

تحرک کودکان

(جلد اول)

رویکردی انعکاسی به آموزش تربیت بدنی

(راهنمای تربیت بدنی و ورزش کودکان)

مترجمین:

دکتر امیر دانا

عضو هیئت علمی دانشگاه آزاد اسلامی واحد تبریز

دکتر زهرا چهارباغی

عضو هیئت علمی موسسه آموزش عالی غیر انتفاعی - غیر دولتی حکیم طوس

المیرا گوزل زاده

فاطمه رحیمی زاده

تینا سلطان احمدی

نویسندگان:

جورج گراهام

شیرلی ان هالت / اهل

ملیسا پارکر

| | | |
|-------------------------|--|---|
| سر شناسه | : جورج گراهام، ۱۹۴۳-م | George Graham |
| عنوان و نام پدید آورنده | : تحرک کودکان: رویکردی انعکاسی به آموزش تربیت بدنی (راهنمای تربیت بدنی و ورزش کودکان)/مولفان: جورج گراهام، شیرلی آن هالت، ملیسا پارکر؛ مترجمین امیر دانا.. (و دیگران { | |
| مشخصات نشر | : تهران: پژوهشگاه تربیت بدنی و علوم ورزشی، انتشارات، ۱۳۹۸. | |
| مشخصات ظاهری | : ۳۷۲ص؛ مصور، جدول، نمودار؛ | |
| شابک | : ۹۷۸-۶۰۰-۸۹۳۰-۱۹-۸: | |
| وضعیت فهرست نویسی | : فیپا | |
| یادداشت | : عنوان اصلی: | |
| یادداشت | : مترجمین امیر دانا، زهرا چهارباغی، المیرا گوزل زاده، فاطمه رحیمی زاده، تینا سلطان احمدی. | Children Moving: A Reflective Approach to Teaching Physical Education, 9 ed, 2013 |
| موضوع | : تحرک کودکان | |
| موضوع | : children Moving | |
| موضوع | : تربیت بدنی | |
| موضوع | : Physical Education | |
| شناسه افزوده | : هولت-هیل، شرلی آن، ۱۹۴۵-م. | |
| شناسه افزوده | : Holt/Hale, Shirley Ann, 1945- | |
| شناسه افزوده | : پارکر، ملیسا | |
| شناسه افزوده | : Parker, Melissa | |
| شناسه افزوده | : دانا، امیر، ۱۳۵۶-مترجم | |
| شناسه افزوده | : پژوهشگاه تربیت بدنی و علوم ورزشی. انتشارات | |
| رده بندی کنگره | : GV۴۴۳ | |
| رده بندی دیویی | : ۳۷۲/۸۶۰۴۴ | |
| شماره کتابشناسی ملی | : ۵۷۰۹۵۱۷ | |

پژوهشگاه تربیت بدنی و علوم ورزشی



تحرک کودکان: رویکردی انعکاسی به آموزش تربیت بدنی (راهنمای تربیت بدنی و ورزش کودکان)

ترجمه: دکتر امیر دانا، دکتر زهرا چهارباغی، المیرا گوزل زاده، فاطمه رحیمی زاده، تینا سلطان احمدی

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۸۹۳۰-۱۹-۸

ناشر: پژوهشگاه تربیت بدنی و علوم ورزشی

شمارگان: ۵۰۰ نوبت چاپ: تهران، اول ۱۳۹۸ قطع: رحلی

لیتوگرافی، چاپ و صحافی: نگاران قیمت: ریال

تهران: خیابان مطهری، خیابان میرعماد، کوچه پنجم، پلاک ۳- کد پستی: ۱۵۸۷۹۵۸۷۱۱

تلفن: ۸۸۷۴۷۸۸۴ (۰۲۱) شماره: ۸۸۷۳۹۰۹۲ info@ssrc.ac.ir ssrc.ac.ir

کلیه حقوق برای پژوهشگاه تربیت بدنی و علوم ورزشی وزارت علوم، تحقیقات و فناوری محفوظ است

تقدیم به روح دخترم هانا

فهرست مطالب

| | |
|---|----|
| پیشگفتار..... | ۱۵ |
| بخش ۱: مقدمه و مرور محتوا..... | ۱۷ |
| فصل ۱..... | ۲۹ |
| ارزش و هدف تربیت بدنی برای کودکان..... | ۲۹ |
| چرا کودکان به تربیت بدنی نیاز دارند؟..... | ۳۲ |
| ویژگی های برنامه تربیت بدنی کیفی..... | ۳۵ |
| حیطه شناختی..... | ۴۰ |
| حیطه عاطفی..... | ۴۰ |
| خلاصه..... | ۴۲ |
| سؤالات درک مطلب..... | ۴۳ |
| منابع / منابع پیشنهادی برای مطالعه..... | ۴۴ |
| فصل ۲..... | ۴۷ |
| رویکرد موضوع مهارتی..... | ۴۷ |
| موضوع های مهارتی چه هستند؟..... | ۴۸ |
| ویژگی های رویکرد موضوع مهارتی چیست؟..... | ۴۹ |
| ویژگی ۱..... | ۴۹ |
| ویژگی ۲..... | ۵۲ |
| ویژگی ۳..... | ۵۳ |
| ویژگی ۴..... | ۵۴ |
| تربیت بدنی مناسب از نظر رشدی چیست؟..... | ۵۵ |
| کودکان با سرعت های متفاوتی رشد می کنند..... | ۵۵ |
| سن، توانایی حرکتی را پیش بینی نمی کند..... | ۵۵ |
| کودکان مهارت های حرکتی را به صورت طبیعی از طریق بازی رشد می دهند..... | ۵۵ |
| افسانه ورزشکاران ذاتی..... | ۵۵ |
| تفاوت توانایی های بدنی بین دختران و پسران..... | ۵۶ |
| چرا این فعالیت ها به صورت راه رفتن اردکی، غازی یا کیک بال توصیف نمی شوند؟..... | ۵۶ |
| هرم برنامه آموزشی چیست؟..... | ۵۷ |
| پایه ریزی (پیش دبستانی تا پایه پنجم)..... | ۵۸ |
| بررسی احتمالات (پایه ششم تا هشتم)..... | ۵۸ |
| رشد مهارت ها (پایه نهم تا دوازده)..... | ۵۹ |
| آیا حفظ علاقه کودکان کوچک تر به برنامه ای که بر پایه ریزی تأکید دارد، دشوار است؟..... | ۵۹ |
| فعالیت های تطبیقی چه معنایی دارد؟..... | ۵۹ |
| جایگاه آمادگی جسمانی در رویکرد موضوع مهارتی کجاست؟..... | ۶۰ |
| کجا حوزه شناختی متناسب با رویکرد موضوع مهارتی است؟..... | ۶۰ |
| حوزه عاطفی متناسب با رویکرد موضوع مهارتی کجاست؟..... | ۶۱ |

- ۶۱ درباره حرکات ریتمیک و ژیمناستیک چگونه؟
- ۶۳ معلمان کلاس چه احساسی درباره رویکرد موضوع مهارتی دارند؟
- ۶۳ نظر معلمان دوره راهنمایی و دبیرستان در مورد رویکرد موضوع مهارتی چیست؟
- ۶۳ خلاصه
- ۶۴ سؤالات درک مطلب
- ۶۵ منابع / منابع پیشنهادی برای مطالعه

فصل ۳ ۶۷

موضوع‌های مهارتی، مفاهیم حرکتی و استانداردهای ملی ۶۷

- ۶۹ ویژگی‌های موضوع‌ها
- ۷۱ موضوع‌های مهارتی و مفاهیم حرکتی
- ۷۷ مارپیچ پیشرفت
- ۷۹ استانداردهای ملی و رویکرد موضوع مهارتی
- ۸۰ پیشینه رشد استانداردهای ملی
- ۸۰ موضوع‌های مهارتی و استانداردهای محتوایی
- ۸۴ خلاصه
- ۸۶ منابع / منابع پیشنهادی برای مطالعه

بخش ۲: تبدیل شدن به معلم کیفی ۸۷

فصل ۴ ۸۹

آموزش کیفی ۸۹

- ۹۱ آموزش کیفی چیست؟
- ۹۳ نیاز به آموزش کیفی
- ۹۳ ارزش‌های معلم
- ۹۳ اندازه کلاس
- ۹۴ تعداد جلسات کلاس در هر هفته
- ۹۵ تجهیزات و تسهیلات
- ۹۵ رفتار دانش‌آموز
- ۹۶ شرایط مدرسه
- ۹۶ آیا می‌خواهم معلم کیفی شوم؟
- ۹۷ چگونه به معلم کیفی تبدیل شوم؟
- ۹۸ خلاصه
- ۹۹ سؤالات درک مطلب
- ۱۰۰ منابع / منابع پیشنهادی برای مطالعه

فصل ۵ ۱۰۱

تعیین سطوح عمومی تبحر در مهارت ۱۰۱

- ۱۰۴ شناسایی سطوح عمومی تبحر در مهارت
- ۱۰۴ سطح پیش کنترل

- ۱۰۴..... سطح کنترل.....
- ۱۰۴..... سطح کاربرد.....
- ۱۰۴..... سطح تبحر.....
- ۱۰۵..... یک کودک، چیزی بیش از یک سطح.....
- ۱۰۶..... استفاده از سطوح عمومی تبحر برای مهارت در آموزش.....
- ۱۰۶..... کدام تکلیف؟.....
- ۱۰۷..... چطور بدانم آن تکلیف کار می‌کند؟.....
- ۱۰۸..... نگرش‌ها نسبت به سطوح عمومی تبحر در مهارت.....
- ۱۰۸..... سطوح مهارت چندگانه در کلاس.....
- ۱۰۸..... سطح کنترل دو روز در هفته.....
- ۱۰۸..... سطح تبحر نادر است.....
- ۱۰۹..... ارزیابی با استفاده از سطح عمومی تبحر در مهارت.....
- ۱۰۹..... خلاصه.....
- ۱۱۰..... سوالات درک مطلب.....
- ۱۱۱..... منابع/منابع پیشنهادی برای مطالعه.....

۱۱۳..... فصل ۶.....

۱۱۳..... برنامه‌ریزی و توسعه محتوا.....

- ۱۱۴..... برنامه‌ریزی کیفی.....
- ۱۱۵..... چهار مرحله فرآیند برنامه‌ریزی.....
- ۱۱۶..... گام اول: توسعه محدوده برای برنامه درسی موضوع مهارت.....
- ۱۱۸..... گام دوم: ایجاد مرور سالانه.....
- ۱۲۱..... گام سوم: تعیین شاخص‌ها (شاخص‌های عملکرد یا نقاط بررسی).....
- ۱۲۳..... گام چهارم: توسعه برنامه درسی روزانه.....
- ۱۲۵..... توسعه محتوا.....
- ۱۲۸..... انعکاس دروس.....
- ۱۲۸..... دیدگاه‌های مربوط به برنامه‌ریزی حاصل از سال‌ها تجربه آموزش.....
- ۱۲۸..... نگرش‌ها درباره توسعه تکلیف (ستون دوم).....
- ۱۲۹..... نگرش‌ها درباره نشانه‌ها (اصلاحات) ستون سوم.....
- ۱۳۰..... نگرش‌ها درباره چالش‌ها (کاربردها) ستون چهارم.....
- ۱۳۰..... نگرش‌ها درباره ایده‌های بیشتر (محتوا) برای درس‌ها.....
- ۱۳۲..... نگرش‌ها درباره سازمان/مدیریت/امنیت (ستون پنجم).....
- ۱۳۲..... پیگیری مسیر درس‌های شما.....
- ۱۳۲..... ایجاد برنامه‌ریزی لذت‌بخش.....
- ۱۳۳..... ثبت پیشرفت.....
- ۱۳۳..... طراحی درس.....
- ۱۳۳..... دروس جذاب.....
- ۱۳۴..... دروس مناسب.....
- ۱۳۴..... حداکثر مشارکت.....
- ۱۳۴..... بخش‌بندی مطلب.....

| | |
|--|-----|
| ارتباطات بین برنامه‌ریزی و توسعه محتوا | ۱۳۴ |
| خلاصه | ۱۳۵ |
| سؤالات درک مطلب | ۱۳۶ |
| منابع / منابع پیشنهادی برای مطالعه | ۱۳۷ |

فصل ۷..... ۱۳۹

تحلیل آموزش کیفی..... ۱۳۹

| | |
|--|-----|
| خود کیفی: توصیف آموزش خود | ۱۴۲ |
| مشاهده منظم: نقد آموزش خود | ۱۴۲ |
| شروع کردن | ۱۴۲ |
| شیوه‌های بدون کمک | ۱۴۳ |
| روش‌های کمک توسط دانش‌آموز | ۱۴۷ |
| روش‌های کمک توسط همسالان | ۱۴۸ |
| معنادار کردن تمام اینها: ترکیب و تطبیق شیوه‌ها و هدف‌گزینی | ۱۵۳ |
| مشاهده شدن | ۱۵۳ |
| ارتباطات و یافتن مطالب بیشتر | ۱۵۴ |
| جوامع یادگیری حرفه‌ای | ۱۵۴ |
| خلاصه | ۱۵۵ |
| سؤالات درک مطلب | ۱۵۶ |
| منابع / منابع پیشنهادی برای مطالعه | ۱۵۷ |

بخش ۳: مهارت‌های آموزش فعال..... ۱۵۹

فصل ۸..... ۱۶۱

ایجاد محیط یادگیری..... ۱۶۱

| | |
|---|-----|
| فضای ورزشگاه | ۱۶۴ |
| مؤلفه مدیریتی | ۱۶۸ |
| توسعه پروتکل‌ها | ۱۶۸ |
| ایجاد قوانین و انتظاراتی که محیط مثبت را منعکس سازد | ۱۶۹ |
| ایجاد روتین‌های ورزشی | ۱۷۲ |
| آغاز کردن شروعی خوب | ۱۷۵ |
| برنامه کلی مدرسه | ۱۷۸ |
| مهارت‌های آموزش برای ایجاد جنبه‌های مدیریت محیط یادگیری | ۱۷۹ |
| پروتکل‌های آموزش | ۱۷۹ |
| مؤلفه آموزشی | ۱۸۱ |
| توسعه محتوا | ۱۸۲ |
| ارتباطات | ۱۸۲ |
| باز خورد مناسب | ۱۸۴ |
| تطبیق با تفاوت‌های فردی | ۱۸۴ |
| آموزش با دعوت | ۱۸۵ |

| | |
|-----|--------------------------------------|
| ۱۸۵ | تنوع بین تکالیف |
| ۱۸۶ | امنیت |
| ۱۸۶ | مؤلفه‌های غفلت |
| ۱۸۷ | زمینه‌هایی که در آن شاید غفلت رخ دهد |
| ۱۸۹ | خلاصه |
| ۱۹۰ | سؤالات درک مطلب |
| ۱۹۱ | منابع/منابع پیشنهادی برای مطالعه |

فصل ۹..... ۱۹۳

برقراری رفتار مناسب..... ۱۹۳

| | |
|-----|--|
| ۱۹۷ | افزایش رفتار مناسب |
| ۱۹۷ | رویکردهای انفعالی |
| ۱۹۹ | رویکردهای واکنشی |
| ۲۰۲ | کاهش رفتار نامناسب |
| ۲۰۲ | تمرین مثبت |
| ۲۰۲ | خاتمه دادن |
| ۲۰۳ | وقت استراحت |
| ۲۰۴ | زمان برنامه‌ریزی |
| ۲۰۵ | قراردادهای رفتاری |
| ۲۰۷ | نامه‌هایی به والدین |
| ۲۰۷ | مطلع کردن مدیر |
| ۲۰۸ | برقراری رفتار مناسب در تمام کلاس |
| ۲۰۸ | نظام‌های پاداش |
| ۲۱۰ | توسعه مسئولیت فردی و اجتماعی |
| ۲۱۰ | تنبیه بدنی |
| ۲۱۱ | مهارت‌های آموزشی برای حفظ و برقراری محیط یادگیری خلاقانه |
| ۲۱۲ | خلاصه |
| ۲۱۴ | سؤالات درک مطلب |
| ۲۱۵ | منابع/منابع پیشنهادی برای مطالعه |

فصل ۱۰..... ۲۱۷

رویکردهای آموزشی..... ۲۱۷

| | |
|-----|----------------------------|
| ۲۲۱ | آموزش تعاملی |
| ۲۲۳ | آموزش تکلیف |
| ۲۲۶ | آموزش به همسالان |
| ۲۲۸ | کشف هدایت شده |
| ۲۲۸ | پرسش و پاسخ همگرا |
| ۲۲۹ | پرسش و پاسخ واگرا |
| ۲۳۲ | دستورالعمل با طراحی کودکان |
| ۲۳۵ | فکر نهایی یا دو فکر آخر |

| | |
|-----|---------------------------------------|
| ۲۳۶ | خلاصه..... |
| ۲۳۷ | سؤالات درک مطلب..... |
| ۲۳۸ | منابع/منابع پیشنهادی برای مطالعه..... |

فصل ۱۱..... ۲۳۹

مشاهده پاسخ‌های دانش‌آموزان..... ۲۳۹

| | |
|-----|---|
| ۲۴۱ | چه چیزی را مشاهده کنیم..... |
| ۲۴۲ | امنیت..... |
| ۲۴۲ | رفتار در رابطه با تکلیف..... |
| ۲۴۳ | الگوهای حرکات کلاسی..... |
| ۲۴۵ | الگوهای حرکت فردی..... |
| ۲۴۶ | نحوه مشاهده..... |
| ۲۴۷ | موقعیت..... |
| ۲۴۸ | دانش درباره مطالب مورد جستجو..... |
| ۲۵۰ | راهبردها..... |
| ۲۵۲ | خلاصه..... |
| ۲۵۳ | سؤالات درک مطلب..... |
| ۲۵۴ | منابع / منابع پیشنهادی برای مطالعه..... |

فصل ۱۲..... ۲۵۵

ارزیابی یادگیری دانش‌آموز..... ۲۵۵

| | |
|-----|--|
| ۲۵۶ | ارزیابی یادگیری..... |
| ۲۵۷ | درک ارزیابی یادگیری..... |
| ۲۵۸ | ارتباط ارزیابی و آموزش..... |
| ۲۵۸ | ارزیابی یادگیرنده محور..... |
| ۲۵۹ | ارزیابی یک فرآیند در حال انجام است..... |
| ۲۵۹ | ارزیابی شامل کارهای معنادار..... |
| ۲۶۰ | معیار برای ارزیابی آنچه که از قبل می‌دانیم..... |
| ۲۶۰ | انجام کار..... |
| ۲۶۲ | چه چیزی یاد گرفته شده است؟ انتخاب گزینه‌های ارزیابی..... |
| ۲۶۳ | ارزیابی‌های غیررسمی..... |
| ۲۶۳ | ارزیابی‌های رسمی..... |
| ۲۶۴ | مشاهدات معلم..... |
| ۲۶۴ | برگه‌های خروجی (یا ورودی)..... |
| ۲۶۶ | مجلات دانش‌آموزی..... |
| ۲۶۷ | کار در منزل..... |
| ۲۶۸ | مشاهدات همسالان..... |
| ۲۷۰ | خودارزیابی..... |
| ۲۷۳ | تکالیف رویدادی..... |
| ۲۷۴ | نوارهای ویدیویی/تصاویر دیجیتالی..... |

| | |
|-----|--|
| ۲۷۶ | نقاشی کودکان |
| ۲۷۶ | نمایش‌های کودکان |
| ۲۷۶ | پرتفوی |
| ۲۷۷ | ارزیابی میزان یادگیری |
| ۲۷۸ | نگارش سرفصل |
| ۲۸۰ | ارزیابی کل سه حوزه |
| ۲۸۱ | ارزیابی تناسب اندام |
| ۲۸۱ | یک کلام درباره ارزیابی مفاهیم حرکتی |
| ۲۸۲ | ارزیابی دانش آموزان دارای ناتوانی |
| ۲۸۳ | با نتایج ارزیابی چه کنیم، خلاصه مبتنی بر استاندارد و فرآیندهای گزارش |
| ۲۸۴ | گزارشات مبتنی بر استاندارد |
| ۲۹۰ | نمره‌دهی |
| ۲۹۰ | یافتن زمان برای ارزیابی |
| ۲۹۳ | خلاصه |
| ۲۹۴ | سوالات درک مطلب |
| ۲۹۵ | منابع/منابع پیشنهادی برای مطالعه |

بخش ۴: رشد مفاهیم حرکت

فصل ۱۳

آگاهی فضایی

| | |
|-----|--|
| ۳۰۲ | رشد مفهوم موقعیت |
| ۳۰۲ | رشد مؤلفه فضای خودی |
| ۳۰۳ | آموزش مؤلفه فضای خودی |
| ۳۰۳ | تجربه یادگیری منجر به درک مفهوم حرکت می‌شود |
| ۳۰۵ | رشد مؤلفه فضای عمومی |
| ۳۰۵ | آموزش مؤلفه فضای عمومی |
| ۳۰۵ | تجربه یادگیری منجر به درک مفهوم حرکت می‌شود |
| ۳۰۵ | کشف فضای عمومی |
| ۳۰۶ | فضاهای باز |
| ۳۰۶ | کاهش اندازه فضای عمومی |
| ۳۰۷ | کاهش اندازه فضای عمومی و تغییرات سرعت |
| ۳۰۷ | جا خالی دادن در فضای عمومی |
| ۳۰۸ | حرکت از رو، زیر و دور موانع در فضای عمومی |
| ۳۰۹ | آگاهی از فضا، مسیر مانع دار |
| ۳۰۹ | رشد مفهوم جهت‌ها |
| ۳۱۰ | آموزش مفهوم جهت‌ها |
| ۳۱۰ | تجربه یادگیری منجر به درک مفهوم حرکتی می‌شود |
| ۳۱۰ | سفر در جهت‌های مختلف |
| ۳۱۰ | حرکت در جهت عقربه ساعت و خلاف جهت آن |

| | |
|-----|---|
| ۳۱۱ | کشف جهت‌ها..... |
| ۳۱۱ | تغییر جهت‌ها با علامت..... |
| ۳۱۲ | گردش در زمان حرکت در جهت‌های مختلف..... |
| ۳۱۲ | رشد مفهوم سطوح..... |
| ۳۱۲ | آموزش مفهوم سطوح..... |
| ۳۱۲ | حرکت و توقف در سطوح مختلف..... |
| ۳۱۳ | حرکت اعضای بدن در سطوح مختلف..... |
| ۳۱۳ | بلند شدن و فرود برای ایجاد سطوح مختلف..... |
| ۳۱۳ | حرکت در زمان بلند شدن و فرود..... |
| ۳۱۴ | رشد مفهوم مسیرها..... |
| ۳۱۴ | آموزش مفهوم مسیرها..... |
| ۳۱۴ | تجربه یادگیری منجر به درک مفهوم حرکتی می‌شود..... |
| ۳۱۴ | کشف مسیرها..... |
| ۳۱۵ | استفاده از نقشه‌های مسیرها..... |
| ۳۱۵ | طراحی مسیرها..... |
| ۳۱۶ | ایجاد مسیرهای پیرو و رهبر..... |
| ۳۱۶ | حرکت در مسیرها و موانع..... |
| ۳۱۷ | حرکت در مسیرهای نقطه چین..... |
| ۳۱۸ | ترکیب مسیرها، سطوح و جهت‌ها..... |
| ۳۱۸ | رشد مفهوم بسط در فضا..... |
| ۳۱۹ | آموزش مفهوم بسط در فضا..... |
| ۳۱۹ | تجربه یادگیری منجر به درک مفهوم حرکت می‌شود..... |
| ۳۱۹ | کشف بسط‌ها..... |
| ۳۱۹ | حرکت و بسط‌ها..... |
| ۳۱۹ | تغییر از یک بسط به بسط دیگر..... |
| ۳۲۰ | استفاده از بسط‌ها و تصاویر..... |
| ۳۲۰ | کاربرد مفاهیم آگاهی فضایی..... |
| ۳۲۲ | سوالات درک مطلب..... |
| ۳۲۲ | منابع/ منابع پیشنهادی برای مطالعه..... |

۳۲۳..... فصل ۱۴

۳۲۳..... تلاش

| | |
|-----|--|
| ۳۲۵ | رشد مفهوم زمان..... |
| ۳۲۶ | آموزش مفهوم زمان..... |
| ۳۲۶ | تجربه یادگیری منجر به درک مفهوم حرکت می‌شود..... |
| ۳۲۶ | کشف زمان..... |
| ۳۲۷ | استفاده از سرعت‌های مختلف در فضای خودی..... |
| ۳۲۸ | حرکت در سرعت‌های مختلف..... |
| ۳۲۹ | حرکت و توقف با استفاده از تغییرات در زمان..... |
| ۳۳۰ | ترکیب تصویر و زمان..... |

| | |
|-----|--|
| ۳۳۱ | تمایز بین کلمات زمان |
| ۳۳۱ | ترکیب مهارت‌های ورزشی و زمان |
| ۳۳۲ | تغییرات مستمر در حین حرکت |
| ۳۳۳ | رشد مفهوم نیرو |
| ۳۳۳ | تجربیات یادگیری منجر به درک مفهوم حرکتی می‌شود |
| ۳۳۳ | کشف نیرو |
| ۳۳۴ | حرکت و تغییر ویژگی‌های نیرو |
| ۳۳۴ | استفاده از تصویرسازی و نیرو |
| ۳۳۴ | نمایش اختلاف و تمایز نیرو |
| ۳۳۶ | رشد مفهوم روان بودن حرکت |
| ۳۳۶ | آموزش مفهوم روان بودن حرکت |
| ۳۳۶ | تجربه یادگیری منجر به درک مفهوم حرکت می‌شود |
| ۳۳۶ | حرکت و جریان |
| ۳۳۷ | حذف کیفیت‌های جریان |
| ۳۳۸ | پیروی از جملات جریان |
| ۳۳۸ | تمرین توالی جریان |
| ۳۳۹ | استفاده از جریان برای مکالمات حرکتی |
| ۳۳۹ | ترکیب زمان، نیرو و جریان |
| ۳۴۰ | کاربرد مفاهیم تلاش |
| ۳۴۲ | سوالات درک مطلب |
| ۳۴۲ | منابع/منابع پیشنهادی برای مطالعه |

۳۴۳ فصل ۱۵

۳۴۳ ارتباطات

| | |
|-----|--|
| ۳۴۶ | رشد مفهوم ارتباطات اعضای بدن |
| ۳۴۶ | آموزش مفاهیم ارتباطات اعضای بدن |
| ۳۴۶ | تجربه یادگیری منجر به درک مفهوم حرکتی می‌شود |
| ۳۴۶ | شناسایی اعضای بدن |
| ۳۴۷ | تعادل در حین استفاده از اعضای مختلف بدن |
| ۳۴۸ | توقف روی اعضای مختلف بدن |
| ۳۴۸ | حرکت روی اعضای مختلف بدن |
| ۳۴۹ | تعادل روی اعضای منطبق و غیرمنطبق |
| ۳۵۰ | اشکال گرد، باریک، پهن و در هم پیچیده بدن |
| ۳۵۱ | تغییر از یک فرم بدن به شکلی دیگر |
| ۳۵۱ | حرکت و توقف در شکل‌های بدنی مختلف |
| ۳۵۲ | ایجاد اشکال متقارن و نامتقارن |
| ۳۵۳ | ایجاد مجسمه‌های کارت پستال |
| ۳۵۴ | ایجاد اشکال بدن در فضا |
| ۳۵۴ | رشد مفهوم ارتباطات با اشیاء |
| ۳۵۵ | آموزش مفهوم ارتباطات با اشیاء |

| | |
|-----|--|
| ۳۵۵ | حرکت بالای، نزدیک، دور و درون |
| ۳۵۶ | حرکت روی، زیر، نزدیک و دور از تجهیزات |
| ۳۵۷ | مفاهیم داخل / بیرون |
| ۳۵۸ | مفاهیم رو، زیر، دور، جلو و پشت |
| ۳۵۸ | حرکت در طول تجهیزات |
| ۳۵۹ | حرکت از بین موانع |
| ۳۶۱ | حرکت از رو و زیر موانع |
| ۳۶۱ | استفاده از هم‌بازی به عنوان مانع |
| ۳۶۲ | رشد مفهوم ارتباطات با افراد |
| ۳۶۳ | تنها در جمع |
| ۳۶۳ | انفرادی |
| ۳۶۳ | هم‌بازی‌ها |
| ۳۶۴ | گروه‌ها |
| ۳۶۴ | بین گروه‌ها |
| ۳۶۴ | آموزش مفهوم ارتباطات با افراد |
| ۳۶۴ | تجربه یادگیری منجر به درک مفهوم حرکتی می‌شود |
| ۳۶۵ | تطابق |
| ۳۶۵ | حرکت و تطابق |
| ۳۶۶ | انعکاس |
| ۳۶۶ | تطبیق و انعکاس |
| ۳۶۶ | حرکت در طول / پشت سر |
| ۳۶۷ | حرکت با گروه |
| ۳۶۸ | اتصال / جدایی |
| ۳۶۸ | ایجاد ارتباطات مشارکتی و مشترک |
| ۳۶۹ | جدایی / اتصال در گروه مشارکتی |
| ۳۶۹ | انجام انفرادی |
| ۳۷۰ | استفاده از مفهوم ارتباطات |
| ۳۷۱ | رقابت |
| ۳۷۲ | سؤالات درک مطلب |
| ۳۷۲ | منابع / منابع پیشنهادی برای مطالعه |

پیشگفتار

تربیت بدنی و علوم ورزشی به عنوان یک حوزه علمی دانشگاهی در سال‌های اخیر روند روبه‌رشدی را در تمامی زمینه‌های آموزشی، پژوهشی و اجرایی داشته است. یکی از مسائل مهم مورد توجه مسئولان و برنامه‌ریزان، شناسایی، فراهم‌سازی و تقویت زمینه‌های لازم برای تولید دانش علوم ورزشی و به‌کارگیری علوم ورزشی تولیدیافته در عرصه‌های ورزش قهرمانی و میادین بین‌المللی و نیز ورزش همگانی و سلامت عمومی است. به همین جهت پژوهشگاه تربیت بدنی و علوم ورزشی که در راستای سیاست‌های علمی، آموزشی و پژوهشی خود، برای انتقال آخرین یافته‌ها به‌منظور توسعه روزافزون دانش و فناوری در ایران اسلامی بنیان نهادشده، در نظر دارد با فراهم کردن بستری مناسب برای پیشبرد فعالیت‌های پژوهشی و نیز ارتقای سطح علمی، فرهنگی و کمک به تلفیق علم و عمل، گامی مؤثر در رفع نیازهای علمی ورزش کشور بردارد. در این راستا، پژوهشگاه اقدام به انتشار کتاب‌های علمی- ورزشی- تخصصی برگرفته از تلاشهای متخصصان، محققان و دانش‌آموختگان تربیت‌بدنی و علوم ورزشی نمود است. امید است با انتشار اینگونه کتب، به فضل خداوند متعال، گام‌های مؤثری در جهت تحقق اهداف عالی نظام جمهوری اسلامی ایران برداشته باشیم.

پژوهشگاه تربیت بدنی و علوم ورزشی

وزارت علوم، تحقیقات و فناوری