

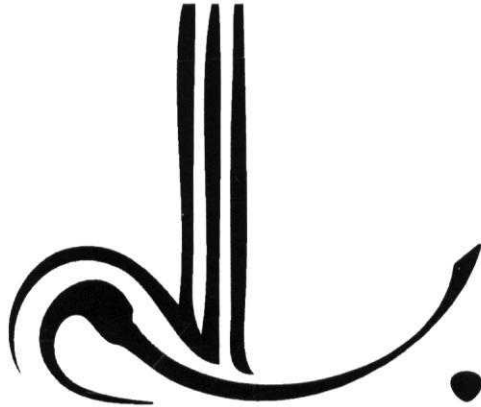
5655

ادل

۱۶۰

نزی

۱۰۰



www.ketab.ir

مدیریت در ورزش های تیمی



دکتر علی بنیادی نواسطی

فهرست

ورزش‌های تیمی چیست؟.....	۱۳
ورزش‌های تیمی چه تاثیری بر سلامت روان دارند؟.....	۱۵
تاثیر ورزش‌های تیمی بر روابط اجتماعی.....	۱۶
تاثیر ورزش‌های تیمی بر حس تعهد.....	۱۷
تاثیر ورزش‌های تیمی بر کسب انگیزه.....	۱۸
تاثیر ورزش‌های تیمی بر مشورت گرفتن.....	۱۸
فواید ورزش‌های تیمی.....	۱۹
روابط اجتماعی.....	۲۰
حس تعهد.....	۲۰
کسب انگیزه.....	۲۱
مشورت گرفتن.....	۲۲
مزایای ورزش کردن گروهی موفق.....	۲۲
جایگاه مدیریت علمی در ورزش.....	۲۵
مدیریت و بهره‌وری در ورزش.....	۲۸
روزمرگی در ورزش.....	۳۲
مدیریت نوین جایگزین مدیریت سنتی.....	۳۳
مدیریت تیم‌های بزرگ فوتبال.....	۳۵
مدیریت یک تیم.....	۳۸
۱. پیش از پرداختن به جزئیات، زمینه‌ی ایجاد تغییر را مهیا کنید.....	۳۹
۲. نمونه‌ی داده‌ها و رفتار مشاهده‌شده را به‌طور مستقیم اعلام کنید.....	۳۹

۳. تأثیر ایجاد تغییر روی پروژه و افراد دیگر را مشخص کنید..... ۴۰
۴. گرفتن تصدیق وجود مشکل و اجرای آن در میان کارمندان الزامی است
..... ۴۰
۶. در این مرحله بررسی کنید که آیا درکی صورت گرفته است یا خیر ۴۱
۷. گذراندن مراحل کوچک و رویدادهای مهم را به صورت مشترک جشن
بگیرید..... ۴۱
- ورزش و رضایت از زندگی..... ۴۳
- ورزش انفرادی یا گروهی..... ۴۵
- ورزش انفرادی یا گروهی؟..... ۴۵
- ورزش کردن انفرادی امتیازی ندارد..... ۵۰
- حس تمایز و برتری..... ۵۱
- تأثیر ورزش تیمی در سلامت..... ۵۲
- انجام کارهای خانه ۱/۸ در صد..... ۵۳
- ۵ باید و نباید برای رهبری یک تیم..... ۵۳
- بایدها برای رهبر یک تیم..... ۵۴
- ۵- انعطاف پذیر باشید..... ۵۴
- ۴- همه افراد را درگیر کنید..... ۵۵
- ۳- شور و ذوق داشته باشید..... ۵۵
- ۲- اعتماد به نفس داشته باشید..... ۵۶
- ۱- ارتباط برقرار کنید..... ۵۶
- نبایدها برای رهبر یک تیم..... ۵۷
- ۱- سرزنش نکنید..... ۵۷
- ۲- چیزی را پشت گوش نیندازید..... ۵۸
- ۳- اهداف دست نیافتنی وضع نکنید..... ۵۸

- ۵۹-۴ احساسات و دیدگاههای دیگران را نادیده نگیرید..... ۵۹
- ۵۹-۵ بر کارکنان بیش از حد اعمال قدرت نکنید..... ۵۹
- ۶۰-۸ اصل برای رهبری موثر یک تیم..... ۶۰
- ۶۰- با دیگران ارتباط برقرار کنید..... ۶۰
- ۶۱- تیم خود را درک کنید..... ۶۱
- ۶۲- افراد خود را به خلاقیت تشویق کنید..... ۶۲
- ۶۲- بر امور مثبت تمرکز کنید..... ۶۲
- ۶۳- فقط حرف نزنید، عمل کنید..... ۶۳
- ۶۳- روزی است باشید..... ۶۳
- ۶۴- باز خورد بخواهید..... ۶۴
- ۶۴- انگیزه‌ی خودتان را درک کنید..... ۶۴
- ۶۵-۲۲ ویژگی یک رهبر تیم خوب..... ۶۵
- ۶۵-۱. تمرکز..... ۶۵
- ۶۵-۲. اعتماد بنفس..... ۶۵
- ۶۶-۳. شفافیت..... ۶۶
- ۶۶-۴. امانت..... ۶۶
- ۶۷-۵. تشویق (الهام بخشیدن)..... ۶۷
- ۶۸-۶. اشتیاق..... ۶۸
- ۶۸-۷. نوآوری..... ۶۸
- ۶۹-۸. صبر..... ۶۹
- ۶۹-۹. فلسفه رواقیون..... ۶۹
- ۷۰-۱۰. پشتکار..... ۷۰
- ۷۱-۱۱. اعتبار..... ۷۱
- ۷۱-۱۲. تفکر باز..... ۷۱
- ۷۲-۱۳. قاطعیت..... ۷۲

۱۴. جذابیت ۷۲
۱۵. توانمند سازی ۷۳
۱۶. مثبت اندیشی ۷۴
۱۷. سخاوت ۷۴
۱۸. سماجت ۷۵
۱۹. بینش ۷۵
۲۰. ارتباط ۷۶
۲۱. مسئولیت ۷۶
۲۲. بی قراری ۷۷
- اعضای یک تیم را، هبر خود چه می خواهند؟ ۷۷
- اهداف ۸۰
- زیر ساخت ها ۸۰
- ارزش ها ۸۰
- توانمند سازی ۸۱
- رهبری تیم و خصوصیات یک رهبر خوب ۸۲
- ۵ مهارت رهبری که برای اداره یک تیم موفق ضروری است ۸۵
- ۱- شما باید در کار خود به افراد احساس امنیت دهید ۸۶
- ۲- باید ذهنیت خود را تغییر دهید ۸۶
- ۳- باید تیم خود را به چالش بکشید ۸۷
- ۴- نباید اجازه دهید احساسات شما بر تصمیم گیری هایتان تاثیر بگذارد ۸۷
- ۵- باید شفاف باشید ۸۸
- چه چیز از شما یک مدیر موفق می سازد؟ ۸۸
- مدیران موفق کارکنان خود را تقویت می کنند ۸۸
- مدیران موفق به کارکنان خود توجه دارند ۸۹
- مدیران موفق خوب ارتباط برقرار می کنند ۸۹

- مدیران موفق صادق هستند ۹۰
- آن‌ها کار تیمی را تشویق می‌کنند ۹۰
- مدیران موفق کارمندان‌شان را درک می‌کنند ۹۰
- آن‌ها آرام و خونسرد هستند ۹۱
- خصوصیات یک رهبر تیمی ۹۱
۱. عمل کنید و در این کار الهام بخش دیگران باشیم ۹۲
۲. ارتباطات خود محترمانه رفتار کنیم ۹۳
۳. متعهد باشیم ۹۳
۴. تخصص و طراقت فنی ایجاد کنیم ۹۴
۵. خلاصانه فکر کنیم ۹۴
۶. در زمان مواجهه با تنگنا خونسردی خود را حفظ کنیم ۹۴
۷. به غریزه و احساسات درونی خود اعتماد کنیم ۹۵
۸. با تغییر سازگار باشیم ۹۶
۹. مهارت‌های حل مسئله را بیورش دهیم ۹۶
۱۰. شوخ‌طبع باشیم ۹۶
- یک تیم خوب چگونه ساخته میشود؟ ۹۷
- التزام عملی به مهربانی ۹۹
- ارتقای برند شخصی اعضای تیم ۱۰۰
- یادگیری مداوم و گروهی ۱۰۰
- نکته‌هایی برای مدیریت و رهبری یک تیم خوب ۱۰۰
- ۵ ویژگی مدیران خوب ۱۰۶
- مدیریت یک تیم خوب ۱۰۹
- چند نکته‌ی ساده و مؤثر برای مدیریت یک تیم کاری ۱۰۹
- با کارکنان ارتباط خوبی برقرار کنید ۱۰۹

- روابط کاری مثبت ایجاد نمایید..... ۱۱۰
- اعضای تیم را تشویق کنید و به تیم انرژی مثبت دهید..... ۱۱۰
- واقعی رفتار کنید..... ۱۱۱
- ارتباطی یکسان با اعضای تیم داشته باشید..... ۱۱۱
- قاطع باشید..... ۱۱۲
- مسئولیت‌ها را به افراد مناسبی دهید..... ۱۱۲
- مدیر موفق ورزشی چه کارهایی انجام می‌دهد؟..... ۱۱۳
- ۱ - کارکنانتان را خوب بشناسید..... ۱۱۳
- ۲ - مهارت‌های ارتباطی خود را بهبود دهید..... ۱۱۴
- ۳ - همیشه در اتاقتان به روی زیر دستانتان باز باشد..... ۱۱۴
- ۴ - فعالانه مدیریت کنید..... ۱۱۵
- ۵ - از اشتباه کردن کارکنانتان نهراسید و بگذارید اشتباه کنند..... ۱۱۵
- ۶ - تفویض اختیار کنید و ابزارهای لازم برای انجام وظایفشان را در اختیارشان قرار دهید..... ۱۱۶
- ۷ - زیر دستان خود را به حالش بکشید..... ۱۱۷
- ۸ - سیستم تشویق و تنبیه مناسب و شایسته‌ای را برقرار کنید..... ۱۱۷
- ۹ - فراموش نکنید که شما مدیر هستید..... ۱۱۸
- ۱۰ - از اشتباهات خود درس بگیرید..... ۱۱۸
- ۱۱ - بازخورد تلاش هایتان برای رسیدن به اهداف را ببینید..... ۱۱۸
- ۱۲ - هیچ گاه خودتان را با تجربه‌ترین فرد ندانید..... ۱۱۹
- ۱۳ - دائماً در حال نگرانی رسیدگی به امورات نباشید..... ۱۱۹
- ۱۴ - وظایفی را به کارمندان تان محول کنید که به تجربیات آنان بپردازد..... ۱۲۰
- ۱۵ - مسئولیت اشتباه کارمندان را به عهده بگیرید..... ۱۲۰
- یک مدیر موفق شبیه کیست؟..... ۱۲۱
- از نگاه بیل گیتس ۱۰ ویژگی مدیر خوب چیست؟..... ۱۳۶

- ۱۴۶ به اصول خود وفادار بمانید
- ۱۵۰ شرایط کاری مثبت
- ۱۵۱ فهرست بازبینی
- ۱۵۲ بازیکنان تیم
- ۱۵۳ فرهنگ اولویت ها
- ۱۵۴ یک هدف مشترک
- ۱۵۶ چشم انداز داشته باشید
- ۱۵۷ سطح بالای انرژی داشته باشید
- ۱۵۷ افراد را به خاطر بسپارید
- ۱۵۸ هویت گروهی
- ۱۵۸ تقسیم هفت ها
- ۱۵۹ تیم مثبت