
راهنمای کاربردی زنگ ورزش

دکتر محمدعلی معلمان دوره ابتدایی

(با انواع بازی های داخل حیاط و کلاس)

گردآوری و تألیف: آرزو بخشی

سرشناسه	:	بخشی خلیفه محله، آرزو، ۱۳۷۴-
عنوان و نام پدیدآور	:	راهنمای کاربردی زنگ ورزش: ویژه معلمان دوره ابتدایی با انواع بازی‌های داخل حیاط و کلاس/آرزو بخشی خلیفه محله.
مشخصات نشر	:	تهران: موسسه آموزشی تالیفی ارشدان، ۱۳۹۸.
مشخصات ظاهری	:	۵۰ ص.
شابک	:	۹۷۸-۶۰۰-۹۹۵-۹۰۴-۴
وضعیت فهرست نویسی	:	فیا
موضوع	:	ورزش مدارس -- ایران -- راهنمای آموزشی (ابتدایی)
موضوع	:	School sports -- Iran -- Study and teaching (Elementary)
موضوع	:	تربیت بدنی کودکان -- راهنمای آموزشی (ابتدایی)
موضوع	:	Physical education for children -- Study and teaching (Elementary)
موضوع	:	بازی‌ها -- راهنمای آموزشی (ابتدایی)
موضوع	:	Games -- Study and teaching (Elementary)
رده ی کتگر	:	G۷۴۳
رده ی دی	:	۳۷۲/۸۶۰۴۴
شماره کتابخانه مرکزی	:	۵۸۱۵۹۲۰



مؤسسه آموزشی تالیفی ارشدان

راهنمای کاربردی زنگ ورزش ویژه معلمان دوره ابتدایی

آرزو بخشی

آموزشی تالیفی ارشدان

اول

اول ۱۳۹۸

نیلوفر کنعانی

www.irantypist.com

۹۷۸-۶۰۰-۹۹۵-۹۰۴-۴

۱۰۰۰

www.arshadan.com

www.arshadan.net

۰۲۱۴۷۶۲۵۵

۲۰۰۰ تومان

■ نام کتاب:

■ گردآوری و تألیف:

■ ناشر:

■ ویرایش:

■ نوبت چاپ:

■ شاعر:

■ طراح و گرافیکست:

■ شابک:

■ شمارگان:

■ مرکز خرید آنلاین:

■ مرکز پخش و توزیع:

■ قیمت:

مقدمه

شهید رجایی: "آنقدری که شما (معلمان) می‌توانید در میدان ورزش بچه‌ها را تربیت کنید، در کلاس واقعا نمی‌شود آنها را تربیت کرد؛ برای اینکه در کلاس بچه‌ها بودنشان را جمع و جور می‌کنند و آدم نمی‌فهد که ذات آنها چیست." از آنجایی که حرکت در رشد همه جانبه انسان‌ها سهم مهمی دارد، در دوره ابتدایی درس تربیت بدنی این قابلیت را دارد که در کنار تعلیم حرکت، از طریق حرکت برای تألیف موثر رفع شود. یعنی تربیت بدنی می‌تواند کمک موثری برای دروس دیگر باشد. هدف اصلی برنامه تربیت بدنی سرگرمی و شادی نیست، در حقیقت شادی و تفریح به سرگرمی محصول فرعی یک برنامه خوب تربیت بدنی می‌باشد.

لذا مجموعه پیش رو به معلمان عزیز یاری می‌دهد تا با نیت ساده با مطالب مهم تربیت بدنی پایه خود آشنایی پیدا کنند و بدون گزافه‌گویی هیچ دوره‌ای بتوانند دانش آموزان را در زنگ‌های تربیت بدنی به بهترین و اصولی‌ترین شکل هدایت کنند.

این مجموعه را به تمام همکاران تلاشگر و موفق و فرهیخته سرزمینمان تقدیم می‌کنم.

سخنی با آموزگاران

کمبود معلم ورزش و مربی متخصص برای اکثر مدارس به شدت زنگ‌های ورزش دانش آموزان را تحت تاثیر قرار داده است. به طوریکه معلمان، زنگ‌های ورزش، دانش آموزان را در حیات رها می‌کنند و دانش آموزان از حق طبیعی خود برای آموزش و رشد حرکتی و جسمانی و روانی محروم می‌مانند.

از آن رو که به عنوان یک معلم مسئول دانستم تا با جمع آوری و تالیف یک کتاب کار، دهم برای همکارانم تا حدی بتوانم به رفع این کمبود پردازم زیرا همه همکاران، رشته تخصص و اطلاعات کافی ندارند و گذراندن این زنگ برایشان کمترین دغدغه به نظر می‌آید زیرا در هر پایه و همچنین با توجه به شرایط سنی و جنسیتی و... فعالیت‌های تربیت بدنی، متفاوت میشود.

برای استفاده بهتر از این مجموعه پیش از آنکه معلمان ابتدا مطالب و نکات کلی زنگ ورزش را با دقت بخوانند و در ادامه با توجه به پایه تحصیلی خود اهداف و فعالیت‌ها را مطالعه کنند و بر طبق شرایط کلاس و دانش آموزان از فعالیت‌ها استفاده کنند.

امید است از مطالب این مجموعه حد اکثر استفاده را ببرید.

آرزو بخشی آموزگار رسمی آموزش و پرورش

فهرست

۵	 مقدمه
۶	 سخنی با معلمان
۹	 نکات کلی زنگ ورزش مخصوص تمام پایه‌ها
۱۱	 اهداف تربیت بدنی دوره اول ابتدایی (اول، دوم و سوم)
۱۲	 اهداف تربیت بدنی دوره دوم ابتدایی (چهارم و پنجم)
۱۳	 اهداف تربیت بدنی پایه ششم ابتدایی
۱۳	 شیرین کاری‌ها
۱۴	 شیرین کاری‌های مخصوص دوره اول ابتدایی
۱۷	 شیرین کاری‌های مخصوص دوره دوم ابتدایی
۱۹	 شعر برای گرم کردن (مخصوص دوره اول ابتدایی)
۲۲	 شعر برای سرد کردن
۲۳	 بازی‌های حیاطی دوره اول ابتدایی
۲۹	 بازی‌های حیاطی دوره دوم ابتدایی (چهارم تا ششم)
۴۳	 بازی‌های مخصوص کلاس برای روزهای سرد و زمستانی