

کلیات مدیریت زنگ ورزش

(ترویج بدنیه) در مدارس

www.ketab.ir

مرجان آقامیری - مؤسسان فرامرزیا

سرشناسه: آقامیری، مرجان، ۱۳۵۳-
 عنوان و نام پدیدآور: کلیات مدیریت زنگ ورزش : (تربیت بدنی) در مدارس / مرجان آقامیری، مؤلفان فرامرزنیا.
 مشخصات نشر: قم: پیروان ولایت، ۱۴۰۰.
 مشخصات ظاهری: ۱۳۶ ص؛ ۵/۲۱×۵/۱۴ س.م.
 شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۶۵۳۱-۳۵-۱
 وضعیت فهرست نویسی: فیبا
 یادداشت: کتابنامه.
 موضوع: ورزش مدارس
 School sports
 ورزش مدارس -- ایران -- برنامه ریزی
 School sports -- Iran-- planning
 ورزش مدارس -- ایران -- مدیریت
 School sports-- Iran-- Management
 شناسه افزوده: فرامرزنیا، مؤلفان، ۱۳۵۰-
 رده بندی کنگره: ۷۳۶۳
 رده بندی دیویی: ۳۷۲/۸۶
 شماره کتابشناسی ملی: ۸۷۰۳۳۲۹
 اطلاعات رکورد کتابشناسی: فیبا

کلیات مدیریت زنگ ورزش

مؤلف: مرجان آقامیری - مؤلفان فرامرزنیا

ناشر: پیروان ولایت

چاپ: اول/ ۱۴۰۰

شمارگان: ۵۰۰ جلد

چاپخانه: مبین

قیمت: ۶۰۰۰۰ تومان

شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۶۵۳۱-۳۵-۱

فهرست

فصل اول.....	۹
مفهوم تربیت بدنی و ورزش.....	۹
تعریف تربیت بدنی.....	۱۰
تعریف ورزش:.....	۱۰
اهداف اصلی تربیت بدنی و ورزش.....	۱۲
ورزش و سلامت جسم.....	۱۴
سلامتی و بهداشت جسمی.....	۱۷
الف - تغییرات تنفسی - ریوی.....	۱۸
ب - تغییرات قلبی - عروقی.....	۲۰
اهمیت ورزش.....	۲۲
فواید ورزش.....	۲۳
تاریخچه ورزش.....	۲۴
تاریخچه ورزش در ایران.....	۲۷
نگاهی اجمالی به اهمیت ورزش.....	۲۸
تندرستی در ورزش.....	۳۰
فصل دوم.....	۳۲
مباحث تئوری و شناختی کلاس درس تربیت بدنی.....	۳۲
هنر تدریس.....	۳۴
تعیین و طبقه بندی اهداف تدریس.....	۳۵
روش های تدریس.....	۳۶
روش دستوری (command style).....	۳۷
روش تکلیفی.....	۳۸
روش راهنمایی و هدایت گام به گام.....	۳۹
روش حل مساله.....	۴۰
روش اکتشافی.....	۴۰

۴۱	شیوه تدریس دو جانبه یا ارتباطی (Reciprocal).....
۴۲	محسنات و معایب روشها.....
۴۵	انتخاب یک شیوه تدریس.....
۴۷	فصل سوم.....
۴۷	مدیریت ورزش در مدارس.....
۴۸	روش های آموزش مهارت های ورزشی در مدارس.....
۴۸	روش تکلمی.....
۴۹	روش مشاهده ای.....
۴۹	روش احساس حرکت.....
۵۰	بهداشت و ایمنی در برنامه های ورزش مدارس.....
۵۱	استراحت و تمدد اعصاب پس از فعالیت های ورزشی.....
۵۳	اثرات فیزیولوژیک ورزش بر بدن.....
۵۷	اثر روی سیستم عصبی.....
۵۷	اثر روی دستگاه حرکتی.....
۵۸	اثر در دستگاه تنفس.....
۵۸	اثر در گردش خون.....
۵۹	تربیت بدنی ویژه دانش آموزان معلول.....
۵۹	تربیت بدنی برای معلولان ذهنی.....
۶۰	تربیت بدنی برای معلولان جسمی.....
۶۲	آمادگی جسمانی در دانش آموزان.....
۶۴	مسابقات ورزشی در مدارس.....
۶۶	سرپرستی و اداره کردن فعالیت های ورزشی در مدارس.....
۷۲	نکات بهداشتی به هنگام فعالیت ورزشی.....
۷۵	توسعه توانائی ها و مهارت های بنیادی در کودکان.....
۷۶	توسعه قابلیت های جسمانی در کودکان و نوجوانان.....
۷۷	فصل چهارم.....

۷۷	راهکار های توسعه مهارت های ورزشی در نوجوانان و جوانان
۷۸	هدف های اجتماعی
۷۸	برنامه های آموزش بازی ،مهارت و آمادگی جسمانی
۸۵	سازماندهی کلاس و محیط آموزشی
۸۶	حقوق و مسئولیت معلم و شاگرد
۸۶	سازماندهی کلاس تربیت بدنی
۸۷	عناصر مهم نظارت و سرپرستی:
۸۸	روش های اداره ی کلاس تربیت بدنی
۸۹	گروه بندی دانش آموزان
۹۰	تعیین سرگروه
۹۱	مدیریت رفتار در کلاس
۹۲	تشکیل تیم و تمرین
۹۲	مفهوم تدریس
۹۳	طبقه بندی اهداف در تدریس
۹۵	روش دستوری
۹۵	روش تکلیفی
۹۶	روش حل مسئله
۹۷	روش اکتشافی
۹۸	انتخاب یک روش تدریس مناسب
۹۸	مراحل تدریس
۹۹	استراتژی های تعامل با دانش آموزان
۱۰۰	خود کنترلی
۱۰۱	آرمان تربیت بدنی در مدارس
۱۰۱	فعالیت های آموزشی نامناسب در مدرسه
۱۰۲	مسابقات ورزشی در مدرسه
۱۰۳	ملاحظات ایمنی دوران رشد

۱۰۳.....	برخی از عناصر مربوط به محتوای برنامه.....
۱۰۵.....	ملاکهای محتوا و عملکرد در فعالیتهای حرکتی.....
۱۰۶.....	ویژگیهای تجارب یادگیری از آمادگی تا کلاس دوم ابتدایی.....
۱۰۷.....	ویژگیهای تجارب یادگیری در برنامه کلاس سوم تا پنجم.....
۱۰۸.....	ویژگیهای تجارب یادگیری در دوره راهنمایی.....
۱۰۸.....	ویژگیهای تجارب یادگیری در دوره دبیرستان.....
۱۰۹.....	سنجش هدف رشد دانش سلامتی ، حرکت و ورزش.....
۱۰۹.....	سنجش هدف رشد عاطفی و اجتماعی در کلاس.....
۱۱۰.....	چند سوال ساده برای ارزیابی دانش آموز.....
۱۱۰.....	سنجش محتوای بازی.....
۱۱۰.....	سنجش هدف تکامل حرکتی و مهارتی.....
۱۱۰.....	چند سنجش ساده توانایی حرکتی.....
۱۱۳.....	سنجش سلامتی و رشد آمادگی جسمانی.....
۱۱۵.....	انعطاف پذیری.....
۱۱۶.....	استقامت قلبی و عروقی.....
۱۱۶.....	قدرت و استقامت عضلانی.....
۱۱۷.....	خود ارزیابی معلم.....
۱۱۷.....	دستورالعمل و اصول کلی روش تدریس تربیت بدنی.....
۱۲۳.....	سرپرستی و اداره کردن فعالیتهای ورزشی.....
۱۲۸.....	منابع فارسی.....
۱۳۳.....	منابع لاتین.....