

<<做孩子的教练>>

图书基本信息

书名：<<做孩子的教练>>

13位ISBN编号：9787111136477

10位ISBN编号：7111136470

出版时间：2004-1

出版时间：机械工业出版社

作者：菲力普斯 编

页数：206

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

## <<做孩子的教练>>

### 内容概要

《做孩子的教练》的出版可以填补这方方面面的空白，帮助家长成为最好的运动教练，并帮助孩子充分享受运动的乐趣。

全书分为五部分。

第一部分“家长必读”介绍了运动培训入门知识、孩子开始的最佳年龄、个人运动和团体运动的差异等内容。

第二部分“训练任务”介绍了青少年教练的职责、帮助作好赛前准备、在比赛中或运动会中进行指导训练。

第三部分“激发兴趣和心理游戏”针对孩子应该具有而又经常被忽视的竞争意识和对运动的热爱，为家长提出了训练指导。

第四部分“训练挑战”介绍了如何处理棘手问题，如何处理孩子在运动中遭受的伤害等问题。

第五部分“十大秘诀”介绍了每位家长需要了解十件事、十条训练秘诀、十条成为伟大的运动教练的秘诀。

## <<做孩子的教练>>

### 作者简介

里克·沃尔夫是一位享誉全美的运动心理学以及表现力提高方法领域的专家。就美国人对运动的喜爱及伴随而来的心理压力问题，里克写了大量的书籍，做了大量的讲座。他的有关当今运动员所面临的问题的观点经常被媒体引用。里克毕业于哈佛大学心理学专业，并以优异的成绩在长岛大学完成了心理学专业研究生课程。他是应用运动心理学促进会以及美国棒球教练协会的终生会员。里克和他的妻子有三个子女。

## &lt;&lt;做孩子的教练&gt;&gt;

## 书籍目录

译者序引言关于本书阿呆假设本书结构第一部分 家长必读第二部分 训练任务第三部分 激发兴趣和心理游戏第四部分 训练挑战第五部分 十大秘诀附录这本书中所用的图标从何处着手第一部分 家长必读第1章 运动培训入门开始行动足球妈妈们在这儿注册当我小的时候对往日的深情回顾想一想你是怎样开始的考虑自己孩子的能力达到训练平衡孩子们希望得到什么从教练那里得到什么从父母那里得到什么第2章 决定开始运动的最佳年龄早期年龄：1-3岁学习阶段：4-8岁两个关键：耐心与表扬运动方面的最后一课教给孩子怎样享受乐趣控制训练中的期望值“但是我不想参加比赛！”“我不想受伤”男生和女生在一起比赛运动才华的闪现：9-12岁公平竞争的开始谁来教授运动道德强调运动道德意识培养尽职尽责的意识培养纪律性年轻、独立的运动员：13岁或更大时让有天赋的运动员和大一些的孩子较量第3章 对待孩子（和你自己）的失望当个人目标没有实现避免赛后分析给孩子一份表扬的三明治消除失望当孩子表现差时当未来显得没有发展前途时当运动员想要放弃时第4章 评价旅行队的正反两方面意见旅行队真的必要吗？对待选拔赛中的失望……第5章 明白个人运动和团体运动的差异第二部分 训练任务第6章 概述青少年教练的职责第7章 做好赛前准备第8章 准备及进行训练第9章 在比赛或运动会中指导训练第三部分 激发兴趣和心理游戏第10章 激发年轻运动员的兴趣第11章 教授良好运动道德规范的基本原则第四部分 训练挑战第12章 处理队里的棘手问题第13章 处理孩子在运动中造成的伤害第14章 训练你自己的孩子第15章 解决工作中的压力第五部分 十大秘诀第16章 每个家长需要了解的十件事第17章 十条伟大的训练秘诀第18章 十条（实际上是二十条）成为了了不起的教练的主要秘诀附录1 青少年运动组织附录2 教练的锦囊

## <<做孩子的教练>>

### 编辑推荐

当今青少年的教育问题是令全社会关注，也是让家长们感到忧虑的问题。从事孩子的运动教练对许多教练及家长来说既是一项艰巨的挑战，也是一个需要巨大情感投入的工作。奇怪的是，至今为止还没有一本专为家长们写的关于孩子运动指导的指南或教程。

<<做孩子的教练>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>