

فعالیت‌های ادراکی - حرکتی برای کودکان

راهنمایی برای ایجاد مهارت‌های جسمانی و شناختی

۱۴۳۷۹۸۰

جیل ای. جانسون

مولی رامون

ترجم

دکتر الهام خواجه‌زاده

استادیار دانشگاه شهید بهشتی

سرشناسه	: جانستون، جیل ا. Johnstone, Jill A.
عنوان و نام پدیدآور	: فعالیت‌های ادراکی-حرکتی برای کودکان: راهنمایی برای ایجاد مهارت‌های جسمانی و شناختی / جیل‌ای جانسون، مولی رامون؛ مترجم الهام عظیم‌زاده.
مشخصات نشر	: تهران: پادینا، ۱۳۹۶.
مشخصات ظاهری	: ۱۴ص: مصور، جدول، نمودار.
شابک	: ۲۲۰۰۰ ریال 978-600-8588-02-3
وضعیت فهرست نویسی	: فیبا
یادداشت	: عنوان اصلی: Perceptual-motor activities for children : an evidence-based .guide to building physical and cognitive skills ,c2011
عنوان دیگر	: راهنمایی برای ایجاد مهارت‌های جسمانی و شناختی.
شناسا - بروده	: رامون، مالی / Ramon, Molly
شماره آفرده	: عظیم‌زاده، الهام، ۱۳۵۹ - مترجم
رده بندی کنگره	: ۱۳۹۵ ق۲/ج۱۰۶۷ LB۱۰۶۷
رده بندی دیویر	: ۳۷۰/۱۵۵
شماره کتابشنا - مل	: ۴۳۷۰۰۶۳



فعالیت‌های حرکتی - حرکتی برای کودکان

راهنمایی برای ایجاد مهارت‌های جسمانی و شناختی

تألیف: جیل ای. جانسون و مولی رامون

مترجم: دکتر الهام عظیم‌زاده

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۸۵۸۸-۰۲-۳

ناشر: انتشارات پادینا

طراحی جلد و صفحه آرایی: انتشارات پادینا

شمارگان: ۵۰۰ جلد نوبت چاپ: اول ۱۳۹۶

چاپ و صحافی: واژه

قیمت: ۲۲۰۰۰ تومان

تلفن: ۰۲۱۷۷۴۲۱۷۵۷ همراه: ۰۹۱۲۵۰۸۸۳۸۱ www.padinapub.com

Email: padina.pub@gmail.com

فهرست مطالب

۷	مقدمه نویسندگان
۸	چرا کودکان به تجربیات ادراکی - حرکتی نیاز دارند؟
۱۰	آزمایشگاه یادگیری ادراکی - حرکتی چیست؟
۱۱	استفاده از این راهنما برای ایجاد آزمایشگاه یادگیری ادراکی - حرکتی
۱۲	منابع اینترنتی
۱۵	فصل اول : ایجاد یک آزمایشگاه یادگیری ادراکی - حرکتی
۱۵	برنامه‌ریزی برای آزمایشگاه
۱۷	آماده سازی تجربه زات
۲۰	مت
۲۱	مت لیلی
۲۲	مت نردبانی
۲۳	مت لیلی، جهش و پرش
۲۴	مت دیواری
۲۵	چوب جادویی
۲۶	غریبالگری دانشآموزان
۲۹	ثبت ارزیابی مهارت: یورتمه رفتن
۳۰	آزمایشات حرکات جابه‌جایی
۳۲	آزمایشات کنترل شیء
۳۴	آزمایشات تعادل
۳۴	تعادل پویا
۳۴	تعادل ایستا
۳۴	مدیریت آزمایشگاه
۳۷	ارزیابی پیشرفت
۳۹	خلاصه
۴۱	فصل دوم: فعالیت‌های دوطرفه
۴۲	هفته ۱
۵۳	هفته ۲
۶۳	هفته ۳
۷۲	هفته ۴
۸۴	هفته ۵
۹۵	هفته ۶
۱۰۶	هفته ۷

۱۱۵.....	هفته ۸.....
۱۲۷.....	فصل سوم: فعالیت‌های یک طرفه.....
۱۲۹.....	فعالیت‌های یک طرفه.....
۱۲۹.....	هفته ۱.....
۱۴۱.....	هفته ۲.....
۱۴۹.....	هفته ۳.....
۱۵۸.....	هفته ۴.....
۱۶۶.....	هفته ۵.....
۱۷۶.....	هفته ۶.....
۱۸۷.....	هفته ۷.....
۱۹۷.....	هفته ۸.....
۲۰۹.....	فصل چهارم: فعالیت‌های متقاطع.....
۲۱۰.....	هفته ۱.....
۲۲۰.....	هفته ۲.....
۲۳۱.....	هفته ۳.....
۲۴۱.....	هفته ۴.....
۲۵۲.....	هفته ۵.....
۲۶۳.....	هفته ۶.....
۲۷۴.....	هفته ۷.....
۲۸۴.....	هفته ۸.....
۲۹۱.....	هفته ۸.....
۲۹۵.....	فصل پنجم: فعالیت‌های ترکیبی.....
۲۹۶.....	فعالیت دو طرفی.....
۲۹۶.....	هفته ۱.....
۲۹۶.....	ایستگاه ۱.....
۲۹۷.....	فعالیت دو طرفه.....
۲۹۷.....	هفته ۱.....
۲۹۷.....	ایستگاه ۲.....
۲۹۹.....	فعالیت متقاطع.....
۲۹۹.....	هفته ۱.....
۲۹۹.....	ایستگاه ۳.....
۳۰۱.....	فعالیت متقاطع.....
۳۰۱.....	هفته ۱.....
۳۰۱.....	ایستگاه ۴.....

۳۰۲.....	فعالیت یک طرفه.....
۳۰۲.....	هفته ۱.....
۳۰۲.....	ایستگاه ۵.....
۳۰۴.....	فعالیت یک طرفه.....
۳۰۴.....	هفته ۱.....
۳۰۴.....	ایستگاه ۶.....
۳۰۶.....	فعالیت دو طرفه: تمرین با مانع.....
۳۰۶.....	هفته ۱.....
۳۰۶.....	ایستگاه ۷.....
۳۰۸.....	فعالیت متقاطع تمرین با مانع.....
۳۰۸.....	هفته ۱.....
۳۰۸.....	ایستگاه ۸.....
۳۱۱.....	واژه‌نامه.....
۳۱۲.....	درباره نویسندگان.....

مقدمه نویسندگان

مربانی که می‌خواهند به دانش‌آموزان در جهت پرورش کامل توانایی‌های بالقوه‌شان کمک کنند، بایستی کن‌وجود کودک را با پرداختن به نیازهای جسمی، ذهنی و عاطفی او پرورش دهند. بسیاری از برنامه‌ها در دبستان‌ها بر پرورش عاطفی و تحصیلی تمرکز دارند، اما چه تعداد به رشد جسمانی کودکان توجه دارند؟

بسیار واضح است که بی‌توجهی به رشد جسمانی کودکان، بی‌توجهی به آنها است. در واقع، تحقیقات نشان می‌دهند برنامه‌هایی که بر رشد جسمانی کودک تمرکز دارند، نه تنها سلامت جسمانی، بلکه سلامت تحصیلی و عاطفی او را نیز بهبود می‌بخشند.

ما به‌عنوان معلمان تربیت بدنی ابتدایی چنین برنامه‌ای را ایجاد کردیم - یک آزمایشگاه یادگیری ادراکی-حرکتی. ما در کارگاه‌های آموزشی شرکت کردیم، با متخصصان در این زمینه ارتباط برقرار کرده و در این زمینه تحقیق کردیم. سپس برای آزمایشگاه یادگیری ادراکی-حرکتی، طرحی ساخته و آن را در مدرسه خود اجرا کردیم. ۶ سال گذشته، ما از این برنامه استفاده کرده و پیوسته آن را تصحیح کرده و بهبود بخشیده‌ایم و این برنامه چنان موفق بوده است که در ۴۵ مدرسه دیگر هم استفاده شده است! مثال زیر را در نظر بگیرید.

در سال تحصیلی ۲۰۰۷-۲۰۰۸، کلاسهای تربیت بدنی مهدکودک ما شامل پسران دوقلو بود. هر یک از دوقلوها، که به خاطر داستانمان آنها را آلن و بنی خطاب خواهیم کرد، معلمان متفاوتی داشتند. با تماشای رفتارهای دوقلوها نسبت به دوستانشان در یک محیط تربیت بدنی معمولی، مشاهده کردیم که آلن، قل‌برتر، از لحاظ اجتماعی جلوتر از بنی بود. وقتی پسرها را در آزمایشگاه حرکتی مورد آزمون قرار دادیم، دریافتیم که آلن ۱۹ امتیاز بیشتر از بنی در آزمون مهارت‌های حرکتی درشت به دست آورد. هر دوی پسرها هنوز هم در حال پیشرفت در آزمون آمادگی خواندن بودند، اما امتیاز پایین بنی در مهارت حرکتی درشت او را دارای شرایط لازم برای آزمایشگاه ما کرد، در حالیکه امتیاز آلن اینطور نبود.

در انتهای برنامه‌ی ۳۲ هفته‌ای ما، نتایج آمادگی خواندن به والدین داده شد، و مادر دوقلوها با نگرانی به مدرسه مراجعه کرد. در حالی که بنی در آزمون آمادگی خواندن موفق بود و نمراتش را در آزمون مهارت‌های حرکتی درشت به خوبی بهبود بخشیده بود، اما نمرات آلن به همان شکل باقی مانده بود. در نتیجه، مادر این پسرها از توانایی معلم آنها انتقاد کرد.

وقتی این موضوع با مدیر مدرسه در میان گذاشته شد، از ما خواسته شد تا نمرات پیش و پس آزمون آنها را بررسی کنیم، و دریافتیم که بنی با ۵۲ امتیاز پیشرفت کرده است. وقتی از دوقلوها برای مهارت‌های حرکتی درشت پیش آزمون گرفته شد آلن، امتیاز ۹۱ و بنی، امتیاز ۷۲ بدست آورد. این نمرات به ما نشان داد که بنی در مهارت‌های کنترل اشیاء و جابجایی دست کودک سه ساله یا کمتر عمل می‌کرد، در حالیکه آلن در سطح مناسب سن خود عمل می‌کرد. وقتی از دوقلوها پس آزمون گرفته شد (برای پرهیز از سوگیری توسط استادی دانش‌آموز تکرزاس سان آنتونیو)، امتیاز بنی از ۷۲ به ۱۲۴ افزایش یافت، اما امتیاز آلن ۹۱ باقی ماند. به علاوه، بنی در امتحان آمادگی خواندن قبول شد، اما آلن موفق نشد.

مدیر به مادر دوقلوها در مورد حرکت بنی در آزمایشگاه ما یادآوری کرد، و در مورد پیشرفت‌های بنی با هم صحبت کردند. در ادامه با اطلاع داد که یک تغییر نقش در رفتار دوقلوها وجود داشته است. بنی "قل آلفا" شد و در رفتن آلن هنوز هم سعی می‌کند به او برسد.

این تنها یکی از داستان‌های موفقیت کودکان در آزمایشگاه ماست. مقایسه‌ی دو کودک دوقلو که در یک محیط و توسط والدینی یکسان تربیت شده بودند، قابل استناد است. ما فعالیت‌های ادراکی-حرکتی برای کودکان را تالیف کردیم تا شما هم به نتایج مشابهی در کلاس خودتان دست یابید. این راهنمای استفاده‌ی آسان، به شما نشان می‌دهد چگونه می‌توانید آزمایشگاه یادگیری ادراکی-حرکتی خودتان را با استفاده از تجهیزاتی که در اختیار دارید و یا تهیه می‌کنید، طراحی کنید. کمی نیاز به تلاش دارد اما بیشتر آن لذت بخش است (برای مثال، درست کردن تشک‌های مخصوص و ایجاد ایستگاه‌های فعالیت). البته برای این کار به کمک نیاز دارید، اما داوطلبانی که به تاثیر این برنامه واقفند، می‌توانند به سمت این فعالیت کشیده شوند- فعالیتی که می‌تواند زندگی کودکانی که به آنها تدریس می‌کنید را تغییر دهد.

چرا کودکان به تجربیات ادراکی-حرکتی نیاز دارند؟

مهارت‌های ادراکی-حرکتی این امکان را فراهم می‌کنند تا اطلاعات حسی به‌درستی دریافت شده و با واکنش مناسب ادراک شوند. واژه "ادراکی" به دریافت اطلاعات و واژه "حرکتی" به نتیجه‌ی حرکت اشاره می‌کند. بنابراین، فعالیت‌های ادراکی-حرکتی از کودکان می‌خواهد

تا جسم و ذهنشان را با هم برای انجام کارها استفاده کنند- برای مثال، راه رفتن بر روی میله موازنه همراه با خواندن الفبا.

در این مورد فکر کنید. برای داشتن عملکرد خوب در مدرسه، کودکان بایستی کارهایی را انجام دهند که ذهن و عضلاتشان را به صورت گروهی به کار بیندازد. در واقع، تمام مهارت‌های ارتباطی-خواندن، نوشتن، صحبت کردن و اشارات و حرکات- توانایی‌های مبتنی بر حرکت هستند. ما اغلب فکرمی‌کنیم که اینها مهارت‌های علمی هستند، اما برای مثال، در یادگیری برای نوشتن، کودک نه تنها باید الفبا را بداند و یاد بگیرد که چگونه کلمات از ترکیب حروف به وجود می‌آیند، بلکه باید این دانش را با گرفتن، حرکت دادن و ثابت نگه داشتن مداد به عمل تبدیل کند. در حالی که از ادراک (بینایی) برای انطباق حرکاتش برای ایجاد الگوی صحیح استفاده می‌کند. برای این کودک یاد بگیرد، ذهن و جسم باید با هم کار کنند.

شرکت در فعالیت‌های ادراکی-حرکتی دانش‌آموزان را قادر می‌سازد تا سطح بالایی از کنترل جسمانی داشته باشند و آنها را تشویق می‌کند تا تلاش بیشتری در تمام زمینه‌های درسی داشته باشند. دانش‌آموزان جوانی که مهارت‌های ادراکی-حرکتی کافی دارند، از هماهنگی بهتر، آگاهی بدنی بیشتر، مهارت‌های ذهنی-تفویزی و تصویر ذهنی مثبت‌تری بهره می‌برند. در مقابل، دانش‌آموزانی که با کمبود این مهارت‌ها مواجه‌اند، در هماهنگی مشکل دارند، آگاهی بدنی ضعیف و اعتماد به نفس کمتری دارند. تحقیقات همچنین نشان داده‌اند رشد ادراکی-حرکتی برای رشد مسیرهای مغزی که نیمکره‌های راست و چپ را قطع می‌کنند، بسیار مهم است. به همین علت، دانش‌آموزانی که در رشد ادراکی-حرکتی ضعیف هستند، اغلب در یادگیری خواندن و نوشتن در مقطع ابتدایی مشکل دارند. افزایش توانایی حرکتی درشت با استفاده از برتری جانبی برای کمک به بهبود مسیرهای عصبی در مغز توانایی کودک برای خواندن و نوشتن را افزایش می‌دهد. خواندن و نوشتن مهارت‌های مبتنی بر حرکت هستند که در آن باید جسم و ذهن با هم کار کنند. دانش‌آموزانی که در موقعیت‌های حرکتی مناسب (مانند دویدن، پریدن، پرتاب کردن، دریافت کردن) قرار نگرفته‌اند، احتمالاً با مشکلات شناختی روبرو خواهند شد زیرا این مسیرها در مغز رشد نکرده‌اند. بهترین زمان برای رشد این مسیرها سنین ۳ تا ۶ سالگی است.

فعالیت‌های ادراکی-حرکتی، یک روش تایید شده برای بهبود سلامت و یادگیری کودکان در همه ابعاد فراهم می‌کند. همچنین، تحقیق ما نشان می‌دهد که دانش‌آموزانی که در برنامه‌ی ما شرکت کردند در تمامی زمینه‌های یادگیری پیشرفت‌های چشم‌گیری از خود نشان دادند.

تامین نیازهای حرکتی درشت یک کودک آمادگی تحصیلی و رفتار کلی او را بهبود می‌بخشد. همچنین دانش‌آموزان ما که دارای ناتوانی‌های یادگیری بودند نیز پیشرفتهایی را نشان دادند که به آنها کمک کرد تا به توانایی‌های بالقوه‌ی خود دست پیدا کنند. برای مثال، در سال ۲۰۰۹، یک دانش‌آموز پایه‌ی اول که کاملاً بی‌کلام بود، از سوی گفتار درمان دانشکده به برنامه‌ی ما پیوست. در پایان سال، او می‌توانست بخواند، بنویسد و با جملات کامل صحبت کند. او عملکرد تحصیلی خود را بهبود بخشید و در تعاملات اجتماعی با همکلاسی‌هایش خودکنترلی بیشتری داشت. این دانش‌آموز با حرکت و یادگیری به‌طور همزمان، اتصالاتی در مغز، ایجاد کرد و مسیرهای عصبی را به‌وجود آورد. بنابراین موفقیت تحصیلی و اعتماد به نفسش را افزایش داد.

فعالیت‌های بسازمان باعث ایجاد مسیرهای عصبی می‌شود- اتصالاتی که از آن اطلاعات به مغز می‌روند- کودک که مغزش مسیرهای عصبی بیشتری دارد، توانایی یادگیری آسان‌تری دارد. مهم است که ما به رشد مهارت‌های ادراکی- حرکتی کودکان کمک کنیم. این مهارت‌ها برای آماده کردن مغز کودک برای یادگیری ضروری هستند؛ وقتی یک کودک آنها را به‌درستی پرورش نمی‌دهد در یادگیری مهارت‌های پایه تحصیلی خواندن و نوشتن مشکل خواهد داشت. بنابراین کودکی که مهارت‌های ادراکی- حرکتی کافی دارد، آمادگی بیشتری برای یادگیری داشته و از هماهنگی با خودپندار بهتری بهره‌مند خواهد شد. تجربیات ادراکی- حرکتی، پایه‌ی قوی برای یادگیری تحصیلی است. فرد به‌شمار می‌رود. مداخله‌ی زودهنگام بسیار مهم است!

آزمایشگاه یادگیری ادراکی- حرکتی چیست؟

آزمایشگاه یادگیری ادراکی- حرکتی یک برنامه‌ی ۳۲ هفته‌ای از فعالیت‌های ایستگاهی پی- درپی به‌منظور بهبود رشد یادگیری ادراکی- حرکتی کودک جهت تامین نیازهای تحصیلی او در یادگیری دوره‌ی جوانی است. این برنامه به نمو جسمانی می‌پردازد و برای رشد مهارت‌های حرکتی فردی در دانش‌آموزان جوان که در این زمینه‌ی مهم رشدی دچار تاخیر هستند، طراحی شده است. برنامه‌ی آزمایشگاه یادگیری ادراکی- حرکتی، به دانش‌آموزان جوان اجازه می‌دهد تا در مهارت‌های حرکتی درشت از طریق فعالیت‌هایی که معنادار و هدفمند هستند و در قالب هشت مرحله با استفاده از انواع تجهیزات معمولی شرکت کنند. ۸ هفته‌ی اول شامل فعالیت‌های دو طرفه است، ۸ هفته‌ی دوم به فعالیت‌های یک‌طرفه می‌پردازد، و ۸ هفته‌ی سوم شامل فعالیت‌های متقاطع می‌باشد. ۸ هفته‌ی آخر به ایستگاه‌هایی اختصاص دارد که

انواع برتری جانبی‌ها را درگیر می‌کند. دانش‌آموزان حداقل چهار بار در هفته به مدت ۳۰ دقیقه در این جلسات شرکت می‌کنند.

این برنامه شامل مداخله در عناصر رشد ادراکی-حرکتی ذیل است:

- برتری جانبی (از طریق فعالیت‌های یک طرفه، دو طرفه و متقاطع)
- تعادل
- تصویر بدنی
- ردیابی
- ارتباط فضایی
- مهارت‌های جابه‌جایی (مثلاً راه رفتن، دویدن، پریدن، لی‌لی کردن، تاختن، جستن)
- مهارت‌های دست‌آرد (مثلاً بالا انداختن، دریافت کردن، دریل کردن، شوت زدن، پرتاب کردن، غلتیدن)

برنامه با یک فرآیند غربال‌گری برای ارزیابی سطح کنونی رشد حرکتی درشت کودک و آمادگی خواندن او شروع می‌شود. این غربال‌گری، دانش‌آموزانی که بیشتر در معرض خطر هستند را شناسایی کرده و پایه‌ای را برای انجام پیشرفت آنها پس از تکمیل این برنامه ایجاد می‌کند. در پایان برنامه، انتظار می‌رود که شرکت‌کنندگان پیشرفت‌هایی در رشد ادراکی-حرکتی و آمادگی تحصیلی نشان دهند. ما این پیشرفت‌ها را با بررسی و ارجاع متقابل امتیازات از یک ارزیابی خواندن که توسط معلم گرفته شده و یک ارزیابی حرکتی درشت که توسط مربی تربیت بدنی و یا مربی آزمایشگاه انجام شده، تعیین می‌کنیم. مقایسه امتیازات شرکت‌کنندگان برنامه‌ی ما (دانش‌آموزان آزمایشگاه حرکتی ما) در مقایسه با گروه کنترل (تمامی مهدکودک‌های دیگر) موفقیت آزمایشگاه ما را نشان می‌دهد. آزمایشگاه شما هم موفق خواهد شد!

استفاده از این راهنما برای ایجاد آزمایشگاه یادگیری ادراکی-حرکتی

این کتاب و منابع اینترنتی به شما در تکرار موفقیت ما در محیط آموزشی خودتان کمک می‌کند. اگرچه برنامه در اصل مختص معلمان ابتدایی است، اما اصول آن می‌تواند برای محیط‌های کوچک‌تر مانند پیش دبستانی‌ها و یا مهدکودک‌ها نیز استفاده شود.

فصل ۱ اطلاعات مقدماتی و اساسی که برای اجرا و کاربرد آزمایشگاه یادگیری ادراکی-حرکتی نیاز دارید را فراهم می‌کند. از حمایت اجرایی تا ساختن ایستگاه‌ها و ارزیابی پیشرفت

شرکت‌کنندگان، این فصل به چه کسی، چه چیز، چه زمان، کجا و چرایی اجرای برنامه اشاره می‌کند. این فصل دارای یک آزمون ساده ارزیابی مهارت است - شامل تصاویری از روش صحیح و یک ورقه‌ی ثبت - که می‌توان به عنوان یک ابزار غربال‌گری استفاده کرد.

فصل دو تا پنج، ۲۰۰ فعالیت ایستگاهی مصور را برای استفاده در آزمایشگاه یادگیری ادراکی- حرکتی نشان می‌دهد. آزمایشگاه با فعالیت‌های دوطرفه (فصل ۲) آغاز می‌شود که دانش-آموزان در آن باید از دو طرف بدن برای انجام یک کار به‌طور همزمان استفاده کنند. فصل ۳ بر فعالیت‌های برتری یک طرفه تمرکز دارد، که در آن دانش‌آموزان بر استفاده از یک طرف بدن تمرکز می‌کنند. فصل ۴ به فعالیت‌های برتری متقاطع می‌پردازد، که از دانش‌آموزان می‌خواهد تا فعالیت‌هایی را انجام دهند که از خط میانی بدن عبور می‌کنند. فصل ۵ برنامه را با فعالیت‌هایی که تمام برتری‌های جانبی را ترکیب می‌کند به پایان می‌رساند. فصل‌های ۲ تا ۴ شامل ۸ هفته فعالیت در هشت ایستگاه هستند. فصل ۵ فعالیت‌های پایانی را فراهم می‌کند (برای ۸ هفته پایانی) و جمع‌بندی برای برنامه‌ی ۳۲ هفته‌ای. هفته‌ی اول برتری-های جانبی ترکیبی به عنوان نمونه آورده شده است، اما می‌تواند برای دو هفته استفاده شود. اگر زمان اجازه دهد، مربیان می‌توانند به‌گردند و فعالیت‌های مورد علاقه‌شان را در ایستگاه‌ها ترکیب کنند.

فعالیت‌ها کوتاه بوده و تنظیمات آنها برای اجرا آسان است، و از تجهیزاتی استفاده می‌کند که برای دانش‌آموزان ایجاد علاقه و انگیزه می‌کند. این فعالیت‌ها مهارت‌های تحصیلی را به شکل کارت-های یادگیری فعال به کار می‌گیرند، که حروف، افعال، صواب، اعداد و کلمات مشاهده‌ای را نشان می‌دهند. این کارت‌های تمام رنگی می‌توانند از منابع اینترنتی که به همراه این کتاب هستند چاپ شوند و در غلاف‌های شفاف بر روی مخروط‌ها یا کارت‌ها قرار داده شوند. دانش‌آموزان همزمان با اجرای فعالیت‌ها با مخروط یا مت، آنچه را که بر روی کارت‌ها نشان داده می‌شود را بیان می‌کنند، که باعث می‌شود ذهن و عضلات به‌طور همزمان درگیر شوند.

منابع اینترنتی

منابع اینترنتی که به همراه این کتاب است در سایت

قابل www.HumanKinetics.com/PerceptualMotorActivitiesForChildren

دسترسی است و شامل موارد زیر است که می‌توانید در برنامه‌ی آزمایشگاه یادگیری ادراکی- حرکتی استفاده کنید:

- مجموعه‌ی کاملی از کارت‌های یادگیری فعال که قابل چاپ و استفاده در فعالیت‌های ایستگاهی هستند.
- کارت‌های فعالیت برای هر فعالیت در آزمایشگاه یادگیری ادراکی- حرکتی (هر فعالیت ایستگاهی به شکل کارت فعالیت در کتاب و منابع اینترنتی ارائه می‌شود. شما می‌توانید کارت‌های فعالیت را از منابع اینترنتی پرینت بگیرید تا به شما و سایر همکاران در برپایی ایستگاه‌ها کمک کند و اجرای دانش‌آموزان را در حین انجام فعالیت‌ها بررسی کنید).
- فعالیت‌های ادراکی- حرکتی فوق‌العاده که در کتاب وجود ندارند (ما یک برنامه‌ی درسی با استفاده از مقواها و کارت‌های یادگیری فعال ایجاد کرده‌ایم. این فعالیت‌ها همچنین می‌توانند در محیط ایستگاهی کلاسی استفاده شوند. اکثر کلاس‌های یادگیری او به شام ایستگاه‌ها هستند و برنامه‌ی درسی با مت یک روش هیجان- انگیز برای ترکیب حرکت و یادگیری در محیط کلاس است. مت‌ها همچنین می‌توانند به عنوان جایگزینی باشد برای کمبود تجهیزات و امکانات، زیرا این مت‌ها به راحتی ساخته می‌شوند، برپا شده و تنظیم می‌شوند).
- برگه‌ی ثبت ارزیابی مهارت برای داده‌ی بال‌گری
- دستورالعمل‌هایی برای ساختن مت‌ها و سایر تجهیزات برای استفاده در آزمایشگاه
- یادداشتی که می‌توانید برای والدین دانش‌آموزی که می‌خواهید در برنامه شرکت دهید بفرستید.
- کارت‌های کف اتاق برای استفاده در فعالیت‌های صفات ۹۹ تا ۱۰۰
- موزیک ایستگاهی که می‌توانید دانلود کنید و در طول فعالیت‌های آزمایشگاهی برای فعال نگه داشتن دانش‌آموزان و علامت دادن به آنها برای حرکت به ایستگاه جدید استفاده کنید.

امیدواریم به شما کمک کرده باشیم تا به دانش‌آموزان جوان، شانشی برای برتر بودنشان از طریق فراهم کردن فرصت‌ها - در آزمایشگاه حرکتی- بدهید تا از لحاظ جسمی، اجتماعی، عاطفی و ذهنی رشد کنند. نتایجی را که ما در آزمایشگاه‌های یادگیری ادراکی- حرکتی و آنهایی که بر اساس آن ساخته شده‌اند، مشاهده کردیم، خود بیانگر همه چیز هستند. ما این کتاب و منابع اینترنتی را به عنوان یک راهنمای مورد اطمینان برای ایجاد یک برنامه که به شما کمک خواهد کرد تا دانش‌آموزان را برای یک یادگیری مادام‌العمر آماده کنید ارائه می‌کنیم.