

برنامج: القوة الذهنية لدى الرياضيين

الوحدة رقم 1: قيادة المنطق واتخاذ القرار

الوحدة رقم 1: التفكير في الحركة

1.1.1 مفاهيم تمهيدية

1.1.2 التمثيل والتفكير. اختلافات

1.1.3 أبعاد القرار الثلاثة الأكثر شيوعًا

1.1.4. تأثيرات أنطونيو داماسيو

الوحدة رقم 2: البيولوجيا العصبية للقرارات

1.2.1 مناطق الدماغ الرئيسية وعلاقتها المتبادلة

1.2.2 مراحل اتخاذ القرار وارتباطاتها العصبية

1.2.3 القرارات والحالات العاطفية

1.2.4 ثلاثة أبعاد للأنظمة حسب القرارات

الوحدة رقم 2: التدريب على اتخاذ القرار

الوحدة رقم 1: التعليم من خلال الحركة

2.1.1 مقدمة

2.1.2 المهام الحركية ذات التداعيات الحاسمة العالية

2.1.3 المهام الحركية ذات الأثر الخفيف في اتخاذ القرارات

2.1.4 مراحل التعلم واتخاذ القرار

الوحدة رقم 2: المتغيرات والقرار

2.2.1 الكمية

2.2.2 اليقين

2.2.3 المخاطر

2.2.4 الوقت

الوحدة رقم 3: البرمجة العصبية

الوحدة رقم 1: البرمجة

3.1.1 مقدمة ومرجع تاريخي



3.1.2 مفهوم البرمجة

3.1.3 مسرحية وأوركسترا كمشبهات للبرمجة العصبية الحركية

3.1.4 الارتباطات العصبية لبرمجة المحركات

الوحدة رقم 2: إنجرام (الصور الذهنية)

3.2.1 ما هو برنامج إنجرام ؟

3.2.2 مكونات إنجرام

3.2.3 مكونات الصور الذهنية

3.2.4 ما الذي يحرك الصور الذهنية ؟ حركة إرادية

الوحدة رقم 4: القراءة التكاملية



فهرس

- Corraze J. (1987) الأسس العصبية النفسية للحركة. بيدوتريبو ، برشلونة.
- كراتي ، ب. (1974). المهارات الحركية والنفسية. مينون ، مدريد.
- لو بولش ، ج. (1975). نحو علم الحركة البشرية. بيدوس ، بوينس آيرس.
- لو بولش ، ج. (1989). رياضة تعليمية الحركية النفسية والتعلم الحركي. بيدوس ، بوينس آيرس.
- لوبر ، آي (2012). مقدمة في فسيولوجيا الجهاز العصبي. الجالينو ، قرطبة.
- لوبر ، آي (2012). الوظائف الحركية للجهاز العصبي. الجالينو ، قرطبة.
- مينيل ، ك. شنابل ، ج. (1987). نظرية الحركة المهارات الحركية الرياضية. الملعب ، بوينس آيرس.
- Neumaier A (2002) التدريب الفني. بيدوتريبو ، برشلونة.
- رويز بيريز. (1994). الرياضة والتعلم. فيسور ، مدريد.
- ريجال ، ر. (1979). المهارات الحركية البشرية. بيلا تيلينا ، مدريد.
- سانشيز بانويلوس ، ف. (1990). تعليم التربية البدنية والرياضة. جيمنوس ، مدريد.
- تاموري ، س. (2009) علوم الأعصاب والرياضة. بيدوتريبو ، برشلونة.



الأهداف

يتيح لك بيان الهدف الحصول على فكرة كاملة عما تحاول تحقيقه في نهاية عملية التدريس والتعلم في هذه الدورة التدريبية. لكن الهدف أقوى: نشير إلى ما يجب عليك تحقيقه حتى تساهم هذه المعرفة في أهداف تدريبك.

لتحقيق هذه الأهداف ، يجب عليك إكمال العملية المقترحة في جولة المراحل المختلفة للدورة التي يتم تقديمها لك.

لذلك إذا كنت تعمل بالطريقة الصحيحة فستكون في وضع يسمح لك بتحقيق الأهداف التالية:

هدف عام

- التعرف على مشاركة الجهاز العصبي المركزي في الحركة الإرادية للإنسان.

أهداف محددة

- التعرف على منطوق وعلم وظائف الأعضاء لاتخاذ القرار على أساس الحركة.
- معرفة كيف يمكننا التأثير في صنع القرار في الرياضة من خلال التدريب.
- معرفة أساسيات التدريب على اتخاذ القرار.



المهارات

الكفاءات التي نأمل أن تنميها مع جولة هذه الدورة هي:

الكفاءات العامة

- العمل الجماعي والتعاوني: القدرة على الاندماج مع زملائهم لتحقيق الأهداف المشتركة والتآزر بين مجموعة عالية الأداء.
- القدرة على التحليل / التفكير: القدرة على دراسة الجوانب المختلفة للواقع أو الموقف بشكل منهجي وإجراء تقييم لها.
- الإبداع / الحلول المبتكرة القائمة على المعرفة: القدرة على تقديم حلول بديلة جديدة للمشاكل القائمة على أساس المعرفة الرسمية.

الكفاءة المحددة

- القدرة على تحديد كيفية تأثير الجهاز العصبي المركزي على حركة الإنسان وكيف يمكن تشكيل قدرة اتخاذ القرار على الحركة.

