

نکات ضروری کنترل، یادگیری و رشد حرکتی

نویسندگان:

آندره آیوتلی

مدیر مرکز علوم ورزشی و تفریحی
دانشگاه لیدز انگلستان

سارا استیل

رابط علوم زندگی
مرکز علوم حرفه‌ای و توان بخشی
دانشگاه ساوت همپتون انگلستان

مترجمان:

ناهید صادقی

عضو هیئت علمی دانشگاه آزاد اسلامی پرنده

محمد جلیوند

عضو هیئت علمی دانشگاه آزاد اسلامی کرمانشاه

سرشناسه

: اوتلی، آندریا

Utley, Andrea

عنوان و نام پدیدآور

: نکات ضروری کنترل، یادگیری و رشد حرکتی/نویسندگان آندره آ یوتلی، سارا استیل؛ مترجمان ناهید صادقی، محمد جلیوند.

مشخصات نشر

: تهران: دانشگاه آزاد اسلامی، سازمان چاپ و انتشارات؛ پرند: دانشگاه آزاد اسلامی، واحد پرند، ۱۳۹۱.

مشخصات ظاهری

: ۳۰۲ ص: مصور.

شابک

: ۹۷۸-۹۶۴-۱۰-۲۱۶۵-۰

وضعیت فهرست

: فیا

نویسی

یادداشت

: عنوان اصلی: ۲۰۰۸، Motor control, learning and development

یادداشت

: کتابنامه.

موضوع

: مهارت های حرکتی

شناسه افزوده

: استیل، سارا

شناسه افزوده

: Astill, Sarah

شناسه افزوده

: صادقی، ناهید، ۱۳۵۲ - ، مترجم

شناسه افزوده

: جلیوند، محمد، ۱۳۵۲ - ، مترجم

شناسه افزوده

: دانشگاه آزاد اسلامی، سازمان چاپ و انتشارات

شناسه افزوده

: دانشگاه آزاد اسلامی، واحد پرند

رده بندی کنگره

: ۱۳۹۱ ن ۸ الف/۲۹۵ RF

رده بندی دیویی

: ۱۵۲/۳۳۴

شماره کتابشناسی

: ۳۰۹۷۵۴۸

ملی

عنوان کتاب: نکات ضروری کنترل، یادگیری و رشد حرکتی

ترجمه: ناهید صادقی - محمد جلیوند

چاپ اول: ۱۳۹۱

شمارگان: ۲۰۰۰

ناشر: سازمان چاپ و انتشارات دانشگاه آزاد اسلامی با همکاری واحد پرند

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

ISBN: ۹۷۸-۹۶۴-۱۰-۲۱۶۵-۰

شابک:

قیمت: ۱۰۰۰۰۰ ریال

پیشگفتار

هدف اصلی من در این کتاب، تهیه منبعی برای دانشجویان دوره کارشناسی ورزش، علوم ورزشی و علوم تمرینی است. همچنین، این کتاب برای مربیان، معلمان و درمانگران تربیت بدنی نیز مفید است. بخش‌های اولیه کتاب شامل تعاریف و اندازه‌گیری است. در ادامه، نظریات کنترل ذکر خواهد شد و این که چگونه ما حرکات را کنترل می‌کنیم و چگونه این کار را یاد می‌گیریم. بخش‌هایی شامل رشد مهارت‌های حرکتی است؛ بخش مهمی که به ندرت در کنترل حرکت ذکر شده است. مثال‌هایی از تحقیقات جدید و مرتبط و بخش "مطالعات بیشتر"، نیز ارائه شده است. ضمناً، مناسب دیده شد که مثال‌های مربوط به انگلستان و اروپا را ذکر کنیم.

امیدواریم از خواندن این کتاب لذت ببرید و محتوای کتاب به رشد تمرین و دانش شما درباره ورزش، آموزش تربیت بدنی و توان بخشی بیفزاید.

قدردانی

از راشن هارتمن برای غلطگیری متن‌های اصلی و از هلن ترتن برای تهیه عکس‌های متعددی که در این کتاب آمده است، قدردانی می‌کنیم. همچنین، از لرا و نیکل برای حمایت و پشتکارشان در فراهم آمدن این اثر سپاسگزاریم.

نویسندگان

فهرست :

۳	پیشگفتار
۹	بخش اول : کنترل حرکتی چیست؟
۹	تعریف واژه‌ها
۱۲	مبدأ رشته
۱۳	محققان اصلی و نقاط عطف کنترل حرکتی
۱۵	چرا مطالعه کنترل حرکتی
۱۶	نتیجه‌گیری
۱۶	منابعی برای مطالعه بیشتر
۱۶	منابع
۱۸	بخش دوم : طبقه‌بندی مهارت
۱۸	تعریف واژه‌ها
۲۱	طبقه‌بندی مهارت از دیدگاه تکلیف
۲۶	طبقه‌بندی از دیدگاه کارایی اجرا
۲۹	اصطلاحات حرکتی
۳۲	نتیجه‌گیری
۳۳	منابعی برای مطالعه بیشتر
۳۴	منابع
۳۵	بخش سوم : اندازه‌گیری در کنترل حرکتی
۳۷	اندازه‌گیری نتیجه
۳۹	اندازه‌گیری اجرا
۴۵	اندازه‌گیری یادگیری
۴۸	اعتبار و روایی
۵۰	نتیجه‌گیری
۵۰	منابعی برای مطالعه بیشتر
۵۰	منابع
۵۲	بخش چهارم : نظریات کنترل
۵۳	نظریه بازتابی
۵۴	نظریه سلسله مراتبی
۵۷	نظریه سیستم‌های پویا
۶۱	نظریه بوم شناختی
۶۶	نظریه ساختار هماهنگ

۶۸	نتیجه‌گیری
۶۸	منابعی برای مطالعه بیشتر
۶۸	منابع
۷۲	بخش پنجم : پردازش اطلاعات
۷۳	مفاهیم پایه
۷۵	زمان عکس‌العمل و زمان حرکت
۷۵	زمان عکس‌العمل ساده، انتخابی، افتراقی و بازشناسی
۷۹	عوامل مؤثر بر زمان عکس‌العمل
۸۶	زمان حرکت و قانون فیتز
۸۷	پیش‌بینی
۸۹	نتیجه‌گیری
۹۰	منابعی برای مطالعه بیشتر
۹۰	منابع
۹۳	بخش ششم : موضوعات عصب شناختی
۹۴	دستگاه عصبی
۹۵	سلول عصبی
۹۷	دستگاه اعصاب مرکزی
۹۹	کنترل حرکت به وسیله مغز
۱۰۵	دستگاه اعصاب محیطی
۱۰۶	نتیجه‌گیری
۱۰۶	منابعی برای مطالعه بیشتر
۱۰۷	منابع
۱۰۸	بخش هفتم : مشارکت‌های حسی در کنترل
۱۰۸	گیرنده عمقی و حرکت
۱۱۲	نقش گیرنده عمقی
۱۱۴	اطلاعات بیرونی
۱۲۶	نتیجه‌گیری
۱۲۶	منابعی برای مطالعه بیشتر
۱۲۶	منابع
۱۳۰	بخش هشتم - نظریات یادگیری حرکتی
۱۳۰	نظریات یادگیری حرکتی
۱۳۲	نظریه حلقه بسته آدامز
۱۳۶	نظریه طرح‌واره اشمیت

۱۴۱	نظریه بوم شناختی
۱۴۲	نظریه محدودیت‌ها
۱۴۳	دیدگاه بوم شناختی
۱۴۴	نتیجه‌گیری
۱۴۵	منابعی برای مطالعه بیشتر
۱۴۵	منابع
۱۴۸	بخش نهم : مراحل یادگیری حرکتی
۱۴۹	مدل سه مرحله‌ای فیتز و پوسنر
۱۵۲	نظریه مرحله‌ای برن اشتاین
۱۶۰	مدل دو مرحله‌ای جناتیل
۱۶۳	نشانه‌های یادگیری
۱۶۵	نتیجه‌گیری
۱۶۵	منابعی برای مطالعه بیشتر
۱۶۵	منابع
۱۶۹	بخش دهم : حافظه
۱۷۰	مدل چند انباره‌ای اتکینسون و شیفرین
۱۷۸	مدل سطوح پردازش کرایک و لوکهارت
۱۸۰	فراموشی
۱۸۱	آسیب‌های حافظه
۱۸۱	بهبود حافظه
۱۸۳	نتیجه‌گیری
۱۸۳	منابعی برای مطالعه بیشتر
۱۸۴	منابع
۱۸۴	
۱۸۶	بخش یازدهم : مفاهیمی برای تمرین
۱۸۷	آنالیز تکلیف : خرد کردن تکلیف به بخش‌های تشکیل دهنده آن
۱۹۱	شرایط تمرین
۱۹۹	مفاهیم تغییرپذیری تمرین: تداخل زمینه‌ای
۲۰۷	نتیجه‌گیری
۲۰۷	منابع
۲۱۱	بخش دوازدهم : نقش و عملکرد بازخورد
۲۱۲	بازخورد افزوده چیست و چه کاری انجام می‌دهد؟ آیا واقعاً به آن نیازمندیم؟
۲۱۵	انواع بازخورد افزوده
۲۱۷	اشکال مختلف KP و KR

۲۲۳	ملاحظات مهم برای دادن بازخورد افزوده
۲۳۲	نتیجه‌گیری
۲۳۲	منابعی برای مطالعه بیشتر
۲۳۲	منابع
۲۳۵	بخش سیزدهم : رشد حرکتی
۲۳۷	دیدگاه‌های بالینی
۲۳۷	رفلکس‌ها
۲۴۴	فرایندهای زیربنایی رشد
۲۴۵	محدودیت توضیحات متخصصان بالیدگی
۲۴۷	دیدگاه شناختی به رشد حرکتی
۲۴۹	حرکات قالبی
۲۵۲	رویکرد سیستم‌های پویا به رشد حرکتی
۲۵۴	اکتشاف و انتخاب
۲۵۸	ادراک و عمل
۲۶۰	نتیجه‌گیری
۲۶۱	منابعی برای مطالعه بیشتر
۲۶۱	منابع
۲۶۵	بخش چهاردهم : رشد مهارت‌های حرکتی پایه
۲۶۵	دو سال اول
۲۶۶	دو تا هفت سالگی
۲۶۶	هفت سالگی تا بلوغ
۲۶۷	دوره بلوغ به بعد
۲۶۷	رشد قامت
۲۷۲	رشد جابه‌جایی
۲۷۸	رشد مهارت‌های دستی
۲۹۶	نتیجه‌گیری
۲۹۶	منابعی برای مطالعه بیشتر
۲۹۶	منابع