

۲۰۷۹۱۵۱

رشد و تکامل حرکتی در

بسکیتبال

دکتر سیده فریده هادوی

استاد دانشگاه آزاد اسلامی واحد اسلامشهر

دکتر ندا شهرزاد

استادیار دانشگاه خوارزمی

تألیف: دکتر سیده فریده هادوی، دکتر ندا شهرزاد

| سرپرست واحد گرافیک/ المیرا میرموسوی

| مدیر هنری و طراح جلد/ محمودرضا لطیفی

| صفحه آرا/ راضیه امیری

| آماده‌سازی و نظارت بر چاپ/ محمد حتمی رازلیقی

| فروش و پخش/ مهدی حتمی رازلیقی

| نوبت چاپ/ اول ۱۳۹۸

| شابک/ ۵۰۰ نسخه

| قیمت: ۱۹۹۰۰ ریال

سرشناسه: شهرزاد، ندا، هادوی، سیده فریده
عنوان و نام پدیدآور: رشد و تکامل حرکتی در بسکتبال ویژه سطح ۳ دوره مربیگری بسکتبال نوجوانان و جوانان/ ندا
شهرزاد، سیده فریده هادوی
مشخصات نشر: تهران: سمت، نشر علمی انتشارات حتمی و شرکا، ۱۳۹۸.
مشخصات ظاهری: ۵۵ص:، ۲۱×۲۸ سانتی‌متر، دورنگ، سبک دورنگ
شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۳۵۵-۳۴۹-۱
وضعیت فهرست نویسی: فیا
موضوع: بسکتبال - مربیگری
Basketball - Coaching
موضوع: حرکت آموزی
Movement education
موضوع: شناسه افزوده: هادوی، سیده فریده، ۱۳۳۵-
رده بندی کنگره: GVA۸۵/۳۵
رده بندی دیویی: ۷۹۶/۳۲۲
شماره کتابشناسی ملی: ۵۸۶۴۷۹



فروشگاه مرکزی: تهران، خیابان انقلاب، خیابان منیری جاوید (اردیبهشت)، نبش شهرزاد پلاک ۱
مرکز پخش: تهران، خیابان انقلاب، بین خیابان ۱۲ فروردین و اردیبهشت، جنب ساختمان مسکونی
ساختمان ۱۳۴۰، طبقه پنجم، واحد ۲۳

☎ ۰۲۱-۶۶۴۰۳۱۶۲ | ۰۲۱-۶۶۴۰۳۱۷۰

🌐 Hatmi.ir 📷 hatmipublication

توجه:

به موجب ماده ۵ قانون حمایت، از حقوق مؤلفان، مصنفان و هنرمندان مصوب ۱۳۴۸/۱۰/۱۱ کلیه حقوق این کتاب برای انتشارات حتمی محفوظ می‌باشد و هیچ شخص حقیقی یا حقوقی حق استفاده از آن را ندارد و متخلفین به موجب این قانون تحت پیگرد قانونی قرار می‌گیرند.

فهرست

فصل ۱ آشنایی با مفاهیم رشد و تکامل حرکتی

- ۱۱ اهداف فصل
- ۱۱ - مربیان بسکتبال با مفهوم و شاخه‌های رفتار حرکتی آشنا شوند.
- ۱۱ - مربیان بسکتبال شکل‌های مختلف حرکت آشنا شوند.
- ۱۱ - مربیان بسکتبال با طبقه‌بندی مهارت‌های حرکتی آشنا شوند.
- ۱۱ - مربیان بسکتبال با کاربرد طبقه‌بندی مهارت‌های حرکتی در آموزش آشنا شوند.
- ۱۲ - رفتار حرکتی چیست؟
- ۱۲ - شکل‌های مختلف حرکتی
- ۱۳ - طبقه‌بندی مهارت‌های حرکتی
- ۱۳ - مهارت‌های حرکتی درشت و ظریف
- ۱۴ - مهارت‌های حرکتی مجرد، زنجیره‌ای، مداوم
- ۱۵ - مهارت‌های حرکتی بسته و باز
- ۱۶ - کاربرد طبقه‌بندی مهارت‌های حرکتی در آموزش و تمرین بسکتبال

فصل ۲ کاربرد مراحل رشد حرکتی در بسکتبال

- ۱۸ اهداف فصل دوم
- ۱۸ - مربیان بسکتبال در رده‌های پایه با دوره‌های مختلف رشد از منظر علوم مختلف آشنا شوند.
- ۱۸ - مربیان بسکتبال در رده‌های پایه با مراحل رشد حرکتی و کاربرد آن در بسکتبال آشنا شوند.
- ۱۹ - رشد و تکامل حرکتی چیست؟
- ۱۹ - مفاهیم کلیدی رشد حرکتی کدامند؟

- ۲۰ - تفاوت بین سن تقویمی و سن رشدی
- ۲۱ - تفاوت‌های فردی
- ۲۳ - توصیه‌های علم رشد و تکامل حرکتی به مربیان:
- ۲۳ - دوره‌های مختلف زندگی بر اساس سن تقویمی
- ۲۵ - دوره‌های رشد حرکتی

فصل ۳ توانایی حرکتی بنیادی در بسکتبال

- ۲۹ اهداف فصل سوم
- ۲۹ - بیان توانایی‌های حرکتی بنیادی در بسکتبال آشنا شوند.
- ۲۹ - مربیان بسکتبال با مهارت‌های حرکتی دویدن آشنا شوند.
- ۲۹ - مربیان بسکتبال با مهارت‌های حرکتی پرتاب کردن آشنا شوند.
- ۲۹ - مربیان بسکتبال با مهارت‌های حرکتی دریافت کردن آشنا شوند.
- ۲۹ - مربیان بسکتبال با مهارت‌های حرکتی دریبل کردن آشنا شوند.
- ۳۰ - توانایی حرکتی بنیادی در بسکتبال
- ۳۳ - مهارت‌های پایه پرتابی و ضربه زدن: جابجایی، زبر بنای مهارت‌های بسکتبال
- ۳۴ - مهارت‌های پیچیده و تخصصی
- ۴۰ - به زمین زدن توپ به‌طور ساکن

فصل ۴ مهارت‌های اختصاصی در بسکتبال

- ۴۲ اهداف فصل چهارم
- ۴۲ - آشنایی مربیان با مرحله‌ی رشد مهارت‌های اختصاصی در بسکتبال
- ۴۲ - آشنایی با مهارت‌های بنیادی مورد نیاز برای هر یک از مهارت‌های اختصاصی در بسکتبال
- ۴۴ - انواع مهارت‌های بسکتبال
- ۴۴ - دریبل

علوم ورزشی به عنوان یک حوزه علمی در سال‌های اخیر روند رو به رشدی را در تمامی زمینه‌های آموزشی، علمی و مهارتی داشته است. یکی از مسائل مورد توجه مسئولان و برنامه‌ریزان، شناسایی، فراهم‌سازی و تقویت زمینه‌های لازم برای تولید دانش علوم ورزشی و به‌کارگیری آن در عرصه‌های ورزش قهرمانی و میادین بین‌المللی است.

بر این اساس، آموزشی نظام‌مند بر پایه‌ی علم و تخصص مربیان ورزش کشور که سکنداران تیم‌های ورزشی محسوب می‌شوند، بیش از پیش احساس می‌شود. بدین جهت یکی از ضروریات اصلی تحقق این امر، ریبینی، روزآمدی و تخصصی‌شدن محتوای آموزشی دوره‌های کوتاه مدت مربیگری از سطح پایه - درجه ۳ برای تمامی فدراسیون‌های ورزشی است.

در این راستا معاونت فرهنگی و توسعه ورزش همگانی وزارت ورزش و جوانان برای اولین بار با همکاری فدراسیون بسکتبال، براساس طرح کمیته آموزش که در سال ۱۳۹۴ به‌عنوان برترین کمیته آموزش انتخاب شد، با تلاش‌های متخصصان، اساتید و خبرگان علوم ورزشی، خصوصاً در رشته‌ی بسکتبال، کتب درسی نظری و عملی مربیگری درجه ۳ بسکتبال را بر اساس عناوین و سرفصل‌های مندرج در آیین‌نامه دوره‌های کوتاه‌مدت مربیگری وزارت ورزش و جوانان و متناسب با ساعات و سطوح فراگیران تهیه و تدوین نموده است.

سپاس خود را از رییس فدراسیون بسکتبال و سرکار خانم دکتر سیده فریده هادوی به‌خاطر همت و علاقمندی نسبت به نشر دانش کاربردی اعلام می‌دارم. همچنین و سایر فراهم‌آوردندگان این مجموعه کتب، قدردانی و توفیق ایشان را در نشر دانش و تخصص به جامعه علمی ورزش کشورمان از خداوند متعال مسئلت می‌نمایم.

دکتر سید عبدالحمید احمدی

معاون امور فرهنگی و توسعه ورزش همگانی

وزارت ورزش و جوانان ایران