

# ورزش بانوان

مؤلف: اعظم سپهری یگانه

ناظر: محمدحسین فلاح زاده

ناشر: بهار دلها

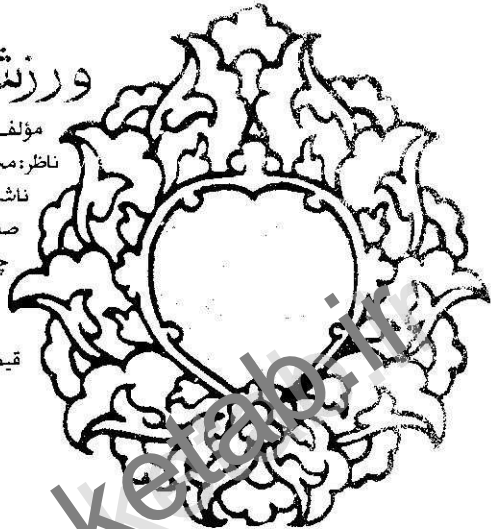
صفحه آرا: حسین ترکسی

چاپ: مینایی

نوبت چاپ: اول/ ۱۳۹۳

شمارگان: ۳۰۰۰

قیمت: ۲۸۰۰ تومان



سرشناسه: سپهری یگانه، اعظم، ۱۳۵۶  
عنوان و نام پدیدآور: احکام ورزش بانوان / اعظم سپهری یگانه  
ناظر محمدحسین فلاح زاده / سناد احیاء امر به معروف و نهی از منکر

مشخصات نشر: قم: بهار دلها، ۱۳۹۳

مشخصات ظاهری: ۸۰ ص، ۱۴/۵ × ۲۰

فروست: فقه و زندگی؛ ۱۲

شابک: ۹۷۸ ۶۰۰ ۶۹۸۷ ۵۸ ۳

۹۷۸ ۶۰۰ ۶۹۸۷ ۵۹ ۰

وضعیت فهرست نویسی: فیا

یادداشت: کتاب حاضر قبلاً با عنوان احکام تربیتی ورزشی بانوان  
نوسط انتشارات نورالساد در سال ۱۳۸۴ منتشر شده است.

یادداشت: کتابنامه به صورت زیربوست

عنوان دیگر: احکام تربیتی ورزشی بانوان

موضوع: ورزش برای زنان / جنبه‌های مذهبی اسلام

موضوع: زنان (فقه)

موضوع: فتاوهای شیعه -- قرن ۱۴

موضوع: فتاوهای شیعه -- قرن ۱۴

شناسه افزوده: فلاح زاده، محمدحسین، ۱۳۳۸

شناسه افزوده: سناد احیاء امر به معروف و نهی از منکر

رده بندی کنگره: ۱۳۹۳ س ۴/۶: ۱۹۸۱۹۸۱

رده بندی دیویی: ۳۹۷/۳۷۹

شماره کابشناسی ملی: ۲۶۲۴۸۷۳



مرکز بخش: قم

تلفن: ۰۲۵-۳۷۷۴۱۳۶۲

همراه: ۰۹۱۳۷۵۳۲۰۴۱

www.ketaboo.com

۱۲

فقه و زندگی



باراهنمائی حجت الاسلام محمد حسین فلاح زاده  
مدرس عالی و مدرس عالی و قاضی و مدرس و محقق

اعظم سپهری یگانه

# فهرست

سخن ناشر..... ۷ مقدمه..... ۹

## فصل اول: ورزش و ضرورت آن

تعریف ورزش..... ۱۳	ورزش‌های مورد توصیه
ضرورت ورزش..... ۱۳	اسلام..... ۲۰
ورزش و سلامت بدن..... ۱۵	شنا..... ۲۰
نقش ورزش در اوقات فراغت..... ۱۵	محیط شنا..... ۲۱
ورزش زیاد..... ۱۶	احکام شنا..... ۲۱
ورزش و مادی..... ۱۶	شنا و روزه..... ۲۲
ورزش ارزش..... ۱۸	تیراندازی و اسب‌دوانی..... ۲۳
پرهیز از آثار منفی ورزش..... ۱۹	ورزش‌های غیرارزشی..... ۲۴

## فصل دوم: بانوان و ورزش

اهمیت تربیت بدنی برای بانوان..... ۲۸	موافقان ورزش بانوان..... ۲۸
بانوان..... ۲۷	ورزش بانوان از نظر اسلام..... ۲۸
مخالفان ورزش بانوان..... ۲۷	ورزش‌های ممنوع بانوان..... ۲۹

## فصل سوم: ورزش بانوان و نگاه نامحرمان

مکان ورزش بانوان..... ۳۱	تماشای ورزشکاران..... ۳۴
مقدار پوشش زن از نامحرم..... ۳۲	برهنگی در ورزش..... ۳۶
ارتباط با نامحرم..... ۳۲	لباس ورزشکاران..... ۳۷

## فصل چهارم: عکس و فیلم ورزشکاران

نگاه به عکس ورزشکاران..... ۴۱	دیدن ورزش بانوان از تلویزیون..... ۴۲
-------------------------------	--------------------------------------

## فصل پنجم: اخلاق و حقوق ورزشی

گیزه ورزشکاران..... ۴۵	نکات اخلاقی و انضباطی..... ۴۶
------------------------	-------------------------------

چرا باید دوپینگ را ممنوع کرد..... ۴۸	حفظ حرمت دیگران ..... ۴۶
	دوپینگ ..... ۴۷
	عوارض اجتماعی دوپینگ... ۴۷

### فصل ششم: احکام ورزشی

اشیاء پیدا شده در ورزشگاه .. ۵۲	ورزش و وقت نماز ..... ۴۹
اشیاء جا مانده در ورزشگاه .. ۵۳	ورزش و روزه ..... ۵۰
شرط بندی در ورزش ..... ۵۳	آهنگ های ورزشی ..... ۵۰
احکام شرط بندی ..... ۵۵	استفتاء ..... ۵۰
	عاریه کردن وسایل ورزشی .. ۵۱

### فصل هفتم: سفرهای ورزشی

ورزشی ..... ۵۹	آداب سفر ..... ۵۰
سفرهای خارجی و ورزش ... ۶۰	نماز و روزه در سفرهای

### فصل هشتم: وظایف مربیان، ورزشکاران و تماشاچیان

وظایف تماشاچیان ..... ۶۷	وظایف داوران ..... ۶۵
مسائل انضباطی ..... ۶۹	صحبتی با مربیان ..... ۶۷
ورزش و ایمنی ..... ۶۹	وظایف ورزشکاران ..... ۶۷

### فصل نهم: مسایل سیاسی، اجتماعی و ورزش

مسائل قضائی و ورزش ..... ۷۶	استفاده سیاسی ..... ۷۱
ورزش درمانی ..... ۷۹	ورزش استعماری ..... ۷۳
معلولین و ورزش ..... ۷۹	ورزش و وسیله ای برای کسب
احکام و ورزش معلولین ..... ۷۹	درآمد ..... ۷۳
آیا می دانید؟ ..... ۸۰	شغل و ورزش ..... ۷۵

## سخن ناشر

از نظر اسلام، همان‌گونه که دین راهنمای اندیشه، اخلاق و عبادات است، راهنمای انتخاب سخن، باید‌ها و نباید‌ها در قلمرو تولید، توزیع، مصرف، مدیریت و انحصار است. مشاغل مختلف، صدها حکم واجب و مستحب و شرایط حقوقی و اخلاقی دارد که دانستن آن در سلامت روابط اجتماعی و تکامل اخلاقی و معنای انسان اثر می‌گذارد. همچنین صدها حرام و مکروه دارد که انجام آن فطری رذیلتی جمعی و اسلامی را آلوده می‌سازد و ابهام آن دلهره و تردید می‌آفریند.

آشنایی با احکام ویژه هر صنف برای دست‌اندرکاران آن ضروری و برای مراجعان به آن مشاغل نیاز قطعی و برای اهل مطالعه، دانش اجتماعی و دینی مفید است.

طرح پژوهشی فقه و زندگی، که با سفارش «ستاد احیاء امر به معروف و نهی از منکر» و همت «پژوهشکده باقرالعلوم، ع» و نظارت علمی حجج اسلام: محمد حسین فلاح‌زاده و محمود مهدی‌پور شکل گرفته، پاسخی است به نیازهای بشر در همه عرصه‌های زندگی.

مجموعه حاضر نقطه پیوند «فقه» و «زندگی» است؛ که چگونگی  
تأمین معیشت حلال را به مسلمانان و صاحبان مشاغل گوناگون  
می آموزد و فقه را از تئوری به عمل نزدیک می سازد.  
آنچه در پیش رو دارید دوازدهمین شماره از مجموعه فقه و زندگی  
است که موازین یک ورزش سالم و سازنده را بیان می کند.  
امیدواریم برای تکمیل این مجموعه همچنان از حمایت های  
فکری و مالی ستاد احیای امر به معروف و نهی از منکر بهره مند گردیم.  
خواهشمند است هر گونه نقد و نظر تجربی و علمی خود را جهت  
تکمیل این مجموعه با ما در میان بگذارید.

والله ولی التوفیق

پیر و شاکده امر به معروف

قم - خیابان سمیه کوچه ۱۲ - پلاک ۳۵۵

تلفن: ۰۲۶۳۷۳۴۴۳۰ (۱۲)

Info@Al-Adl.ir

