

专科文凭

神经教育、运动实践和大脑发育

得到了NBA的认可



tech 科学技术大学



专科文凭 神经教育、运动实践 和大脑发育

- » 模式:在线
- » 时长: 6个月
- » 学位: TECH 科技大学
- » 课程表:自由安排时间
- » 考试模式:在线

网页链接: www.techtitute.com/cn/sports-science/postgraduate-diploma/postgraduate-diploma-neuroeducation-motor-tasks-brain-development-sport

目录

01

介绍

4

02

目标

8

03

课程管理

12

04

结构和内容

16

05

方法

24

06

学位

32

01 介绍

体育教育获得了一个特别重要的层面, 超越了发展运动技能的重要目标, 将运动作为发展和改善认知功能的工具。





“

运动实践作为促进大脑发育的推动者,从应用神经科学到高水平学术的大学专科文凭角度来看,这是一个先进的视角,特别是在教学方面”

科学在研究作为学习器官的大脑方面取得了进展,目的是帮助每个学生最大限度地开发其认知、智力和情感潜力。虽然目前的教育旨在实现整体教育,但它仍然以认知为中心,在情感方面几乎没有发展;很少和/或没有管理自己和他人的情绪,没有自我激励、自我控制和沟通能力。

该计划的目的是从体育表现、学业表现以及基于身体健康和情感的个人发展的角度,扩大体育学科可以为学生带来的好处。因此,学生将成为脑科学新知识的一部分,重点是如何将这些知识在教育中心的实际实施中进行实践。

这个课程的著名教师在发展这种具有高度科学性和学术性的培训时,将他们基于经验和严格的科学标准的专业和先进知识存入其中。

所有模块均配备丰富的图标,包括作者的照片和视频,旨在以实用、严谨和有用的方式展示神经教育学和体育教育领域的高级知识,特别是对于理疗师来说。

这个**神经教育、运动实践和大脑发育专科文凭**包含了市场上最完整和最新的科学课程。主要特点是:

- ◆ 由神经教育和体育教育的专家介绍案例研究的发展
- ◆ 这个课程的内容图文并茂、示意性强、实用性强为那些视专业实践至关重要的学科提供了科学和实用的信息
- ◆ 实践练习,可进行自我评估以改善学习效果其主要特点包括:
- ◆ 特别强调创新方法论
- ◆ 提供理论课程、专家解答问题、有争议话题的讨论论坛以及个人思考作业等
- ◆ 可以在任何连接互联网的固定或便携设备上访问课程内容

“

有了这个专科文凭,你将能够在自己的电脑上舒适地进行与运动练习有关的最具体的大脑发展领域的训练”

“

你的学习计划是由来自知名学会和知名大学的专家选择和准备的。拥有教育市场上最好的质量”

这个课程的教学人员包括来自这个行业的专业人士，他们将自己的工作经验带到了这一培训中，还有来自领先公司和著名大学的公认专家。

通过采用最新的教育技术制作的多媒体内容，专业人士将能够进行情境化学习，即通过模拟环境进行沉浸式培训，以应对真实情况。

该计划设计以问题导向的学习为中心，专业人士将在整个学年中尝试解决各种实践情况。为此，您将得到由知名专家制作的新型交互式视频系统的帮助。

神经科学为优质教育服务。
向你的职业未来迈出一步。

专门的培训将给你的简历
带来新的推动力，使你处
于行业的最前沿。



02 目标

将神经科学方法纳入体育教育领域,为你提供这种新形式的认知和情感发展的干预。除了在身体上的潜力之外,这个课程还将探讨大脑的保护能力,以及它对大脑功能、情绪、动机、感知和最终学习的影响。



“

物理神经教育和学习:对教学中最有前途的学科之一的发展有不可阻挡的刺激作用”



总体目标

- ◆ 了解神经教育的基础和主要内容
- ◆ 将脑科学的新贡献融入教与学的过程中
- ◆ 发现如何通过运动动作促进大脑发育
- ◆ 在体育学科中实施神经教育的创新
- ◆ 在运动动作领域实现作为神经教育专业人员的专门培训





具体目标

模块 1. 神经科学的基础知识

- 描述神经系统的功能
- 解释与学习有关的结构的基础解剖结构
- 定义学习相关结构的基础生理学
- 识别与运动功能有关的主要大脑结构
- 定义可塑性的大脑和神经可塑性
- 解释环境对大脑发育的影响
- 描述婴儿大脑的变化
- 解释青春期大脑的演变
- 界定成人大脑的特点

模块 2. 物理神经教育和学习

- 解释身体-大脑语言和具身认知的相关性
- 以运动确立心理健康的重要性
- 解释通过体育锻炼的实践发展认知功能
- 了解运动技能对有学习困难的学生的积极影响

模块 3. 影响大脑发育的运动实践

- 从社会情感的角度理解表达和艺术活动以及大脑发展的重要性
- 确定自然环境中的活动和大脑发展
- 确定有利于年轻人大脑发育的无氧和有氧体育活动

模块 4. 大脑发育的隐形训练

- 了解主要肌动素在运动和健康方面的作用
- 识别预防心血管疾病风险, 如肥胖、糖尿病或代谢综合征, 以及改善生活质量的新要点
- 从神经科学的角度分析身体姿态的相关性



通过当今最强大的数字平台和最发达的互动学习系统, 以舒适和简单的方式学习, 在任何地方和任何时间都可以无限制地访问”

03 课程管理

本课程的设计和开发是由具有公认能力的多学科教学团队进行的。为了追求卓越,该课程计划利用其丰富经验,帮助学生创建学习情境,使其成为该领域的专家,同时得到神经教育和体育教育领域顶尖专家的支持。



“

教学人员由根据神经心理学和体育领域的经验和职业选择的专家组成,他们将陪伴你完成最完整的教学大纲”

管理人员



Pellicer Royo, Irene 女士

- 巴塞罗那 Jesuitas-Caspe 学校情感教育专家
- 应用于体育活动和运动的医学科学硕士-巴塞罗那大学
- 巴塞罗那大学情绪教育与福祉硕士
- 莱里达大学体力活动与体育科学学士

教师

Rodríguez Ruiz, Celia 女士

- ◆ EVEL 中心临床心理学家
- ◆ Atenea 研究中心心理教育系主任
- ◆ Cuadernos Rubio 教学顾问
- ◆ Hacer Familia 杂志编辑
- ◆ Webconsultas 医疗保健团队编辑
- ◆ 爱德华多-蓬塞基金会合作者
- ◆ UNED 心理学学士
- ◆ 马德里康普顿斯大学教育学学士
- ◆ 儿童和青少年认知行为疗法大学专家 (UNED)
- ◆ INUPSI 临床心理学和儿童心理治疗专家
- ◆ 接受过情商、神经心理学、阅读障碍、多动症、积极情绪和沟通方面的培训

Navarro Ardoy, Daniel 医生

- ◆ 教师 MBA 首席执行官
- ◆ PROFITH 研究小组 (倡导健身与健康)
- ◆ SAFE 研究组
- ◆ EFFECTS 研究小组 262
- ◆ 体育教授
- ◆ 格拉纳达大学体育活动与健康课程体育教育应用于健康博士
- ◆ 在斯德哥尔摩卡罗林斯卡医学院获得应用体育健康教育博士学位, 并留校从事研究工作
- ◆ 格拉纳达大学体育活动与运动科学学位

De la Serna, Juan Moisés 医生

- ◆ 心理学家和神经科学专家作家
- ◆ 心理学和神经科学专业作家
- ◆ 心理学和神经科学开放主席的作者
- ◆ 科学传播者
- ◆ 心理学博士
- ◆ 心理学学士塞维利亚大学
- ◆ 神经科学和行为生物学硕士学位。Pablo de Olavide 大学, 塞维利亚
- ◆ 教学方法专家德拉萨大学
- ◆ 大学临床催眠、催眠治疗专家国立远程教育大学 - U.N.E.D.
- ◆ 社会研究生文凭、人力资源管理、人事行政。塞维利亚大学
- ◆ 项目管理、行政和业务管理方面的专家服务联合会 U.G.T.
- ◆ 培训师的培训师安达卢西亚官方心理学家学院



一次独特、关键且决定性的培训经验, 对推动你的职业发展至关重要”

04 结构和内容

内容的结构是为了让学生能够获得应用于体育的神经科学领域的所有必要知识。通过完整的教学大纲, 专业人员在行使其专业时需要掌握的不同兴趣领域将得到发展。





“

带着加入世界上最大的在线大学的信心, 在你的指尖上有当今市场上最发达的教学软件”

模块 1. 神经科学的基础知识

- 1.1. 神经系统
 - 1.1.1. 神经系统定义
 - 1.1.2. 神经系统的组成部分
 - 1.1.3. 神经组织的分类
 - 1.1.4. 神经元的电气通信
 - 1.1.5. 神经元的化学通讯
- 1.2. 解释与学习有关的结构的基础解剖结构
 - 1.2.1. 定义学习
 - 1.2.2. 大脑的分类
 - 1.2.3. 大脑形成
 - 1.2.4. 大脑在学习中的作用
- 1.3. 与学习有关的心理过程
 - 1.3.1. 定义认知过程
 - 1.3.2. 感觉的认知过程
 - 1.3.3. 知觉的认知过程
 - 1.3.4. 注意的认知过程
 - 1.3.5. 记忆的认知过程
 - 1.3.6. 语言的认知过程
 - 1.3.7. 情绪的认知过程
 - 1.3.8. 动机的认知过程
- 1.4. 与运动技能有关的主要大脑结构
 - 1.4.1. 精神运动性
 - 1.4.2. 运动技能的神经基础
 - 1.4.3. 发育性运动问题
 - 1.4.4. 获得性运动问题
- 1.5. 可塑性的大脑和神经可塑性
 - 1.5.1. 神经元可塑性
 - 1.5.2. 可塑的大脑
 - 1.5.3. 神经发生
 - 1.5.4. 可塑大脑与学习



- 1.6. 表观遗传学
 - 1.6.1. 遗传学在大脑中的作用
 - 1.6.2. 妊娠过程和大脑
 - 1.6.3. 未分化神经元的定义
 - 1.6.4. 程序性神经元死亡的过程
 - 1.7. 环境对大脑发育的影响
 - 1.7.1. 大脑与环境
 - 1.7.2. 神经元间连接
 - 1.7.3. 连接抑制
 - 1.8. 婴儿大脑的变化
 - 1.8.1. 婴儿大脑的形成
 - 1.8.2. 骨髓发生过程
 - 1.8.3. 大脑发育
 - 1.8.4. 这个土化发展
 - 1.8.5. 偏侧化的发展
 - 1.9. 青春期大脑的演变
 - 1.9.1. 定义青春期
 - 1.9.2. 青春期的大脑
 - 1.9.3. 荷尔蒙的作用
 - 1.9.4. 神经激素的功能
 - 1.10. 成人的大脑
 - 1.10.1. 成人的大脑
 - 1.10.2. 大脑半球之间的联系
 - 1.10.3. 语言过程和大脑半球
- ## 模块 2. 物理神经教育和学习
- 2.1. 身体-大脑语言和具身认知
 - 2.1.1. 具身认知的概念化
 - 2.1.2. 来自身体-大脑-环境交互的智能行为
 - 2.2. 心理健康和运动
 - 2.2.1. 在这种情况下,心理健康是什么意思?
 - 2.2.2. 电机动作的进化目的
 - 2.2.3. 如果运动可以改善大脑功能呢?
 - 2.3. 大脑发育得益于体育锻炼
 - 2.3.1. 与运动相关的海马体和基底神经节
 - 2.3.2. 由于体育锻炼,前额叶皮层和其他大脑结构的发育
 - 2.4. 执行注意力和运动
 - 2.4.1. 注意力的认知功能
 - 2.4.2. 注意力与运动的关系
 - 2.4.3. 提高注意力
 - 2.5. 运动动作中的工作记忆
 - 2.5.1. 记忆的认知功能
 - 2.5.2. 工作记忆
 - 2.5.3. 记忆和运动动作之间的关系
 - 2.5.4. 增强记忆力
 - 2.6. 源自运动动作的认知性能提升
 - 2.6.1. 运动动作与行为之间的关系
 - 2.6.2. 运动动作与大脑健康之间的关系
 - 2.7. 学习成绩及其与身体练习的关系
 - 2.7.1. 电机动作带来的学业进步
 - 2.7.2. 具体干预
 - 2.7.3. 长期干预
 - 2.7.4. 结论
 - 2.8. 运动技能对有学习困难的学生的积极影响
 - 2.8.1. 特殊教育需要的大脑
 - 2.8.2. 注意力缺陷多动障碍和运动行为
 - 2.8.3. 电机动作的具体建议

- 2.9. 愉悦, 身体神经教育的一个基这个要素
 - 2.9.1. 大脑中的快乐系统
 - 2.9.2. 快乐与学习的关系
- 2.10. 关于实施教学建议的一般建议
 - 2.10.1. 研究的一致性 - 行动
 - 2.10.2. 研究计划的具体例子 - 物理神经教育中的行动
 - 2.10.3. 工作流程的阶段
 - 2.10.4. 信息收集的标准、技术和策略
 - 2.10.5. 计划阶段的大致时间表

模块 3. 影响大脑发育的运动实践

- 3.1. 对大脑发育有影响的运动实践
 - 3.1.1. 以身体为起点
 - 3.1.2. 肢体语言
 - 3.1.3. 身体智能
- 3.2. 身体的智慧
 - 3.2.1. 有氧运动对大脑的影响
 - 3.2.2. 有氧运动促进大脑发育的实用建议
- 3.3. 无氧运动
 - 3.3.1. 无氧运动如何影响大脑?
 - 3.3.2. 课堂实用建议
- 3.4. 游戏
 - 3.4.1. 游戏作为人类的自然行为
 - 3.4.2. 我们玩耍时大脑会发生什么?
 - 3.4.3. 游戏与学习
 - 3.4.4. 课堂实用建议
- 3.5. 肌肉力量
 - 3.5.1. 肌肉力量及其与大脑的关系
 - 3.5.2. 课堂实用建议

- 3.6. 协调活动
 - 3.6.1. 小脑在运动中的作用
 - 3.6.2. 大脑发育的协调实用建议
- 3.7. 放松和冥想活动
 - 3.7.1. 冥想活动对大脑的影响
 - 3.7.2. 放松和冥想促进大脑发育的实用建议
- 3.8. 从社会情感的角度看表达和艺术活动与大脑发展
 - 3.8.1. 表达和艺术活动对大脑的影响
 - 3.8.2. 大脑开发的表现力和艺术实用建议
- 3.9. 自然环境中的活动与大脑发展
 - 3.9.1. “自然”大脑
 - 3.9.2. 自然环境中的活动对大脑的影响
 - 3.9.3. 促进自然环境中身体活动实践的实用建议
- 3.10. 物理神经教育的全球建议放松和冥想的神经的活动
 - 3.10.1. 方法论原则
 - 3.10.2. 有氧运动和身体及艺术表现的建议
 - 3.10.3. 实力与配合提案
 - 3.10.4. 在自然和冥想环境中的活动提案

模块 4. 大脑发育的隐形训练

- 4.1. 隐形培训的概念
 - 4.1.1. 无形的训练
 - 4.1.2. 无形培训与绩效改进的相关性
 - 4.1.3. 日常生活的基这个态度
 - 4.1.4. 运动卫生
 - 4.1.5. 积极的心态
 - 4.1.6. 超补偿原理
 - 4.1.7. 隐形训练的关键因素
 - 4.1.8. 促进隐形培训的纪律



- 4.2. 主要肌动素在运动和健康方面的作用
 - 4.2.1. 什么是肌细胞因子?它们有多重要?
 - 4.2.2. 缺乏运动、炎症和代谢综合征
 - 4.2.3. 主要肌动因子及其作用
 - 4.2.4. 肌动蛋白结论
- 4.3. 营养学
- 4.4. 睡眠与学习的关系
 - 4.4.1. 睡眠功能
 - 4.4.2. 睡眠的解剖学基础是什么?
 - 4.4.3. 睡眠在学习和记忆中的作用是什么?
 - 4.4.4. 睡眠阶段和记忆巩固
 - 4.4.5. 睡眠有助于洞察力或创造性思维
 - 4.4.6. 睡眠卫生
 - 4.4.7. 睡不好的后果
 - 4.4.8. 睡眠与有害物质
- 4.5. 积极休息
 - 4.5.1. 什么是积极休息?
 - 4.5.2. 主动休息和被动休息的区别
 - 4.5.3. 积极休息对肌肉恢复的重要性
 - 4.5.4. 维持血流, 早日康复
 - 4.5.5. 降低强度
 - 4.5.6. 积极休息作为日常锻炼的一部分
 - 4.5.7. 练习积极休息的方法
 - 4.5.8. 积极休息的好处

- 4.6. 预防有害的习惯
 - 4.6.1. 有害健康的习惯
 - 4.6.2. 预防的重要性
 - 4.6.3. 养成健康的习惯
 - 4.6.4. 身体卫生
 - 4.6.5. 积极的心态
 - 4.6.6. 健康习惯的例行公事
 - 4.6.7. 预防不良习惯
 - 4.6.8. 技术盟友
- 4.7. 从神经科学的角度看身体姿态
 - 4.7.1. 身体的姿势
 - 4.7.2. 大脑安排我们的身体姿势
 - 4.7.3. 身体姿势会影响你的感觉和思考方式
 - 4.7.4. 身体姿势和表现
 - 4.7.5. 正确身体姿势的工具
- 4.8. 预防疾病和提高生活质量
 - 4.8.1. 身体活动与心理健康之间的关系
 - 4.8.2. 身体状况是预防精神疾病的一个因素
 - 4.8.3. 我们的认知品质如何改善身体状况?
 - 4.8.4. 通过身体活动预防精神疾病的项目和工具
- 4.9. 在心血管风险疾病(肥胖、糖尿病或代谢综合征)方面的疾病预防和生活质量的改善
 - 4.9.1. 身体状况作为一级预防因素
 - 4.9.2. 身体状况对心血管疾病和大脑的影响
 - 4.9.3. 提高儿童和青少年身体活动水平并降低患心血管疾病风险的计划
- 4.10. 预防和改善由于运动作用而产生的致癌过程
 - 4.10.1. 作为健康因素的电机动作
 - 4.10.2. 身体状况作为预防致癌过程的一个要素
 - 4.10.3. 身体状况和致癌过程的改善
 - 4.10.4. 身体状况、免疫系统及其对健康的影响
 - 4.10.5. 对患有致癌过程的人进行身体活动的计划





“

借此机会了解这个领域的最新发展,并将其应用到你的日常工作中”

05 方法

这个培训计划提供了一种不同的学习方式。我们的方法是通过循环的学习模式发展起来的: **Re-learning**。

这个教学系统被世界上一些最著名的医学院所采用,并被**新英格兰医学杂志**等权威出版物认为是最有效的教学系统之一。





“

发现 Re-learning, 这个系统放弃了传统的线性学习, 带你体验循环教学系统: 这种学习方式已经证明了其巨大的有效性, 尤其是在需要记忆的科目中”

案例研究, 了解所有内容的背景

我们的方案提供了一种革命性的技能和知识发展方法。我们的目标是在一个不断变化, 竞争激烈和高要求的环境中加强能力建设。

“

和TECH,你可以体验到一种正在动摇世界各地传统大学基础的学习方式”



你将进入一个以重复为基础的学习系统, 在整个教学大纲中采用自然和渐进式教学。



学生将通过合作活动和真实案例，学习如何解决真实商业环境中的复杂情况。

一种创新并不同的学习方法

该技术课程是一个密集的教学计划，从零开始，提出了该领域在国内和国际上最苛刻的挑战和决定。由于这种方法，个人和职业成长得到了促进，向成功迈出了决定性的一步。案例法是构成这一内容的技术基础，确保遵循当前经济，社会和职业现实。

“我们的课程使你准备好在不确定的环境中面对新的挑战，并取得事业上的成功”

案例法一直是世界上最好的院系最广泛使用的学习系统。1912年开发的案例法是为了让法律学生不仅在理论内容的基础上学习法律，案例法向他们展示真实的复杂情况，让他们就如何解决这些问题作出明智的决定和价值判断。1924年，它被确立为哈佛大学的一种标准教学方法。

在特定情况下，专业人士应该怎么做？这就是我们在案例法中面临的问题，这是一种以行动为导向的学习方法。在整个课程中，学生将面对多个真实案例。他们必须整合所有的知识，研究，论证和捍卫他们的想法和决定。

Re-learning 方法

TECH有效地将案例研究方法方法与基于循环的100%在线学习系统相结合, 在每节课中结合了8个不同的教学元素。

我们用最好的100%在线教学方法加强案例研究: Re-learning。

在2019年, 我们取得了世界上所有西班牙语在线大学中最好的学习成绩。

在TECH, 你将采用一种旨在培训未来管理人员的尖端方法进行学习。这种处于世界教育学前沿的方法被称为 Re-learning。

我校是唯一获准使用这一成功方法的西班牙语大学。2019年, 我们成功地提高了学生的整体满意度 (教学质量, 材料质量, 课程结构, 目标.....), 与西班牙语最佳在线大学的指标相匹配。



在我们的方案中,学习不是一个线性的过程,而是以螺旋式的方式发生(学习,解除学习,忘记和重新学习)。因此,我们将这些元素中的每一个都结合起来。这种方法已经培养了超过65万名大学毕业生,在生物化学,遗传学,外科,国际法,管理技能,体育科学,哲学,法律,工程,新闻,历史,金融市场和工具等不同领域取得了前所未有的成功。所有这些都是在一个高要求的环境中进行的,大学学生的社会经济状况很好,平均年龄为43.5岁。

Re-learning 将使你的学习事半功倍,表现更出色,使你更多地参与到训练中,培养批判精神,捍卫论点和对比意见:直接等同于成功。

从神经科学领域的最新科学证据来看,我们不仅知道如何组织信息,想法,图像y记忆,而且知道我们学到东西的地方和背景,这是我们记住并将其储存在海马体的根本原因,并能将其保留在长期记忆中。

通过这种方式,在所谓的神经认知背景依赖的电子学习中,我们课程的不同元素与学员发展其专业实践的背景相联系。



该方案提供了最好的教育材料,为专业人士做了充分准备:



学习材料

所有的教学内容都是由教授该课程的专家专门为该课程创作的,因此,教学的发展是具体的。

然后,这些内容被应用于视听格式,创造了TECH在线工作方法。所有这些,都是用最新的技术,提供最高质量的材料,供学生使用。



大师课程

有科学证据表明第三方专家观察的有用性。

向专家学习可以加强知识和记忆,并为未来的困难决策建立信心。



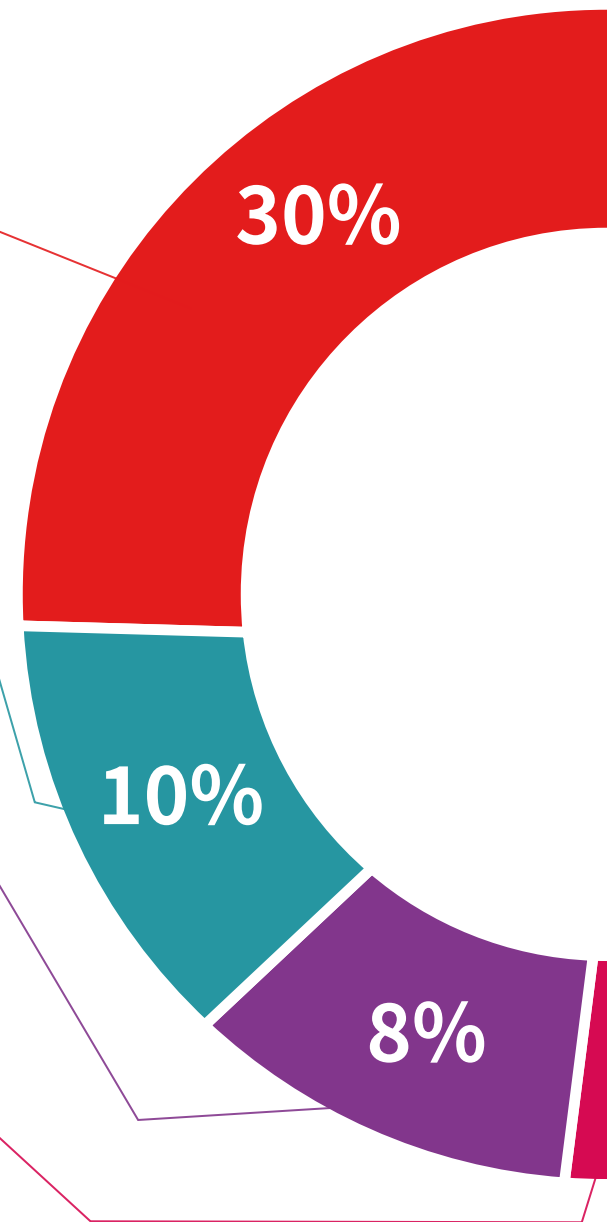
技能和能力的实践

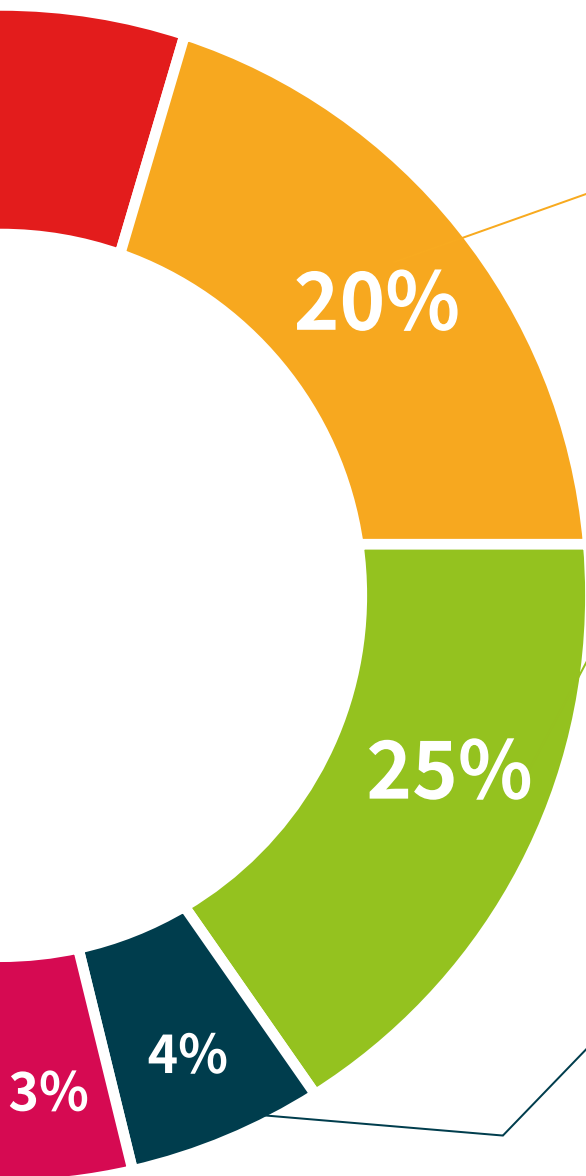
你将开展活动以发展每个学科领域的具体能力和技能。在我们所处的全球化框架内,我们提供实践和氛围帮你取得成为专家所需的技能和能力。



延伸阅读

最近的文章,共识文件和国际准则等。在TECH的虚拟图书馆里,学生可以获得他们完成培训所需的一切。





案例研究

他们将完成专门为这种情况选择的最佳案例研究。由国际上最好的专家介绍,分析和辅导案例。



互动式总结

TECH团队以有吸引力和动态的方式将内容呈现在多媒体中,其中包括音频,视频,图像,图表和概念图,以强化知识。
这个用于展示多媒体内容的独特教育系统被微软授予“欧洲成功案例”称号。



测试和循环测试

在整个课程中,通过评估和自我评估活动和练习,定期评估和重新评估学习者的知识:通过这种方式,学习者可以看到他/她是如何实现其目标的。



06 学位

神经教育、运动实践和大脑发育专科文凭除了保证最严格和最新的培训外，还可以获得由 TECH 科技大学颁发的专科文凭学位证书。



“

顺利完成这个课程并获得大学学位, 无需旅行或通过繁琐的程序”

这个**神经教育、运动实践和大脑发育****专科文凭**包含了市场上最完整和最新的科学课程。

评估通过后, 学生将通过邮寄收到**TECH科技大学**颁发的相应的**专科文凭**学位。

TECH科技大学颁发的证书将表达在**专科文凭**获得的资格, 并将满足工作交流, 竞争性考试和专业职业评估委员会的普遍要求。

学位: **神经教育、运动实践和大脑发育** **专科文凭**

模式: **在线**

时长: **6个月**



*海牙加注。如果学生要求为他们的纸质资格证书提供海牙加注, TECH EDUCATION将采取必要的措施来获得, 但需要额外的费用。

健康 信心 未来 人 导师
教育 信息 教学
保证 资格认证 学习
机构 社区 科技 承诺
个性化的关注 现在
知识 网页 培
网上教室 发展 语言 机构

tech 科学技术大学

专科文凭
神经教育、运动实践
和大脑发育

- » 模式:在线
- » 时长:6个月
- » 学位:TECH 科技大学
- » 课程表:自由安排时间
- » 考试模式:在线

专科文凭

神经教育、运动实践和大脑发育

得到了NBA的认可

