

کاروبار

من ورزش را دوست دارم

چه شغل‌هایی مرتبط
با ورزش سراغ داری؟



ناسخ خیلی متفاوت کتاب‌های کودک و نوجوان!

سرشناسه: مارتین، استیو، ۱۹۴۵ - م. / Martin, Steve
عنوان و نام پدیدآور: کار و بار: من ورزش را دوست دارم. چه شغل‌هایی مرتبط با ورزش سراغ داری؟
نویسنده: استیو مارتین؛ تصویرگر: تام وولی؛ مترجم: میترا امیری لرگانی
مشخصات نشر: تهران: نشر پرتقال، ۱۴۰۱.
مشخصات ظاهری: ۵۲ ص.: مصور (رنگی)؛ ۲۹×۲۲ س.م.
شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۲۷۴-۴۸۴-۷

وضعیت فهرست‌نویسی: فیبا

یادداشت: عنوان اصلی: I like sports... what jobs are there?, 2020.

عنوان دیگر: من ورزش را دوست دارم. چه شغل‌هایی مرتبط با ورزش سراغ داری؟

موضوع: ورزش -- راهنمایی شغلی -- ادبیات کودکان و نوجوانان /

Sports -- Vocational guidance -- Juvenile literature

موضوع: راهنمایی شغلی -- ادبیات کودکان و نوجوانان Vocational guidance -- Juvenile literature

موضوع: مشاغل -- ادبیات کودکان و نوجوانان Occupations -- Juvenile literature

شناسه‌ی افزوده: وولی، تام، تصویرگر

شناسه‌ی افزوده: Woolley, Tom

شناسه‌ی افزوده: امیری لرگانی، میترا، ۱۳۷۰، مترجم

رده‌بندی کنگره: G۷۷۳۴/۳

رده‌بندی دیویی: ۷۹۶۰۲۳ [ج]

شماره‌ی کتاب‌شناسی ملی: ۸۸۹۵۸۰۳

۷۲۲۶۹۰۱



انتشارات پرتقال

کاروبار: من ورزش را دوست دارم. چه شغل‌هایی مرتبط با ورزش سراغ داری؟

نویسنده: استیو مارتین

تصویرگر: تام وولی

مترجم: میترا امیری لرگانی

ویراستار ادبی: آزاده کامیار

ویراستار فنی: سارا طباطبایی

طراح جلد نسخه‌ی فارسی: نیلوفر مرادی

آماده‌سازی و صفحه‌آرایی: سجاد قربانی - عاطفه قلیچ‌خانی

مشاور فنی چاپ: حسن مستقیمی

شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۲۷۴-۴۸۴-۷

نوبت چاپ: اول - ۱۴۰۱

تیراژ: ۱۰۰۰ نسخه

لیتوگرافی، چاپ و صحافی: واژه‌پرداز اندیشه

قیمت: ۵۳۰۰۰ تومان





فهرست

مقدمه ۶



روزنامه‌نگار ورزشی ۱۴



بازاریاب ورزشی ۱۲



پزشکیار ورزشی ۱۰



ورزشکار حرفه‌ای ۸



مربی شنا ۱۹



نجات‌غریق ۱۸



داور ۱۶



عکاس ورزشی ۱۵



راهنمای تورهای
ماجراجویانه ۲۶



معلم ورزش ۲۴



مروج ورزش ۲۲



مدیر تیم ورزشی ۲۰



مدیر رویدادهای
المپیک ۳۲



مدیر فروشگاه ورزشی ۳۱



مربی ورزش سالمندان ۳۰



کارگزار ورزشی ۲۸



متخصص تغذیه‌ی ورزشی ۴۰



صاحب باشگاه ورزشی ۳۸



مربی خصوصی ۳۶



تحلیلگر آمار ورزشی ۳۴



تعمیرکار دوچرخه ۴۳



مکانیک ماشین‌های
مسابقه ۴۲



روان‌شناس ورزشی ۴۱



مربی سوارکاری ۴۴

این شغل راست کار خودت است! ۴۶!

باز هم هست... ۴۸

مقدمه

ویژگی‌ها و مهارت‌های لازم برای کار در عرصه‌ی ورزش

**شغل‌های ورزشی
زیادی وجود دارد که
شاید با خیلی از آن‌ها
آشنا نباشی.**

عاشق ورزش یا تماشای مسابقه‌های ورزشی هستی؟ هیجان و روحیه‌ی تیمی و حس پیروزی برایت مهم است؟ خوب اگر این‌طور است، می‌توانی این عشق و علاقه را تبدیل کنی به شغل آینده‌ات!

برای افرادی که دوست دارند در عرصه‌ی ورزش فعالیت کنند تا دلت بخواهد کار هست؛ از کارهای علمی و آماری گرفته تا مربیگری و حتی فروشندگی. هر شغلی به افراد مختلف با مهارت‌های مختلف نیاز دارد؛ مربی و متخصص تغذیه باید صلاحیت علمی بالایی داشته باشد، روزنامه‌نگار ورزشی باید کنجکاو و در نویسندگی ماهر باشد، تعمیرکار ماشین‌های مسابقه هم باید بتواند درست عمل کند حتی در شرایط پراز اضطراب و شتاب مسابقه.

به غیر از این مهارت‌های متفاوت، همه‌ی افرادی که شغل ورزشی دارند باید ویژگی‌های مشترکی نیز داشته باشند، برای مثال پرنگیزه و پرنرزی باشند، از ته دل عاشق ورزش باشند و از همه مهم‌تر، دوست داشته باشند این عشق را با دیگران سهیم شوند. تناسب اندام و قدرت ذهنی هم مهم است. اگر جان شناگری را نجات می‌دهی که دست‌وپا می‌زند باید استقامت بدنی داشته باشی و اگر گروهی پرجمعیت را مدیریت یا رویدادی بزرگ را هماهنگ می‌کنی، کلید کارت توانایی رهبری دیگران و کنار آمدن با موانع و مشکلات است.



شاید گاهی لازم باشد که شجاع باشی... شاید مجبور شوی تصمیم‌های ناخوشایند بگیری یا برای موفقیت به ترس‌هایت غلبه کنی. در کنار همه‌ی این ویژگی‌ها باید انسان بخشنده‌ای باشی. هرچه نباشد در بیشتر شغل‌های ورزشی باید بخشی از یک گروه باشی و به رشد و شکوفایی دیگران کمک کنی... فرقی نمی‌کند مدیر فروشگاهی ورزشی باشی یا کارگزار ورزشی یا بازیکن ذخیره‌ی تیم.

شغلت هرچه باشد، مهم این است که یادت نرود ورزش فقط بردوباخت نیست... ورزش یعنی کار گروهی، تقویت مهارت‌ها و خوش گذراندن.

اگر همه‌ی این ویژگی‌ها
و مهارت‌ها را داری، پس
شغل ورزشی خوراک
خودت است!

این کتاب ۲۴ شغل مختلف ورزشی را معرفی می‌کند و نیم‌نگاهی می‌اندازد به یک روز کاری افرادی که این شغل‌ها را بر عهده دارند. فرار است نکته‌های مهمی یاد بگیری، مثلاً اینکه چگونه باید شغل موردنظرت را پیدا کنی یا اگر آن شغل را بر عهده بگیری باید چه کارها و مسئولیت‌هایی را انجام دهی. نکته‌های بامزه‌ای هم در کتاب وجود دارد، مثلاً آشنایی با بدترین قسمت کار یک مربی خصوصی!

راهنمایی: به لباس‌های خیس از عرق باشگاه ربط دارد!

وقتی با این شغل‌های مختلف آشنا شدی، برو به صفحه‌ی ۴۶ و ببین کدام شغل ممکن است برای تو مناسب باشد. برای آشنایی با شغل‌های بیشتر هم نگاهی به صفحه‌ی ۴۸ بینداز.

ورزشکار حرفه‌ای

ما هر روز ورزش مورد علاقه‌مان را انجام می‌دهیم و برای این کار حقوق می‌گیریم. چی از این بهتر! البته کار راحتی هم نیست؛ همه‌ی ورزش‌ها به سخت‌کوشی، شانس، استعداد و عزم راسخ نیاز دارند؛ حالا هر ورزشی که باشد.



بازیکن تنیس

از وقتی شش سالم بود تنیس بازی می‌کردم. پدرمادرم فهمیدند که استعدادش را دارم و برایم مربی گرفتند تا با او تمرین کنم. سخت تمرین کردم، به اردوهای مختلف رفتم و راهم را تا آن بالا بالاها باز کردم. اول مسابقات نوجوانان را بردم و بعد هم مسابقات بزرگسالان. حالا یکی از بهترین تنیس‌بازان دنیا هستم. ولی اصلاً مغرور نشدم، می‌دانم هنوز هم باید هر روز سخت تمرین کنم. اما این کار برایم دشوار نیست، چون عاشق تنیس‌م.

بازیکن فوتبال

همه‌ی اعضای خانواده‌ی من عاشق فوتبال اند. برای همین حسابی به خودم می‌بالم که این ورزش را حرفه‌ای دنبال می‌کنم. وقتی بچه‌مدرسه‌ای بودم، استعدادیاب یکی از باشگاه‌های رده‌بالا پیدایم کرد و از من دعوت کرد در برنامه‌ی تمرینی‌شان شرکت کنم. حالا یکی از باتجربه‌ترین بازیکنان تیم هستم. از نظر من این شغل بهترین شغل دنیاست اما گاهی هم سخت می‌شود. باید خیلی حواسم به خودم و برنامه‌هایم باشد، از رژیم غذایی‌ام گرفته تا زمان خوابم روی عملکردم تأثیر می‌گذارند. پس دوناات بی دوناات و شب‌زنده‌داری هم ممنوع!



دوچرخه‌سوار

تازه به سن نوجوانی رسیده بودم که شرکت در مسابقات دوچرخه‌سواری را شروع کردم. حالا عضو یکی از تیم‌های دوچرخه‌سواری رده‌بالا هستم. به تمام دنیا سفر می‌کنم و در سال بیشتر از ۱۰۰۰۰ کیلومتر رکاب می‌زنم. برای اینکه دوچرخه‌سواری حرفه‌ای شوید باید خیلی تلاش کنید تا قوی شوید و تناسب اندامتان را حفظ کنید، اما از همه مهم‌تر این است که باید از این ورزش لذت ببرید. هر روز پنج ساعت رکاب زدن زیر آفتاب یا باران کار راحتی نیست، ولی من عاشق کارم هستم.



بازیکن بسکتبال

بسکتبال را از مدرسه شروع کردم و دیگر آن را کنار نگذاشتم. بعد از سال‌ها تمرین و شرکت در صدها بازی و تمرینات آمادگی جسمانی و کار با مربی‌های جورواجور، بالاخره تبدیل به بازیکن حرفه‌ای شدم. هر روز تمرین می‌کنم و همراه با تیمم تاکتیک‌ها را یاد می‌گیرم و هفته‌ای حداکثر در سه مسابقه بازی می‌کنم. به نظر من بهترین بخش این شغل طرفدارها هستند. همیشه وقت می‌گذارم تا با آن‌ها حرف بزنم... شاید اگر آن‌ها نبودند شغل من اصلاً وجود نداشت.



دنده‌ی دوی استقامت

دانش‌آموز که بودم، معلم‌های مدرسه‌ام فهمیدند که خوب می‌دوم. همین شد که از همان موقع انگار شغل آینده‌ام مشخص شد! شغل فوق‌العاده‌ای است. سفر می‌کنم و در مسابقات بین‌المللی و المپیک شرکت می‌کنم، اما کار ساده‌ای نیست. تقریباً هر روز روی مهارت‌هایم کار می‌کنم تا بهتر و بهتر شوم. پول درآوردن از این راه هم سخت است. بیشتر درآمد من از سمت شرکت‌هایی است که حامی تبلیغاتی حرفه‌ی من هستند. برای اینکه چنین حامی‌هایی داشته باشم باید همیشه خودم را در بهترین حالت نگه دارم و این کار گاهی فشار زیادی به من وارد می‌کند. اما وقتی صدای مردم را می‌شنوی که پیروزی‌ات را جشن گرفته‌اند، می‌بینی همه‌ی این سختی‌ها ارزشش را دارد.



بهترین و بدترین بخش شغل ورزشکار حرفه‌ای:

بهترین: در این شغل، برای انجام کاری حقوق می‌گیرید که عاشقتان هستند.

بدترین: عمر این شغل معمولاً کوتاه است و آسیب‌های ورزشی هم کم نیست. به علاوه‌ی اینکه در شروع کار ممکن است هزینه‌ی تمرینات و تجهیزات ورزشی و سفرها خیلی زیاد باشد.

اسنوبردرسوار آلباین

از بچگی عاشق برف بودم. وقتی پنج سالم بود اولین اسنوبردم را برایم خریدند. از همان موقع به بعد مشغول تمرین و رقابت و پیشرفت بودم. این ورزش گاهی خطرناک می‌شود و برای همین هم باید تمرین کنم، تناسب اندامم را حفظ کنم و اعتماد به نفس داشته باشم اما هیچ وقت زیادی مغرور نشوم. مسابقات در کشورهای مختلف جهان برگزار می‌شود؛ این خیلی هیجان‌انگیز است اما دلم برای خانواده‌ام تنگ می‌شود. باین همه، شور و هیجانی که پایین رفتن از شیب تپه با سرعت صد کیلومتر بر ساعت دارد، به تمام سختی‌های این ورزش می‌ارزد. هیچ احساسی لذت بخش‌تر از این نیست که باعث افتخار طرفدارها و کشورت باشی.



پزشکیار ورزشی

شغل من ترکیب بی نقصی است از علم و ورزش. کار من پیشگیری از مصدومیت، رسیدگی به موارد اضطراری پزشکی و کمک به ورزشکاران است تا بیماری و آسیب دیدگی شان بهبود پیدا کند. قبل از اینکه پزشکیار ورزشی بشوم باید حسابی توی دانشگاه درس می خواندم. بعد از اینکه مدرکم را گرفتم برای چندتا از تیم های ورزشی دانشگاهی کار کردم و حالا در تیم ملی اسکی آلپاین کشورم مشغول به کار هستم.



برای اینکه چنین شغلی داشته باشید باید مدرک بگیرید. خیلی از پزشکیارهای ورزشی تحصیلاتشان را تا دوره ی ارشد هم ادامه می دهند. توی این شغل هرچقدر علم بیشتری داشته باشی، بهتر است!



۱

اولین قرار کاری امروزم با یکی از اسکی بازان اسلالم است. موقع تمرین پایش پیچ خورده و الان درد دارد. معاینه اش می کنم. من باید همه چیز را درباره ی آناتومی بدن انسان و تشخیص آسیب و شیوه ی درمان بیمارانش بدانم. به نظرم مشکلش جدی نیست، برای همین هم فقط یک باند کشی به پایش می بندم. خوشحالم که خودش آمد پیش من چون بیشتر ورزشکارها درد را نادیده می گیرند و این کارشان ممکن است آسیب دیدگی شان را بدتر کند.



۱. یکی از رشته های ورزشی اسکی آلپاین

۲

بعد، حرفه ای ترین اسکی باز تیم آقایان به دیدنم می آید. چند ماه پیش قوزک پایش شکست و به خاطر همین طبق برنامه ی حرکتی که من برایش طراحی کرده ام تمرین می کند تا دوباره پایش را قوی کند. آرام و قرار ندارد که دوباره برگردد سر جلسه های اصلی تمرین، ولی بهش یادآوری می کنم که اگر همین برنامه ی حرکتی و توان بخشی را ادامه بدهد، خیلی زود می تواند به مسابقات برگردد.



بهترین و بدترین بخش شغل من:

بهترین: از اینکه به بقیه کمک کنم تا حالشان بهتر شود و به مسابقات برگردند لذت می برم.

بدترین: بعضی وقت ها اینکه به ورزشکارها بگویی نباید تمرین کنند یا مسابقه بدهند، سخت است. اما سلامتی از همه چیز مهم تر است.