

آموزش غیرخطی در اکتساب مهارت‌های ورزشی

تألیف:

جیا بی‌چو

کیت دیویدز

کریس باتن

آیان رنشاو

ترجمه:

دکتر احسان ناریان

عضو هیأت علمی دانشگاه اصفهان، طباطبائی



عنوان و نام پدیدآور: آموزش غیرخطی در اکتساب مهارت‌های ورزشی / تألیف جیا یی چو ... [و دیگران]؛ ترجمه احسان زارعیان.

مشخصات نشر: تهران: دانشگاه علامه طباطبائی، ۱۳۹۷.

مشخصات ظاهری: ۳۸۴ ص.؛ رزبری

فروست: انتشارات دانشگاه علامه طباطبائی؛ ۴۸۵.

شابک: ۷-۳۱۷-۹۶۳-۹۷۸-۲۸۰۰۰ تومان

وضعیت فهرست نویسی: فیفا

یادداشت: عنوان اصلی: Nonlinear Pedagogy in Skill Acquisition: an Introduction, 2016.

یادداشت: تألیف جیا یی چو، کیت ریندز، کرس بازن، آیان رنشاو.

موضوع: حرکت آموزی

موضوع: Movement Education

موضوع: یادگیری حرکتی

موضوع: Motor Learning

شناسه افزوده: چو، جیا یی

شناسه افزوده: Chow, Jia Yi

شناسه افزوده: زارعیان، احسان، ۱۳۵۷ - مترجم

شناسه افزوده: دانشگاه علامه طباطبائی.

رده‌بندی کنگره: GV ۴۵۲/۱۸ ۱۳۹۷

رده بندی دیوئی: ۳۷۲/۸۶

شماره کتابشناسی ملی: ۵۲۲۸۷۸۱

آموزش غیر خطی در اکتساب مهارت‌های ورزشی

تألیف:

جیای جو

کیت دیویدز

کریس باتن

آیان رنشاو

ترجمه:

کترا سنان: ارفعیان

زیر نظر معالمت پژوهشی، دانشگاه

شابک: ۷-۲۹-۱۷-۱۶۴-۹۷۸

لیتوگرافی، چاپ و صحافی: مرکز چاپ و انتشارات دانشگاه علامه طباطبائی

ویراستار: فریبا محمودی سرویراستار: دکتر نازیلا فرمانی اتوشه

نمایه‌ساز: سیده زهرا طباطبائی جعفری صفحه‌آر: زهرا ده‌زاده شریانی

شمارگان: ۲۰۰ ناظر فنی: رضا ذری

مرکز چاپ و انتشارات دانشگاه علامه طباطبائی؛ تهران، بزرگراه شهید همت،

دهکده المپیک، میدان ورزش

تلفن مرکز انتشارات: ۴۴۷۳۷۵۶۰ صندوق پستی: ۱۵۸۱۵/۳۴۸۷

چاپ اول ۱۳۹۷ قیمت: ۲۸۰۰۰ تومان

پیشگفتار

آموزش غیرخطی، پارادایم قدرتمندی در درک حرکات انسانی و طراحی آموزش اثربخش، مربی‌گری و برنامه‌های آموزشی، در ورزش، تمرین و تربیت بدنی است. این سبک آموزشی، به پیچیدگی ذاتی در یادگیری مهارت‌های حرکتی عنایت دارد. چون در این سبک به فراگیر، محیط یادگیری، آموزگار یا مربی به منزله یک سیستم پیچیده متعامل نگریسته می‌شود. در این سیستم، قیود تکالیف تمرینی، قالبی را برای بروز و ظهور رفتارهای حرکتی فراهم می‌سازد. این اولین کتابی است که به توصیف این رویکرد عمیق، هم در اکساب مهارت می‌پردازد و عقاید نظری مهم و تمرین برتر را برای دانش‌آموزان، معلمان و مربیان معرفی می‌کند.

اولین بخش این کتاب، یک چارچوب نظری عمومی را معرفی می‌کند که فرایندهای اکساب مهارت و چگونگی یادگیری مهارت‌های حرکتی را توضیح می‌دهد. سپس به تعریف آموزش غیرخطی و برشمردن اصول کلیدی آن در تمرین پرداخته شده است. این کتاب یک ارزیابی کامل و جامع از استفاده بهینه قیود آموزشی و طراحی تمرین دارد و روش‌هایی را برای ایجاد محیط‌های یادگیری فردی حمایتی و چالش‌برانگیز در سطوح رشدی، زیرنخبه و نخبه به بحث می‌گذارد. در هر فصل مثال‌ها و نمونه‌هایی از زمینه‌های ورزشی و تمرینی ارائه شده و پیشنهاداتی هم برای جلسات و فعالیت‌های تمرینی مطرح شده است. کتاب آموزش غیرخطی در اکساب مهارت رفیق همراهی برای هر دوره آموزشی در اکساب مهارت، یادگیری حرکتی، علم ورزش، آموزش ورزشی، مربیگری ورزشی یا دوره‌های تربیت بدنی است.

فهرست مطالب

۱.....	فصل اول: مرور و درآمدی بر تربیت جری و یادگیری
۳.....	مقدمه
۴.....	نقش تعاملات بین مجری با محیط
۶.....	این ایده‌ها به چه کار مربیان و دانشگاهیان می‌آید؟
۸.....	وجود روابط غیر خطی در تعاملات بین تکلیف، مجری و محیط: مدل از فراگیر و فرایند یادگیری وی
۱۱.....	نتیجه‌گیری
۱۲.....	منابع

فصل دوم: سازمان‌دهی مجدد (بازآرایی) درجات آزادی سیستم: بستنی رای دستیابی به

۱۳.....	اهداف تکلیف
۱۵.....	مقدمه‌ای در خصوص هماهنگ‌سازی حرکت
۱۶.....	مسئله درجات آزادی
۲۰.....	شناخت مسئله درجات آزادی و ارتباط آن با اکتساب مهارت، مربی‌گری و مجموعه‌های PE
۲۳.....	اکتساب هماهنگی در سیستم‌های زیستی عصبی غیر خطی
۲۵.....	گذرگاه غیر خطی در اکتساب هماهنگی
۲۹.....	ساختارهای هماهنگ و هم‌ارزی
۳۱.....	خلاصه‌ای از مبانی آموزش غیر خطی در رابطه با اکتساب هماهنگی
۳۲.....	منابع

۳۹	فصل سوم: منطق دینامیک بوم‌شناختی در آموزش غیرخطی
۴۱	مقدمه
۴۲	دانش و تمرین در آموزش ورزشی: تأکیدات سنتی
۴۴	مدل‌های سنتی یادگیری: تخصص یافتن اولیه و تمرین سنجیده
۴۵	انتقادات به تمرین سنجیده
۴۸	مدل‌های یادگیری: از منظر دینامیک بوم‌شناختی
۴۸	اطلاعات و عمل: نقش فراهم‌سازها
۵۱	فراهم‌سازها و طرح یادگیری
۵۳	انسان‌ها به مثابه سیستم‌های پیچیده انطباق‌پذیر: توصیه‌هایی برای آموزش غیرخطی
۵۴	همانگم، درون‌فردی
۵۵	همانگم، بی‌فردی
۵۷	نقش تغییرپذیری کارکردی در حرکت
۵۷	دیدگاه‌های سنتی به تغییرپذیری حرکتی
۵۷	پارازیت، خطا و انابالی
۵۸	نگاه جدید به تغییرپذیری حرکتی در دینامیک بوم‌شناختی
۶۰	تغییرپذیری حرکتی کارکردی و انابالی: مداوم درجات آزادی سیستم حرکتی
۶۱	تغییرپذیری حرکتی در عملکرد ماهر: اهمیت دارد
۶۲	خلاصه
۶۳	منابع

۷۱	فصل چهارم: آموزش غیرخطی (مروری بر اصول کلیدی)
۷۳	آموزش غیرخطی: اصول کلیدی
۷۳	مقدمه‌ای بر آموزش غیرخطی در ورزش و تربیت بدنی
۷۴	ناهم‌خطی در یادگیری
۷۶	ویژگی‌های برجسته یک سیستم یادگیری غیرخطی چیست؟
۸۱	رویکرد قیودمحور: مبنایی برای آموزش غیرخطی
۸۲	رویکرد قیودمحور چیست؟
۸۴	قیود مجری
۸۵	قیود محیطی
۸۶	قیود تکلیف
۸۸	در ماورای قیود متعامل: ظهور و افول قیود
۸۹	آموزش غیرخطی: تجمع یک رویکرد قیودمحور
۹۰	اصول آموزشی در آموزش غیرخطی
۹۰	طرح یادگیری بازنمایانه
۹۱	گسترش پیوند بین حرکت و اطلاعات مرتبط

۹۲.....	دست کاری قیود.....
۹۳.....	اطمینان از تغییرپذیری کارکردی.....
۹۳.....	کانون توجه: تأثیرش بر کنترل اصلاحی هوشیار.....
۹۵.....	نتیجه گیری.....
۹۵.....	منابع.....

۱۰۱.....	فصل پنجم: نقش تغییرپذیری کارکردی و انطباقی در پیشبرد یادگیری فردی.....
۱۰۴.....	تشریح انطباق پذیری، ثبات و تغییرپذیری کارکردی.....
۱۱۱.....	عوامل روان شناختی: ادراک، هیجان، شخصیت.....
۱۱۳.....	قیود تکلیف.....
۱۱۸.....	عوامل محیطی.....
۱۱۹.....	تفاوت های فردی چه نقش در درک ما از فرایندهای یادگیری دارند؟.....
۱۲۱.....	تغییرپذیری حرکتی می تواند تفاوت های فردی در یادگیری را پیش بینی کند.....
۱۲۲.....	چیزهایی هستند که به سبب تفاوت ها رخ می دهند: رویکرد UCM.....
۱۲۴.....	مربیان چگونه می توانند از پس تفاوت های فردی بآیند؟.....
۱۲۴.....	فلسفه «یکی برای همه» را محدود کرده به سمت رویکرد فراگیرمحور حرکت کنید.....
۱۲۴.....	مطالعه موردی: سرویس تنیس.....
۱۲۵.....	فرصت اکتشاف و خلاقیت را فراهم کنید.....
۱۲۵.....	مطالعه موردی: شنا.....
۱۲۶.....	قیود را متناسب با افراد دست کاری کنید.....
۱۲۶.....	مطالعه موردی: یادگیری یک روتین رقص.....
۱۲۶.....	ملاحظات ایمنی، فضا و زمان.....
۱۲۷.....	مطالعه موردی: صخره نوردی.....
۱۲۸.....	به فراگیر مسئولیت بدهید.....
۱۲۸.....	مطالعه موردی: تمرین با شیه ساز.....
۱۲۹.....	منابع.....

۱۳۵.....	فصل ششم: اختصاصی بودن انتقال و طرح بازنمایانه یادگیری.....
۱۳۷.....	مقدمه.....
۱۳۸.....	انتقال بین تمرینات شیه سازی تکلیف و محیط های اجرا.....
۱۴۳.....	تعریف ایگون برونزویک (۱۹۵۶) از طرح بازنمایانه.....
۱۴۴.....	طرح بازنمایانه در ورزش.....
۱۴۵.....	طرح بازنمایانه در آزمون های ارزیابی عملکرد.....
۱۴۸.....	طرح بازنمایانه تکالیف و انتقال مهارت در تمرین.....
۱۵۲.....	منابع.....

فصل هفتم: ارائه اطلاعات برای تثبیت پیوند ادراک و عمل	۱۵۷
چرا ما از کلماتی که با نا شروع می‌شوند، استفاده می‌کنیم؟	۱۵۹
اطلاعات افزوده چگونه می‌توانند پیوند ادراک و عمل را تثبیت کنند	۱۶۰
نقش تکیه‌گاه‌سازی یا مرجع‌سازی اطلاعات	۱۶۱
نقش ارزش‌گذاری و مقیاس‌بندی اطلاعات	۱۶۴
نقش آشفتگی آور اطلاعات	۱۶۶
نقش تثبیتی اطلاعات	۱۶۸
اطلاعات همه جا هستند، اما با آن‌ها چه کار باید کرد؟ خطر بیش‌اشباعی فراگیر - واقعاً به چه اطلاعاتی نیاز است؟	۱۶۹
اطلاعات افزوده خود کنترل	۱۷۲
تکنیک‌های رایج و نوظهور در ارائه اطلاعات به فراگیر	۱۷۴
پیشنهادی برای آموزش غیرخطی	۱۷۷
خلاصه	۱۸۰
منابع	۱۸۱

فصل هشتم: دست‌کاری قیود آموزشی (دستورالعمل‌ها) برای ترغیب یادگیری اکتشافی	۱۸۵
مقدمه	۱۸۷
قیود آموزشی و دریافت‌های برنشتاین (۱۹۵۷)	۱۸۸
اطلاعات کلامی به‌مثابه یک قید اطلاعاتی	۱۹۱
استفاده از اطلاعات کلامی به‌مثابه یک پارامتر کنترل	۱۹۱
هدایت جستجو در زمانی که می‌دانیم منابع اطلاعاتی کافی است	۱۹۲
هدایت جستجو، وقتی فکر می‌کنیم اطلاعات مربوط را می‌شناسیم	۱۹۴
تسهیم اطلاعات: کسب دانش از خبرگان	۱۹۵
هدایت جستجو در زمانی که نمی‌دانیم: نمونه‌ای از ساختارهای هماهنگی	۱۹۶
بازآرایی هماهنگی حرکت با دست‌کاری قیود تکلیف: یک مطالعه موردی	۱۹۸
جانی و دوریس خندان	۱۹۹
قیود اطلاعاتی برای افراد مبتدی	۲۰۰
ساکت‌ماندن: چه وقت‌هایی نباید حرف زد	۲۰۲
هدایت جستجو با پرسش‌گری	۲۰۳
نتیجه‌گیری	۲۰۴
منابع	۲۰۴

فصل نهم: سازمان‌دهی تکالیف تمرینی و تغییرپذیری حرکتی	۲۰۷
مقدمه	۲۰۹

۲۱۰	 اصول تمرینی NLP
۲۱۳	 ناهم خطی در چارچوب طرح درس
۲۱۴	 مرگ کندو: دست کاری قیود تجهیزاتی
۲۱۵	 طرح تمرین عینی
۲۱۷	 استفاده از GII برای طبقه بندی بازی های کودکان
۲۱۹	 طراحی جلسات تمرین براساس NLP
۲۱۹	 پیاده کردن اصول در عمل
۲۲۰	 پیاده کردن اصول در یک تمرین توپ گیری
۲۲۳	 چک لیست پیاد سازی NLP در کلاس
۲۲۵	 توصیه هایی برای استفاده از چک لیست پیاده سازی NLP در کلاس
۲۳۱	 بازی دونفره
۲۳۲	 ایجاد قیود موقت برای به دست آوردن انداختن بازیکنان
۲۳۲	 نقش مهم تغییر پذیری در تمرین
۲۳۴	 برخی اصول برای ساده سازی تکلیف با تغییر پذیری
۲۳۴	 الگوسازی ساختار بازی، ناهم خطی، فردی
۲۳۶	 دست کاری قیود
۲۳۶	 قیود تکلیف
۲۳۶	 تجهیزات
۲۳۶	 قوانین
۲۳۸	 قیود محیطی
۲۳۸	 قیود فیزیکی
۲۳۸	 قیود فرهنگی
۲۳۸	 قیود فردی
۲۳۹	 خلاصه
۲۴۰	 منابع
۲۴۳	 فصل دهم: روابط بین آموزش غیر خطی و رویکردهای آموزشی مبتنی بر بازی
۲۴۵	 مقدمه
۲۴۹	 عناصر آموزش غیر خطی در رویکردهای آموزشی موجود
۲۴۹	 آموزش غیر خطی و طرح یادگیری TGFU
۲۵۰	 نمونه گیری
۲۵۲	 پیچیدگی تاکتیکی
۲۵۵	 بازنمایی تکلیف
۲۵۷	 تشدید
۲۵۹	 نقش آموزش غیر خطی در تربیت بدنی

۲۶۰	نتیجه‌گیری
۲۶۰	منابع
۲۶۳	فصل یازدهم: چرا این گونه عمل می‌کنیم؟
۲۶۳	کاربرد آموزش غیرخطی در تربیت‌بدنی و زمینه‌های ورزشی
۲۶۵	مقدمه
۲۶۶	آموزش غیرخطی در مدارس
۲۶۹	دوومیدانی
۲۷۳	ورزش توپ و تور (تیس)
۲۷۷	بازی تپ جمی (بسکتبال)
۲۸۳	ورزش های کپ زنی و توپ گیری (کریکت)
۲۸۸	آموزش غیرخطی در ارگونومی و حوزه سلامت
۲۸۹	ماشین‌های کنترل دست: زندگی اتومیل
۲۹۰	بازتوانی از سه راه: چالش برای بازتوانی صحیح و جبران
۲۹۲	نتیجه‌گیری
۲۹۲	منابع
۲۹۵	فصل دوازدهم: تأثیر انگیزشی آموزش غیر خطی
۲۹۷	مقدمه
۲۹۸	آموزش برانگیزاننده و مهیج
۲۹۹	تعریف نیازهای روان‌شناختی بایه
۳۰۰	آموزش و پیوستار انگیزش
۳۰۲	تاکتیک‌های آموزشی که می‌تواند موجب بی‌انگیزگی شود
۳۰۲	نمونه‌ای از بی‌انگیزه‌سازی در مربی‌گری
۳۰۴	مربی‌گری مبتنی بر انگیزش بیرونی
۳۰۴	نمونه‌ای از مربی‌گری با انگیزش بیرونی
۳۰۵	مربی‌گری و درون‌فکنی تنظیم
۳۰۵	نمونه‌ای از مربی‌گری و درون‌فکنی تنظیم
۳۰۵	مربی‌گری با انگیزش بیرونی غیر کنترل‌ی یا خودزاد
۳۰۵	تنظیم شناخته‌شده
۳۰۶	نمونه‌ای از مربی‌گری با تنظیم شناخته‌شده
۳۰۶	تنظیم یکپارچه
۳۰۶	نمونه‌ای از مربی‌گری با تنظیم یکپارچه
۳۰۷	انگیزش درونی
۳۰۷	نمونه‌ای از مربی‌گری با انگیزش درونی

۳۰۸	آموزش غیرخطی و نظریه خودمختاری
۳۰۸	اصل کلیدی شماره یک NLP و SDT
۳۱۰	اصل کلیدی شماره ۲ NLP و SDT
۳۱۲	اصل کلیدی شماره ۳ NLP و SDT
۳۱۴	اصل کلیدی شماره ۴ NLP و SDT
۳۱۵	یک مطالعه موردی: تأثیر آموزش غیرخطی بر انگیزش درونی در یادگیری دوی با مانع
۳۱۷	خلاصه‌ای از منافع استفاده از NLP در انگیزش خودپیرو
۳۱۸	منابع

فصل سیزدهم هیجانات یادگیری در آموزش غیرخطی

۳۲۵	چرا هیجانات در یادگیری و ورزش مسئله محسوب می‌شوند
۳۲۷	نقش هیجانات در یادگیری
۳۲۹	هیجانات از منظر سیستم‌های پویا
۳۳۱	مکانیسم‌های عصبی و روانشناختی‌های نوظهور
۳۳۴	هیجانات و سیستم ادراکی پیچیده
۳۳۵	تعامل هیجانات، شناخت و اعمال در ورزش و فعالیت‌های ورزشی
۳۳۷	جهت‌گیری هدف
۳۳۹	طرح یادگیری عاطفی
۳۴۱	مشاهده و نظارت
۳۴۲	ارزیابی
۳۴۲	برنامه‌ریزی
۳۴۳	پیاده‌سازی
۳۴۵	نتیجه‌گیری
۳۴۵	منابع

نمایه

۳۵۵	نمایه موضوعی
۳۷۳	نمایه اسامی