

مربیگری بسکتبال

ویژگی سطح ۳ دوره مربیگری بسکتبال

نوجوانان و جوانان

دکتر فریده هادوی

استاد دانشگاه آزاد اسلامی واحد اسلامشهر

مهران آتشی

دانشجوی دکترای مدیریت ورزشی

مربی تیم ملی بزرگسالان بسکتبال ج.ا.ایران

تألیف: دکتر سیده فریده هادوی، مهران آتشی

| سرپرست واحد گرافیک/ المیرا میرموسوی
| مدیر هنری و طراح جلد/ محمدرضا لطیفی
| صفحه آرا/ راضیه امیری
| آماده‌سازی و نظارت بر چاپ/ محمد حتمی رازلیقی
| فروش و پخش/ مهدی حتمی رازلیقی
| نوبت چاپ/ اول ۱۳۹۸
| شمارگان/ ۵۰۰ نسخه
| قیمت/ ۱۹۰ ریال

سرشناسه: دوی، سیده فریده، ۱۳۳۵-
عنوان و نام پست: مریگری بسکتبال / تألیف سیده فریده هادوی، مهران آتشی.
مشخصات نشر: تهران: نشر حتمی انتشاراتی حتمی و شرکا، ۱۳۹۸.
مشخصات ظاهری: ۷۰ ص.؛ موزون، جلد
شابک: ۷-۳۵۰-۳۵۵-۶۰۰-۷۸
وضعیت فهرست نویسی: فیبا
موضوع: بسکتبال - مریگری
موضوع: Basketball - Coaching
شناسه افزوده: آتشی، مهران، ۱۳۶۱-
رده بندی کنگره: ۷۸۸۵/۳
رده بندی دیویی: ۷۹۶/۳۲۳۲
شماره کتابشناسی ملی: ۵۸۶۴۴۲۷



تت

فروشگاه مرکزی: تهران، خیابان انقلاب، خیابان منیری جاوید (اردیبهشت)، نبش فرورد، پلاک ۱۲
مرکز پخش: تهران، خیابان انقلاب، بین خیابان ۱۲ فروردین و اردیبهشت، جنب بانک صادرات
ساختمان ۱۳۶۰، طبقه پنجم، واحد ۲۳

۶۶۴۰۳۱۶۲ | ۶۶۴۰۳۱۷۰

Hatm i .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.



۱۰	مقدمه
۱۴	روش آموزش تکنیک‌های بسکتبال
۱۸	آموزش چهار پایه بسکتبال
۲۱	تهدید و سم‌ها
۳۳	دریبل کردن
۳۴	انواع دریبل کردن
۴۰	نکات مهم در حمله با دریبل
۴۷	انواع پاس
۵۳	شوت کردن
۵۵	آشنایی با مکانیک شوت
۶۰	انواع شوت
۷۵	منابع

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 سکانشان تیم‌های ورزشی محسوب می‌شوند، بیش از پیش احساس می‌شود. بدین جهت یکی از ضروریات اصلی تحقق این امر، تربیت، پرورش و تخصصی‌شدن محتوای آموزشی دوره‌های کوتاه مدت مربیگری از سطح پایه (د. 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 بر اساس 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 و فنی مربیگری درجه ۳ بسکتبال را بر اساس عناوین و سرفصل‌های مندرج در آیین‌نامه دوره‌های کوتاه مدت مربیگری وزارت ورزش و جوانان و متناسب با ساعات و سطوح فراگیران تهیه و تدوین نمود.

سپاس خود را از رییس فدراسیون بسکتبال و سرکار خانم دکتر سیده فریده هادوی به خاطر همت و علاقمندی نسبت به نشر دانش کاربردی اعلام می‌نماید. سایر فراهم‌آوردندگان این مجموعه کتب، قدردانی و توفیق ایشان را در نشر دانش و خدمت 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