

الفصل الأول

٢	التدريب الرياضي وصفات المدرب
٣	التدريب والتدريب الرياضي
٥	التدريب الرياضي
٦	تعريف التدريب الرياضي
٨	المدرب الرياضي
١٠	صفات مدرب الكرة الطائرة الناجح
١٠	أ: الصفات الشخصية
١١	ب: صفات المدرب المهنية
١٢	ج: الصفات الصحية
١٢	د: الصفات الاجتماعية
١٣	هـ: الصفات الفنية
١٣	و: الصفات: المدرب وسلوكه مع اللاعبين

الفصل الثاني

١٧	المبادئ الأخلاقية لمدرب الكرة الطائرة
١٧	ما هي وظيفة ومبادئ الأخلاقية
١٨	وظيفة المدرب
٢٣	المدرب كشخصية معاونة للفريق (كمنسق للفريق)
٢٤	المبادئ الأخلاقية للمدرب
٢٤	المبادئ التي تجعل منا مدرباً ناجحاً
٢٥	المدرب والتزام (التزواج) مع جماعة اللاعبين

الفصل الخامس

٥٥	ديناميكية الخصائص النفسية والاجتماعية
	لمدربي الكرة الطائرة
٥٧	ديناميكية الخصائص النفسية والاجتماعية لمدربي الكرة الطائرة
٥٩	الخصائص النفسية الخاصة بالعبة
٥٩	أولاً: الفكر السائد
٥٩	ثانياً: الدوران الخاص بالكرة الطائرة
٦٠	ثالثاً: الصفات والمميزات
٦٠	رابعاً: الحالات الانفعالية
٦١	خامساً: الصفات المميزة بطريقة الإستجابة
٦٢	الخصائص النفسية الخاصة بالأفراد
٦٣	الدياجرام الاجتماعي
٦٥	العوامل الهامة التي تؤثر على أداء المجموعة (الفريق)...
٦٥	البناء الجماعي (بناء الجماعة)
٦٦	نسق (طريقة) الجماعة
٦٦	سلوك التدريب
٦٧	العناصر الأربع السببية للإفراج عن الأداء
٦٧	القدرة
٦٨-٦٧	الجهد (الشغل)
٦٨-٦٧	الحفظ
٧١-٦٨	صعوبة الواجب
٧١	تأثير سلوك التدريب
٧٢	تقديم مقترح للتقرير
٧٤	ملخص

الفصل الثالث

٢٩	مدرب الكرة الطائرة والانتماء الرياضي
٢٩	الانتماء لدى اللاعبين
٢٩	كيف نعلم اللاعب الانتماء
٣٠	الانتماء الرياضي
٣١	إيماء الانتماء لدى المبتدئين والناشئين
٣٦	كيفية التدريب علي الانتماء
	الفصل الرابع
٣٧	دور ومسئوليات مدرب الكرة الطائرة - نظرة لأهمية التوسع في كتابة المحتوى
٣٩	دور ومسئوليات مدرب الكرة الطائرة
٣٩	مدرب الكرة الطائرة والسلوك المعنوي
٣٩	مدربي الكرة الطائرة
٤١	أنوار ومسئوليات وواجبات المدربين
٤٢	المدرّب
٤٣	المدرّب هو المدرّس والمربي
٤٣	المدرّب هو أخصائي رياضي
٤٤	المدرّب هو المنظم
٤٦	وظائف المدرّب الرئيسية
٤٦	وظيفة التدريب - العمل و(إنجاز النتيجة)
٤٨	المدرّب يتخذ القرار أثناء تقرير الهدف الرئيسي
٤٨	المدرّب يجب أن يكون ناعلاً (نشطاً)
٤٩	الوظيفة الاجتماعية (النشاط الاجتماعي للمدرّب)
٥٠	مجهودات الاتحاد الدولي لتحقيق وجهة النظر الاجتماعية..
٥١	المدرّب وتطوير الشخصية

الصفحة	المحتوى
--------	---------

الفصل السادس

تقويم مدربي الكرة الطائرة

٧٩	تقويم المدرب
٨١	دراسات في مجال تقويم المدرب
٨٣	دراسة تقويم مدربي المستويات المختلفة في الكرة الطائرة.
٩٥-٨٣	دراسة التعرف على بعض سمات الشخصية التي تميز مدربي الكرة الطائرة بمستوياتهم المختلفة

الفصل السابع

مدرب الكرة الطائرة وتدريب المهارات العقلية للرياضيين

١٠٣	مدرب الكرة الطائرة وتدريب المهارات العقلية للرياضيين
١٠٤	كيف يستطيع المدرب تقديم وخلق اهتمام أفضل لتدريب المهارات العقلية
١٠٥	ما هو علم النفس الرياضي
١١٠-١٠٧	التدريب العقلي
١١٠	أماض الضيق من التدريب العقلي
١١١	الملخص

الفصل الثامن

مدرب الكرة الطائرة والتفكير العضلي

١١٧	مدرب الكرة الطائرة
١١٩	أساس التفكير الفعال
١٢٣-١١٩	الإدراك الاختياري
١٢٤-١٢٣	التحكم في الحديث الذاتي
١٢٦-١٢٤	استخدام التوجيه

المحتوى

الصفحة

الفصل التاسع

مدرب الكرة الطائرة ونظرة جديدة على البقطة في الأداء

١٢٩	مدرب الكرة الطائرة ونظرة جديدة على البقطة في الأداء
١٣٠	نظرة جديدة على البقطة في الأداء
١٣١	نظرة جديدة على البقطة في الأداء
١٣٢	نظرة أكثر وظيفية إلى البقطة

الفصل العاشر

مدرب الكرة الطائرة والمتطلبات الانتباهية في اللعبة

١٣٩	مدرب الكرة الطائرة والمتطلبات الانتباهية في اللعبة
١٤٠	نظرية نيديفر
١٤٠	بؤرة (مراكز) داخلية ضيقة
١٤١	بؤرة (مراكز) داخلية عريضة
١٤١	بؤرة (مراكز) خارجية ضيقة
١٤٢	بؤرة (مراكز) خارجية متسعة
١٤٣	التركيز والانتباه الاختياري
١٤٤	المشاكل الشهيرة (عامة) للانتباه
١٤٥-١٤٧	بعض الأمثلة للمفاتيح (المثيرات) الداخلية
١٤٨	مدرب الكرة الطائرة والتدريب على إدراك المفتاح (المثير)
١٤٩	خصائص التركيز الفعال
١٥٠	كيفية التحكم في عمليات الانتباه
١٥٠	تطوير التمارين

الصفحة	المحتوى
--------	---------

الفصل الحادي عشر

مدرب الكرة الطائرة والاعداد العقلية

١٥٥	• مدرب الكرة الطائرة والاعداد العقلية
١٥٥	• طريقة الاسترخاء للتفسي
١٥٦	• التمرين أو التدريب مع يانثرا
١٥٦	• تركيز الكرة
١٥٦	• تكتيك الرؤية (الإبصار)
١٥٨	• دروس للمدربين
١٦٠	• الخطأ أو الغلط الاجتماعي
١٦١	• مستوى قدرة المحاسبة
١٦٢	• المحاسبة في النوعية
١٦٢	• أنواع (أنماط) المحاسبة

الفصل الثاني عشر

أنماط (أنواع) المدربين في الكرة الطائرة

١٦٧	• فلسفة قيادة الفريق
١٦٧	• أنواع المدربين
١٦٧	• المدرب المثالي
١٦٧	• المدرب الواقعي
١٦٨	• المدرب المبرمج
١٧٠	• المدرب المثير (الحيوي)
١٧١	• المدرب المتردد أو الحائر
١٧٢	• المدرب المتحمس أكثر من اللازم
١٧٣	• المدرب و المشاهد المسترخي

الصفحة	المحتوى
--------	---------

١٧٤	• المدرب اللاعب (الرياضي)
١٧٥	• المدرب الزاحم (المنافس)
١٧٥	• مدرب السنة
١٧٦	• مدرب الكرة الطائرة الناجح
١٧٨	• دور جديد للمدرب الرياضي
١٨٧-١٨١	• نصائح المدربين

الفصل الثالث عشر

مدرب الكرة الطائرة وكيف يتعامل مع الآخرين بنكاه

١٩١	• مدرب الكرة الطائرة وكيف يتعامل مع الآخرين بنكاه
١٩١	• مدرب الكرة الطائرة والشخصية العدوانية
١٩٣	• مدرب الكرة الطائرة والشخصية الناقدة
١٩٥	• مدرب الكرة الطائرة والشخصية المحبطة
١٩٦	• مدرب الكرة الطائرة والنفسية البائسة
١٩٧	• مدرب الكرة الطائرة والشخصية المدمرة (الصامتة)
١٩٨	• مدرب الكرة الطائرة والشخصية المزعجة

الفصل الرابع عشر

مدرب الكرة الطائرة والقيادة

٢٠٣	• مدرب الكرة الطائرة والقيادة
٢٠٣	• عظم أسلوبك القيادي
٢٠٤	• أسلوب (نمط) القيادة
٢٠٥	• سلوك القيادة
٢٠٦	• تطبيقات خاصة بالمدربين

٢٤٦	• طرق نقل المصاب
٢٤٧	• التقلص أو التشنج العضلي
٢٤٨	• التمزق العضلي
٢٤٩	• الإصابات في بعض الألعاب الرياضية
٢٦٠-٢٥٠	• الإصابات الأولية لإصابات الملاعب
٢٦١	• مدرب الكرة الطائرة وعلاقة لعبة الكرة الطائرة
٢٦١	• تأثير عظام الجسم كروافع في الكفاءة الحركية
٢٦٢	• علاقة خط النقل بالهيكل التشريحي
٢٦٣	• أثر العمل العضلي على تحقيق الاتزان
٢٦٤	• أسس العمل العضلي
	• التحليل العضلي الوصفي لمجموعات العضلية العاملة في
٢٦٥	• الكرة الطائرة
٢٧١	• التشريح السطحي الوصفي لمدربي الكرة الطائرة
٢٧٧-٢٨٨	• مدرب الكرة الطائرة والتغذية
٢٨٨	• شرح مبسط لوظائف الفيتامينات
٢٨٩	• أهم الفيتامينات للرياضيين
٢٩٥	• حقائق في تغذية الرياضيين
٢٩٧	• التغذية والرياضة
	• مدرب الكرة الطائرة وبعض القضايا والمشاكل المتعلقة
٣٠٢	• بالعقاقير
	الفصل الثامن عشر
	مدرب الكرة الطائرة والحوافز
٣١١	• الحوافز في المجال الرياضي
٣١٣	• أنواع الحوافز

	الفصل الخامس عشر
	رئيس (كابتن) الفريق
٢١٣	• رئيس كابتن الفريق
٢١٤	• أهمية مناقشة كل من
٢١٤	• لوائح المركز الخاص بكابتن الفريق في بناء الفريق
٢١٥	• تقنياً: دور كابتن الفريق
٢١٧	• تقنياً: للواجبات والمسئوليات الخاصة بكابتن الفريق
٢١٨	• رابعاً: المعارف والمعلومات الخاصة بكابتن الفريق
٢٢١	• خامساً: رئيس الفريق المبتدئ
	الفصل السادس عشر
	موسم تدريبي وقصص كفاح
٢٢٥	• موسم التدريب
٢٢٨	• تقلي ما هو مستحيل
	الفصل السابع عشر
	مدرب الكرة الطائرة والطب الرياضي والتغذية والإصابات
٢٣٩-٢٣٥	• مدرب الكرة الطائرة والطبيب
	• مدرب الكرة الطائرة وإصابات الملاعب وطرق الإسعاف
٢٣٩	• الأولية
٢٤٠	• نبذة عن الطب الرياضي
٢٤١	• الطب الرياضي والتدريب الرياضي الحديث
٢٤٢	• الطب الطبيعي
٢٤٢	• إصابات الملاعب
٢٤٥	• الجبائر



الفصل الأول

التدريب الرياضي وصفات المدرب

- الصفات الشخصية
- الصفات المهنية
- الصفات الصحية
- الصفات الاجتماعية
- الصفات الفنية
- المدرب وسلوكه مع اللاعبين

٣١٣	 الحوافز المادية والمعنوية
٣١٤	 طبيعة العمل
٣١٥	 الأثر للوظيفي
٣١٦	 فرص الترقية
٣١٧	 المشاركة في الإدارة
٣١٧	 نظم الاقتراحات
٣١٨	 التدريب والتوجيه
٣١٨	 جماعة العمل
٣١٨	 ظروف العمل
٣١٩	 الحوافز الإيجابية والسلبية
٣١٩	 فوائد وعيوب الحوافز السلبية
٣٢٠	 الحوافز الفردية والجماعية
	 الاعتبارات الهامة التي يجب أن تراعى عند تطبيق نظام
٣٢١	 الحوافز