

پژوهشگاه مطالعات آموزش و پرورش

پژوهشکده کودکان استثنایی

تربیت بدنی برای کودکان کم توان ذهنی

نویسندگان:

کارل آیشتات و باری لاوی

مترجم:

رضا متقیانی

سرشناسه

: آچستنده کارل بی

.Eichstaedt, Carl B

عنوان و نام پدیدآور

: تربیت بدنی برای کودکان کم توان ذهنی؛ نویسندگان کارل ایشتات، باری لایو؛ مترجم رضا متقیانی.

: تهران: مؤسسه فرهنگی مدرسه برهان (انتشارات مدرسه)، ۱۳۹۳.

مشخصات نشر

: ۵۰۳ ص: جدول.

مشخصات ظاهری

: 978-964-08-0826-9

شابک

: فیبا.

وضعیت فهرست نویسی

یادداشت

Physical activity for individuals with mental retardation through adult-

hood, 1992

یادداشت

: ویراست قبلی کتاب حاضر تحت عنوان «تربیت بدنی برای کودکان عقب مانده ذهنی از نوزادی تا بزرگسالی»

با ترجمه گروه پژوهشی عقب ماندگی ذهنی و معلولیت های ذهنی و معلولیت های جسمی حرکتی توسط

فازانه در سال ۱۳۷۹ منتشر شده است.

: کتابنامه.

یادداشت

: تربیت بدنی برای کودکان عقب مانده ذهنی از نوزادی تا بزرگسالی.

عنوان دیگر

: تربیت بدنی معلولان ذهنی.

موضوع

: کندی ذهنی.

موضوع

: لایو، باری وین، نویسنده همکار

شناسه افزوده

.Laba, Barry Wayne

شناسه افزوده

: متقیانی، رضا، ۱۳۴۳، مترجم

شناسه افزوده

: سازمان پژوهش و برنامه ریزی آموزشی، مؤسسه فرهنگی مدرسه برهان (انتشارات مدرسه)

شناسه افزوده

: ۱۳۹۳ ت ۴ GV ۴۴۵۱۱۹

رده بندی کنگره

: ۷۹۰/۱۹۶

رده بندی دیویی

: ۲۷۳۲۲۸۳

شماره کتابشناسی ملی



سازمان پژوهش و برنامه ریزی آموزشی

وزارت آموزش و پرورش

تربیت بدنی برای کودکان کم توان ذهنی

نویسندگان: کارل ایشتات و باری لایو

مترجم: رضا متقیانی

طراح جلد و گرافیک: فریصد پیمان پو

چاپ اول: ۱۳۹۳

تیراژ: ۱۰۰۰ نسخه

لینتوگرافی: خاور میانه

چاپ و صحافی: چاپ خجسته

قیمت: ۳۰۰۰۰۰ ریال

حق چاپ محفوظ است

شابک: ۹-۰۸۲۶-۰۸-۹۶۴-۹۷۸

ISBN 978-964-08-0826-9

نشانی: تهران، خیابان سپهبد قری، پل کریمخان زند، کوچه شهید محمود حقیقت طلب، شماره ۸

تلفن: ۰۲۲۴-۸۸۸۰۰۲۲۸۹ دورنگار (فاکس) ۰۲۲۸۰۹۰۲۸۸۹

www.enma.ir

فهرست مطالب

۲۰	پیشگفتار:
۲۱	فصل اول: اختلال‌های همراه با کم‌توانی ذهنی
۲۱	مقدمه
۲۲	سؤالات بخش ویژه
۲۳	فلج مغزی
۲۵	سبب‌شناسی فلج مغزی
۲۶	طبقه‌بندی‌های فلج مغزی
۲۷	فلج مغزی سفت شدگی
۳۰	فلج مغزی آتوئید یا حرکت پریشی
۳۱	پیشنهاد‌های کلی برای فعالیت
۳۶	صرع و اختلال‌های تشنجی
۳۷	طبقه‌بندی‌های صرع
۳۸	حملات صرع تونیک - کلونیک فراگیر (صرع بزرگ)
۴۱	حملات غیاب فراگیر (صرع کوچک)
۴۲	حملات آتونیک (اختلال حرکتی یا افتادن)
۴۲	حملات صرعی مداوم
۴۳	داروهای کنترل‌کننده حملات
۴۶	پیشنهاد‌های کلی برای فعالیت
۴۶	اسپینابیفیدا (میلومینگوسل)
۴۷	هیدروسفالی
۴۹	پیشنهاد‌های کلی برای فعالیت

۵۰	نارسایی مادرزادی قلب
۵۱	پیشنهاد‌های کلی برای فعالیت
۵۲	آسیب بینایی
۵۴	تاخیرهای رشدی
۵۵	آسیب بینایی و سندرم داون
۵۶	آب مروارید
۵۶	پیشنهاد‌های کلی برای فعالیت
۵۷	آسیب شنوایی
۵۸	سبب شناسی آسیب شنوایی
۵۹	بدشکلی‌های عضوی
۶۰	آسیب شنوایی انتقالی
۶۲	وسایل کمک شنوایی (سمعک)
۶۳	آسیب شنوایی حسی عصبی
۶۴	پیشنهاد‌های کلی برای فعالیت
۶۵	چاقی
۷۲	کاهش وزن
۷۵	فعالیت‌های بدنی برای کم کردن وزن
۸۰	اصلاح رفتار
۸۱	خلاصه
۸۲	بحث‌ها و خط مشی‌های جدید
۸۳	منابع

۸۹ فصل دوم: برنامه‌ریزی؛ ملاحظات اجرایی

۹۱ پرسش‌های ویژه

۹۴ خدمات مستقیم
۹۵ خدمات مرتبط
۹۵ برنامه‌سازی
۹۶ برنامه آموزش انفرادی
۹۹ مؤلفه‌های برنامه آموزش انفرادی
۱۰۰ دستیابی به اهداف
۱۰۱ راهبردها و ابزارهای دستیابی به اهداف
۱۰۳ میزان مشارکت دانش آموز در آموزش عادی
۱۰۴ رویکرد میان رشته‌ای
۱۰۵ رویکردهای گروهی
۱۰۶ فرم برنامه آموزش انفرادی تربیت بدنی
۱۰۷ همکاری متخصصان
۱۰۹ اعضای تیم
۱۱۰ معلم آموزش استثنایی
۱۱۲ پیرا کارشناسان و داوطلبان
۱۱۷ فرم مشاهده داوطلب
۱۱۸ تربیت بدنی مبتنی بر رشد
۱۱۹ متخصص تفریح درمانی
۱۲۳ کار درمانگر
۱۲۵ فیزیوتراپیست
۱۲۷ مشارکت والدین
۱۲۸ برنامه مشارکت والدین
۱۳۱ برنامه‌ریزی برای مشارکت اولیا
۱۳۲ برنامه‌ریزی برای افراد مبتلا به کم‌توانی شدید یا عمیق

۱۳۴ خلاصه
۱۳۶ بحث و جهت‌گیری‌های جدید
۱۳۷ منابع
۱۴۱ فصل سوم: عادی‌سازی: ملاحظات برنامه
۱۴۱ مقدمه
۱۴۲ پرسش‌های مهم
۱۴۳ سودمندی‌های عادی‌سازی
۱۴۵ محیطی با کمینه محدودیت در برابر عادی‌سازی
۱۴۶ جایگزینی و ملاک‌های جای‌دهی
۱۴۷ ملاحظات مربوط به برنامه‌ریزی
۱۴۸ مربی تربیت بدنی عادی
۱۵۰ معلم تربیت بدنی ویژه
۱۵۱ زمان بندی امکانات و برنامه‌ها
۱۵۱ کلاس‌های عادی‌سازی
۱۵۵ دانش‌آموز شرکت کرده در فرایند عادی‌سازی
۱۵۷ راهبردهای برنامه‌ریزی محیطی ویژه
۱۵۷ سبک‌های آموزشی
۱۶۱ ایستگاه‌های یادگیری
۱۶۲ کارت‌های تکلیف/ بسته‌های یادگیری
۱۶۴ برنامه معلم - هم‌کلاسی
۱۶۷ عادی‌سازی معکوس
۱۶۹ مداخله در بازی
۱۷۳ شرکت در برنامه تفریحی مبتنی بر جامعه

۱۷۵ برطرف سازی موانع عادی سازی
۱۷۸ خلاصه
۱۷۹ بحث و رهنمودهای تازه
۱۸۱ منابع

فصل چهارم: اجرای برنامه: آمادگی جسمانی، مهارت‌های حرکتی پایه، ورزش‌های

۱۸۵ آبی و حرکات موزون
۱۸۵ پیشگفتار
۱۸۶ سؤالات ویژه
۱۸۷ آمادگی جسمانی
۱۸۹ بهره‌وری شغلی
۱۹۱ تحقیقات مربوط به آمادگی جسمانی
۱۹۸ آموزش و اجرای برنامه
۱۹۸ ایمنی
۲۰۳ پیشرفت و انگیزه
۲۰۶ مهارت‌ها و الگوهای حرکتی پایه
۲۰۶ فواید مهارت‌ها و الگوهای حرکتی پایه
۲۱۵ چرا افراد کم‌توان ذهنی در مهارت‌های حرکتی پایه نقایصی دارند؟
۲۱۹ اجرای برنامه
۲۲۰ ارزیابی
۲۲۱ توالی رشد
۲۲۳ تناسب سنی
۲۲۳ فرصت تمرین
۲۲۵ پردازش اطلاعات

۲۲۹ خلاصه
۲۳۰ ورزش‌های آبی
۲۳۳ ایمنی
۲۳۶ آشنایی با آب
۲۳۶ ورود به آب
۲۳۸ کنترل تنفس
۲۳۹ فرو بردن صورت به درون آب
۲۴۴ دستورالعمل آشنایی با آب - پیشرفته (Woc-A)
۲۴۹ رویکرد رشدی انفرادی
۲۵۵ فعالیت‌های آموزشی
۲۵۸ بازی‌های ورزشی آبی
۲۶۰ افراد داوطلب
۲۶۱ حرکات موزون
۲۶۴ فواید برنامه‌های حرکات موزون
۲۶۹ تعریف آموزش حرکات موزون
۲۷۰ حرکات موزون سازمان یافته
۲۷۰ حرکات موزون خلاق
۲۷۶ مربی
۲۷۸ محیط
۲۸۰ وسایل کمکی
۲۸۰ آرام‌سازی
۲۸۳ تحلیل حرکت
۲۸۵ عناصر حرکت
۲۸۵ توسعه عناصر حرکتی

۲۹۱ خلاصه
۲۹۲ بحث‌ها و جهت‌گیری‌های جدید
۲۹۴ منابع

۳۰۳ فصل پنجم: تربیت بدنی برای شیرخواران و نوپایان
۳۰۳ مقدمه
۳۰۵ فعالیت بدنی برای شیرخواران و نوپایان
۳۰۶ پرسش‌های مهم
۳۰۸ برنامه انفرادی خدمات خانواده
۳۱۱ تاریخچه برنامه‌های خردسالان
۳۱۴ شیرخواران و نوپایان مبتلا به کم‌توانی ذهنی خفیف
۳۱۶ شیرخواران و نوپایان مبتلا به کم‌توانی ذهنی متوسط
۳۱۶ شیرخواران و نوپایان مبتلا به سندرم داون
۳۲۰ شیرخواران و نوپایان مبتلا به کم‌توانی ذهنی شدید یا عمیق
۳۲۴ نظریه رشدی پیاژه
۳۲۷ مفاهیم رشدی گزل
۳۳۲ شیرخواران و نوپایان مبتلا به کم‌توانی ذهنی
۳۳۴ رشد حرکتی در یک سالگی
۳۳۴ ارزیابی کودک شیرخوار
۳۳۵ مجموعه آزمون‌های استاندارد
۳۴۳ سیستم نمره‌گذاری آپگار
۳۴۵ حالت طبیعی و غیرطبیعی کشش ماهیچه‌ها
۳۴۵ بازتاب‌های اولیه شیرخوار
۳۴۷ بازتاب مورو یا بازتاب یکه خوردن (شروع از تولد تا سه ماهگی)

۳۴۸ بازتاب‌های (وضعی)
۳۵۲ مکانیسم دهلیزی
۳۵۵ دستورالعمل‌های کلی آموزشی
۳۵۵ فعالیت‌های حرکتی برای کودکان شیرخوار
۳۵۶ آموزش کودکان شیرخوار
۳۶۰ کودکان سه ماهه
۳۶۱ کودکان شش ماهه
۳۶۴ کودکان ۹ ماهه
۳۶۷ کودکان ۱۲ ماهه
۳۷۲ تعادل
۳۷۳ راه رفتن
۳۷۷ ۱۸ ماهگی
۳۷۹ ۲۴ ماهگی
۳۸۰ خلاصه
۳۸۴ بحث و جهت‌گیری‌های جدید
۳۸۵ منابع
۳۹۱ فصل ششم: تربیت بدنی برای کودکان پیش دبستانی
۳۹۳ پرسش‌های مهم
۳۹۵ سه سالگی
۳۹۷ مهارت‌های بنیادی حرکتی
۴۰۰ پیشنهاد‌های کلی برای فعالیت
۴۰۲ ۴ سالگی
۴۰۳ مهارت‌های بنیادی حرکتی

۴۰۴	پیشنهادهای کلی برای فعالیت
۴۰۶	بازی ترافیک
۴۰۷	۵ سالگی
۴۰۸	مهارت‌های بنیادی حرکتی
۴۰۹	پیشنهادهای کلی برای فعالیت
۴۱۰	پریدن
۴۱۴	لی‌لی کردن
۴۱۵	لگد زدن
۴۱۹	رشد حرکتی کودکان مبتلا به سندرم داون
۴۲۶	خلاصه
۴۲۶	بحث و جهت‌گیری‌های جدید
۴۲۸	منابع
۴۳۱	فصل هفتم: تربیت بدنی برای کودکان دبستانی و نوجوانان
۴۳۱	مقدمه
۴۳۲	سوالات ویژه
۴۳۴	رویکرد رشدی
۴۳۵	مقایسه قد و وزن
۴۳۶	مقایسه‌های رشد حرکتی
۴۳۷	جای‌دهی در برنامه‌های مناسب آمادگی جسمانی
۴۳۸	کودکان سنین دبستان: ۶ تا ۸ ساله
۴۴۰	یادگیری حرکتی
۴۴۳	مهارت‌های حرکتی پایه
۴۴۴	دویدن یورتمه‌وار

۴۴۷	لی لی کردن
۴۵۰	طناب بازی
۴۵۴	بازی چتر نجات
۴۵۷	اسکیت بازی
۴۶۰	گرفتن
۴۶۵	ضربه زدن
۴۶۷	کودکان سنین بالاتر
۴۷۳	چابکی
۴۷۴	آمدگی جسمانی
۴۷۹	نوجوانان ۱۳ تا ۱۸ ساله
۴۸۵	برنامه‌های تربیت بدنی
۴۸۸	ارتقای سلامت
۴۸۹	شکل‌گیری مهارت‌های حرفه‌ایی
۴۹۰	ورزش‌های رقابتی
۴۹۲	فعالیت‌های تفریحی
۴۹۳	خلاصه
۴۹۵	بحث‌ها و جهت‌گیری‌های جدید
۴۹۶	منابع

فهرست شکل‌ها و فرم‌ها

۱۰۸	شکل ۱-۲ - الگوی میان رشته‌ای
۱۲۰	شکل ۲-۲ - الگوی ارائه خدمات تربیت بدنی استثنایی
۱۴۸	شکل ۳-۱ - نمودار محیطی با کمیته محدودیت
۱۶۳	شکل ۳-۲ - نمودار خود گردانی

- شکل ۳-۳- ایستگاه‌های یادگیری برای یادگیری مهارت‌های پایهٔ بسکتبال
 دانش‌آموزان ۱۶۵
- شکل ۳-۴- ایستگاه‌های یادگیری آمادگی بدنی ۱۶۶
- شکل ۳-۵- کارت تکلیف تصویری ۱۶۸
- شکل ۴-۱- مدل برنامه درسی ۱۸۹
- شکل ۴-۲- گام‌هایی که به اجتناب از حرکت منتهی می‌شود ۲۱۰
- شکل ۴-۳- الگوی پردازش اطلاعات ۲۲۸
- فرم ۴-۱- شناسایی و حرکات اجزای بدن ۲۸۷
- فرم ۴-۲- فهرست نمایش توانایی‌های حرکتی ۲۹۰
- شکل ۴-۴- فهرست عناصر حرکات موزون / حرکت ۲۹۱
- نمودار ۵-۱- رشد نماها ۳۲۱
- نمودار ۵-۲- مفاهیم رشی و موارد آن ۳۳۰
- شکل ۵-۱- رشد نماهای حرکتی در طی سال نخست زندگی ۳۴۶
- شکل ۷-۱- نمونه فرم جای‌دهی ۴۴۶
- شکل ۷-۲- الگوی برنامه رشد حرکتی ۴۴۷

فهرست بحث‌های ویژه

- بحث ویژه ۱-۱- عملی ۳۳
- بحث ویژه ۲-۱- نظری - مزایای تربیت بدنی برای افراد مبتلا به کم توان ذهنی ۹۳
- بحث ویژه ۲-۲- نظری - سطح کنونی عملکرد دانش‌آموز ۹۷
- بحث ویژه ۲-۳- عملی - برگه فعالیت کلاسی ۱۱۴
- بحث ویژه ۲-۴- نظری - تربیت بدنی استثنایی ۱۲۰
- بحث ویژه ۲-۵- نظری - نقش کار درمانگر ۱۲۵
- بحث ویژه ۳-۱- عملی ۱۵۳

- ۱۵۴ بحث ویژه ۲-۳ - عملی
- ۱۵۸ بحث ویژه ۳-۳ - عملی
- ۱۷۲ بحث ویژه ۴-۳ - عملی - اقداماتی در زمینه آموزش گروهی و عادی سازی معکوس ...
- ۱۷۶ بحث ویژه ۵-۳ - عملی - جمع بندی
- ۱۹۳ بحث ویژه ۱-۴ - عملی - مؤلفه های آمادگی جسمی مربوط به سلامت
- ۲۰۱ بحث ویژه ۲-۴ - عملی - فعالیتها / تمرین های روزمره آمادگی جسمی
- بحث ویژه ۳-۴ - عملی - برنامه دو / پیاده روی گروهی برای بزرگسالان
- ۲۰۵ کم توان ذهنی
- ۲۰۷ بحث ویژه ۴-۴ - نظری - موضوعات تحقیقی آینده در زمینه آمادگی جسمانی
- ۲۳۰ بحث ویژه ۵-۴ - عملی - اصول آموزش مهارت های حرکتی پایه
- ۲۴۱ بحث ویژه ۶-۴ - عملی - فعالیت های آشنایی با آب
- ۲۴۲ بحث ویژه ۷-۴ - عملی - فعالیت های مربوط به فوت کردن
- ۲۴۳ بحث ویژه ۸-۴ - عملی - سیاهه آشنایی با آب
- ۲۴۸ بحث ویژه ۹-۴ - عملی - تجهیزات ورزش های آبی
- ۲۵۱ بحث ویژه ۱۰-۴ - عملی - ابزار ارزیابی آمادگی برای ورزش های آبی
- ۲۵۳ بحث ویژه ۱۱-۴ - عملی - برنامه آموزش انفرادی برای ورزش های آبی
- ۲۶۸ بحث ویژه ۱۲-۴ - عملی - برنامه یادگیری در منزل
- ۲۸۲ بحث ویژه ۱۳-۴ - عملی - فهرستی از وسایل کمکی در برنامه حرکات مورون / حرکت
- ۲۸۴ بحث ویژه ۱۴-۴ - عملی - روش ها و فعالیت های آرام سازی
- ۳۰۹ بحث ویژه ۱-۵ - نظری - برنامه خدمات انفرادی خانواده
- ۳۶۲ بحث ویژه ۲-۵ - عملی - سطح رشد حرکتی : کودکان سه ماهه
- ۳۶۵ بحث ویژه ۳-۵ - عملی - سطح رشد حرکتی : کودکان ۶ ماهه
- ۳۶۸ بحث ویژه ۴-۵ - عملی - سطح رشد حرکتی : کودکان ۹ ماهه
- ۳۶۹ بحث ویژه ۵-۵ - عملی - سطح رشد حرکتی : کودکان ۱۲ ماهه

- ۳۷۸..... بحث ویژه ۵-۶ - عملی - سطح رشد حرکتی : کودکان ۱۸ ماهه
- ۳۸۳..... بحث ویژه ۵-۷ - عملی - سطح رشد حرکتی : کودکان دو ساله
- ۴۰۶..... بحث ویژه ۱-۶ - عملی - بازی تفریحی
- ۴۱۳..... بحث ویژه ۲-۶ - عملی - فعالیت‌های نوبتی
- ۴۱۶..... بحث ویژه ۳-۶ - دستگاه درست کردن ذرت بو داده
- ۴۱۸..... بحث ویژه ۴ - ۶ - عملی - خلاصه‌ای از ویژگی‌های عمومی رشد
- ۴۴۹..... بحث ویژه ۱-۷ - عملی - نکات کلیدی آموزش یورتمه‌روی
- ۴۵۲..... بحث ویژه ۲-۷ - عملی - نکات کلیدی آموزش گام - لی لی
- ۴۵۴..... بحث ویژه ۳-۷ - عملی - نکات کلیدی آموزش طناب بازی
- ۴۵۶..... بحث ویژه ۴-۷ - عملی - فعالیت‌هایی با چتر نجات
- ۴۵۷..... بحث ویژه ۵-۷ - عملی - فعالیت‌هایی با اسکیت
- ۴۵۸..... بحث ویژه ۶-۷ - عملی - فعالیت‌هایی با کیسه حیوانات
- ۴۶۲..... بحث ویژه ۷-۷ - عملی - فعالیت‌هایی برای بهبود پرتاب با دست از پایین
- ۴۶۴..... بحث ویژه ۸-۷ - عملی - نکات اصلی آموزش پرتاب توپ با دست از بالا
- ۴۶۶..... بحث ویژه ۹-۷ - عملی - نکات اساسی آموزش برای گرفتن
- ۴۶۸..... بحث ویژه ۱۰-۷ - عملی - فعالیت‌هایی برای مهارت کامل در گرفتن
- ۴۶۹..... بحث ویژه ۱۱-۷ - عملی - فعالیت‌هایی برای بهبود سطح مقدماتی ضربه به توپ
- ۴۷۱..... بحث ویژه ۱۲-۷ - عملی - فعالیت‌هایی برای پیشرفت مهارت ضربه زدن با وسیله
- بحث ویژه ۱۳-۷ - عملی - خلاصه ای از ویژگی‌های رشد عمومی در طول دوره آخر
 کودک (سنین ۲-۹ سال) ۴۷۶.....
- بحث ویژه ۱۴-۷ - عملی - خلاصه‌ای از ویژگی‌های رشد عمومی در طول دوره آخر
 کودک (سنین ۱۲-۹ سال) ۴۸۳.....

فهرست جداول

- جدول ۱-۱ - عناوینی که برای انواع فلج مغزی استفاده می‌شود ۲۸
- جدول ۱-۲ - طبقه‌بندی صرع ۳۹
- جدول ۱-۳ - داروهای ضد تشنج و اثرات جانبی آن در کودکان ۴۴
- جدول ۱-۴ - رابطه بین محل اسپینابیفیدا، فقدان کنترل ماهیچه و نوع حرکت .. ۴۸
- جدول ۱-۵ - قد و وزن دختران غیر ناتوان، کم توان ذهنی خفیف، متوسط و سندرم داون، سنین ۶-۱۸ سال ۶۷
- جدول ۱-۶ - قد و وزن پسران غیر ناتوان، کم توان ذهنی خفیف، متوسط و سندرم داون، سنین ۶-۱۸ سال ۶۷
- جدول ۱-۷ - اندازه‌گیری بافت چربی (mm) دختران کم توان ذهنی خفیف، متوسط و سندرم داون، شامل نمرات مربوط به عضله سه سر بازو، زیر کتف، ماهیچه ساق پا و مجموع سه نمره ۶۹
- جدول ۱-۸ - اندازه‌گیری بافت چربی (mm) پسران کم توان ذهنی خفیف، متوسط و سندرم داون، شامل نمرات مربوط به عضله سه سر، زیر کتف ماهیچه ساق پا و مجموع سه نمره ۷۱
- جدول ۱-۹ - معادله رگرسیون کلی و ریمر ۷۴
- جدول ۲-۱ - اهداف کوتاه مدت ۱۰۲
- جدول ۲-۲ - شش نمونه حرکت روزانه ۱۳۰
- جدول ۳-۱ - سبک‌های آموزشی ۱۶۰
- جدول ۴-۱ - مقایسه نتایج آزمون آمادگی جسمی پسران ده ساله ۱۹۷
- جدول ۴-۲ - ملاک‌های اختصاصی انجام مهارت‌های جابه جایی حرکتی ۲۱۱
- جدول ۴-۳ - ملاک‌های اختصاصی انجام مهارت‌های کنترل شیء ۲۱۳
- جدول ۴-۴ - عوامل مؤثر به انجام مهارت‌های حرکتی پایه ۲۲۰
- جدول ۴-۵ - بازی‌های مربوط به تنفس و کنترل آن ۲۶۲

- جدول ۴-۶ - بازی‌های پیش روی با پا و دست ۲۶۴
- جدول ۴-۷ - مقایسه آموزش دو نوع حرکات موزون ۲۷۲
- جدول ۴-۸ - طرح درس حرکات موزون خلاق ۲۷۴
- جدول ۵-۱ - مقایسه وزن و قد کودکان غیر معمول - تولد تا ۳ سالگی ۳۳۱
- جدول ۵-۲ - رشد نماهای نخستین سال زندگی ۳۴۰
- جدول ۵-۳ - توالی رفتار حرکتی غیر درشت پیش از راه رفتن و روش‌های تحریک ۳۵۸
- جدول ۵-۴ - مهارت‌های حرکتی درشت کودکان دو ساله مبتلا به سندرم داون
و کودکان فاقد معلولیت ۳۸۰
- جدول ۶-۱ - پیشرفت در مهارت حرکتی درشت و ظریف کودکان ۴۲۳
- جدول ۷-۱ - تقسیم‌بندی آزمودنی‌ها در مطالعه ایشتات، ونگ، پولاسک و دورمن ۴۷۲
- جدول ۷-۲ - نمرات میانه دختران و پسران ۹-۱۲ ساله در مهارت‌های ایستادن .. ۴۷۸
- جدول ۷-۳ - نمرات متوسط دختران و پسران ۹-۱۲ ساله در مهارت آویختن ۴۸۰
- جدول ۷-۴ - نمرات میانه دختران و پسران ۹-۱۲ ساله در مهارت‌های پرتاب توپ ۴۸۲
- جدول ۷-۵ - ویژگی‌های اجتماعی و حرکتی معمول در نوجوانان ۴۸۷

بیشگفتار

کتاب حاضر از معدود کتاب‌هایی است که در آن به موضوعات و برنامه‌های مربوط به تربیت بدنی کم‌توانان ذهنی پرداخته شده است. با وجود گذشت قریب به ۱۸ سال از چاپ آن هنوز کتابی بی‌رقیب باقی مانده و در حال حاضر به‌عنوان کتابی کلاسیک در این حوزه مطرح است. کتابی با این ویژگی که به‌طور خاص به تربیت بدنی ویژه کودکان کم‌توان ذهنی پرداخته باشد، برای اولین بار به زبان فارسی ترجمه شده است.

در فصل ۱ کتاب، ضمن بررسی اختلالات و مشکلاتی که معمولاً در کنار کم‌توانی ذهنی بر فرد تأثیر می‌گذارند، فعالیت‌های بدنی خاص، با توجه به اختلال مربوطه ارائه شده است. در فصول ۲، ۳ و ۴ ضمن طرح مباحث نظری برنامه‌ریزی، عادی سازی و اجرای برنامه‌های تربیت بدنی، جنبه‌های کاربردی آن نیز ذکر شده است. در فصول ۵، ۶ و ۷ نیز به ترتیب، تربیت بدنی برای شیرخواران و نوپایان، کودکان پیش دبستانی و دبستانی به لحاظ نظری و کاربردی مورد بحث قرار گرفته‌اند.

در این ویرایش فصل سوم، عادی سازی: ملاحظات برنامه اضافه شده است و ترجمه مابقی فصول مورد بازنگری قرار گرفته است.

در اینجا بر خود لازم می‌دانم از خانم مریم باقری ولوجردی به خاطر تایپ، خانم پرستو رباطی به خاطر موارد گرافیکی که در کتاب آمده است صمیمانه تشکر کنم. این کتاب مانند هر اثر دیگری خالی از اشتباه نیست. از همه کسانی که آن را می‌خوانند خواهش می‌کنیم ما را از نظرات سودمند خود محروم نسازند.