

سرفصل درس «مبانی آموزش تربیت بدنی»

۱. معرفی درس و منطق آن

علی رغم این که کودکان با ورود به دوره ابتدایی از مهارت های حرکتی مثل دویدن، پریدن و... برخوردار می باشند اما برای تقویت عضلات و رشد جسمی نیاز به ورزش و فعالیت های بدنی دارند تا از هماهنگی لازم در حرکات در موقعیت های مختلف برخوردار شوند. روند رشد جسمانی کودکان در این دوره با یکدیگر متفاوت است و از این نظر بین دختران و پسران تفاوت هایی وجود دارد. آشنایی معلمان با روند رشد حرکتی کودکان در دوره ابتدایی به برنامه ریزی برای پاسخ به نیاز های فردی کودکان و بکارگیری عضلات و تقویت مهارت های حرکتی و قوای جسمانی آنان متناسب با ظرفیت های فردی کمک می کند. معلمان با شناخت برنامه درسی تربیت بدنی و روش های آموزش آن قادر خواهند بود تا به طراحی فرصت های یادگیری مبادرت نمایند که از طریق آن دانش آموزان کارگروهی، استفاده مناسب از اوقات فراغت و تقویت قوای جسمانی و مهارت های حرکتی خود را به کمک تمرین های ورزشی فراگیرند.

نام درس: مبانی آموزش تربیت بدنی				مشخصات درس
اهداف / پیامدهای یادگیری: در پایان این واحد یادگیری دانشجو قادر خواهد بود: با شناخت برنامه درسی تربیت بدنی و روش های آن، فرصت های یادگیری برای تقویت قوای جسمانی و بکارگیری مهارت های حرکتی متناسب با تفاوت های فردی طراحی نمایند.				نوع درس: نظری تعداد واحد: ۲ زمان درس: ۳۲ ساعت پیشنیاز: -
				شایستگی اساسی: <u>pk & pck</u> کد ۱-۲ & ۲- <u>۲-۱ & ۲-۲ & ۲-۳</u> <u>۳-۲ & ۳-۳</u>
سطح ۳	سطح ۲	سطح ۱	ملاک ها	
با مشاهده فعالیت های کودکان در یک موقعیت واقعی قادر است توانایی های جسمی حرکتی دانش آموزان را شناسایی و با توجه به سن پیشنهاداتی برای تقویت قوای جسمانی / اصلاح / تقویت مهارت های حرکتی ارائه کند.	با مشاهده فعالیت های کودکان در یک موقعیت واقعی قادر است توانایی های جسمی حرکتی دانش آموزان را شناسایی و با توجه به سن پیشنهاداتی برای تقویت قوای جسمانی / اصلاح / تقویت مهارت های حرکتی ارائه کند.	با مشاهده فعالیت های کودکان در یک موقعیت واقعی قادر است توانایی های جسمی حرکتی دانش آموزان و تناسب آن با سن را گزارش نماید.	رشد حرکتی	
یک موقعیت آموزش تربیت بدنی را به جهت رعایت توالی آموزش پیش بینی شده در برنامه درسی و امکانات بکارگرفته شده تحلیل و با توجه به موقعیت و تفاوت های فردی دانش آموزان	یک موقعیت آموزش تربیت بدنی را به جهت رعایت توالی آموزش پیش بینی شده در برنامه درسی و امکانات بکارگرفته شده تحلیل و با توجه به موقعیت و تفاوت های فردی دانش آموزان	یک موقعیت آموزش تربیت بدنی را به جهت رعایت توالی آموزش پیش بینی شده در برنامه درسی و امکانات بکارگرفته شده تحلیل و با توجه به موقعیت و تفاوت های فردی دانش آموزان	تحلیل موقعیت آموزشی	

پیشنهادهای برای انطباق برنامه با موقعیت های اجرائی یا توجه به مراحل برنامه درسی تربیت بدنی ارائه کرده است.				
--	--	--	--	--

۲. فرصت‌های یادگیری، محتوای درس و ساختار آن

فصل اول: کلیات

- ماهیت و حیطه تربیت بدنی و جایگاه آن در جهان معاصر
- نقش تربیت بدنی در تعلیم و تربیت
- اهداف عمده درس تربیت بدنی

فصل دوم: شناخت ویژگی‌های رشد حرکتی کودکان

- رشد توانایی‌های حرکتی بنیادی در کودکی
- مراحل رشد حرکتی دختران دوره‌ی ابتدایی
- مراحل رشد حرکتی پسران دوره‌ی ابتدایی
- فعالیت‌های مناسب برای کودکان ۴ و ۵ ساله
- فعالیت‌های مناسب برای کودکان ۶ و ۷ ساله
- فعالیت‌های مناسب برای کودکان ۸ تا ۱۰ ساله

- ویژگی‌های رشد نوجوان و فعالیت‌های بدنی مناسب برای آن‌ها

تکلیف عملکردی:

با مراجعه به مقالات و منابع علمی در زمینه رشد جسمی حرکتی دانش آموزان در دامنه رشدی ۶ تا ۱۲ سال یافته‌ها را در سه دوره (پایه اول و دوم، سوم و چهارم، پنجم و ششم) طبقه‌بندی و تمایز میان دختران و پسران و دامنه تفاوت‌های فردی را در قالب یک مقاله کوتاه گزارش کند.

فصل سوم: محتوای برنامه درسی تربیت بدنی دوره‌ی ابتدایی

- حرکات پایه
- آمادگی جسمانی
- بهداشت و تغذیه
- ایمنی در ورزش
- رشته‌های ورزشی
- شیرین‌کاری‌ها
- بازی‌های ورزشی ساده

فصل چهارم: برنامه‌ریزی و تنظیم طرح درس تربیت بدنی

- اصول کلی برنامه‌ریزی
- مراحل برنامه‌ریزی
- ویژگی‌های برنامه
- اصول انتخاب فعالیت‌های ورزشی
- طرح و برنامه‌ی سالانه
- ارزش‌یابی پیشرفت تحصیلی



فصل پنجم: مدیریت کلاس درس

الف - آموزش

- آمادگی سازمانی
- گرم کردن
- آموزش
- اجرای مهارت
- بازگشت به حالت اولیه

تکلیف یادگیری:

یک جلسه کلاس درس تربیت بدنی را مشاهده و ضمن تهیه گزارش از کلاس چگونگی اجرای برنامه درسی و نحوه بکارگیری امکانات و تجهیزات را به جهت میزان تأثیر گذاری بر تقویت قوای جسمانی یا مهارت های حرکتی گزارش کند.

تکلیف عملکردی:

برنامه درسی تربیت بدنی را از منظر مراحل و استلزامات اجرایی در پایه های مختلف بررسی و با توجه به نیاز موقعیت های یادگیری تجربه شده (مشاهده مستقیم یا غیر مستقیم) آن را تحلیل و پیشنهادی برای تطبیق برنامه با موقعیت های آموزشی ارائه نماید.

ب- منابع

- استفاده از فضا
- نگهداری و جابه جایی وسایل
- منابع و ابزار مورد نیاز

۳. راهبردهای تدریس و یادگیری

تدارک دیدن فرصت های یادگیری عملی برای کسب تجربه مستقیم در آموزش مهارت های حرکتی و قوای جسمانی با استفاده از فعالیت ها و تمرین های بدنی و مدل سازی آن برای دانش آموزان متناسب با تفاوت های فردی دانش آموزان، و راهبرد های شناختی برای تحلیل برنامه درسی است.

۴. منابع آموزشی

برنامه درسی تربیت بدنی در دوره ابتدایی، راهنمای معلم دوره ابتدایی در پایه های مختلف دوره ابتدایی.

۵. راهبردهای ارزشیابی یادگیری

ارزشیابی پایانی: آزمون مباحث نظری به میزان ۱۰ نمره
ارزشیابی فرآیند: عملکرد دانشجو در تکالیف یادگیری و تکالیف عملکردی پیش بینی شده و مشارکت در فعالیت ها ۱۰ نمره : ارزشیابی از یادگیرنده بر اساس تکالیف یادگیری در طول ترم، تکالیف عملکردی و آزمون پایان ترم انجام می شود. مبنای ارزیابی تکالیف (یادگیری و عملکردی) ملاک ها و سطوح پیامد های یادگیری تعیین شده است.



This document was created with Win2PDF available at <http://www.daneprairie.com>.
The unregistered version of Win2PDF is for evaluation or non-commercial use only.