

شماره شصت و دوم از مجله فصلنامه ۱۵۱۰۳۴۶

کنکور کارشناسی ارشد

## یادگیری حرکتی

---

تألیف:

دکتر سید کاوس صالحی



انتشارات آزاده

● کلیه حقوق قانونی و شرعی برای ناشر محفوظ است.

● تکثیر تماماً یا قسمتی از این اثر به صورت حروفچینی، چاپ مجدد، چاپ افست، پلی‌کپی، فتوکپی و انواع دیگر چاپ ممنوع است.  
● این اثر مشمول قانون حمایت از مؤلفان، مصنفان و هنرمندان مصوب سال ۱۳۴۸ است، هر کس تمام یا قسمتی از این اثر را بدون اجازه ناشر، نشر، پخش یا عرضه کند مورد پیگرد قانونی قرار خواهد گرفت.



سری کتاب‌های راهنمای ارشد

انتشارات آزاده

کنکور کارشناسی ارشد یادگیری حرکتی

□ مؤلف: دکتر سید کاوس صالحی

□ ناظر فنی: چاپ: امیر بدوستانی

□ حروفچین: انتشارات آزاده

□ چاپ: ایران سر

□ تیراژ: ۲۰۰ نسخه

□ چاپ اول: تابستان ۱۳۹۲

□ ناشر: انتشارات آزاده

□ شابک: ۹۷۸-۶۰۱-۵۰۱-۹۱۷-۲

□ بها: ۳۷۰۰۰ تومان

مسئولیت مطالب کتاب به عهد مؤلف و حق چاپ و نشر برای ناشر محفوظ است.

● مرکز پخش: انتشارات آزاده - خیابان انقلاب، مقابل دانشگاه تهران (سویچ خورازی و خ دانشگاه)، جنب بانک ملت، پاساژ پلاک ۱۲۰۲، طبقه زیرهمکف - کدپستی ۱۳۱۴۷۵۴۷۱۳ - تلن: ۳۷۴ ۶۶۴۱ ۶۶۴۱۵۷۵۳ - دورنویس: ۶۶۴۱۴۵۱۰

|                     |                                                  |
|---------------------|--------------------------------------------------|
| سرشناسه             | : صالحی، سید کاوس                                |
| عنوان و پدیدآور     | : یادگیری حرکتی / مؤلف دکتر سید کاوس صالحی       |
| مشخصات نشر          | : تهران، آزاده، ۱۳۹۶.                            |
| مشخصات ظاهری        | : ۴۶۳ ص: مصور، جدول، نمودار.                     |
| فروست               | : کنکور کارشناسی ارشد. سری کتاب‌های راهیان ارشد. |
| شابک                | : ۹۷۸-۶۰۱-۵۰۱-۹۱۷-۲                              |
| وضعیت فهرست‌نویسی   | : فنیای مختصر                                    |
| رده‌بندی دیویی      | : ۳۷۸/۱۶۶۴                                       |
| شماره کتابشناسی ملی | : ۴۷۳۲۰۶۰                                        |

برای خرید online به آدرس زیر مراجعه کنید:

[www.rahianarshad.com](http://www.rahianarshad.com)

## یادداشت ناشر

«سری کتاب‌های آمادگی برای کنکور کارشناسی ارشد» در بیش از ۳۰۰ جلد، حاصل تلاش فراوان، دقت نظر و انتقال دانش و تجربه بیش از یکصد نفر از نیروهای جوان و متخصص با تحصیلات عالی دانشگاهی از دانشگاه‌های معتبر صنعتی امیرکبیر، علم و صنعت، صنعتی شریف و تهران با تجربه تدریس در دانشگاه‌ها و مؤسسات برکنکوری می‌باشد. در این مجموعه، سعی شده تا با بهره‌گیری از کادر فنی مجرب نشر، کیفیت کار را از نظر علمی، بالا برده و به ویژه از نظر حروفچینی و صفحه‌بندی متن، کتاب را نسبت به موارد مشابه متمایز نماید.

با توجه به نکات یاد شده، پیش‌بینی می‌شود که **راهیان کنکور کارشناسی ارشد** با مطالعه این مجموعه، ضمن صرفه‌جویی در وقت برای تهیه منابع معتبر، با مفاهیم و نکات ضروری مفیدی آشنا شوند که این مهم، با توجه به استقبال خوب و تماس‌های تشکرآمیز خوانندگان، محترم در این مدت، بر ما مشخص شد.

**راهیان ارشد** اولین سعی و تلاش به سبک خودمختار و بی‌ارائه مجموعه کاملی از بهترین خلاصه درس‌ها، نکات کاملاً ویژه کنکوری و تست‌های طبقه‌بندی شده موضوعی سال‌ها کنکور کارشناسی ارشد با پاسخ تشریحی براساس سرفصل‌های مصوب شورای عالی برنامه‌ریزی و همچنین سرفصل‌های متداول در دانشگاه‌ها، که به عنوان مرجعی معتبر برای استفاده داوطلبان کنکور دانشجوهای سراسری و آزاد (برای اولین بار) به بازار عرضه شده است.

انتشارات آزاده از کلیه عزیزانی که به هر نوعی در تولید و توزیع این مجموعه سهمی داشته‌اند صمیمانه تشکر و قدردانی می‌نماید و نیز کلیه کاستی‌ها و اشکالات موجود را برعهده می‌گیرد و به همین منظور و برای رفع آن‌ها، در انتظار دریافت نظرات انتقادی از استادان گرانقدر، دانشجویان و دیگر خوانندگان این مجموعه و حتی همکاران است.

مدیر انتشارات آزاده

جعفر بدوستانی

## درباره کتاب‌های «راهیان ارشد»

سری کتاب‌های آمادگی برای کنکور کارشناسی ارشد «راهیان ارشد» بی‌شک جزو اولین کتاب‌هایی هستند که در این زمینه به صورتی کامل طبقه‌بندی و تألیف گردیده‌اند.

لزوم تهیه این مجموعه، نیاز مبرم دانشجویان علاقمند به ادامه تحصیل و عدم دسترسی آنها به مراجع جامع و مفید علمی را، لذا بر آن شدیم تا با همراهی گروه مؤلفین دانشگاهی، سری کتاب‌های «راهیان ارشد» را منتشر نمائیم و در اختیار شما دانشجویان عزیز قرار دهیم. این انتشارات با کمک گروه مؤلفین که بیشتر از نخبگان و برگزینان دانشگاهی هستند، توانسته این کار بزرگ را به انجام برساند.

برای هر رشته، چند کتاب، مرتبط با دروس تخصصی آن رشته تهیه شده است. فصل‌های کتاب مطابق با سرفصل‌های آموزش عالی آمده و بر یک یا از آنها دارای سه بخش است:

**بخش اول:** خلاصه مطالب درس و بحث ویژه کنکور.

**بخش دوم:** تست‌های طبقه‌بندی شده، موضوعی کنکورهای سراسری و دانشگاه آزاد اسلامی.

**بخش سوم:** پاسخ تشریحی تست‌ها.

این مجموعه شامل تست‌های کنکور سراسری و آزاد و تألیفی به همراه پاسخ‌های تشریحی می‌باشد و هر سال پس از برگزاری آزمون‌ها، سؤالات به همراه پاسخ تشریحی در هر چاپ جدید به انتهای کتاب افزوده می‌شود.

از آنجایی که هیچ کتابی عاری از نقص نیست، از اساتید و دانشجویان دایمی تقاضا داریم اشتباهات احتمالی ما را همراه با انتقادات و پیشنهادات خود به نشانی ناشر ارسال کنند تا در چاپ‌های بعدی از آنها استفاده شود و امیدواریم این مجموعه با کمترین اشکال در اختیار داوطلبان محترم قرار گیرد.

ارزش معنوی این اثر را به روان پاک خواهرم  
سیده مینا السادات صالحی تقدیم می‌کنم و خدا  
را قسم می‌دهم که اگر ذره‌ای معنویت در  
نگارش این کتاب وجود دارد، آن را مایه  
آرامش ایشان در سرای ابدی قرار دهد.

## مقدمه مؤلف

یکی از دغدغه‌های اصلی دانشجویان دانشگاه‌ها ادامه تحصیل آنها در دوره‌های آموزشی کارشناسی ارشد و دکتری تخصصی (PhD) است. بر این اساس برای رسیدن به این مهم وجود منابع تخصصی معتبر و مفید ضروری می‌باشد. با توجه به یادگیری گسترده‌ی منابع در رشته تربیت بدنی بر آن شدیم تا در جهت خدمت به دانشجویان راه علم کتاب‌های یادگیری حرکتی ویژه داوطلبان تحصیلات تکمیلی و آزمون کارشناسی ارشد را به همراه سؤالات و تست‌های طرح‌بندی شده به رشته تحریر درآوریم. متأسفانه منابع رفتار حرکتی به حدی سنگین ترجمه شدند که هم درک آنها برای دانشجویان مشکل است و هم بسیار خشک و غیره مجذوب هستند. لذا جهت رفع این مشکل در این کتاب مباحث یادگیری حرکتی به زبانی ساده و قابل فهم تدریس و بر نکات مهم و کنکوری تأکید شده است. از آنجا که طراحان سؤال در آزمون‌های کارشناسی ارشد و دکتری به طراحی سؤالات کاملاً مفهومی و دارای بار معنایی می‌پردازند، لذا در این کتاب سعی شده است که ضمن توضیح مباحث، مفهوم عبارت‌های مهم در قالب نکات کنکوری پیشرفته مطرح شوند. همچنین برای فهم بیشتر مطالب، تست‌های طبقه‌بندی شده ذکر شده است. از ویژگی‌های منحصر به فرد این کتاب جامع بودن و سادگی بیان آن است به طوری که در نگارش آن از منابع معتبر و مورد استفاده شده که مرجع کنکور تحصیلات تکمیلی می‌باشند، لازم به ذکر است که علاقمندان و داوطلبان می‌توانند جهت کسب اطلاعات و سؤالات بیشتر به کتاب یادگیری و کنترل حرکتی ویژه کنکور دکتری از همین مؤلف، و همین ناشر مراجعه کنند.

امید است این مجموعه گامی مؤثر در یادگیری مباحث یادگیری حرکتی و قبولی شما در آزمون کارشناسی ارشد و دکتری رفتار حرکتی باشد.

شایسته است از مدیریت انتشارات آزاده و همکاران ایشان به خاطر چاپ این مجموعه کمال تشکر و قدردانی داشته باشیم.

در پایان از همه داوطلبان، دانشجویان و اساتید خواهشمندم که نظرات، انتقادات و پیشنهادات خود را به آدرس پست الکترونیکی [SK.safchi@yahoo.com](mailto:SK.safchi@yahoo.com) ارسال کنند تا در چاپ‌های بعدی در کتاب اعمال شود.

سید کاوس صالحی

تابستان ۱۳۹۶

## فهرست مطالب

|          |                                                  |
|----------|--------------------------------------------------|
| ۹.....   | فصل اول: طبقه‌بندی مهارت‌های حرکتی.....          |
| ۳۳.....  | سؤالات فصل اول.....                              |
| ۳۷.....  | پاسخ سؤالات فصل اول.....                         |
| ۴۹.....  | فصل دوم: روش‌شناسی مطالعه عملکرد حرکتی.....      |
| ۵۰.....  | سؤالات فصل دوم.....                              |
| ۵۳.....  | پاسخ سؤالات فصل دوم.....                         |
| ۵۵.....  | فصل سوم: پردازش اطلاعات و تصمیم‌گیری.....        |
| ۱۱۱..... | سؤالات فصل سوم.....                              |
| ۱۱۸..... | پاسخ سؤالات فصل سوم.....                         |
| ۱۳۱..... | فصل چهارم: کمک‌های حسی به مهارت‌ها.....          |
| ۱۵۷..... | سؤالات فصل چهارم.....                            |
| ۱۶۲..... | پاسخ سؤالات فصل چهارم.....                       |
| ۱۶۵..... | فصل پنجم: تولید حرکت و برنامه حرکتی.....         |
| ۱۸۶..... | سؤالات فصل پنجم.....                             |
| ۱۸۹..... | پاسخ سؤالات فصل پنجم.....                        |
| ۱۹۱..... | فصل ششم: تفاوت‌های فردی و توانایی‌های حرکتی..... |
| ۲۱۱..... | سؤالات فصل ششم.....                              |
| ۲۱۵..... | پاسخ سؤالات فصل ششم.....                         |
| ۲۱۷..... | فصل هفتم: اصول کنترل حرکتی و دقت حرکتی.....      |
| ۲۳۴..... | سؤالات فصل هفتم.....                             |
| ۲۳۷..... | پاسخ سؤالات فصل هفتم.....                        |
| ۲۳۹..... | فصل هشتم: مفاهیم یادگیری حرکتی.....              |
| ۲۵۸..... | سؤالات فصل هشتم.....                             |
| ۲۶۲..... | پاسخ سؤالات فصل هشتم.....                        |
| ۲۶۵..... | فصل نهم: آمادگی برای تجربه یادگیری.....          |
| ۲۸۷..... | سؤالات فصل نهم.....                              |
| ۲۹۱..... | پاسخ سؤالات فصل نهم.....                         |
| ۲۹۳..... | فصل دهم: تکمیل تجربیات یادگیری.....              |
| ۳۲۰..... | سؤالات فصل دهم.....                              |
| ۳۲۶..... | پاسخ سؤالات فصل دهم.....                         |

|          |                                                               |
|----------|---------------------------------------------------------------|
| ۳۲۹..... | فصل یازدهم: شرایط تمرین.....                                  |
| ۳۳۹..... | سؤالات فصل یازدهم.....                                        |
| ۳۵۳..... | پاسخ سؤالات فصل یازدهم.....                                   |
| ۳۵۵..... | فصل دوازدهم: بازخورد برای یادگیری مهارت - بازخورد افزوده..... |
| ۳۸۷..... | سؤالات فصل دوازدهم.....                                       |
| ۳۹۳..... | پاسخ سؤالات فصل دوازدهم.....                                  |
| ۳۹۵..... | فصل سیزدهم: دیدگاه‌های نظری یادگیری حرکتی.....                |
| ۴۱۲..... | سؤالات فصل سیزدهم.....                                        |
| ۴۱۴..... | پاسخ سؤالات فصل سیزدهم.....                                   |
| ۴۱۵..... | فصل چهاردهم: یادداری و انتقال.....                            |
| ۴۳۲..... | سؤالات فصل چهاردهم.....                                       |
| ۴۳۴..... | پاسخ سؤالات فصل چهاردهم.....                                  |
| ۴۳۵..... | فهرست منابع.....                                              |
| ۴۳۷..... | سؤالات کنکور کارشناسی ارشد سراسری از سال ۱۳۹۰ به بعد.....     |