

ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

Πρόλογος Αγγλικής Έκδοσης | Επιστολή προς Εκπαιδευτές | Ευχαριστίες | Συγγραφείς

ΜΕΡΟΣ I Θεωρία και Θεμελιώδεις Έννοιες

1 Προοπτικές στην Κινητική Συμπεριφορά

Ορισμός των Τομέων της Κινητικής Συμπεριφοράς
Κινητικός Έλεγχος
Κινητική Μάθηση
Κινητική Ανάπτυξη
Ιστορία της Έρευνας για την Κινητική Επάρκεια
Περίληψη

2 Θεωρητικές Κατασκευές στην Κινητική Συμπεριφορά

Θεωρία Επεξεργασίας της Πληροφορίας
Οικολογική Προσέγγιση
Προσέγγιση των Δυναμικών Συστημάτων
Περίληψη

3 Κατανόηση του Κινητικού Ελέγχου

Χρόνος Αντίδρασης
Προσοχή
Διέγερση
Αισθητηριακές Πληροφορίες
Μνήμη
Περίληψη

4 Ταξινόμηση Δεξιοτήτων

Ταξινόμηση Δεξιοτήτων
Δεξιότητα Έναντι Ικανότητας
Περίληψη

5 Στάδια Κατάκτησης Δεξιοτήτων

Στάδια Κινητικής Μάθησης
Σύνδεση με την Προσέγγιση των Δυναμικών Συστημάτων
Πρακτική Χρήση των Μοντέλων Μάθησης
Περίληψη

6 Αξιολόγηση της Κινητικής Μάθησης

Δείκτες Μάθησης Κινητικών Δεξιοτήτων
Δοκιμασίες Απόδοσης και Μάθησης
Ταξινόμηση των Παιχνιδιών για Προώθηση της Μεταβίβασης
Προώθηση της Θετικής Μεταβίβασης
Περίληψη

ΜΕΡΟΣ II Φυσική Δραστηριότητα και Κίνηση Καθ' όλη τη Διάρκεια της Ζωής

7 Κινητική Ανάπτυξη στη Βρεφική Ηλικία

Προγεννητική Ανάπτυξη
Αισθητηριακές Ικανότητες
Πρώτες Κινήσεις
Βρέφη σε Κίνδυνο
Περίληψη

8 Χωροκινητικές Δεξιότητες και Δεξιότητες Σταθεροποίησης στην Παιδική Ηλικία

Βασικές Κινητικές Δεξιότητες
Χωροκινητικές Δεξιότητες

9 Δεξιότητες Χειρισμού Αντικειμένων στην Παιδική Ηλικία

Ανάπτυξη των Δεξιοτήτων Χειρισμού Αντικειμένων
Περίληψη

10 Κίνηση στην Ενήλικη Ζωή

Γήρανση
Φυσική Δραστηριότητα
Αυτορρύθμιση στη Φυσική Δραστηριότητα
Κορυφαία Αθλητική Επίδοση
Κινητικά Πρότυπα
Περίληψη

11 Αξιολόγηση της Ανάπτυξης της Αδρής Κινητικής Λειτουργίας

Κινητική Απόδοση Έναντι Ανάπτυξης
Κατηγορίες Αξιολόγησης
Περίληψη

ΜΕΡΟΣ III Ατομικοί και Περιβαλλοντικοί Περιορισμοί

12 Σωματική Ανάπτυξη

Φύση και Ανατροφή
Σωματική Ανάπτυξη και Ωρίμανση
Περιορισμοί των Συστημάτων του Οργανισμού
Περίληψη

13 Γήρανση

Σκελετικό Σύστημα
Μυϊκό Σύστημα
Αερόβια Ικανότητα
Καρδιαγγειακό Σύστημα
Νευρικό Σύστημα
Ενδοκρινικό Σύστημα
Σύνθεση του Σώματος
Αισθητηριακό Σύστημα
Περίληψη

14 Περιορισμοί Γνώσεων και Γνωστικοί Περιορισμοί

Περιορισμοί Γνώσεων
Γνωστικοί Περιορισμοί
Περίληψη

15 Ψυχοκοινωνικοί και Συναισθηματικοί Περιορισμοί

Ψυχοκοινωνικοί Περιορισμοί
Συναισθηματικοί Περιορισμοί
Αυτορρύθμιση
Περίληψη

16 Κοινωνικοπολιτισμικοί Περιορισμοί

Κοινωνικό Φύλο
Φυλή
Πολιτισμικό Υπόβαθρο
Αναπηρία
Γήρανση
Περίληψη

ΜΕΡΟΣ IV Σχεδιασμός Αναπτυξιακά Κατάλληλων Προγραμμάτων

17 Αναπτυξιακά Μοντέλα για Εκπαίδευση

Μοντέλα Κινητικής Ανάπτυξης
Μοντέλα Αθλητικής Ανάπτυξης
Περίληψη

18 Πριν από την Εξάσκηση

Καθορισμός Στόχων
Επιδείξεις
Προφορικές Οδηγίες
Προσανατολισμός Προσοχής και Παροχή Καθοδήγησης
Περίληψη

19 Εξάσκηση

Μεταβαλλόμενη Εξάσκηση
Επίδραση της Παρεμβολής του Πλαισίου
Εξειδίκευση της Εξάσκησης
Μερική και Ολική Εξάσκηση
Κατανομή της Εξάσκησης
Νοητική Εξάσκηση και Κατασκευή εικόνων
Περίληψη

20 Ανατροφοδότηση

Λειτουργίες Ανατροφοδότησης
Είδη και Τρόποι Ανατροφοδότησης
Παρέχοντας Αποτελεσματική Ανατροφοδότηση
Περίληψη

21 Σχεδιασμός Προγράμματος

Μέθοδοι Εκλογής Έναντι Διακύμανσης
Οικολογική Ανάλυση Δραστηριότητας
Περίληψη
Βιβλιογραφία
Ευρετήριο
Οι Συγγραφείς