



وزارت علوم، تحقیقات و فناوری
پرونده‌های تربیت بدنی و علوم ورزشی

دینامیک اکتساب مهارت

با رویکرد مبتنی بر قیود

Keith Davids, PhD

Queensland University of Technology, Australia

Chris Button PhD

University of Otago, New Zealand

Simon Beal PhD

Liverpool John Moores University, United Kingdom

مترجمان:

زننده یاد دکتر احمد فرخی (دانشیار دانشگاه تهران)

دکتر امین غلامی (استادیار پژوهشگاه تربیت بدنی و علوم ورزشی)

بهرام غفاری (دانشجوی دکتری دانشگاه تهران)

زهرا نعمتی (دانشجوی دکتری دانشگاه تهران)

فرانک پورحسینی (دانشجوی دکتری دانشگاه شهید بهشتی)

سرشناسه	: دیویدس، کیت ، Keith Davids
عنوان و نام پدید آورنده	: دینامیک اکتساب مهارت با رویکرد مبتنی بر قیود: / (کیت دیویدس و همکاران)، ترجمه احمد فرخی و همکاران
مشخصات نشر	: تهران: پژوهشگاه تربیت بدنی و علوم ورزشی، انتشارات، ۱۳۹۷.
مشخصات ظاهری	: ۳۱۶ ص؛ مصور، جدول، نمودار؛ : ۹۷۸-۶۰۰-۸۹۳۰-۰۰۰-۶
وضعیت فهرست نویسی	: فیا
یادداشت	: عنوان اصلی: Dynamics of Skill Acquisition
یادداشت	: مترجمان احمد فرخی، امین غلامی، بهرام غفاری، زهرا نعمتی و فرانک پورحسینی.
موضوع	: مهارت های حرکتی
موضوع	: اکتساب - تمرین
موضوع	: Physical education and training -- Psychological aspects
شناسه افزوده	: باتر، کریس، ۱۹۴۳ - م. Button, Chris
شناسه افزوده	: بت، سایمون، ۱۹۷۰ - م. Bennett, Simon
شناسه افزوده	: غلامی، امین، ۱۳۵۰ - مترجم
شناسه افزوده	: فرخی، احمد، ۱۳۴۶ - م
شناسه افزوده	: غفاری، بهرام، ۱۳۶۰ - مترجم
شناسه افزوده	: نعمتی، زهرا، ۱۳۶۶ - مترجم
شناسه افزوده	: پورحسینی، فرانک، ۱۳۶۷ - مترجم
شناسه افزوده	: پژوهشگاه تربیت بدنی و علوم ورزشی، انتشارات
رده بندی کنگره	: ۱۳۹۷ ۹/۹۳۴۲/GV۳۴۲
رده بندی دیویی	: ۳۷۳/۸۶
شماره کتابشناسی ملی	: ۵۲۲۱۳۷۱

دینامیک اکتساب مهارت

با رویکرد مبتنی بر قیود

مترجمان: دکتر احمد فرخی، دکتر امین غلامی، بهرام غفاری، زهرا نعمتی و فرانک پورحسینی

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۸۹۳۰-۰۰۰-۶

ناشر: پژوهشگاه تربیت بدنی و علوم ورزشی

شمارگان: ۱۰۰۰ نوبت چاپ: تهران، اول ۱۳۹۷

چاپ و صحافی: کیاموشی

قیمت: ۳۵۰۰۰ ریال

تهران: خیابان مطهری، خیابان میرعماد، کوچه پنجم، پلاک ۳- کد پستی: ۱۵۸۷۹۵۸۷۱۱

تلفن: ۸۸۸۴۷۸۸۴ (۰۲۱) ۸۸۷۳۹۰۹۲ ssrc.ac.ir info@ssrc.ac.ir

کلیه حقوق برای پژوهشگاه تربیت بدنی و علوم ورزشی وزارت علوم، تحقیقات و فناوری محفوظ است.

پیشگفتار

تربیت بدنی و علوم ورزشی به عنوان یک حوزه علمی دانشگاهی در سال‌های اخیر روند رو به رشدی را در تمامی زمینه‌های آموزشی، پژوهشی و اجرایی داشته است. یکی از مسایل مهم مورد توجه مسئولان و برنامه‌ریزان، شناسایی، فراهم‌سازی و تقویت زمینه‌های لازم برای تولید دانش علوم ورزشی و به‌کارگیری علوم ورزشی تولید یافته در عرصه‌های ورزش قهرمانی و میادین بین‌المللی و نیز ورزش همگانی و سلامت عمومی است. به همین جهت پژوهشگاه تربیت بدنی و علوم ورزشی که در راستای سیاست‌های علمی، آموزشی و پژوهشی خود، برای انتقال آخرین یافته‌ها به منظور توسعه روزافزون دانش و فناوری در ایران اسلامی بنیان نهاده شده، در نظر دارد با فراهم کردن بستری مناسب برای پیشبرد فعالیت‌های پژوهشی و نیز ارتقاء سطح علمی، فرهنگی و کمک به تنقیح علم و عمل، گامی مؤثر در رفع نیازهای علمی ورزش کشور بردارد. در این راستا، پژوهشگاه اقدام به انتشار **کتاب‌های علمی - ورزشی - تخصصی** برگرفته از تلاش‌های متخصصان، محققان و دانش‌آموختگان تربیت بدنی و علوم ورزشی نموده است. امید است با انتشار این گونه کتب، به فضل خداوند متعال، گام‌های مؤثری در جهت تحقق اهداف عالیه نظام جمهوری اسلامی ایران برداشته باشیم.

پژوهشگاه تربیت بدنی و علوم ورزشی

وزارت علوم، تحقیقات و فناوری

فهرست مطالب

بخش اول: مقدمه‌ای بر نظریه‌های اکتساب مهارت و رویکرد مبتنی بر قیود

فصل اول: نظریات سنتی اکتساب مهارت..... ۱۷

۱۹.....	اکتساب مهارت: تعریف اکتساب مهارت و معرفی نظریات مربوط.....
۲۲.....	نظریه‌های تداعی.....
۲۳.....	نظریه‌های بالیدگی عصبی.....
۲۴.....	نظریه‌های یادگیری حرکتی مرحله‌ای فیتز.....
۲۶.....	نظریه‌های پردازش اطلاعات.....
۲۸.....	نکته کلیدی.....
۳۰.....	نظریه‌های طرح‌واره در مورد یادگیری مهارت حرکتی مجرد.....
۳۱.....	نظریه‌های محاسباتی عصبی.....
۳۶.....	ویژگی‌های مشترک نظریه‌های سنتی.....
۳۶.....	بازنمایی‌هایی از حرکات و نهان‌الراف.....
۳۷.....	یادگیرنده به‌عنوان سیستم کنترل اشاره مراتبی.....
۳۸.....	ادراک غیرمستقیم.....
۳۹.....	مدل‌هایی از دامنه محدودشده حرکات.....
۴۰.....	کاربردهایی برای متخصصان حرکتی.....
۴۱.....	مقدار تمرین.....
۴۱.....	تغییرپذیری تمرین.....
۴۳.....	سازماندهی تمرین.....
۴۴.....	تمرین بخش بخش تکلیف.....
۴۴.....	دستورالعمل‌ها و بازخورد.....
۴۵.....	نمایش تکنیک.....
۴۶.....	خلاصه.....
۴۷.....	خود را بیازمایید.....

فصل دوم: قیود فیزیکی در هماهنگی بر مبنای نظریه سیستم‌های دینامیکی... ۴۹

۵۰.....	سیستم‌های پیچیده: تعریف.....
۵۱.....	ویژگی‌های سیستم‌های پیچیده.....
۵۲.....	سیستم‌های پیچیده به‌عنوان سیستم‌های دینامیکی.....
۵۴.....	قیود در سیستم‌های پیچیده.....
۵۵.....	قیود فیزیکی و اطلاعاتی.....

۵۵	خودسازمانی و قیود
۵۸	ظهور رفتار در حرکات انسان
۵۹	روشنگری پژوهشی
۶۲	قیود و هماهنگی حرکتی
۶۳	قیود فردی
۶۳	قیود محیطی
۶۴	قیود تکلیف
۶۴	تعامل قیود
۶۵	فرایندی هماهنگی در سیستم حرکتی انسان
۶۵	برنشتاین و مسئله درجات آزادی
۶۸	ساختارهای هماهنگ در عمل: شوت یک توپ فوتبال
۷۲	نقش عملکردی تغییرپذیری در سیستم‌های حرکتی
۷۶	خلاصه
۷۹	فصل سوم: قیود اطلاعاتی در هماهنگی رویکرد بوم شناختی
۸۰	روانشناسی بوم شناختی و اطلاعات
۸۱	سیستم‌های باز و تبادل انرژی
۸۳	نکته کلیدی
۸۳	متغیرها و نامتغیرها در جریان‌های انرژی
۸۶	روشنگری پژوهشی
۸۶	متغیر تاو در عمل چنگ زدن
۸۸	کاربرد
۸۸	پرسش و پاسخ
۸۸	فراهم سازها
۸۹	مثالی از فراهم سازها: توپ در حال نزدیک شدن
۹۲	جفت شدن اطلاعاتی- حرکتی
۹۴	مدل سرعت مورد نیاز: کنترل آینده نگر
۹۹	نقش مغز بصری در کنترل اعمال
۱۰۲	قیود اطلاعات لمسی در حرکت
۱۰۴	قیود اطلاعاتی صوتی در حرکت
۱۰۵	پژوهش‌های تجربی در مورد اطلاعات صوتی
۱۰۶	اطلاعات شنوایی در اعمال مهارتی

۱۰۸.....	خلاصه.....
۱۰۹.....	خود را بیازمایید.....
۱۰۹.....	بیشتر بخوانید.....
۱۱۱.....	فصل چهارم: تعریف جدیدی از یادگیری رویکرد مبتنی بر قیود
۱۱۲.....	نمای ادراکی - حرکتی.....
۱۱۴.....	نکته کلیدی:.....
۱۱۴.....	مدل یادگیری حرکتی نیوول.....
۱۱۸.....	بدست آوردن توانایی کنترل ساختار هماهنگ: مرحله ۲.....
۱۲۱.....	روشنگری پژوهشی.....
۱۲۱.....	مخمد کردن (و یا رهاسازی) ساختارهای هماهنگ.....
۱۲۲.....	مقاله.....
۱۲۴.....	کاربرد:.....
۱۲۶.....	بهینه سازی ماهر کتاب: بخش ۳.....
۱۲۷.....	موضوعات عملی برای یادگیری.....
۱۳۱.....	نقش مربیان حرکتی:.....
۱۳۳.....	مربیان با روش دخالت غیرمستقیم.....
۱۳۵.....	خلاصه.....
۱۳۷.....	خود را بیازمایید.....
۱۳۷.....	بیشتر بخوانیم.....

بخش دوم: کاربرد رویکرد مبتنی بر قیود

۱۴۱.....	فصل پنجم: درک دینامیک اکتساب مهارت
۱۴۲.....	ساخت الگوی ادراکی-حرکتی.....
۱۴۴.....	بایش تغییرات طی زمان.....
۱۴۸.....	تقارن و معادل عملکردی.....
۱۴۹.....	ارزیابی یادگیری در روش آموزش غیرخطی.....
۱۵۲.....	زمانی که یادگیرنده در یک نقطه از مسیر گیر می‌کند: یک گام بزرگ بردارید.....
۱۵۵.....	دیدگاه متخصصان حرکتی.....
۱۵۵.....	مربیان ورزشی.....
۱۵۷.....	معلمان تربیت بدنی.....
۱۶۳.....	روشنگری پژوهشی.....

۱۶۴.....	درمانگران توانبخشی.....
۱۶۷.....	خود را ببازماید.....
۱۶۷.....	بیشتر بخوانید.....
۱۶۹.....	فصل ۶: چگونگی پرداختن به تفاوت‌های فردی.....

۱۷۰.....	دینامیک درونی سیستم حرکتی.....
۱۷۱.....	تغییر پذیری فردی.....
۱۷۱.....	روشنگری پژوهشی.....
۱۷۴.....	تغییر پذیری در اجرای ورزشی.....
۱۷۶.....	قیود رفتاری در اجرای فیزیکی.....
۱۷۸.....	موضوعات تحقیق: مع‌آوری داده.....
۱۸۰.....	موضوعات تحقیقاتی: تحلیل آماری.....
۱۸۳.....	تفاوت‌های فردی در شرایط علمی.....
۱۸۴.....	نمایش رفتار مدل.....
۱۸۶.....	روشنگری پژوهشی.....
۱۸۸.....	دستکاری قیود: تجهیزات میزان شدت با بدن.....
۱۹۱.....	نکته کلیدی.....
۱۹۱.....	سازماندهی تمرینات فکری و یادگیرنده محور.....
۱۹۲.....	بهبود مهارت‌های تصمیم‌گیری.....
۱۹۳.....	متربک‌های درونی.....
۱۹۴.....	ظهور تصمیم‌گیری در ورزش‌های تیمی.....
۱۹۷.....	خلاصه.....
۱۹۹.....	خود را ببازماید.....
۲۰۰.....	بیشتر بخوانید.....

فصل هفتم: سازماندهی تمرین جهت ارتقاء سطح یادگیری..... ۲۰۱

۲۰۲.....	نقش محدودیت زمان در تمرین.....
۲۰۷.....	دستکاری قیود تکلیف در تمرین.....
۲۰۷.....	تعدیل قوانین.....
۲۱۰.....	تغییر فضای تمرینی.....
۲۱۱.....	تعدیل تجهیزات ورزشی.....
۲۱۳.....	روشنگری پژوهشی.....
۲۱۶.....	راهنمایی جهت طراحی تمرین.....

۲۱۷.....	تداخل زمینه ای
۲۱۹.....	سازماندهی تمرین بصورت بخش بخش
۲۲۴.....	خلاصه
۲۲۶.....	خود را بیازمایید
۲۲۷.....	فصل هفتم: استفاده از هدایت کلامی بعنوان یک قید اطلاعاتی بر روی
۲۲۸.....	اثر بخشی راهبردهای ارتباط کلامی
۲۲۸.....	آیا الگوهای حرکتی بهینه واقعاً وجود دارند؟
۲۲۹.....	آیا یادگیری یک فرآیند هشیارانه است؟
۲۳۳.....	ارتباط کلامی بعنوان یک قید اطلاعاتی موقت
۲۳۴.....	تمرین تجربه و ارتباط کلامی
۲۳۵.....	یادگیری حرکتی نمایی
۲۳۵.....	روشنگری پژوهشی
۲۳۷.....	تمرکز توجه در مقابل تمرکز توجه بیرونی
۲۳۸.....	اهمیت یادگیری اکسپلای
۲۴۲.....	تعامل دستورالعمل‌های کلامی و بازخورد
۲۴۵.....	ارتباط کلامی و اختلالات حرکتی
۲۴۶.....	خلاصه
۲۴۷.....	خود را بیازمایید
۲۴۷.....	بیشتر بخوانید
۲۴۹.....	فصل نهم: یادگیری مشاهد‌های بعنوان جستجوی هدایت شده
۲۵۰.....	جستجوی هدایت شده و یادگیری مشاهد‌های
۲۵۲.....	یادگیری مشاهد‌های در محیط‌های اجتماعی
۲۵۳.....	روشنگری پژوهشی
۲۵۴.....	دیدگاه ادراک بصری در مورد یادگیری مشاهد‌های
۲۵۵.....	ادراک حرکات بیولوژیکی
۲۵۶.....	تاثیر اطلاعات حرکتی نسبی بر روی دینامیک درونی
۲۵۷.....	شواهد علمی: چرا نگاه کردن به تنهایی کافی نیست
۲۵۹.....	تاثیرات مشاهده‌ی یک الگوی ماهر
۲۶۰.....	زمانبندی نمایش مهارت
۲۶۳.....	ویژگی های مدل
۲۶۵.....	بازخورد ویدئویی یادگیرنده-محور

۲۶۷.....	خلاصه
۲۶۸.....	خود را بیازمایید
۲۶۹.....	بیشتر بخوانید
۲۷۱.....	فصل دهم: اجرای دیدگاه مبتنی بر قیود
۲۷۲.....	تمرین با تمرکز توجه بیرونی
۲۷۴.....	بویابی در یادگیری در شوت چپ فوتبال
۲۷۷.....	تفاوت‌های فردی در راه رفتن افراد قطع عضو
۲۸۰.....	سازماندهی تمرین برای سربازان
۲۸۳.....	مدل سازی برای هدایت یادگیری شاگردان

www.ketab.ir