

چگونه یاد می‌گیریم که حرکت کنیم

انقلابی در نحوه مربیگری و تمرین مهارت‌های ورزشی

نویسنده: راب گری

www.ketab.ir

مترجمان:

دکتر رسول یاعلی

هیئت علمی دانشگاه خوارزمی تهران

مریم قربانی

سرشناسه	گری، راب، ۱۹۷۰-م.
عنوان و نام پدیدآور	Gray, Rob (Robert David), 1970- چگونه یاد می‌گیریم حرکت کنیم: انقلابی در نحوه مربیگری و تمرین مهارت‌های ورزشی/نویسنده راب گری؛ مترجمان رسول یاعلی، مریم قربانی.
مشخصات نشر	تهران: سازمان جهاد دانشگاهی تهران، انتشارات، ۱۴۰۱.
مشخصات ظاهری	۲۵۲ص: مصور(رنگی).
شابک	۳-۶۵۵-۱۳۳-۶۰۰-۹۷۸
وضعیت فهرست نویسی	فیبا
یادداشت	عنوان اصلی: How we learn to move: a revolution in the way we coach & Practice sports Skills.
یادداشت	کتابنامه: ص. ۲۳۷ - ۲۵۱.
عنوان دیگر	انقلابی در نحوه مربیگری و تمرین مهارت‌های ورزشی.
موضوع	تمرین‌های ورزشی
موضوع	Exercise :
موضوع	مهارت‌های حرکتی
موضوع	Motor ability :
موضوع	مربیگری
موضوع	Coaching (Athletics) :
شناسه افزوده	یاعلی، رسول، ۱۳۵۹- مترجم
شناسه افزوده	قربانی، مریم، ۱۳۶۵- مترجم
شناسه افزوده	سازمان جهاد دانشگاهی تهران، انتشارات
رده بندی کنگره	GV۴۱ :
رده بندی دیویی	۷۱/۶۱۳ :
شماره کتابشناسی ملی	۹۰۱۷۶۸۶ :
اطلاعات رکورد کتابشناسی	فیبا



◆ نام کتاب: چگونه یاد می‌گیریم حرکت کنیم (انقلابی در نحوه مربیگری مهارت‌های ورزشی)

◆ مولف: راب گری

◆ مترجمان: رسول یاعلی - مریم قربانی

◆ ناشر: انتشارات سازمان جهاد دانشگاهی تهران

◆ چاپ و صحافی: رامین

◆ نوبت چاپ: اول - پاییز ۱۴۰۱

◆ شمارگان: ۱۰۰ نسخه

◆ قیمت: ۱۵۰۰۰۰ تومان

◆ ناظر چاپ: احمدآرش

ISBN-978-600-133-655-3

◆ شابک: ۳-۶۵۵-۱۳۳-۶۰۰-۹۷۸

www.jtes.ir

◆ نشانی: تهران - صندوق پستی ۱۸۶ - ۱۳۱۴۵

nashr.jutt@gmail.com

◆ تلفن: ۶۶۹۵۴۳۸ تلفکس: ۶۶۴۶۴۹۴۱

◆ مراکز پخش: خانه کتاب دانشگاه: ۶۱۱۱۲۸۵۰ - ۶۶۹۷۳۴۲۳ فروشگاه اینترنتی: 16book.ir

این اثر، مشمول قانون حمایت مولفان، مصنفان و هنرمندان مصوب ۱۳۴۸ است. هرکس تمام یا قسمتی از این اثر را بدون اجازه مولف یا ناشر تکثیر و کپی برداری کند، مورد پیگرد قانونی قرار خواهد گرفت.

مقدمه ناشر:

ایران امروز، در اشتیاق توسعه و استقلال گام‌های محکم و استواری بر می‌دارد. همه روزه در گوشه و کنار میهن ما جوانه‌های خودکفایی علمی و فنی نمایان می‌شوند و با عنایت و یاری خداوند متعال و در سایه تلاش و کوشش جامعه علمی و دانشگاهی حرکت به سوی مرزهای دانش شتاب بیشتری به خود می‌گیرد. خدا را شکر می‌گوییم که این فرصت را به ما ارزانی کرد تا گام‌هایی هرچند کوچک در راه رشد و نشر دستاوردهای علمی و فرهنگی کشور برداریم؛ باشد تا با یاری خداوند منان و در پرتو همت اندیشمندان، نویسندگان، مترجمان و متخصصان مؤمن و متعهد بتوانیم دل‌اعتلای علمی کشور عزیزمان ایران سهمی داشته باشیم.

انتشارات سازمان جهاد دانشگاهی تهران، در راستای وظایف خویش و به منظور رسیدن به اهداف علمی - فرهنگی نظام جمهوری اسلامی ایران اقدام به انتشار آثار ارزشمند و لازم علمی و دانشگاهی می‌کند. در این راه از کلیه اساتید، پژوهشگران، صاحبان قلم و اندیشه دعوت به مشارکت و همکاری می‌شود.

فهرست مطالب

۵	مقدمه ناشر.....
۱۱	مقدمه مترجمان.....
۱۳	پیش‌گفتار.....
۱۳	چگونه ما حرکت کردن را یاد می‌گیریم؟.....
۱۶	اهداف من از این کتاب.....
۱۹	فصل ۱ / افسانه یک تکنیک منحصر به فرد «صحیح» و تکرارپذیری.....
۲۰	افسانه چکش برنشتاین.....
۲۶	نیمرخ هماهنگی و آنچه در بررسی میانگین یک گروه از دست می‌رود.....
۳۰	انقلاب تغییرپذیری.....
۳۱	فصل ۲ / ما برای تشخیص و ایجاد تغییر ساخته شده‌ایم.....
۳۴	تغییرپذیری به عنوان نویز.....
۳۶	تغییرپذیری به عنوان «نویز ضروری».....
۳۹	تغییرپذیری، انطباق‌پذیری و دیجنریسی.....
۴۳	تغییرپذیری به عنوان یک مکانیسم کاهش درد و پیش‌گیری از آسیب.....
۴۵	فصل ۳ / کسب‌وکار تولید حرکات و چرا ما به آقابالاسر نیاز نداریم.....
۵۵	دیدگاه خودسازمان‌دهی.....