

<<灌籃高手熱血勝利學>>

图书基本信息

书名：<<灌籃高手熱血勝利學>>

13位ISBN编号：9789866858482

10位ISBN编号：9866858480

出版时间：2008/08/12

出版公司：漫遊者文化事業股份有限公司

作者：辻秀一

译者：賴安修

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>

<<灌籃高手熱血勝利學>>

內容概要

聯合推薦

漫畫大師 / 井上雄彥

SBL達欣虎籃球隊

SBL米迪亞精靈籃球隊

日本累積銷售突破三十萬冊！

搭配書中特別引介的漫畫篇章，一同找回內心對勝利的渴望，邁向人生的勝利吧！

「獲得勝利」的能力，看過《灌籃高手》的人都具備了！

想成為人生的贏家、或是一流的運動員，不需要什麼艱深的大道理，「求勝」的自我意識是唯一必備的思維。

看過灌籃高手的你，其實都已經懂了；《灌籃高手勝利學》會進一步讓你知道該如何善用這股澎湃的熱情，走向勝利的人生。

追求勝利必須養成習慣，就像是為了在比賽時投進一個三分球，平常可能要練投幾萬球；一旦將技術養成習慣，上場時不須思考就能發揮。

從一個人的自我意識養成、目標的設定、運用熱情、控制憤怒，一直到培養團隊默契、追求團隊合作，本書都會教你如何運用在工作與生活中，更重要的是你永遠不會忘記這種體會，因為你時時刻刻都在練習與感受。

下一次的比賽開始之前，你就已經獲得了勝利！

比賽的結果其實在比賽開始之前已經決定了。

所以不管結果會是什麼樣，都是自己應得的。

進而接受結果，從中學習「自我」的追求、努力、向上，再將它轉化為「比賽時能派上用場」的生活概念、思考模式，就是勝利的原點。

本書是從「心的習慣」，也就是「日常培養起的思維方式」開始，逐步將能支配結果的自我意識在日常生活中發展開來，提綱挈領，而且簡單明瞭；請跟著櫻木花道與《灌籃高手》的其他角色，找回內心對勝利的渴望，養成求勝的習慣吧！

<<灌籃高手熱血勝利學>>

作者簡介

辻秀一

1961年生於東京。

北海道大學醫學院畢業。

於慶應大學醫學院專攻體育醫學。

擔任「Eminecross醫療中心」監事（機構位於東京都南青山）。

志願創造體育活動的社會價值，並應用體育心理學及體育醫學的觀點，從事商業、教育、醫學、女性等各方面的演講活動、學會研討、以及寫作執筆。

並為鋼琴師、芭蕾舞者、乃至於各項體育的運動員提供專業諮詢服務。

創立並經營機構：

共有理念型健身俱樂部「Eminecross Sport World」、

兒童體育學院「Team Eminecross」、

輪椅籃球隊「No Excuse」、

聽障籃球隊「Rough」、

花式籃球隊「Excellence」等。

主要著作：

《弱さを強さに変えるセルフコーチング》（講談社）、《風の大地 人生勝利学》（小學館）、《痛快！

みんなのスポーツ学》（小社刊）等。

<<灌籃高手熱血勝利學>>

書籍目錄

- 第一章 正確地發揮毅力
- 第二章 自己設定目標
- 第三章 理解與覺悟是達成目標的關鍵
- 第四章 轉變心、技、體
- 第五章 做「該做的事」
- 第六章 活在「當下」
- 第七章 反射作用
- 第八章 發掘優點
- 第九章 反省不等於確認
- 第十章 向目標投下「標的石」
- 第十一章 對目標注入熱情
- 第十二章 團隊默契的條件
- 第十三章 真正的團隊合作
- 第十四章 控制「憤怒」的情緒
- 第十五章 放棄是最大的敵人
- 第十六章 不安從何而來？

- 第十七章 試著說「沒問題」
- 第十八章 感動的意義
- 第十九章 休息也有正面意義
- 第二十章 了解健康的意義
- 第二十一章 三個C與第四個C
- 第二十二章 感應「局勢」
- 第二十三章 教練（COACH）的資質
- 第二十四章 接受結果比拼出結果更重要
- 第二十五章 為了誰？

- 第二十六章 「感恩」才能讓人得勝、成為一流
跋

<<灌籃高手熱血勝利學>>

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>