



عنوان و نام پدیدآور: بسکتبال / تهیه و تدوین: آوند گرافیک

مشخصات نشر: تهران: عابد، ۱۳۹۶

مشخصات ظاهری: ۳۲ ص: منصور (رنگی)

فروست: ورزش راه سلامتی

شابک: 978-600-382-003-6

وضعیت فهرست نویسی: فیبا

موضوع: بسکتبال

Basketball

شناسه افزوده: شرکت آوند گرافیک

رده بندی کنگره: GV۸۸۵/۳۵/ب۴۷/۱۳۹۶

رده بندی دیویی: ۷۹۶/۳۲۳۲

شماره کتابشناسی ملی: ۴۸۴۳۲۳۲

## انتشارات عابد



انتشارات عابد



بسکتبال

تهیه و تدوین: آوند گرافیک

مدیر هنری: هادی آسیابانی

لیتوگرافی، چاپ و صحافی: دقت

شمارگان: ۳۰۰۰ جلد

نوبت چاپ: اول / شهریور ۹۶

قیمت: ۳۲۰۰ تومان

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۳۸۲-۰۰۳-۶

آدرس مرکز پخش: تهران، خیابان کارگر  
شمالی، نرسیده به بلوار کشاورز، خیابان  
قدر، پلاک ۶، واحد ۱ | تلفن: ۶۶۵۶۷۶۲۶-۷

# فہرست

- ۲ تاریخچہ  
۸ جانمایی بازیکنان  
۱۰ لباس ورزشکار  
۱۴ زمین بازی  
۱۶ قوانین بازی  
۲۰ علامت دہدہ اور ان  
۲۲ تکنیک ہا  
۲۸ انواع پر تاب  
۳۰ تاریخچہ بسکٹ بال  
۳۲ تیم ملی بسکٹ بال

# مقدمه

باسمه تعالی

آمادگی بدنی یکی از مهمترین عناصر در سوق دادن زندگی به سوی یک شیوه‌ی زندگی سالم است. ورزش علاوه بر نقش کلیدی در سلامت بدن، پایه اساسی فعالیت فکری خلاق و پویا نیز محسوب می‌شود. شرکت مستمر در ورزش‌های انفرادی، دو نفره یا تیمی و گروهی اعتماد به نفس را بالا می‌برد و حساد، وسوسه و نشاط را در انسان می‌آفریند. ورزش و تربیت، سر به شناخت همه جانبه از توانمندی‌های فرد که کای قابل توجهی به او می‌کند و با غنی‌سازی آندوخته‌های اطلاعاتی، موقعیت خوبی را برای کشف اطلاعات ورزشی از رشته‌های موجود و جدید فراهم آورد به جهان رقابتی را فراهم می‌سازد. انتشارات عابد مفتخر است که در این راستا، مجموعه سی‌جلدی ورزش راه سلاهی را برای شناخت بیشتر ورزش‌های ملی و جهانی به دست نواندیش دانش‌آموز، دانشجو، مربیان و علاقه‌مندان تربیت بدنی و جامعه شریف ورزشی کشور تفهیم نماید.