

شماره درس: ۶۲۳۳۱۷

عنوان درس: رشد حرکتی در طول عمر

پیش نیاز / هم نیاز: -

عملی

نوع واحد: نظری

انتخابی

تخصصی

نوع درس: پایه

تعداد ساعت: ۳۲

اهداف:

- آشنایی با تحول حرکت و عوامل همبسته آن در طول حیات انسان

سرفصل ها

- کلیات رشد حرکتی
- عوامل موثر بر رشد حرکتی
- رشد جسمانی در طول عمر
- رشد حرکات ابتدایی، بنیادی
- ورزش جوانان
- حرکت در بزرگسالی
- رشد ادراکی حرکتی
- رشد عملکرد حرکتی: قدرت، سرعت، استقامت، انعطاف پذیری
- ارزیابی رشد حرکتی



رشد عملکرد حرکتی: قدرت، سرعت، استقامت، انعطاف پذیری

ارزیابی رشد حرکتی

منابع:

- 1- Haywood, K., Getchell N., (2009). Life span motor development. (5th. Ed.) Human Kinetics
- 2- Malina, R., Bouchard C., Bar-or O. (200۴). Growth, Maturation, and physical activity, Human Kinetics
- 3- Gallahue, D.I. & Ozmun, C., (2006). Understanding Motor Development Infant, children, Adolescent, Adult. (6th. Ed.). Human Kinetics

۴- پابن، گ. و ایساکس، ل. د. (۲۰۰۲). رشد حرکتی انسان (رویکردی در طول عمر). ترجمه: خلجی حسن و

خواجوی، داریوش. (۱۳۸۴) چاپ اول، انتشارات دانشگاه اراک.