



تولید ملی، حمایت از کار و سرمایه ایرانی برگ اشتراک مجله‌های رشد

نحوه اشتراک:

شما می‌توانید پس از واریز مبلغ اشتراک به شماره حساب ۳۹۶۶۲۰۰۰ بانک تجارت، شعبه سه‌راه آزمایش کد ۳۹۵، در وجه شرکت افست از دو روش زیر، مشترک مجله شوید:

۱. مراجعه به وبگاه مجلات رشد؛ نشانی: www.roshdmag.ir و تکمیل برگه اشتراک به همراه ثبت مشخصات فیش واریزی.
۲. ارسال اصل فیش بانکی به همراه برگ تکمیل شده اشتراک با پست سفارشی (کپی فیش را نزد خود نگاهدارید).

◆ نام مجلات در خواستی:

◆ نام و نام خانوادگی:

◆ میزان تحصیلات:

◆ تلفن:

◆ نشانی کامل پستی:

◆ خیابان:

◆ شهرستان:

◆ استان:

◆ مبلغ پرداختی:

◆ شماره فیش:

◆ شماره پستی:

◆ پلاک:

◆ در صورتی که قبلاً مشترک مجله بوده‌اید، شماره اشتراک خود را ذکر کنید:

امضا:

◆ نشانی: تهران، صندوق پستی امور مشترکین: ۱۶۵۹۵/۱۱۱

◆ وبگاه مجلات رشد: www.roshdmag.ir

◆ اشتراک مجله: ۰۲۱-۷۷۳۳۶۶۵۶/۷۷۳۳۵۱۱۰/۷۷۳۳۹۷۱۳-۱۴

◆ هزینه اشتراک یکساله مجلات عمومی (هشت شماره): ۱۲۰۰۰۰ ریال

◆ هزینه اشتراک یکساله مجلات تخصصی (چهار شماره): ۸۰۰۰۰ ریال

«اساس بیومکانیک حرکت انسان»

(دو جلد: مبانی فیزیولوژی حرکت، مبانی بیومکانیک حرکت)



معرفی
کتاب

نویسندگان: جوزف همیل و کتلین ام. نوتزن

مترجمان: دکتر ولی‌اله دبیدی روشن و دکتر سیروس چوبین

بدیهی است مربیان بدن‌سازی و معلمان تربیت‌بدنی، و همچنین فیزیوتراپیست‌ها و پزشکان بیشترین سهم را در آموزش حرکات صحیح بخشهای متفاوت بدن و اثر نیروهای گوناگون بر مفاصل را به علاقه‌مندان به ورزش و فعالیت‌های بدنی دارند. بر این اساس، مطالعه در زمینه علم بیومکانیک که کانون اصلی آن، حرکت انسان و حرکت شناسی است، ضروری به نظر می‌رسد. مربیان، استادان، معلمان تربیت‌بدنی و همچنین همه دست‌اندرکاران علوم حرکتی، با اشراف به این علم به دانش کاملی در باب جنبه‌های متفاوت حرکت انسان دست می‌یابند. این خود باعث مهارت بیشتر در تدریس، مربیگری، درمان و حتی تجویز خردمندانه فعالیت ورزشی خواهد شد.

حرکت ابزار تعامل با محیط است. این تعامل ممکن است راه رفتن ساده در پارک، تقویت عضلات در حرکت پرس سینه، مسابقه پرش ارتفاع در پیست دانشگاه، یا کشش و توانبخشی یک مفصل آسیب دیده باشد. حرکت یا جابه‌جایی شامل تغییر مکان، موقعیت یا وضع بدن در چند نقطه از محیط است. با علم بیومکانیک می‌توانید حرکت انسان را مشاهده و مسائل حرکتی را حل کنید. روش‌های متعددی برای مطالعه حرکت وجود دارند؛ مانند مشاهده با چشم، اما گاهی لازم است داده‌های مربوط به

متغیرهای حرکت با استفاده از تجهیزات آزمایشگاهی جمع‌آوری و بررسی شوند. چرا که مشاهده‌کنندگان فعالیت‌ها، دیدگاه‌های متفاوتی دارند. مربی تیس ممکن است به نتیجه‌نهایی سرو زدن علاقه‌مند باشد؛ در حالی که درمانگر می‌خواهد بدانند سرو زدن در چه نقطه‌ای به آرنج فشار آورده و سبب التهاب تاندونی شده‌است.

کتاب «اساس بیومکانیک حرکت انسان» که به دلیل گستردگی مطالب آن در دو جلد ترجمه و منتشر شده حاوی اطلاعات سودمندی در زمینه بیومکانیک است. کتاب دارای سه بخش است: در بخش اول، مبانی حرکت انسان با تأکید بر ملاحظات اسکلتی، عضلانی و عصبی برای حرکت و تمرینات نواحی ویژه بدن پیش روی خواننده قرار گرفته‌است. بخش دوم، با عنوان «آناتومی کاربردی»، اطلاعات عملی بسیار ارزشمندی در زمینه ساختار، عملکرد و نحوه جذب نیرو، و آسیب‌ها در نواحی اندام‌های فوقانی (دست‌ها)، اندام‌های تحتانی (پاها) و تنه ارائه می‌دهد و راهبردهای لازم برای بررسی سلامت این نواحی از بدن را مطرح می‌سازد. سرانجام، بخش سوم کتاب مشتمل بر مبانی تجزیه و تحلیل مکانیکی حرکت انسان، مباحث کینماتیک و کینتیک خطی و زاویه‌ای را با تکیه پژوهش‌های علمی انجام‌شده، فرا روی خواننده قرار می‌دهد.

جلد اول این کتاب درباره مباحث فیزیولوژیک حرکت انسان بحث می‌کند و جلد دوم به اساس بیومکانیک حرکت انسان می‌پردازد. همانطور که می‌دانید، استخوان‌ها و رباط‌ها عناصر ساختاری هستند که بدن انسان را حمایت می‌کنند. عضلات موتورهای بدن هستند که این ساختارها را به حرکت در می‌آورند. درک این موضوع که چگونه نیروها از طریق استخوانها و رباط‌ها از بدن حمایت می‌کنند و چگونه نیروهای مورد نظر و گشتاوردهای حاصل از آن باعث حرکت اندامهای بدن می‌شوند یعنی موضوع جلد دوم کتاب مستلزم داشتن اطلاعات پایه‌ای درباره نیروها و آثار آنهاست. از این رو بین مباحث جلد‌های اول و دوم کتاب حاضر ارتباط متقابل وجود دارد که مطالعه آن به درک بهتر حرکات انسان کمک شایانی می‌کند.

یکی دیگر از ویژگی‌های کتاب، تنظیم فصل‌های متفاوت آن است؛ به گونه‌ای که مطالعه و استفاده از آن را آسان‌تر کرده‌است. در این خصوص می‌توان به سازماندهی هدفمند هر فصل شامل ارائه اهداف رفتاری، بدنه اصلی موضوع هر فصل با تأکید بر مباحث کاربردی، خلاصه‌ای از مطالب هر فصل، انواع گوناگون سؤالات آموزشی و منابع، و همچنین واژه‌نامه‌های تخصصی در انتهای هر فصل اشاره کرد. لذا دانشجو یا خواننده می‌تواند بخش‌های خاصی را حذف کند یا کمتر به آن‌ها بپردازد. این کتاب به منزله ابزاری مناسب برای درک جامع دانشجو، مربی، معلم و ... از بیومکانیک، به عنوان رشته‌ای علمی، تنظیم شده‌است.

اساس بیومکانیک حرکت انسان را جوزف همیل و کتلین ام. نوترون نوشته‌اند و آقایان دکتر دیدی روش و سیروس چوبینه، از استادان برجسته علوم تربیت‌بدنی نیز آن را ترجمه کرده‌اند. این کتاب که نخستین بار در زمستان ۱۳۸۹ توسط سازمان سمت به چاپ رسید، در حال حاضر با ارزش سه واحد درسی به دانشجویان دوره کارشناسی رشته‌های تربیت‌بدنی آموزش داده می‌شود. البته کتاب مذکور علاوه بر جامعه دانشگاهی، برای سایر علاقه‌مندان به علوم ورزشی، منبعی بسیار مفید و کاربردی در زمینه علم حرکت‌شناسی و بیومکانیک حرکت انسان محسوب می‌شود.

تهیه و تنظیم: ناهید کریمی



با مجله‌های رشد آشنا شوید

مجله‌های رشد توسط دفتر انتشارات و تکنولوژی آموزشی سازمان پژوهش و برنامه‌ریزی آموزشی وابسته به وزارت آموزش و پرورش تهیه و منتشر می‌شوند؛

مجله‌های دانش‌آموزی

(به صورت ماهنامه و هشت شماره در هر سال تحصیلی منتشر می‌شوند)

رشد کودک (برای دانش‌آموزان ابتدایی و پایه اول دوره دبستان)

رشد نوجوانی (برای دانش‌آموزان پایه‌های دوم و سوم دوره دبستان)

رشد دانش‌آموز (برای دانش‌آموزان پایه‌های چهارم، پنجم و ششم دوره دبستان)

رشد نوجوان (برای دانش‌آموزان دوره راهنمایی تحصیلی)

رشد دانشجو (برای دانش‌آموزان دوره متوسطه و پیش‌دانشگاهی)

مجله‌های بزرگسال عمومی

(به صورت ماه نامه و هشت شماره در هر سال تحصیلی منتشر می‌شوند)؛

• رشد آموزش ابتدایی • رشد آموزش راهنمایی تحصیلی • رشد تکنولوژی آموزشی • رشد مدرسه فردا • رشد مدیریت مدرسه • رشد معلم

مجله‌های بزرگسال و دانش‌آموزی تخصصی

(به صورت فصلنامه و چهار شماره در هر سال تحصیلی منتشر می‌شوند)؛

• رشد برهان راهنمایی (مجله ریاضی برای دانش‌آموزان دوره راهنمایی تحصیلی) • رشد برهان متوسطه (مجله ریاضی برای دانش‌آموزان دوره متوسطه) • رشد آموزش قرآن • رشد آموزش معارف اسلامی • رشد آموزش زبان و ادب فارسی • رشد آموزش هنر • رشد آموزش مشاور مدرسه • رشد آموزش تربیت‌بدنی • رشد آموزش علوم اجتماعی • رشد آموزش تاریخ • رشد آموزش جغرافیا • رشد آموزش زبان • رشد آموزش ریاضی • رشد آموزش فیزیک • رشد آموزش شیمی • رشد آموزش زیست‌شناسی • رشد آموزش زمین‌شناسی • رشد آموزش فنی و حرفه‌ای • رشد آموزش پیش‌دبستانی

مجله‌های رشد عمومی و تخصصی، برای معلمان، مدیران، مربیان، مشاوران و کارکنان اجرایی مدارس، دانش‌جویان مراکز تربیت معلم و رشته‌های دبیری دانشگاه‌ها و کارشناسان تعلیم و تربیت تهیه و منتشر می‌شوند.

• نشانی: تهران، خیابان ایرانشهر شمالی، ساختمان شماره ۴ آموزش و پرورش، پلاک ۲۶۶، دفتر انتشارات و تکنولوژی آموزشی.

• تلفن و نمابر: ۰۲۱ - ۸۸۳۰۱۲۷۸ - ۰۲۱