و علوم ورزشی به سفارش وزارت ورزش و جوانان، اقدام به بررسی شیوع مصرف مکمل‌ها و داروهای نیروزا در باشگاه‌های ورزشی کشور می‌نماید.

طبق اظهارات دکتر علی کاشی "عضو هیأت علمی پژوهشگاه و محقق این پروژه"، با توجه به شیوع رو به رشد مکمل‌ها و داروهای افزایش‌دهنده عملکرد و کنترل وزن در بین جوانان و نوجوانان و عدم نظارت و کنترل کامل و مؤثر در این زمینه، لزوم توجه به سلامت جوانان و نوجوانان ایجاب می‌کند تا با دیدی وسیع و ژرف‌تر به موضوع نگرینسته و در پی راهکارهایی مناسب جهت پیشگیری از سوءمصرف این مواد باشیم تا خطرات و زیان‌های وسیعی که سلامت سرمایه‌های این کشور را تهدید می‌کند، کاهش دهیم.

پروژه حاضر با استفاده از روش تحقیق توصیفی - پیمایشی و به‌صورت میدانی انجام خواهد شد. همچنین جامعه آماری آن نیز شامل تمامی ورزشکاران سازمان‌یافته کشور می‌باشد که در سال ۱۳۹۸ به‌صورت سازمان‌دار مشغول فعالیت ورزشی در سطوح مختلف هستند که تعداد ۷۵۰۰ نفر از این ورزشکاران در ۱۵ استان کشور مورد بررسی قرار خواهند گرفت.

شایان ذکر است، اقدامات اجرایی این طرح در فصل پاییز و زمستان انجام می‌شود. همچنین نتایج این تحقیق به زودی در اختیار نهادهای سیاست‌گذار قرار خواهد گرفت و برخی یافته‌های آن نیز به اطلاع عموم رسانده خواهد شد.



## چاپ مقاله عضو هیأت علمی پژوهشگاه در نشریه European Journal of Sport Science

مقاله پژوهشی دکتر حامد عباسی "عضو هیأت علمی پژوهشگاه تربیت‌بدنی و علوم ورزشی" با همکاری پریسا نمازی، دکتر مصطفی زارعی، دکتر فریبرز هوانلو، نیکی رامرس و رولاند راسلر در زمینه آسیب‌های ورزش فوتبال در نشریه European Journal of Sport Science با ضریب تأثیر ۲/۳۷۶ پذیرفته و به صورت برخط چاپ شد. عنوان کامل مقاله به شرح زیر است:

Proprioception is not associated with lower extremity injuries in U<sup>۲۱</sup> high-level football players



دکتر عباسی در تشریح موضوع این مقاله اظهار کرد: حس عمقی نقش مهمی در ثبات مفاصل و کنترل عصبی عضلانی ایفا می‌کند و در مطالعات بازتوانی مورد بررسی قرار گرفته است، با این حال اطلاعات زیادی در مورد ارتباط آن با وقوع آسیب‌های ورزشی به عنوان یکی از ریسک‌های فاکتورهای محتمل در دست نیست. هدف این مطالعه نیز بررسی ارتباط بین حس عمقی مفاصل اندام تحتانی و آسیب‌های اندام تحتانی در طول یک فصل در بازیکنان زیر ۲۱ سال لیگ به صورت آینده‌نگر بود.

نتایج پژوهش حاکی از عدم ارتباط بین مقادیر پیش‌فصل حس عمقی به وسیله دستگاه چندمفصله بایودکس و بروز آسیب‌های ناشی از فوتبال در طول یک فصل پایش بازیکنان بود. بر اساس پژوهش حاضر می‌توان اذعان نمود که علی‌رغم ادعاهای موجود

در زمینه محتمل بودن حس عمقی به عنوان یک ریسک فاکتور پیش‌بین آسیب، نتایج آماری ارتباط معناداری بین میزان بروز آسیب و اندازه‌های حس عمقی در مفاصل زانو و مچ پا در بازیکنان فوتبال نشان نداد. از این رو انجام پژوهش‌های بیشتر برای هرچه روشن‌تر شدن این موضوع توصیه می‌شود.

قابل ذکر است، رتبه این نشریه در حوزه علوم ورزشی ۲۹ از ۸۳ است و در چارک دوم (Q۲) نشریات قرار دارد.

علاقه‌مندان می‌توانند جهت کسب اطلاعات بیشتر به آدرس لینک زیر مراجعه نمایند.

<https://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/17461391.2019.1662492?journalCode=tejs20>

## قدردانی وزارت علوم از پژوهشگاه تربیت بدنی به جهت اجرای طرح پایش سلامت

دکتر محمدتقی نظریور "معاون اداری، مالی و مدیریت منابع وزارت علوم، تحقیقات و فناوری"، از دکتر علی شریف‌تژاد "سرپرست پژوهشگاه تربیت بدنی و علوم ورزشی" به جهت تلاش‌ها و خدمات پژوهشگاه در زمینه اجرای طرح غربالگری و پایش سلامت و آمادگی جسمانی کارکنان این وزارتخانه، قدردانی کرد.



طرح غربالگری و پایش سلامت در ۲ بخش توسط مرکز پایش سلامت پژوهشگاه در ساختمان وزارت علوم انجام شد. بخش اول این طرح ویژه آقایان و بخش دوم آن نیز مختص بانوان بود که فرآیند انجام آن از اسفند سال گذشته برای آقایان و همچنین پس از تعطیلات نوروز برای بانوان آغاز شد و در نیمه دوم تیر سال جاری به پایان رسید.

در این طرح، فاکتورهای آمادگی جسمانی مرتبط با سلامت شامل آمادگی قلبی - تنفسی، قدرت بدنی، استقامت عضلانی، انعطاف‌پذیری و ترکیب بدنی کارکنان مورد سنجش قرار گرفت تا وضعیت کلی آمادگی جسمانی آنها مشخص شود، همچنین با کمک اعضای هیأت علمی گروه آسیب‌شناسی ورزشی و حرکات اصلاحی، وضعیت قامت کارکنان نیز از نظر وجود ناهنجاری‌های وضعیتی ارزیابی شد.

در پایان نیز پس از ارزیابی کامل و سنجش سطح فعالیت بدنی، کارنامه فردی و وضعیت کلی آنها طی گزارشی به مسئولان وزارت علوم ارائه شد.

همچنین در مراسمی که با حضور دکتر اباصلت خراسانی "مدیر کل امور اداری و پشتیبانی وزارت علوم، تحقیقات و فناوری" برگزار شد از





پژوهشگاه تربیت‌بدنی و علوم ورزشی به جهت اجرای طرح غربالگری و پایش سلامت و آمادگی جسمانی کارکنان این وزارتخانه تقدیر شد.

در این مراسم دکتر علی کاشی "معاون پژوهشی و تحصیلات تکمیلی پژوهشگاه"، دکتر هادی روحانی "عضو هیأت علمی و مدیر اجرای طرح" و برخی از همکاران فعال که در اجرای این طرح حضور داشتند، ضمن ارائه گزارش نهایی نتایج و فرایند اجرای آن به مدیران حوزه معاونت اداری، مالی و پشتیبانی وزارت علوم، در مورد همکاری در زمینه‌های بیشتر نیز گفتگو و تبادل نظر کردند.

در ادامه مراسم نیز، سمیناری برای کارکنان وزارت علوم به منظور تفسیر کارنامه‌های پایش سلامت و آمادگی جسمانی آنان برگزار و مشاوره‌های لازم به شرکت‌کنندگان در این سمینار ارائه شد.



## اجرای طرح فراتحلیل مطالعات اقتصاد ورزش کشور، چالش‌ها، موانع و راهکارها

طرح فراتحلیل مطالعات اقتصاد ورزش کشور، چالش‌ها، موانع و راهکارها توسط پژوهشگاه تربیت‌بدنی و علوم ورزشی و به درخواست وزارت ورزش و جوانان، در حال انجام است.

طبق اظهارات دکتر مصطفی افشاری "عضو هیأت علمی پژوهشگاه و محقق این پروژه"، اقتصاد به‌عنوان محوری‌ترین معیار توسعه در هر کشوری مورد ارزیابی جهانی قرار گرفته و بر پایه شاخص‌های موجود در اقتصاد، وضعیت توسعه‌یافتگی در هر جامعه‌ای مورد اندازه‌گیری قرار می‌گیرد. آمار نشان دهنده این امر است که ورزش ایران سهم اندکی در اقتصاد و سرانه ناخالص داخلی دارد، بنابراین روشن است که باید به بررسی جامع و کامل در زمینه چالش‌ها، موانع و عوامل تأثیرگذار بر اقتصاد ورزش پرداخته شود.

با وجود تحقیقات مختلف در ارتباط با موانع و چالش‌های ورزشی و به دست آوردن نتایج مختلف در حوزه اقتصاد ورزشی، این موضوع یعنی چالش و موانع اقتصاد ورزشی همچنان به عنوان مسئله‌ای مبهم برای دست‌اندرکاران، مدیران و بازاریابان باقی مانده است. از این رو، این تحقیق به توسعه شناخت و درک کامل‌تر پیرامون عوامل مؤثر بر اقتصاد ورزش و نتایج حاصل از آن در کشور ایران پرداخته است.



در این پژوهش از رویکرد فراتحلیل یا جعبه‌ابزاری جهت ترکیب و تجمیع اطلاعات حاصل از پژوهش‌های انجام شده در زمینه اقتصاد ورزش، بازاریابی ورزش، خصوصی‌سازی ورزش و درآمدزایی ورزش برای کشف روابط تازه‌ای از خطوط ربط منطقی بین پژوهش‌ها

استفاده شده است. در ادامه به شناخت چارچوب مفهومی و عملیاتی غالب در پژوهش‌های مربوط به اقتصاد ورزش، همچنین استخراج و ترکیب معنادارترین فرضیات به کار رفته در پژوهش‌های مربوط به اقتصاد ورزش و شناسایی همگرایی‌ها و واگرایی‌های موجود در تحقیقات گذشته پرداخته شده است. در فصل نهایی نیز با استفاده از یافته‌های مستخرج از فصول قبلی، راهکارها و توصیه‌هایی جهت برون‌رفت از مشکلات اقتصاد ورزش ارائه می‌شود.

## بازدید مشاور وزیر علوم و ریاست مرکز تحقیقات سیاست علمی از پژوهشگاه تربیت‌بدنی

دکتر وحید احمدی "مشاور وزیر علوم، تحقیقات و فناوری و ریاست مرکز تحقیقات سیاست علمی کشور" به اتفاق معاونان و مدیران این مرکز با دکتر علی شریف‌نژاد "سرپرست پژوهشگاه تربیت‌بدنی و علوم ورزشی"، به منظور آشنایی بیشتر با فعالیت‌های پژوهشگاه دیدار و گفتگو کردند.



در ابتدای این نشست دکتر شریف‌نژاد ضمن معرفی بخش‌های مختلف پژوهشگاه، گزارش کاملی از فعالیت‌های صورت گرفته طی سال‌های اخیر و اهم اقدامات انجام شده در سال ۱۳۹۷ را ارائه داد، ایشان در ادامه به بیان برنامه‌های سال جاری پژوهشگاه در زمینه طرح‌های پژوهشی و فناوری، فعالیت‌های انتشارات، برگزاری دوره پسادکتر، فعالیت‌های بین‌المللی نظیر همکاری بین‌المللی با WHO و دانشگاه سوئیس،

فراهم‌سازی بسترهای لازم برای حضور پژوهشگران جوان در قالب کمک‌محقق در پژوهشگاه، برنامه‌های مرکز ملی نوآوری فناوری‌های ورزشی و ایجاد فضای کسب و کار در قالب حمایت از استارت‌آپ‌ها، برگزاری دوازدهمین همایش بین‌المللی علوم ورزشی، توسعه فعالیت‌های فرهنگی و همکاری با دانشکده‌ها و گروه‌های تربیت‌بدنی و علوم ورزشی سراسر کشور پرداخت.

در حاشیه این نشست نیز، مشاور وزیر علوم و همراهان ایشان از بخش‌های مختلف آزمایشگاه‌های تخصصی پژوهشگاه بازدید و در آزمون‌های پایش سلامت و تندرستی شرکت کردند.





## انعقاد تفاهم‌نامه همکاری میان پژوهشگاه تربیت‌بدنی و دانشگاه علامه طباطبایی

به منظور گسترش همکاری‌های علمی - پژوهشی و آموزشی، یک تفاهم‌نامه همکاری مشترک میان پژوهشگاه تربیت‌بدنی و علوم ورزشی و دانشگاه علامه طباطبایی در تاریخ ۱۷ مهر ماه منعقد شد.

این جلسه با حضور دکتر علی شریف‌نژاد "سرپرست پژوهشگاه تربیت‌بدنی"، دکتر حسین سلیمی "رئیس دانشگاه علامه طباطبایی" و اعضای هیات رئیسه هر دو مجموعه به میزبانی پژوهشگاه برگزار شد که بر اساس گفتگوهای صورت گرفته، مهم‌ترین محورهای همکاری این تفاهم‌نامه، به شرح زیر است:

۱. تبادل اطلاعات علمی - پژوهشی مرتبط
۲. اجرای طرح‌های تحقیقاتی، تألیف یا ترجمه کتب و تنظیم مقاله‌های مرتبط
۳. ارائه مشاوره‌های علمی - پژوهشی در زمینه‌های مرتبط از سوی طرفین تفاهم‌نامه
۴. حمایت مالی و علمی از پایان‌نامه‌های مقاطع کارشناسی ارشد و دکترا در زمینه‌های مرتبط
۵. برگزاری همایش‌ها، نشست‌های علمی، دوره‌های آموزشی و نیز کارگاه‌های تخصصی مرتبط
۶. برقراری ارتباط با مؤسسات و مجامع مرتبط داخلی و بین‌المللی و نیز دانشگاه‌های داخل و خارج از کشور به منظور برپایی همایش‌های داخلی و بین‌المللی در زمینه‌های مرتبط
۷. طراحی و راه‌اندازی دوره مشترک پژوهش‌محور در مقطع دکترا طبق ضوابط و مقررات وزارت علوم، تحقیقات و فناوری
۸. بهره‌مندی متقابل از ظرفیت اعضای هیأت علمی برای هدایت پایان‌نامه‌ها و رساله‌های مقاطع تحصیلات تکمیلی در رشته‌های مرتبط
۹. سایر زمینه‌هایی که از نظر طرفین تفاهم‌نامه، می‌تواند در ارتقای سطح علمی - پژوهشی آنها مؤثر باشد.





## حضور پژوهشگاه تربیت‌بدنی در نمایشگاه تجهیزات و کالاهای پزشکی ورزشی

چهاردهمین کنگره سراسری پزشکی ورزشی و نمایشگاه تجهیزات و کالاهای پزشکی ورزشی در تاریخ ۲۴ الی ۲۶ مهر ماه در تهران برگزار شد که پژوهشگاه تربیت‌بدنی و علوم ورزشی نیز در بخش نمایشگاهی این رویداد، حضوری فعال داشت.

در این نمایشگاه، پژوهشگاه تربیت‌بدنی با برپایی غرفه، اقدام به انجام آزمون‌های پایش سلامت و ارائه مشاوره ورزشی نمود و همچنین کتاب‌های انتشارات پژوهشگاه نیز با تخفیف ویژه ۲۵ درصدی به فروش رسید که مورد استقبال علاقه‌مندان به حوزه علم و ورزش قرار گرفت.

در روز پایانی برگزاری نمایشگاه نیز، دکتر غلامرضا نوروزی "رئیس فدراسیون پزشکی ورزشی" و مهندس مصطفی هاشمی‌طبا "مدیر اجرایی کنگره" از غرفه پژوهشگاه بازدید و ضمن اهدای گواهی شرکت در این رویداد، از مسئولان و عوامل اجرایی غرفه قدردانی کردند.



## برگزاری نشست تخصصی آسیب‌شناسی خشونت و پرخاشگری در رویدادهای ورزشی

نشست علمی - تخصصی آسیب‌شناسی پرخاشگری و خشونت در رویدادهای ورزشی، به همت مرکز مطالعات و پژوهش‌های راهبردی وزارت ورزش و جوانان و با مشارکت پژوهشگاه تربیت‌بدنی و علوم ورزشی در تاریخ ۲۹ مهر ماه در ساختمان شماره یک وزارت ورزش برگزار شد.



این نشست با حضور دکتر عبدالحمید احمدی "معاون فرهنگی و توسعه ورزش همگانی" و دکتر محمدرضا فضلی "رئیس مرکز مطالعات و پژوهش‌های راهبردی" وزارت ورزش، دکتر علی شریف‌نژاد "سرپرست پژوهشگاه تربیت‌بدنی"، دکتر علی کاشی "معاون پژوهشی و تحصیلات تکمیلی"، دکتر فریبا محمدی "معاون فرهنگی و اجتماعی" و برخی از مدیران و اعضای هیأت علمی پژوهشگاه و همچنین مدیران و کارشناسان ورزشی و دانشجویان علاقه‌مند برگزار شد.

در این نشست دکتر محسن اسمعیلی (عضو هیأت علمی پژوهشگاه)، در زمینه "تحلیل محتوای پژوهش‌های انجام شده با موضوع خشونت در ورزش"، مطالب مرتبط با این حوزه را ارائه داد، همچنین سایر سخنرانان نیز در زمینه‌های "آسیب‌شناسی فرهنگی هواداران فوتبال ایران"، "تبیین علل و عوامل شکل‌گیری خشونت و پرخاشگری در میداين ورزشی از منظر تربیتی و روان‌شناختی"، "پرخاشگری و خشونت در ورزش از منظر سیاست‌گذاری و الزامات حقوقی و قانونی" و "مدیریت جامع هواداران فوتبال در باشگاه تراکتورسازی" توضیحات مربوطه را شرح دادند.





## هفتمین دوره پیشرفته بین‌المللی مربی بدنساز (ویژه رشته‌های ورزشی) برگزار شد

هفتمین دوره پیشرفته بین‌المللی مربی بدنساز (ویژه رشته‌های ورزشی)، توسط پژوهشگاه تربیت‌بدنی و علوم ورزشی و با همکاری فدراسیون بدنسازی و پرورش اندام در تاریخ ۱۱ الی ۱۷ آبان ماه به صورت تئوری و عملی در تهران برگزار شد.

در این دوره هفت روزه، مباحثی همچون مبانی علم تمرین و بدنسازی (اصول و طراحی تمرینات مقاومتی و استقامتی، تحلیل نیازهای ورزشکار، خستگی و ریکاوری، تیپرینگ و اوج‌رسانی، زمان‌بندی تمرینات سالیانه، تغذیه و مکمل‌های ورزشی، تمرینات Functional Training)، کاربرد تمرینات نوین (کاتسو (BFR)، پلیومتریک، تی آر ایکس، کراس فیت) و بدنسازی تخصصی ویژه رشته‌های ورزشی (رشته‌های فوتبال، کشتی و رزمی، والیبال و بسکتبال، شنا و قایقرانی و ورزش‌های راکتی) برای شرکت‌کنندگان تشریح و آموزش داده شد.

تدریس این دوره را نیز دکتر فیلیپ کلمته "مدرس یوفا از کشور پرتغال"، دکتر حمید آقاعلی‌نژاد، دکتر بهمن میرزایی، دکتر حمید رجبی، دکتر رامین امیرسازان، دکتر مرتضی بهرامی‌نژاد، دکتر محمدعلی قرائت، دکتر ناصر امیری، دکتر محمد فشی، دکتر صادق امانی، دکتر محمد شریعت‌زاده "عضو هیأت علمی پژوهشگاه تربیت‌بدنی" و دکتر بهمن تارودی‌زاده از اساتید برجسته بین‌المللی و داخلی برعهده داشتند.

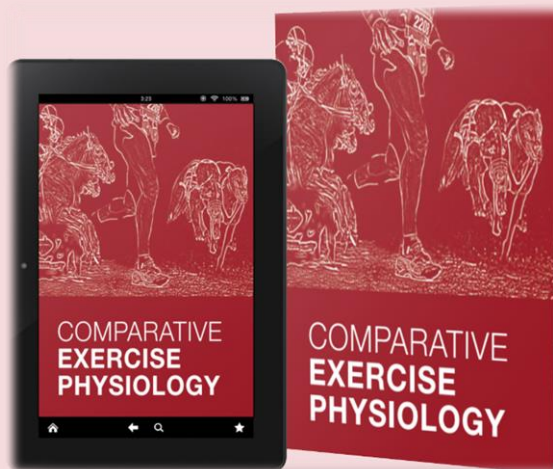


## چاپ مقاله ISI | عضو هیأت علمی پژوهشگاه در نشریه Comparative Exercise Physiology

مقاله پژوهشی دکتر معصومه هلالی‌زاده "عضو هیأت علمی پژوهشگاه تربیت‌بدنی و علوم ورزشی" با عنوان اثر عصاره رزماری بر کوفتگی عضلانی تأخیری پس از فعالیت ورزشی اکستریک، در نشریه Comparative Exercise Physiology با ضریب تأثیر ۵/۰ پذیرفته و به صورت آنلاین چاپ شد. عنوان کامل مقاله به شرح زیر است:  
The effect of essential oil of rosemary on eccentric exercise-induced delayed-onset muscle soreness in non-active women

دکتر معصومه هلالی‌زاده در تشریح موضوع این مقاله اظهار کرد: تمرکز اصلی این مقاله بر کوفتگی عضلانی در ورزشکاران است که عمدتاً بر کیفیت اجرای جلسات آتی تمرین، آثار مخربی داشته و سبب درد و ناراحتی ورزشکار تا چند روز پس از فعالیت می‌شود. در این مقاله، در خصوص آثار مفید و درمانی گیاهان دارویی در پیشگیری و رفع کوفتگی تأخیری عضلانی بحث شده و اثر مصرف مکمل گیاهی رزماری در دو دوز کم (۰/۲۵ میلی‌لیتر) و زیاد (۰/۵ میلی‌لیتر) تا ۷۲ ساعت پس از فعالیت بر شاخص‌های آسیب عضلانی شامل کراتین کیناز، لاکتات دهیدروژناز، تعداد لمفوسیت‌ها و نوتروفیل‌ها، میزان ورم و درد عضله ارزیابی شده است.

بر اساس نتایج این مطالعه، شاخص اصلی آسیب عضلانی یعنی کراتین کیناز در پاسخ به مصرف دوز بالای رزماری نسبت به دوز پایین آن و مصرف دارونما افزایش کمتری نشان داد. محققان گزارش کردند، مصرف عصاره رزماری می‌تواند موجب کاهش کوفتگی عضلانی پس از تمرین آسیب‌زا شود و می‌تواند جایگزین مصرف داروهای مسکن که عمدتاً عوارض جانبی مخربی برای بدن دارند، شود.



### اسامی کامل نویسندگان مقاله

- مریم رضایی
- رضا حاجی‌آقایی
- کمال عزیزبیگی
- صالح رحمتی احمدآباد
- معصومه هلالی‌زاده
- مینا اکبری
- پروین فرزانی
- محمدعلی آذربایجانی

قابل ذکر است، این نشریه در چارک دوم (Q۲) نشریات قرار دارد.

علاقه‌مندان می‌توانند جهت کسب اطلاعات بیشتر به آدرس لینک زیر مراجعه نمایند.

<https://www.wageningenacademic.com/doi/10.3920/CEP190034>

## بازدید معاونان و مدیران پژوهشگاه علوم و فرهنگ اسلامی از پژوهشگاه تربیت‌بدنی

برخی از معاونان و مدیران پژوهشگاه علوم و فرهنگ اسلامی به منظور ایجاد بسترهای مناسب جهت همکاری‌های دوجانبه، از بخش‌های مختلف پژوهشگاه تربیت‌بدنی و علوم ورزشی بازدید کردند.

در این نشست، حجت‌الاسلام و المسلمین دکتر محمدهادی یعقوب‌نژاد "معاون پژوهشی"، حجت‌الاسلام و المسلمین ابراهیم احمدنژاد "رئیس اداره امور منابع انسانی"، دکتر علی اکبری معلم "معاون منابع انسانی" و مهندس مهدی ایران‌پور "رئیس اداره امور هیأت علمی" پژوهشگاه علوم و فرهنگ اسلامی با دکتر علی کاشی "معاون پژوهشی و تحصیلات تکمیلی" و دکتر محمد شریعت‌زاده "معاون فناوری" پژوهشگاه تربیت‌بدنی، به منظور ایجاد شرایط مناسب جهت همکاری‌های متقابل در زمینه‌های مرتبط پژوهشی، پایش سلامت و تندرستی، خدمات مشاوره ورزشی، تجویز برنامه‌های تمرینی مورد نیاز برای کارکنان پژوهشگاه علوم و فرهنگ اسلامی و همچنین بررسی ظرفیت‌ها و امکانات هر دو مجموعه، بحث و تبادل نظر کردند.

در ادامه نیز مسئولان پژوهشگاه علوم و فرهنگ اسلامی از مرکز مشاوره ورزشی و بخش‌های مختلف آزمایشگاه‌های تخصصی پژوهشگاه تربیت‌بدنی بازدید و همچنین در آزمون‌های پایش سلامت و تندرستی شرکت کردند.



## عضویت رسمی پژوهشگاه تربیت‌بدنی در کمپین STOP Sports Injuries

پیروی مذاکرات انجام شده توسط دفتر همکاری‌های علمی و روابط بین‌الملل پژوهشگاه تربیت‌بدنی و علوم ورزشی با انجمن American Orthopaedic Society for Sports Medicine (انجمن آمریکایی ارتوپدی برای طب ورزش)، پژوهشگاه تربیت‌بدنی به صورت رسمی به عضویت کمپین STOP (Sports Trauma and Sports Injuries Overuse Prevention) (کمپین جلوگیری از آسیب‌های ناشی از ضربه و استفاده بیش از حد) این انجمن نائل شد.

از مزایای پیوستن به این کمپین، می‌توان به مواردی از جمله مجوز استفاده از منابع موجود متعلق به این کمپین (رهنمودها و منابع، پوسترها، بنر، فایل ارائه پاورپوینت و غیره، مرتبط با پیشگیری از آسیب‌های ورزش‌های مختلف) جهت انتشار پیام این کمپین توسط پژوهشگاه، مجوز استفاده از لوگوی این کمپین در رویدادهای پژوهشگاه به ویژه همایش‌ها و سمینارها و همچنین امکان استفاده از لوگوی این کمپین در گواهی‌های آموزشی پژوهشگاه، اشاره نمود.

شایان ذکر است، کمپین STOP Sports Injuries از سال ۲۰۰۷ زیر نظر انجمن American Orthopaedic Society for Sports Medicine (AOSM)، مشغول به فعالیت است.

جهت مشاهده بندهای همکاری با این کمپین می‌توانید به لینک زیر مراجعه نمایید.

[https://www.stopsportsinjuries.org/STOP/Get Involved/Help Us Spread the Word.aspx](https://www.stopsportsinjuries.org/STOP/Get%20Involved/Help%20Us%20Spread%20the%20Word.aspx)

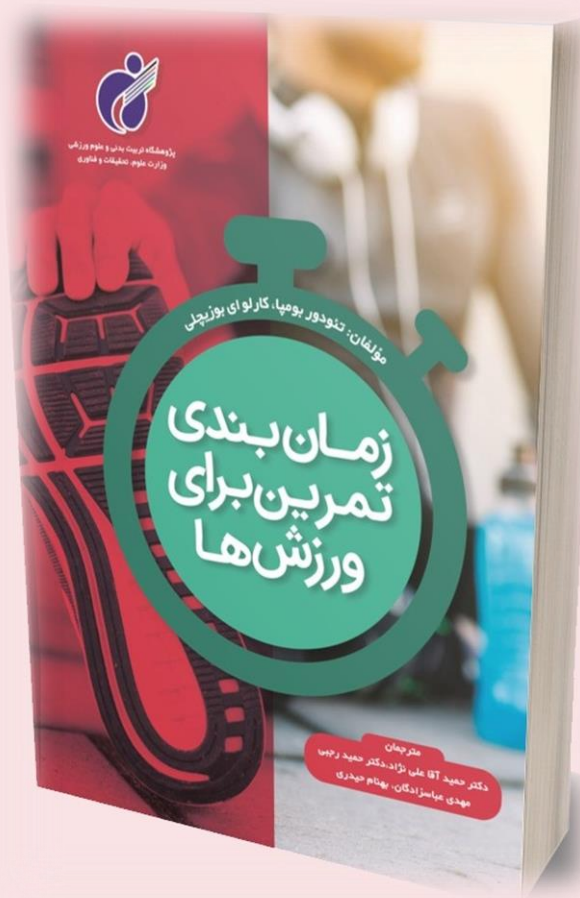




## کتاب زمان بندی تمرین برای ورزش ها

### آشنایی با کتاب

بخش اول (فصل های ۱ تا ۷) نظریه های اصلی اثرگذار بر تمرین قدرتی را مرور می کند و توضیح می دهد که توان و استقامت عضلانی کیفیت بدنی ترکیبی می باشند. همچنین شرح می دهد که چرا حرکات ورزشی معینی به نوع معینی از قدرت نیاز دارند و چرا بلند کردن ساده وزنه ها بر عملکرد سودی نخواهد داشت.



یک برنامه تمرین قدرتی موفق، به سطح دانش شما در فیزیولوژی قدرت بستگی دارد. اطلاعات موجود در فصل ۲، "پاسخ عصبی عضلانی به تمرین قدرتی"، به سادگی نشان می دهد که افراد با تمامی سوابق ورزشی می توانند آن را درک کنند. مورد جدید در ویرایش سوم، که به طور مفصل در فصل ۳ توضیح داده شده است، "تمرین دستگاه های انرژی"، از مثال های کاربردی برای نشان دادن تلفیق تمرین قدرتی و متابولیسمی در ورزش های مختلف استفاده می کند. هرچه دانش شما در این زمینه بیشتر باشد، طراحی برنامه هایی که منجر به انتقال فواید تمرین قدرتی به مهارت های ویژه ورزشی شود آسان تر خواهد بود. فصل ۴ و ۵ بر اهمیت بازگشت به حالت اولیه در تمرین قدرتی تأکید می کند و حاوی اطلاعاتی در مورد تسهیل بازگشت به حالت اولیه سریع تر پس از تمرینات و افزایش سازگاری های تمرین به ویژه از راه تغذیه مناسب می باشد. از موارد افزوده شده

دیگر در این کتاب، فصل ۷ تمامی مفاهیم روش شناسی مربوط به زمان بندی تمرین را توضیح می دهد؛ این فصل شما را قادر می سازد تا برنامه های سالیانه را در ورزش های مختلف تحلیل و طراحی کنید. بخش اول با توضیح اصول تمرین و چگونگی کاربرد آنها در تمرین قدرتی به پایان می رسد.

بخش دوم (فصل های ۸ تا ۱۰)، با بحث عناصر طراحی برنامه تمرین قدرتی، یعنی دستکاری متغیرهای تمرینی و چگونگی تأثیر آن بر تمرین شروع می شود. هر ۲ مورد برنامه ریزی کوتاه مدت و بلندمدت، با تأکید اصلی بر

برنامه‌های هفتگی و زمان‌بندی برنامه‌های سالیانه، با جزئیات کامل برای کمک به درک این مفاهیم در تمرین توضیح داده می‌شود. پیشینه مختصری از مفهوم زمان‌بندی نیز ارائه شده است.

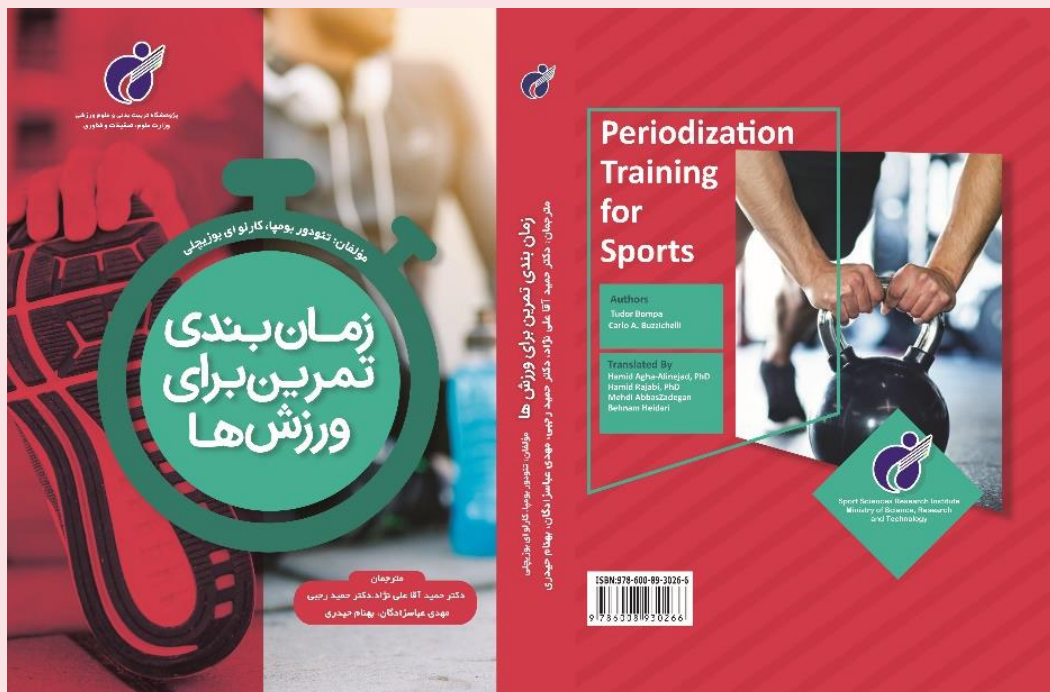
بخش سوم (فصل‌های ۱۱ تا ۱۵)، تمامی مراحل زمان‌بندی قدرت را توضیح می‌دهد. در هر مرحله، بهترین روش‌های تمرینی در دسترس برای ارتقای ورزشکاران به بالاترین سطح ارائه شده است.

شایان ذکر است، این کتاب **نسخه به‌روز رسانی شده و چاپ جدید** کتاب "زمان‌بندی و طراحی تمرین قدرتی در ورزش - برنامه‌های تمرینی برای اوج قدرت در ۳۵ رشته ورزشی" می‌باشد که پیش از این، بسیار مورد استقبال دوست‌داران کتب ورزشی قرار گرفته بود.

### شناسنامه کتاب

- تألیف: پروفیسور تئودور بومپا و کارلو ای بازیچلی
- ترجمه: دکتر حمید آقاعلی‌تژاد، دکتر حمید رجبی، مهدی عباس‌زادگان و بهنام حیدری
- نوبت چاپ: اول - ۱۳۹۸
- قطع: وزیری - ۴۹۸ صفحه
- قیمت: ۶۰۰۰۰ تومان
- عنوان اصلی: [۲۰۱۵] Periodization training for sports, Third Edition,

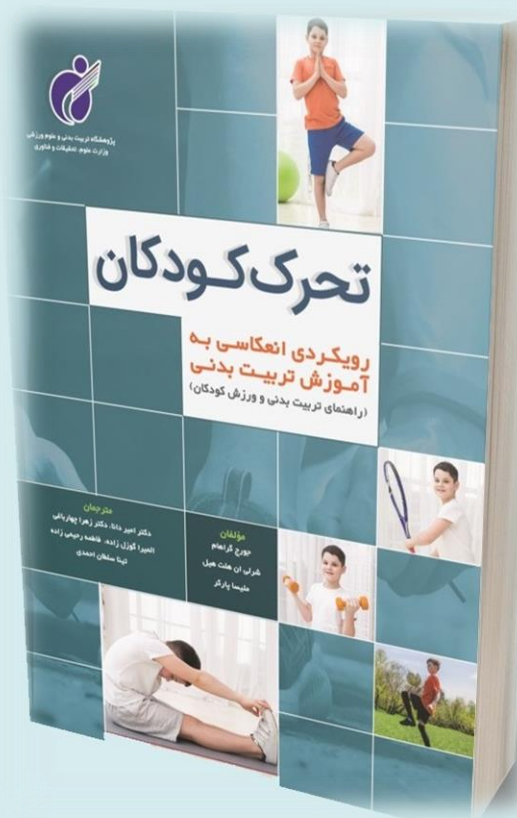
علاقه‌مندان می‌توانند جهت دانلود فایل PDF صفحات ابتدایی کتاب به آدرس لینک <http://ssrc.ac.ir/fa/news/۱۷۳/> مراجعه و برای خرید کتاب با شماره تلفن ۰۲۱۸۸۷۴۷۶۳۲ (داخلی ۲۱۴) تماس حاصل نمایند.



## کتاب تحرک کودکان (رویکردی انعکاسی به آموزش تربیت‌بدنی)

### آشنایی با کتاب

بخش اول کتاب شامل فصل‌های ۱ تا ۳ می‌شود که در فصل ۱ با مزایای تربیت‌بدنی برای کودکان و همچنین مؤلفه‌های برنامه تربیت‌بدنی باکیفیت برای کودکان آشنا خواهید شد. همچنین در فصل‌های ۲ و ۳، رویکرد موضوع مهارتی شرح داده می‌شود.



بخش دوم به طور ویژه روی فرآیند تبدیل شدن به معلم انعکاسی تمرکز دارد. فصل ۴ معلم انعکاسی را تعریف کرده و مثال‌هایی را ارائه می‌کند. اصل مسلم معلم انعکاسی این است که دروس خود را براساس مهارت‌ها، توانایی‌ها و علاقه به کودکان تنظیم کنیم. فصل ۵ سیستم ما را برای تعیین محتوا توصیف می‌کند که کودکان براساس نیازهای رشدی‌شان و علایق‌شان برای خواندن آن آماده هستند، گزینه دیگر سازماندهی محتوا با استفاده از سطوح تحصیلی و سنی (سطوح عمومی از تبحر مهارتی) است. فصل ۶ اهمیت زیادی دارد، زیرا فرآیند چهاربخشی را نقل می‌کند که چطور معلمان انعکاسی دروس و برنامه‌های خود را می‌چینند تا مزایای آن برای کودکان را به حداکثر برسانند. همان‌طور که در این فصل مشاهده خواهید کرد، برنامه‌ریزی در رویکرد موضوع مهارتی شامل چیزی بیش از یافتن بازی‌ها یا فعالیت‌هایی است که کودکان را مشغول،

شاد و آرام برای ۳۰ دقیقه یا بیشتر نگاه دارد. فصل آخر در بخش دوم طراحی شده است تا به شما در تحلیل تدریس‌تان کمک کند تا درک بهتری از کارایی و فرآیند خودتان، به عنوان معلم انعکاسی بدست آورید. در این فصل، تعدادی نمونه کاربردی ارائه شده است تا به شما بازخوردی از تدریس‌تان بدهد.

بخش سوم از کتاب روی تدریس مهارت‌ها (تربیت) در تدریس کارآمد تمرکز دارد. ۲ فصل اول فرآیند ایجاد محیط یادگیری مثبت را با کلاس‌تان (فصل ۸) و استراتژی‌هایی برای حفظ محیط بعد از ایجاد آن (فصل ۹) را توصیف می‌کند. فصل ۸ فرآیند ایجاد جوی مساعد برای یادگیری را توصیف می‌کند که شامل بخش‌هایی درباره امنیت و مسئولیت قانونی می‌شوند. در این فصل، آیکون امنیت را به عنوان هشدار برای تأکید روی امنیت



در موقعیت مورد نظر معرفی می‌کنیم. فصل ۹ گروهی از استراتژی‌ها را معرفی می‌کنند که می‌توانند استفاده شوند و به تمام دانش‌آموزان کمک کنند تا تکلیف را انجام دهند و از ایجاد محیطی اطمینان حاصل کنند که در ابتدا ایجاد شدند و در طول سال ادامه پیدا می‌کنند. اگر اکنون به این مسئله پی نبردید، در زمان شروع تدریس به این مسئله پی خواهید برد، این ۲ فصل برای شما معلمان بسیار مهم است و باید آن را خوانده، درک کرده و به آن ارجاع دهید. فصل ۱۰ انواع رویکردهای آموزشی را توصیف می‌کند که معلم برای پررنگ‌سازی توانایی کودکان برای تبدیل شدن آرام به یادگیرندگان مستقل به کار می‌برند. تحلیلی ارائه شده است که به معلمان اجازه می‌دهد تا تعیین کنند که چطور یک رویکردی بیش از رویکردی دیگر یا کمتر از آن با نیازهای دانش‌آموزان یا مهارت‌های آموزشی معلم منطبق است. این فصل ارتباط‌هایی را بین رویکردهای آموزشی مختلف فراهم می‌سازد تا تکالیف یادگیری را در فصل‌های موضوع مهارتی مشخص سازند. فرآیند مشاهده درک کودکان به صورت مهارت آموزشی مهم است که درس و محتوای برنامه را مشخص می‌سازد که برای کودکان مفیدتر است. در ویرایش نهم، کل فصل را به فرآیند مشاهده اختصاص دادیم، زیرا اعتقاد داریم که برای تبدیل شدن به معلم انعکاسی کارآمد شدیداً به آن نیاز دارید (فصل ۱۱). فصل آخر در بخش سوم، افراد زیادی در ایده‌های عملی را ارائه کرده است. می‌توانید آنها را برای پاسخ‌گویی به سؤالاتی مانند این سؤال‌ها استفاده کنید: آیا دانش‌آموزانی که به آنها درس می‌دهم، بهتر شدند؟ آیا آنها مفاهیم مهم به دست آوردند؟

بخش چهارم کتاب مثال‌هایی مفصل و کاربردی از مفاهیم حرکتی را ارائه می‌دهد. فصل‌های مفاهیم حرکتی (فصل‌های ۱۳ تا ۱۵) توصیف می‌کنند که چطور مفاهیم آگاهی از فضا، تلاش و ارتباطات در رویکرد موضوع مهارتی آموزش داده شدند و ارجاعاتی از هر دو ویرایش استانداردهای ملی برای محتوا و ایده‌های ارزیابی را دارند.

### شناسنامه کتاب

- تألیف: جورج گراهام، شیرلی ان هالت، ملیسا پارکر
- ترجمه: دکتر امیر دانا، دکتر زهرا چهارباغی، المیرا گوزل‌زاده، فاطمه رحیمی‌زاده و تینا سلطان‌احمدی
- نوبت چاپ: اول - ۱۳۹۸
- قطع: رحلی - ۳۷۲ صفحه
- قیمت: ۸۰۰۰۰ تومان
- عنوان اصلی:

Children Moving: A Reflective Approach to Teaching Physical Education, ۹ ed, ۲۰۱۳

علاقه‌مندان می‌توانند جهت دانلود فایل PDF صفحات ابتدایی کتاب به آدرس لینک <http://ssrc.ac.ir/fa/news/۱۹۰> مراجعه و برای خرید کتاب با شماره تلفن ۰۲۱۸۸۷۴۷۶۳۲ (داخلی ۲۱۴)

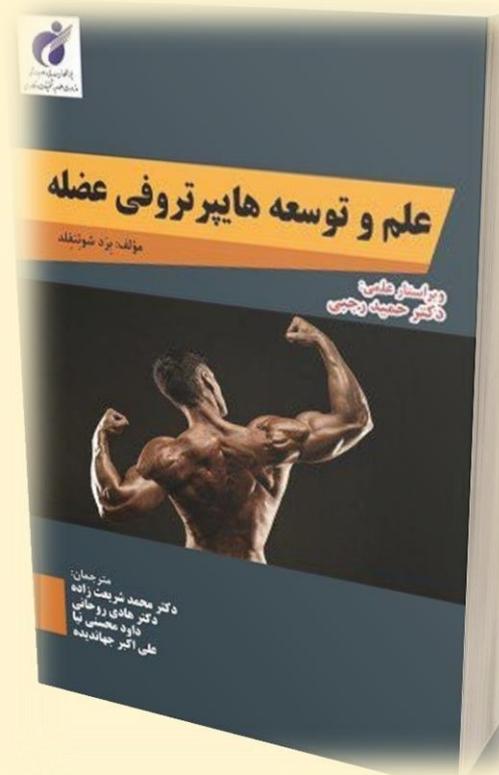
تماس حاصل نمایند.

## کتاب علم و توسعه هایپرتروفی عضله

### آشنایی با کتاب

بخش اول کتاب سازگاری‌ها و پاسخ‌های هایپرتروفی به فشار فعالیت ورزشی را پوشش داده است. این فصل مروری کلی از ساختار و عملکرد دستگاه عصبی عضلانی و سازگاری‌ها و پاسخ‌های دستگاه‌های عصبی - عضلانی، اندوکراین، پاراکراین و اتوکراین را ارائه کرده است. شما درباره نقش انواع تار عضلانی در رشد عضله؛ شیوه‌های آشکار کردن هایپرتروفی و اینکه چگونه عوامل درونی و بیرونی باعث افزایش پروتئین عضله می‌شود، یاد خواهید گرفت.

بخش دوم سازوکارهای مسئول هایپرتروفی ناشی از فعالیت ورزشی را کند و کاو کرده است. شناخت فرآیندهای درگیر در ساخت عضله برای توسعه راهبردها جهت به حداکثر رساندن رشد ضروری است. شما یاد خواهید گرفت که چگونه نیروهای مکانیکی به پیام‌های شیمیایی تبدیل می‌شوند تا باعث افزایش پروتئین عضلانی گردند، چگونه انباشت متابولیت‌های ناشی از فعالیت ورزشی، پاسخ هایپرتروفی را تحریک می‌کند و چگونه آشفته‌گی‌های ساختاری در عضله، بازسازی بافت را تحت تأثیر قرار می‌دهد.



بخش سوم نقش متغیرهای تمرین مقاومتی در هایپرتروفی را به تفصیل بیان می‌کند. به طور کلی اعتقاد بر این است که دستکاری دقیق این متغیرها، کلید پاسخ رشد است. شما یاد خواهید گرفت چگونه حجم، تعداد جلسات تمرین، بار، انتخاب حرکت، نوع عمل عضلانی، مدت زمان استراحت، مدت زمان تکرار، ترتیب حرکات، دامنه حرکتی و تلاش در توسعه سازگاری‌های عضلانی در فعل و انفعال هستند و چگونه آنها می‌توانند رشد عضلانی را به حداکثر برسانند.

بخش چهارم آثار تمرین هوازی در هایپرتروفی را بررسی می‌کند. این موضوعی بسیار ظریف است و با تصورات غلط فراوان همراه است. شما یاد خواهید گرفت چگونه شدت، مدت زمان، تعداد جلسات و طریقه تمرین هوازی، پاسخ هایپرتروفی را هم در هنگامی که فعالیت هوازی به صورت مجزا اجرا می‌شود و هم هنگامی که با فعالیت مقاومتی

ترکیب می‌شود (به عنوان مثال، تمرین موازی) تحت تأثیر قرار می‌دهد.

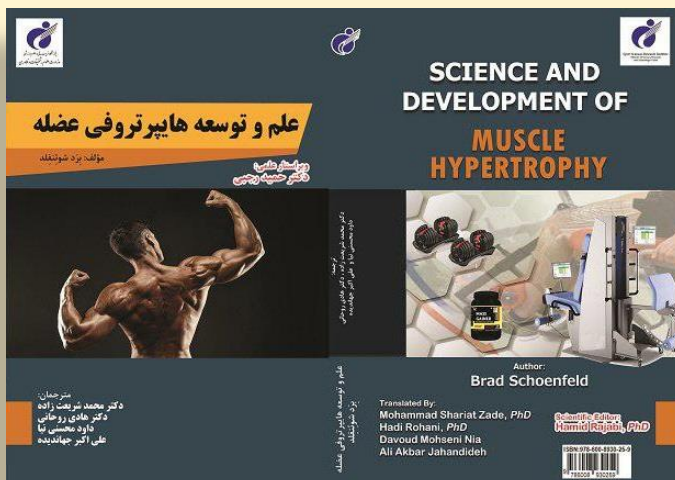
بخش پنجم به ملاحظات خاص جمعیتی که بر ساخت عضله تأثیرگذار است، نگاه می‌کند. تفاوت‌های زیادی در پاسخ هایپرتروفی بین فردی به علت عوامل متعدد وجود دارد. شما یاد خواهید گرفت چگونه ژنتیک، سن، جنسیت و تجربه تمرین، توانایی برای افزایش اندازه عضله را تحت تأثیر قرار می‌دهد.

بخش ششم اطلاعات کاربردی در طراحی برنامه فعالیت ورزشی برای به حداکثر رساندن هایپرتروفی را ارائه می‌دهد. این فصل جایی است که علم تمرین به هنر تبدیل می‌شود. شما یاد خواهید گرفت چگونه حرکات مختلف را انتخاب کنید تا به صورت همکار (هم‌افزایی) موجب رشد کامل عضلانی شوند، چگونه مدل زمان‌بندی را با توجه به ارتقای دستاوردهای هایپرتروفی مقایسه کنید و چگونه یک برنامه زمان‌بندی شده را برای حفظ نتایج پیاده‌سازی کنید.

بخش هفتم نقش تغذیه در هایپرتروفی را بررسی می‌کند. بدون شک، رژیم غذایی دریافتی تأثیر زیادی بر ظرفیت ساخت عضله دارد. شما آثار تعادل انرژی و درشت‌مغذی‌ها را بر رشد عضله، تأثیر تکرار وعده غذایی بر ساخت پروتئین عضله و میزان تأثیر زمان‌بندی مواد مغذی برای افزایش دستاوردهای عضلانی را خواهید آموخت.

### شناسنامه کتاب

- تألیف: برد شوئنفلد
- ترجمه: دکتر محمد شریعت‌زاده جنیدی، دکتر هادی روحانی، داوود محسنی‌نیا، علی‌اکبر جهاندیده
- ویراستار علمی: دکتر حمید رجبی
- نوبت چاپ: اول - ۱۳۹۸
- قطع: رحلی - ۲۱۸ صفحه
- قیمت: ۶۰۰۰۰ تومان
- عنوان اصلی: [۲۰۱۶] Science and Development of Muscle Hypertrophy



علاقه‌مندان می‌توانند جهت دانلود صفحات ابتدایی کتاب به آدرس لینک <http://ssrc.ac.ir/fa/news/۱۶۰/> مراجعه و برای خرید کتاب با شماره تلفن ۰۲۱۸۸۷۴۷۶۳۲ (داخلی ۲۱۴) تماس حاصل نمایند.

## کتاب راهنمای فعالیت‌های ورزشی برای بیماران مبتلا به سرطان پستان با ادم لنفاوی

### آشنایی با کتاب



ادم لنفاوی زمانی رخ می‌دهد که مایعات لنف در بازو، پستان، قفسه سینه و دست در سمتی از بدن که دچار سرطان پستان شده، تجمع پیدا کرده است. این عارضه می‌تواند بلافاصله پس از درمان یا سال‌ها بعد ایجاد شود و همراه با تورم، درد و عفونت می‌باشد. تجمع مایعات و تورم می‌تواند باعث درد، کاهش حرکت‌پذیری عضو، عفونت، مشکلات روحی و روانی و کاهش کیفیت زندگی شود. تشخیص و درمان به موقع فرد مبتلا می‌تواند در کنترل این وضعیت و بازگرداندن بیمار به زندگی عادی مؤثر باشد. علاوه بر درمان‌های معمول، برنامه‌های ورزشی کنترل شده و تحت نظر متخصص می‌توانند برای درمان ادم لنفاوی و بازگرداندن بیمار به زندگی عادی مورد استفاده قرار بگیرند.

در این کتاب نیز با ادم لنفاوی، دستگاه لنفاوی، چه عواملی باعث ادم لنفاوی می‌شوند، نشانه‌ها و علائم ادم لنفاوی، نشانه‌های ظاهری ادم لنفاوی، عوامل خطرزای ادم لنفاوی، موارد احتیاطی برای کاهش خطرات ادم لنفاوی، رعایت برخی نکات بهداشتی برای جلوگیری از ایجاد ادم لنفاوی، ملاحظات تمرینی برای ادم لنفاوی، انواع فعالیت‌های ورزشی برای ادم لنفاوی (کششی یا انعطاف‌پذیری، مقاومتی، هوازی یا قلبی تنفسی)، فعالیت‌های ورزشی پس از جراحی، مدل‌های تمرینی برای ادم لنفاوی (تمرینات نشسته، درازکش و ایستاده)، توصیه‌های کلی برای انجام فعالیت‌های ورزشی کششی و نمونه‌های تمرینی آشنا خواهید شد.

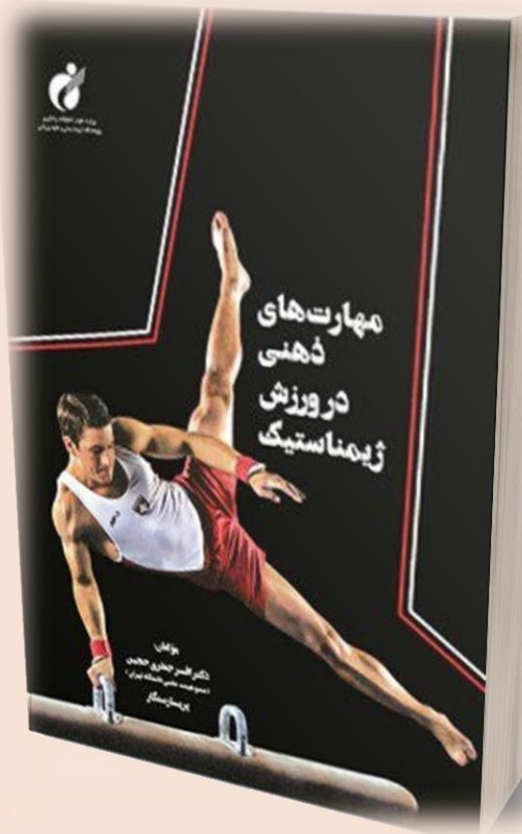
### شناسنامه کتاب

- تألیف: دکتر مهدیه ملانوری شمسی
- نوبت چاپ: اول - ۱۳۹۸
- قطع: رقعی (۸۲ صفحه)
- قیمت: ۲۰۰۰۰ تومان

علاقه‌مندان می‌توانند جهت دانلود صفحات ابتدایی کتاب به آدرس لینک <http://ssrc.ac.ir/fa/news/100/> مراجعه و برای خرید کتاب با شماره تلفن ۰۲۱۸۸۷۴۷۶۳۲ (داخلی ۲۱۴) تماس حاصل نمایند.

## کتاب مهارت‌های ذهنی در ورزش ژیمناستیک

### آشنایی با کتاب



این کتاب در ۷ فصل تلاش خواهد کرد تا دستیابی به آمادگی ذهنی ژیمناست‌ها را در تمرین و مسابقه تسهیل نماید. فصل اول این کتاب ضمن بررسی مراحل یادگیری و پیشرفت یک ورزشکار ژیمناست در سطح حرفه‌ای به نیازهای مربوط به عملکرد و تکالیف حرکتی در ورزش ژیمناستیک می‌پردازد. در فصل دوم، نقش مربی و والدین و البته تأثیرات آنها در یادگیری و اجرای ژیمناستیک مورد بحث و بررسی قرار می‌گیرد. فصل سوم ضمن معرفی انواع مهارت‌های ذهنی مورد نیاز در سطوح تخصصی مختلف ژیمناست‌ها، اثرات متقابل این مهارت‌ها روی یکدیگر را بررسی می‌کند. در فصل چهارم، این کتاب به بررسی و ارزیابی مهارت‌های ذهنی معرفی شده در ورزش ژیمناستیک پرداخته و راهکارهایی را برای هم‌افزایی این مهارت‌ها در این ورزش ارائه می‌کند. فصل پنجم، آخرین مرحله از چرخه آموزش مهارت‌های ذهنی را که ارائه بازخورد مناسب به ورزشکار است،

معرفی می‌کند. فصل ششم، مهم‌ترین و اصلی‌ترین چالش ژیمناست‌ها را با عنوان غلبه بر ترس بررسی می‌کند. در پایان نیز، فصل هفتم به بیان اصول کلی در برقراری ارتباط بین مربی و ژیمناست می‌پردازد.

### شناسنامه کتاب

- تألیف: دکتر افسر جعفری حجین، پریسا رستگار
- نوبت چاپ: اول - ۱۳۹۸
- قطع: وزیری (۱۵۸ صفحه)
- قیمت: ۳۵۰۰۰ تومان

علاقه‌مندان می‌توانند جهت دانلود صفحات ابتدایی کتاب به آدرس لینک <http://ssrc.ac.ir/fa/news/۱۵۴/>

مراجعه و برای خرید کتاب با شماره تلفن ۰۲۱۸۸۷۴۷۶۳۲ (داخلی ۲۱۴) تماس حاصل نمایند.



## نشریه علمی پژوهشی "پژوهش در ورزش تربیتی"

جدیدترین مقالات نشریه علمی پژوهشی "پژوهش در ورزش تربیتی" ویژه بهار و تابستان ۱۳۹۸ (دوره ۷، شماره ۱۶) منتشر شد.

### فهرست مقالات نشریه شماره ۱۶ (شماره جاری)

۱. طراحی الگوی سلامت ذهنی ورزشکاران شرکت‌کننده در ورزش تربیتی
۲. تبیین عوامل مؤثر بر موفقیت المپیاد ورزشی درون‌مدرسه‌ای
۳. تحلیل محتوای پژوهش‌های علمی در حوزه تربیت‌بدنی و ورزش وزارت آموزش و پرورش ایران
۴. مدل ساختاری سبک‌های هویت، تعهد هویت و تقید به نماز در ورزشکاران جوان
۵. ارائه الگوی استقرار ایمنی در محیط‌های ورزشی (با کاربرد نظریه داده بنیاد)
۶. نقش دانش و نگرانی اخلاقی مصرف‌کنندگان در نیت رفتاری آنان نسبت به پوشاک ورزشی تقلبی
۷. تأثیر مدیریت دانش بر اثربخشی کارکنان وزارت ورزش و جوانان با تأکید بر نقش میانجی خرد سازمانی
۸. مدل رابطه‌ای فرهنگ سازمانی با اخلاق ورزشی ورزشکاران نخبه ایران (مطالعه موردی: لیگ یک فوتبال ایران)
۹. تأثیر کیفیت ادراک شده پخش تلویزیونی و وابستگی بینندگان به تلویزیون بر قصد حضور در استادیوم فوتبال
۱۰. شناسایی و تحلیل ابعاد خشونت علیه کودکان در حوزه ورزش (رهیافت مبتنی بر تئوری داده‌بنیاد)
۱۱. اثر مشارکت ورزشی بر سرمایه اجتماعی با میانجی‌گری نقش رسانه و قابلیت تعاملی افراد
۱۲. بررسی کیفیت خدمات آموزشی دانشکده‌های علوم ورزشی با رویکرد گسترش کیفیت عملکرد (مطالعه موردی: دانشکده علوم ورزشی دانشگاه گیلان)
۱۳. تبیین جامعه‌شناختی پیامدهای اجتماعی مشارکت در ورزش بر اساس نظریه داده‌بنیاد
۱۴. مدل‌یابی اثر حمایت اجتماعی والدین، شایستگی ادراک شده و جو مدرسه بر لذت از شرکت در فعالیت‌های بدنی دانش‌آموزان دختر

### شناسنامه نشریه

- صاحب امتیاز: پژوهشگاه تربیت‌بدنی و علوم ورزشی
- مدیر مسئول: دکتر علی شریف‌نژاد
- سردبیر: دکتر رضا اندام
- دبیر تخصصی: دکتر محمدحسین قربانی
- مدیر داخلی: دکتر سمیرا غلامیان



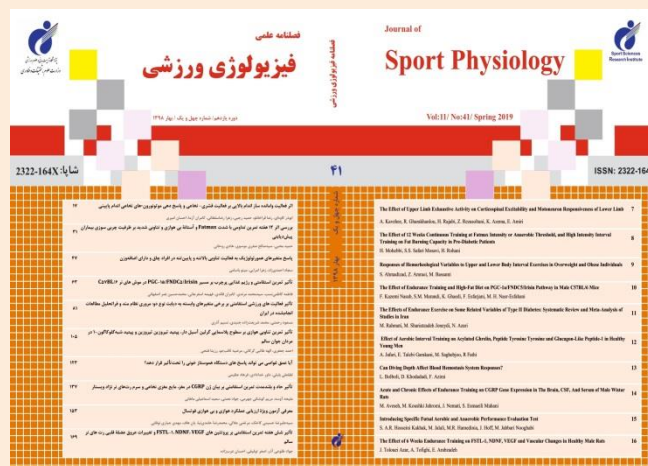
علاقه‌مندان می‌توانند جهت کسب اطلاعات بیشتر درباره فرآیند پذیرش مقاله و مطالعه متن کامل مقالات منتشر شده به پایگاه رسمی نشریه "پژوهش در ورزش تربیتی" به نشانی <http://res.ssac.ir> مراجعه نمایند.

## نشریه علمی پژوهشی "فیزیولوژی ورزشی"

جدیدترین مقالات نشریه علمی پژوهشی "فیزیولوژی ورزشی" ویژه بهار (شماره ۴۱) و تابستان ۱۳۹۸ (شماره ۴۲) منتشر شد. همچنین مقالات شماره جاری این نشریه (دوره ۱، شماره ۴۳، پاییز ۱۳۹۸) در حال بارگذاری بر روی سایت نشریه است.

### فهرست مقالات نشریه شماره ۴۱

۱. اثر فعالیت وامانده ساز اندام بالایی بر فعالیت قشری - نخاعی و پاسخدهی موتونورون های نخاعی اندام پایینی
۲. بررسی اثر ۱۲ هفته تمرین مداومی با شدت Fatmax و آستانه بی‌هوازی و تناوبی شدید بر ظرفیت چربی‌سوزی بیماران پیش‌دیابتی
۳. پاسخ متغیرهای همورئولوژیک به فعالیت تناوبی بالاتنه و پایین‌تنه در افراد چاق و دارای اضافه وزن
۴. تأثیر تمرین استقامتی و رژیم غذایی پرچرب بر مسیر PGC-1 $\alpha$ /FNDC5/Irisin در موش‌های نر C57BL/6
۵. تأثیر فعالیت‌های ورزشی استقامتی بر برخی متغیرهای وابسته به دیابت نوع ۲: مرور نظام‌مند و فراتحلیل مطالعات انجام شده در ایران
۶. تأثیر تمرین تناوبی هوازی بر سطوح پلاسمایی گرلین آسپل‌دار، پپتید تیروزین تیروزین و پپتید شبه‌گلوکاگون-۱ در مردان جوان سالم
۷. آیا عمق غواصی می‌تواند پاسخ‌های دستگاه هموستاز خونی را تحت تأثیر قرار دهد؟
۸. تأثیر حاد و بلندمدت تمرین استقامتی بر بیان ژن CGRP در مغز، مایع مغزی نخاعی و سرم رت‌های نر تژاد ویستار
۹. معرفی آزمون ویژه ارزیابی عملکرد هوازی و بی‌هوازی فوتسال
۱۰. تأثیر شش هفته تمرین استقامتی بر پروتئین‌های FSTL-1, NDNF, VEGF و تغییرات عروق عضله قلبی رت‌های نر سالم





## فهرست مقالات نشریه شماره ۴۲

۱. تأثیر شش هفته تمرین تناوبی خیلی شدید بر عوامل منتخب آتریوژنز قلبی در رت-های مبتلا به آنفاریکتوس میوکارد
۲. تأثیر شش هفته تمرین استقامتی بر بیان ژن‌های آپوپتوزی و ضدآپوپتوزی بطن چپ قلب موش‌های صحرائی نر سالمند
۳. فعال‌نشدن مسیر پیام‌رسانی MAPK عضله اسکلتی مردان غیرفعال با پیاده‌روی حاد تناوبی همراه با محدودیت جریان خون
۴. تأثیر شدت‌های مختلف تمرین مقاومتی و استقامتی بر بیان microRNA-۱۳۳a و دو فاکتور نسخه‌برداری استئوژنز و آدیپوژنز Runx۲ و PPAR $\gamma$  در مغز استخوان موش‌های صحرائی نر سالمند نژاد ویستار
۵. تأثیر تمرین تناوبی پرشدت در موش صحرائی ماده چاق قبل از بارداری بر زمان خستگی، متیلاسیون ژن‌های PGC-1 $\alpha$  و سارکولپین در عضله دوقلوی زاده‌های موش
۶. هنجاریابی آزمون آمادگی جسمانی استاندارد کانادایی (CSTF) در دانش‌آموزان با کم‌توان ذهنی مقاطع متوسطه اول و متوسطه دوم استان همدان
۷. اثر دو الگوی تمرین با نسبت روزهای استراحت به تمرین متفاوت و مصرف مکمل عسل طبیعی بر غلظت ایتترلوکین-۶ سرم و بیان آن در بافت هیپوکمپ موش‌های صحرائی نر نابالغ
۸. تأثیر ۱۲ هفته تمرین هوازی با و بدون مصرف مولتی‌ویتامین - مینرال در هوای آلوده بر برخی عوامل ایمنولوژیک مردان سالم

## شناسنامه نشریه

- صاحب امتیاز: پژوهشگاه تربیت‌بدنی و علوم ورزشی
- مدیر مسئول: دکتر علی شریف‌نژاد
- سردبیر: دکتر حمید رجبی
- دبیر تخصصی: دکتر محمد شریعت‌زاده
- مدیر داخلی: خانم راضیه ایرانی

علاقه‌مندان می‌توانند جهت کسب اطلاعات بیشتر درباره فرآیند پذیرش مقاله و مطالعه متن کامل مقالات منتشر شده به پایگاه رسمی نشریه "فیزیولوژی ورزشی" به نشانی <http://spj.ssrc.ac.ir/> مراجعه نمایند.



## نشریه علمی پژوهشی "رفتار حرکتی"

جدیدترین مقالات نشریه علمی پژوهشی "رفتار حرکتی" ویژه بهار (شماره ۳۵) و تابستان ۱۳۹۸ (شماره ۳۶) منتشر شد. همچنین مقالات شماره جاری این نشریه (دوره ۱۱، شماره ۳۷، پاییز ۱۳۹۸) در حال بارگذاری بر روی سایت نشریه است.

### فهرست مقالات نشریه شماره ۳۵

۱. تحکیم مبتنی بر ثبات در حافظه حرکتی پنهان
۲. تأثیر تحریک موزون دیداری بر پارامترهای کینماتیکی راه رفتن بیماران مبتلا به مالتیپل اسکلروزیس
۳. بررسی میزان یادگیری ایروبیکی در دانشجویان کم‌تحرک با توجه به سبک‌های شناختی
۴. تأثیر سه رویکرد آموزشی بر عملکرد بازی بسکتبال در دانشجویان پسر
۵. تأثیر نوع کانون توجه و فراوانی بازخورد بر دانش آشکار و یادگیری پرتاب آزاد بسکتبال
۶. تأثیر جفت‌شدگی ویژگی شخصیتی رقابت‌جویی و غیررقابت‌جویی و محیط تمرینی در تمرین مشاهده‌ای بر یادگیری پرتاب دارت
۷. اعتباریابی نسخه فارسی آزمون شاخص راه رفتن پویا در بیماران مبتلا به مالتیپل اسکلروزیس (نسخه چهار موردی)
۸. تأثیر سبک‌های فرزندپروری بر مهارت‌های حرکتی بنیادی کودکان پنج تا شش سال

فصلنامه علمی		Journal of Motor Behavior	
فصلنامه رفتار حرکتی		Sport Sciences Research Institute	
دوره یازدهم / شماره ۳۵ / بهار ۱۳۹۸		Vol: 11/ No: 35/ Spring 2019	
شماره: 2538-273X		ISSN: 2538-273X	
۱۷	تحکیم مبتنی بر ثبات در حافظه حرکتی پنهان آیة هاشمی آهویی، فرهاد لدیری، سیدمحمدکاظم واطق موسوی	7	Consolidation Based on Stabilization in Implicit Motor Memory E. Hashemi Ahoocci, F. Ghadiri, S. M. K. Vaez Mousavi
۲۵	تأثیر تحریک موزون دیداری بر پارامترهای کینماتیکی راه رفتن بیماران مبتلا به مالتیپل اسکلروزیس سمنوره شهبازی، مهدی مهرابی، حمیدرضا طاهری تریبی، کریم سبکخواه، سلیمه نبیسی کیا	8	The Effect of Rhythmic Visual Stimulation on Kinematics Parameters of Gait in Patients with Multiple Sclerosis M. Shahraki, M. Sohrabi, H. R. Taheri Torbati, K. Nikkhab, M. Naeimikia
۴۹	بررسی میزان یادگیری ایروبیکی در دانشجویان کم‌تحرک با توجه به سبک‌های شناختی فریبا ملالی زنگی، مهنا اسکندرنژاد زما انصاری زانی	9	Assessment of Sedentary Student Aerobics Learning According to Cognitive Styles F. Mollaei Zangi, M. Eskandarnajad, Z. Fathi Rezaei
۶۴	تأثیر سه رویکرد آموزشی بر عملکرد بازی بسکتبال در دانشجویان پسر پروانه‌ایان نوری، حسن محمدزاده مالک احمدی	10	The Effects of Three Instructional Approaches on Basketball Game Performance in University Students B. Ghari, H. Mohammad Zadeh, M. Ahmadi
۸۵	تأثیر نوع کانون توجه و فراوانی بازخورد بر دانش آشکار و یادگیری پرتاب آزاد بسکتبال مجید پهلوان‌یاری، مهدی شهبازی، سیدمهدی آقاپور حسینی، شروان علیحاجی، روحی، علی شمس‌ماهان	11	The Effect Type of Attentional Focus and the Frequency of Feedback on Explicit Knowledge and the Learning of Basketball Free Throwing M. Pahlavan Yari, M. Shabbazi, S. M. Aghapour Hasiri, Sh. Tahmassebi Boroujeni, A. Shamsi Majejan
۱۰۲	تأثیر جفت‌شدگی ویژگی شخصیتی رقابت‌جویی و غیررقابت‌جویی و محیط تمرینی در تمرین مشاهده‌ای بر یادگیری پرتاب دارت پورانگیزه داکتراسلامی، مهدی رفایی بوجنی، احمدرضا مومنی	12	The Effect of Pairing the Personality Characteristic of Competitiveness, Non-Competitiveness and Training Environment in Observational Practice on Learning of Dart Throwing M. Khaksar Boldaji, M. Rafiei Borujeni, A. R. Movahedi
۱۱۷	اعتباریابی نسخه فارسی آزمون شاخص راه رفتن پویا در بیماران مبتلا به مالتیپل اسکلروزیس (نسخه چهار موردی) ولیا کاشانی، فاطمه دهستانی، محمدعلی سلطانیان	13	Validation of the Persian Version of Dynamic Gait Index in Multiple Sclerosis Diseases (4-Item) V. Kashani, F. Dehestani, M. A. Soltaniam
۱۲۳	تأثیر سبک‌های فرزندپروری بر مهارت‌های حرکتی بنیادی کودکان پنج تا شش سال حمید افشاری، شهاب پورین‌پور، ندا شاهرزاد	14	Effects of Parenting Styles on Fundamental Movement Skills of 5 to 6 Years Old Children H. Lotfi, Sh. Parvin Pour, N. Shahrzad

### فهرست مقالات نشریه شماره ۳۶

۱. تأثیر سطح مهارت الگو و تواتر بازخورد بر یادگیری تکلیف هدفگیری زنجیره‌ای ساده
۲. تأثیر تمرین هوازی تداومی متوسط و تناوبی شدید قبل از ایسکمی مغزی بر حافظه فضایی و شاخص نروتروفیک BDNF موش‌های صحرایی نر
۳. تأثیر تمرین ریتمیک ایروبی با موسیقی بر هوش هیجانی و تبحر حرکتی در کودکان با اختلال هماهنگی رشدی
۴. تأثیر دستکاری کانون توجه بر اجرای ضربه فوره‌ند تاپ اسپین بازیکنان ماهر و مبتدی تنیس روی میز در شرایط فشار روانی بالا
۵. اثر کانون توجه درونی و بیرونی بر نوسان در تکالیف قامتی و فرقامتی در سالمندان
۶. آثار قیود تکلیف بر الگوهای پرتاب کودکان
۷. رویایی و پایایی آزمون رشد مهارت‌های حرکتی درشت اولریخ - نسخه سوم در کودکان دختر و پسر هفت تا نه ساله شهر تهران
۸. مدلیابی عوامل پویای مؤثر در رشد حرکات درشت اطفال ۹ تا ۱۲ ماهه با استفاده از مدل معادلات ساختاری

### شناسنامه نشریه

- صاحب امتیاز: پژوهشگاه تربیت‌بدنی و علوم ورزشی
- مدیر مسئول: دکتر علی شریف‌نژاد
- سردبیر: دکتر مهدی نمازی‌زاده
- دبیر تخصصی: دکتر علی کاشی
- مدیر داخلی: خانم رضیه ایرانی

علاقه‌مندان می‌توانند جهت کسب اطلاعات بیشتر درباره فرآیند پذیرش مقاله و مطالعه متن کامل مقالات منتشر شده به پایگاه رسمی نشریه " رفتار حرکتی " به نشانی <http://mbj.ssrc.ac.ir> مراجعه نمایند.



## نشریه علمی پژوهشی "مطالعات روان‌شناسی ورزشی"

جدیدترین مقالات نشریه علمی پژوهشی "مطالعات روان‌شناسی ورزشی" ویژه بهار (دوره ۸، شماره ۲۷) و تابستان ۱۳۹۸ (دوره ۸، شماره ۲۸) منتشر شد.

### فهرست مقالات نشریه شماره ۲۷

۱. تأثیر فعالیت‌های بدنی بر کارکرد شناختی و عملکرد حرکتی کودکان مبتلا به اختلال توجه/ بیش‌فعالی
۲. مدل رابطه‌ای انگیزه خودتعیینی با اخلاق ورزشی ورزشکاران نخبه ایران (مطالعه موردی: لیگ یک فوتبال ایران)
۳. تأثیر ذهن‌آگاهی بر کاهش اضطراب و افزایش عملکرد ورزشی فوتبالیست‌های جوان
۴. تأثیر تمرینات نوروفیدبک ریتم حسی حرکتی بر عملکرد بازیکنان تنیس روی میز
۵. تأثیر مداخله لیوان چینی بر اعتماد به نفس و هماهنگی دودستی دانش‌آموزان
۶. تأثیر بازی‌های توجهی، تمرین بدنی و تمرینات ترکیبی بر انواع توجه و کارکردهای شناختی کودکان بیش‌فعال / نقص توجه
۷. تأثیر ابعاد تصویرسازی با سرعت آهسته و واقعی بر یادگیری مهارت پرتاب دارت
۸. مقایسه رفتار تصمیم‌گیری بازیکنان مرد نخبه فوتبال در موقعیت‌های مختلف انگیزشی و تمرینی
۹. تأثیر مداخله تمرین بدنی بر توجه پایدار و بازداری رفتار در دختران مبتلا به اختلال نارسیایی توجه/ فزون‌کنشی
۱۰. اثربخشی درمان شناختی - رفتاری مبتنی بر ذهن‌آگاهی بر توانایی‌های شناختی و تاب‌آوری ورزشکاران نابینا
۱۱. ویژگی‌های روان‌سنجی نسخه فارسی سیاهه اضطراب از آسیب مجدد در ورزشکاران آسیب‌دیده

۱۲. انطباق‌پذیری، رواسازی و پایایی

پرسش‌نامه خودارائه‌گری در

تمرین در ورزشکاران

۱۳. رابطه استرس تحصیلی و

باورهای انگیزشی با تعلل‌ورزی

تحصیلی در دانش‌آموزان

ورزشکار: نقش میانجی

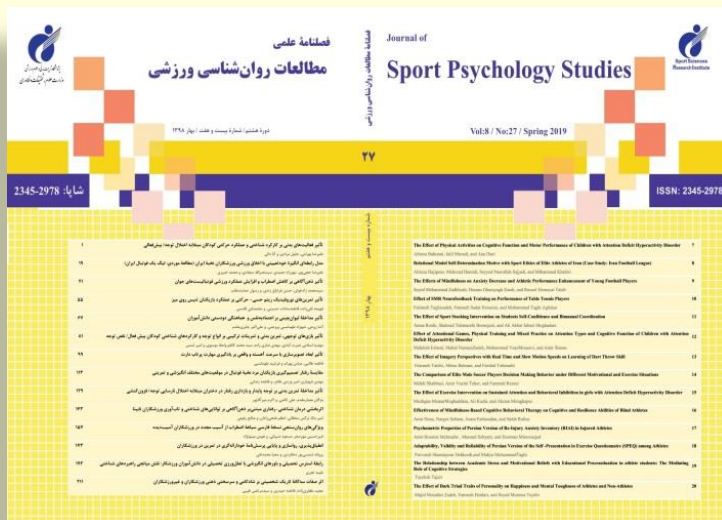
راهبردهای شناختی

۱۴. اثر صفات سه‌گانه تاریک

شخصیتی بر شادکامی و

سرسختی ذهنی ورزشکاران و

غیرورزشکاران



## فهرست مقالات نشریه شماره ۲۸

۱. ساختاریابی مدل سواد بدنی در دختران ده ساله ناحیه یک شهرستان اهواز
۲. ارتباط محیط زمینه‌ای اجتماعی، انگیزش، احساس لذت و رضایت‌مندی در کلاس تربیت‌بدنی بر اساس نظریه خودمختاری
۳. اثر زمان‌بندی متفاوت تصویرسازی پتلمپ بر عملکرد و یادگیری پرتاب دارت: مطالعه نقش میانجی‌گری خواب
۴. مقایسه اثربخشی روش آموزش ورزش و روش سنتی در آموزش والیبال بر متغیرهای دانش و اشتیاق دانش‌آموزان
۵. ویژگی‌های روان‌سنجی نسخه فارسی پرسش‌نامه فرا چشم‌انداز (۳+Cs) چارچوب ارتباط مربی - ورزشکار (CART-Q)
۶. اثربخشی آموزش یوگا بر حس انسجام، خودتاب‌آوری و انعطاف‌پذیری شناختی در زنان
۷. ترجیحات و موانع مشارکت فعالیت بدنی در معتادان
۸. شیوع اختلال بدشکلی عضلانی در ورزشکاران بدن‌سازی: بررسی مؤلفه‌های روان‌فیزیولوژیکی
۹. ارتباط نگرانی از تصویر بدنی با ادراک از بدن و قصد تمرین زنان در مراحل تغییر رفتار تمرینی
۱۰. تأثیر ابعاد مختلف فشار بر ویژگی‌های کینماتیک سلاح و دقت عملکرد تیراندازان نخبه و نوآموز تپانچه
۱۱. تحلیل‌رفتگی ورزشی در دانش‌آموزان: تأثیر حمایت سازمانی ادراک شده و نقش میانجی سرمایه روان‌شناختی
۱۲. بررسی عوامل مؤثر بر گرایش به مدگرایی ورزشکاران حرفه‌ای
۱۳. فراتحلیل خشونت ورزشی در پژوهش‌های ایرانی
۱۴. تأثیر نگرش به ورزش پهلوانی بر میزان اطلاعات در خصوص دوپینگ و تمایل به دوپینگ ورزشکاران تیم‌های ملی
۱۵. تأثیر بازخورد خودکنترلی بر یادگیری حرکتی، اعتماد به تعادل و خودکارآمدی سالمندان در یک تکلیف تعادلی
۱۶. تأثیر سرسختی ذهنی بر شادکامی و عملکرد ورزشی دانشجویان دختر فوتسالیست

## شناسنامه نشریه

- صاحب امتیاز: پژوهشگاه تربیت‌بدنی و علوم ورزشی
- مدیر مسئول: دکتر علی شریف‌نژاد
- سردبیر: دکتر محمد خبیری
- دبیر تخصصی: دکتر امیر شمس
- مدیر داخلی: خانم بهشته اقبالی



علاقه‌مندان می‌توانند جهت کسب اطلاعات بیشتر درباره فرآیند پذیرش مقاله و مطالعه متن کامل مقالات منتشر شده به پایگاه رسمی نشریه "مطالعات روان‌شناسی ورزشی" به نشانی <http://spsyj.ssrc.ac.ir/> مراجعه نمایند.

## نشریه علمی پژوهشی "مطالعات مدیریت ورزشی"

جدیدترین مقالات نشریه علمی پژوهشی "مطالعات مدیریت ورزشی" ویژه خرداد و تیر ماه (شماره ۵۴) و مرداد و شهریور ۱۳۹۸ (شماره ۵۵) منتشر شد. همچنین مقالات شماره جاری این نشریه (دوره ۱۱، شماره ۵۶، مهر و آبان ۱۳۹۸) در حال بارگذاری بر روی سایت نشریه است.

### فهرست مقالات نشریه شماره ۵۴

۱. برآورد تولید ناخالص داخلی ورزش و تحولات اجزای آن (۱۳۹۴-۱۳۷۵)
۲. کاربرد روان‌شناسی رنگ در بازاریابی باشگاه‌های آمادگی جسمانی و ایروبیک
۳. تأثیر سرمایه‌گذاری بخش خصوصی در کارگاه‌های تولیدی کالاهای ورزشی بر تولید ناخالص داخلی ایران
۴. رتبه‌بندی شاخص‌های مدیریت زنجیره تأمین خدمات در ورزش
۵. اثر نوگرایی مصرف‌کننده بر سبک‌های خرید پوشاک ورزشی
۶. تدوین الگوی شایستگی مدیران سازمان‌های ورزشی کشور بر اساس نظریه داده‌بنیاد
۷. پیامدسنجی واگذاری اماکن ورزشی بر ابعاد مختلف ورزش همگانی و قهرمانی در استان کرمانشاه
۸. شناسایی عوامل مؤثر در تقاضای بازار باشگاه‌های تکواندوی باتوان
۹. کاربرد کهن الگوها برای تعیین شخصیت برند سازمان لیگ حرفه‌ای فوتبال ایران
۱۰. پیش‌بینی عملکرد کشورهای آسیایی در بازی‌های المپیک بر اساس عملکرد گذشته
۱۱. تبیین و پیاده‌سازی مدل ترکیبی کارت امتیازی متوازن و تحلیل پوششی داده‌ها در ارزیابی عملکرد و رتبه‌بندی هیأت‌های ورزشی
۱۲. برنامه‌ریزی راهبردی اداره کل ورزش و جوانان استان تهران و مدل اجرای آن با رویکرد کارت امتیازی متوازن

دوماهنامه علمی مطالعات مدیریت ورزشی		Sport Management Studies	
دوره پیاپی ۵۴ / شماره ۳ / خرداد و تیر ۱۳۹۸		Vol 11/ No 54/ June & July 2019	
ردیف	عنوان مقاله	ردیف	عنوان مقاله
۱	برآورد تولید ناخالص داخلی ورزش و تحولات اجزای آن (۱۳۹۴-۱۳۷۵)	۷	Estimation of Gross Domestic Sport Product and Changes in its components (1994-2015)
۲	کاربرد روان‌شناسی رنگ در بازاریابی باشگاه‌های آمادگی جسمانی و ایروبیک	۸	Application of Color Psychology in the Marketing of Fitness and Aerobics Clubs Services
۳	تأثیر سرمایه‌گذاری بخش خصوصی در کارگاه‌های تولیدی کالاهای ورزشی بر تولید ناخالص داخلی ایران	۹	The Effect of Private Sector Investment in Sports Products Manufacturing Workshops on Iran's Gross Domestic Product
۴	رتبه‌بندی شاخص‌های مدیریت زنجیره تأمین خدمات در ورزش	۱۰	Identifying Supply Chain Management Indicators in Sport
۵	اثر نوگرایی مصرف‌کننده بر سبک‌های خرید پوشاک ورزشی	۱۱	The Effect of Consumer Innovativeness on Shopping Styles of Sports Clothing
۶	تدوین الگوی شایستگی مدیران سازمان‌های ورزشی کشور بر اساس نظریه داده‌بنیاد	۱۲	Formulating Model of Sport Organization's Manager Competencies Grounded Theory
۷	پیامدسنجی واگذاری اماکن ورزشی بر ابعاد مختلف ورزش همگانی و قهرمانی در استان کرمانشاه	۱۳	Measuring the Outcome of Privatization of the Sports Facilities on Various Aspects of Sport for All and Competitive Sports in Kermanshah Province
۸	شناسایی عوامل مؤثر در تقاضای بازار باشگاه‌های تکواندوی باتوان	۱۴	The Tradition of the Performance of Asian Countries in the Olympics based on Post Performance
۹	کاربرد کهن الگوها برای تعیین شخصیت برند سازمان لیگ حرفه‌ای فوتبال ایران	۱۵	Identification Factors Affecting the Market Demand of Women's Trackside Clubs
۱۰	پیش‌بینی عملکرد کشورهای آسیایی در بازی‌های المپیک بر اساس عملکرد گذشته	۱۶	Filling Archetype for Rebrandization of Iran Football Pro League Brand Personality
۱۱	تبیین و پیاده‌سازی مدل ترکیبی کارت امتیازی متوازن و تحلیل پوششی داده‌ها در ارزیابی عملکرد و رتبه‌بندی هیأت‌های ورزشی	۱۷	The Tradition of the Performance of Asian Countries in the Olympics based on Post Performance
۱۲	برنامه‌ریزی راهبردی اداره کل ورزش و جوانان استان تهران و مدل اجرای آن با رویکرد کارت امتیازی متوازن	۱۸	Definition and Implementation of the Combined Model of BSC-BSC in the Sport Board's Performance Evaluation and Ranking

## فهرست مقالات نشریه شماره ۵۵

۱. شناسایی عوامل مؤثر در پول شویی در ورزش
۲. الگوی ورزش سالمندی ایران: رویکرد داده بنیاد
۳. سنجش تأثیرگذاری پیشرفت علم بر رشد و توسعه ورزش (مطالعه موردی: حوزه موضوعی ورزش قهرمانی المپیک)
۴. ساخت و اعتباریابی ابزار عوامل مؤثر در بهره‌وری پژوهشی اعضای هیأت علمی تربیت بدنی و علوم ورزشی
۵. بررسی وضعیت توسعه یافتگی بدمیتون در ایران
۶. تحلیل عوامل مؤثر در توسعه استعدادهاى موفق لیگ دسته اول و دسته دوم فوتسال زنان ایران
۷. بررسی میزان بهره‌وری بعد حرفه‌ای فدراسیون‌های ورزشی
۸. بهینه‌سازی فرایند آزمون عملی تربیت بدنی با استفاده از شبیه‌سازی و روش‌های تصمیم‌گیری چندمعیاره (مطالعه موردی: دانشگاه اصفهان)
۹. ارائه مدل رفتار تعاملی اعضای جوامع برند مبتنی بر رسانه‌های اجتماعی (مطالعه موردی: هواداران باشگاه‌های حرفه‌ای فوتبال)
۱۰. ارائه مدل کیفیت وبسایت‌های ورزشی با وفاداری الکترونیک در دانشجویان تربیت بدنی: نقش میانجی رضایت الکترونیک و تجربه خوشایند
۱۱. توسعه و اعتباریابی مقیاس تعیین سبک خرید محصولات ورزشی در ایران
۱۲. اثر شخصی‌سازی خدمات و قدردانی مشتری بر وفاداری مشتریان باشگاه‌های ورزشی اراک با در نظر گرفتن نقش میانجی ابعاد کیفیت رابطه

## شناسنامه نشریه

- صاحب امتیاز: پژوهشگاه تربیت بدنی و علوم ورزشی
- مدیر مسئول: دکتر علی شریف‌نژاد
- سردبیر: دکتر سید نصرالله سجادی
- دبیر تخصصی: دکتر نازنین راسخ
- مدیر داخلی: خانم راضیه ایرانی

علاقه‌مندان می‌توانند جهت کسب اطلاعات بیشتر درباره فرآیند پذیرش مقاله و مطالعه متن کامل مقالات منتشر شده به پایگاه رسمی نشریه "مطالعات مدیریت ورزشی" به نشانی <http://smrj.ssrc.ac.ir/> مراجعه نمایند.







## مرور مطالعات انجام شده در حوزه ورزش همگانی در ایران (مطالعه موردی: سالمندان)



دکتر هادی روحانی

هدف از مطالعه حاضر، مرور مطالعات انجام شده در حوزه ورزش همگانی در ایران در جامعه سالمندان بود. تعداد ۱۴ مطالعه که به طور مستقیم به ورزش همگانی در جامعه سالمندان پرداخته بودند، بررسی شدند. انسجام خوبی در روش‌شناسی به کار گرفته در این مطالعات دیده نمی‌شود. بسیاری از مطالعات انجام شده، از ابزارها و پرسشنامه‌هایی برای جمع‌آوری اطلاعات استفاده کرده‌اند که استاندارد نبوده و باعث شده است که نتایج مطالعات مختلف را نتوان به درستی با یکدیگر ترکیب نمود. اگر چه، در مورد شناسایی عوامل بازدارنده و انگیزاننده، رویه نسبتاً مشابهی به کار گرفته شده است، اما در مورد اندازه‌گیری میزان مشارکت سالمندان در فعالیت‌های ورزشی و بدنی، تفاوت‌های زیادی در روش‌شناسی پژوهش‌ها و همچنین گزارش‌ها وجود دارد. علاوه بر این، سهم زیادی از مطالعات به موضوع شناسایی موانع و عوامل انگیزاننده مشارکت سالمندان و همچنین میزان مشارکت آنها در برخی شهرهای کشور پرداخته‌اند، اما جوانب دیگر ورزش همگانی تا حدودی مغفول مانده است. آنچه از بطن مطالعات صورت گرفته برمی‌آید این است که اکثر سالمندان هیچ برنامه‌ای برای گذراندن فراغت ندارند و از این وضعیت اظهار نارضایتی می‌کنند. از بعد دیگر، مطالعه مدونی که بتواند همه جنبه‌های مربوط به ورزش همگانی سالمندان در ایران را توصیف نماید، صورت نگرفته است و این یک نقص در این حوزه مطالعاتی محسوب می‌شود. به طور کلی مردان از زنان زمان آزاد بیشتری دارند و این اوقات در مردان فعال‌تر است. بیشترین زمان بیکاری سالمندان در منزل سپری می‌شود. تماشای تلویزیون اولین فعالیت جاری آنان و ورزش در جایگاه هفتم قرار دارد. بیشترین علاقه سالمندان به انجام مستحبات مذهبی و پارک رفتن است. بیش از نیمی از آنان ورزش می‌کنند و پارک، مکان اول برای ورزش کردن آنان است. ورزش‌های سبک مانند پیاده‌روی، نرمش و شنا مورد علاقه ایشان و عادت نداشتن، مشکلات جسمی، تنبلی و نبود امکانات از دلایل ورزش نکردن آنها است. ورزش کردن تأثیر مثبتی در سلامت و رضایت از زندگی در سالمندان دارد. به نظر می‌رسد، سن مهم‌ترین عامل تأثیرگذار بر نحوه گذران اوقات فراغت سالمندان است. ورزش کردن نقش مهمی در میزان رضایت از اوقات فراغت و نهایتاً رضایت از زندگی در سالمندان دارد. در برنامه‌ریزی ورزش سالمندان باید به ورزش‌های سبک و مفرح توجه گردد و در اوقات فراغت آنان گنجانده شود. همچنین، انواع ورزش و فعالیت در آب به دلیل اثرات مثبت بر عدم به هم خوردن تعادل و آسیب کمتر به سالمندان توصیه می‌شود. در این نوع فعالیت‌ها به دلیل انقباضات شبه ایزوکتیکی ایجاد شده در آب و حداقل احتمال بروز آسیب، یکی از سودمندترین فعالیت‌ها برای سالمندان است.

علاقه‌مندان می‌توانند جهت کسب اطلاعات بیشتر، از طریق آدرس ایمیل [h\\_rohani@yahoo.com](mailto:h_rohani@yahoo.com) با دکتر هادی روحانی "عضو هیأت علمی پژوهشگاه تربیت‌بدنی و علوم ورزشی" در ارتباط باشند.



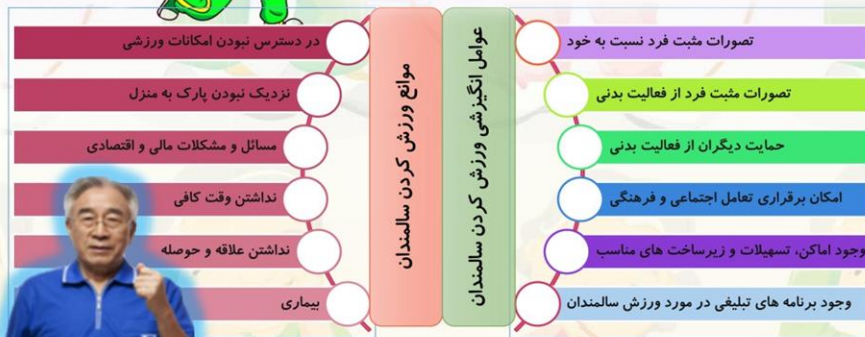
وزارت علوم تحقیقات و فناوری  
پژوهشگاه تربیت بدنی و علوم ورزشی

دکتر هادی روحانی

استادیار پژوهشگاه علوم ورزشی ایران

## ورزش همگانی در سالمندان ایرانی

### تحقیقات چه می گویند؟

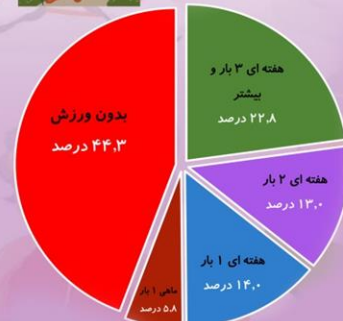


### ورزش مورد علاقه سالمندان



### راهکارهای اجرایی برای افزایش مشارکت سالمندان در ورزش همگانی

- ترغیب سالمندان به تمرینات ورزشی مفروضی برای پیشگیری از تحلیل رفتن عضلات و بروز سارکوپنی
- توسعه و تقویت فعالیت های ورزشی در خانه های سالمندان
- ارتقاء سواد ورزشی سالمندان
- فراهم نمودن شرایط برای ورزش کردن سالمندان در کنار همسر و خانواده
- تخصیص تسهیلات رفاهی-ورزشی به بازنشسته ها از سوی سازمان های آنها
- آموزش فعالیت های ورزشی در منزل برای سالمندان
- توجه بیشتر به سالمندان کم سواد
- تجهیز پارک ها به وسایل ورزشی متنوع و کافی
- بهره گیری از ظرفیت مساعد برای مشارکت بیشتر سالمندان در ورزش
- استخدام مربی ورزش ویژه سالمندان برای حضور در پارک ها
- فراهم نمودن تسهیلات برانگیزاننده (مانند بلیط رایگان استخر و سالن ورزشی) برای سالمندان جهت مشارکت در ورزش
- برپاخانه ریزی برای ورزش کردن گروهی برای سالمندان



میزان مشارکت سالمندان در ورزش

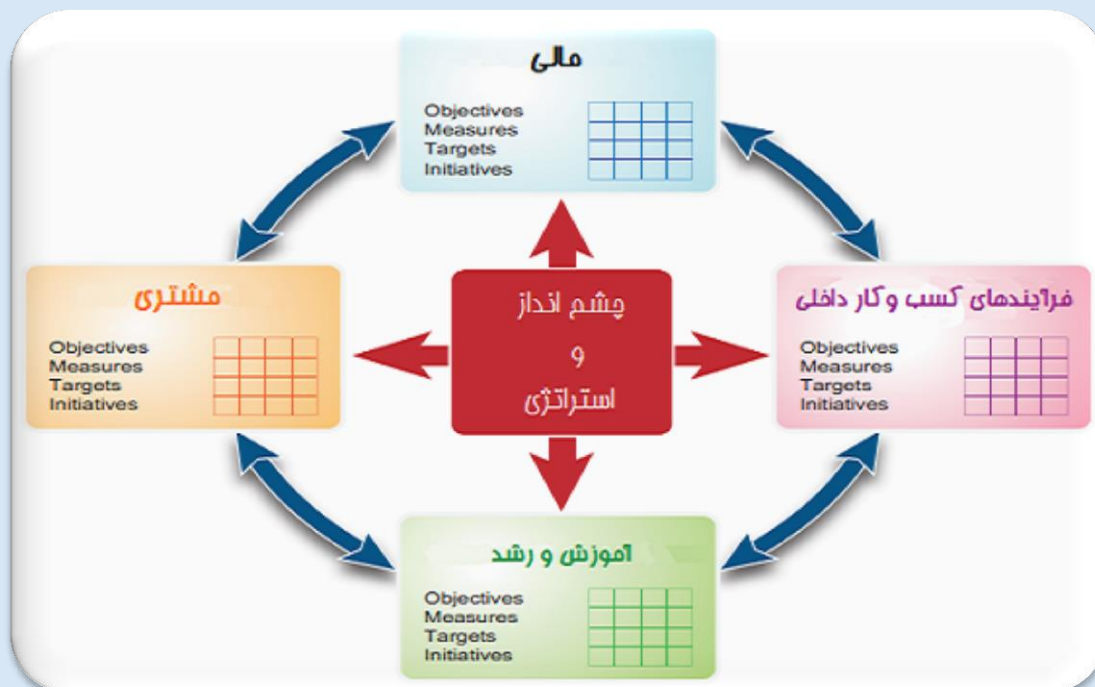
آدرس: خیابان مطهری، خیابان میرعماد، کوچه پنجم پلاک سه، پژوهشگاه تربیت بدنی و علوم ورزشی  
www.ssrf.ac.ir ۸۸۷۴۷۷۹۳ - ۸۸۷۴۷۸۸۴

## طراحی نقشه راهبردی پژوهشگاه علوم ورزشی با استفاده از تکنیک کارت امتیازی متوازن



دکتر نازنین راسخ

هدف از این تحقیق طراحی نقشه راهبردی پژوهشگاه علوم ورزشی با استفاده از تکنیک کارت امتیازی متوازن است. این تحقیق بر مبنای استراتژی، توصیفی؛ بر مبنای هدف، کاربردی و در قلمروی مطالعات سازمانی به شمار می‌رود. بدین منظور شورای راهبری پژوهشگاه علوم ورزشی تشکیل و استراتژی‌های پژوهشگاه علوم ورزشی در مناظر چهارگانه کارت امتیازی متوازن (مناظر مالی، مشتری، رشد و یادگیری و فرآیندهای داخلی) چیدمان گردید. سنجه‌های مرتبط با استراتژی‌ها پس از بررسی اسناد و معیارهای ارزیابی عملکرد سازمان‌های بالادستی و سازمان‌های مشابه انتخاب و پس از نظرسنجی از ذی‌نفعان پژوهشگاه نهایی و در نهایت اهداف کمی، اقدامات و ابتکارات تدوین و در شورای راهبری تصویب گردید. نتایج نشان داد که دو استراتژی در منظر مالی، پنج استراتژی در منظر مشتری، چهار استراتژی در منظر فرآیندهای داخلی و یک استراتژی در منظر رشد و یادگیری قرار می‌گیرند و در منظر مالی نه سنجه و ۱۹ اقدام و ابتکار، در منظر مشتری ۲۶ سنجه و ۵۴ اقدام و ابتکار، در منظر فرآیندهای داخلی ۲۷ سنجه و ۵۲ اقدام و ابتکار و در منظر رشد و یادگیری دو سنجه و هشت اقدام و ابتکار نهایی شدند. از جمله اهم سنجه‌ها از منظر مالی، می‌توان به نسبت درآمد پژوهشی پژوهشگاه به کل درآمد پژوهشگاه، درآمد حاصل از تجاری‌سازی و یا فروش دستاوردهای پژوهش و فناوری به ازای هر پژوهشگر (میلیون ریال)؛ از منظر مشتری، تعداد مقالات چاپ شده مشترک در مجلات معتبر علمی - پژوهشی (ISC-ISI و غیره) خارجی به ازای هر پژوهشگر و تعداد اختراعات مشترک ثبت شده در مراجع علمی معتبر خارجی به ازای هر پژوهشگر؛ از منظر فرآیندهای داخلی، سرانه ثبت اختراع ملی و سرانه ثبت اختراع بین‌المللی؛ و از منظر رشد و یادگیری، به تعداد دوره‌های



آموزشی جهت مهارت‌افزایی کارشناسان و تعداد دوره‌های آموزشی توانمندسازی اعضای هیأت علمی اشاره کرد. نتایج نشان داد آنچه در نتیجه احصاء سنجها بدست می‌آید، وجود متری برای اندازه‌گیری عملکرد پژوهشگاه علوم ورزشی است که از آن طریق بتوان به اهداف استراتژیک سازمان نایل آمد.

علاقه‌مندان می‌توانند جهت کسب اطلاعات بیشتر از طریق آدرس ایمیل [n\\_rasekh@yahoo.com](mailto:n_rasekh@yahoo.com) با دکتر نازنین راسخ "عضو هیأت علمی پژوهشگاه تربیت‌بدنی و علوم ورزشی" در ارتباط باشند.

**طراحی نقشه راهبردی پژوهشگاه علوم ورزشی با استفاده از تکنیک کارت امتیازی متوازن**



وزارت علوم، تحقیقات و فناوری  
پژوهشگاه تربیت بدنی و علوم ورزشی

**دکتر نازنین راسخ**  
استادیار پژوهشگاه  
تربیت بدنی و علوم ورزشی

**مقدمه**

عملکرد سازمان‌هایی که به مدیریت راهبردی می‌پردازند بیشتر و بالاتر از دیگر سازمان‌هاست  
از جمله تکنیک‌های ارزیابی عملکرد تکنیک کارت امتیازی متوازن می‌باشد.

**کارت امتیازی متوازن دارای ۳ منظومه، مشتری، فرایند های داخلی ورشد و یادگیری می باشد**

پژوهشگاه علوم ورزشی نیز به تازگی چشم انداز و راهبرد های خود را تدوین نموده است و دارای حلاله بزرگی بین تدوین راهبرد و اجرای می باشد



**اهداف پژوهش**

- تعیین اهداف راهبردی
- تعیین معیارها و سنجها
- تعیین شاخص‌های عملکردی و رشد مشتری فرایند داخلی
- تعیین اقدامات و ابتکارات
- تعیین نقشه راهبردی
- تعیین اهداف کمی

**نتایج**

پژوهشگاه در بعد مالی دو زیر معیار، بعد مشتری پنج زیر معیار، بعد فرایندهای داخلی چهار زیر معیار و بعد رشد و یادگیری یک زیر معیار دارند

**داری ۱۲ هدف راهبردی**

**داری ۱۴۱ سنجه**

۱۵ مالی، ۶ مشتری، ۶ فرایندی، ۴ رشد و یادگیری

**داری ۱۳۳ اقدام و ابتکار**

۱۹ مالی، ۲۴ مشتری، ۵۲ فرایندی، ۴ رشد و یادگیری

**روش پژوهش**

روش پژوهش توصیفی از نظر هدف کاربردی فرحوزه مدیریت راهبردی

**روشن پژوهش**

امتنای هیئت علمی، اعضای شورای پژوهشی، مدیران و شورای راهبردی پژوهشگاه

**روش اجرا**

تعیین و جندمان منظرهای پژوهشگاه علوم ورزشی در ۳ منظر BSC  
تجزیه و تحلیل سنجها عالی سازمان بالادستی، مولفه توسعه پنجم، طرح توسعه تربیت بدنی و نهایتاً تدوین پرسشنامه

گروه: اعضای هیئت علمی، نمایانان غیرمعماد، گروه بومنگ بلات سه پژوهشگاه تربیت بدنی و علوم ورزشی  
www.sstc.ir | ۰۲۱-۸۸۱۷۷۴۳ - ۸۸۱۷۷۸۱

## رویکرد علمی به بازی و ورزش کودکان



دکتر صالح رفیعی

طبق اظهارات دکتر صالح رفیعی "عضو هیأت علمی پژوهشگاه تربیت‌بدنی و علوم ورزشی"، از نگاه علمی، رشد حرکتی کودک از فعالیت‌های بازتابی، قالبی و مقدماتی به سمت مهارت‌های حرکتی بنیادی و نهایتاً مهارت‌های تخصصی ادامه خواهد یافت و کار متخصصان رشد حرکتی، از همان دوران نوزادی و خردسالی، آغاز خواهد شد.

در اوایل زندگی عوامل ژنتیکی نقش پررنگ‌تری نسبت به عوامل محیطی در رشد نوزادان دارند، با این همه نقش فراهم‌سازهای رشدی، در رشد کودکان غیرقابل چشم‌پوشی است، فراهم کردن شرایطی که نوزاد بتواند، تمرین مناسبی با توجه به مرحله رشدی خود انجام دهد، نکته‌ای است که باید مورد توجه قرار گیرد. به عنوان مثال در راستای رشد سری - دمی نوزادان، بالا آوردن سر و کنترل عضلات گردن یکی از اولین حرکات در کنترل قامت می‌باشد، یکی از تمرینات برای نوزادی که بیشتر مواقع به پشت خوابیده این است که گاهی اوقات کودک را به شکم بخوابانیم و با استفاده از محرک‌های رنگ و صدا او را به بالا آوردن سر و تقویت عضلات گردن تشویق کنیم. استفاده از جغجه‌های رنگی و صدادر برای تحریک حواس و جلب توجه نوزاد در راستای دسترسی و چنگ زدن، یکی دیگر از فراهم‌سازهای رشدی است، هرچقدر محیط اطراف کودک غنی از فراهم‌سازهای مناسب سن او باشد، به کودک کمک خواهد کرد تا رشد بهتری داشته باشد.

در بسیاری از کشورها برای کودکان زیر یک سال، تمرینات و مداخلات خاصی را در نظر گرفته‌اند و با آگاهی‌بخشی به خانواده‌ها و تربیت مربیان متخصص، کمک‌های شایانی به رشد کودکان می‌کنند. لازمه این امر آگاهی از سطوح رشدی و مکانیسم‌های زیربنایی هر مهارت و ویژگی رشد کودک است. طبق نظریه سیستم‌های پویا، برای ظهور بسیاری از مهارت‌ها مانند راه رفتن، مکانیسم‌های زیادی باید توسعه یابند. به عنوان مثال برای شکل‌گیری راه رفتن مستقل، سیستم‌های متعددی مانند قدرت عضلانی (سیستم اسکلتی و عضلانی) و تعادل، باید رشد کرده باشند، اگر یکی از این سیستم‌ها به تکامل نرسیده باشد، بروز این ویژگی به تعویق خواهد افتاد. حال از طریق بازی و تمرین با کودکان می‌توان به بهبود هر یک از این سیستم‌های زیربنایی پرداخت. زمانی را تصور کنید که کودک فقط با گرفتن یک شی یا دست ما می‌تواند راه برود، در این زمان قدرت عضلانی او به حدی رسیده است که می‌تواند سرپا بایستد و فرمان‌های حرکتی ارادی بفرستد که پایش را تکان بدهد، ولی چون سیستم تعادلی کودک خوب کار نمی‌کند، نمی‌تواند مستقل راه برود، در نتیجه با گرفتن دست ما، تعادلش را به دست می‌آورد. با تقویت سیستم‌های در حال رشد، از طریق تمرین راه رفتن با بچه‌ها، می‌توان راه رفتن مستقل را تسریع کرد.

نکته مهم، مداخله به هنگام و مؤثر، شناسایی و تدارک فراهم‌سازهای رشدی مناسب است که همه آنها، نیازمند داشتن دانش مناسب و تجربه کافی است.

### فراهم‌سازهای رشدی چیست؟

فراهم‌سازهای رشدی، عوامل، امکانات و فضاهایی هستند که در محیط پیرامون کودک وجود دارد و می‌تواند رشد او را تحت تأثیر قرار دهد. فراهم‌سازها هم در داخل خانه و هم بیرون از خانه، قرار دارند، اینکه کودک در چه خانه‌ای زندگی می‌کند، آیا فضایی برای فعالیت حرکتی دارد؟ چه اسباب‌بازی‌هایی در اختیار بچه‌ها است؟ آیا این بچه، تک فرزند است یا خواهر و برادری دارد که با او بازی می‌کند؟ پدر و مادرش چه کسانی هستند، آیا پدر و مادر با بچه‌ها بازی می‌کنند؟ محل مسکونی کودک، دسترسی به فضاهای بازی دارد، محیط‌های بیرون از خانه که او در آن بتواند به راحتی بازی‌های مختلف را تجربه کند، در اختیار کودک است؟ این گونه موارد، همگی عواملی هستند که مستقیماً روی رشد بچه‌ها اثرگذار خواهند بود.



یکی از جدی‌ترین مشکلاتی که امروزه کودکان دارند، نداشتن همبازی و دسترسی محدود و گاهی مواقع عدم دسترسی به یکی از مهم‌ترین فراهم‌سازها، یعنی محیط بیرون از خانه است. متأسفانه به دلیل ناامنی و نگرانی‌های مفرط خانواده‌ها، محیط بیرون از خانه را از بچه‌ها گرفته‌ایم. فضای خانه‌های امروزی و تجملات

داخل خانه‌ها و به ویژه آپارتمان‌نشینی فرصت‌های دویدن، پریدن، پرتاب کردن و غیره را از کودکان گرفته است، حذف فضای بیرون از خانه توسعه مهارت‌های حرکتی را بیشتر دچار اختلال خواهد کرد. با توجه به چنین مشکلات عدیده‌ای که جامعه امروزی را درگیر کرده است، تجهیز فضاهای مناسب، ایمن و پر از فراهم‌سازهای رشدی، کمک شایانی به رشد کودکان خواهد کرد، زمانی که کودک در این بافت فضایی قرار گرفته و بازی می‌کند، گام اول ترویج بازی‌ها یعنی استفاده از بازی‌های آزاد (FREE PLAY) برداشته می‌شود. بازی‌های آزاد به تنهایی توسعه کامل رشد حرکتی، شناختی و اجتماعی کودکان را به دنبال نخواهد داشت. یکی از مهم‌ترین عوامل و روش‌های توسعه‌ای استفاده از بازی‌های هدفمند است که توسط مربیان مجرب و بزرگسالان آگاه در اختیار کودکان قرار داده می‌شوند، به عبارت ساده‌تر اگر بخواهیم، کودک رشد حرکتی کامل‌تری داشته باشد، باید تجربیات و مهارت‌های حرکتی بیشتری از تجربه شخصی کودک در حال بازی کردن با خودش (تنهایی)، به او ارائه دهیم، این یک کار تخصصی است که فقط برعهده مربیان کارآموده و مجرب است.

بازی‌های هدفمند بر اساس ویژگی‌های رشدی کودک و سطح مهارت، همچنین نقاط قوت و ضعف کودکان است، در این روش برای بهره‌وری بیشتر، بازی‌ها بر اساس نیازهای کودک طراحی می‌شود، این بازی‌ها می‌تواند جنبه‌های مختلف رشدی را در بر بگیرد و این خود ابعاد گسترده‌ای دارد.

با توجه به اینکه افراد با سن تقویمی مشابه لزوماً از نظر رشدی و سن رشدی مشابه نیستند و در این میان ممکن است کودکان در برخی از مهارت‌ها دچار تأخیرهای رشدی باشند، از این رو نگاه ویژه و ارزیابی مناسب قبل از هر اقدامی لازمه یک مداخله مؤثر است.

مربیان باید بر اساس مشکلات حرکتی کودکان، بازی و تمرین بیشتری را سازماندهی کنند. به عنوان مثال برای کودکی که دچار مشکلات تعادلی است، بیشتر از بازی‌هایی استفاده می‌شود که پایه تعادلی دارد. حال تصور کنید، مربیان یا والدینی که با بچه‌ها کار می‌کنند و هیچ نوع شناختی از مراحل رشدی و یا نقاط ضعف و قوت کودکان و نحوه مداخلات مناسب را نمی‌دانند، چقدر بهره‌وری آنها در ارتباط با رشد کودک کم خواهد بود. کار با کودک بسیار تخصصی و خارج از توان و علم هر کسی است، کسی می‌تواند به روش علمی و هدفمند با کودکان بازی کند که شناخت کافی از ویژگی‌های رشدی کودک داشته و آن بازی دارای کارایی و بهره‌وری بالایی باشد.

وقتی نسبت به نقاط قوت و ضعف کودک اشراف پیدا کرده و برای او بازی متناسب طراحی کنیم، در حقیقت از طریق بازی او را درمان (بازی درمانی) کردیم، اما بدون آنکه اسم این فعالیت‌ها را درمان گذاشته باشیم و کودک متوجه کار درمانی و اصلاحی شده باشد، به او کمک کرده‌ایم.

### زمان مناسب تخصصی شدن کودکان در ورزش

در بسیاری از کشورهای توسعه یافته نیز مخالفت شدیدی با تخصصی شدن زود هنگام کودکان در ورزش وجود دارد، چرا که مدل‌های جدید اعتقاد بر این دارند که کودک باید بعد از تکمیل مهارت‌های حرکتی بنیادی و افزایش ذخایر حرکتی‌شان قبل از ورود به ورزش تخصصی مجموعه‌ای از مهارت‌های اساسی ورزش‌ها را تجربه کرده باشند و تخصصی شدن را تا دوران بلوغ به تأخیر بیندازند. البته استثناهایی در این میان هست که متخصصان ورزشی به خوبی بدان آگاه هستند. نکته مهم توسعه سواد حرکتی و واژگان حرکتی کودکان تا قبل از شروع ورزش تخصصی است.

### سواد حرکتی کودکان چیست؟

سواد حرکتی برای کودکان چیزی جز یادگیری مهارت‌های حرکتی پایه و مهارت‌های پایه ورزشی نیست. مهارت‌های حرکتی پایه (FMS) شامل دویدن، پریدن، راه رفتن، پرتاب کردن و جهیدن، دستکاری‌ها، تعادل ایستا و تعادل پویا، ضربه زدن‌ها با پا، دست و غیره است، این حرکات زیربنای مهارت‌های حرکتی و ورزشی آینده ما خواهد بود، به طور عامیانه، کودکی که در مهارت پرتاب و دریافت مشکل دارد، در آینده در ورزش

بسکتبال موفق نخواهد بود، به همین شکل کودکی که نمی‌تواند توپی را شوت کند، نمی‌تواند در آینده، فوتبالیست بشود. مهارت‌های پایه از ۳ سالگی تا ۷ سالگی از سطح مبتدی به سطح پیشرفته خواهند رسید، اما نکته مهم این است که بخش عمده این مهارت‌ها اکتسابی است و باید کودکان تحت تعلیم درست قرار گرفته باشند تا به سطوح پیشرفته خود برسند. در طول زمان‌های مختلف، بچه‌ها به واسطه آزمون و خطایی که دارند و در طی بازی‌های آزاد خود، بخشی از مهارت‌ها را توسعه می‌دهند، اما برای رسیدن به سطوح بالاتر باید از طریق بازی‌های هدفمند اقدام نمود.

مهارت‌های ورزشی ترکیبی از چندین مهارت پایه هستند، زمانی که کودک در مهارت‌های پایه‌ای مشکل دارد، مسلماً در مهارت‌های تخصصی هم مشکل خواهد داشت. وقتی می‌گوییم، کودکان ما باید FMS را خوب یاد بگیرند، به این دلیل است که FMS همانند حروف الفبا است، از شخصی که الفبا نمی‌داند، نمی‌توان انتظار نوشتن کلمه و در گام بعدی جمله‌بندی را داشت. اگر کسی در مهارت‌های پایه مشکل داشته باشد، ورزشی که انجام می‌دهد، آکنده از ضعف‌های تکنیکی خواهد بود.





## کدام نوع از بازی‌ها، مناسب کودکان است؟

با توجه به ابعاد مختلف رشد (عاطفی، حرکتی، اجتماعی، شناختی و غیره) اگر یک بازی بتواند این جنبه‌ها را درگیر کند، بازی خوبی است. بازی‌ها علاوه بر تقویت جنبه‌های مختلف رشدی، باید آمادگی بدنی و فیتنس کودکان را هم درگیر کرده باشند، از این رو بین بازی‌های معمول در مهدکودک‌ها (بازی‌های تقریباً بدون تحرک و نشستنی) تا بازی‌هایی که اصطلاحاً بازی‌های فعال (Active Plays) هستند، بسیار تفاوت است، زیرا طبق تعریف بهداشت جهانی، کودکان باید روزانه ۶۰ دقیقه فعالیت با شدت متوسط رو به بالا داشته باشند، همچنین بیش از یک ساعت در حالت بی‌تحرک و یک جا نشسته باشند. هر دوی این مسأله‌ها مهم هستند و خانواده‌ها باید به آنها دقت کافی داشته باشند. این موضوع را فراموش نکنیم که چاقی در کمین کودکان ما است، اما داشتن یک کودک چاق فعال، بسیار بهتر از یک کودک با وزن طبیعی و غیرفعال است.

نکته مهم در بحث انواع بازی‌ها، استفاده از بازی‌های حرکتی است زیرا حرکت تأثیر بیشتری در سایر حوزه‌های رشدی کودکان دارد. انواع رشدهای شناختی، عاطفی، اجتماعی و غیره را داریم، اما حرکت بیشترین تأثیر را در این زمینه دارد، حرکت به طور مستقیم اثرات مثبتی بر روی کودکان می‌گذارد. تحقیقات زیادی نشان داده‌اند که بازی‌های حرکتی و فعال باعث توسعه مهارت‌های اجتماعی و شناختی کودکان هم می‌شود و این نکته مهمی است که ما را به سمت بازی‌هایی که سبب رشد همه‌جانبه کودکان می‌شود، سوق می‌دهد.

### سخن آخر

بازی حق همه کودکان است و هیچ چیز نباید کودکان را از این حق محروم سازد، حتی اگر کودکی دچار کم‌توانی ذهنی و جسمی باشد، هم باید در فعالیت بدنی شرکت کند و از مزایای آن در راستای توسعه سواد حرکتی خود بهره‌مند شود. کودکانی که مهارت‌های حرکتی کمتری دارند، به راحتی از چرخه فعالیت‌های بدنی، بازی و ورزش کنار گذاشته می‌شوند، حال اگر با راهکاری مناسب این فرصت به کودک داده شود که تجربه موفق در ورزش و بازی داشته باشد، اعتماد به نفس او بالاتر رفته و مشارکت کودک در ورزش افزایش خواهد یافت و با افزایش مشارکت، احتمال موفقیت نیز افزایش خواهد یافت و این چرخه به قوت خود برای داشتن سبک زندگی فعال، حتی برای کودکی که مهارت کمتری داشته، ادامه خواهد یافت. از این رو فراهم‌سازی موقعیت مناسب و ارائه خدمات تخصصی برای کودکان با هر سطح از مهارت، یک ضرورت اساسی است.

باید دقت کرد کودکان "بزرگسالان کوچک" نیستند و لازمه ورود به دنیای آنها، داشتن درک کامل و دانش کافی جهت کار با کودکان است و این امر تنها در حوزه کاری و تخصصی مربیان ویژه این کار است.

علاقه‌مندان می‌توانند جهت کسب اطلاعات بیشتر از طریق آدرس ایمیل [saleh\\_rafiie@yahoo.com](mailto:saleh_rafiie@yahoo.com) با دکتر صالح رفیعی "عضو هیأت علمی پژوهشگاه تربیت‌بدنی و علوم ورزشی" در ارتباط باشند.



## آشنایی با معاونت فناوری



دکتر محمد شریعت‌زاده "معاون فناوری"

معاونت فناوری پژوهشگاه تربیت‌بدنی و علوم ورزشی، با هدف به کارگیری فناوری‌های نوین علمی در بخش‌های ورزشی و ارائه دستاوردهایی (خدمات و محصولات) در حیطه تربیت‌بدنی و علوم ورزشی ایفای نقش می‌کند. این معاونت با سازماندهی و استقرار نظام فناوری و نوآوری در صنعت ورزش و نیل به ساختار فناورمحور از طریق پژوهش و در تعامل با واحدهای عملیاتی و اجرایی در سطح جامعه ایفای نقش می‌کند.

به عبارتی دیگر سیاست‌گذاری، تعیین اهداف، راهبردها و تصویب طرح‌های کلان فناوری و نیز کمک به اجرایی نمودن نظام فناوری در سطح نهادهای اصلی جامعه از جمله وظایف معاونت فناوری پژوهشگاه تربیت‌بدنی است که این نقش با هماهنگی شورای پژوهشی پژوهشگاه، بهره‌گیری از کارگروه‌های تخصصی و نظرات نخبگان صنعت ورزش کشور محقق می‌گردد.

### اهداف معاونت فناوری

- ایجاد و بهینه‌سازی نظام فناوری‌های ورزشی مطابق با شرایط کشور
- کمک به برقراری ارتباط هدفمند بین دستاوردهای تحقیقاتی پژوهشگاه و نهادها و صنایع مختلف
- حمایت از ایده‌ها و طرح‌های افراد و تیم‌های خلاق و نوآور در قالب استارت‌آپ‌های ورزشی
- کمک به تجاری‌سازی دستاوردهای پژوهشی در حوزه علوم ورزشی
- ایجاد ارتباطات بین‌المللی در حوزه فناوری‌های ورزشی
- ایجاد پایگاه‌های جامع اطلاعاتی و نرم‌افزاری مورد نیاز فناوری ورزش کشور
- کمک به توسعه نظام مالکیت معنوی و ثبت اختراعات در حوزه علوم ورزشی

معاونت فناوری پژوهشگاه تربیت‌بدنی و علوم ورزشی، شامل ۳ مدیریت زیرمجموعه به شرح زیر است که در ادامه با این بخش‌ها، آشنا خواهید شد.



## آشنایی با مدیریت فناوری و تجاری‌سازی



مهندس امین هوش‌افزا "مدیر فناوری و تجاری‌سازی"

امروزه رشد گسترده صنعت ورزش در دنیا ارتباط مستقیمی با توسعه فناوری‌های ورزشی در ۲ بعد سخت‌افزاری و نرم‌افزاری دارد. در حقیقت توسعه ورزش هم از بعد سلامت‌بخشی و هم از زاویه قهرمانی و بهبود رکوردها، نیازمند بهره‌گیری از دستاوردهای مبتنی بر فناوری‌های نوین علوم انسانی، علوم پزشکی، ریاضی و فنی و مهندسی است تا با تحقیقات و ارائه راهکارهای علمی و فنی، ضریب اثربخشی صنعت ورزش در توسعه کشور را ارتقا دهد.

همراستایی پژوهش‌های کشور مطابق با برنامه‌ها و اسناد بالادستی، تدوین برنامه‌هایی مدون و جامع در حوزه توسعه فناوری در ورزش، مشارکت بخش خصوصی، درآمدزایی و جلوگیری از خروج ارز را می‌توان یکی از اولویت‌های ورزش کشور عنوان نمود. لذا پژوهشگاه تربیت‌بدنی و علوم ورزشی مطابق با سیاست‌های دولت و وزارت علوم، تحقیقات و فناوری در خصوص حمایت و کمک به استقرار نظام دانش‌بنیان و حمایت از کارآفرینی و رونق تولید و تجاری‌سازی دستاوردهای پژوهشی در حوزه علوم ورزشی، **اولین مرکز نوآوری فناوری‌های ورزشی ایران** را در سال ۱۳۹۶ راه‌اندازی نمود و در حال حاضر کلیه فعالیت‌های مدیریت فناوری و تجاری‌سازی پژوهشگاه (تحت نظارت معاونت فناوری) در قالب این مرکز ساماندهی و اجرایی می‌گردد. شایان ذکر است، این مرکز نماینده رسمی، مرکز جهانی نوآوری‌های ورزشی شرکت میکروسافت در کشور ایران است.

مرکز ملی نوآوری فناوری‌های ورزشی با حمایت معاونت علمی و فناوری ریاست جمهوری، اولین و تنها مرکز تخصصی در حوزه فناوری‌های ورزشی کشور است و حامی و تسهیل‌گر راه‌اندازی و پرورش کسب و کارهای نوپا، استارت‌آپ‌ها و شرکت‌های دانش‌بنیان با هدف حمایت از افراد خلاق و نوآور می‌باشد.

### اهداف و مأموریت‌های اصلی مرکز

- شناسایی و حمایت از مخترعین، صاحبان ایده و پژوهشگران نوآور و خلاق در حوزه علوم ورزشی
- کمک به ارتقای سطح محصولات و فناوری‌های ورزشی تولید داخل کشور
- ایجاد ارتباط بین صاحبان ایده با سرمایه‌گذاران و تلاش در جهت اشتغال‌زایی
- کمک به افزایش ثروت در جامعه از طریق توسعه اقتصاد دانش محور مرتبط با صنعت ورزش
- تجاری‌سازی نتایج تحقیقات و تحقق ارتباط بخش‌های تحقیقاتی، تولیدی و خدماتی حوزه ورزش و سلامت
- حمایت از ایجاد و توسعه شرکت‌های کوچک و متوسط فناوری، حمایت از شرکت‌ها و مؤسسات تحقیقاتی و حمایت از تیم‌های تحقیقاتی نوآور و خلاق در حوزه علوم ورزشی

- کمک به انتقال دانش فنی مهندسی و جذب سرمایه‌های بین‌المللی
- تلاش در جهت بومی‌سازی محصولات و فناوری‌های ورزشی و جلوگیری از خروج ارز

### زمینه‌های فعالیت مرکز

با توجه به بین‌رشته‌ای بودن حوزه علوم ورزشی، رشته‌های مختلفی از جمله مهندسی پزشکی، مهندسی ورزش، کامپیوتر و برنامه‌نویسی، مکانیک، الکترونیک، نانو و نساجی و غیره می‌توانند در مرکز نوآوری فناوری‌های ورزشی حضور و فعالیت داشته باشند. همچنین فعالیت‌های سخت‌افزاری و نرم‌افزاری این مرکز، به شرح زیر است:

- نرم‌افزارها و اپلیکیشن‌های ورزشی
- ابزارها و تجهیزات تمرینی و کمک‌تمرینی ورزشی
- تجهیزات آزمایشگاهی حوزه علوم ورزشی
- تجهیزات حوزه ورزش قهرمانی و همگانی
- شبیه‌سازهای ورزشی

### خدمات مرکز

- اختصاص مربی و مشاور برای تیم‌ها به منظور همراهی تا رسیدن به بازار
- اختصاص فضای فیزیکی جهت استقرار
- اختصاص تجهیزات سخت‌افزاری و نرم‌افزاری مورد نیاز (میز، صندلی، اینترنت، تلفن و غیره)
- در اختیار قرار دادن امکانات آزمایشگاهی به منظور استفاده شرکت‌ها و تیم‌های تحقیقاتی
- کمک به بازاریابی و تجاری‌سازی ایده‌ها و محصولات از طریق شبکه ارتباطی پژوهشگاه (فدراسیون‌ها، وزارت ورزش، اتحادیه تولیدکنندگان لوازم ورزشی)
- حمایت مالی در جهت کمک به طراحی و ساخت محصول با در نظر گرفتن مالکیت معنوی و مادی طرفین
- کمک به اخذ گواهی‌نامه‌های علمی و ثبت اختراعات برای محصولات
- ارائه خدمات و مشاوره و آموزش‌های تخصصی از مرحله ایده تا تجاری‌سازی
- مشارکت در نمایشگاه‌های تخصصی به منظور معرفی تیم‌های فناور به جامعه

قابل ذکر است، پژوهشگاه تربیت‌بدنی و علوم ورزشی در این راستا و در گام نخست با همکاری بخش خصوصی فعال در حوزه علوم ورزشی، از طریق فراخوان صورت گرفته، اقدام به شناسایی و تأیید صلاحیت شرکت‌ها و تیم‌های تحقیقاتی واجد شرایط برای حضور در مرکز می‌نماید.

### درخواست استقرار

با توجه به برنامه‌ریزی‌های صورت گرفته، امکان استقرار و بهره‌مندی از شرایط حمایتی مرکز نوآوری فناوری‌های ورزشی به ۲ صورت زیر فراهم می‌باشد.

۱. تیمها، استارت‌آپ‌ها و گروه‌های فناور: افراد، تیم‌ها و استارت‌آپ‌هایی که دارای ایده‌ها و کسب و کارهای فناورانه در حوزه فناوری‌های ورزشی (سخت‌افزاری و نرم‌افزاری) می‌باشند.
۲. شرکت‌های خصوصی یا دانش‌بنیان فناور: شرکت‌های ثبت شده دانش‌بنیان یا بخش خصوصی که در حوزه فناوری‌های ورزشی اقدام به فعالیت می‌کنند و تمایل به استقرار و بهره‌مندی از حمایت‌های مرکز نوآوری فناوری‌های ورزشی را دارند.

تمامی علاقه‌مندانی که دارای شرایط مذکور هستند، می‌توانند از طریق مراجعه به آدرس لینک <http://ssrc.ac.ir/fa/page/۳۰/> فرم ثبت‌نام را دانلود و پس از تکمیل فرم، آن را به آدرس ایمیل [STIC@ssrc.ac.ir](mailto:STIC@ssrc.ac.ir) ارسال کنند. همچنین جهت کسب اطلاعات بیشتر به پایگاه رسمی مرکز نوآوری فناوری‌های ورزشی به نشانی <http://sticssrc.com> مراجعه نمایند.

**اولین مرکز ملی نوآوری فناوری‌های ورزشی ایران**

**فرصتی مناسب برای صاحبان ایده‌ها. نوآوری‌ها و اختراعات خلاقانه تیم‌های فناور، استارت‌آپ‌ها و شرکت‌های دانش‌بنیان و خصوصی**

**حوزه‌ها و محورهای قابل پذیرش**

- بیومکانیک، مهندسی و فناوری ورزشی
- نرم افزارها و اپلیکیشن‌های ورزشی
- ابزارها و تجهیزات تمرینی و کمک تمرینی ورزشی
- پوشاک و تجهیزات ورزشکاران
- تجهیزات آزمایشگاهی حوزه علوم ورزشی و مهندسی ورزش
- تجهیزات ارزیابی و رشد مهارت‌های حرکتی ورزشی
- شبیه‌سازهای ورزشی و واقعیت مجازی
- تجهیزات توانبخشی ورزشی
- نوآوری‌های حوزه تغذیه ورزشی (مکمل‌ها، دمنوش‌ها و ...)

**مزایای استقرار**

- حمایت مالی و معنوی
- کمک به بازاریابی و تجاری‌سازی ایده‌ها
- اختصاص فضای فیزیکی به منظور استقرار
- خدمات پشتیبانی (تلفن، اینترنت، کتابخانه و ...)
- آموزش‌های تخصصی و مشاوره‌ای
- خدمات کارگاهی و آزمایشگاهی

**شرایط پذیرش**

- داشتن ایده نوآورانه در حوزه فناوری‌های ورزشی مبتنی بر رویکرد اقتصادی
- داشتن تیم کاری تخصصی
- برنامه کاری مناسب و داشتن طرح کسب و کار

جهت کسب اطلاعات بیشتر یا شماره تلفن‌های ۰۲۱۸۷-۸۸۹، ۰۲۱۸۷-۸۸۹، ۰۹۵-۸۸۹ (داخلی ۴۴۲، ۴۵۶ و ۴۵۱) تماس حاصل فرمایید.  
نشانی: تهران، میدان هفت تیر، خیابان گرمی خان زنده آندی خیابان آبان (عسکری)، پلاک ۷۶ طبقه ۴  
آدرس سایت: [SSRC.ac.ir](http://SSRC.ac.ir) @sticssrc

## آشنایی با مدیریت ارتباط با جامعه



دکتر نازنین راسخ "مدیر ارتباط با جامعه"

مدیریت ارتباط با جامعه، جهت توسعه و نهادینه کردن نیازمندی و کارآفرینی در سطح پژوهشگاه تربیت‌بدنی و علوم ورزشی ایفای نقش می‌نماید؛ نیازسنجی فکری و تحقیقاتی و ایجاد نیاز در صنایع، خط مشی اصلی این مدیریت خواهد بود که با نظارت معاونت فناوری پژوهشگاه و تکیه بر دانش و توانمندی‌های علمی و عملی اعضای هیأت علمی و کارکنان پژوهشگاه تربیت‌بدنی و علوم ورزشی تحقق خواهد پذیرفت.

ایده‌پردازی و خلاقیت، نوآوری، کارآفرینی، اخلاق‌مداری، مسئولیت‌پذیری، صداقت، آینده‌گرایی، کار گروهی و همدلی، ارزش‌هایی هستند که این مدیریت در راستای ارتباط مؤثر با جامعه، سرلوحه برنامه‌های خود قرار داده است.

از جمله راهبردهایی که مدیریت ارتباط با جامعه آنها را دنبال خواهد نمود، می‌توان به توانمندسازی منابع انسانی، بازاریابی و بازاریابی به منظور تبدیل علم به ثروت و خلق ثروت، مهارت‌آموزی اثربخش، پژوهش نیازمحور و کاربردی، ایجاد زمینه تجاری‌سازی و کاهش وابستگی به بودجه دولت و نظارت و ارزیابی مستمر اشاره کرد.

این مدیریت با هدف توسعه، ترویج، نهادینه کردن و ارتقای تفکر کارآفرینی در سطح اعضای هیأت علمی، کارکنان، دانشجویان، پژوهشگران و نوآوران زیرمجموعه پژوهشگاه گام خواهد برداشت و با همکاری سایر نهادها و سازمان‌های مرتبط به مسیر متعالی خود ادامه خواهد داد.

### بخشی از برنامه‌های عملیاتی سال جاری

- تدوین فرم‌های نیازسنجی تحقیقاتی مراکز صنعتی به صورت کلی و به تفکیک موضوعی و در محدوده ملی و فراملی
- تدوین بانک اطلاعات صنایع و سازمان‌های ورزشی و غیرورزشی (دولتی و غیردولتی) به صورت کلی و به تفکیک محدوده ملی و فراملی مرتبط با موضوعات محوری پژوهشگاه علوم ورزشی
- ساماندهی بانک اطلاعات اعضای هیأت علمی حیطه علوم ورزشی و بین‌رشته‌ای ملی و فراملی با رویکرد کارآفرینی

- برگزاری کارگاه‌هایی مانند سوژه‌یابی موضوعات تحقیقاتی، مهارت‌آموزی عارضه‌یابی صنعتی و چگونگی رفع آنها، نحوه تفکر خلاقانه و حقوق تجارت و غیره با محوریت ارتباط با جامعه
- برگزاری نشست ارتباط با جامعه با دعوت از وزارت علوم، تحقیقات و فناوری
- بازدیدهای علمی و تحقیقاتی
- جذب پروژه‌های صنعتی و عقد قرارداد فی‌مابین پژوهشگاه و صنعت و جامعه
- برنامه‌ریزی به منظور متولی‌گری پژوهشگاه در عرصه صنعت ورزش





## آشنایی با مدیریت فناوری اطلاعات



مهندس مسعود مرادی زاده "مدیر فناوری اطلاعات"

مدیریت فناوری اطلاعات عهده دار مطالعه، طراحی، استقرار و پشتیبانی تمامی عملیات نرم افزاری، سخت افزاری و شبکه‌ای در سطح پژوهشگاه تربیت بدنی و علوم ورزشی می‌باشد. این مدیریت در حال حاضر به رسالت اصلی خود یعنی تجزیه و تحلیل و طراحی سیستم‌های نرم افزاری مورد نیاز پژوهشگاه و پشتیبانی سخت‌افزاری، اطلاع رسانی، آموزشی و غیره در جهت ایجاد سیستم جامع مکانیزه پژوهشگاه مشغول فعالیت است.

مدیریت فناوری اطلاعات پژوهشگاه در حوزه‌های "ارائه و گسترش خدمات پایه و پشتیبانی"، "توسعه شبکه و زیرساخت" و "واحد نرم‌افزار" (تحت نظارت معاونت فناوری) فعالیت دارد که در ادامه به طور مختصر به آنها اشاره می‌شود.

### ۱. ارائه و گسترش خدمات پایه و پشتیبانی

خدمات رسانی سیستم‌های کامپیوتری، پاسخگویی به سؤالات و مشکلات و نگهداری سیستم‌های پژوهشگاه، نصب و راه‌اندازی تمامی نرم‌افزارهای مورد استفاده واحدها، راه‌اندازی، نیازسنجی، تهیه و نگهداری تمامی رایانه‌ها، قطعات جانبی و تجهیزات سخت‌افزاری

### ۲. توسعه شبکه و زیرساخت

عهده‌دار تمامی فعالیت‌های مربوط به شبکه چه در سطح Passive و چه Active است. همچنین مدیریت تمامی شبکه‌های پژوهشگاه و ایجاد زیرساخت‌های مورد نیاز و ایجاد امنیت در شبکه را بر عهده دارد.

### ۳. واحد نرم‌افزار

مسئولیت نگهداری و مدیریت سایت‌های پژوهشگاه، پشتیبانی، پیگیری و هماهنگی‌های لازم جهت انعقاد قراردادهای خرید و پشتیبانی نرم‌افزارها و سیستم‌ها با شرکت‌های مربوطه، نظارت بر عملکرد سیستم‌های نرم‌افزاری پژوهشگاه و به روز رسانی و رفع مشکلات احتمالی اتوماسیون اداری، اتوماسیون پژوهشی، کارگزینی، حقوق و دستمزد و غیره، همچنین ارائه سرویس پست الکترونیک به اعضای هیأت علمی و کارمندان بخش اداری پژوهشگاه



# گزارش تصویری

## برگزاری جلسات کارگروه تخصصی برنامه‌ریزی و گسترش علوم ورزشی وزارت علوم



## تبریک ریاست پژوهشگاه به همکاران به مناسبت روز کارمند



## بازدید آقای ناصر پورعلی فرد "ریاست فدراسیون بدنسازی و پرورش اندام"



## برگزاری جلسه شورای پژوهشی پژوهشگاه تربیت بدنی و علوم ورزشی



## برگزاری مراسم عزاداری امام حسین (ع) به مناسبت ایام تاسوعا و عاشورای حسینی

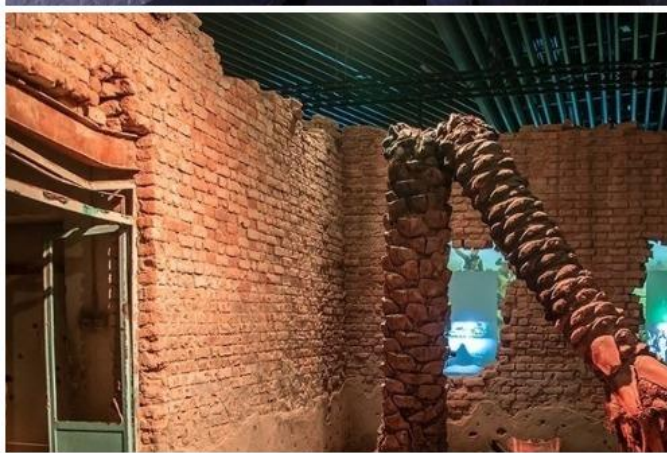


## حضور اعضای هیأت علمی پژوهشگاه در برنامه زنده ایران و آفتاب (شبکه دوم سیما)





## بازدید از "باغ موزه انقلاب اسلامی و دفاع مقدس" به مناسبت هفته دفاع مقدس



## برگزاری جلسه جشنواره "بازی، ورزش و نشاط"، ویژه کودکان مناطق سیل زده (پوش حرکت از نو)



## برگزاری جلسات شورای سیاست گذاری دوازدهمین همایش بین المللی علوم ورزشی



## برگزاری کارگاه ارزیابی فعالیت‌های آموزشی و پژوهشی اعضای هیأت علمی پژوهشگاه



## برگزاری جلسه هماهنگی مربوط به مرکز تخصصی مشاوره ورزشی پژوهشگاه



## بازدید از "موزه ملی ورزش، المپیک و پارالمپیک" به مناسبت هفته تربیت بدنی و ورزش



## حضور مرکز مشاوره ورزشی پژوهشگاه تربیت بدنی در نمایشگاه هفته ملی سلامت روان



## برگزاری جلسات "ستاد هفته پژوهش" پژوهشگاه تربیت بدنی و علوم ورزشی





## سخنرانی دکتر حسین زارعیان تحت عنوان نگاهی به المپیک ۲۰۲۰ در اداره کل ورزش و جوانان استان تهران



**برگزاری جلسات دفاع از پایان‌نامه و رساله دانشجویان پژوهشگاه (مشترک با دانشگاه دانش البرز قزوین)**





Sport Sciences Research  
Institute of Iran

موسسه محوشتد پردازات  
**میت**



Sport Sciences Research Institute of Iran  
Center of International Congresses

۱۴ و ۱۵ اسفند ۱۳۹۸

همایش بین المللی

۱۲

# علوم ورزشی

نمایندگان تجهیزات و فناوری های ورزشی

توسعه فناوری ورزشی برای زندگی فعال



## رویدادهای آینده

## کارگاه روش‌شناسی نقد و بررسی کتاب

کارگاه روش‌شناسی نقد و بررسی کتاب (Book Review Methodology) توسط پژوهشگاه تربیت‌بدنی و علوم ورزشی و با تدریس دکتر حمید قاسمی (عضو هیأت علمی دانشگاه پیام نور) و دکتر نازنین راسخ (عضو هیأت علمی پژوهشگاه تربیت‌بدنی) در تاریخ ۲ دی ماه در سالن کنفرانس پژوهشگاه برگزار خواهد شد.

سرفصل‌های این کارگاه یک روزه به شرح زیر است:

- آشنایی با انواع دسته‌بندی کتاب
- مرزهای داوری و نقد کتاب
- انواع نقد و بررسی کتاب
- ابزارشناسی جمع‌آوری داده‌ها
- شاخص‌های ارزیابی نقد کتاب
- محورهای استدلالی مورد تأیید در نقد کتاب
- انجام کارهای نهایی در نگارش مقاله انتقادی از کتاب

علاقه‌مندان می‌توانند جهت کسب اطلاعات بیشتر و ثبت‌نام به سامانه کارگاه‌ها و دوره‌های آموزشی پژوهشگاه تربیت‌بدنی به آدرس لینک <http://workshop.ssrc.ac.ir/> مراجعه و یا با شماره تلفن ۰۲۱۸۸۷۴۷۶۳۲ داخلی ۴۱۳ و ۱۱۴ تماس حاصل نمایند.

کارگاه آموزشی یک روزه  
روش‌شناسی نقد و بررسی کتاب  
۲ دی ماه ۱۳۹۸

دکتر نازنین راسخ  
استادیار پژوهشگاه تربیت‌بدنی

دکتر حمید قاسمی  
دانشیار دانشگاه پیام نور

سرفصل‌های کارگاه  
مرزهای داوری و نقد کتاب / ابزارشناسی جمع‌آوری داده‌ها / نگارش مقاله انتقادی از کتاب

<http://workshop.ssrc.ac.ir>  
۰۲۱۸۸۷۴۷۸۸۴ (۴۱۳)  
تهران، خیابان استاد مطهری  
خیابان میرعماد، کوچه پنجم، پلاک ۳

## کارگاه آموزشی تحلیل محتوا (از مفاهیم تا کاربرد)

کارگاه آموزشی تحلیل محتوا - از مفاهیم تا کاربرد (Content Analysis Training: Concepts to Applications) توسط پژوهشگاه تربیت‌بدنی و علوم ورزشی و با تدریس دکتر حمید قاسمی (عضو هیأت علمی دانشگاه پیام نور) و دکتر نازنین راسخ (عضو هیأت علمی پژوهشگاه تربیت‌بدنی) در تاریخ ۳۰ دی ماه در سالن کنفرانس پژوهشگاه برگزار خواهد شد.

سرفصل‌های این کارگاه یک روزه به شرح زیر است:

- مفهوم تحلیل محتوا
- انواع تحلیل محتوا
- مفاهیم پایه در تحلیل محتوا
- فرایند اجرای تحلیل محتوا
- مراحل جمع آوری داده‌ها در تحلیل محتوای کمی
- مقوله‌بندی
- برگه کدگذاری
- پایایی و عینیت برگه کدگذاری و دستورالعمل آن
- نمونه‌گیری در تحلیل محتوا

علاقه‌مندان می‌توانند جهت کسب اطلاعات بیشتر و ثبت‌نام به سامانه کارگاه‌ها و دوره‌های آموزشی پژوهشگاه تربیت‌بدنی به آدرس لینک <http://workshop.ssre.ac.ir/> مراجعه و یا با شماره تلفن ۰۲۱۸۸۷۴۷۶۳۲ داخلی ۱۱۴ و ۴۱۳ تماس حاصل نمایند.

## دوازدهمین همایش بین‌المللی علوم ورزشی

دوازدهمین همایش بین‌المللی علوم ورزشی در تاریخ ۱۴ و ۱۵ اسفند سال جاری توسط پژوهشگاه تربیت‌بدنی و علوم ورزشی در تهران برگزار خواهد شد.

این همایش با هدف گردهم آوردن اعضای علمی و اجرایی خانواده ورزش ایران و با شعار "توسعه فناوری ورزشی برای زندگی فعال" جهت هم‌اندیشی، تبادل آخرین دستاوردهای بنیادی، توسعه‌ای و کاربردی، حرکت در راستای تأمین نیازهای جامعه و توسعه ملی و بین‌المللی توسط پژوهشگاه تربیت‌بدنی، دانشگاه‌ها و دستگاه‌های اجرایی ورزش کشور، با حضور اساتید و پژوهشگران برجسته داخلی و خارجی برگزار می‌شود.

### تاریخ‌های مهم

- ارسال چکیده مقالات با تخفیف ویژه: ۳۰ آذر ماه
- آخرین مهلت ارسال چکیده مقالات: ۱۵ دی ماه
- اعلام نتایج نهایی داوری مقالات: ۱۵ بهمن ماه

قابل ذکر است، دانشجویان مشغول به تحصیل در تمامی مقاطع رشته تربیت‌بدنی و علوم ورزشی، در صورتی که تا پایان ماه جاری، مقالات پژوهشی خود را از طریق سایت ارسال همایش نمایند، می‌توانند در صورت پذیرش مقاله به شکل پوستر یا سخنرانی از تخفیف ویژه ۱۰۰ هزار تومانی برای شرکت در این همایش بهره‌مند شوند و مبلغ ثبت‌نام در نظر گرفته شده برای آنها ۲۰۰ هزار تومان محسوب خواهد شد.

### محورهای همایش

- فعالیت بدنی، تندرستی و پیشگیری از بیماری
- فناوری و نوآوری در ورزش
- سیاست‌گذاری و توسعه پایدار در ورزش
- صنعت ورزش
- مطالعات روان‌شناختی و توسعه فرهنگی و اجتماعی ورزش
- توسعه ورزش بانوان
- ورزش قهرمانی و حرفه‌ای
- تربیت‌بدنی ویژه (ورزش برای بیماران و افراد با کم‌توانی)
- ورزش و رسانه

علاقه‌مندان می‌توانند جهت کسب اطلاعات بیشتر و ارسال مقاله به سایت همایش به آدرس لینک <http://۱۲thcong.ssrc.ac.ir/> مراجعه نمایند.

۱۲ همایش بین المللی

# علوم ورزشی

نمایشگاه تجهیزات و فناوری های ورزشی  
توسعه فناوری ورزشی برای زندگی فعال

۱۴ و ۱۵ اسفند ۱۳۹۸  
مرکز همایش های رازی

Congress on Sports Sciences  
**International 12**  
4-5 MARCH, 2020  
TEHRAN-IRAN

**Adapted Physical Education (Exercise for Patients & People with Disability)**  
**Psychological Studies, Social and Cultural Development of Sports**  
**Policy Making and Sustainable Development in Sports**  
**Physical Activity, Health and Disease Prevention**  
**Championship and Professional Sports**  
**Sports Technology and Innovation**  
**Development of Women's Sport**  
**Sports Industry**

آخرین فرصت ارائه مقاله: دیماه ۱۳۹۸

دبیرخانه علمی: ۸۸۷۴۷۷۹۶ داخلی ۴۱۳  
دبیرخانه اجرایی: ۸۸۱۴۶۱۲۱

12thcong.ssric.ac.ir

## دوره تربیت مربی استعدادیاب ورزشی در کشور هلند

به دنبال مذاکرات صورت گرفته از سوی دفتر امور بین‌الملل پژوهشگاه تربیت‌بدنی و علوم ورزشی ایران با یکی از دانشگاه‌های معتبر کشور هلند، توافقات لازم در زمینه اعزام تیمی (با تعداد محدود) متشکل از متخصصان برتر بین‌المللی در حوزه استعدادیابی ورزشی جهت شرکت در دوره کوتاه‌مدت استعدادیابی ورزشی در کشور هلند صورت گرفته است.

در طی این دوره، روش‌های علمی استعدادیابی در کشورهای مختلف ارائه خواهد شد و مدرسان، بنا به شرایط هر کشور بهترین شیوه‌های به‌کارگیری و پیاده‌سازی استعدادیابی ورزشی را آموزش خواهند داد. همچنین گواهی معتبر از آن دانشگاه به شرکت‌کنندگان اهدا خواهد شد.

علاقه‌مندان می‌توانند جهت کسب اطلاعات بیشتر و ثبت‌نام با شماره تلفن ۰۲۱۸۸۷۴۷۶۳۲ داخلی ۱۱۷، دکتر مهدی حسین‌زاده "مدیر امور بین‌الملل پژوهشگاه" تماس حاصل و یا از طریق آدرس ایمیل [metti@ssrc.ac.ir](mailto:metti@ssrc.ac.ir) مکاتبه نمایند.





## راه‌های ارتباطی با ما در فضای مجازی

**تذکر:** لطفاً به غیر از لینک‌های ارائه شده، در صورت مشاهده سایر نام‌ها و لینک‌های مشابه با پژوهشگاه، پیش از کسب اطمینان، به آنها اعتماد نکنید.

### سایت‌های رسمی

- پایگاه رسمی پژوهشگاه تربیت‌بدنی و علوم ورزشی: <http://ssrc.ac.ir>
- پایگاه رسمی مرکز ملی نوآوری فناوری‌های ورزشی پژوهشگاه: <http://sticssrc.com>
- سامانه پژوهش‌یار (جهت دریافت کد اخلاق): <http://ris.ssrc.ac.ir/>
- سامانه نشریات علمی پژوهشگاه: <http://journals.ssrc.ac.ir/>
- ۱. نشریه Journal of Exercise and Health Science: <http://jehs.ssrc.ac.ir/>
- ۲. نشریه پژوهش در ورزش تربیتی: <http://res.ssrc.ac.ir/>
- ۳. نشریه رفتار حرکتی: <http://mbj.ssrc.ac.ir/>
- ۴. نشریه فیزیولوژی ورزشی: <http://spj.ssrc.ac.ir/>
- ۵. نشریه مطالعات روان‌شناسی ورزشی: <http://spsyj.ssrc.ac.ir/>
- ۶. نشریه مطالعات طب ورزشی: <http://smj.ssrc.ac.ir/>
- ۷. نشریه مطالعات مدیریت ورزشی: <http://smrj.ssrc.ac.ir/>
- سامانه کارگزارها و دوره‌های آموزشی: <http://workshop.ssrc.ac.ir/>
- کانون علمی بازی و ورزش کودکان: <http://irankidsplay.ir/>

صفحه اینستاگرام: <https://www.instagram.com/ssrc.ac.ir/>

کانال آپارات: <https://www.aparat.com/ssrc.ac.ir>

@ssrichannel

@sticssrc

@workshop\_ssrcacir

نرم‌افزارهای پیام‌رسان

