

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

تربیت بدنی و رشدی برای کودکان امروزی (جلد اول)

دیوید ال. گالا هو

Developmental Physical Education For Today's Children

DAVID L. GALLAGHER

مترجم: دکتر سید کاظم موسوی ساداتی

استادیار دانشگاه آزاد اسلامی واحد تهران شرق

سرشناسه	: گالا هو، دیوید ال، ۱۹۴۳ - م.
عنوان و نام پدیدآور	: تربیت بدنی رشدی برای کودکان امروزی/ دیوید ال. گالا هو؛ مترجم سیدکاظم موسوی ساداتی.
مشخصات نشر	: تهران: دانشگاه آزاد اسلامی، سازمان چاپ و انتشارات، ۱۳۹۵.
مشخصات ظاهری	: ج: مصور، جدول.
شابک	: 978-964-10-4152-8
وضعیت فهرست نویسی	: فیا
یادداشت	: عنوان اصلی: Developmental physical education for today's children
موضوع	: آمادگی جسمانی کودکان
موضوع	: Physical fitness for children
موضوع	: حرکت آموزی
موضوع	: Movement education
موضوع	: یادگیری حرکتی
موضوع	: Motor learning
موضوع	: تربیت بدنی کودکان -- راهنمای آموزشی (ابتدایی)
موضوع	: -- Study and teaching (Elementary) Physical education for children
شناسه افزوده	: موسوی ساداتی، سیدکاظم، ۱۳۵۰ -، مترجم
شناسه افزوده	: دانشگاه آزاد اسلامی، سازمان چاپ و انتشارات
شناسه افزوده	: Islamic Azad University Publication
رده بندی کنگره	: ۴۱۰/۱۵۲/۱۳۲RJ
رده بندی دیویی	: ۶۱۳/۷۰۴۲
شماره کتابشناسی ملی	: ۴۲۸۷۹۸۸

عنوان کتاب: تربیت بدنی رشدی برای کودکان امروزی (مجله اول)

ترجمه: سید کاظم موسوی ساداتی

چاپ اول: ۱۳۹۵

شمارگان: ۲۰۰۰ جلد

ناشر: سازمان چاپ و انتشارات دانشگاه آزاد اسلامی (با همکاری واحد تهران شرق)

لیتوگرافی، چاپ و صحافی: سازمان چاپ و انتشارات دانشگاه آزاد اسلامی

شابک: 978-964-10-4152-8ISBN:

قیمت: ۲۲۰۰۰۰ ریال

تربیت بدنی رشدی برای کودکان امروز، ویرایش سوم، برای دانشجویان دوره کارشناسی، کارشناسی ارشد تربیت بدنی، و نیز آموزش تربیت بدنی برای کودکان، و دانش آموزان ابتدایی نوشته شده است. این کتاب بطور خاص برای کسانی نگاشته شده که در دوره های آموزش تربیت بدنی کودکان شرکت می کنند، هم چنین این کتاب بعلاوه پوشش عمیق و جامع موضوعات، قابلیت استفاده برای دوره های پیشرفته تربیت بدنی حتی در دوره دکتری را دارد.

متمایزترین ویژگی کتاب حاضر، این است که از دیدگاه رشد نوشته شده است. از این رو به کودکان، نخست؛ برحسب جایگاهشان از لحاظ رشد حرکتی، شناختی و عاطفی هستند (مثل تناسبیات فردی)، نه جایی که باید باشند (تناسب گروه سنی) نگریسته می شود.

برای دستیابی به این هدف، فعالیت های متداول در تربیت بدنی کودکان و دیدگاه "جدیدتر" آموزش حرکت ادغام شده و بطور همصانگ وارد استفاده قرار گرفته اند. این کار به شیوه ای انجام می شود که هماهنگ با رشد عاطفی و شناختی کودکان و همخوان با طیف گسترده ای از فلسفه های آموزشی است.

این سومین ویرایش از کتاب تربیت بدنی رشد برای کودکان امروزی است که کاملاً به روز شده و بطور گسترده مورد بازبینی قرار گرفته است. متن تمامیت خود را به خوان چیزی بیش از یک متن مطلوب، تهی از رویکرد فلسفی حفظ می کند. شماری از رویکردها را کمک آموزشی جدید برای کمک به خوانندگان در تاکید بر مفاهیم اساسی و راهنمایی های عملی افزود شده است. رویکرد رشدی حمایت شده در اینجا، سعی می کند تا شناخت ما را از رشد کودکان و رشد حرکتی در شیوه ای جامع بکار گیرد تا اینکه مفهوم اساسی فردیت یادگیرنده را بشناسیم- فردیت از لحاظ رشد حرکتی، شناختی و عاطفی.

در این ویرایش جدید هر فصل با مفهوم کلیدی، هدف های فصل، و اصطلاحات کلیدی آغاز می شود. این ها معرف نکات اساسی پوشش داده شده در فصل می باشند و هدف این است که خواننده بر اطلاعات بسیار مهمی که در همان فصل ذکر می شود تمرکز کند. در این فصل ها دو رویکرد کمک آموزشی اصلی باعنوان نکات و مفاهیم آموزش وجود دارد. کادרהای نکات آموزشی، به آسانی و سریع، ابزارهای مرجع برای کاربرد عملی اطلاعات بحث شده برای خواننده، ارائه می کنند. مفاهیم آموزشی،

عصاره بحث را در قالب مفاهیم اساسی ارایه می کند. در پایان هر فصل خلاصه کوتاهی وجود دارد که اطلاعات همان فصل را پوشش می دهد. عبارت های کلیدی با حروف درشت در متن ظاهر می شوند و درست بعد از آن تعریف یا توضیحی در خصوص آن عبارت ارائه می شود. متن های مکمل و متمم هر فصل را به پایان می ساند و گویای به روز ترین اطلاعات موجود در زمان چاپ هستند. بخش متون مکمل حاوی منابع ارجاعی در فصل و متون اضافی توصیه شده هستند. متون متمم، متون اضافی به روز شده برای دانشجویانی است که مایل به پوشش کامل موضوع است.

هر متن برای تمرکز بر موضوع، کیفیت کلی و دسترسی عمومی خواننده انتخاب شده است. تربیت بدنی رشدی برای کودکان امروز طوری سازمان دهی شده است که معلمان بتوانند براحتی از کل متن در یک دوره از مفاهیم یا فصل ها را برای استفاده در دو دوره مجزا تقسیم کنند. بخش یک، دو و سه (یادگیرنده، برنامه، معلم) که در جلد اول ارایه شده متمرکز بر اطلاعات اساسی پیش نیاز برای آموزش موفق است. این سه بخش حاوی پانزده فصل است، این پانزده فصل را می توان بطور موثر در کل دوره آموزش بکار برد. بخش های چهار و پنج (مضمون های مهارت و کرانه های برنامه)، چهارده فصل آخر که در جلد دوم ارایه شده است، بر حتمی می تواند در دوره آموزشی که متمرکز بر تجارب رشد حرکتی برای کودکان پیش دبستانی و ابتدایی است، مورد استفاده قرار گیرد.

دکتر سیا داغال موسوی ساداتی

۲۹.....	فصل اول: تربیت بدنی رشدی: نگاه کلی
۳۰.....	مفهوم کلیدی
۳۰.....	اهداف فصل
۳۱.....	اصطلاحات کلیدی
۳۴.....	اهداف تربیت بدنی
۳۶.....	تعریف تربیت بدنی رشدی
۳۷.....	نکات آموزشی
۳۸.....	تناسبات فردی
۳۹.....	تناسبات گروه سنی
۳۹.....	مؤلفه های تربیت بدنی رشدی
۳۹.....	رشد حرکتی
۴۰.....	اکتساب مهارت های حرکتی
۴۱.....	ارتقاء آمادگی جسمانی
۴۳.....	یادگیری شناختی
۴۴.....	مفهوم آموزی
۴۵.....	یادگیری ادراکی حرکتی
۴۷.....	رشد عاطفی
۴۸.....	بهبود خود- پنداره
۴۸.....	اجتماعی شدن مثبت
۴۹.....	خلاصه

۵۱.....	فصل دوم: رشد دوران کودکی و رشد حرکتی
۵۲.....	مفهوم کلیدی
۵۲.....	اهداف فصل
۵۲.....	اصطلاحات کلیدی
۵۳.....	نمو
۵۳.....	دوران کودکی اولیه (سن سه تا هشت سالگی)
۵۴.....	دوره کودکی (سن هشت تا دوازده سال)
۵۹.....	عوامل موثر بر رشد
۶۰.....	تغذیه
۶۱.....	ورزش کردن
۶۱.....	بیماری
۶۲.....	شیوه زندگی
۶۲.....	رشد
۶۳.....	پویایی رشد
۶۵.....	عوامل موثر بر رشد حرکتی
۶۶.....	توالی رشد
۶۶.....	آمادگی و تغییر پذیری رشد
۷۱.....	تفکیک و یکپارچگی
۷۱.....	دوره های حساس یادگیری
۷۲.....	رشد دوره کودکی اولیه
۷۴.....	خصوصیات حرکتی

۷۴.....	خصوصیات شناختی
۷۵.....	خصوصیات عاطفی
۷۵.....	نکات آموزشی برای دوره کودکی اولیه (۲ تا ۶ سال)
۷۶.....	رشد دوره کودکی پایانی
۷۶.....	خصوصیات حرکتی
۷۷.....	خصوصیات شناختی
۷۷.....	نکات آموزشی برای دوره کودکی پایانی (۶ تا ۱۰ سال)
۷۸.....	خصوصیات عاطفی
۷۹.....	خلاصه
۸۱.....	فصل سوم: فراگیری مهارت های حرکتی ..
۸۲.....	مفهوم کلیدی
۸۲.....	اهداف فصل
۸۲.....	اصطلاحات کلیدی
۸۳.....	اهمیت مهارت های حرکتی رشدی کودکان
۸۴.....	مهارت های حرکتی و الگوهای حرکتی
۸۵.....	طبقه بندی های حرکت
۸۵.....	مهارت های حرکتی پایداری
۸۶.....	مهارت های حرکتی جابجایی
۸۶.....	مهارت های حرکتی دستکاری
۸۷.....	عبارت های حرکتی
۸۸.....	عوامل محیطی موثر بر اکتساب مهارت های حرکتی

۸۸.....	فرصت برای تمرین
۹۰.....	تشویق
۹۰.....	آموزش
۹۰.....	محیط بوم شناختی
۹۱.....	دوره مهارت های حرکتی بنیادی
۹۱.....	مرحله ابتدایی
۹۲.....	مرحله می مقداری / در حال رشد
۹۲.....	مرحله پیشرفته / بال
۹۴.....	دوره مهارت های حرکتی تخصصی
۹۴.....	مرحله انتقال
۹۵.....	مرحله کاربرد
۹۷.....	مرحله استفاده مادام العمر
۹۷.....	انواع عملکرد حرکتی
۹۸.....	نکات آموزشی
۱۰۲.....	سطوح فراگیری مهارت های حرکتی
۱۰۳.....	سطح ابتدایی / نوآموزی
۱۰۳.....	نکات آموزشی
۱۰۴.....	مرحله میانی / تمرین
۱۰۴.....	نکات آموزشی
۱۰۵.....	سطح پیشرفته / تنظیم دقیق
۱۰۶.....	نکات آموزشی

۱۰۷.....	تمرین مهارت حرکتی در منزل.....
۱۰۸.....	نمونه ای از Skill-A-week برای تمرین مهارت حرکتی.....
۱۱۰.....	راهنمای هایی برای آموزش تربیت بدنی رشدی.....
۱۱۱.....	خلاصه.....
۱۱۳.....	فصل چهارم: ارتقا سطح آمادگی جسمانی.....
۱۱۴.....	مفهوم کاردی.....
۱۱۴.....	اهداف فصل.....
۱۱۴.....	اصطلاحات کلیدی.....
۱۱۶.....	چالش.....
۱۱۸.....	حرکت کنندگان آماده.....
۱۱۸.....	آمادگی جسمانی مرتبط با سلامت.....
۱۱۹.....	آمادگی جسمانی مرتبط با اجرا.....
۱۱۹.....	عوامل آمادگی جسمانی مرتبط با سلامتی.....
۱۱۹.....	فهرست سازمانهای ملی مرتبط با ارتقا آمادگی جسمانی.....
۱۲۰.....	منابع خصوصی.....
۱۲۳.....	قدرت عضلانی.....
۱۲۴.....	استقامت عضلانی.....
۱۲۵.....	استقامت قلب و عروق.....
۱۲۶.....	انعطاف پذیری مفصلی.....
۱۲۶.....	ترکیب بدن.....
۱۲۷.....	اجزای آمادگی مرتبط با اجرا.....

۱۲۸	تعدادل
۱۲۸	هماهنگی
۱۲۸	چابکی
۱۲۹	سرعت حرکت
۱۲۹	توان
۱۲۹	حرکت کندگان مطلع
۱۳۰	تمرین کننده مستقل
۱۳۰	سالم خورها
۱۳۱	اصول رشد آمادگی جسمانی
۱۳۱	اضافه بار
۱۳۱	اختصاصی بودن
۱۳۲	اصل پیشرفت
۱۳۲	تناوب / شدت / زمانبندی / نوع (FITT)
۱۳۳	فردیت
۱۳۴	تمرین آمادگی جسمانی در خانه
۱۳۵	نکات آموزشی
۱۳۶	تعریف حرکت کننده مشتاق
۱۳۷	نکات آموزشی
۱۳۸	حرکت کننده های فعال
۱۳۸	افراد حرکت کننده بازیگوش
۱۳۹	همکاری با والدین

۱۳۹.....	راهنمای هایی برای تدریس تربیت بدنی رشدی
۱۴۰.....	خلاصه
۱۴۳.....	فصل پنجم: یادگیری شناختی
۱۴۴.....	مفهوم کلیدی
۱۴۴.....	اهداف فصل
۱۴۴.....	اصطلاحات کلیدی
۱۴۵.....	تعریف فراگیران فعال
۱۴۶.....	ایجاد نقشه شناختی
۱۴۶.....	تفکر انتقادی
۱۴۸.....	مولفه های مفهوم شناختی
۱۴۸.....	مفاهیم مهارت
۱۵۰.....	مفاهیم حرکت
۱۵۲.....	مفاهیم فعالیت
۱۵۲.....	مفاهیم آمادگی جسمانی
۱۵۳.....	مفاهیم علمی
۱۵۴.....	تعریف یادگیرندگان چند حسی
۱۵۴.....	یادگیری ادراکی - حرکتی
۱۵۶.....	مولفه های ادراکی - حرکتی
۱۵۶.....	آگاهی بدنی
۱۵۶.....	آگاهی فضایی یا سه بعدی
۱۵۸.....	آگاهی از جهت

آگاهی زمانی.....	۱۵۹
اهمیت یادگیری ادراکی - حرکتی.....	۱۵۹
راهنمای هایی برای آموزش تربیت بدنی رشدی.....	۱۶۰
خلاصه.....	۱۶۱
فصل ششم: رشد عاطفی.....	۱۶۳
مفهوم عاطفی.....	۱۶۴
اهداف فصل.....	۱۶۴
اصطلاحات کلیدی.....	۱۶۴
اهمیت عزت نفس و تأثیر آن بر یادگیرندگان خودکاو.....	۱۶۵
اجزاء خودپنداره مثبت.....	۱۶۷
تعلق.....	۱۶۷
شایستگی ادراک شده.....	۱۶۸
ارزشمند بودن.....	۱۶۹
پذیرش خویش.....	۱۷۰
نکات آموزشی.....	۱۷۱
منحصر بفردی.....	۱۷۲
اخلاق.....	۱۷۳
اهمیت پرورش خودپنداره کودکان.....	۱۷۳
نکات آموزشی.....	۱۷۴
ایمنی.....	۱۷۴
جایگاه.....	۱۷۵

۱۷۶	یادگیران مشارکتی
۱۷۶	با هم کار کردن
۱۷۸	تصمیم گیران اجتماعی
۱۷۸	دلایلی برای پرورش اجتماعی شدن مثبت
۱۷۸	وابستگی به گروه
۱۷۹	شکل گیری ارزش و آموزش شخصیت
۱۸۱	رشد اخلاقی
۱۸۳	عوامل هابی که روی رشد اخلاقی موثرند
۱۸۳	نکات آموزشی
۱۸۳	تشویق
۱۸۴	نکات آموزشی
۱۸۵	هدف گذاری
۱۸۵	خود-سنجی
۱۸۶	مسائل اخلاقی
۱۸۷	نکات آموزشی
۱۸۸	راهنمای هابی برای آموزش تربیت بدنی رشدی
۱۹۱	خلاصه
۱۹۳	فصل هفتم: کودکان معلول
۱۹۴	مفاهیم کلیدی
۱۹۴	اهداف فصل
۱۹۴	اصطلاحاتی کلیدی

۱۹۶	 برنامه تربیت بدنی
۱۹۷	 برنامه تطبیقی
۱۹۷	 برنامه ترمیمی
۱۹۸	 برنامه رشدی
۱۹۸	 تضمین/همپوشی
۲۰۰	 طوالت نازوانی های رشدی
۲۰۰	 کودکان با ناتوانی های جسمانی
۲۰۰	 نقص های
۲۰۰	 نقص های بینایی:
۲۰۱	 نکات آموزشی در کودکان با اختلال بینایی
۲۰۲	 نقص شنیداری:
۲۰۳	 نکات آموزشی در کودکان با اختلال شنوایی
۲۰۳	 محدودیت های قلبی و عروقی
۲۰۳	 نکات آموزشی در کودکان دارای سابقه بیماری قلب و عروق
۲۰۴	 محدودیت های عصبی عضلانی
۲۰۴	 فلج مغزی:
۲۰۴	 اسپاسم:
۲۰۵	 آتاتور
۲۰۵	 آتاکسی
۲۰۵	 ریجیدیتی/سفتی
۲۰۵	 ترمور/لرزش

۲۰۶.....	نکات آموزشی در کودکان مبتلا به فلج مغزی
۲۰۶.....	ایلیپسی
۲۰۷.....	حملات صرع بزرگ
۲۰۷.....	حملات جکسونی
۲۰۷.....	حملات تشنجی کوچک
۲۰۷.....	حملات صرع سایکوموتور (روانی حرکتی)
۲۰۷.....	نکات آموزشی در کودکان مبتلا به صرع
۲۰۸.....	محدودیت های ریو
۲۰۸.....	آسم
۲۰۸.....	فیبروز کیستیک
۲۰۸.....	ناتوانی های عضلانی اسکلتی
۲۰۹.....	بیماری اوسگود- شلاتر
۲۰۹.....	آرتريت
۲۰۹.....	انحرافات ستون فقرات و بدن
۲۱۰.....	اسکولیوز
۲۱۰.....	لوردوز
۲۱۰.....	کیفوز
۲۱۰.....	نکات آموزشی در اختلالات اسکلتی عضلانی
۲۱۱.....	کودکان مبتلا به ناتوانی های ذهنی
۲۱۳.....	نکات آموزشی در کودکان عقب مانده ذهنی خفیف
۲۱۴.....	آسیب مغزی

۲۱۵.....	نکات آموزشی در کودکان عقب مانده ذهنی خفیف و متوسط
۲۱۵.....	عقب ماندگی محیطی
۲۱۵.....	عقب ماندگی ژنتیکی
۲۱۶.....	کودکان دارای ناتوانی های هیجانی
۲۱۶.....	اختلالات هیجانی کلاسیک
۲۱۷.....	اوتسم
۲۱۹.....	نکات آموزشی برای اصلاح رفتار کودکان دارای اختلالات هیجانی
۲۲۰.....	کودکان دارای ناتوانی های هیجانی
۲۲۲.....	اختلال نقص توجه
۲۲۳.....	ناتوانی های دیگر
۲۲۳.....	برنامه آموزشی فردی
۲۲۳.....	نیازهای ویژه کودکان ناتوان
۲۲۴.....	انطباق اجتماعی
۲۲۵.....	تقویت تصویر بدنی
۲۲۵.....	خلاصه
۲۲۷.....	فصل هشتم: برنامه آموزشی رشدی
۲۲۸.....	مفهوم کلیدی
۲۲۸.....	اهداف فصل
۲۲۸.....	اصطلاحات کلیدی
۲۳۰.....	مراحل طراحی برنامه آموزشی
۲۳۰.....	ایجاد یک پایه ارزشی

۲۳۰	بیان رسالت
۲۳۱	اهداف
۲۳۱	ایجاد یک چهارچوب مفهومی
۲۳۱	تعیین اهداف برنامه
۲۳۲	اهداف کلی
۲۳۳	نمونه ای از حالت برای برنامه ریزی تربیت بدنی رشدی
۲۳۴	نمونه رسالت مدرسه مختص
۲۳۴	اهداف برنامه ریزی تربیت بدنی
۲۳۴	اهداف رشد حرکتی
۲۳۵	اهداف رشد شناختی
۲۳۵	اهداف رشد عاطفی
۲۳۷	شرایط اجرا
۲۳۷	اهداف خاص
۲۳۸	نکات آموزشی
۲۳۸	اهداف رفتاری
۲۴۲	طراحی برنامه
۲۴۲	توالی
۲۴۳	توازن برنامه
۲۴۳	معیارهای انتخاب تجربه های یادگیری مناسب
۲۴۵	ایجاد روش های ارزیابی
۲۴۵	اجرای برنامه

۲۴۶.....	مدل برنامه آموزشی رشدی
۲۴۹.....	مدارس متوسطه و ابتدایی به بالا
۲۴۹.....	برنامه آموزشی گسترده
۲۵۱.....	برنامه های زنگ تفریح و زمان ناهار
۲۵۲.....	برنامه های آمادگی جسمانی روزانه
۲۵۳.....	نامه ای درون مدرسه ای
۲۵۳.....	مشور حقوة درر ککان جوان
۲۵۴.....	برنامه های باشگاه
۲۵۴.....	برنامه های بین مدرسه ای
۲۵۵.....	برنامه های ویژه
۲۵۵.....	روزهای ویژه
۲۵۶.....	نمایش های باشگاهی و نمایش های عمومی
۲۵۷.....	مسابقات
۲۵۸.....	مسابقه ی نردبانی
۲۵۹.....	خلاصه
۲۶۱.....	فصل نهم: برنامه ریزی مضمون های مهارت
۲۶۲.....	اهداف فصل
۲۶۲.....	اصطلاحات کلیدی
۲۶۴.....	مراحل برنامه ریزی مضمون مهارت حرکتی
۲۶۴.....	پیش برنامه ریزی
۲۶۵.....	ارزیابی سطوح ورودی

۲۶۶	 برنامه ریزی خاص
۲۷۰	 نکات آموزش
۲۷۳	 نکات آموزشی
۲۷۳	 ترتیب درس روزانه
۲۷۶	 مقدمه
۲۷۶	 مرور
۲۷۷	 شالوده درس
۲۷۸	 خلاصه درس
۲۷۸	 اجرای برنامه روزانه
۲۷۹	 تدریس موفق
۲۸۰	 نکات آموزشی
۲۸۲	 ارزیابی درس روزانه
۲۸۲	 نکات آموزشی
۲۸۳	 حرکت به جلو
۲۸۴	 بازیابی
۲۸۴	 سازماندهی تسهیلات
۲۸۵	 تسهیلات محیطهای بسته
۲۸۷	 تسهیلات محیطهای روباز
۲۸۷	 سازماندهی تجهیزات
۲۸۸	 انتخاب تجهیزات
۲۸۸	 تعیین مکان و استفاده از تجهیزات

۲۹۰	آماده سازی کمک های آموزشی
۲۹۰	کارت تکلیف
۲۹۰	تابلو اعلانات
۲۹۲	سازماندهی عوامل کمک کننده به دانش آموزان
۲۹۲	گروه بندی کردن و رهبران گروه ها
۲۹۲	نکات آمزشی سازمان دهی گروه های کودکان
۲۹۲	آرایش تک حلقه ای
۲۹۳	آرایش دو حلقه ای
۲۹۴	آرایش صفی
۲۹۵	آرایش ترنی
۲۹۵	آرایش خط موازی
۲۹۶	آرایش گروه ها در فرم پراکنده
۲۹۷	آرایش گروه هایی در فرم نیم دایره
۲۹۷	آرایش گروه ها به شکل چک برد
۲۹۸	آرایش گروه ها در فرم ایستگاهی
۲۹۸	دستیاران سالن های ورزشی
۲۹۹	خلاصه
۳۰۱	فصل دهم: حیطه محتوا
۳۰۲	مفهوم کلیدی
۳۰۲	اهداف فصل
۳۰۲	اصطلاحات کلیدی

۳۰۳.....	بازی ها
۳۰۴.....	انواع بازی ها
۳۰۵.....	نکات آموزش
۳۱۰.....	انتخاب مناسب فعالیت های بازی
۳۱۲.....	نکات آموزشی
۳۱۳.....	نکات آموزشی
۳۱۵.....	رقص
۳۱۶.....	ریتم و انواع رقص
۳۱۸.....	ریتم های آوازی
۳۱۹.....	رقص خلاقانه
۳۱۹.....	رقص محلی
۳۱۹.....	نکات آموزشی
۳۲۰.....	رقص های غربی/اوسترنی
۳۲۰.....	رقص اجتماعی دو نفره
۳۲۱.....	نکات آموزشی
۳۲۲.....	انتخاب فعالیت های ریتمیک مناسب
۳۲۳.....	نکات آموزشی
۳۲۴.....	خود-سنجی
۳۲۵.....	انواع فعالیت های خود-سنجی
۳۲۶.....	نکات آموزشی
۳۲۷.....	فعالیت های آمادگی جسمانی

۳۲۷.....	انتخاب فعالیت های خود- سنجی مناسب
۳۲۸.....	خلاصه
۳۳۱.....	فصل یازدهم: سنجش پیشرفت
۳۳۲.....	مفاهیم کلیدی
۳۳۲.....	اهداف فصل
۳۳۲.....	اصول سنجش کلیدی
۳۳۵.....	سنجش حرکتی
۳۳۵.....	سنجش فرایند
۳۳۶.....	رهنمودهایی جهت سنجش مبتدیان
۳۳۶.....	نکات آموزشی
۳۳۷.....	سنجش نتیجه
۳۳۸.....	رهنمودهایی جهت سنجش اجرا
۳۳۸.....	آزمون های سنجش حرکت
۳۳۹.....	نکات آموزشی
۳۳۹.....	ابزار سنجش الگوی حرکتی بنیادی (FMPAI)
۳۴۲.....	فهرست توالی رشد مهارت های حرکتی بنیادی (DSFMSI):
۳۴۲.....	آزمون رشد حرکت درشت (TGMD)
۳۴۵.....	تحلیل تکلیف بوم شناسی (ETA)
۳۴۶.....	سنجش آمادگی جسمانی
۳۴۷.....	چه زمانی بسنجیم
۳۴۸.....	چه چیزی را بسنجیم

۳۴۹.....	آزمون های سنجش آمادگی جسمانی
۳۵۱.....	جام ریاست جمهور
۳۵۲.....	برنامه ی آمادگی جسمانی اتحادیه ی ورزشکاران آماتور
۳۵۳.....	آزمون آمادگی جسمانی جوانان (YMCA)
۳۵۳.....	فیتنس گرام
۳۵۵.....	برنامه های رایانه ای برای سنجش
۳۵۵.....	سنجش حرکتی با کمک رایانه
۳۵۶.....	سنجش آمادگی جسمانی با کمک رایانه
۳۵۷.....	خلاصه
۳۵۹.....	فصل دوازدهم: تدریس موثر
۳۶۰.....	مفهوم کلیدی
۳۶۰.....	اهداف فصل
۳۶۰.....	اصطلاحات کلیدی
۳۶۱.....	مسئولیت معلم
۳۶۲.....	برنامه ریزی درسی
۳۶۲.....	سازماندهی محیط یادگیری
۳۶۲.....	برنامه ریزی و اجرای درس
۳۶۲.....	ارزشیابی پیشرفت دانش آموز
۳۶۳.....	مشاوره با دانش آموز
۳۶۴.....	نماینده جامعه
۳۶۴.....	رشد شغلی

۳۶۵.....	مراحل تربیت یک معلم موثر و کارآمد
۳۶۵.....	نگرانی برای کسب موفقیت شخصی
۳۶۶.....	نگرانی برای خود
۳۶۷.....	نگرانی برای دانش آموزان
۳۶۷.....	خصصیات معلمان کارآمد
۳۶۸.....	خاسته‌های فردی
۳۶۹.....	خصلت‌های کلامی
۳۷۱.....	خصلت‌های ارتباطی
۳۷۲.....	ارتباط کلامی
۳۷۳.....	جلب توجه
۳۷۳.....	حفظ توجه
۳۷۴.....	وضوح و روشنی
۳۷۵.....	چک کردن درک و حافظه
۳۷۶.....	ارایه بازخورد
۳۷۷.....	نکات آموزشی
۳۷۸.....	تغییر تکنیک‌های یادگیری
۳۷۹.....	نکات آموزشی
۳۷۹.....	ارتباط غیر کلامی
۳۷۹.....	پاسخ
۳۸۰.....	اشارات و حرکات
۳۸۱.....	بیانات چهره ای

۳۸۲.....	ابراز اشتیاق و علاقه
۳۸۲.....	توجه به موضوع درسی
۳۸۳.....	توجه و علاقه به دانش آموزان
۳۸۳.....	بهبود مهارت‌های ارتباطی
۳۸۴.....	احترام به فاصله فیزیکی
۳۸۴.....	نکات آموزشی
۳۸۴.....	مشاهده کودکان
۳۸۵.....	بررسی - خود
۳۸۶.....	گوش دادن به گفتار کودکان
۳۸۶.....	پیام‌های کلامی کودکان
۳۸۷.....	پیام‌های غیرکلامی کودکان
۳۸۸.....	شناخت فراگیر
۳۸۸.....	نکات آموزشی
۳۸۹.....	خلاصه
۳۹۱.....	فصل سیزدهم: نظم مثبت
۳۹۲.....	مفهوم کلیدی:
۳۹۲.....	اهداف فصل
۳۹۲.....	اصطلاحات کلیدی
۳۹۳.....	تعریف نظم
۳۹۴.....	تکنیک هایی برای اعمال کنترل معلم
۳۹۵.....	پاسخ های غیر کلامی

- ۳۹۵..... پاسخ ها و واکنش های کلامی
- ۳۹۶..... تایم اوت
- ۳۹۷..... استقرار روتین ها و قوانین
- ۳۹۷..... کاهش " نکنید " ها
- ۳۹۸..... منطقی باشید
- ۳۹۹..... ثابت قدم و استوار باشید
- ۴۰۰..... نکات آموزشی
- ۴۰۰..... دیگران را تشویق کنید
- ۴۰۰..... قاطع و مثبت باشید
- ۴۰۱..... نکات آموزشی
- ۴۰۱..... نکات آموزشی
- ۴۰۲..... حس اعتماد را برقرار نمایید
- ۴۰۳..... الزاماتی برای انضباط مثبت
- ۴۰۳..... به یک مدل و الگوی مثبت تبدیل شوید
- ۴۰۳..... نکات آموزشی
- ۴۰۴..... به صورت کارآمد برنامه ریزی نمایید
- ۴۰۵..... به صورت کارآمد ارتباط برقرار کنید
- ۴۰۵..... نکات آموزشی
- ۴۰۶..... خود-سنجی
- ۴۰۷..... نکات آموزشی
- ۴۰۷..... خلاصه

فصل چهاردهم: سبک های تدریس ۴۰۹

مفهوم کلیدی ۴۱۰

اهداف فصل ۴۱۰

اصطلاحات کلیدی ۴۱۰

عواملی موثر در انتخاب سبک های تدریس ۴۱۱

نکات آموزشی ۴۱۲

عوامل یادگیری / مهارت حرکتی ۴۱۲

سطح مبتدی / نوآمو ۴۱۳

سطح میانی / تمرینی ۴۱۴

سطح پیشرفته / تنظیم دقیق ۴۱۴

عوامل ادراک و تبعیت دانش آموز ۴۱۵

نکات آموزشی ۴۱۶

سبک های تدریس ۴۱۸

سبک های مستقیم ۴۲۰

سبک های غیرمستقیم ۴۲۳

ترکیب سبک های مستقیم و غیرمستقیم ۴۲۷

خلاصه ۴۲۹

فصل پانزدهم: نکات ایمنی و مسئولیت قانونی ۴۳۱

اهداف فصل ۴۳۲

اصطلاحات کلیدی ۴۳۲

مسئولیت قانونی ۴۳۳

۴۳۳.....	مسامحه
۴۳۵.....	شرکت در اضرار جذاب
۴۳۶.....	کژکاری حرفه ای
۴۳۷.....	دفاعیات بر علیه مسامحه
۴۳۹.....	شرایط تکراری که منجر به اقدام قانونی می شود
۴۴۰.....	ناده ؟ بتن قوانین مقرر
۴۴۱.....	آمورش نادرست
۴۴۱.....	نظارت نامناسب
۴۴۲.....	ناتوانی در فراهم کردن محیط امن
۴۴۳.....	به حداقل رسانیدن مسئولیت قانونی
۴۴۳.....	نگهداری سوابق
۴۴۶.....	سیاست های مکتوب
۴۴۷.....	نکات آموزشی
۴۴۸.....	نکات آموزشی
۴۴۹.....	پوشش بیمه
۴۵۰.....	خلاصه